

HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN PENAMBAHAN BERAT BADAN IBU SELAMA KEHAMILAN DI KECAMATAN SEDAYU

Ciquitita Bunga Iriana Mohamad ¹⁾, Yhona Paratmanitya ²⁾, Ratih Devi A ³⁾

Abstrak

Latar Belakang : Prevalensi ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronik (KEK) pada tahun 2015 di Kabupaten Bantul yaitu 35,4% Kota Yogyakarta dan Sleman yaitu 12,8%. Salah satu faktor yang memengaruhi KEK adalah pola makan. Pola makan merupakan penyebab langsung masalah gizi yang berdampak pada penambahan berat badan ibu selama kehamilan.

Tujuan : Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan di Kecamatan Sedayu.

Metode : Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari 2018. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah ibu hamil trimester III yang memeriksakan kehamilan di Puskesmas Sedayu 1 dan 2. Besar sampel yang digunakan sebanyak 78 responden dengan teknik pengambilan sampel *Quota Sampling*. Metode yang digunakan wawancara dengan kuesioner *SQ-FFQ*. Analisis data yang digunakan adalah uji statistik *chi-square*.

Hasil : Hasil analisis bivariat dengan uji statistik *chi-square* diperoleh jenis makanan yang dikonsumsi dan frekuensi makan dengan penambahan berat badan ibu hamil adalah $p \geq 0,05$ yang artinya tidak ada hubungan, sedangkan jumlah asupan makan dengan penambahan berat badan ibu hamil menunjukkan $p < 0,05$ yang artinya ada hubungan signifikan.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa jenis makanan dan frekuensi makan tidak berhubungan dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan, sedangkan terdapat hubungan antara jumlah asupan makan dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan di Kecamatan Sedayu.

Kata Kunci: Penambahan Berat Badan Ibu Hamil, Pola Makan

Keterangan

- 1) Mahasiswa Prodi S1 Gizi Universitas Alma Ata
- 2) Dosen Program Studi S1 Gizi Universitas Alma Ata
- 3) Dosen Program Studi D3 Kebidanan Universitas Alma Ata

RELATIONSHIP BETWEEN EATING PATTERN WITH MATERNAL WEIGHT GAIN DURING PREGNANCY PERIOD IN SEDAYU SUBDISTRICT

Ciquitita Bunga Iriana Mohamad ¹⁾, Yhona Paratmanitya ²⁾, Ratih Devi A ³⁾

Abstract

Background: The prevalence of chronic energy deficiency (CED) in 2015 in Bantul Regency was 35.4%, Yogyakarta and Sleman City was 12.8%. One of the factors that influence CED is diet. Diet is a direct cause of nutritional problems that affects maternal weight gain during pregnancy.

Objective: The purpose of this study was to determine the relationship between diet and maternal weight gain during pregnancy in Sedayu Subdistrict.

Method: The research was conducted in February 2018. The type of research used was descriptive analytic with *cross sectional* approach. The sample of this research was pregnant mothers of trimester III which examined their pregnancy at Public Health Center of Sedayu 1 and 2. The sample used was 78 respondents with sampling technique of *quota sampling*. The method used was interview with *SQ-FFQ* questionnaire. The data was analyzed by using *chi-square* statistic test.

Result: The result of bivariat analysis with *chi-square* statistic test obtained the type of food consumed and the frequency of eating with maternal weight gain was $p \geq 0,05$, which meant that there was no relationship, while the amount of feed intake with maternal weight gain showed the value of $p < 0,05$, which meant that there was a significant relationship.

Conclusion: Based on the results of this study, it can be concluded that the type of food and eating frequency were not related to maternal weight gain during pregnancy, whereas there was a relationship between the amount of feed intake with maternal weight gain during pregnancy in Sedayu Subdistrict.

Keywords: Maternal Weight Gain, Eating Pattern

Description

1) Student of S1 Study Program of Nutrition Universitas Alma Ata

2) Lecturer of S1 Study Program of Nutrition Universitas Alma Ata

3) Lecturer of D3 Study Program of Midwifery Universitas Alma Ata

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa kehamilan merupakan periode yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan, karena tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh kondisinya saat masa janin dalam kandungan (1). Status gizi ibu pada kehamilan berpengaruh pada status gizi janin. Asupan makanan ibu dapat masuk ke janin melalui tali pusar yang terhubung ke tubuh ibu (2).

Di Indonesia, Ibu hamil merupakan salah satu kelompok rawan kekurangan gizi karena terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan janin yang dikandung (3). Asupan gizi yang kurang bisa berakibat fatal pada ibu dan janin dalam kandungannya (4). Rendahnya status gizi dan pola makan yang salah pada ibu hamil dapat mengakibatkan terjadinya gangguan gizi antara lain anemia, penambahan berat badan yang kurang pada ibu hamil, dan gangguan pertumbuhan janin yang tidak sesuai (3).

Penimbangan berat badan ibu hamil harus dilakukan rutin karena berat badan ibu hamil menjadi salah satu indikator kondisi kesehatan ibu selama kehamilan. Penambahan berat badan ibu selama kehamilan menandakan adanya adaptasi ibu terhadap pertumbuhan janin. Batas kenormalan penambahan berat badan ibu hamil sendiri tergantung dari

indeks massa tubuh (IMT) ibu sebelum hamil. Kenaikan berat badan yang rendah selama kehamilan dan lingkaran lengan atas (LILA) yang kurang dari 23,5 cm merupakan indikator kurang gizi pada ibu hamil (5).

Penambahan berat badan dipengaruhi oleh banyak faktor, di antaranya status gizi, usia ibu hamil yang terlalu muda atau terlalu tua, dan pola makan selama kehamilan. Faktor yang tidak langsung berkaitan dengan penambahan berat badan yaitu faktor pengetahuan tentang pola makan dan gizi yang tepat bagi ibu hamil. Guna mendapatkan pengetahuan tentang perkembangan kehamilan, pola makan dan status gizi, diperlukan layanan *antenatal care* (ANC) yang juga mencakup layanan konseling bagi ibu hamil.(6)

Menurut WHO (2007), angka kejadian kekurangan energi kronik (KEK) pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi yaitu sebesar 35,5%. Hasil Riskesdas (2013) menunjukkan prevalensi risiko KEK pada wanita usia subur (WUS) di Indonesia sebesar 20,8% (3). Prevalensi ibu hamil yang mengalami KEK pada tahun 2015 di Kabupaten Bantul yaitu 35,4% dan untuk di Kota Yogyakarta dan Sleman yaitu 12,8% (7). Dari hasil studi pendahuluan di Puskesmas Sedayu 1 pada tahun 2016 prevalensi KEK sebanyak 8,9%, sedangkan di Puskesmas Sedayu 2 pada tahun 2016 prevalensi KEK mencapai 11,4% (8).

Survei Selandia Baru menemukan bahwa lebih dari dua pertiga wanita hamil (69,4%) salah mengidentifikasi penambahan berat badan yang tepat untuk kehamilannya sendiri, untuk mengetahui penambahan

berat badan sebaiknya dibandingkan dengan rekomendasi *Institute Of Medicine* (IOM) 2009. Wanita hamil gemuk secara signifikan lebih cenderung memiliki kelebihan berat badan dibandingkan wanita berat badan sehat. Wanita hamil sebaiknya melakukan setidaknya 150 menit aktivitas fisik intensitas sedang dalam kurun waktu setiap minggunya, misalnya selama 30 menit setiap harinya dalam seminggu. Bagi wanita yang tidak aktif dalam melakukan aktivitas secara fisik, aktivitas sehari-hari yang lainnya bisa dilakukan selama 10-15 menit, hal ini bisa berangsur-angsur meningkat menjadi 30 menit dalam sehari (9).

Hasil penelitian Triwijayanti Puji mengenai Asupan Makanan, IMT, dan Kenaikan Berat Badan Hamil di Kelurahan Tanah Baru Kota Bogor Tahun 2012 menunjukkan (31,7%) responden memiliki kenaikan berat badan hamil yang sesuai rekomendasi IOM, (56,1%) memiliki standar yang kurang dari rekomendasi IOM dan (12,2%) memiliki standar yang lebih dari rekomendasi IOM. Pada penelitian ini variabel pendidikan, usia, paritas dan depresi memiliki hubungan yang bermakna dengan kenaikan berat badan ibu hamil (10).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harti Budhi Leny mengenai Hubungan Status Gizi dan Pola Makan terhadap Penambahan Berat Badan Ibu Hamil di wilayah kerja Puskesmas Penujak Kecamatan Praya Barat Nusa Tenggara Barat menunjukkan bahwa 81,7% ibu hamil mengalami penambahan berat badan yang tidak baik selama kehamilan, sedangkan 18,3% ibu hamil mengalami penambahan berat badan yang baik.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan pola makan (pola makan makanan pokok dan lauk hewani) terhadap penambahan berat badan ibu hamil (3).

Berdasarkan pemaparan di atas, maka perlu dilakukan suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui “Hubungan Antara Pola Makan Dengan Penambahan Berat Badan Ibu Selama Kehamilan Di Kecamatan Sedayu”. Kecamatan Sedayu dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan daerah yang berbatasan dengan Kota Yogyakarta dan Kabupaten Sleman sehingga akses terhadap pangan terbuka luas dan arus informasi yang mudah didapatkan akan mempengaruhi status kesehatan (1).

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat dibuat rumusan masalah penelitian “Adakah hubungan antara pola makan (jenis, frekuensi, jumlah asupan) dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan di Kecamatan Sedayu?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan di Kecamatan Sedayu.

2. Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui gambaran jenis makanan yang dikonsumsi ibu hamil di Kecamatan Sedayu.

- b) Untuk mengetahui gambaran frekuensi makan ibu hamil di Kecamatan Sedayu.
- c) Untuk mengetahui gambaran jumlah asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat yang dikonsumsi ibu hamil di Kecamatan Sedayu.
- d) Untuk mengetahui gambaran penambahan berat badan ibu selama kehamilan di Kecamatan Sedayu
- e) Untuk menganalisis hubungan antara jenis makanan yang dikonsumsi, frekuensi makan, dan jumlah asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan di Kecamatan Sedayu.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritik

Diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang hubungan pola makan dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Universitas Alma Ata

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai bahan tambahan bacaan dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan dan penelitian.

b. Bagi Puskesmas di Kecamatan Sedayu

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai bahan informasi dan masukan untuk mengadakan pembinaan dalam upaya mengurangi masalah kesehatan pada ibu hamil di masyarakat.

c. Bagi Responden (Ibu Hamil)

Menambah wawasan dan informasi kepada Ibu hamil dan keluarganya tentang pola makan ibu hamil kaitannya dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman dalam meningkatkan kemampuan menganalisis tentang hubungan pola makan dengan penambahan berat badan ibu selama kehamilan.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan judul hubungan pola makan dan penambahan berat badan ibu selama kehamilan di puskesmas sedayu belum pernah dilakukan. Namun, beberapa penelitian yang diketahui berhubungan dengan pola makan dan penambahan berat badan ibu selama kehamilan adalah sebagai berikut :

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

Penulis	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Leny Budhi Harti Inggita Kusumastuty Irwan Hariadi 2016 (3)	Hubungan Status Gizi dan Pola Makan terhadap Penambahan Berat Badan Ibu Hamil	Studi observasional analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> yang dilakukan pada 71 orang responden. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dengan kuesioner, <i>SQ-FFQ</i> , dan data dari buku KIA. Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan uji korelasi <i>Pearson</i> pada program <i>SPSS windows version 15</i>	Ada hubungan antara status gizi terhadap penambahan berat badan ($p = 0,008$, $r = -0,311$), ada hubungan antara pola makan makanan pokok terhadap penambahan berat badan ($p = 0,003$, $r = 0,344$), dan ada hubungan antara pola makan lauk sumber hewani terhadap penambahan berat badan ($p = 0,024$, $r = 0,268$).	Perbedaannya pola makan yang diteliti leny menekan pada makanan pokok dan makanan sumber hewani. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi <i>Pearson</i> . Tempat penelitian di NTB. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan ini adalah pola makan (jenis, frekuensi, dan jumlah asupan) tempat penelitian di Kecamatan Sedayu Yogyakarta. Uji statistik yang digunakan uji <i>Chi-square</i> .	Persamaannya pada variabel terikat yang diteliti yaitu penambahan berat badan ibu hamil. Desain penelitian yang digunakan sama yaitu <i>cross sectional</i> .

Penulis	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Puji Triwijayanti 2012 (10)	Asupan Makanan, IMT, dan Kenaikan Berat Badan Hamil di Kelurahan Tanah Baru Kota Bogor Tahun 2012	Penelitian ini menggunakan desain penelitian <i>cross sectional</i> dengan melibatkan 82 ibu yang memiliki anak usia kurang dari 1 tahun dan memiliki buku KIA yang didapat dengan cara random sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran antropometri (tinggi badan), kuesioner dan wawancara FFQ semikuantitatif. Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan uji <i>Chi-square</i> .	Hasil penelitian menunjukkan 31,7% responden memiliki kenaikan BB hamil yang sesuai rekomendasi IOM, 56,1% kurang dan 12,2% lebih dari rekomendasi. Pada penelitian ini variabel pendidikan, usia, paritas dan depresi memiliki hubungan yang bermakna dengan kenaikan berat badan hamil.	Perbedaannya pada variabel bebas yang diteliti puji yaitu asupan makanan, IMT. Sedangkan pada penelitian ini variabel bebas adalah pola makan (jenis, frekuensi, jumlah asupan).	Persamaannya pada variabel terikat yang diteliti yaitu penambahan berat badan ibu hamil. Uji statistik yang digunakan sama yaitu uji <i>Chi-square</i> . Desain penelitian yang digunakan sama yaitu <i>cross sectional</i> .

Penulis	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Nur Setiani 2016 (5)	Hubungan Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat Ibu Hamil Terhadap Penambahan Berat Badan Kehamilan Selama Tiga Bulan Di Kecamatan Turi Dan Kecamatan Tempel	Penelitian ini menggunakan desain penelitian Studi Kohort retrospektif.	Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energy, protein, lemak dan karbohidrat dengan penambahan berat badan kehamilan selama follow-up tiga bulan. Arah hubungan antara asupan energy, protein, lemak dan karbohidrat terhadap penambahan berat badan kehamilan tidak konsisten selama follow-up tiga bulan. Variabel pengganggu (confounding) yang merancukan hubungan antara asupan energy, protein, lemak dan karbohidrat dengan penambahan berat badan kehamilan adalah usia ibu, penghasilan rumah tangga dan psikologi ibu.	Perbedaannya pada variabel bebas yang diteliti nur yaitu asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat selama tiga bulan di Kecamatan Turi dan Kecamatan Tempel. Desain yang digunakan studi <i>kohort retrospektif</i> . Sedangkan pada penelitian ini variabel bebas yang akan diteliti yaitu pola makan (jenis, frekuensi, jumlah asupan). Desain penelitian yang digunakan <i>cross sectional</i> .	Persamaannya pada variabel terikat yang diteliti yaitu penambahan berat badan ibu hamil.

Penulis	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Oktriyani, Muhammad Juffrie, Dewi Astiti 2014 (1)	Pola makan dan pantangan makan tidak berhubungan dengan kekurangan energi kronis pada ibu hamil	Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan rancangan cross sectional dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berada di Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul.	Hasil uji <i>chi-square</i> menunjukkan tidak ada hubungan antara pola makan dan pantangan makan dengan kejadian KEK pada ibu hamil ($p>0,05$). Sebanyak 17,91% ibu hamil berisiko KEK, 20,99% diantaranya mempunyai pola makan pokok (nasi) yang kurang dan 20,22% masih mempunyai pantangan makan. Makanan yang dipantang yaitu makanan sumber protein, sumber vitamin dan mineral (buah dan sayur), dan bahan makanan sumber energi.	Perbedaannya pola makan yang diteliti oktriyani yaitu makanan pokok, sumber protein, sumber vitamin dan mineral dan pantangan makan tidak berhubungan dengan kekurangan energi kronis pada ibu hamil. Sedangkan pada penelitian ini pola makan yang akan diteliti yaitu (jenis, frekuensi, dan jumlah asupan)	Persamaan pada uji statistik yang digunakan adalah <i>chi-square</i> dengan desain penelitian yang sama yaitu <i>cross sectional</i> .

DAFTAR PUSTAKA

1. Oktriyani, Juffrie Muhammad, Astiti Dewi. Pola Makan dan Pantangan Makan Tidak Berhubungan Dengan Kekurangan Energi Kronis Pada Ibu Hamil. [Internet]. 2014: 159-169. Available from : <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/IJND/article/view/298>
2. Marindratama Hasmeinda. Hubungan Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil Trimester III Dengan Berat Bayi Lahir Di Kabupaten Semarang [Skripsi]. Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta ; 2014.
3. Harti Budhi Leny , Kusumastuty Inggita, Hariadi Irwan. Hubungan Status Gizi dan Pola Makan terhadap Penambahan Berat Badan Ibu. [Internet]. Indonesian Journal of Human Nutrition ; 2016. Available from: <http://id.portalgaruda.org/?ref=search&mod=document&select=title&q=Hubungan+Status+Gizi+dan+Pola+Makan+terhadap+Penambahan+Berat+Badan+Ibu+Hamil&button=Search+Document>
4. Candrasari A, Yusuf AR, Fiftin DA, Arfa BF, Hasmeinda M. Hubungan Antara Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil Dengan Berat Badan Lahir Bayi Di Kabupaten Semarang. [Internet]. Jurnal Biomedika ; 2015. Available from : <http://id.portalgaruda.org/index.php?ref=search&mod=document&select=title&q=hubungan+antara+pertambahan+berat+badan+ibu+hamil+dengan+berat+badan+lahir+bayi+di+kabupaten+semarang&button=Search+Document>
5. Setiani Nur. Hubungan Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat Ibu Hamil Terhadap Penambahan Berat Bbadan Kehamilan Selama Tiga Bulan Di Kecamatan Turi Dan Kecamatan Tempel [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada; 2016.
6. Depkes RI. Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu. Jakarta: Dirjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak; 2012
7. Aprianti Eka. Gambaran Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kasihan I Bantul Yogyakarta Tahun 2017 [Karya Tulis Ilmiah]. Yogyakarta: Stikes Jendral Achmad Yani; 2017.
8. Profil Puskesmas Sedayu I dan Puskesmas Sedayu II Kabupaten Bantul Yogyakarta, 2016.
9. Carr Harriette, Brownwen P, Kass O, Elizabeth A, Aimee H, Pat T, et al. Guidance for Healthy Weight Gain in Pregnancy. Zew Zealand: Ministry of Health; 2014.

10. Triwijayanti Puji. *Asupan Makanan, IMT, dan Kenaikan Berat Badan Hamil di Kelurahan Tanah Baru Kota Bogor Tahun 2012* [Skripsi]. Depok: Universitas Indonesia; 2012.
11. Waryana. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama; 2010.
12. Sulistyoningsih Hariyani. *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2011.
13. Istiany, A. Dan Rusilanti. *Gizi Terapan*. Bandung: PT. Remaja Roskadarya; 2014.
14. Institute of Medicine. *Weight Gain During Pregnancy: Reexamining The Guidelines*. Washington: National Academy Press. 2009.
15. Sharlin J. dan Edelstein S. *Essentials of Life Cycle Nutrition*. Canada: Jones and Bartlett Publishers; 2011. 1-35.
16. Aisyah, R.D., Rusmariana, A., Mujiati, D. Frekuensi Kunjungan ANC (Antenatal Care) Pada Ibu Hamil Trimester III. [Internet]. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)* ; 2015. Available from : <http://id.portalgaruda.org/?ref=search&mod=document&select=title&q=Fr ekuensi+Kunjungan+ANC+%28Antenatal+Care%29+Pada+Ibu+Hamil+Trimester+III&button=Search+Document>
17. Saifudin AB, Hanifa Gulandri, Waspodo Joko, *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal & Neonatal*. 1 st ed. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2014.
18. Guyton, Arthur C. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. 1 st ed. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2006
19. Dewi, Astri Purna. *Hubungan Antara Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil Dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di RSUD Dr. Moewardi Surakarta* [Karya Tulis Ilmiah]. Surakarta: Universitas Sebelas Maret; 2009.
20. Salmah. *Asuhan Kebidanan Antenatal*. 1 st ed. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2006
21. Ariani, AP. *Ilmu Gizi*. 1 st ed. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017
22. Mufdlilah. *ANC Fokus (Antenatal Care Focused)*, 1 st ed. Yogyakarta: Nuha Medika; 2009

23. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman pelayanan Gizi di Puskesmas, Direktorat Jendral bina Gizi dan KIA. Jakarta ; 2014
24. Adriani Merryana, Bambang Wirjatmadi. Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana Prenada Media Group; 2012.
25. Supariasa, dkk. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2001
26. Suhardjo. Berbagai Cara Pendidikan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara; 2003.
27. Arikunto, S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta; 2010
28. Machfoedz, Ircham. *Metodologi Penelitian (Kuantitatif dan Kualitatif) Bidang Kesehatan, Keperawatan, Kebidanan, Kedokteran*. Yogyakarta: Fitramaya; 2016
29. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta; 2010
30. Waluya B. *Rancangan Metode Penelitian Sosial*. Bandung: PT. Setia Purna Inves; 2007
31. Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
32. Chu, SY. et al. Gestational weight gain by body mass index among US women delivering live births, 2005-2004: fueling future obesity. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*. 2009.
33. Lutviana E, Budiono I. Prevalensi dan Determinan Kejadian Gizi Kurang pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2010; 5(2): 138-144.
34. Ermawati Reny Oktarika. Analisis Ketahanan Pangan Rumah Tangga Miskin Pada Daerah Rawan Banjir di Kecamatan Jebres Kota Surakarta [Skripsi]. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.; 2011.
35. Nurhayati Eka. Indeks Massa Tubuh (IMT) Pra Hamil dan Kenaikan Berat Badan Ibu Selama Hamil Berhubungan dengan Berat Badan Bayi Lahir. [Internet]. 2016; 4 (1), 1-5. Available from : <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/219/213>
36. Kramer, MS. Determinant of Low Birth Weight: Methodological Assesment and Meta Analysis. *Bulletin of World Health Organization*. 1987.

37. Fajrina, Adiba. Hubungan Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil dengan Berat Bayi Lahir di Klinik Bersalin Ciampea Kota Bogor Tahun 2011. [Skripsi]. Depok: Universitas Indonesia; 2011.
38. Profil Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta, 2017.
39. Indriany, Helmyati Siti, Astria Bunga. Tingkat Sosial Ekonomi Tidak Berhubungan dengan Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil. [Internet]. 2014: 116-125. Available from : <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/IJND/article/view/293/265>
40. Petrika Yanuarti, Hadi Hamam, Nurdiati Detty Siti. Tingkat Asupan Energi dan Ketersediaan Pangan Berhubungan dengan Resiko Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil. [Internet]. Available from : <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/IJND/article/view/295>
41. Karima K, Achadi EL. Status Gizi Ibu dan Berat Badan Lahir Bayi. [Internet]. Available from: <http://journal.fkm.ui.ac.id/kesmas/article/view/57>
42. Narasiang R. Bezaluel, Mayulu Nelly, Kawengian Shirley. Gambaran Pola Konsumsi Makanan Pada Ibu Hamil di Kota Manado. [Internet]. Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/14625>
43. Widy US. Analisa Pola Makan Ibu Hamil Dengan Kondisi Kurang Energi Kronik (KEK) di Kecamatan Bobotsari, Kabupaten Purbalingga [skripsi]. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta; 2014
44. Hesse R. Analisis Produksi dan Konsumsi Beras Dalam Negeri Serta Implikasinya Terhadap Swasembada Beras Di Indonesia [skripsi]. Bogor: Institut Pertanian Bogor; 2009.
45. Christianto E. Faktor yang memengaruhi volume impor beras di Indonesia. Jurnal JIBEKA. 2013;7:38-43
46. Fatma. Gambaran Pola Makan dan Perilaku Sehat Ibu Hamil di Kotif Depok.[Internet]. Available from: <https://lib.ui.ac.id/abstrakpdf.jsp?id=76265>
47. Hasanah Nurul Deuis, Febrianti, Minsarnawati. Kebiasaan Makan Menjadi Salah Satu Penyebab Kekurangan Energi Kronis (KEK) Pada Ibu Hamil Di Poli Kebidanan RSI&A Lestari Cirendeui Tangerang Selatan. [Internet]. Available from: <https://media.neliti.com/.../106703-ID-kebiasaan-makan-menjadi-salah-satu-penye.pdf>

48. Afrilia Mardiana Eka. Hubungan Karakteristik Ibu Dengan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Bagi Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Palmerah Tahun 2013. [Internet]. Available from:
<https://jurnal.umt.ac.id/index.php/imj/article/download/147/103>
49. Nurlinda Andi, Sukandar Dadang, Khomsan Ali, Tanziha Ikeu. Optimasi Konsumsi Pangan Bagi Ibu Hamil Berdasarkan Kecukupan Gizi, Kebiasaan Pangan Dan Pendapatan. . [Internet]. Available from:
<https://media.neliti.com/media/publications/27368-ID-optimasi-konsumsi-pangan-bagi-ibu-hamil-berdasarkan-kecukupan-gizi-kebiasaan-pan.pdf>
50. Nurunnayah Siti , Mulyanti, Octafiyani Nur Rita. Tingkat Pengetahuan tentang Persiapan Kehamilan pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta. [Internet]. 2014: 9 -13. Available from :
<https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/18/17>