



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 6634-6643

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Analisis Efektivitas Asupan Nutrisi Untuk Ibu Hamil dalam Mencegah Stunting

Heri Ridwan^{1✉}, Popi Sopiah², Ira Nur Aeni³, Jans Riva Putri⁴, M. Raihan Fadhil Azhar⁵, Puput Bela Aprilia⁶, Selly Marsellina⁷, Shelfiana Nofelinda⁸

Program Studi S1 Keperawatan Kampus Sumedang

Universitas Pendidikan Indonesia

Email: heriridwan@upi.edu^{1✉}

Abstrak

Stunting adalah kondisi dimana gagal tumbuh pada balita yang ditandai dengan tinggi badan di bawah standar untuk usia mereka. Penyebab utama stunting adalah kekurangan gizi kronis yang sering dimulai sejak masa kehamilan. Asupan nutrisi yang tidak memadai dari ibu hamil berpengaruh besar terhadap pertumbuhan janin. Asupan nutrisi yang adekuat, termasuk kalori, protein, vitamin, dan mineral, sangat penting untuk mendukung pertumbuhan janin dan mencegah risiko stunting. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas asupan nutrisi bagi ibu hamil dalam mencegah stunting, dengan mempertimbangkan berbagai faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu dan anak. Metodologi yang digunakan pada penelitian ini adalah tinjauan pustaka. Sumber literatur yang digunakan adalah Google Scholar dan Semantic. Persyaratan Inklusi literatur meliputi berdasarkan judul, kata kunci Nutrisi, Ibu hamil, Stunting, kesesuaian abstrak, peninjauan penuh teks, dan akhirnya evaluasi kualitas untuk menilai keabsahan dan reliabilitas masing-masing studi yang sesuai dengan topik yang akan dibahas dengan rentang tahun 2019-2024. Penelitian ini mengungkap temuan efektivitas asupan nutrisi yang cukup pada ibu hamil dan faktor-faktor lingkungan seperti kurangnya pengetahuan dan gaya hidup dapat mempengaruhi pencegahan risiko stunting pada janin yang akan dilahirkannya, dengan asupan makronutrient yang baik seperti protein, Vitamin A, C, K, E dan B kompleks, magnesium, zat besi, asam folat, serat, energi, lemak tak jenuh, karbohidrat, serat, kalsium, besi, vitamin B1 & B2 dapat mencegah terjadinya stunting. Suplementasi nutrisi bagi ibu hamil juga berhubungan signifikan dengan kesehatan bayi baru lahir, menunjukkan bahwa status gizi ibu mempengaruhi janin yang akan dilahirkan tidak mengalami stunting.

Kata kunci: *Nutrisi, Stunting, Ibu Hamil*

Abstract

Stunting is a condition of failure to thrive in toddlers characterized by below-standard height for their age. The main cause of stunting is chronic malnutrition which often starts during pregnancy. Inadequate nutritional intake from pregnant women has a major effect on fetal growth. Adequate nutrient intake, including calories, protein, vitamins and minerals, is essential to support fetal growth and prevent the risk of stunting. This study aims to analyze the effectiveness of nutritional intake for pregnant women in preventing stunting, taking into account various factors that affect maternal and child health. The methodology used in this research is a literature review. The literature sources used were Google Scholar and Semantic. Literature inclusion requirements include based on the title, keywords Nutrition, Pregnant women, Stunting, abstract suitability, full text review, and finally quality evaluation to assess the validity and reliability of each study that matches the topic to be discussed with the range of years 2019-2024. This study reveals the findings of the effectiveness of adequate nutritional intake in pregnant women and environmental factors such as lack of knowledge and lifestyle can affect the prevention of stunting risk in the fetus that will be born, with good macronutrient intake such as protein, Vitamins A, C, K, E and B complex, magnesium, iron, folic acid, fiber, energy, unsaturated fat, carbohydrates, fiber, calcium, iron, vitamins B1 & B2 can prevent stunting. Nutritional supplementation for pregnant women is also significantly associated with newborn health, indicating that the nutritional status of the mother influences the fetus to be born without stunting.

Keywords: Nutrition, Stunting, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi yang sering terjadi pada anak sejak lahir hingga usia awal. Permasalahan kurang gizi dan stunting cukup umum di Indonesia, dimana sepertiga anak di bawah lima tahunan memiliki tinggi badan di bawah rata rata. Indonesia menempati peringkat kelima dunia dalam jumlah anak yang mengalami stunting (Millennium Challenge, 2018). Kondisi ini ditandai dengan pertumbuhan fisik yang terhambat pada anak di bawah usia lima tahun, yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan faktor lingkungan (Beal et al., 2018; Pangaribuan et al., 2022). Data menunjukkan bahwa stunting dapat mempengaruhi perkembangan kognitif dan fisik anak, yang berimplikasi pada kualitas hidup dan produktivitas di masa depan (Margatot & Huriah, 2021; Erfina et al., 2023). Oleh sebab itu, proses pencegahan stunting harus dimulai pada masa kehamilan, di mana asupan nutrisi ibu hamil memainkan peran yang begitu penting dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan janin yang optimal (Prameswari, 2024; Likhar & Patil, 2022).

Nutrisi maternal yang baik selama masa kehamilan tidak hanya mendukung kesehatan ibu, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan anak yang akan dilahirkan. Penelitian menunjukkan bahwa kekurangan nutrisi pada ibu hamil dapat memicu berbagai

permasalahan kesehatan, termasuk kelahiran bayi dengan berat badan rendah dan stunting (Yaya et al., 2019; Metasari et al., 2021).

Asupan nutrisi yang adekuat, termasuk kalori, protein, vitamin, dan mineral, begitu penting untuk mendukung pertumbuhan janin dan mencegah risiko stunting (Prameswari, 2024; Likhari & Patil, 2022). Selain itu, faktor-faktor seperti pendidikan ibu, status sosial ekonomi, dan akses terhadap pelayanan kesehatan juga berpengaruh terhadap asupan nutrisi dan kesehatan ibu hamil (Beal et al., 2018; Kuhnt & Vollmer, 2017).

Intervensi gizi yang tepat dan edukasi tentang pentingnya nutrisi selama kehamilan dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai asupan makanan yang seimbang (Young et al., 2018; Erfina et al., 2023). Program-program intervensi yang melibatkan penyuluhan gizi dan dukungan sosial dapat berkontribusi pada pengurangan angka stunting di masyarakat (Metasari et al., 2021; Erfina et al., 2023). Oleh karena itu, penting untuk melakukan analisis terhadap efektivitas asupan nutrisi bagi ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting, guna merumuskan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak di Indonesia.

Dengan memahami hubungan antara asupan nutrisi ibu hamil dan risiko stunting, diharapkan dapat diambil langkah-langkah konkret untuk meningkatkan status gizi ibu dan anak, serta mengurangi angka stunting di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas asupan nutrisi bagi ibu hamil dalam mencegah stunting, dengan mempertimbangkan berbagai faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu dan anak.

METODE PENELITIAN

Studi ini menggunakan metode *literature review* untuk menyusun dan menganalisis temuan-temuan penelitian yang relevan terkait dengan topik Nutrisi Untuk Ibu Hamil Dalam Mencegah Stunting. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pencarian sistematis di berbagai basis data ilmiah melalui aplikasi Publish or Perish (PoP), termasuk tetapi tidak terbatas pada Google Scholar dan Semantic untuk memastikan cakupan komprehensif literatur. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian diformulasikan melalui proses literatif menggunakan kata kunci Nutrisi, Ibu hamil, dan Stunting untuk mempersempit hasil pencarian yang relevan. Studi yang diidentifikasi dibatasi pada publikasi dalam jangka waktu 2019-2024 tahun terakhir guna mempertahankan relevansi terhadap tren terbaru dalam bidang ini. Setiap artikel yang diperoleh melalui pencarian awal kemudian disaring menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi yang ketat. Kriteria inklusi mencakup penelitian yang diterbitkan dalam jurnal peer-reviewed, dalam bahasa Indonesia, serta penelitian yang secara eksplisit membahas Nutrisi Untuk Ibu Hamil Dalam Mencegah Stunting. Sementara

itu, kriteria eksklusi melibatkan studi non-empiris, artikel ulasan yang tidak mencakup analisis mendalam, serta publikasi yang tidak memenuhi standar metodologi yang ditentukan. Proses seleksi artikel dilakukan dalam tiga tahap: seleksi awal berdasarkan judul dan abstrak, peninjauan penuh teks, dan akhirnya evaluasi kualitas untuk menilai keabsahan dan reliabilitas masing-masing studi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

No	Peneliti	Tahun	Judul	Jenis Penelitian	Hasil Penelitian
1	Yona Desni Sagita, Psiari Kusuma Wardani	2019	STATUS GIZI DAN USIA IBU SAAT HAMIL DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 1-5 TAHUN	Penelitian kuantitatif	Penelitian ini menekankan pentingnya asupan gizi ibu selama masa kehamilan dalam upaya pencegahan stunting pada anak. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara status gizi ibu hamil dengan kejadian stunting pada balita usia 1-5 tahun. Dengan nilai p sebesar 0,032, diketahui bahwa ibu yang mengalami kekurangan energi kronis (KEK) memiliki risiko 3,864 kali lebih tinggi untuk melahirkan anak yang mengalami stunting.
2	Salmon Charles P. T. Siahaan	2023	Korelasi suplementasi nutrisi terhadap ibu hamil kurang energi kronis untuk pencegahan kejadian stunting	Uji Eksperimental	Penelitian ini mengeksplorasi hubungan antara suplementasi nutrisi pada ibu hamil dengan kurang energi kronis (KEK) dan pencegahan stunting pada bayi baru lahir. ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara status gizi ibu hamil, yang diukur melalui berat badan, lingkar lengan atas (LILA), dan kadar hemoglobin (Hb), dengan berat badan bayi lahir. Intervensi nutrisi yang mencakup suplementasi mikronutrien seperti zat besi, kalsium, asam folat, dan DHA, serta kecukupan kalori, terbukti mempengaruhi berat lahir bayi dan mencegah stunting. Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor-faktor tersebut saling berkorelasi dan berkontribusi pada kesehatan bayi baru lahir. Berdasarkan data yang diperoleh, karakteristik dasar dari sampel penelitian

					yang terdiri dari wanita hamil dengan kurang energi kalori (KEK) menunjukkan rata-rata usia ibu $27,33 \pm 4,8$ tahun, usia kehamilan $29,22 \pm 1,15$ minggu, berat badan sebelum hamil $43,00 \pm 4,70$ kg, tinggi badan $154,56 \pm 4,30$ cm, BMI $17,97 \pm 1,51$, serta tekanan sistolik $105,44 \pm 7,07$ mmHg dan tekanan diastolik 58 - 80 mmHg. Penelitian ini mendukung temuan sebelumnya yang menunjukkan pentingnya gizi ibu selama kehamilan untuk hasil kelahiran yang baik dan menekankan pentingnya nutrisi yang baik selama kehamilan untuk mencegah stunting.
3	Hemi Fitriani, Achmad Setya R, Popy Nurdiana	2020	<i>Risk Factors of Maternal Nutrition Status During Pregnancy to Stunting in Toddlers Aged 12-59 Months</i>	Studi Analitik	Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar balita yang mengalami stunting adalah anak-anak dari ibu yang mengalami kekurangan gizi selama kehamilan. Masalah gizi buruk pada ibu hamil masih menjadi isu serius di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Faktor seperti tingkat pendidikan, pengetahuan ibu, dan status sosial ekonomi menjadi penyebab utama (Irianto, 2014; Notifa et al., 2016). Faktor-faktor ini umumnya ditemukan pada penduduk migran perkotaan. Ibu hamil sering kali tidak dapat mengubah pola makan sehari-hari sesuai dengan pendapatan yang dimiliki. Selain itu, keterampilan ibu dalam memilih makanan memerlukan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya gizi selama kehamilan. Kurangnya pengetahuan dan informasi menyebabkan ibu hamil mengonsumsi makanan berdasarkan ketersediaan dan keinginan, hanya untuk mengatasi rasa lapar tanpa mempertimbangkan kandungan gizinya.
4	Nyna Puspita Ningrum, Nina	2020	Cegah Stunting Sejak Dini dengan Makanan	Pengabdian Masyarakat	Tujuan penelitian ini untuk membenahi masalah stunting yang masih tinggi sebesar 32,81% di Jawa Timur lebih tinggi dari kejadian stunting Nasional. Ini terjadi

	Hidayatu nnikmah, Tetty Rihardini ³		Bergizi untuk Ibu Hamil		karena kurangnya asupan nutrisi yang baik dengan mengabdikan pada masyarakat, dengan membuat program teknik food recall yaitu dengan membuat makanan yang bernutrisi yang masing-masing memiliki kandungan gizi dan manfaat penting bagi ibu hamil untuk program pencegahan stunting. Kandungan gizi seperti protein, Vitamin A, C, K, E dan B kompleks, magnesium, zat besi, asam folat, serat, energi, lemak tak jenuh, karbohidrat, serat, kalsium, besi, vitamin B1 & B2 sangat mendukung perkembangan janin agar bayi lahir tidak mengalami stunting.
5	Umi Fahmida, Indriya Laras Pramesthi , Sari Kusuma, Giri Wurjanda ru, and Doddy Izwardy	202 2	<i>Problem Nutrients and Food-Based Recommendations for Pregnant Women and Under-Five Children in High-Stunting Districts in Indonesia</i>	Analysis linear program ming	Penelitian ini mendata jumlah subjek data asupan makanan dan jumlah item makanan yang dilakukan dalam analisis programmer linear, menurut distrik dan kelompok usia dan dihasilkan di antara 10 distrik pola pangan sangat bervariasi sebagaimana tercermin dari Jumlah rata rata jenis pangan terendah berada di Lanny Jaya, Papua yaitu 20 jenis pangan. Sedangkan di Lampung Tengah yaitu 171 jenis pangan. Maka dari itu Ibu hamil perlu memenuhi beberapa asupan makanan seperti kalsium, vit C, tiamin, riboflavin, niacin, vitamin B-6, folat, vitamin B-12, vitamin A RE, besi, zinc. Sehingga pentingnya memastikan asupan gizi yang cukup bagi ibu hamil, karena hal ini memungkinkan intervensi yang lebih layak dan tepat waktu untuk mencegah stunting.

Pembahasan

Artikel pertama yang ditulis oleh Yona Desni Sagita dan tim (2019) menjelaskan bahwa penelitian ini menemukan adanya hubungan signifikan antara status gizi ibu selama kehamilan dan kejadian stunting pada anak. Status gizi yang kurang baik, seperti yang terjadi pada ibu yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), dapat mengakibatkan kondisi bayi yang tidak optimal. Ketika seorang ibu tidak mendapatkan nutrisi yang cukup selama kehamilan, kebutuhan gizi untuk pertumbuhan janin akan terhambat, sehingga

meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). BBLR sendiri adalah salah satu faktor yang dapat menyebabkan stunting pada anak di masa depan. Peneliti juga menyatakan bahwa usia ibu tidak memiliki hubungan langsung dengan kejadian stunting. Meskipun usia bisa berpengaruh, perannya lebih bersifat tidak langsung. Faktor usia berkontribusi pada aspek psikologis, seperti kesiapan mental ibu dalam menghadapi kehamilan dan kemampuannya untuk merawat anak. Ibu yang lebih berpengalaman cenderung lebih mampu memberikan perhatian dan gizi yang baik kepada bayi, yang pada gilirannya mendukung perkembangan anak secara keseluruhan. Di samping itu, ibu yang berada pada usia yang lebih matang mungkin lebih terbuka untuk mendapat informasi dan pengetahuan dari berbagai sumber, termasuk internet, tentang cara merawat dan memberi gizi pada anak. Dengan pengalaman dan pengetahuan yang lebih baik, orangtua dapat lebih efektif dalam mendukung tumbuh kembang anak, sehingga mengurangi risiko stunting yang mungkin terjadi. Penelitian ini menekankan pentingnya perhatian terhadap status gizi ibu selama kehamilan untuk mencegah masalah kesehatan pada anak di masa depan.

Artikel Kedua oleh Salmon Charles P.T. Siahaan (2023) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pemberian nutrisi makronutrient yang cukup pada ibu hamil dibandingkan sebelumnya pemberian makronutrien yang kurang pada ibu hamil hamil KEK ($P = 0,015$). Dalam Penelitian ini menggunakan objek penelitian ibu hamil dengan kurang energi. Hal ini menunjukkan bahwa faktor makronutrient berperan penting pada perkembangan janin, pemberian makronutrient yang baik pada ibu hamil dapat berpengaruh pada berat badan bayi baru lahir. Nutrisi yang cukup pada ibu hamil dapat menguntungkan pada sang ibu dan janinnya, yang dimana sang ibu menjadi lebih terlihat sehat dan pemberian makronutrient yang cukup dapat mencegah bayi lahir stunting.

Artikel Ketiga oleh Hemi Fitriani (2020) menyatakan bahwa status gizi buruk pada masa kehamilan berpotensi mengurangi tinggi badan janin serta berisiko menyebabkan anak mengalami stunting sebanyak tiga belas kali lipat dibandingkan ibu dengan status gizi baik pada masa kehamilan. Serta status gizi ibu juga menentukan cadangan zat gizi yang dibutuhkan untuk organogenesis janin, termasuk pembentukan organ tulang. Bahan dasar pembentuk tulang janin kolagen diperoleh dari ibu. Jika ibu tidak dapat memenuhi kebutuhan ini, maka pembentukan kerangka tulang rawan janin dan pusat osifikasi primer di ruas tulang belakang dan tulang panjang akan terhambat. Selain itu Ibu merupakan sumber utama kalsium dalam kehidupan fetus melalui plasenta yang secara aktif bergerak melawan gradien dan konsentrasi elektrokimia.

Artikel Keempat oleh Nyna Puspita Ningrum dkk (2020) menunjukkan bahwa makanan yang bernutrisi sangat baik bagi ibu hamil dan janin agar bayi yang dilahirkannya tidak

mengalami stunting. Disebutkan pada artikel ini bahwa bahan-bahan seperti tahu, ayam, wortel, telur, kentang dan daun kelor mempunyai kandungan gizi yang baik yang didalamnya terdapat protein, magnesium, zat besi, asam folat, serat, energi, lemak tak jenuh, karbohidrat, serat, kalsium, besi, Vitamin A, C, K, E dan B kompleks, vitamin B1 & B2 yang merupakan asupan yang penting bagi ibu hamil dan janin agar bayi yang dilahirkan tidak mengalami stunting dengan terpenuhinya asupan nutrisi yang baik diharapkan melalui pengabdian ini angka stunting di daerah Jawa Timur bisa berkurang.

Artikel Kelima oleh Umi Fahmida, dkk (2022) menunjukkan bahwasannya masalah gizi ini sangat berpengaruh kepada masalah stunting, salah satunya makanan padat gizi, makanan padat gizi ini sangat penting untuk mencapai asupan zat gizi yang memadai dan terpenuhi. Di Indonesia terdapat populasi yang beragam dengan perbedaan pola pangan dan ketersediaan pangan sehingga sangat diperlukan untuk memenuhi asupan makanan bagi ibu hamil, untuk pencegahan stunting. Dibuktikan dengan data dari 10 distrik didapatkan jumlah rata-rata jenis pangan terendah berada di Lanny Jaya, Papua yaitu 20 jenis pangan didapatkan dari hamil, Sedangkan di Lampung Tengah yaitu 171 jenis pangan.

Temuan tersebut juga menyoroti pentingnya memastikan asupan gizi yang cukup bagi ibu hamil, karena hal ini memungkinkan intervensi yang lebih layak dan tepat waktu untuk mencegah stunting. Berdasarkan persentase rata-rata RNI dalam skenario terburuk dan membandingkannya dengan tingkat kecukupan (perkiraan kebutuhan rata-rata, atau 65% dari RNI) selain zat besi dan folat (masing-masing 28% dan 61% dari RNI), peneliti juga menemukan kesenjangan dalam vitamin A, B-12, dan C (22–50% dari RNI). Karena meta-analisis terkini menunjukkan bahwa suplementasi beberapa mikronutrien (MMS) dapat mengurangi berat badan lahir rendah, risiko kelahiran prematur, dan kecil untuk usia kehamilan dibandingkan dengan IFA saja, temuan peneliti menunjukkan bahwa MMS harus dipertimbangkan mengingat kesenjangan nutrisi dalam beberapa mikronutrien yang masih ada bahkan setelah FBR dioptimalkan.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang kami kumpulkan menunjukkan bahwa nutrisi yang cukup bagi ibu hamil pada status gizi yang baik sangat penting dalam pencegahan stunting. Mayoritas ibu hamil memiliki asupan kurang mengenai nutrisi yang diperlukan selama kehamilan, yang meningkatkan risiko stunting pada anak. Nutrisi penting seperti makronutrien yaitu kalsium, zat besi, asam folat, protein, serta vitamin dan mineral harus diperhatikan untuk mendukung perkembangan janin dan mencegah stunting. Faktor-faktor seperti pendidikan, usia, pekerjaan, dan pengalaman kehamilan mempengaruhi perilaku

pengecehan stunting. Pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang asupan gizi. Suplementasi nutrisi bagi ibu hamil juga berhubungan signifikan dengan kesehatan bayi baru lahir, menunjukkan bahwa status gizi ibu mempengaruhi janin.

DAFTAR PUSTAKA

- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. (2018). A review of child stunting determinants in indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 14(4). <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Erfina, E., Hariati, S., & Tawali, S. (2023). Development and evaluation of nursing intervention in preventing stunting in children of adolescent mothers: a mixed-methods research protocol. *Nutrition and Health*, 29(3), 369-375. <https://doi.org/10.1177/02601060231181712>
- Fahmida, U., Pramesthi, I. L., Kusuma, S., Wurjandaru, G., & Izwardy, D. (2022). Problem Nutrients and Food-Based Recommendations for Pregnant Women and Under-Five Children in High-Stunting Districts in Indonesia. *Current Developments in Nutrition*, 6(5), nzac028. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzac028>
- Hemi Fitriani, A. S. R., & Nurdiana, P. Risk Factors of Maternal Nutrition Status During Pregnancy to Stunting in Toddlers Aged 12–59 Months. DOI : 10.24198/jkp
- Kuhnt, J. and Vollmer, S. (2017). Antenatal care services and its implications for vital and health outcomes of children: evidence from 193 surveys in 69 low-income and middle-income countries. *BMJ Open*, 7(11), e017122. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-017122>
- Likhar, A. and Patil, M. (2022). Importance of maternal nutrition in the first 1,000 days of life and its effects on child development: a narrative review. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.30083>
- Margatot, D. and Huriah, T. (2021). The effectiveness of women empowerment in preventing stunting in children aged 6-59 months. *Bali Medical Journal*, 10(3), 1230-1234. <https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2852>
- Metasari, A. and Susilawati, S. (2021). The community empowerment in stunting prevention at posyandu cenrana district bone regency. *International Journal of Community Service (Ijcs)*, 2(2), 37-42. <https://doi.org/10.55299/ijcs.v2i2.270>
- Pangaribuan, I., Said, F., Dewi, E., & Siahaan, N. (2022). Factors affecting the event stunting in tolls at sei bamban health center batang satan district langkat district year 2020. *International Journal of Midwifery Research*, 2(1). <https://doi.org/10.47710/ijmr.v2i1.25>

- Prameswari, G. (2024). Nutritional status of pregnant women and its impact on child stunting incidence in indonesia: literature review. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 21(1), 1912-1915. <https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.21.1.0145>
- Yaya, S., Uthman, O., Ekholuenetale, M., Bishwajit, G., & Adjiwanou, V. (2019). Effects of birth spacing on adverse childhood health outcomes: evidence from 34 countries in sub-saharan africa. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 33(20), 3501-3508. <https://doi.org/10.1080/14767058.2019.1576623>
- Young, M., Nguyen, P., González-Casanova, I., Addo, O., Tran, L., Nguyen, S., ... & Ramakrishnan, U. (2018). Role of maternal preconception nutrition on offspring growth and risk of stunting across the first 1000 days in vietnam: a prospective cohort study. *Plos One*, 13(8), e0203201. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0203201>
- Ningrum, N. P., Hidayatunnikmah, N., & Rihardini, T. (2020). Cegah stunting sejak dini dengan makanan bergizi untuk ibu hamil. *E-Dimas*, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Diakses dari <https://journal.upgris.ac.id/index.php/e-dimas/article/view/5616>
- Sagita, Y. D., & Wardani, P. K. (2022). Status gizi dan usia ibu saat hamil dengan kejadian stunting pada balita usia 1-5 tahun. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 3(2), 115-122. <https://doi.org/10.30604/jaman.v3i2.485>
- Siahaan, S. C. (2023). Korelasi suplementasi nutrisi terhadap ibu hamil kurang energi kronis untuk pencegahan kejadian stunting. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 23(1). DOI: 10.24815/jks.v23i1.25446