

# **GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SELAMA KEHAMILAN DI SENTRU SAUDE KOMUNITARIA (SSK) SAME MUNICIPIO DE MANUFAHI TIMOR-LESTE**

**(viii + 42 halaman + 5 tabel + 9 lampiran)**

## **Abstrak**

**Latar Belakang** Status gizi ibu hamil yang erat kaitannya dengan berat badan ibu sebelum hamil sangat mempengaruhi pertumbuhan janin dalam kandunga. Gizi yang optimal akan membantu mempercepat tumbuh kembang janin begitu pula sebaliknya. Perubahan status gizi dan berat badan yang tidak sesuai akan menimbulkan komplikasi pada janin. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang gizi dalam kehamilan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan Penelitian ini merupakan deskriptif kualitatif untuk melihat Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Selama Kehamilan Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang ada di Sentru Saúde Komunita Same munisipio de Manufahi Timor-Leste sebanyak 45 ibu hamil sebagai dasar dalam penelitian. Metode menggunakan total populasi.

**Hasil:** 45 responden yang diteliti menunjukkan bahwa Pengetahuan ibu mayoritas responden berada pada kategori cukup sebanyak 35 responden (77,8%) dan Pengetahuan ibu minoritas responden berada pada kategori cukup sebanyak 10 responden.

**Kata kunci:** Pengetahuan ibu, gizi masa kehamilan

Ngudi Waluyo University  
Bachelor of Midwifery Study Program, Faculty of Health  
Thesis, February, 2025  
Saturnina Soares NIM. 157232077

OVERVIEW OF PREGNANT WOMEN'S KNOWLEDGE ABOUT NUTRITION  
DURING  
PREGNANCY AT THE COMMUNITY HEALTH CENTER (SSK) SAME MUNICIPIO  
DE MANUFAHI TIMOR-LESTE

**Abstract**

**Background**The nutritional status of pregnant women which is closely related to the **mother's** weight before pregnancy greatly affects the growth of the fetus in the womb. Optimal nutrition will help accelerate the growth and development of the fetus and vice versa. Changes in nutritional status and inappropriate weight will cause complications in the fetus. The purpose of this study is to find out the overview of pregnant women's knowledge about nutrition in pregnancy.

**Method:** This study uses This study is a qualitative descriptive to see the Overview of Pregnant Women's Knowledge about Nutrition During Pregnancy The population in this study is all pregnant women in the Pusat Saúde Komunita Same municipality de Manufahi Timor-Leste as many as 45 pregnant women as the basis for the study. The method uses the total population.

**Results:** 45 respondents surveyed showed that the knowledge of the majority of respondents was in the sufficient category of 35 respondents (77.8%) and the knowledge of minority respondents

## PENDAHULUAN

Kehamilan adalah masa terpenting untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan suatu kehamilan adalah gizi. Status gizi ibu hamil pada waktu pembuahan dan selama kehamilan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin yang sedang dikandung. Status gizi pada trimester pertama akan sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan embrio pada masa perkembangan dan pembentukan organ- organ tubuh. Pada trimester II (kedua) dan III (ketiga) kebutuhan janin terhadap zat- zat gizi semakin meningkat. Jika tidak terpenuhi, plasenta akan kekurangan zat makanan sehingga akan mengurangi kemampuannya dalam mensintesis zat- zat yang dibutuhkan oleh janin (Pratamawati, 2011).

Masalah gizi merupakan penyebab kematian ibu dan anak secara kondisi ibu dan janin, meminimalkan risiko perdarahan sebagai salah satu akibat dari kekurangan zat besi. Rendahnya asupan gizi dapat mempengaruhi status ibu hamil selama kehamilan. Risiko melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Bayi dengan BBLR memiliki peluang meninggal 35 (tiga puluh lima) kali lebih tinggi dibandingkan dengan berat badan lahir di atas 2500 gram pengawasan ibu hamil dilakukan untuk menemukan dan memperbaiki faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin neonates (Arisman,2009).

Selama kehamilan terjadi peningkatan volume darah (hypervolumia). Hypervolumia sebagai hasil dari peningkatan volume plasma dan eritrosit (sel darah merah) yang beredar dalam tubuh. Peningkatan yang terjadi tidak seimbang, peningkatan volume plasma 30%40%, peningkatan sel darah merah 18%-30% dan hemoglobin 19%. Hemodilusi terjadi sejak kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya pada kehamilan 32-36 minggu. Bila hemoglobin

ibu sebelum hamil sekitar 11gr% maka terjadi hemodilusi akan mengakibatkan anemia dan Hb ibu akan terjadi 9,5-10 gr% (Wiknjosastro,2012). Pengukuran lingkaran lengan atas (LLA) pada ibu hamil berkaitan dengan kekurangan energy kronik (KEK). Kekurangan Energy Kronik merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu hamil. Lingkaran Lengan Atas (LLA) <23,5cm harus mendapatkan penanganan secara tepat agar tidak terjadi komplikasi janin. Gizi kurang pada ibu hamil dapat menyebabkan resiko dan komplikasi pada ibu. Seperti anemia, perdarahan dan berat badan ibu tidak bertambah secara normal serta terkena penyakit infeksi. Ibu yang mengalami Kekurangan Energy Kronik (KEK) akan lebih beresiko melahirkan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (Mutazalimah,2005).

Pemenuhan gizi ibu hamil bukan pada kuantitas, tetapi juga ditekankan pada kualitas dan keseimbangan komposisi gizi yang cukup. Asupan makanan ibu hamil perlu memperhatikan anjuran untuk tidak melakukan program diet, meminum minuman beralkohol dan kafein, maupun obat-obatan herbal (jamu) tanpa konsultasi dokter, olah raga bagi ibu hamil tetap dapat di lakukan dengan pantauan dokter. Pengetahuan ibu tentang gizi selama kehamilan sangat penting. Minimnya pengetahuan ibu tentang manfaat gizi selama hamil dapat menyebabkan bayi kekurangan gizi di sisi lain masih banyak perilaku ibu yang salah dalam memilih makanan dan kebiasaan makan pada jenis makanan tertentu tanpa mempertimbangkan gizi yang di perlukan oleh tubuh. Pada masyarakat masih terdapat adat istiadat kebiasaan berpantang terhadap makanan sehingga dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi lebih banyak, selain untuk pertumbuhan dan perkembangan bagi ibu hamil juga bagi janin yang di kandung. Ibu dengan pendidikan tinggi diharapkan mempunyai pengetahuan atau informasi tentang gizi yang lebih baik (Proverawati dan Asfuah, 2009)

Berdasarkan data laporan di Centru Saude Komunitaria Same Monicipio de Manufahi Tmor – Leste tahun 2024 jumlah ibu hamil yang

berkunjung sebanyak 216 orang 28 orang diantaranya tergolong gizi kurang di tandai dengan Lingkar Lengan Atas (LILA) <23,5cm pada tahun 2023 jumlah ibu hamil yang berkunjung 116 orang, 85 yang tergolong gizi kurang. Pada tahun 2024 dari 216 kunjungan ibu hamil, tercatat ibu dengan gizi kurang sebanyak 30 orang. dari jumlah tersebut sebanyak 10% ibu meninggal dunia karena tidak terpenuhinya gizi pada kehamilan. Pada tahun 2010 ibu hamil sebanyak 80% dan atau sekitar 860.000 yang meninggal dunia akibat tidak terpenuhinya asupan gizi sekitar 20%, sementara pada tahun 2011 jumlah ibu hamil yang mengalami peningkatan 5% dari tahun sebelumnya atau sekitar 928.000 dengan angka kematian ibu hamil akibat tidak terpenuhinya asupan gizi (Jannah, 2012).

Pada tahun (2012) di Indonesia jumlah ibu hamil dalam beberapa tahun terakhir terlihat mengalami peningkatan sedangkan angka kematian ibu hamil mengalami penurunan. Angka ibu hamil di perkirakan sebesar 96.000 dengan jumlah kematian akibat tidak terpenuhi asupan gizi sebanyak 12%. Pada tahun 2010 sebanyak 125.000 ibu hamil dengan angka kematian (Nugroho, 2011)

Di daerah pedesaan banyak di jumpai ibu hamil dengan malnutrisi atau kekurangan gizi sekitar 33%. Secara umum penyebab kekurangan gizi pada ibu hamil adalah konsumsi makanan yang tidak memenuhi syarat gizi yang dianjurkan. Jarak kehamilan dan persalinan yang berdekatan dengan ibu hamil dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan yang rendah, sehingga menyebabkan ibu tidak mengerti cara pemenuhan Gizi yang di butuhkan si ibu selama kehamilannya (Ministerio De saude RDTL, 2024).

Di negara yang sedang berkembang termasuk Indonesia masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama yang merupakan penyebab kematian wanita tidak dapat dipungkiri lagi dari masa kehamilan menjadi sa'at yang paling berbahaya wanita dalam hidupnya (Nura, 2009) Rendahnya status gizi ibu hamil dapat di sebabkan berbagai faktor, salah satunya adalah rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini di dapat setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Prilaku yang di dasarkan pengetahuan akan bertahan lebih lama di bandingkan yang tidak di dasarkan pengetahuan. Pengetahuan dapat memicu kesadaran untuk mengubah perilaku (Hayati, 2012).

Pemenuhan nutrisi ibu hamil tidak dapat dilakukan dalam waktu yang singkat, sehingga diperlukan pengetahuan dan kesadaran pentingnya nutrisi agar perilaku asupan nutrisi yang adekuat dapat bertahan selama kehamilan.

Asupan gizi dan asupan makanan yang baik dan tepat sangat dibutuhkan untuk mengurangi resiko penurunan kesehatan bagi ibu dan janin. Setiap makanan yang di konsumsi oleh ibu akan mempengaruhi kondisi kesehatan janin. Apabila ibu mengalami kekurangan gizi maka hal tersebut berdampak kepada bayi yang akan dilahirkannya. Faktor penyebab ibu hamil tidak dapat terpenuhi gizi dapat dilihat dari faktor, ekonomi, pengetahuan, sikap, dan lingkungan serta budaya setempat (Bobak, 2008).

Status gizi ibu hamil mempunyai dampak langsung pada perjalanan kehamilan dan bayi yang akan dilahirkannya. Malnutrisi yang terjadi pada bulan awal kehamilan mempengaruhi perkembangan dan kapasitas embrio untuk bertahan hidup.

Gizi yang buruk pada masa lanjut kehamilan mempengaruhi pertumbuhan janin (Erna, 2019).

Gizi selama kehamilan seiring pertambahan usia kandungan, maka kebutuhan gizi ibu hamil akan meningkat, terutama setelah memasuki kehamilan trimester kedua. Pertumbuhan dan perkembangan janin berlangsung pesat terutama perkembangan otak dan susunan syaraf (Ai yeyeh, 2011).

Wanita hamil dengan status gizi kurang memiliki kategori resiko tinggi keguguran, kematian bayi dalam kandungan, kematian bayi baru lahir, cacat dan berat lahir rendah. Selain itu umumnya pada ibu dengan nutrisi yang kurang tersebut dapat terjadi 2 (dua) komplikasi yang cukup berat selama kehamilan yaitu anemia atau kekurangan sel darah merah (Ai yeyeh, 2011).

Pada masa kehamilan, ibu hamil harus menyediakan nutrisi yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak dan dirinya sendiri, ini berarti ibu perlu makan untuk 2 (dua) orang yang sesuai dan seimbang. Kehamilan meningkatkan kebutuhan tubuh akan protein. Jika calon ibu tidak memperhatikan makanan yang menyediakan lebih banyak protein, dia mungkin tidak mendapatkan protein yang cukup (Jannah, 2012).

Ibu hamil wajib mengkonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang, beragam, bervariasi serta profesional. Semua zat gizi yang dibutuhkan hanya bisa tercukupi dari keanekaragaman sumber pangan yang dikonsumsi dalam porsi yang seimbang dan pas yang sesuai dengan

kebutuhan si ibu (Lutfiatas, 2012). Dari survey pendahuluan yang dilakukan di Sentru Saude Komunitaria (SSK) Same tahun 2025, ibu hamil yang di wawancarai sebanyak 45 orang ibu hamil, dari yang 45 orang ibu hamil 10 orang belum mengetahui tentang zat-zat gizi yang baik untuk ibu hamil, 45 ibu hamil belum mengetahui tentang kebutuhan gizi ibu hamil, maka peneliti tertarik mengambil judul penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi selama Kehamilan di Sentru Saude Komunitaria (SSK) Same Municipio de Manufahi Timor –Leste bulan Februari tahun 2025.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kualitatif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara menyeluruh yang menjadi obyek penelitian, yang hasil temuannya berupa uraian-uraian kalimat bermakna yang menjelaskan pemahaman tertentu. Penelitian ini menggunakan pendekatan “*cross sectional*”, yaitu mengambil data variabel independen pada satu waktu yang bersamaan. Desain penelitian *descriptive qualitative* dipilih karena dapat dilakukan pada waktu yang singkat dan relatif tidak mahal

## HASIL DAN PEMBAHASAN

45 responden yang diteliti menunjukkan bahwa Pengetahuan ibu mayoritas responden berada pada kategori cukup sebanyak 35 responden (77,8%) dan Pengetahuan ibu minoritas responden berada pada kategori cukup sebanyak 10 responden Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat dilihat bahwa mayoritas responden berada pada kategori umur 20-35 tahun sebanyak 30 responden (66,7%) dan minoritas responden berada pada kategori umur <20 tahun keatas sebanyak 5 responden (11,1%) Umur adalah lamanya

seseorang hidup sejak dilahirkan sampai saat ini. Umur merupakan periode terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan baru. Semakin bertambahnya umur seseorang maka semakin banyak pula ilmu pengetahuan yang dimiliki dalam hal ini tentang gizi selama kehamilan (Notoadmojo, 20019).

Saat ini masih banyak perempuan yang menikah pada usia di bawah 20 tahun. Secara fisik dan mental mereka belum siap untuk menerima kehamilan dan ibu muda belum siap untuk merawat, mengasuh serta membesarkan bayinya. Perempuan yang umurnya di atas 35 tahun akan lebih sering menghadapi kesulitan selama kehamilan dari pada saat melahirkan serta akan mempengaruhi kelangsungan hidup bayinya.

Berdasarkan Tingkat pendidikan terakhir mayoritas dari responden adalah SMA sebanyak 25 responden (55,6%) dan tingkat pendidikan minoritas responden adalah Perguruan Tinggi sebanyak 3 responden (6,7%).

Tingkat pendidikan seseorang juga mempengaruhi bagaimana Ibu hamil tentang gizi selama kehamilan.

Berdasarkan Pekerjaan mayoritas responden adalah Ibu Rumah Tanggah (IRT) sebanyak 30 responden (66,7%) dan pekerjaan minoritas responden adalah Pegawai Negeri Sipil sebanyak 5 responden (11,1%). Pekerjaan merupakan sesuatu yang dibutuhkan oleh manusia, kebutuhan bermacam-macam, berkembang dan berubah bahkan sering tidak kali tidak disadari oleh pelakunya. Seseorang bekerja karena ada sesuatu yang hendak dicapainya dan orang tersebut berharap bahwa aktivitas kerja yang dilakukan akan membawa kepada suatu keadaan yang lebih

memuaskan dari pada sebelumnya, pada umumnya semakin baik pekerjaan seseorang akan semakin baik pemahaman dan pengetahuan terhadap sesuatu.

## 5.1 Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi.

Masa hamil adalah masa dimana seorang wanita memerlukan berbagai unsur zat gizi yang jauh lebih banyak daripada yang diperlukan wanita dalam keadaan biasa. Dalam rangka menanamkan pengertian dan mengubah kebiasaan yang merugikan. Gambaran pengetahuan Ibu hamil tentang gizi selama kehamilan diharapkan dapat mengubah pola konsumsi makanan yang sehat terutama yang mengandung karbohidrat sesuai yang dianjurkan guna mencukupi kebutuhan tubuh ibu dan calon bayinya.

Gizi ibu ketika hamil sangat dibutuhkan agar pertumbuhan janin berjalan dengan baik tidak mengalami penghambatan, Gizi ini juga bertujuan untuk menyokong pertumbuhan janin dengan optimal dan menyesuaikan perubahan yang muncul di dalam tubuh ibu hamil (Society, 2020).

Beragam akibat yang akan timbulkan apabila ibu hamil mengalami kekurangan Gizi, selain berat badan bayi yang akan dilahirkan rendah atau prematur, juga berpeluang terjadinya pendarahan post partum serta akan mengalami kematian pada ibu hamil.

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa dari 45 responden yang diteliti menunjukkan bahwa mayoritas pemahaman ibu hamil tentang Gizi berada pada kategori tidak terpenuhi (Cukup) sebanyak 35 responden (77,8%) dan minoritas pemahaman ibu hamil tentang gizi berada pada kategori terpenuhi (baik) sebanyak 10 responden (22,2%).

Sebagian besar masyarakat berasumsi bahwa dengan adanya lauk hewani sudah mencukupi lauk pauk mereka tanpa harus mengkonsumsi sayuran. Pengetahuan tentang

sumber makanan bergizi terutama sayuran sangat dibutuhkan agar pemenuhan kebutuhan gizi dapat terpenuhi dengan optimal. Terpenuhinya kebutuhan protein dari sumber lauk hewani seperti ikan dan telur, selain dari ikan dan telur lauk hewani terdapat pada daging sapi dan juga daging ayam kampung dan ikan teri, masyarakat lebih sering memilih ikan dan telur dari pada daging sapi dan ayam kampung sebagai sumber protein mereka, selain harga ikan teri dan telur relative murah juga dapat ditemui dengan mudah karena letak geografi. Pengetahuan akan berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan kebutuhan gizi, misalnya prinsip yang memiliki seorang dengan pendidikan rendah biasanya adalah yang penting menyenangkan sebaliknya dengan pendidikan tinggi memiliki kecenderungan memilih bahan makanan yang bergizi (Wilson Gaster, 2022).

Pengetahuan merupakan aspek pokok untuk menentukan perilaku seseorang untuk menyadari maupun untuk mengatur perilaku sendiri. Pengetahuan merupakan salah satu faktor predikposisi terjadi sebuah perilaku. Faktor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain : (1) sosial ekonomi, (2) kultur, (3) pendidikan dan (4) pengalaman.

Semakin berpengetahuan baik semakin besar kemungkinan memberikan Gizi selama kehamilan, namun berbeda dengan hasil penelitian di Sentru Saude Komunitaria (SSK) Municipio de Manufahi terhadap 45 ibu hamil dengan menggunakan kuesioner memberikan hasil Gambaran pengetahuan Ibu hamil tentang gizi selama kehamilan rendah dapat mempengaruhi yaitu (1) ibu bekerja penuh dan lupa memperhatikan kehamilannya (2) pengaruh orang lain/keluarga (3) sikap.

Rumah Sakit (RS) atau sarana kesehatan (Li Y,20015). Sebaliknya, hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswi (2025) di wilayah kerja Same Sentru Komunitaria (SSK) Same Municipio de Manufahi Timor-Leste yang menunjukkan bahwa tidak terdapat Gambaran yang bermakna anantara pengetahuan Ibu hamil tentang Gizi selama kehamilan. Namun berbeda dengan hasil Melvita (2021) di Puskesmas Medan yang menyatakan bahwa terdapat Gambaran Pengetahuan dengan variabel Gizi selama kehamilan. Meskipun Gambaran pengetahuan Ibu hamil tentang Gizi Selama Kehamilan tidak menunjukkan hal yang bermakna secara statistik, tetapi data menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan yang baik lebih cenderung mengetahui Gizi selama kehamilan dibandingkan responden yang memiliki pengetahuan kurang.

Demikian pula hasil penelitian Ludvigson (2019) yang menyatakan bahwa Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang gizi berkaitan dengan tingkat umur, pendidikan, pekerjaan. Pengetahuan salah satu pengetahuan yang harus diketahui ibu hamil adalah pengetahuan Ibu hamil tentang gizi selama kehamilan sangat mutlak untuk diketahui karena dalam mengetahui segala resiko yang terjadi dapat terantisipasi dengan baik.

Gambaran Pengetahuan ibu hamil tentang gizi sangat dibutuhkan agar responden dapat memahami selama kehamilan. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang gizi. Salah satu upaya yang dilakukan yaitu meningkatkan pemberian informasi dan penyuluhan dari tenaga kesehatan.

Dalam penelitian ini, adanya Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang Gizi selama kehamilan kemungkinan karena adanya faktor lain yang berpengaruh lebih kuat seperti faktor budaya, keluarga sangat mempengaruhi Gambaran pengetahuan seseorang, karena informasi yang baru dan diambil tidak sesuai dengan budaya yang ada dan agama yang dianut. Dan ibu- ibu yang tidak bekerja di Puskesmas Same hanya sebagai

Ibu Rumah Tanggah (IRT) dan berpenghasilan tergantung pada suami tidak sebanding dengan kebutuhan yang dikeluarkan maka kebutuhan gizi ibu hamil tidak dapat terpenuhi.

Menurut pendekatan konstruktivistis, pengetahuan bukanlah fakta dari sesuatu kenyataan yang sedang dipelajari, melainkan sebagai konstruksi kognitif seseorang terhadap objek, pengalaman, maupun lingkungannya. Pengetahuan bukanlah sesuatu yang sudah ada dan tersedia dan sementara orang lain tinggal menerimanya

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ini ditunjukkan kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum. Selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Ns. Eko Susilo, S. Kep., M. Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan
3. Luvi Dian Afriyani, S.Si.T. , M.Kes selaku Ketua Program Studi Kebidanan.
4. Risma Aliviani Putri, S.SiT., M.Kes., M.Kep sebagai

Dosen Pembimbing

#### DAFTAR PUSTAKA

Azwar. 2007. *Buku Skala Psikologi: Telori dan Pengukuran*. Yogyakarta. Asfuah. 2010. *Ajar Gizi Kebidanan*. Nusa Medika. Jakarta.

Arikunto. 2006. *Metode Penelitian*. Penerbit. Jakarta: PT Rineka Cipta. Ashari. 2010. *Reproduksi kesehatan, FK. Buku pintar ibu dan bayi*. Jakarta. Bobak dkk. 2008. *Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Penerbit EGC. Derekm. 2005. *Kesehatan Nutrisi*. Jakarta.

Depkes RI. 2006. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta. 2010. *Profil Kesehatan Sumatera Utara*. Jakarta. Erna dkk. 2010. *Kesehatan Anak Ibu Hamil dan Keluarga*. Yogyakarta.

Hayati Mp. 2012. *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta. Ida Ayu Chandranita dkk. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita* jakarta: penerbit. Jannah nurul. 2012. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Yogyakarta. Penerbit CV Andi offset. Krisnatuti, Diah. 2010. *Menu Sehat Untuk Ibu Hamil*. EGC: Penerbit Saifuddin. Jakarta. Kusmiyati dkk. 2008. *Perawatan Ibu Hamil*. Yogyakarta. Kusbandiyah. 2010. *Asuhan Kehamilan Untuk Kebidanan*. Salemba Medika. Jakarta Lutfiatus. 2012. *Panduan Lengkap Hamil Sehat*. Diva Press. Yogyakarta L I Y, Kong L, dkk. *current status, maternal knowledge, attitude and social support*. Pediatric. December 2008. Ludvigson JF. 2010. *Breastfeeding in Bolivia-information and attitudes*. BMC Pediatrics 2010. <http://biomedcentral.com/14712431/3/4>. Machfoedz. 2009. *Buku Pengantar Bisnis Modern Pengarang: Mahmud Machfoedz*, Penerbit: UPP AMP YKPN. Marjati, yulifah. 2010. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Fisiologis*. Salemba Medika. Jakarta.

Marmi. 2011. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.

Manuaba, G. 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta.

Melvita. Y.C. 2012. *Pentingnya Asupan Nutrisi Selama Kehamilan*. Medan: penerbit.

Musfiqon. 2010. *Pengembangan Media dan Sumber Media Pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya

Notoadmodjo, S. 2007. *Ilmu Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Penerbit Rineka Cipta. Jakarta.

Nura. 2009. *Ilmu Kesehatan Gizi*. Jakarta: Salemba Medika. Nugroho T. *Ilmu Gizi Terhadap*

*Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2011. Prتامawati.2011. *Keberhasilan Suatu Kehamilan adalah Gizi*. Yogyakarta. Prawirohardjo. 2008. *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: Yayasan bina pustaka Sarwomo Prawirohardjho. 2006. *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: Yayasan bina pustaka Sarwomo Prawirohardjho. Suririnah.2009. *Buku pintar Ilmu Kehamilan*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka. Winkjosastro. 2006. *Ilmu Kebidana*. edisi ketiga. akarta: YBP-SP Prawirohardjo Sarwono. Yeyeh, Ai dkk. 2011. *Asuhan Kebidanan 1 (Kehamilan)*. Jakarta

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SELAMA  
KEHAMILAN DI SENTRU SAUDE KOMUNITARIA (SSK) SAME MUNICIPIO DE  
MANUFAHI TIMOR-LESTE**

---