

PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA IBU HAMIL DI DESA SUKAJADI

Rohani Siregar¹, Alvi Yandini², Cucu³, Nurulita Anggraeni⁴, La Ode Muhammad Anwar⁵,
PrismaLinda⁶

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Medika Suherman

¹rohanisiregar81@gmail.com

Abstract

Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women remains a major nutritional problem in developing countries, including Indonesia. CED can increase the risk of anemia, bleeding, premature labor, maternal complications, and low birth weight babies. This community service activity aimed to improve the knowledge and awareness of pregnant women regarding balanced nutrition and prevention of CED in Sukajadi Village. The methods used included health education, interactive discussions, and demonstration of nutritious foods. The participants were pregnant women supported by health workers and village officials. The results showed that participants experienced increased understanding regarding the causes, impacts, and prevention of CED after receiving educational interventions. Community empowerment and family support play important roles in improving maternal nutritional status during pregnancy. Continuous health education is expected to reduce the incidence of CED and improve maternal and infant health outcomes.

Keywords: *chronic energy deficiency (CED), pregnant women, nutrition education*

Abstrak

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah gizi utama di Indonesia yang dapat meningkatkan risiko anemia, perdarahan, persalinan prematur, serta bayi lahir dengan berat badan rendah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang selama kehamilan sebagai upaya pencegahan KEK di Desa Sukajadi. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, serta demonstrasi makanan bergizi. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil dengan dukungan tenaga kesehatan dan pemerintah desa. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai penyebab, dampak, dan cara pencegahan KEK setelah diberikan edukasi kesehatan. Selain itu, dukungan keluarga dan pemberdayaan masyarakat juga berperan penting dalam menjaga status gizi ibu hamil. Kegiatan edukasi kesehatan secara berkelanjutan diharapkan mampu menurunkan angka KEK dan meningkatkan kesehatan ibu serta bayi.

Kata Kunci: kekurangan energi kronis (KEK), ibu hamil, edukasi gizi

Submitted: 2026-06-02

Revised: 2026-06-10

Accepted: 2026-06-19

Pendahuluan

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan salah satu masalah gizi yang masih menjadi perhatian utama dalam bidang kesehatan masyarakat di Indonesia. KEK adalah kondisi yang terjadi akibat ketidakcukupan asupan energi dan protein dalam jangka waktu yang lama sehingga kebutuhan nutrisi tubuh tidak terpenuhi secara optimal. Pada ibu hamil, kondisi ini dapat diidentifikasi melalui pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) yang kurang dari 23,5 cm, yang menunjukkan adanya risiko kekurangan gizi. Kehamilan merupakan periode yang membutuhkan peningkatan kebutuhan nutrisi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta menjaga kesehatan ibu. Oleh karena itu, apabila kebutuhan energi dan protein tidak tercukupi, maka ibu hamil berisiko mengalami KEK yang dapat berdampak buruk terhadap kesehatan ibu maupun janin.

Dampak KEK pada ibu hamil sangat beragam, mulai dari gangguan kesehatan ringan hingga komplikasi yang serius. Ibu hamil dengan KEK lebih rentan mengalami anemia akibat kekurangan zat besi, penurunan daya tahan tubuh sehingga mudah terserang infeksi, serta meningkatnya risiko perdarahan saat persalinan. Selain itu, kondisi ini juga dapat menyebabkan proses persalinan berlangsung lebih lama dan meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi kehamilan maupun persalinan. Pada kasus yang lebih berat, KEK dapat berkontribusi terhadap meningkatnya angka kesakitan dan kematian ibu. Tidak hanya berdampak pada ibu, KEK juga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Kekurangan asupan nutrisi selama kehamilan dapat menghambat pertumbuhan janin dalam kandungan sehingga meningkatkan risiko terjadinya Intrauterine Growth Restriction (IUGR) atau hambatan pertumbuhan janin. Bayi yang lahir dari ibu dengan KEK cenderung memiliki Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), lahir prematur, serta lebih rentan mengalami gangguan kesehatan pada masa neonatal. Dalam jangka panjang, anak yang lahir dari ibu dengan KEK berisiko mengalami gangguan pertumbuhan, perkembangan kognitif yang kurang optimal, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa.

Tingginya angka kejadian KEK pada ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain rendahnya tingkat pendidikan, kondisi sosial ekonomi yang kurang memadai, pola makan yang tidak seimbang, kurangnya pengetahuan tentang gizi selama kehamilan, serta terbatasnya akses terhadap pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanggulangan KEK perlu dilakukan melalui peningkatan edukasi gizi, pemantauan status gizi ibu hamil secara rutin, pemberian makanan tambahan bagi ibu hamil berisiko, serta penguatan pelayanan antenatal care (ANC). Dengan penanganan yang tepat, risiko komplikasi akibat KEK dapat diminimalkan sehingga kesehatan ibu dan bayi dapat terjaga dengan baik. Menurut penelitian Kema Azzahra dkk. (2025), perilaku konsumsi makanan ibu hamil memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki pola makan kurang baik, seperti frekuensi makan yang tidak teratur, asupan energi dan protein yang tidak mencukupi, serta rendahnya konsumsi makanan bergizi seimbang, memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami KEK dibandingkan dengan ibu hamil yang menerapkan pola makan sehat dan memenuhi kebutuhan nutrisinya selama kehamilan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kualitas dan kuantitas asupan makanan merupakan faktor penting dalam menjaga status gizi ibu hamil.

Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa tingkat pengetahuan gizi memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk perilaku konsumsi makanan selama kehamilan. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung lebih memahami kebutuhan nutrisi selama masa kehamilan, memilih makanan yang bergizi, serta menerapkan pola makan yang sesuai dengan anjuran kesehatan. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan ibu hamil kurang memahami pentingnya pemenuhan kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan untuk mendukung kesehatan ibu dan pertumbuhan janin. Selain faktor pengetahuan, perilaku konsumsi makanan juga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti kondisi sosial ekonomi keluarga, tingkat pendidikan, budaya atau pantangan makanan tertentu, dukungan keluarga, serta akses terhadap informasi dan pelayanan kesehatan. Faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi kemampuan ibu hamil dalam memperoleh dan mengonsumsi makanan yang bergizi. Oleh karena itu, upaya pencegahan KEK tidak hanya berfokus pada pemberian makanan tambahan, tetapi juga perlu disertai dengan edukasi gizi yang berkelanjutan melalui pelayanan antenatal care (ANC), penyuluhan kesehatan, serta pemberdayaan keluarga dalam mendukung pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil.

Temuan penelitian ini memperkuat pentingnya peningkatan pengetahuan dan kesadaran gizi pada ibu hamil sebagai salah satu strategi utama dalam menurunkan angka kejadian KEK. Dengan pola konsumsi makanan yang baik dan pemenuhan kebutuhan nutrisi yang optimal, diharapkan kesehatan ibu selama kehamilan dapat terjaga, risiko komplikasi kehamilan dapat

diminimalkan, serta pertumbuhan dan perkembangan janin berlangsung secara optimal hingga proses persalinan. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Putra dan Dewi (2020) menjelaskan bahwa kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil tidak hanya dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan, tetapi juga oleh berbagai faktor lainnya, seperti tingkat pengetahuan gizi, kondisi sosial ekonomi keluarga, ketahanan pangan rumah tangga, usia ibu, serta jarak antar kehamilan. Faktor-faktor tersebut berperan penting dalam menentukan status gizi ibu selama masa kehamilan. Kurangnya asupan energi dan protein yang berlangsung dalam waktu lama dapat menyebabkan ibu hamil mengalami gangguan gizi yang berdampak pada meningkatnya risiko komplikasi selama kehamilan maupun saat persalinan. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan nutrisi yang adekuat menjadi salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan ibu dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan janin secara optimal.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan upaya pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan edukasi kesehatan dan penyuluhan gizi bagi ibu hamil. Edukasi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, pemahaman, serta kesadaran ibu mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi dan penerapan pola makan seimbang selama masa kehamilan. Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut, diharapkan ibu hamil dapat menerapkan perilaku hidup sehat yang mendukung kesehatan diri dan pertumbuhan janin. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai salah satu bentuk intervensi preventif dan promotif dalam rangka mencegah serta menanggulangi kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di Desa Sukajadi.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Sukajadi dengan sasaran utama sebanyak 30 ibu hamil sebagai kelompok yang berisiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK). Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan yang meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, dilakukan koordinasi dengan pihak puskesmas serta pemerintah desa untuk menentukan waktu, lokasi, dan sasaran kegiatan agar pelaksanaan program dapat berjalan secara efektif. Selain itu, tim pelaksana juga menyusun materi edukasi yang berkaitan dengan KEK pada ibu hamil sebagai bahan penyuluhan. Materi tersebut dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai penyebab, dampak, pencegahan, serta pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan. Dengan adanya persiapan yang matang, diharapkan kegiatan edukasi dapat terlaksana secara optimal dan memberikan manfaat yang signifikan bagi kesehatan ibu hamil di Desa Sukajadi.

Metode kegiatan yang digunakan berupa penyuluhan kesehatan menggunakan media leaflet dan poster edukasi. Materi yang diberikan meliputi pengertian KEK, penyebab KEK, dampak KEK bagi ibu dan janin, serta upaya pencegahannya melalui pola makan bergizi seimbang. Selain penyuluhan, dilakukan diskusi interaktif agar peserta dapat bertanya mengenai masalah gizi selama kehamilan. Kegiatan juga dilengkapi dengan demonstrasi makanan bergizi yang mudah dibuat menggunakan bahan pangan lokal. Demonstrasi dilakukan untuk memberikan contoh menu sehat yang dapat memenuhi kebutuhan energi dan protein ibu hamil.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengisian kuesioner pretest dan posttest untuk mengukur pemahaman ibu hamil tentang KEK. selama kegiatan berlangsung, ibu akan diberi soal sebanyak 25 pertanyaan pada saat sebelum diberikan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan. Keberhasilan kegiatan diukur dari meningkatnya pemahaman peserta mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama masa kehamilan.

Untuk menilai tingkat pengetahuan atau kemampuan individu, dapat digunakan skala pengukuran yang membagi tingkat pengetahuan ke dalam tiga kategori berikut: (Arikunto, 2013) dalam (Siregar, 2025).

Kategori baik jika nilainya $\geq 75\%$

Kategori cukup jika nilainya 56-74%

Kategori kurang jika nilainya $\leq 55\%$

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di Desa Sukajadi berlangsung dengan lancar dan memperoleh tanggapan yang baik dari para peserta. Selama kegiatan berlangsung, ibu hamil menunjukkan partisipasi yang tinggi dengan terlibat aktif dalam sesi penyampaian materi, diskusi, maupun tanya jawab. Sebelum mengikuti kegiatan, sebagian besar peserta diketahui masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai faktor-faktor penyebab terjadinya KEK serta dampak yang dapat ditimbulkan terhadap kesehatan ibu dan pertumbuhan serta perkembangan janin. Oleh karena itu, kegiatan edukasi ini menjadi sarana yang penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan gizi yang optimal selama masa kehamilan.

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, terjadi peningkatan pemahaman peserta setelah memperoleh edukasi kesehatan. Ibu hamil menjadi lebih mengetahui pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan melalui konsumsi makanan bergizi seimbang yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam jumlah yang cukup. Selain itu, peserta juga memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya melakukan pemeriksaan kehamilan secara berkala sebagai upaya untuk memantau kondisi kesehatan ibu dan perkembangan janin serta mendeteksi dini adanya risiko atau komplikasi selama masa kehamilan. Hasil diskusi menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa ibu hamil yang menerapkan pola makan tidak teratur serta belum mencukupi konsumsi sumber protein hewani. Kondisi tersebut sebagian besar disebabkan oleh keterbatasan ekonomi keluarga yang memengaruhi kemampuan dalam memenuhi kebutuhan pangan bergizi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Putra dan Dewi (2020) yang mengemukakan bahwa kondisi ekonomi keluarga dan ketahanan pangan rumah tangga merupakan faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil.

Kegiatan demonstrasi makanan bergizi memberikan manfaat yang positif bagi peserta karena ibu hamil memperoleh pengetahuan dan keterampilan mengenai penyusunan menu sehat yang mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui kegiatan tersebut, peserta dapat memahami cara memilih dan mengolah bahan makanan yang bergizi sesuai dengan kebutuhan selama kehamilan. Selain itu, dukungan keluarga, khususnya suami, memiliki peran yang sangat penting dalam membantu pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil, baik melalui dukungan moral, perhatian, maupun penyediaan makanan yang bergizi. Oleh karena itu, partisipasi aktif keluarga dalam program kesehatan ibu dan anak perlu ditingkatkan sebagai salah satu upaya untuk mencegah terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil.

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum (*Pretest*) dan Sesudah (*Postest*) Edukasi Kesehatan

Rentang nilai	Frekuensi Pretest	Persentase Pretest %	Frekuensi Postest	Persentase Postest %
Baik	12	40,0	29	96,7
Cukup	8	26,7	1	3,3
Kurang	10	33,3	0	0
Total	30	100	30	100

Pada tabel 1, didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden secara signifikan setelah dilakukan penyuluhan mengenai KEK. Sebelum diberikan edukasi kesehatan (*pretest*), sebanyak 33,3% responden masuk ke dalam kategori pengetahuan "Kurang" dan hanya 40,0% yang berada di kategori "Baik". Namun, setelah diberikan edukasi melalui media leaflet, poster, serta diskusi interaktif (*posttest*), terjadi peningkatan secara masif yang dimana persentase responden dengan pengetahuan "Baik" melonjak drastis menjadi 96,7% (29 peserta), sementara responden dengan kategori "Kurang" berhasil ditekan hingga mencapai 0,0%.

Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang dikombinasikan dengan media visual (leaflet dan poster) serta diskusi interaktif sangat efektif sebagai sarana transfer informasi. Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta memiliki keterbatasan pemahaman mengenai faktor risiko, penyebab, serta dampak KEK terhadap pertumbuhan janin. Hal ini sejalan dengan penelitian Lestari dkk. (2023) yang menyatakan bahwa edukasi gizi secara terstruktur mampu merangsang kognitif ibu hamil untuk memahami pentingnya pemenuhan nutrisi. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung lebih memahami kebutuhan nutrisi selama masa kehamilan, memilih makanan yang bergizi, serta menerapkan pola makan yang sesuai dengan anjuran kesehatan. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan ibu hamil kurang memahami pentingnya pemenuhan kebutuhan energi dan protein.





Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ibu hamil mengenai KEK

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai pencegahan dan penanggulangan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di Desa Sukajadi memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi selama masa kehamilan. Melalui kegiatan edukasi yang diberikan, peserta memperoleh informasi yang lebih baik mengenai penyebab, faktor risiko, dampak, serta langkah-langkah pencegahan KEK. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku yang lebih baik dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi sehari-hari sehingga kesehatan ibu dan janin dapat terjaga secara optimal.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini, seperti penyuluhan kesehatan, demonstrasi penyusunan dan pengolahan makanan bergizi seimbang, terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai status gizi dan pentingnya deteksi dini risiko KEK. Penyuluhan kesehatan memberikan wawasan mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan, sementara demonstrasi makanan bergizi membantu peserta memahami cara memilih dan mengolah bahan makanan yang mudah diperoleh dengan tetap memenuhi kebutuhan nutrisi.

Hasil kegiatan juga menunjukkan bahwa status gizi ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, antara lain tingkat pengetahuan gizi, perilaku konsumsi makanan, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta ketersediaan pangan di rumah tangga. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung lebih mampu memilih makanan yang sehat dan bergizi, sedangkan keterbatasan ekonomi dapat menjadi hambatan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi yang optimal selama kehamilan. Oleh karena itu, upaya pencegahan KEK tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan individu, tetapi juga perlu mempertimbangkan faktor lingkungan dan dukungan keluarga yang memengaruhi pola konsumsi ibu hamil. Berdasarkan hasil kegiatan tersebut, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan yang berkelanjutan sangat diperlukan untuk meningkatkan status gizi ibu hamil dan menurunkan angka kejadian KEK. Program edukasi hendaknya dilakukan secara rutin melalui kerja sama antara tenaga kesehatan, kader posyandu, pemerintah desa, dan masyarakat setempat. Selain itu, dukungan keluarga, khususnya suami dan anggota keluarga lainnya, memiliki peran penting dalam memastikan ibu hamil memperoleh asupan gizi yang cukup serta akses terhadap pelayanan kesehatan yang memadai. Dengan adanya sinergi antara tenaga kesehatan, keluarga, dan masyarakat, upaya pencegahan dan penanggulangan KEK pada ibu hamil dapat dilakukan secara lebih efektif sehingga mampu meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi serta mendukung terwujudnya generasi yang sehat dan berkualitas.

Daftar Pustaka

- Azzahra, K., Retna, T. P., Wahyurianto, Y., & Ningsih, W. T. (2025). Perilaku konsumsi makanan ibu hamil dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) di Kelurahan Gedongombo Kecamatan Semanding. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 4(9), 295–303.
- Putra, M. G. S., & Dewi, M. (2020). Faktor risiko kurang energi kronis (KEK) pada ibu hamil di Cikembar Kabupaten Sukabumi. *ARTERI : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(4), 319–332.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
- World Health Organization. (2020). Maternal nutrition and pregnancy outcomes. Geneva: WHO.
- Lestari, D., Rahman, A., & Sari, P. (2023). Edukasi gizi pada ibu hamil sebagai upaya pencegahan KEK. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 100–108.
- Handayani, S., Dewi, R., & Putri, A. (2021). Faktor sosial ekonomi terhadap kejadian KEK pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 8(1), 45–53.
- PUTRI, S. (2022). Gambaran Kondisi kekurangan energi kronis pada ibu hamil di indonesia, faktor penyebabnya, serta dampaknya. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Siregar, R. (2025). Pemberdayaan Keluarga Untuk Mendukung Keberhasilan ASI Eksklusif di Desa Karangraharja Tahun 2024. *PROFICIO*, 6(1), 1108-1113.
- Nursihhah, M. (2022). Penambahan berat badan pada ibu hamil kekurangan energi kronis (KEK) di Kab Bekasi. *Jurnal Medika Utama*, 4(01 Oktober), 3126-3128.
- Fitriana, S., Hartinah, H., & Friscila, I. (2024). Studi Karakteristik Pada Kejadian Ibu Hamil KEK Di Puskesmas Kotabaru. *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 01-09.
- Elsera, C., Murtana, A., Sawitri, E., & Seila Oktaviani, U. U. S. (2021). Faktor Penyebab Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil: Study Literature. *The 13 th University Research Colloqium 2021*, 985-988.
- Kulsum, U., & Wulandari, D. A. (2022). Upaya menurunkan kejadian KEK pada ibu hamil melalui pendidikan kesehatan. *Jurnal Pengemas Kesehatan*, 1(01), 27-30.
- Mutmainah, R., Sustiyan, E., & Sulaiman, L. (2025). Edukasi Ibu Hamil Tentang Resiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) Pada Kehamilan. *SAMBARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 385-389.
- Simanjuntak, F. M., Asiani, G., Zaman, C., & Ekawati, D. (2024). Analisis kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada ibu hamil. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 16(1).
- Sari, L. P., Irnawati, I., Marbun, U., & Rosidi, I. Y. D. (2024). Pendampingan Ibu Hamil Terhadap Kekurangan Energi kronik (KEK). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gunung Sari*, 2(2).
- Kadmaerubun, H. S., Azis, R., & Genisa, J. (2023). Hubungan pola makan dan asupan gizi dengan kekurangan energi kronik (KEK) pada ibu hamil. *Inhealth: Indonesian Health Journal*, 2(2), 127-138.