



Pengaruh Mengonsumsi Susu Terhadap Ibu Hamil Dan Perkembangan Janin : Literature Review

Natasha Novianty

Program Studi DIII Kebidanan STIKES Gunung Sari Makassar, Indonesia

Correspondensi : natashanovianty1995@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Masa kehamilan merupakan salah satu masa kritis tumbuh-kembang manusia yang singkat (*Window of Opportunity*). Karena kekurangan gizi pada masa tersebut akan menimbulkan kerusakan awal pada kesehatan, perkembangan otak, kecerdasan, kemampuan sekolah dan daya produksi yang bersifat menetap, tidak dapat diperbaiki. Pertumbuhan janin dalam kandungan ibu sangat bergantung pada asupan gizi ibu. Janin yang dalam kandungannya mengalami kekurangan gizi, maka anaknya kelak pada usia dewasa akan beresiko lebih tinggi untuk menderita penyakit degeneratif (Diabetes, hipertensi, penyakit jantung, stroke) dibanding dengan yang tidak mengalami kekurangan gizi. **Tujuan:** Menganalisis konsumsi Susu untuk ibu hamil, apakah mengonsumsi susu ibu hamil baik selama masa kehamilan. **Hasil:** Dari penelusuran artikel yang dilakukan terdapat 10 artikel, metode penelitian artikel yang dianalisis beragam, metode penelitian tersebut adalah eksperimen, *post test* design dengan satu kelompok maupun dua kelompok. Tempat penelitian semua berada di negara Indonesia. Semua artikel yang dijadikan Literature Review menunjukkan hasil yang sama, yaitu ibu hamil yang mengonsumsi susu ibu hamil baik untuk memenuhi gizi ibu hamil dan baik juga untuk perkembangan janin. **Kesimpulan:** mengonsumsi susu ibu hamil menunjukkan bahwa adanya pengaruh konsumsi susu ibu hamil terhadap pemenuhan gizi ibu hamil dan perkembangan janin yang dikandung.

Kata Kunci : Ibu Hamil, Susu, Perkembangan janin

ABSTRACT

Background: Pregnancy is one of the critical periods of human growth and development that is short (*Window of Opportunity*). Because malnutrition during this period will cause early damage to health, brain development, intelligence, school ability and productivity that is permanent and cannot be repaired. The growth of the fetus in the

mother's womb is very dependent on the mother's nutritional intake. A fetus that is malnourished in the womb, then its child will be at higher risk of suffering from degenerative diseases (Diabetes, hypertension, heart disease, stroke) when it is an adult compared to those who are not malnourished. **Purposes:** To analyze milk consumption for pregnant women, whether consuming milk for pregnant women is good during pregnancy. **Results:** From the search for articles conducted, there were 10 articles, the research methods of the articles analyzed were diverse, the research methods were experiments, post-test designs with one group or two groups. The research locations were all in Indonesia. The four articles used as Literature Review showed the same results, namely pregnant women who consume milk for pregnant women are good for meeting the nutrition of pregnant women and are also good for fetal development with a p value of $<0.05\%$. **Conclusion:** Consuming milk for pregnant women shows that there is an effect of consuming milk for pregnant women on fulfilling the nutritional needs of pregnant women and the development of the fetus they are carrying.

Keywords: Pregnant Women, Milk, fetal development

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah dan fisiologis. Setiap perempuan yang memiliki organ reproduksi yang sehat, telah mengalami menstruasi, dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang sehat maka besar kemungkinan akan terjadi kehamilan. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya bayi dengan lama 280 hari atau 40 minggu yang dihitung dari hari pertama haid terakhir. (Nugrawati & Amriani, 2021)

Masa kehamilan merupakan salah satu masa kritis tumbuh-kembang manusia yang singkat (*Window of Opportunity*). Karena kekurangan gizi pada masa tersebut akan menimbulkan kerusakan awal pada kesehatan, perkembangan otak, kecerdasan, kemampuan sekolah dan daya produksi yang bersifat menetap, tidak dapat diperbaiki. Pertumbuhan janin dalam kandungan ibu sangat bergantung pada asupan gizi ibu. Janin yang dalam kandungannya mengalami kekurangan gizi, maka anaknya kelak pada usia dewasa akan beresiko lebih tinggi untuk menderita penyakit degeneratif (Diabetes, hipertensi, penyakit jantung, stroke) dibanding dengan yang tidak mengalami kekurangan gizi. (Afifah, Choirul Anna Nur... et.al, 2022)

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) balita yang mengalami stunting pada tahun 2022 sebanyak 21,6% (Kemenkes, 2022). Kurangnya asupan gizi pada ibu selama masa kehamilan menjadi salah satu penyebab stunting pada balita. Hal tersebut dikarenakan ibu yang kurang asupan gizi pada ibu baik sebelum dan selama masa kehamilan akan berisiko menderita Kurang Energi Kronik (KEK) (Rohmawati dkk, 2018). Apabila kurang Energi pada ibu tidak diatasi akan

berisiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah dan akan mengakibatkan anak stunting (Narasiang et al, 2016). Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil merupakan masalah yang serius selain dapat berisiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah, Kurang Energi Kronik (KEK) menjadi salah satu penyebab kematian pada ibu hamil.

Kekurangan gizi selama hamil dapat terjadi jika diet ibu hamil mengandung nutrisi yang tidak mencukupi dan tidak memenuhi persyaratan tubuhnya. Penyebab kurangnya gizi selama kehamilan kemungkinan karena beberapa faktor diantaranya mual dan muntah, infeksi kronis atau depresi, penggunaan obat tertentu yang bisa mengganggu penyerapan nutrisi sehingga asupan gizi dan kalori yang tidak memadai.(Amarasinghe et al., 2022)

Asupan gizi pada ibu hamil berdampak pada kesehatan ibu dan pertumbuhan janin yang dikandungnya. Selama hamil kebutuhan gizi meningkat 2-3 kali dibandingkan pada wanita tidak hamil. Masalah gizi yang terjadi pada ibu hamil berpengaruh terhadap pertumbuhan janin didalam kandungan, bayi yang dilahirkan dapat terjadi kelahiran dengan BBLR dan gizi kurang yang dapat memicu terjadinya stunting pada anak. (Nasriyah & Suryo Ediyono. 2023)

Susu ibu hamil yang kaya protein dan kalsium membantu meningkatkan berat badan janin, terutama pada ibu hamil yang mengalami kesulitan makan atau memiliki risiko berat badan janin kurang. Berat badan lahir ini berhubungan dengan konsumsi susu, buah buahan dan sayur sayuran hijau serta kekurangan asam folat berhubungan dengan berat badan lahir rendah.

Susu adalah penyempurna zat gizi yang dikenal dengan kaya akan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Ibu hamil membutuhkan sekitar 1200 mg kalsium perhari, atau sekitar 4 gelas susu. Ibu hamil dapat mengkonsumsi sekitar tiga sampai empat porsi produk susu rendah lemak perhari yang bisa didapatkan dari susu, yogurt dan keju. Produk susu merupakan sumber kaya kalsium. Selain produk susu hewani, susu kedelai, sarden, ikan bilis, tahu dan sayur-sayuran berdaun hijau juga merupakan sumber kalsium yang baik, yang bisa ibu hamil konsumsi. Jika asupan kalsium tidak cukup, maka janin akan mengambil kalsium dari tulang ibu sehingga ibu hamil dapat berisiko mengalami osteoporosis di kemudian hari. Dapat diketahui bahwa mengkonsumsi susu selama kehamilan itu sangat penting karena salah satu manfaatnya adalah untuk meningkatkan berat badan bayi (Prastiwi, 2014).

METODE

Desain penelitian yang akan di review dalam literature review ini menggunakan desain penelitian *Cross sectional*, dan menggunakan sampel dua kelompok, kelompok pertama yang mendapat intervensi sedangkan kelompok kedua yang tidak mendapat intervensi. Instrument dalam penelitian yang direview menggunakan kuesioner. Tipe study yang direview menggunakan multimedia untuk membantu meningkatkan pengetahuan. Artikel yang di review dibatasi hanya deskripsi dan observasi berupa gambaran dari sample yang diamati dalam literature review.

Snyder (2019: 333) mengatakan *literature review* adalah sebuah metodologi penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan dan mengambil intisari dari penelitian sebelumnya serta menganalisis beberapa *overview* para ahli yang tertulis dalam teks. Snyder (2019: 339) menyimpulkan bahwa *literature review* memiliki peran sebagai landasan bagi berbagai jenis penelitian karena hasil *literature review* memberikan pemahaman tentang perkembangan pengetahuan, sumber stimulus pembuatan kebijakan, memantik penciptaan ide baru dan berguna sebagai panduan untuk penelitian bidang tertentu.

Yang tergolong dalam kriteria inklusi adalah deskripti atau berupa penggambaran mengenai pengaruh mengkonsumsi susu ibu hamil dengan dampak pada kesehatan anak. Literature review menggunakan artikel-artikel yang telah dipublikasikan. Penelusuran dilakukan dengan menggunakan google (Scholar) dengan kata kunci variabel yang telah dipilih. Penulis mendapatkan 4 Artikel yang telah didapat dibaca dan ditelaah dan dipilih dengan menggunakan kriteria inklusi yang telah ditetapkan oleh penulis untuk dijadikan literature review. Pencarian artikel terbatas hanya pada tahun 2015 hingga 2024 yang diakses dalam bentuk format PDF. Artikel penelitian yang terpublikasi melakukan analisis berupa penggambaran yang terbukti terdapat perbedaan dan terdapat pengaruh terhadap konsumsi susu ibu hamil selama masa kehamilan akan dimasukkan dalam literature review.

Tabel 1. Strategi Pencarian Pada Data Based

Strategi Pencarian Pada Data Based
Kata kunci pencarian di data based
<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkembangan Janin 2. Pengaruh Konsumsi Susu Ibu Hamil 3. #1 and #2

Artikel yang akan dianalisis. Diekstraksi dan disintesis kemudian ditentukan evidencinya. Setelah didapatkan hasil dari analisis artikel yang telah dilakukan penulis baru dapat menyimpulkan efek dari mengkonsumsi susu ibu hamil.

Data yang diekstraksi dari artikel ke dalam bentuk tabel yaitu judul penelitian, nama peneliti, tahun publikasi, metode, alat yang digunakan saat penelitian lengkap dengan nilai signifikansinya. Setelah seluruh artikel dibaca dan dianalisis lalu di ekstraksi dalam bentuk tabel agar pembaca lebih mudah untuk memahami.

HASIL

Kata kunci yang sudah ditentukan digunakan untuk mencari artikel, dan selanjutnya artikel yang didapat selanjutnya dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Setelah dipilih terpilih 10 artikel, 10 artikel tersebut kemudian dianalisis. Dibawah ini merupakan 10 daftar artikel yang diekstraksi ke dalam bentuk tabel.

Judul Artikel	Tempat Penelitian	Jumlah Sampel	Kelompok		Metode Penelitian / Alat Ukur	Hasil
			Intervensi	Kontrol		
Pengetahuan, Persepsi dan Sikap Ibu Hamil Terhadap Klaim Gizi Kaitannya Dengan Keputusan Pembelian Produk Susu Ibu Hamil, 2016	Wilayah Kerja Puskesmas Ciampea, Kabupaten Bogor	60 ibu hamil	30 ibu yang mengonsumsi produk susu ibu hamil	30 ibu yang tidak mengonsumsi produk susu ibu hamil.	Kuesioner	Perlu adanya program untuk menginformasikan dan mengedukasi masyarakat terkait klaim gizi yang ada pada produk makanan. Terdapat lebih dari Setengah ibu hamil,

						Tidak mengetahui berat badan bayi lahir normal, Sehingga banyak ibu yang tidak mengetahui ternyata mengkonsumsi susu ibu hamil dapat mengurangi resiko BBLR
Analisis Perbandingan Status Gizi Ibu Hamil Yang Mengonsumsi Susu Ibu Hamil Dan Yang Tidak Mengonsumsi Susu Ibu Hamil Selama Kehamilan Di Bpm Ny.Endang S Kota Kediri, 2018	BPM Ny.Endang S, Kota Kediri	20 orang ibu hamil	10 ibu hamil yang mengonsumsi susu ibu hamil	10 ibu hamil yang tidak mengonsumsi susu ibu hamil.	Kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi susu ibu hamil mempunyai ukuran LILA lebih besar dibanding responden yang tidak mengonsumsi susu ibu hamil. Hasil uji Wilcoxon nilai signifikan atau pvalue 0,000 < 0,05 maka terdapat

perbedaan bermakna antara status gizi ibu hamil yang mengkonsumsi susu ibu hamil dengan ibu yang tidak mengkonsumsi susu ibu hamil di BPM Ny.Endang S, atau yang berarti H1 diterima. Meskipun tidak wajib, ibu hamil dianjurkan minum susu 2 gelas per hari, karena ibu harus memenuhi kebutuhan kalsium demi pertumbuhan tulang dan otak janin.

Hubungan Mengonsumsi Susu Kehamilan Dengan Pertumbuhan Janin Di Kelurahan	Kelurahan Nagarasari Kota Tasikmalaya	15 Orang ibu hamil	8 orang ibu hamil mengonsumsi susu ibu hamil	7 orang ibu hamil tidak mengonsumsi susu ibu hamil	kuesioner	Hasilnya ibu hamil yang mengonsumsi susu kehamilan seluruhnya sebanyak 8 orang
---------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------	--------------------	----------------------------------------------	----------------------------------------------------	-----------	--------------------------------------------------------------------------------

<p>Nagarasari Kota Tasikmalay a, 2021</p>	<p>(100,0%) dengan pertumbuhan janinnya sesuai dengan umur kehamilan. Ibu hamil yang tidak mengkonsums i susu kehamilan sebanyak 3 orang (42,9%) dengan pertumbuhan janinnya tidak sesuai dengan umur kehamilan (kecil). Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Chi Square diperoleh nilai p sebesar 0,038, lebih kecil daripada nilai α (0,05), maka yang artinya ada hubungan konsumsi susu kehamilan dengan pertumbuhan janin pada ibu hamil di Kelurahan</p>
-------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

					Nagarasari Kota Tasikmalaya. Hal ini disebabkan karena ibu yang mengkonsums i suhu kehamilan dapat menambah nutrisi pada janin yang dikandungnya sehingga pertumbuhan janin sesuai dengan usia kehamilan ibu.
Pemberian Makanan Tambahan dan Susu Terhadap Penambaha n Berat Badan Pada Ibu Hamil KEK (Kekuranga n Energi Kronis) di Tangerang Tahun 2018	Wilayah Kerja Puskesmas Curug Kabupaten Tangerang	16 ibu hamil trimester I yang menderita KEK	16 ibu hamil KEK yang diberikan Makanan Tambahan dan Susu	kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada berat badan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan makanan tambahan dan susu ibu hamil pada kelompok eksperimen (p<0,05) maka didapatkan adanya

			pengaruh antara sebelum perlakuan dan setelah perlakuan.
Efektivitas Pemberian Susu Formula Dan Biskuit Makanan Tambahan Ibu Hamil Terhadap Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis (KEK) Di Puskesmas Made Kota Surabaya Tahun 2023	Di Puskesmas Made Kota Surabaya	quasi experiment dengan sampel sebanyak 13 orang ibu hamil KEK di Puskemas Made.	obnservasi Hasil uji t-test ditemukan adaperbedaan signifikan antara berat badan responden antara sebelum dan setelah diberikan susu formula dan biskuit makanan tambahan ibu hamil (p=0,0000045) dan ada perbedaan signifikan antara LILA responden antara sebelum dan setelah diberikan susu formula dan biskuit makanan tambahan ibu hamil (p=0,000008). Kesimpulan penelitian adalah

						<p>pemberian susu formula dan biskuit makanan tambahan ibu hamil efektif dalam meningkatkan status gizi pada wanita KEK.</p>
<p>Efektivitas Pemberian Susu Uht Terhadap Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis (Kek) Trimester I Di Puskesmas Batu Betumpang Tahun 2022</p>	<p>PUSKESM AS BATU BETUMPA NG</p>	<p><i>quasi experiment dengan sampel sebanyak 15 orang ibu hamil KEK</i></p>			<p>observasi</p>	<p><i>Hasil uji t-test ditemukan ada perbedaan signifikan antara LILA responden antara sebelum dan setelah diberikan susu UHT (p=0,009). Kesimpulan penelitian adalah pemberian susu UHT efektif dalam meningkatkan status gizi pada wanita KEK.</i></p>
<p>Pengaruh Cara Pemberian Makanan Tambahan Ibu Hamil Terhadap Kenaikan</p>	<p>Puskesmas Sigenti</p>	<p>ibu hamil Kekurangan Energi Kronik (KEK) 30 orang</p>	<p>15 orang</p>	<p>15 orang</p>	<p>Lembar observasi</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan makanan tambahan pada ibu</p>

Berat Badan Pada Ibu Hamildi Wilayah Puskesmas Sigenti Kabupaten Parigi Mautong			hamil KEK pada kelompok eksperimen 100% ibu hamil mengalami kenaikan berat badan. Kelompok kontrol yang naik berat badannya 46.7% dan yang tidak naik berat badannya 53.3%. Hasil uji <i>Mann Whitney</i> dengan nilai <i>p value</i> 0,001 (<i>p value</i> ≤ 0,05).
Survei Asupan Asam Folat dan Seng pada Ibu Hamil di Jawa Barat	Kota Sukabumi, Kabupaten Cirebon, Kota Bandung, dan Kota Cimahi yang diambil pada periode Juli 2016 – Februari 2017	jumlah ibu hamil trimester 1 sebanyak 176 responden	Sebagian besar responden yang asupan asam folatnya tidak terpenuhi yaitu sebesar 97,2% dan asupan sengnya tidak terpenuhi yaitu sebesar 96% dengan rerata asupan asam folat 163 mg/hari dan rerata asupan

seng 5,1 mg/hari. Sebagian besar responden yang asupan sengnya sesuai dengan anjuran AKG yaitu sebesar 17,0 mg/hari. Adapun jenis makanan yang dikonsumsi didominasi dengan makanan yang mengandung tinggi seng seperti sayur sup, daging ayam, Susu, dan energen/sereal .

Peran Asupan Zat Gizi Makronutrien Ibu Hamil terhadap Berat Badan Lahir Bayi di Kota Padang	Kota padang	Subjek kasus yaitu 19 orang ibu bersalin aterm dengan bayi BBLR, dan subjek kontrol 21 orang ibu bersalin dengan bayi berat badan lahir normal di	19 orang	21 orang	observasi	Asupan zat gizi makronutrien merupakan faktor risiko terjadinya BBLR. Asupan energi kurang memiliki 76 kali risiko untuk terjadinya BBLR (p=0,01), asupan protein kurang
---------------------------------------------------------------------------------------------	-------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------	----------	-----------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

RSUD Rasidin dan RST Reksodiwir yo Kota Padang	memiliki risiko 8 kali untuk terjadinya BBLR ($p=$ $0,02$), asupan konsumsi lemak kurang memiliki risiko 7 kali untuk terjadinya BBLR ($p=0,01$) dan asupan konsumsi karbohidrat kurang memiliki 12 kali risiko untuk melahirkan bayi BBLR ($p=0,01$). Dapat disimpulkan bahwa asupan zat gizi makronutrien (Energi, Karbohidrat, Lemak dan Protein) yang kurang memiliki resiko untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah. Berat badan lahir ini
---------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

				berhubungan dengan konsumsi susu, buah buahan dan sayur sayuran hijau serta kekurangan asam folat berhubungan dengan berat badan lahir rendah
Pemberian minuman formula kacang merah, kacang tanah, dan kacang kedelai terhadap status gizi ibu hamil kurang energi kronis (KEK)	wilayah Kabupaten Sleman	jumlah sampel menjadi 88 orang dengan 22 orang pada setiap kelompok. Pemilihan sampel dilakukan dengan stratified random sampling. Intervensi dilakukan selama 30 hari dengan pemberian minuman sebanyak 300 ml (1 gelas) yang terbagi menjadi empat kelompok	observasi	Tidak terdapat perbedaan IMT antara kelompok perlakuan dan kontrol sebelum dan setelah intervensi. Terdapat peningkatan berat badan (BB) dan LILA ibu hamil antarkelompok dan peningkatan kelompok perlakuan lebih tinggi dibandingkan kontrol ($p < 0,005$).

yaitu kelompok perlakuan yang diberi formula kacang merah (A), kacang tanah (B), dan kacang kedelai (C) sedangkan kelompok kontrol (D) diberi minuman susu formula ibu hamil sesuai yang diberikan oleh puskesmas

Dari penelusuran artikel yang dilakukan terdapat 10 artikel, metode penelitian artikel yang dianalisis beragam, metode penelitian tersebut adalah quasy eksperimen, *post test* design dengan satu kelompok maupun dua kelompok. Tempat penelitian semua berada di negara Indonesia. Keempat artikel yang dijadikan Literature Review menunjukkan hasil yang sama, yaitu ibu hamil yang mengkonsumsi susu ibu hamil baik untuk memenuhi gizi ibu hamil dan baik juga untuk perkembangan janin.

PEMBAHASAN

Penetapan kriteria inklusi dalam mencari artikel yang akan dijadikan *literature review* sangat mempengaruhi hasil jumlah artikel yang sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan. Penulis memasukkan range waktu dari tahun 2015 sampai dengan tahun 2024, penulis mengambil artikel penelitian yang menggunakan eksperimen baik itu 2 kelompok berpasangan maupun tidak

berpasangan. Hasil yang didapatkan pada akhirnya menemukan 10 artikel dapat dijadikan bahan telaah dalam literature review ini.

Setelah artikel dibaca dan ditelaah hasilnya menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengkonsumsi susu ibu hamil perkembangan janinnya lebih baik dibandingkan dengan ibu yang tidak mengkonsumsi susu ibu hamil.

Dari ekstraksi tabel diatas kita dapat melihat pengaruh dari konsumsi susu pada ibu hamil. Seperti yang dapat kita lihat pada artikel pertama penulis mencantumkan pentingnya edukasi mengkonsumsi susu untuk mencegah terjadinya BBLR.

Untuk artikel keempat, kelima, keenam dan ketujuh artikel membahas tentang pengaruh ibu yang mengkonsumsi susu terhadap kenaikan berat badan ibu hamil dan naiknya ukuran lila ibu.

Artikel Ketiga, delapan, Sembilan dan sepuluh melihat kearah kandungan gizi yang terdapat pada susu ibu hamil dan zat gizi tersebut adalah zat gizi yang memang dibutuhkan ibu hamil agar perkembangan janin jadi lebih baik.

Sedangkan Artikel yang kedua sendiri lebih melihat secara langsung perbedaan perkembangan janin dari ibu hamil yang mengkonsumsi susu dengan ibu hamil yang tidak mengkonsumsi susu ibu hamil.

Dari 10 artikel diatas kita dapat melihat pengaruh dari konsumsi susu untuk ibu hamil sangat baik untuk kondisi ibu maupun janin yang dikandungnya, sehingga dapat mengurangi resiko dimasa yang akan datang seperti BBLR ataupun bahkan stunting pada anak.

SIMPULAN

Dari hasil pencarian artike penelitian terkait pengaruh mengkonsumsi susu ibu hamil menunjukkan bahwa adanya pengaruh konsumsi susu ibu hamil terhadap pemenuhan gizi ibu hamil dan perkembangan janin yang dikandung. Sehingga mengkonsumsi susu selama masa kehamilan sangat disarankan terutama untuk ibu hamil yang didiagnosa hamil KEK dan ibu yang punya riwayat persalinan dengan BBLR.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, Choirul Anna Nur... et.al. 2022. Buku Ajar : Gizi dalam Daur Kehidupan. Penerbit Deepublish, Yogyakarta
- Amarasinghe, G. S., Chanchala, T., Id, A., & Mendis, V. (2022). Factors associated with early pregnancy anemia in rural Sri Lanka : Does being ‘ under care ’ iron out socioeconomic disparities ? 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0274642>
- Astikasari, Nita Dwi & Wa Ode Sitti Harliyanti. Analisis Perbandingan Status Gizi Ibu Hamil Yang Mengonsumsi Susu Ibu Hamil Dan Yang Tidak Mengonsumsi Susu Ibu Hamil Selama Kehamilan Di Bpm Ny.Endang S Kota Kediri. Journal for Quality in Women's Health. Vol. 01 No. 01
- Cumlaude, Sinta Besly & salmon Charles Siahaan. 2024. Efektivitas Pemberian Susu Formula Dan Biskuit Makanan Tambahan Ibu Hamil Terhadap Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis (Kek) Di Puskesmas Made Kota Surabaya Tahun 2023. J-HESTECH, Vol. 7 No.1 Bulan Juni Tahun 2024, Halaman 55 – 64
- Damayanti, Rinda & Rimbawan. 2016. Pengetahuan, Persepsi, Dan Sikap Ibu Hamil Terhadap Klaim Gizi Kaitannya Dengan Keputusan Pembelian Produk Susu Ibu Hamil. Jurnal Gizi dan Pangan. ISSN 1978-1059. Maret 2016, 11(1):1-8
- Kemendes. 2022. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/ssgi/ketersediaan-data/ssgi-2022>
- Krisnaningrum, Etika Widya. DKK. 2023. EFEKTIVITAS PEMBERIAN SUSU UHT TERHADAP IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) TRIMESTER I DI PUSKESMAS BATU BETUMPANG TAHUN 2022. SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. Vol.2 No. 5
- Nasriyah & Suryo Ediyono. 2023. Dampak Kurangnya Nutrisi Pada Ibu Hamil Terhadap Risiko Stunting Pada Bayi Yang Dilahirkan. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vo. 14 No.1 hal 161-170.
- Nuraiman, Farida Natsir, Risma. 2024. Pengaruh Cara Pemberian Makanan Tambahan Ibu Hamil Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Ibu Hamildi Wilayah Puskesmas Sigenti Kabupaten Parigi Mautong. Innovative : Journal of social scienceResearch, Vol. 4. no. 4.

- Nurislaminingsih, Dkk. 2020. Pustakawan Referensi Sebagai Knowledge Worker. ANUVA Vol 4 (2) : 169-182. ISSN : 2598-3040.
- Rahayu, Sri. DKK. 2019. Survei Asupan Asam Folat dan Seng pada Ibu Hamil di Jawa Barat. Jurnal Kesehatan Vokasional, Vol. 4 No. 3. DOI [hps://doi.org/10.22146/jkesvo.45557](https://doi.org/10.22146/jkesvo.45557)
- Rohmawati, dkk. 2018. Hubungan Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Haml Dengan Kejadian Stunting Di Klaten. Motorik Journal Kesehatan. Hal 39-44
- Sari, Tiara Puspa Indah & Lina Marlina. 2021. Hubungan Mengkonsumsi Susu Kehamilan Dengan Pertumbuhan Janin Di Kelurahan Nagarasari Kota Tasikmalaya. Jurnal Keperawatan &Kebidanan. P-ISSN : 2599-0055, E-ISSN : 2615-1987 Volume 5 Nomor 1, Mei 2021, Hal. 26 – 35
- Silawati, Vivi & Nurpadilah. 2019. Pemberian Makanan Tambahan dan Susu Terhadap Penambahan Berat Badan Pada Ibu Hamil KE (Kekurangan Energi Kronis) di Tangerang Tahun 2018. Journal of Health Science and Physiotherapy. eISSN: 2655-8688. pISSN: 2548-3943. Volume 1, Nomor 2 – 2019. hal: 79-85.
- Utami, Nendhi Wahyunia DKK. 2017. Pemberian minuman formula kacang merah, kacang tanah, dan kacang kedelai terhadap status gizi ibu hamil kurang energi kronis (KEK). Jurnal Gizi Klinik Indonesia, Vol 14 No 1.