

Pengaruh *Peer Group* Berbasis Media Sosial WhatsApp Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Anemia Tentang Pemenuhan Nutrisi di Desa Taddan Sampang

Hilmah Novianndry R^{1*} | Abdan Syakura¹ | Hullatul Fuadah¹

¹ Politeknik Negeri Madura

* Corresponding Author: hilmahnovianndry@gmail.com

ARTICLE INFORMATION

Article history

Received 7 September 2026

Revised 24 September 2026

Accepted 30 September 2026

Keywords

Pregnant women, nutrition, knowledge, peer group, WhatsApp, health education.

ABSTRACT

Introductions: Adequate nutritional intake during pregnancy plays a crucial role in maintaining maternal health and supporting fetal growth. Insufficient nutritional knowledge among pregnant women may increase the risk of anemia, Chronic Energy Deficiency (CED), and pregnancy-related complications. Conventional health education methods still face limitations in terms of coverage, intensity of assistance, and continuous access to information. The use of a WhatsApp-based peer group has the potential to serve as a more interactive and accessible educational alternative. **Objectives:** To examine the effect of a WhatsApp-based peer group intervention on improving pregnant women's knowledge regarding nutritional fulfillment during pregnancy. **Methods:** This study employed a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The study sample consisted of 31 pregnant women with anemia who owned a smartphone and had an active WhatsApp account. Participants were selected using a total sampling technique. The intervention was conducted through a WhatsApp-based peer group over a three-week period, facilitated through discussions, information sharing, and question-and-answer sessions. Knowledge data were collected using a 20-item closed-ended multiple-choice questionnaire administered before and after the intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. **Results:** The findings demonstrated an improvement in pregnant women's knowledge following the intervention, with a significance value of $p = 0.00$ ($p < 0.05$), indicating a statistically significant effect of the WhatsApp-based peer group on respondents' knowledge levels. **Conclusions:** A WhatsApp-based peer group is effective in improving pregnant women's knowledge regarding nutritional fulfillment during pregnancy. This approach may serve as an alternative health education strategy for healthcare providers to enhance maternal knowledge and promote positive health behaviors among pregnant women.

ABSTRAK

Latar Belakang: Pemenuhan nutrisi selama kehamilan berperan penting dalam menjaga kesehatan ibu dan mendukung pertumbuhan janin. Rendahnya pengetahuan ibu hamil terkait nutrisi dapat meningkatkan risiko anemia, Kekurangan Energi Kronis (KEK), serta komplikasi kehamilan. Edukasi kesehatan konvensional masih memiliki keterbatasan dalam jangkauan, intensitas pendampingan, dan akses informasi yang berkelanjutan. Pemanfaatan *peer group* berbasis media sosial WhatsApp berpotensi menjadi alternatif edukasi yang lebih interaktif dan mudah diakses. **Tujuan:** Menganalisis pengaruh *peer group* berbasis media sosial WhatsApp terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi. **Metode:** Penelitian menggunakan desain *quasi-experimental* dengan pendekatan *one-group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 31 ibu hamil anemia yang memiliki *smartphone* dan akun WhatsApp aktif, dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Intervensi berupa *peer group* berbasis WhatsApp dilaksanakan selama tiga minggu dengan pendampingan fasilitator melalui diskusi, berbagi informasi, dan sesi tanya

Kata Kunci

Ibu hamil, nutrisi, pengetahuan, *peer group*, WhatsApp, edukasi kesehatan.

jawab. Data pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuesioner *closed-ended multiple choice* yang terdiri dari 20 pertanyaan dan diberikan sebelum serta sesudah intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. **Hasil:** Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah intervensi dengan nilai signifikansi $p = 0,00$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan pengaruh signifikan *peer group* berbasis WhatsApp terhadap tingkat pengetahuan responden. **Kesimpulan:** *Peer group* berbasis media sosial WhatsApp efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan nutrisi. Metode ini dapat dijadikan alternatif edukasi kesehatan bagi tenaga kesehatan untuk mendukung peningkatan pengetahuan dan perilaku kesehatan ibu hamil.

Indonesian Health Science Journal
Website: <http://ojsjournal.unt.ac.id/>

1. Pendahuluan

Masa kehamilan merupakan periode kritis yang sangat menentukan kesehatan ibu dan perkembangan janin, sehingga pemenuhan nutrisi yang adekuat menjadi salah satu faktor penting yang harus diperhatikan. Selama kehamilan, kebutuhan energi dan zat gizi meningkat untuk mendukung pertumbuhan janin, pembentukan jaringan maternal, serta perubahan fisiologis yang terjadi pada tubuh ibu. Ibu hamil memerlukan tambahan energi sekitar 400 kkal per hari atau sekitar 15% lebih tinggi dibandingkan kebutuhan normal, yang sebagian besar digunakan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta mempertahankan kesehatan ibu selama kehamilan (Ediyono & Nasriyah, 2023). Pemenuhan nutrisi yang optimal berperan penting dalam mencegah berbagai masalah kesehatan, seperti kekurangan energi kronis (KEK), anemia, berat badan lahir rendah, gangguan pertumbuhan janin, hingga komplikasi kehamilan dan persalinan (Capra dkk., 2026).

Meskipun pentingnya nutrisi selama kehamilan telah banyak disosialisasikan, berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih banyak ibu hamil yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan. Kurangnya pemahaman terkait jenis zat gizi yang dibutuhkan, sumber makanan yang dianjurkan, serta jumlah asupan yang sesuai dapat berpengaruh terhadap perilaku makan ibu hamil. Tinjauan yang dilakukan oleh Olloqui-Mundet dkk., (2024) menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan gizi dan minimnya edukasi nutrisi yang terstruktur menjadi salah satu hambatan utama dalam penerapan pola makan sehat selama kehamilan. Selain itu, rendahnya literasi kesehatan menyebabkan ibu hamil mengalami kesulitan dalam memahami dan menerapkan informasi nutrisi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang berperan dalam pembentukan perilaku kesehatan, termasuk perilaku pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih mampu memilih makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi, memahami pentingnya konsumsi suplemen tertentu, serta menghindari kebiasaan makan yang berisiko bagi kesehatan ibu dan janin. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan dapat menyebabkan ibu kurang tepat dalam menentukan pilihan pangan, tidak memenuhi kebutuhan nutrisi harian secara optimal, dan lebih rentan mengikuti informasi yang tidak sesuai dengan rekomendasi kesehatan. Penelitian Furness dkk., (2024) menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan yang lebih tinggi berkaitan dengan meningkatnya kesadaran nutrisi dan praktik kesehatan yang lebih baik selama masa kehamilan. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa pengetahuan dan literasi kesehatan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku pemenuhan nutrisi ibu hamil.

Selain faktor pengetahuan, perilaku pemenuhan nutrisi ibu hamil juga dipengaruhi oleh faktor sosial budaya yang berkembang di masyarakat. Masih terdapat berbagai kepercayaan

dan pantangan makanan yang diyakini dapat memengaruhi kondisi janin, misalnya larangan mengonsumsi ikan laut, cumi-cumi, atau makanan tertentu karena dianggap dapat menyebabkan dampak negatif pada bayi yang akan dilahirkan. Kepercayaan tersebut berpotensi membatasi konsumsi sumber protein, asam lemak esensial, serta mikronutrien penting yang sebenarnya dibutuhkan selama kehamilan. Apabila tidak diimbangi dengan informasi yang benar, kondisi ini dapat meningkatkan risiko terjadinya ketidakseimbangan asupan nutrisi pada ibu hamil.

Berdasarkan uraian tersebut, rendahnya pengetahuan dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi perilaku pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukasi yang efektif, mudah diakses, dan mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan. Edukasi yang tepat diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku dalam memilih dan mengonsumsi makanan yang sesuai dengan kebutuhan selama kehamilan, sehingga dapat mendukung tercapainya status gizi optimal, kesehatan ibu, pertumbuhan janin, serta keberhasilan program kesehatan ibu dan anak. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa intervensi pendidikan nutrisi yang dilakukan secara terstruktur mampu meningkatkan literasi kesehatan, memperbaiki perilaku makan, dan mendukung praktik pemenuhan nutrisi yang lebih baik pada ibu hamil.

Menurut World Health Organization (WHO) (2021), prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia mencapai 40,08%. Wilayah dengan angka kejadian tertinggi meliputi Asia Tenggara (48,15%), Afrika (46,16%), dan Mediterania Timur (40,91%), sedangkan angka terendah tercatat di Amerika (25,48%). Di Indonesia, Riskesdas (2018) melaporkan bahwa prevalensi Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil mencapai 17,3%, sementara ibu hamil yang mengalami anemia mencapai 48,9%. Berdasarkan survei pendahuluan di Puskesmas Camplong Tahun 2023 dan Tahun 2024, diketahui bahwa angka kematian ibu (AKI) masih terjadi dan sebagian besar disebabkan oleh anemia pada ibu hamil tahun 2023 mencapai angka 10,4% dari 97 orang, dan 14,4% pada tahun 2024 mencapai 14,4% dari 136 orang di Puskesmas Camplong. Hasil studi sementara yang dilakukan dengan data yang diperoleh dari bidan desa menunjukkan bahwa angka kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Camplong sebanyak 32 dari 149 atau sebesar 21,4% ibu hamil, sedangkan di Desa Taddan terdapat sebanyak 31 kejadian anemia dari 129 ibu hamil atau sebanyak 24,0% hal ini menunjukkan bahwa di Desa Taddan memiliki tingkat persentase masalah ibu hamil lebih tinggi dibanding Desa Camplong, sehingga peneliti mengambil penelitian di Desa Taddan.

Status gizi ibu hamil menjadi perhatian utama dalam program kesehatan masyarakat karena berpengaruh terhadap kualitas kehamilan serta perkembangan janin, termasuk risiko bayi berat lahir rendah, stunting maupun gangguan perkembangan otak (World Health Organization, 2020; (Riset Kesehatan Nasional (2025) Selain itu penyebab terjadinya kekurangan nutrisi selama kehamilan yaitu karena mual dan muntah, infeksi kronis atau depresi, penggunaan obat tertentu yang bisa mengganggu penyerapan nutrisi sehingga asupan gizi dan kalori yang tidak memadai (Ediyono & Nasriyah, 2023). Secara umum, kekurangan gizi pada ibu hamil juga disebabkan oleh konsumsi makanan yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi sesuai anjuran kesehatan. Rendahnya tingkat pengetahuan membuat ibu hamil tidak memahami cara memenuhi kebutuhan nutrisi yang adekuat selama masa kehamilan, sehingga meningkatkan risiko terjadinya gangguan gizi (Miraturrofi'ah M., 2025).

Kekurangan nutrisi pada ibu hamil masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang berkontribusi terhadap meningkatnya morbiditas dan mortalitas ibu maupun bayi. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain keterbatasan ekonomi, rendahnya akses terhadap informasi dan pelayanan kesehatan, faktor sosial budaya, serta rendahnya literasi kesehatan terkait pemenuhan gizi selama kehamilan. Pengetahuan yang kurang mengenai kebutuhan nutrisi menyebabkan sebagian ibu hamil belum mampu

menerapkan pola makan yang sesuai dengan rekomendasi kesehatan, sehingga berisiko mengalami masalah gizi selama kehamilan. Penelitian oleh Furness (2024) menunjukkan bahwa rendahnya literasi kesehatan berhubungan dengan rendahnya kesadaran nutrisi dan praktik kesehatan selama masa kehamilan. Selain itu, Olloqui-Mundet (2024) melaporkan bahwa kurangnya edukasi nutrisi yang memadai menjadi salah satu faktor yang menyebabkan ibu hamil belum menerapkan pola makan sehat secara optimal.

Status gizi ibu hamil merupakan indikator penting yang memengaruhi kualitas kehamilan dan perkembangan janin. Pemenuhan nutrisi yang tidak adekuat dapat meningkatkan risiko terjadinya kekurangan energi kronis (KEK), anemia, hipertensi dalam kehamilan, serta berbagai komplikasi obstetri lainnya. Selain itu, gangguan status gizi selama kehamilan dapat berdampak pada pertumbuhan janin, meningkatkan risiko bayi berat lahir rendah (BBLR), gangguan pertumbuhan intrauterin, stunting, serta masalah perkembangan neurologis pada anak. Capra (2026) menjelaskan bahwa asupan nutrisi ibu selama masa kehamilan memiliki pengaruh penting terhadap pertumbuhan janin, perkembangan sistem saraf, regulasi metabolik, dan kesehatan anak dalam jangka panjang. Kekurangan mikronutrien esensial seperti zat besi, asam folat, yodium, dan kalsium juga berhubungan dengan meningkatnya risiko gangguan perkembangan kognitif dan kesehatan anak setelah lahir.

Selain faktor sosial ekonomi, kondisi kesehatan ibu juga dapat memengaruhi kecukupan asupan nutrisi selama kehamilan. Keluhan mual dan muntah yang berkepanjangan, infeksi kronis, gangguan psikologis seperti depresi, serta penggunaan obat-obatan tertentu dapat menurunkan nafsu makan atau mengganggu penyerapan zat gizi. Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan tetap menjadi salah satu faktor yang berperan dalam perilaku pemenuhan nutrisi ibu hamil. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai kebutuhan gizi cenderung kurang memahami jenis, jumlah, dan kualitas makanan yang diperlukan selama kehamilan, sehingga lebih rentan mengalami ketidakcukupan asupan nutrisi. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan menjadi salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan masalah gizi pada ibu hamil.

Kekurangan nutrisi selama kehamilan dapat menimbulkan dampak yang serius baik bagi ibu maupun janin. Pada ibu, kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko anemia, infeksi, komplikasi kehamilan, serta memperlambat proses pemulihan pascapersalinan. Sementara itu, pada janin, kekurangan nutrisi dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan organ, meningkatkan risiko kelahiran prematur, BBLR, hingga gangguan perkembangan kognitif pada masa anak-anak. Bukti ilmiah terkini menunjukkan bahwa paparan kekurangan gizi sejak masa kehamilan dapat memberikan konsekuensi jangka panjang terhadap kesehatan anak, termasuk peningkatan risiko penyakit metabolik dan gangguan perkembangan pada masa mendatang. Oleh karena itu, pemenuhan nutrisi selama kehamilan perlu menjadi fokus utama dalam program kesehatan ibu dan anak.

Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemenuhan nutrisi selama kehamilan adalah melalui edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan berperan dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap, serta mendorong perubahan perilaku yang mendukung kesehatan ibu dan janin. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa edukasi nutrisi yang diberikan secara terstruktur mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang kebutuhan gizi serta mendorong penerapan perilaku makan yang lebih sehat selama kehamilan. Selain itu, pendekatan edukasi yang bersifat partisipatif terbukti lebih efektif dibandingkan metode penyuluhan konvensional karena dapat meningkatkan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran.

Salah satu pendekatan edukasi yang berkembang dalam promosi kesehatan adalah *peer group education*. Metode ini memungkinkan peserta saling berbagi pengalaman, mendiskusikan masalah yang dihadapi, serta memperoleh dukungan sosial dari individu yang memiliki kondisi serupa. Lingkungan belajar yang terbentuk dalam kelompok sebaya dapat

meningkatkan rasa percaya diri, motivasi, dan keterlibatan peserta dalam memahami informasi kesehatan. Pada ibu hamil, pendekatan *peer group* dinilai mampu memfasilitasi proses pembelajaran yang lebih kontekstual karena materi yang disampaikan dapat dikaitkan dengan pengalaman nyata yang dialami selama kehamilan. Penelitian oleh (Maha dkk., 2024) menunjukkan bahwa *peer group education* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai status gizi selama kehamilan.

Untuk mengoptimalkan pelaksanaan *peer group education*, pemanfaatan media digital menjadi alternatif yang relevan dengan perkembangan teknologi komunikasi saat ini. Salah satu media yang memiliki potensi besar adalah WhatsApp karena mudah diakses, hemat biaya, serta telah menjadi aplikasi komunikasi yang umum digunakan oleh masyarakat. WhatsApp memungkinkan penyampaian materi edukasi melalui berbagai format, seperti teks, gambar, video, dokumen, dan pesan suara, sehingga mendukung proses pembelajaran yang interaktif dan berkelanjutan. Tinjauan sistematis oleh Djouma Nembot dkk., (2026) menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan berbasis WhatsApp efektif meningkatkan pengetahuan, perilaku kesehatan, keterlibatan peserta, serta kepatuhan terhadap pelayanan antenatal pada ibu hamil. Dengan karakteristik tersebut, pemanfaatan *peer group* berbasis WhatsApp diharapkan dapat menjadi strategi edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

Berdasarkan uraian latar belakang dan hasil telaah penelitian terdahulu, diketahui bahwa sebagian besar penelitian telah mengkaji efektivitas edukasi kesehatan melalui WhatsApp Group maupun metode *peer group* terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. Namun, penelitian yang secara spesifik menggabungkan metode *peer group* dengan media sosial WhatsApp pada kelompok ibu hamil dengan anemia masih terbatas. Selain itu, kajian mengenai penerapan intervensi tersebut pada masyarakat pedesaan, khususnya di Desa Taddan Kabupaten Sampang, belum banyak dilakukan. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi pendekatan *peer group* dan WhatsApp sebagai media edukasi kesehatan yang difokuskan pada ibu hamil dengan anemia, suatu populasi yang memiliki risiko tinggi terhadap gangguan kesehatan ibu dan janin serta belum banyak menjadi fokus penelitian sebelumnya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas pendekatan tersebut dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

Berdasarkan pertimbangan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Peer Group* Berbasis Media Sosial WhatsApp terhadap Pengetahuan Ibu Hamil dengan Anemia tentang Pemenuhan Nutrisi di Desa Taddan Kabupaten Sampang.”

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode *quasi-experimental* dengan rancangan *one-group pretest-posttest design*. Desain ini melibatkan pengukuran tingkat pengetahuan responden sebelum intervensi (*pretest*) dan setelah intervensi (*posttest*) untuk mengetahui pengaruh *peer group* berbasis media sosial WhatsApp terhadap pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2026 di Desa Taddan, Kabupaten Sampang. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang mengalami anemia di Desa Taddan. Sampel penelitian berjumlah 31 ibu hamil dengan anemia yang memiliki *smartphone* dan akun WhatsApp aktif. Penentuan sampel menggunakan teknik total sampling, sehingga seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi diikutsertakan sebagai responden.

Sebelum penelitian dimulai, peneliti melakukan satu kali pertemuan tatap muka dengan responden untuk memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan penelitian, memperoleh persetujuan menjadi responden, serta membentuk grup WhatsApp sebagai media intervensi. Grup WhatsApp dibuat dan dikelola oleh peneliti yang sekaligus bertindak sebagai fasilitator, moderator diskusi, dan sumber informasi utama selama pelaksanaan penelitian. Intervensi berupa *peer group* berbasis WhatsApp dilaksanakan secara daring selama 3 minggu (21 hari).

Edukasi diberikan menggunakan media *leaflet* digital yang berisi materi pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Materi yang disampaikan meliputi pengertian nutrisi ibu hamil, kebutuhan nutrisi ibu hamil per trimester (protein, zat besi /Fe, asam folat, kalsium, karbohidrat, vitamin dan mineral, serta lemak), pentingnya nutrisi selama kehamilan, anjuran pola makan sehat, dan tips agar ibu hamil tetap sehat. Penyampaian materi dilakukan sebanyak enam sesi edukasi dengan frekuensi dua kali setiap minggu. Setiap sesi berlangsung sekitar 30-45 menit yang terdiri atas penyampaian materi, diskusi kelompok, dan tanya jawab. Selama penelitian tidak digunakan media video. Pesan edukasi dikirimkan oleh fasilitator pada setiap sesi edukasi melalui grup WhatsApp.

Mekanisme *peer group* dilaksanakan melalui diskusi daring antar anggota kelompok dengan fasilitator yang memandu jalannya diskusi. Peserta diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman, memberikan tanggapan, dan mengajukan pertanyaan terkait pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Setiap peserta diwajibkan memberikan respons atau partisipasi minimal satu kali pada setiap sesi diskusi. Kepatuhan peserta dipantau melalui absensi kehadiran, keterlibatan dalam diskusi, jumlah respons yang diberikan, serta konfirmasi membaca materi yang dikirimkan oleh fasilitator.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah *peer group* berbasis media sosial WhatsApp, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Instrumen penelitian berupa kuesioner *closed-ended multiple choice* yang dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan kajian literatur mengenai kebutuhan nutrisi ibu hamil dan domain kognitif Bloom. Kuesioner terdiri atas 20 butir pertanyaan yang mengukur indikator pengetahuan pada tingkat C1 (mengetahui) dan C2 (memahami) mengenai nutrisi yang dibutuhkan selama kehamilan, meliputi pengertian nutrisi ibu hamil, kebutuhan nutrisi ibu hamil per trimester (protein, zat besi (Fe), asam folat, kalsium, karbohidrat, vitamin dan mineral, serta lemak), pentingnya nutrisi, anjuran pola makan sehat, tips agar ibu hamil tetap sehat. Sistem penilaian menggunakan skor 1 untuk jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban salah. Skor total kemudian dikonversi ke dalam bentuk persentase dan dikategorikan menjadi tiga tingkat pengetahuan, yaitu baik (76-100%), cukup (56-75%), dan kurang (<56%).

Sebelum digunakan, instrumen telah diuji validitas dan reliabilitas pada 21 responden yang memiliki karakteristik serupa dengan sampel penelitian. Uji validitas yang dilakukan pada tanggal 2 Januari 2026 menunjukkan seluruh item pertanyaan memiliki nilai signifikansi $p < 0,05$, sehingga dinyatakan valid. Uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha $> 0,70$, sehingga instrumen dinyatakan reliabel. Sebelum memperoleh hasil akhir tersebut, dilakukan revisi instrumen sebanyak dua kali berdasarkan hasil uji coba. Pengumpulan data dilakukan melalui *Google Form* yang diakses menggunakan *Quick Response Code (QR Code)* pada saat *pretest*, sedangkan *posttest* dilakukan melalui tautan yang dibagikan pada grup WhatsApp setelah seluruh rangkaian intervensi selesai. Data yang diperoleh diolah melalui tahapan editing, coding, scoring, tabulating, dan interpreting. Analisis data dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* terhadap skor total pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan narasi sesuai dengan tujuan penelitian (Amruddin dkk., 2022).

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

a. Data Umum

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1	20-35 tahun	28	90%
2	>35 tahun	3	10%
Total		31	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hampir seluruh responden sebanyak 28 orang (90%) berusia 20-35 tahun, dan sebagian kecil responden sebanyak 3 orang (10%) berusia > 35 tahun.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Presentase
1	SD	4	13%
2	SMP	3	10%
3	SMA	20	65%
4	Sarjana	4	13%
Total		31	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden sebanyak 20 orang (65%) berpendidikan SMA, dan sebagian kecil responden sebanyak 3 orang (10%) berpendidikan SMP.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
1	IRT	25	81%
2	PNS	3	10%
3	Wiraswasta	2	6%
4	Petani	1	3%
Total		31	100%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hampir seluruh responden sebanyak 25 orang (81%) bekerja sebagai IRT, dan sebagian kecil responden 1 orang (3%) bekerja sebagai petani.

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan

No	Usia kehamilan	Frekuensi	Presentase
1	Trimester 1 (usia kehamilan 1-3 bulan)	9	29%
2	Trimester 2 (usia kehamilan 4-6 bulan)	19	61%
3	Trimester 3 (7-9 bulan)	3	10%
Total		31	100%

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan sebagian besar responden sebanyak 19 orang (61%) berada pada trimester 2 (usia kehamilan 4-6 bulan), dan sebagian kecil responden sebanyak 3 orang (10%) berada pada trimester 3 (7-9 bulan).

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Kehamilan Keberapa

No	Kehamilan ke	Frekuensi	Presentase
1	Primigravida	19	61%
2	Multigravida	12	39%
Total		31	100%

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan sebagian besar responden sebanyak 19 orang (61%) merupakan ibu dengan kehamilan primigravida, dan hampir setengahnya responden sebanyak 12 orang (39%) merupakan ibu dengan kehamilan multigravida

Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi

No	Sumber informasi	Frekuensi	Presentase
1	Media elektronik	8	26%
2	Media cetak	1	3%
3	Tenaga kesehatan	20	65%
4	Keluarga / teman	2	6%
Total		31	100%

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan sebagian besar responden sebanyak 20 orang (65%) memperoleh informasi dari tenaga kesehatan, dan sebagian kecil responden 1 orang (3%) memperoleh informasi dari keluarga / teman.

b. Data Khusus

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Efektivitas *Peer Group* Berbasis Media Sosial *Whatsapp* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemenuhan Nutrisi Sebelum Diberikan Penyuluhan Pemenuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil di Desa Taddan Sampang.

No	Kategori pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	1	3%
2	Cukup	8	26%
3	Kurang	22	71%
Total		31	100%

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan sebagian besar responden sebanyak 22 orang (71%) memiliki kategori pengetahuan yang kurang, dan sebagian kecil responden 1 orang (3%) memiliki kategori pengetahuan yang baik dalam pemenuhan nutrisi ibu hamil

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Efektivitas *Peer Group* Berbasis Media Sosial *Whatsapp* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemenuhan Nutrisi Sesudah Diberikan Penyuluhan Pemenuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil di Desa Taddan Sampang

No	Kategori pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	29	94%
2	Cukup	1	3%
3	Kurang	1	3%
Total		31	100%

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan hampir seluruh responden sebanyak 29 orang (94%) memiliki kategori pengetahuan yang baik, dan sebagian responden 1 orang (3%) berada di kategori pengetahuan yang kurang dalam pemenuhan nutrisi ibu hamil.

Tabel 9. Hasil Analisis Pengaruh *Peer Group* Berbasis Media Sosial *Whatsapp* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemenuhan Nutrisi di Desa Taddan Sampang

Kategori Pengetahuan	Pretest n (%)	Posttest n (%)	Nilai Z	P-value
Pengetahuan Baik	1 (3%)	29 (94%)	-4,77	0,000
Pengetahuan Cukup	8 (26%)	1 (3%)		
Pengetahuan Kurang	22 (71%)	1 (3%)		
Total	31 (100%)	31 (100%)		

Berdasarkan Tabel 9, sebelum diberikan intervensi *peer group* berbasis media sosial WhatsApp, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang sebanyak 22 orang (71%), sedangkan setelah intervensi hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan kategori baik sebanyak 29 orang (94%). Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $Z = -4,777$ dan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi *peer group* berbasis media sosial WhatsApp. Dengan demikian, *peer group* berbasis media sosial WhatsApp berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi.

Pembahasan

1. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pemenuhan Nutrisi Sebelum Diberikan Intervensi *Peer Group* Berbasis Media Sosial WhatsApp

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di Desa Taddan Kabupaten Sampang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai pemenuhan nutrisi selama kehamilan sebelum diberikan intervensi *peer group* berbasis media sosial WhatsApp. Kondisi ini mengindikasikan bahwa informasi terkait kebutuhan gizi selama kehamilan belum sepenuhnya dipahami oleh ibu hamil. Rendahnya tingkat pengetahuan tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain keterbatasan akses terhadap sumber informasi kesehatan yang terpercaya, rendahnya paparan edukasi gizi secara berkelanjutan, serta kurangnya kemampuan dalam memilah informasi kesehatan yang benar.

Sebagian besar responden dalam penelitian ini berstatus sebagai ibu rumah tangga. Kondisi tersebut memungkinkan responden lebih banyak memperoleh informasi dari lingkungan sekitar, seperti anggota keluarga, tetangga, atau pengalaman pribadi yang belum tentu sesuai dengan rekomendasi berbasis *evidence-based practice*. Selain itu, informasi mengenai nutrisi selama kehamilan sering kali masih dipengaruhi oleh budaya dan mitos yang berkembang di masyarakat sehingga berpotensi menimbulkan kesalahan persepsi terkait pemenuhan gizi ibu hamil.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Maha dkk., (2024) yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan rendah hingga sedang mengenai status gizi selama kehamilan sebelum diberikan intervensi *peer group education*. Penelitian tersebut melaporkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi diberikan ($p=0,009$). Temuan serupa dilaporkan oleh Prihazty, (2024) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis WhatsApp Group berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil berisiko tinggi mengenai preeklampsia ($p<0,001$). Selain itu, Sholikhah & Rizkiana, (2023) menemukan bahwa edukasi melalui WhatsApp Group mampu meningkatkan skor pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan stunting dari rata-rata 7,32 menjadi 9,46.

Rendahnya pengetahuan pada awal penelitian juga dapat dijelaskan melalui konsep *health literacy* atau literasi kesehatan. Literasi kesehatan merupakan kemampuan individu untuk memperoleh, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi kesehatan dalam pengambilan keputusan yang tepat. Ibu hamil dengan tingkat literasi kesehatan yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam memahami kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral yang diperlukan selama masa kehamilan. Akibatnya, keputusan yang diambil terkait konsumsi makanan belum sepenuhnya sesuai dengan kebutuhan fisiologis selama kehamilan.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu hamil tersebut, salah satunya yaitu pekerjaan. Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hampir seluruh ibu hamil berperan sebagai IRT. Sebagai ibu rumah tangga (IRT), ibu hamil cenderung memiliki keterbatasan interaksi sosial di luar lingkungan rumah. Aktivitas sehari-hari yang lebih banyak dilakukan di dalam rumah membuat kesempatan untuk bertukar informasi dengan orang lain menjadi terbatas. Ibu rumah tangga cenderung mengandalkan informasi dari lingkungan sekitar, seperti keluarga atau tetangga, yang belum tentu sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Selain itu, kesibukan mengurus rumah tangga sering membuat ibu hamil kurang memiliki kesempatan untuk mencari informasi kesehatan secara mandiri. Kurangnya keikutsertaan dalam kegiatan penyuluhan kesehatan juga dapat menyebabkan pengetahuan ibu hamil tidak berkembang secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa status sebagai ibu rumah tangga tidak secara otomatis menjamin ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik tentang nutrisi kehamilan. Menurut Lumbantoruan dkk. (2023) Ibu rumah tangga yang berada di lingkungan rumah cenderung membutuhkan media edukasi yang mudah diakses dan sesuai dengan

aktivitas sehari-hari. Proses belajar akan lebih efektif ketika terjadi interaksi dan pertukaran pengalaman antar individu dengan kondisi yang serupa.

Ditinjau dari karakteristik pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA. Meskipun pendidikan formal berperan dalam meningkatkan kemampuan berpikir dan menerima informasi, pendidikan formal tidak selalu memberikan pengetahuan spesifik mengenai gizi kehamilan. Oleh karena itu, diperlukan strategi edukasi yang mampu menyajikan informasi kesehatan secara sederhana, kontekstual, dan mudah dipahami oleh berbagai latar belakang pendidikan. Penelitian Hanifah dkk. (2024) menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis media sosial efektif meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil karena informasi dapat disampaikan secara sistematis dan berulang sehingga lebih mudah dipahami dan diingat.

Dengan demikian, rendahnya tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum intervensi menunjukkan perlunya pendekatan edukasi yang mampu meningkatkan literasi kesehatan, memperluas akses terhadap informasi yang valid, serta membantu ibu hamil memahami pentingnya pemenuhan nutrisi selama kehamilan sebagai upaya menjaga kesehatan ibu dan janin.

2. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pemenuhan Nutrisi setelah Diberikan Intervensi *Peer Group* Berbasis Media Sosial WhatsApp

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan baik setelah diberikan intervensi *peer group* berbasis media sosial WhatsApp. Peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan mampu memperbaiki pemahaman ibu hamil mengenai kebutuhan nutrisi selama kehamilan, baik terkait fungsi zat gizi, sumber makanan yang dianjurkan, maupun manfaat pemenuhan nutrisi bagi kesehatan ibu dan pertumbuhan janin.

Peningkatan pengetahuan yang terjadi menunjukkan bahwa proses pembelajaran tidak hanya menghasilkan penambahan informasi, tetapi juga meningkatkan kemampuan ibu hamil dalam memahami dan menginterpretasikan informasi kesehatan. Setelah memperoleh edukasi, ibu hamil menjadi lebih mampu mengidentifikasi jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan selama kehamilan serta memahami konsekuensi yang dapat terjadi apabila kebutuhan nutrisi tidak terpenuhi secara optimal.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Shoghli dkk. (2023) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berbasis kelompok sebaya efektif meningkatkan pengetahuan dan literasi kesehatan karena peserta memperoleh kesempatan untuk mempelajari informasi melalui pengalaman nyata dari individu lain yang memiliki kondisi serupa. Sementara itu, Rahman et al. (2024) menyebutkan bahwa keterlibatan aktif ibu hamil dalam program edukasi kesehatan berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran dan kemampuan pengambilan keputusan terkait kesehatan maternal, termasuk dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

Karakteristik usia responden yang didapatkan dari hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun. Rentang usia tersebut termasuk usia reproduksi sehat yang umumnya memiliki kemampuan kognitif dan daya tangkap yang baik terhadap informasi baru. Pada fase ini individu cenderung memiliki kemampuan analisis yang lebih matang sehingga lebih mudah memahami, mengolah, dan mengaplikasikan informasi kesehatan yang diterima dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, usia dewasa awal umumnya memiliki tingkat motivasi yang tinggi untuk menjaga kesehatan diri dan janin. Kesadaran terhadap pentingnya masa kehamilan mendorong ibu untuk lebih aktif mencari informasi dan menerapkan pengetahuan yang diperoleh. Paula et al. (2025) menjelaskan bahwa individu usia dewasa awal memiliki kapasitas kognitif yang optimal untuk memproses informasi baru serta lebih adaptif terhadap penggunaan teknologi digital sebagai sarana pembelajaran kesehatan.

Dengan demikian, tingginya tingkat pengetahuan setelah intervensi tidak hanya dipengaruhi oleh materi edukasi yang diberikan, tetapi juga oleh kesiapan individu dalam menerima informasi, kemampuan berpikir yang matang, serta meningkatnya literasi kesehatan yang mendukung proses pengambilan keputusan terkait pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

3. Pengaruh *peer group* berbasis media sosial WhatsApp terhadap pengetahuan ibu hamil dengan anemia tentang pemenuhan nutrisi Di Desa Taddan Sampang.

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *peer group* berbasis media sosial WhatsApp efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

Efektivitas intervensi ini dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran sosial yang menyatakan bahwa pengetahuan berkembang melalui proses interaksi, observasi, dan pertukaran pengalaman antarindividu. Dalam kelompok sebaya, ibu hamil memperoleh kesempatan untuk mempelajari pengalaman nyata anggota lain terkait pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Pengalaman tersebut membantu peserta memahami konsep kesehatan yang sebelumnya bersifat abstrak menjadi lebih konkret dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, keberhasilan intervensi juga dapat dijelaskan melalui pendekatan digital health education. Edukasi berbasis platform digital memungkinkan penyampaian informasi kesehatan secara berkelanjutan dan tidak terbatas oleh ruang maupun waktu. Materi yang telah diberikan dapat diakses kembali sesuai kebutuhan sehingga mendorong proses penguatan memori dan retensi pengetahuan. Mekanisme ini penting karena pemahaman yang diperoleh melalui paparan informasi berulang cenderung bertahan lebih lama dibandingkan pembelajaran yang berlangsung hanya sekali.

Hasil penelitian ini didukung oleh *systematic review* Djouma Nembot et al. (2026) yang menyimpulkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan berbasis WhatsApp efektif meningkatkan pengetahuan, perilaku kesehatan, kepatuhan antenatal care, dan keterlibatan ibu hamil dalam pelayanan kesehatan maternal. Selain itu, penelitian Maha dkk. (2024) menunjukkan bahwa metode *peer group education* secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai status gizi selama kehamilan.

Keberhasilan intervensi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pemanfaatan teknologi digital yang dikombinasikan dengan pendekatan kelompok sebaya mampu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung peningkatan kapasitas pengetahuan ibu hamil. Model edukasi tersebut memungkinkan terjadinya transfer pengetahuan yang lebih efektif karena tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga mendorong keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian, intervensi *peer group* berbasis media sosial WhatsApp dapat direkomendasikan sebagai salah satu strategi promosi kesehatan yang inovatif dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

4. Kesimpulan

Terdapat peningkatan tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan nutrisi setelah diberikan intervensi *peer group* berbasis WhatsApp. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan potensi penggunaan *peer group* berbasis WhatsApp sebagai pendekatan edukasi kesehatan bagi ibu hamil. Namun, karena penelitian menggunakan desain one-group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol, hasil penelitian perlu diinterpretasikan secara hati-hati dan belum dapat digunakan untuk memastikan hubungan sebab akibat.

Penelitian ini memberikan gambaran awal mengenai efektivitas edukasi pemenuhan nutrisi melalui peer group berbasis media sosial WhatsApp pada ibu hamil dengan anemia. Namun, terdapat beberapa aspek yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil penelitian.

1. Desain penelitian yang digunakan memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok yang sama, meskipun belum melibatkan kelompok pembandingan.
2. Penelitian dilaksanakan pada 31 ibu hamil dengan anemia di Desa Taddan, sehingga hasil yang diperoleh merefleksikan karakteristik populasi penelitian dan dapat menjadi dasar bagi pengembangan studi pada cakupan wilayah yang lebih luas.
3. Pengukuran pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner yang diisi langsung oleh responden sehingga mampu menggambarkan pemahaman peserta setelah mengikuti intervensi. Meskipun demikian, seperti pada penelitian survei pada umumnya, kemungkinan adanya variasi dalam interpretasi dan respons peserta tetap perlu diperhatikan.
4. Pelaksanaan intervensi melalui WhatsApp memungkinkan penyampaian materi secara praktis dan mudah diakses oleh peserta, namun penelitian ini belum menjangkau ibu hamil yang memiliki keterbatasan akses terhadap perangkat atau jaringan internet.
5. Evaluasi penelitian difokuskan pada perubahan pengetahuan setelah intervensi sehingga belum mencakup pengamatan jangka panjang terhadap retensi pengetahuan maupun perubahan perilaku pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan kelompok pembandingan, cakupan responden yang lebih luas, serta periode pemantauan yang lebih panjang guna memperkuat bukti mengenai efektivitas peer group berbasis media sosial WhatsApp dalam meningkatkan kesehatan ibu hamil dengan anemia.

Saran

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan maternitas dan promosi kesehatan, khususnya dalam pemanfaatan media sosial sebagai media edukasi kesehatan bagi ibu hamil. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya bukti ilmiah mengenai efektivitas metode *peer group* berbasis WhatsApp dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Temuan penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan dan tenaga pendidik dalam mengembangkan strategi pembelajaran dan edukasi kesehatan yang inovatif, interaktif, dan sesuai dengan perkembangan teknologi digital (Djouma Nembot dkk., 2026; Faiq dkk., 2026)

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh tenaga kesehatan, khususnya perawat dan bidan, sebagai alternatif media edukasi kesehatan yang mudah diakses, fleksibel, dan berpotensi meningkatkan keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran kesehatan. Pendekatan *peer group* melalui WhatsApp memungkinkan terjadinya interaksi, dukungan sosial, dan pertukaran informasi yang dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Dengan demikian, ibu hamil diharapkan lebih aktif dalam mencari, memahami, dan menerapkan informasi kesehatan yang benar guna mendukung kesehatan ibu dan janin (Aftab, 2025; Djouma Nembot dkk., 2026)

Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan intervensi serupa dengan jumlah responden yang lebih besar, cakupan variabel yang lebih luas, serta penggunaan desain penelitian dan metode analisis yang lebih beragam. Pengembangan penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menghasilkan bukti ilmiah yang lebih kuat dan komprehensif mengenai efektivitas penggunaan media sosial dan

dukungan kelompok sebaya dalam meningkatkan pengetahuan serta perilaku kesehatan ibu hamil terkait pemenuhan nutrisi selama kehamilan (Faiq dkk., 2026)

Acknowledgments

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Politeknik Negeri Madura atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama proses pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa Taddan, Kabupaten Sampang, atas izin, dukungan, dan kerja sama yang baik selama kegiatan penelitian berlangsung. Penulis turut menyampaikan apresiasi kepada seluruh petugas dan pihak yang terlibat dalam proses pengumpulan data serta pelaksanaan penelitian di lapangan. Terima kasih yang tulus juga diberikan kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada keluarga atas doa, dukungan, motivasi, dan pengertian yang diberikan selama proses penelitian hingga penyusunan artikel ini. Semoga segala bantuan dan kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang setimpal.

Daftar Pustaka

- Amruddin, A., Priyanda, R., Agustina, T. S., Nyoman Sri Ariantini, N. S., Rusmayani, N. G. A. L., Aslindar, D. A., Ningsih, K. P., Wulandari, S., Putranto, P., & Yuniati, I. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Penerbit Pradina Pustaka.
- Aftab, N. (2025). Social media use during pregnancy: Risks and benefits for women's health. *Cureus*, 17(8), e90410. <https://doi.org/10.7759/cureus.90410>
- Capra, M. E., Bellani, A., Berzieri, M., Fradusco, A., Esposito, S., & Biasucci, G. (2026). *Maternal Nutrition During Pregnancy and Fetal Outcome, Short-and Long-Term Health Effects: A Narrative Review*. *Nutrients*, 18(9), 1375. <https://doi.org/10.3390/nu18091375>.
- Djouma Nembot, F., Afutendem, B. N., Nkum, C. B., Ateudjieu, D., Kakapen, D., Nanje, Z. E., Ndzana, R., Nang Nang, F. D., & Ateudjieu, J. (2026). *Effectiveness of WhatsApp-based education on improving access to maternal health: A systematic review*. *Digital Health*, 12, 20552076261428152. <https://doi.org/10.1177/20552076261428152>
- Ediyono, S., & Nasriyah, N. (2023). *Kesehatan Ibu Hamil Dan Kebutuhan Nutrisi Selama Kehamilan*. Jakarta: Penerbit Kesehatan Indonesia.
- Faiq, F. A. Z., Wirawan, N. N., & Nugroho, F. A. (2026). *Effect of digital nutrition education via WhatsApp and mHealth on maternal nutrition literacy and child feeding practices: A systematic review*. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 11(1). <https://doi.org/10.30867/action.v11i1.3144>.
- Furness, D., Huynh, N. K. T., Kaufmann, L., Liu, J., Nguyen, T. B. N., Schaefer, E., Tan, L., Yau, C. D., & Yu, Q. (2024). *Real-World Insights On Nutritional Awareness and Behaviors Among Preconception and Pregnant Women in Three Asia Pacific Countries*. *Frontiers in Global Women's Health*, 5, 1332555. <https://doi.org/10.3389/fgwh.2024.1332555>.

- Hanifah, R., Budihastuti, U. R., & Lestari, A. (2024). *Effectiveness Of Education Through Social Media To Improve Nutritional Knowledge And Behavior On Pregnant Women As A Step To Prevent Stunting: A Literature Review*. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 10(2), 174–180.
- Lumbantoruan, M., Sirait, A., & Sidabukke, I. (2023). Peningkatan *Breastfeeding Self Efficacy* Melalui Edukasi Teman Sebaya (Peer Education). *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 7(1), 86–91. <https://doi.org/10.36341/Jomis.V7i1.3124>.
- Maha, S. S. B., Sinaga, S. N., & Simanullang, E. (2024). Pengaruh *Peer Group Education* Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Status Gizi Selama Kehamilan. *Indonesian Health Issue*, 3, 120–129.
- Olloqui-Mundet, M. J., Cavia, M. del M., Alonso-Torre, S. R., & Carrillo, C. (2024). *Dietary Habits And Nutritional Knowledge Of Pregnant Women: The Importance Of Nutrition Education*. *Foods*, 13(19), 3189. <https://doi.org/10.3390/foods13193189>.
- Paula, G., Wonlele, I., Pandie, M., Kadek, T. T., Putra, A., Bahari, P., Elisabeth, A., Takaeb, L., Nayoan, C., & Penulis, N. (2025a). Pengaruh Interaksi Kelompok Terhadap Perubahan Perilaku Kesehatan: Sebuah Tinjauan Literatur. 2(1). <https://doi.org/10.59837/Jpnmb.V2i1.456>
- Prihazty, S. , et al. (2024). *Whatsapp Group-Based Health Education For Pregnant Women At Risk Of Preeclampsia*. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(1), 45–53.
- Rahman, H. N., Syakura, A., & Inayah, W. (2024). *Self Management Ibu Hamil Yang Mengalami Hipertensi Dalam Kehamilan*. *Jurnal Kebidanan*, 227–235. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v16i02.814>
- Riset Kesehatan Nasional, Miraturrofi'ah, M., & Kartini, D. (2025). Faktor risiko bayi berat lahir rendah (BBLR): Analisis kekurangan nutrisi maternal dan preeklampsia di rumah sakit perkotaan Indonesia. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 9(1), 73–80. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/Jrkn>.
- Shoghli, A., Maleki, A., Masjedi, M. R., Hessari, M. B., & Khodaei, S. (2023). The effect of peer-to-peer education on health literacy, knowledge, and adherence to COVID-19 protocols in vulnerable adolescents. *BMC Primary Care*, 24(1), 18. <https://doi.org/10.1186/s12875-023-01979-w>.
- Sholikhah, I. A., & Rizkiana, E. (2023). Whatsapp Group Based Education to Improve Pregnant Women's Knowledge About Stunting Prevention. *Midwifery and Nursing Research*, 5(1), 38–42. <https://doi.org/10.31983/MANR.V5I1.9614>.