

MAKANAN PANTANGAN PADA IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK)

Farida Sisni Riyanti¹, Andi Nilawati Usman², Werna Nontji³,
Isharyah Sunarno⁴, Stang⁵, Yuliana Syam⁶
Universitas Hasanuddin^{1,2,3,4,5,6}
dhyfa.ramadhani@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui makanan pantangan pada ibu hamil terhadap kejadian kekurangan energi kronik (KEK) di Puskesmas Sumbersari. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan *phenomenology* eksploratif dan dianalisis dengan metode Collaizi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat lima tema terkait makanan pantangan ibu hamil, yaitu pengetahuan ibu hamil, jenis makanan pantangan ibu hamil, latar belakang budaya, persepsi keluarga dan lingkungan sosial dan upaya ibu hamil agar tidak terjadi KEK. Simpulan, pantangan makanan pada ibu hamil merupakan salah satu faktor pemicu KEK yang dipengaruhi oleh budaya yang dimiliki oleh keluarga dan turun temurun dari nenek moyang.

Kata Kunci: Ibu, Kehamilan, Kekurangan Energi Kronik, Makanan Pantangan

ABSTRACT

This study aims to determine dietary restrictions in pregnant women on the incidence of chronic energy deficiency (KEK) at the Sumbersari Health Center. The qualitative method with an exploratory phenomenology approach was analyzed using the Collaizi method. The results showed five themes related to food taboos for pregnant women: knowledge of pregnant women, types of food taboos for pregnant women, cultural background, family and social environment perceptions and efforts of pregnant women to prevent SEZs from occurring. In conclusion, food restrictions in pregnant women are one of the triggering factors for KEK, which are influenced by the culture that is owned by the family and passed down from their ancestors.

Keywords: Mother, Pregnancy, Chronic Energy Deficiency, Food Restrictions

PENDAHULUAN

Makanan yang dikonsumsi sehari-hari akan terlihat dari pola kebiasaan yang dimakan dan berefek pada gizi ibu hamil sesuai dengan asupan yang dimakan sehingga akan cenderung pada kekurangan zat gizi misalnya kekurangan energi kronis (Muryani et al., 2022). Ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) akan beresiko terhadap kematian pada masa perinatal dan beresiko terhadap melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Kebiasaan makan pada ibu hamil adalah salah satu ciri yang dapat menggambarkan pola perilaku yang berkaitan dengan jenis makanan yang di konsumsi, berapa frekuensi dari porsi yang dimakan kemudian pantangan atau rasa yang disukai atau tidak disukai terhadap makanan yang akan

dimakan, selanjutnya adalah bagaimana cara pemilihan makanan yang akan dimakan (Septiani & Sulistiawati, 2022).

Makanan yang dikonsumsi ibu hamil dalam masa kehamilan tidak terpenuhi, maka asupan yang dibutuhkan ibu hamil kurang, dan berpotensi menyebabkan Kekurangan Energi Kronis (KEK). KEK adalah masalah kekurangan gizi yang sering kita jumpai pada ibu hamil, yang disebabkan karena kekurangan energi dalam jangka waktu yang lama. Faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya Kekurangan energi kronis adalah pola mengonsumsi makanan, faktor sosial ekonomi, pantangan makanan (Fibrila et al., 2022). Seorang ibu hamil yang mengalami KEK akan mempengaruhi kondisi kesehatannya. Dampak lain yang dapat terjadi yaitu terganggunya pertumbuhan janin dalam kandungan. Selama kehamilan, KEK dapat menjadi pemicu dari timbulnya kasus hipertensi dalam kehamilan, pre-eklamsi, perdarahan dan ketuban pecah dini (Roberts, 2018).

Penyakit KEK pada ibu hamil terjadi akibat kerawanan pangan selama bertahun-tahun (Desyibelew & Dadi, 2019). Banyak faktor yang memicu munculnya KEK dan sangat bervariasi berdasarkan wilayah dan situasi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa faktor seperti usia, pekerjaan dan status pendidikan menjadi bagian dari penyebab KEK (Wubie et al., 2020). Studi yang menjelaskan adanya hubungan yang bermakna antara faktor penyebab dengan kejadian KEK antara lain; umur, paritas, pendidikan, kekayaan, tempat tinggal, pendapatan keluarga, status gizi, kepatuhan konsumsi tablet Fe dan ketersediaan makanan, anemia (Mukkadas et al., 2021; Tejayanti, 2020; Angraini & Wijaya, 2019).

Berdasarkan observasi peneliti di puskesmas kota Jember pada bulan Januari tahun 2022, beberapa ibu hamil mengatakan bahwa selama kehamilan hanya mengonsumsi susu dan sebagai makan tambahan sesuai dengan selera yang diinginkan. Terlebih pada ibu hamil dengan trimester pertama, ibu hamil tersebut memiliki nafsu makan menurun, mual muntah sehingga menyebabkan pola makan terganggu dan berat badan menjadi tidak normal atau kurang, salah satu dari ibu hamil mengatakan bahwa makan makanan yang dikonsumsi tidak sembarangan karena terdapat beberapa makanan yang tidak boleh dimakan seperti kepiting, udang dan nanas. Penelitian sebelumnya oleh Krisdayanti (2019) menemukan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu hamil terhadap pantangan makanan adalah budaya yang menjadi pantangan makanan yaitu ikan cakalang, krang laut, gurita, udang, kepiting, nangka, nenas dan mangga.

Peneliti pada studi ini melakukan kajian fenomenologi eksploratif tentang makanan pantangan pada ibu hamil terhadap kejadian kekurangan energi kronik (KEK) di Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember Provinsi Jawa Timur. Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui hal-hal yang melatarbelakangi pantangan makanan pada ibu hamil dengan trimester satu, dua dan tiga, khususnya yang terkait faktor budaya.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan pendekatan *phenomenology* eksploratif dengan *purposif*, teknik pengumpulan data wawancara mendalam, partisipan adalah ibu hamil dengan kekurangan energi kronik pada trimester satu, dua dan tiga, dengan jumlah partisipan adalah tiga orang. Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan kekurangan energi kronik sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan yaitu ibu hamil yang bersikap kooperatif, ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan, Bersedia menjadi partisipan.

Analisis data dilakukan menggunakan metode Colaizzi, yaitu dengan mendengarkan rekaman wawancara mendalam yang selanjutnya membaca transkrip dan *field note*, Hasil wawancara mendalam dibuat disusun menjadi naskah transkrip pernyataan, kemudian membaca secara keseluruhan deskripsi partisipan sesuai dengan fenomena, membaca kembali transkrip hasil diskusi, selanjutnya peneliti menyusun dalam bentuk laporan hasil penelitian.

HASIL PENELITIAN

Hasil yang diidentifikasi berdasarkan pengalaman yang dialami oleh ibu hamil trimester satu, dua dan tiga yang melakukan pemeriksaan kehamilan di puskesmas sumpangsari temuan tersebut didapatkan tema – tema yang telah dibuat tentang pantangan makanan pada ibu hamil dengan kejadian kekurangan energi kronik berdasarkan pertanyaan dan jawaban dari partisipan serta penentuan kata kunci dan kategori didapatkan tema yang akan dibahas sebagai berikut:

Pengetahuan Ibu Hamil

Hasil wawancara yang dilakukan pada 3 partisipan dalam penelitian ini didapatkan temuan tema satu dengan pernyataan partisipan tentang pantangan makanan pada ibu hamil masih kurang dengan ungkapan bahwa “Makanan yang tidak boleh dikonsumsi selama masa kehamilan. Pernyataan dari 3 partisipan adalah sebagai berikut:

“makanan yang ngak boleh dimakan selama kehamilan, yang menurut keluarga mitos yang harus dilakukan tapi menurut medis itu bayi juga sangat membutuhkan” (P1)

”makanan yang tidak boleh dimakan ibu hamil” (P2)

”Jenis makanan yang tidak boleh dimakan selama hamil” (P3)

Jenis makanan Pantangan pada Ibu Hamil

Hasil wawancara yang dilakukan pada 3 partisipan dalam penelitian ini didapatkan temuan tema dua yang diungkapkan oleh partisipan tentang beberapa jenis makanan pantangan yang tidak boleh dikonsumsi selama kehamilan yaitu “dilarang makan makanan seperti Udang, ikan tongkol, nabgka, nenas sama tape, jenis ikan tawar disuruh makan secara mentah, kepiting, mangga kwini. Pernyataan dari 3 partisipan adalah sebagai berikut:

“udang tidak boleh sama apa namanya ikan tongkol ndak boleh, kalao sejenis buah-buahan nangka, nanas sama tape, kalau kayakkasih sedikit juga ndak boleh..kalau kayak udang sama tonkol itu katanya bikin nanti kalau setelah proses kelahiran itu bayinya itu anu keluar masuk keluar masuk jadi ngak pas langsung keluar ndak bikin lancar persalinannya, kalau kepiting tidak maslaah dari sejenis ikan tawar tidak menjadi pantangan justru disuruh makan secara mentah, kalau untuk telur yang dimakan kuningnya dicampur dengan madu dimakan mentah” (P1)

“udang dilarang makan...kepiting, ikan tongkol.. dilarang makan sama orang tua, kalau dari buah nanas, nangka ndak boleh” (P2)

”kayak udang, nanas, kalau udang nanti anak keluar... sama mangga kwani ndak boleh takut keguguran” (P3)

Latar Belakang Budaya yang Mempengaruhi Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil

Tema ketiga yang diungkapkan oleh partisipan tentang budaya yang tidak memperbolehkan ibu hamil mengkonsumsi makanan yang dapat membahayakan kehamilan dan janin selama masa kehamilan yaitu “Budaya dilingkungan keluarga yang sama, kalau konsumsi udang lahirannya maju mundur, bau amis. Pernyataan dari 3 partisipan adalah sebagai berikut:

“budaya dilingkungan keluarga semua sama , ya kalau kayak saya kan pendatang ya jadi anu tak ikut aja ... kalau yang anu mungkin ada yang bisa membantu...” (P1)

“kalau makan udang nanti kalau lahiran maju mundur.....kalau ikan tongkol nanti anaknya bau amis” (P2)

“dari nenek moyang yang ndak boleh” (P3)

Persepsi Keluarga dan Lingkungan Sosial

Temuan tema keempat yang diungkapkan oleh partisipan tentang persepsi keluarga dan lingkungan sosial terhadap pantangan makanan pada ibu hamil “Kekeluarga sama-sama melarang, aturan keluarga. Pernyataan 2 dari 3 partisipan adalah sebagai berikut:

”ya kalau dari keluarga ya itu melarang makan ya tadi itu kayak ikan tongkol, udang dari pihak mertua dan keluarga saya sama melarang juga” (P1)

”mengikuti aturan keluarga yang melarang makan makanan yang tidak boleh di konsumsi oleh ibu hamil” (P2)

Upaya Ibu Hamil agar Tidak Terjadi KEK

Tema kelima yang diungkapkan oleh partisipan adalah tentang kekurangan energi kronik pada ibu hamil “Makan makanan yang bergizi, makan makanan yang banyak, harus makan”. Pernyataan dari 3 partisipan adalah sebagai berikut:

”ya saya harusnya makan-makanan yang bergizi, tapi karna mengikuti dari keluarga, trus saya hamil ini untuk susu saya agak mengurangi susu ini biasanya habis 3 bulan hanya habis satu dus” (P1)

”makan makanan yang banyak, terus tidak boleh makan makanan yang dilarang sama orang tua” (P2)

”harus makan (P3)

PEMBAHASAN

Pengetahuan Ibu Hamil

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa pengetahuan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan yaitu memiliki pengetahuan cukup karena ibu hamil tidak mengetahui apa yang menjadi makanan pantangan pada ibu hamil selama masa kehamilan dibuktikan dengan pernyataan dari partisipan "*Makanan yang tidak boleh dikonsumsi selama masa kehamilan*" ibu hamil tidak memahami pantangan makanan yang dikonsumsi selama masa kehamilan.

Penelitian ini menjelaskan bahwa pengetahuan yang dimiliki ibu hamil tentang pantangan selama masa kehamilan, memiliki pantangan makanan yang memiliki gizi cukup tinggi dengan mengkonsumsi makanan tersebut kebutuhan akan gizi terhadap bayi dan ibu akan tercukupi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harismayanti & Syukur (2021) bahwa ibu hamil dengan kejadian KEK memiliki masalah yang kompleks serta memerlukan waktu dan kerjasama dengan petugas kesehatan untuk meningkatkan gizi pada ibu hamil agar tidak terjadi KEK.

Jenis Makanan Pantangan pada Ibu Hamil

Hasil penelitian ini dengan tema jenis makanan yang tidak boleh dikonsumsi selama masa kehamilan, berdasarkan dari beberapa jenis makanan yang menjadi pantangan pada ibu hamil merupakan makanan yang memiliki sumber gizi yang cukup selama masa kehamilan untuk mencukupi kebutuhan gizi ibu dan janin, zat gizi tersebut yaitu mineral, vitamin, serat dan protein. Selama masa kehamilan yang menjadi tabu dapat menimbulkan kejadian kekurangan energi kronik selama kehamilan. Jenis makanan dari partisipan adalah "*Udang, ikan tongkol, nabgka, nenas sama tape, jenis ikan tawar disuruh makan secara mentah, kepiting, mangga kwini*". Jenis makan tersebut sangat diperlukan selama masa kehamilan untuk mencukupi kebutuhan gizi pada kehamilan.

Penelitian ini menjelaskan bahwa jenis makanan pantangan yang tidak diperbolehkan oleh ibu hamil selama masa kehamilannya merupakan suatu jenis makanan yang mengandung nilai gizi untuk memperbaiki status gizi pada ibu hamil. Fazirah et al., (2022) mengatakan bahwa kehamilan dan persalinan memiliki hubungan yang sangat erat, sehingga perlu perbaikan status gizi pada ibu hamil.

Latar Belakang Budaya yang mempengaruhi Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil

Pantangan makanan pada ibu hamil yang dimiliki partisipan dengan faktor budaya yang dimiliki memiliki pantangan yang cukup banyak sehingga berakibat pada ibu hamil yang dilarang untuk mengkonsumsi makanan yang memiliki kandungan status gizi yang baik, makanan yang dipantang oleh ibu hamil masih kuat yang kuat oleh faktor budaya, nilai-nilai budaya yang dimiliki turun temurun diikuti oleh setiap generasi. Berdasarkan ungkapan dari partisipan bahwa "*Budaya dilingkungan keluarga yang sama, kalau konsumsi udang lahirannya maju mundur, bau amis, dari nenek moyang tidak boleh*" sehingga ibu hamil dilarang untuk mengkonsumsi makanan tersebut karena akan berakibat pada ibu dan bayi selama masa kehamilan dan proses lahiran.

Hasil temuan menjelaskan bahwa budaya merupakan salah satu faktor dalam makanan yang akan dikonsumsi oleh ibu hamil, makanan yang dikonsumsi yang kurang akan berdampak pada ibu dan janin. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang

dilakukan oleh Gustanela & Pratomo (2021) mengatakan bahwa makanan yang ditabukan seperti buah, sayuran dan lauk jika dikonsumsi akan terasa panas dan bayi akan menjadi kembar yang berdempet.

Persepsi Keluarga dan Lingkungan Sosial

Makanan yang dianggap dapat mengganggu kehamilannya, berdasarkan persepsi keluarga dan lingkungan sosial yang diungkapkan oleh partisipan adalah “Kekeluarga sama-sama melarang, aturan keluarga” semua jenis makanan pantangan yang dianggap dapat mengancam nyawa ibu dan janin dari makanan yang tidak diperbolehkan yang bersifat magis atau dari segi medis. Ibu hamil pantang makanan seperti ikan tongkol dan udang, karena dipercaya apabila mengkonsumsi ikan tongkol anak akan bau amis, dan makan makanan seperti udang ketika proses kelahiran menjadi tidak lancar dipercaya bahwa bayi akan keluar-masuk di jalan lahir pada saat melahirkan.

Pendekatan pantangan makanan memiliki alasan bahwa akan berdampak pada ibu dan janin, keluarga juga melarang ibu hamil makan buah seperti mangga kweni karena akan menimbulkan rasa panas didalam perut. Persepsi yang dianggap oleh keluarga dapat membahayakan ibu hamil tidak dapat diubah karena turun temurun dari keluarga serta dilingkungan sosial. Menurut Lusiana (2019) ibu hamil dengan kekurangan energi kronik memiliki persepsi yang berbeda-beda terhadap pantangan makanan yang dipengaruhi oleh persepsi keluarga, lingkungan pengalaman serta pengaruh dari tenaga kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi keluarga dan lingkungan sosial yang masih kental dapat mempengaruhi pola makan pada ibu hamil selama masa kehamilannya sehingga akan berakibat kekurangan energi kronik pada ibu hamil.

Upaya Ibu Hamil agar Tidak Terjadi KEK

Jumlah makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil agar tidak terjadi kekurangan energi kronik sangat penting, peningkatan energi dalam tubuh dapat memenuhi kebutuhan ibu hamil dan janin yang ada dalam kandungannya, kebiasaan mengkonsumsi makanan yang mengandung nilai gizi yang cukup tinggi akan membantu dalam perbaikan gizi ibu hamil, tidak hanya makan banyak tapi memperhatikan nilai gizi yang akan dimakan, berdasarkan ungkapan partisipan “Makan makanan yang bergizi, makan makanan yang banyak, harus makan”.

Berdasarkan tersebut kehamilan dengan trimester satu akan mengalami penurunan nafsu makan, dan pada kehamilan trimester dua dan tiga nafsu makan akan menjadi lebih meningkat sehingga proses perbaikan gizi baik, dan juga dibutuhkan perbaikan energi untuk perkembangan dan pertumbuhan janin dan menjaga kestabilan kesehatan ibu. Berdasarkan penelitian yang dilakukan dibutuhkan asupan nutrisi dan gizi untuk meningkatkan energi selama masa kehamilan pola makan serta kebiasaan ibu hamil selama masa kehamilan membutuhkan saran dan masukan dari tenaga kesehatan untuk perbaikan gizi agar tidak terjadi kekurangan energi kronik. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Tsegaye et al., 2021), yaitu pola makan pada ibu hamil memiliki pantangan yang dipatuhi berdasarkan masukan dari keluarga pentingnya gizi seimbang dan pola makan yang baik tidak akan menimbulkan kekurangan energi kronik pada ibu hamil.

SIMPULAN

Pantangan makanan pada ibu hamil dipengaruhi oleh budaya yang dimiliki oleh keluarga dan turun temurun dari nenek moyang yang harus diikuti. Adapun pantangan makan yang tidak boleh dikonsumsi oleh ibu hamil dari buah-buahan, sayur-sayuran dan lauk pauk karena dianggap akan mempengaruhi kehamilan dan proses kelahiran oleh ibu. Faktor dari latar belakang budaya serta persepsi dari keluarga yang menyebabkan kejadian makanan pantang pada ibu hamil, kemudian kurangnya pengetahuan pada ibu hamil dan keluarga tentang jenis makanan pantang ibu hamil dapat mengakibatkan KEK pada ibu hamil.

SARAN

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan referensi tentang pantangan pada ibu hamil terhadap kejadian KEK di Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember Provinsi Jawa Timur.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, D. I., & Wijaya, S. M. (2019). The Analysis of Chronic Energy Malnutrition and Iron Intake with Anemia in Preconception Women of Childbearing Age in Terbanggi Besar Subdistrict, District of Central Lampung. *KnE Life Sciences*, 4(10), 122-128. <https://doi.org/10.18502/kls.v4i10.3714>
- Desyibelew, H. D., & Dadi, A. F. (2019). Burden and Determinants of Malnutrition among Pregnant Women in Africa: A Systematic Review and Meta-Analysis. *PloS One*, 14(9), 1-19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0221712>
- Fazirah, K., Syahrudin, A. N., & Irmawati, I. (2022). Faktori Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar. *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 11(1), 10–19. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/download/20843/8191/66489>
- Fibrila, F., Herlina, H., Ridwan, M., & Harnanto, A. M. (2022). Faktor Dominan Penyebab Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil. *Jurnal MEDIKES (Media Informasi Kesehatan)*, 9(1), 1–16. <https://doi.org/10.36743/medikes.v9i1.338>
- Gustanela, O., & Pratomo, H. (2021). Faktor Sosial Budaya yang Berhubungan dengan Anemia pada Ibu Hamil (A Systematic Review). *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(1), 25–32. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i1.1894>
- Harismayanti, H., & Syukur, S. B. (2021). Analisis Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 4(2), 162–170. <https://doi.org/10.56338/mppki.v4i2.1491>
- Krisdayanti, W. (2019). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Puskesmas Sungai Bilu Banjarmasin*. Universitas Sari Mulia Banjarmasin. <http://repository.unism.ac.id/id/eprint/1342>
- Lusiana, D. (2019). Literature Review: Sistem Skoring TB Anak untuk Penegakan Diagnosis dalam Pengendalian TB Anak. *The Indonesian Journal of Infectious Diseases*, 5(1), 38–45. <https://doi.org/10.32667/ijid.v5i1.77>
- Mukkadas, H., Salma, W. O., & Bhinekada, I. M. C. (2021). Factors Related to Chronic Energy Deficiency in Pregnant Mothers in the Konawe District, Indonesia.

- Journal of Research Development in Nursing and Midwifery*, 18(2), 18-20. <https://doi.org/10.29252/jgbfnm.18>
- Muryani, N., Afrika, E., & Rahmawati, E. (2022). Hubungan Riwayat Penyakit KEK, Pola Makan, dan Hiperemesis Gravidarum dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil Puskesmas Dana Mulya Kecamatan Pulau Rimau Kabupaten Banyuasin Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 319-324. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.1843>
- Roberts, D. (2018). Chronic Fatigue Syndrome and Quality of Life. *Patient Related Outcome Measures* 9, 253–262. <https://doi.org/10.2147/prom.s155642>
- Septiani, B. D. S., & Sulistiawati, F. (2022). Edukasi Pedoman Umum Gizi Seimbang bagi Ibu Hamil Kurang Energi Kronik (KEK) di Desa Batu Kuta Kecamatan Narmada Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 44–49. <https://unu-ntb.e-journal.id/abdonesia/article/view/227>
- Tejayanti, T. (2020). Determinants of Chronic Energy Deficiency and Low Body Mass Index of Pregnant Women in Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 173–180. <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2.2403>
- Tsegaye, D., Tamiru, D., & Belachew, T. (2021). Food-Related Taboos and Misconceptions During Pregnancy among Rural Communities of Illu Aba Bor zone, Southwest Ethiopia. A Community Based Qualitative Cross-Sectional Study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03778-6>
- Wubie, A., Seid, O., Eshetie, S., Dagne, S., Member, Y., Wasihun, Y., & Petrucka, P. (2020). Determinants of Chronic Energy Deficiency among Non-Pregnant and Nonlactating Women of Reproductive Age in Rural Kebeles of Dera District, North West Ethiopia, 2019: Unmatched Case Control Study. *PLoS One*, 15(10), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0241341>