

Penyuluhan Gizi Seimbang Dan Pemberian Makanan Tambahan Bagi Anak Balita Dalam Rangka Mencegah Stunting di Dusun I Desa Oelomin Kecamatan Nekamese Kabupaten Kupang

¹⁾Odilia Esem*, ²⁾Theresia Mindarsih, ³⁾Meri Flora Ernestin

^{1,3)}Diploma III Kebidanan, Universitas Citra Bangsa, Kupang, Indonesia

²⁾Sarjana Dan Profesi Bidan, Universitas Citra Bangsa, Kupang, Indonesia

Email Corresponding: odilia.esem@yahoo.com*

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Gizi Seimbang
Makanan Tambahan
Balita
Stunting
Kata Kunci

Gizi merupakan bagian penting dari kesehatan dan pembangunan. Gizi yang baik berkaitan dengan peningkatan kesehatan bayi, anak dan ibu, serta sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat. Sekitar 45% kematian anak di bawah usia 5 tahun disebabkan oleh kekurangan gizi. Hal ini sebagian besar terjadi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah. Tujuan penelitian adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam mencegah stunting pada balita dengan memberikan makanan gizi seimbang. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemberian edukasi menggunakan metode ceramah dan tanya jawab serta pemberian makanan tambahan kepada balita yang hadir saat kegiatan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan peserta yang tampak jelas sebelum dan sesudah diberikan materi. Mayoritas peserta sudah mampu menjawab pertanyaan dengan benar dan tepat setelah diberikan materi yaitu sebesar 76 %. Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini ibu yang memiliki balita dapat menambah pengetahuan terhadap masalah gizi balita. Kegiatan pemberian edukasi membantu ibu yang memiliki balita memahami masalah gizi pada balita hal ini dapat diketahui dengan meningkatnya pengetahuan ibu pemenuhan gizi seimbang bagi anak balita.

ABSTRACT

Keywords:

Balanced Nutrition
Additional Food
Toddlers
Stunting

Nutrition is an important part of health and development. Good nutrition is linked to improved health of babies, children and mothers, as well as a stronger immune system. About 45% of deaths in children under 5 years of age are caused by malnutrition. This occurs mostly in low and middle income countries. The aim of the research is to increase mothers' knowledge in preventing stunting in toddlers by providing balanced nutritional food. The method used in this research is providing education using the lecture and question and answer method as well as providing additional food to toddlers who are present during the activity. The research results showed that there were differences in participants' knowledge that were clearly visible before and after being given the material. The majority of participants were able to answer questions correctly and precisely after being given the material, namely 76%. After carrying out this community service activity, mothers who have toddlers can increase their knowledge of toddler nutrition problems. Educational activities help mothers who have toddlers understand nutritional problems in toddlers. This can be seen by increasing mothers' knowledge of providing balanced nutrition for toddlers.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Gizi merupakan bagian penting dari kesehatan dan pembangunan. Gizi yang baik berkaitan dengan peningkatan kesehatan bayi, anak dan ibu, serta sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat. Sekitar 45% kematian anak di bawah usia 5 tahun disebabkan oleh kekurangan gizi. Hal ini sebagian besar terjadi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah (Kemenkes, 2014).

Saat ini Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah masalah pendek (stunting). Berdasarkan data Riskesdas dari tahun 2007 hingga tahun 2018 terdapat penurunan balita sangat pendek (stunting berat) sebesar 6,4 %, namun prevalensi balita pendek atau stunting mengalami peningkatan sebesar 1,3%. Prevalensi balita sangat pendek dan pendek usia 0-59 bulan di Indonesia tahun 2017 adalah 9,8% dan 19,8%. Kondisi ini meningkat dari tahun sebelumnya yaitu prevalensi balita sangat pendek sebesar 8,5% dan balita pendek sebesar 19%. Adapun provinsi dengan prevalensi tertinggi balita sangat pendek dan pendek pada usia 0-59 bulan tahun 2017 adalah Nusa Tenggara Timur (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI, 2018).

Keadaan prevalensi balita stunting Provinsi NTT tahun 2015 sampai 2017 mengalami fluktuasi dimana pada tahun 2015 sebesar 41,2% turun pada tahun 2016 menjadi sebesar 38,7% lalu naik kembali di tahun 2017 sebesar 40,3% dan jauh diatas rata-rata nasional sebesar 29,6% dan menjadi yang tertinggi di Indonesia. Dampak yang timbul dari stunting selain kematian juga dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan pada anak. Setiap anak yang mengalami gizi buruk dilaporkan akan berisiko kehilangan IQ sebesar 10-13 point. Masalah pertumbuhan stunting sering tidak disadari oleh masyarakat karena tidak adanya indikasi 'instan' seperti penyakit. Efek kejadian stunting pada anak dapat menjadi predisposing terjadinya masalah-masalah kesehatan lain hingga nanti anak dewasa. Oleh karena itu, penanggulangan masalah stunting harus dimulai jauh sebelum seorang anak dilahirkan dan bahkan sejak ibu remaja untuk dapat memutus rantai stunting dalam siklus kehidupan (Waliulu, 2018).

Salah satu penyebab gizi kurang pada balita adalah tidak cukup mendapat makanan bergizi seimbang yang disebabkan rendahnya pengetahuan keluarga tentang gizi dan cara pengolahannya. Perbaikan gizi pada balita, tidak cukup hanya dengan memberikan PMT saja, tetapi juga dengan peningkatan pengetahuan gizi keluarga. Meningkatnya pengetahuan dan metode pengolahan makanan sebagai intervensi boleh jadi akan diikuti dengan perubahan perilaku (Yurni, 2017). Pengetahuan tentang gizi seimbang mempunyai hubungan yang signifikan dengan status gizi anak balita, hal ini dikarenakan pengetahuan adalah komponen dasar dari perilaku yang dapat memberikan gambaran perilaku kesehatan dalam kehidupannya sehari-hari (Fajriani, 2020). Pengetahuan ibu sangat berperan penting dalam mencegah balita dari permasalahan gizi. Ibu yang memiliki pengetahuan yang tinggi akan dapat mempersiapkan kebutuhan gizi dengan baik serta mampu memenuhi kebutuhan gizi bagi balita secara optimal (Vinci, 2022).

Tujuan penyuluhan gizi seimbang pada ibu balita untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai pentingnya asupan gizi yang baik bagi perkembangan dan kesehatan anak sehingga dapat Mencegah terjadinya permasalahan gizi pada balita. Dengan memberikan edukasi gizi seimbang kepada ibu balita, diharapkan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup anak. Untuk itu perlu adanya tindakan preventif untuk mencegah masalah gizi pada anak balita yaitu dengan pemberian edukasi tentang gizi seimbang dan pemberian makanan tambahan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu dalam meningkatkan gizi seimbang pada anak balita.

II. MASALAH

Asupan zat gizi pada anak yang tidak adekuat dapat berakibat pada terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak, bahkan apabila kondisi tersebut tidak ditangani dengan baik maka risiko kesakitan dan kematian anak akan meningkat. Tidak terpenuhinya zat gizi dalam tubuh anak dapat berpengaruh terhadap sistem kekebalan tubuh. Sistem kekebalan tubuh yang lemah menyebabkan anak lebih rentan terkena penyakit menular dari lingkungan sekitarnya terutama pada lingkungan dengan sanitasi yang buruk maupun dari anak lain atau orang dewasa yang sedang sakit. Karena daya tahan tubuhnya yang lemah, anak dengan asupan gizi tidak adekuat seringkali mengalami infeksi saluran cerna berulang. Infeksi saluran cerna inilah yang meningkatkan risiko kekurangan gizi semakin berat karena tubuh anak tidak dapat menyerap nutrisi dengan baik. Status gizi yang buruk dikombinasikan dengan infeksi dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan. Kekurangan salah satu zat gizi juga dapat menyebabkan kekurangan zat gizi lainnya. sebagai contoh kekurangan zat besi, magnesium dan zinc dapat menyebabkan anoreksia yang berakibat tidak

terpenuhinya zat gizi yang lain seperti protein. Kekurangan protein dapat mengganggu tumbuh kembang anak sehingga dapat menimbulkan komplikasi jangka panjang. Tidak terpenuhinya zat gizi juga berdampak pada perkembangan otak dan kapasitas intelektual di masa kritis pertumbuhannya yang menyebabkan penurunan kecerdasan. Apabila asupan zat gizi yang tidak adekuat terus berlanjut dan semakin buruk maka dapat menyebabkan kematian pada anak (Amvina, 2022). Untuk itu perlu adanya tindakan preventif untuk mencegah masalah gizi pada anak balita yaitu dengan pemberian edukasi tentang gizi seimbang dan pemberian makanan tambahan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu dalam meningkatkan gizi seimbang pada anak balita.



Gambar 1. Kegiatan PKM Di Dusun I Desa Oelomin Kecamatan Nekamese Kabupaten Kupang

III. METODE

Metode pendekatan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan menggunakan metode ceramah, dialog/wawancara/tanya jawab, dan diskusi dengan jumlah masyarakat yang menjadi peserta sosialisasi adalah kurang lebih 80 (delapan puluh) orang dari dengan tema dari penyuluhan ini adalah mensosialisasikan tentang gizi seimbang bagi anak balita dalam rangka mencegah stunting.

Evaluasi dilakukan dengan wawancara/tanya jawab sebelum dan sesudah kegiatan dilaksanakan untuk mengukur tingkat pemahaman ibu balita terhadap materi tentang bagaimana antisipasi ataupun tindakan pencegahan terjadinya stunting saat ini. Untuk evaluasi keberhasilan pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah diukur dari antusias peserta yang mengikuti kegiatan ini dan banyaknya pertanyaan - pertanyaan yang diajukan oleh para peserta serta tindak lanjut dari kegiatan tersebut. Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian pada masyarakat yang dilakukan di Dusun I Desa Oelomin Kecamatan Nekamese Kabupaten Kupang disesuaikan dengan bentuk dan jenis kegiatan, yang dilakukan secara bertahap sebagai berikut:

- Pada tahap pertama, sebelum langsung melakukan kegiatan pengabdian, dosen melakukan survey langsung ke lokasi untuk mengetahui jumlah anak balita dan permasalahan gizi pada anak balita di Dusun I Desa Oelomin Kabupaten Kupang Nusa Tenggara Timur (NTT).
- Pada tahap kedua, melakukan perijinan secara langsung kepada pihak Desa setempat terkait rencana kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian edukasi tentang gizi seimbang pada balita serta pembagian makanan tambahan sebagai sumber nutrisi yang diperlukan untuk mencegah masalah gizi pada balita.
- Pada tahap ketiga, mempersiapkan materi edukasi tentang gizi seimbang balita dan mempersiapkan makanan tambahan sebagai sumber nutrisi yang diperlukan untuk mencegah masalah gizi pada anak balita yang akan dibagikan kepada ibu yang memiliki balita di Dusun I Desa Oelomin Kabupaten Kupang Nusa Tenggara Timur (NTT).
- Materi edukasi yang dipersiapkan meliputi gambaran kejadian masalah gizi pada anak balita di Indonesia dan NTT, konsep balita, konsep gizi seimbang pada balita, status dan indikator gizi anak balita, indikator dan klasifikasi gizi anak balita, faktor-faktor yang mempengaruhi gizi anak balita, dampak asupan gizi yang tidak adekuat pada anak balita,

- e. Pada tahap kelima, dilakukan pretest yaitu pengisian kuesioner dengan mengajukan pertanyaan kepada peserta untuk mengevaluasi pengetahuan tentang gizi anak balita sebelum diberikan materi.
- f. Penulis lalu melakukan penyuluhan Kesehatan secara langsung kepada seluruh ibu balita yang hadir pada saat kegiatan.
- g. Masing-masing balita akan dibagikan makanan tambahan yang dilengkapi dengan penjelasan kebutuhan gizi pada anak balita.
- h. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan bersama antara dosen dan mahasiswa Prodi Kebidanan Universitas Citra Bangsa.
- i. Tahap terakhir, dilakukan post test untuk mengukur pengetahuan tentang pemenuhan gizi pada anak balita setelah diberikan materi.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Oelomin Dusun 01 (RT 01 dan RT 02) tepatnya pada tanggal 2 Februari 2024, yang dimulai pada Pukul 10.00 Wita sampai dengan selesai. Adapun kegiatan ini diikuti oleh sejumlah peserta yang meliputi: Dosen : 5 Orang, Mahasiswa : 26 orang, Lintas sektor : 10 Orang dan masyarakat Desa Oelomin (ibu yang memiliki balita) sebanyak : 80 orang. Total peserta sebanyak 121 peserta. Pada awal kegiatan dimulai dengan doa dan perkenalan oleh tim pengabdian masyarakat. Selanjutnya dilakukan Pretest kepada seluruh peserta yang memiliki balita untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang bagi balita. Setelah dilakukan Pretest, penulis lalu melakukan penyuluhan Kesehatan dengan menggunakan media power point dan LCD. Adapun point-point yang menjadi penekanan dalam pemberian materi penyuluhan adalah gambaran kejadian masalah gizi pada anak balita di Indonesia dan NTT, konsep balita, konsep gizi seimbang pada balita, status dan indikator gizi anak balita, indikator dan klasifikasi gizi anak balita, faktor-faktor yang mempengaruhi gizi anak balita, dampak asupan gizi yang tidak adekuat pada anak balita.

Seluruh rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar, hal ini dapat dilihat dari banyak dan antusiasnya peserta pengabdian dalam menyimak materi edukasi dan menerima pemberian makanan tambahan pada masing-masing anak balita. Untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta terkait materi maka dilakukan pretest dan posttest. Hasil pengukuran terhadap pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang gizi seimbang dapat diketahui pada tabel berikut :

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan			
No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1	Pengetahuan Sebelum Penyuluhan		
	Baik	23	28%
	Kurang	57	72%
	Total	80	100
2	Pengetahuan Setelah Penyuluhan		
	Baik	76	95%
	Kurang	4	5%
	Total	80	100

Perbedaan pengetahuan peserta tampak jelas sebelum dan sesudah diberikan materi. Mayoritas peserta sudah mampu menjawab pertanyaan dengan benar dan tepat setelah diberikan materi yaitu sebesar 95 %. Adanya peningkatan hasil post test hal ini dapat dimungkinkan karena peserta sangat fokus ketika proses penyampaian materi berlangsung dan antusias dalam mengikuti segala kegiatan penyuluhan pada saat itu. Penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi seimbang memiliki dampak positif dalam mengurangi kejadian stunting pada balita, terutama ketika program ini melibatkan ibu hamil dan kader posyandu. Edukasi yang diberikan kepada ibu balita secara konsisten meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya asupan gizi seimbang, yang meliputi kebutuhan protein, zat besi, dan suplemen tambahan selama kehamilan dan menyusui. Dalam penelitian yang dilakukan Tiur (2024) menunjukkan edukasi gizi seimbang yang merupakan transfer pengetahuan dari pengabdi kepada peserta sehingga peserta memperoleh peningkatan pengetahuan tentang edukasi gizi seimbang. Meningkatkan pengetahuan Ibu balita dan ibu

hamil mengenai pemenuhan gizi seimbang merupakan upaya menurunkan prevalensi stunting pada balita.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan dari tim PKM kepada peserta PKM di Desa Oelomin Dusu 1

Pengetahuan berhubungan erat dengan perilaku seseorang. Semakin baik pengetahuan seseorang akan sebuah objek maka akan membentuk perilakunya yang positif terhadap objek tersebut. Dalam upaya meningkatkan pengetahuan sasaran, diperlukan pendidikan kesehatan salah satunya melalui penyuluhan. Penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang bagi balita dapat dilakukan secara efektif dan efisien dengan menggunakan media visual maupun audio visual, sehingga informasi yang diberikan akan mudah diingat dan menambah pengetahuan responden (Johariyah, 2018). Dengan pengetahuan yang meningkat memungkinkan bagi ibu yang memiliki balita dapat memberikan pemenuhan gizi yang seimbang bagi anak-anaknya sehingga mencegah masalah gizi pada anak balita yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak balita.

Pada tahap kedua kegiatan pengabdian masyarakat yaitu pembagian makanan tambahan kepada seluruh balita yang berjumlah 80 orang, proses pemberian makanan tambahan dibantu oleh mahasiswa kebidanan Universitas Citra Bangsa. Kegiatan pemberian makanan tambahan kepada balita berjalan dengan baik, masyarakat sangat antusias dalam menerima makanan tambahan sebagai contoh menu gizi seimbang bagi balita.

Asupan zat gizi pada anak yang tidak adekuat dapat berakibat pada terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak, bahkan apabila kondisi tersebut tidak ditangani dengan baik maka risiko kesakitan dan kematian anak akan meningkat. Tidak terpenuhinya zat gizi dalam tubuh anak dapat berpengaruh terhadap sistem kekebalan tubuh. Sistem kekebalan tubuh yang lemah menyebabkan anak lebih rentan terkena penyakit menular dari lingkungan sekitarnya terutama pada lingkungan dengan sanitasi yang buruk maupun dari anak lain atau orang dewasa yang sedang sakit. Karena daya tahan tubuhnya yang lemah, anak dengan asupan gizi tidak adekuat seringkali mengalami infeksi saluran cerna berulang. Infeksi saluran cerna inilah yang meningkatkan risiko kekurangan gizi semakin berat karena tubuh anak tidak dapat menyerap nutrisi dengan baik. Status gizi yang buruk dikombinasikan dengan infeksi dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan. Kekurangan salah satu zat gizi juga dapat menyebabkan kekurangan zat gizi lainnya. sebagai contoh kekurangan zat besi, magnesium dan zinc dapat menyebabkan anoreksia yang berakibat tidak terpenuhinya zat gizi yang lain seperti protein (Amvina, 2022).

Kekurangan protein dapat mengganggu tumbuh kembang anak sehingga dapat menimbulkan komplikasi jangka panjang. Tidak terpenuhinya zat gizi juga berdampak pada perkembangan otak dan kapasitas intelektual di masa kritis pertumbuhannya yang menyebabkan penurunan kecerdasan. Apabila asupan zat gizi yang tidak adekuat terus berlanjut dan semakin buruk maka dapat menyebabkan kematian pada anak. Menurut WHO 54% kematian pada anak usia dibawah lima tahun pada 2002 disebabkan oleh gizi buruk. Masa balita merupakan masa kehidupan yang sangat penting yang mana berlangsung proses tumbuh kembang sangat pesat yaitu pertumbuhan fisik dan perkembangan psikomotorik, mental, dan sosial. Stimulasi psikososial harus dimulai sejak dini dan tepat waktu untuk 12 tercapainya perkembangan

psikososial yang optimal. Dalam mendukung pertumbuhan fisik balita perlu petunjuk praktis makanan dengan gizi seimbang salah satunya dengan makan aneka ragam makanan yang memenuhi kecukupan gizi. Kebutuhan gizi pada balita diantaranya energi, protein, lemak, karbohidrat, air, vitamin, dan mineral (Amvina, 2022).

Edukasi kesehatan mengenai stunting memberikan dampak yang positif terhadap pengetahuan ibu. Peningkatan pengetahuan ibu akan menggambarkan kesehatan dan kesejahteraan anak serta menjadi penentu masa depan anak. Ibu yang sering terpapar dengan informasi mengenai stunting akan memiliki pengetahuan yang lebih informatif dibandingkan dengan ibu yang kurang terpapar (Angraini et al., 2020). Penelitian oleh Suryagustina et al. (2018) juga menyebutkan hal yang sama bahwasanya pendidikan kesehatan mengenai pencegahan stunting akan berdampak terhadap pengetahuan ibu, serta ibu yang minim informasi mengenai pencegahan stunting maka pengetahuannya mengenai pencegahan stunting juga akan kurang. Penelitian yang sama juga menyebutkan bahwasanya pendidikan kesehatan memberikan pengaruh terhadap sikap ibu dalam pencegahan stunting. Sikap ibu akan menentukan perilaku konsumsi makanan ibu selama masa kehamilan yang akan berdampak pada berat badan lahir bayi. Bayi dengan berat badan lahir rendah akan berisiko terkena stunting (Angraini et al., 2019).

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa ada beberapa hal sebagai berikut : mayoritas peserta sudah mampu menjawab pertanyaan dengan benar dan tepat setelah diberikan materi yaitu sebesar 95 %. Adanya peningkatan hasil post test hal ini dapat dimungkinkan karena peserta sangat fokus ketika proses penyampaian materi berlangsung dan antusias dalam mengikuti segala kegiatan penyuluhan pada saat itu. Hasil pengabdian ini juga diharapkan dapat membentuk perilaku yang positif berkaitan dengan pemenuhan gizi seimbang bagi anak balita. Pemberian makanan tambahan yang diberikan juga setidaknya dapat meningkatkan Kesehatan anak balita. Pengetahuan tentang gizi seimbang mempunyai hubungan yang signifikan dengan status gizi anak balita, hal ini dikarenakan pengetahuan adalah komponen dasar dari perilaku yang dapat memberikan gambaran perilaku kesehatan dalam kehidupannya sehari-hari. Pengetahuan ibu sangat berperan penting dalam mencegah balita dari permasalahan gizi. Ibu yang memiliki pengetahuan yang tinggi akan dapat mempersiapkan kebutuhan gizi dengan baik serta mampu memenuhi kebutuhan gizi bagi balita secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amvina, Melinda H, W., Fitria, L, E, B. (2022). Penyuluhan Kesehatan Tentang Gizi Pada Balita di Posyandu Teratai 1 Kota Padangsidimpuan. *Pengabdian Deli Sumatera Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 47-52.
- Angraini, W., Pratiwi, B.A., Amin, M., Yanuarti, R., Harjuita, T.R. (2019). Berat Badan Lahir Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Kabupaten Bengkulu Utara. *Avicenna*, 47-51.
- Angraini, W., Pratiwi, B.A., Amin, M., Yunuarti, R., Febriawati, H., Shaleh, M.I. (2020). Edukasi Kesehatan Stunting Di Kabupaten Bengkulu Utara. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 30-36.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Jakarta: Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- Dewey, K. G., & Brown, K. H. (2020). Feeding of infants and young children with emphasis on undernutrition. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 245-251.
- Fajriani, F., Aritonang, E.Y., Nasution, Z. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita Usia 2-5 Tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
- Hardiansyah, I Dewa Nyoman Supriasa. (2017). *Ilmu Gizi*. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan, RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan. RI. (2020). *Panduan Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Sundaram, S., & Swaminathan, S. (2020). Dietary guidelines for infants and children. *Journal of Pediatric Health Care*, 350-355.
- Suryagustina, Araya, W., Jumielsa. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu di Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Dinamika Kesehatan*.
- Tiur, R, Sitohang., et al. (2024). Edukasi Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat* , 3984-3991.
- Vinci, A. S., & Bachtiar, A. . (2022). Efektivitas Edukasi Mengenai Pencegahan Stunting Kepada Kader: Systematic Literature Review. *Jurnal Endurance*.

- Waliulu, S. H. (2018). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Stunting Anak Usia Balita. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 269–272
- WHO. (2020). *Feeding and Nutrition of Infants and Young Children*. Geneva: World Health Organization.
- Yurni, A.M.,Sinaga, T. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan. *Media Gizi Indonesia*.