

Peningkatan Literasi Gizi-Kesehatan Perempuan sebagai Upaya Pencegahan Malnutrisi pada Kelompok Rawan Gizi di Level Keluarga

Improving Women's Nutrition-Health Literacy as an Effort to Prevent Malnutrition on Vulnerable Groups at the Family Level

Sitti Patimah ^{1*}

Suchi Avnalurini Sharief ²

Nukman ³

Rezky Aulia Yusuf ¹

¹Department of Public Health Nutrition, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, South Sulawesi, Indonesia

²Department of Midwifery, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, South Sulawesi, Indonesia

³Department of Muamalah Sharia Economic Law, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, South Sulawesi, Indonesia

email: imhasudirman@gmail.com

Kata Kunci

Gizi-Kesehatan
Literasi
Perempuan

Keywords:

Nutrition-Health
Literacy
Women

Received: January 2022

Accepted: March 2022

Published: July 2022

Abstrak

Dewasa ini Indonesia sedang mengalami darurat masalah gizi-kesehatan, termasuk di Desa Mangki yang merupakan desa binaan Yayasan Wakaf Universitas Muslim Indonesia. Perempuan merupakan ujung tombak untuk mencegah malnutrisi dan sejumlah konsekuensi yang ditimbulkannya di tingkat keluarga, yang perlu dibekali pengetahuan gizi-kesehatan yang mumpuni. Oleh karena itu kegiatan pengabdian dalam bentuk penyuluhan dilakukan untuk memberikan pemahaman kepada kaum perempuan mengenai gizi seimbang, gizi pada kelompok rawan gizi, dan keluarga sadar gizi. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini yakni pendekatan literasi dengan model penyuluhan, pre-post test untuk menilai efek dari penyuluhan dari Tim Pengabdian. Hasilnya menunjukkan bahwa pengetahuan gizi-kesehatan kaum perempuan mengalami peningkatan sebesar 19.4% secara signifikan. Diperlukan upaya lebih lanjut peningkatan wawasan gizi-kesehatan perempuan melalui kegiatan upaya berbasis masyarakat di desa Mangki seperti PKK, Dasawisma dan Majelis Taklim dengan melibatkan petugas kesehatan dan menggunakan media edukasi yang sederhana untuk bisa cepat dipahami oleh kaum perempuan desa Mangki yang berpendidikan rendah.

Abstract

Currently, Indonesia is experiencing an emergency in nutritional-health problems, including Mangki Village, a village assisted by the Waqf Foundation of the Indonesian Muslim University. Women are the spearhead to preventing malnutrition and its consequences at the family level, which needs to be equipped with adequate nutrition-health knowledge. Therefore, service activities in the form of counseling are carried out to provide understanding to women about balanced nutrition, nutrition in nutritionally vulnerable groups, and nutrition-aware families. The method used in this service activity is a literacy approach with an extension model pre-post test to assess the effect of counseling from the Service Team. The results show that women's nutrition-health knowledge has increased by 19.4% significantly. Further efforts are needed to improve women's nutrition-health insight through community-based activities in Mangki Village such as PKK, Dasawisma, and Majelis Taklim by involving health workers and using simple educational media to be quickly understood by the women of Mangki village with low education.



© 2022 Sitti Patimah, Suchi Avnalurini Sharief, Nukman, Rezky Aulia Yusuf. Published by [Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya](http://www.instituteforresearchandcommunityservices.com). This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v7i4.3094>

PENDAHULUAN

Dewasa ini Indonesia sedang mengalami darurat masalah gizi-kesehatan, yang berdampak buruk terhadap kualitas gizi-kesehatan perempuan serta anak yang dilahirkan. Kaum perempuan seperti ibu hamil hampir separuhnya mengalami anemia gizi (48,9%), kekurangan energi kronik pada Wanita Usia Subur (WUS) ibu hamil (17,3%) dan WUS tidak hamil (14,5%) yang membawa efek terhadap status gizi anak yang dilahirkan diantaranya Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)

sebesar 6.2%, lahir dengan tubuh pendek (22,7%), lingkaran kepala yang kecil <33 cm sebanyak 40,6%, Selain itu, masalah kesehatan yang terjadi pada perempuan >15 tahun yaitu 12,7% menderita diabetes mellitus, hipertensi 11,57%, dan 1,6% mengalami penyakit jantung (Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Terkhusus di Desa Mangki sebagai lokasi binaan Yayasan Wakaf Universitas Muslim Indonesia (YW-UMI) yang menjadi mitra kegiatan pengabdian ini ditemukan masalah malnutrisi banyak ditemukan pada perempuan, khususnya ibu hamil seperti kekurangan energi kronik (29,2%), anemia gizi (6,2%), Selain itu, Anak balita yang mengalami malnutrisi menurut indikator BB/TB sebesar 6,6%, Indikator TB/U yang tergolong pendek (5,5%) dan indikator BB/U 3,3% (Dinas Kesehatan Kabupaten Pinrang, 2021). Bila hal ini tidak segera diatasi, maka akan terjadi *lost generation*. Masalah lainnya ditemukan bahwa banyak diantara ibu-ibu tidak menyukai mengonsumsi sayur dan buah, ditambah dengan pengetahuan yang masih rendah akan pentingnya mengonsumsi sayur dan buah yang beraneka ragam (Nurleli & Hatta, 2018). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keluarga sadar gizi (KADARZI) belum terwujud secara optimal di masyarakat, karena keluarga belum mampu mengatasi masalah gizi dan kesehatan anggota keluarganya.

Penyebab malnutrisi biasanya dikaitkan dengan rendahnya wawasan perempuan terhadap permasalahan gizi-kesehatan, disamping beberapa faktor lainnya (Hardisman, 2011). Literasi gizi yang rendah bagi perempuan merupakan *entry point* terhadap terjadinya masalah gizi-kesehatan keluarga, oleh karena perempuan memegang peran vital dalam suatu keluarga untuk menentukan pola makan, menyiapkan bahan makanan dan menu, serta memasak dan menyajikan makanan bagi keluarganya, sekaligus motor penggerak dalam meningkatkan perilaku sadar gizi di dalam keluarga (Myrnawati & Anita, 2016). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat kepada kaum perempuan yang merupakan Madrasah Ula bagi keluarga harus dilakukan untuk membekali mereka dengan pengetahuan gizi-kesehatan untuk diterapkan dalam keluarganya dalam upaya mencegah dan mengurangi angka malnutrisi di keluarga dan masyarakat desa Mangki.

METODE

Solusi yang ditawarkan atas masalah yang terjadi pada lokasi mitra kegiatan pengabdian ini yaitu peningkatan wawasan gizi-kesehatan melalui penyuluhan gizi kepada kaum perempuan menggunakan multi media (booklet dan materi disajikan di power point). Booklet yang dibuat berjudul strategi gizi-kesehatan bagi kelompok rawan gizi, dan materi penyuluhan yang terdiri atas keluarga sadar gizi, gizi seimbang, gizi remaja putri, ibu hamil dan menyusui, dan gizi bayi dan balita, serta peran perempuan dalam mewujudkan keluarga sakinah Sebelum aktifitas penyuluhan di mulai, diawali dengan pre-test, kemudian dilakukan penyuluhan dan diskusi interaktif, dan terakhir dilakukan post test untuk menilai efek intervensi penyuluhan yang diberikan oleh tim pengabdian. Peserta yang dilibatkan adalah kaum perempuan di desa Mangki yang terdiri dari remaja putri yang masih bersekolah yang merupakan calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, kader kesehatan, TP PKK dan majelis taklim. Data yang diperoleh melalui kuesioner sebelum dan setelah penyuluhan dianalisis secara univariat dan bivariate menggunakan uji statistik *non parametric test* (Wilcoxon test) dan chi-square untuk menganalisis perubahan pengetahuan partisipan setelah memperoleh penyuluhan dari tim pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik partisipan pengabdian ini menunjukkan bahwa mereka rerata berusia ± 30 tahun dengan range usia 13-42 tahun, dengan level pendidikan tamat SD merupakan yang paling dominan, dan berprofesi sebagai ibu rumah tangga (Tabel I). Sebelum penyuluhan hasil pre-test menunjukkan rerata skor pengetahuan para perempuan adalah $38,5 \pm 10,2$ dan setelah penyuluhan berubah menjadi $47,7 \pm 4,3$ secara signifikan ($p = 0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan gizi-kesehatan ibu. Secara kategorikal, level pengetahuan gizi-kesehatan para perempuan yang tergolong kurang sebesar 45,2%, akan tetapi setelah diberikan penyuluhan mereka yang memiliki kategori pengetahuan kurang sebanyak 25,8% yang mengindikasikan terjadi perbaikan level pengetahuan ibu menjadi lebih baik (kategori cukup) sebesar 19,4% secara bermakna ($p = 0,008$) (Gambar 1). Hal ini didukung oleh hasil kajian sebelumnya yang menunjukkan efektifitas

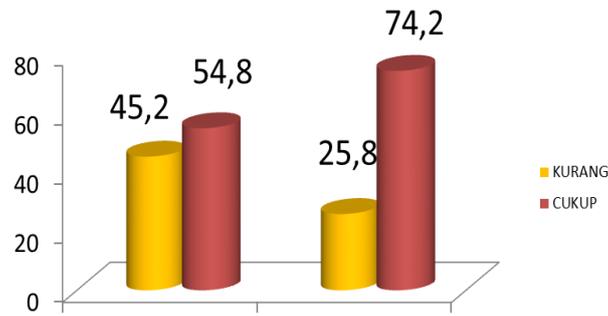
penyuluhan kepada ibu balita memberikan dampak terhadap peningkatan pengetahuan gizi-kesehatan sebesar 83.3% (Fitria & Sudiarti, 2021). Rendahnya kenaikan kategori pengetahuan cukup pada perempuan setelah diberikan penyuluhan dapat dikaitkan dengan tingkat pendidikan peserta yang tergolong rendah (SMP ke bawah) sebanyak 87.1%, walau ada 6 orang yang masih berstatus pelajar (anak SMP) yang mewakili kelompok remaja putri, yang mana akan memengaruhi kemampuan daya tangkap terhadap informasi yang diberikan oleh tim pengabdian. Pendidikan rendah akan memberikan dampak terhadap sejumlah kompetensi termasuk di dalam kognitif dan skill non-kognitif, pengetahuan dan sikap (Suwartini, 2017). Sebaliknya, Ibu yang berpendidikan tinggi akan mudah menerima informasi kesehatan khususnya di bidang gizi sehingga dapat menambah pengetahuannya dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari (Yendi *et al.*, 2017).

Tabel I. Karakteristik Peserta Penyuluhan (N = Total peserta, n = jumlah peserta)

Karakteristik	N = 31	
	n	% Mean±SD
<i>Umur (tahun)</i>	13 - 44	30.2±10.6
13 - 24	8	25.8
25 - 64	23	74.2
<i>Pendidikan</i>		
Tidak tamat SD	2	6.5
Tamat SD	16	51.6
Tamat SMP	9	29.0
Tidak tamat SMA	3	9.7
Sarjana	1	3.2
<i>Pekerjaan</i>		
IRT	22	21.0
Wiraswasta	2	6.5
Honorar	1	3.2
Pelajar	6	19.4
<i>Status kepesertaan</i>		
Remaja Putri	6	19.4
Ibu Hamil	2	6.5
Ibu menyusui	1	3.2
Majelis Taklim	8	25.8
Kader kesehatan	14	45.2

Keterangan: N = Total peserta, n = jumlah peserta

Hal ini diperkuat salah satu studi di Nigeria yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan mempunyai peran dalam menentukan pengetahuan ibu, bahkan pencapaian lebih lanjut tidak mungkin untuk memperkuat pengetahuan gizi ibu untuk tujuan mengurangi kekurangan gizi karena tingkat pendidikan ibu yang rendah (Fadare *et al.*, 2019). Perbaikan pengetahuan para perempuan terjadi pada beberapa aspek (1) keluarga sadar gizi yang terdiri atas tindakan keluarga sadar gizi; (2) gizi seimbang meliputi Pedoman Gizi Seimbang sebagai upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memantau berat badan secara teratur; (3) gizi remaja putri yang terdiri dari: remaja putri masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan; konsumsi berbagai jenis makanan beragam yang dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan gizi remaja; masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri berupa anemia, kurus, kegemukan; akibat haid berupa anemia, dampak anemia berupa konsentrasi belajar menurun; pernikahan dini tidak dianjurkan pada remaja putri usia <20 tahun; (4) gizi ibu hamil dan menyusui yang meliputi: Ibu hamil harus mengonsumsi 90 tablet/kapsul zat penambah darah selama kehamilan; konsumsi kalsium diperlukan untuk meningkatkan kesehatan tulang dan gigi; ibu hamil perlu mendapat imunisasi TT; manfaat Inisiasi Menyusui Dini (IMD) untuk meningkatkan kekebalan tubuh bayi; mengonsumsi beraneka ragam makanan dapat membantu memenuhi kebutuhan vitamin dan mineral ibu menyusui; masalah gizi seringkali muncul karena masyarakat memiliki pengetahuan, kepercayaan, nilai atau norma yang kurang memadai; (5) gizi bayi dan balita yang mencakup: bayi diberikan ASI saja sampai umur 6 bulan (ASI eksklusif); dan berat badan bayi lahir yang dinyatakan sehat atau normal minimal 2.5 kg.



Gambar 1. Perubahan Pengetahuan Literasi Gizi-Kesehatan Perempuan Sebelum dan Setelah Penyuluhan



Gambar 2. Sampul Booklet

Penyuluhan

Terdapat beberapa kajian sebelumnya yang seirama dengan konten materi yang dipertanyakan dalam soal kegiatan pengabdian literasi gizi-kesehatan ini bagi para perempuan seperti tentang keluarga sadar gizi (KADARZI) sebagaimana studi di Bandar Lampung oleh Lathifah (2016) yang menemukan lebih dari separuh ibu (51.3%) tergolong memiliki pengetahuan kurang, dan 59.7% diantaranya tidak memahami pengertian keluarga sadar gizi dan 32,5% ibu kurang mengetahui pelaksanaan Kadarzi. Studi Rahmayanti (2018) di Surabaya menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita tentang KADARZI setelah diberikan intervensi pendidikan gizi tentang program KADARZI, gizi seimbang dan pemenuhan gizi pada balita melalui media leaflet, video dan simulasi pembuatan modisco. Demikian pula dengan hasil studi yang dilakukan di Makassar oleh Firdaus *et al.* (2021) yang memberikan pelatihan mengenai gizi seimbang kepada ibu rumah tangga di wilayah pesisir Kampung Literasi Pabiringa terlihat adanya peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi.

Beberapa kajian yang juga seiring dengan pencapaian hasil kegiatan pengabdian ini yang terkait dengan gizi remaja putri yakni studi di Yogyakarta yang memberikan intervensi edukasi gizi melalui Program Sekolah Gizi untuk Perempuan Cerdas (SGPC) kepada remaja putri usia 15-18 tahun memperlihatkan peningkatan pengetahuan gizi remaja putri (Pangestika *et al.*, 2019). Demikian halnya dengan studi di Medan terjadi peningkatan pengetahuan gizi remaja putri secara signifikan sebesar 9.92 poin setelah diberikan edukasi gizi (Silalahi *et al.*, 2016).



Gambar 3. Proses Penyuluhan

Hasil pengabdian ini juga menemukan bahwa bahwa dampak penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan perempuan mengenai gizi ibu hamil & menyusui hanya 19,4%. Hal ini lebih tinggi pencapaiannya dibandingkan beberapa hasil pengabdian yang telah dilakukan sebelumnya seperti Anwar dan Sukrisno (2021) di Kota Depok yang hanya meningkatkan pengetahuan ibu hamil sebesar 13,75% setelah diberikan penyuluhan mengenai gizi dan kehamilan menggunakan leaflet dan power point, Demikian dengan hasil pengabdian Khasanah dan Astuti (2020) di Yogyakarta juga menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu menyusui juga mengalami peningkatan setelah diberikan penyuluhan menggunakan leaflet sebesar 14,28%. Namun hasil PKM ini, lebih rendah dibandingkan hasil pengabdian Pratiwi dan Hamidiyanti (2020) di Lombok Barat yang menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan gizi sebesar 29,8% setelah diberikan penyuluhan menggunakan leaflet pada ibu hamil. Perbedaan pencapaian hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dengan PKM yang lain menunjukkan bahwa pemberi dan penerima informasi serta media komunikasi menjadi hal yang sangat krusial untuk efektifitas dalam proses komunikasi. Perbedaan kegiatan PKM ini dengan PKM lainnya di atas yakni sasaran yang terlibat tidak hanya ibu hamil & ibu menyusui, tetapi juga melibatkan remaja putri yang masih bersekolah, kader kesehatan, TP PKK dan majelis taklim.

Tingkat pendidikan peserta penyuluhan ini mayoritas berpendidikan SMP ke bawah dibandingkan sasaran kegiatan PKM Pratiwi dan Hamidiyanti (2020) yang dominan berpendidikan setingkat SMA, sehingga hal ini bisa menjadi penyebab perolehan hasil peningkatan pengetahuan lebih tinggi dibandingkan apa yang diperoleh pada PKM ini, oleh karena jenjang pendidikan memberi pengaruh kepada seseorang untuk mampu menerima informasi dan pengetahuan. Disamping itu media yang digunakan tidak hanya power point, tetapi juga booklet, yang mana 2 hasil pengabdian lainnya tersebut di atas hanya menggunakan leaflet. Perbedaan lainnya yakni durasi waktu yang digunakan dalam penyuluhan, yang mana pada kegiatan PKM ini sekitar 60 menit khusus materi gizi-kesehatan ibu hamil, sedangkan kedua PKM lainnya hanya 30 menit. Berbagai perbedaan tersebut dapat dijadikan sebagai indikator penyebab perbedaan hasil penyuluhan yang dicapai dalam hal peningkatan pengetahuan mengenai gizi-kesehatan ibu hamil & menyusui yang lebih tinggi pencapaiannya pada kegiatan PKM ini dibandingkan hasil kedua PKM lainnya di atas.

Efektifitas penyuluhan gizi-kesehatan pada perempuan juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan terkait gizi bayi dan balita sebanyak 40% yang diukur dari 5 soal dan terjadi peningkatan 2 soal di jawab secara benar oleh perempuan, setelah diberikan penyuluhan. Hasil pengabdian ini seiring dengan hasil kajian tentang dampak penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang pada anak balita memberikan hasil yang efektif terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita (Utamingtyas, 2020). Studi di Surabaya menunjukkan sekitar 40% ibu memiliki pengetahuan gizi yang kurang untuk diterapkan kepada anaknya (Puspasari & Andriani, 2017). Hasil kajian di Lombok Utara menunjukkan efektifitas penggunaan media *flip-chart* dalam meningkatkan pemahaman ibu balita dengan pendidikan yang rendah (Sastrawan & Bahrudin, 2021).

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kepada kaum perempuan di desa Mangki mengenai gizi-kesehatan yang meliputi keluarga sadar gizi, pengetahuan gizi remaja putri dan gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan (ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan balita) memberikan dampak atau daya ungkit sebesar 19.4% terhadap peningkatan pengetahuan gizi-kesehatan kaum perempuan. Peningkatan tersebut diharapkan dapat diterapkan dalam rumah tangganya dalam upaya mewujudkan keluarga sadar gizi, sehingga masalah gangguan gizi-kesehatan di tingkat keluarga dapat tereliminir.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami haturkan kepada Yayasan Wakaf Universitas Muslim Indonesia yang telah memberikan dukungan finansial dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini, dan kepada Kepala Desa Mangki dan Jajarannya, serta peserta penyuluhan yang telah mendukung & menyukseskan kegiatan ini.

REFERENSI

- Anwar, A., Sukrisno, A. 2021. Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Gizi dan Kehamilan di Puskesmas Cinere Kota Depok. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. **2(1)**:230-238. <https://doi.org/10.31949/jb.v2i1.700>
- Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Pinrang. 2021. *Laporan Gizi dan KIA Puskesmas Cempa*. Kabupaten Pinrang: Dinas Kesehatan Kabupaten Pinrang.
- Fadare, O., Amare, M., Mavrotas, G., Akerele, D., Ogunniyi, A. 2019. Mother's nutrition-related knowledge and child nutrition outcomes: Empirical evidence from Nigeria. *PloS One*. **14(2)**:e0212775. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212775>
- Firdaus, A.M., Amin, S., Murtafiah, W. 2021. Pelatihan Materi Gizi Seimbang Pada Ibu Rumah Tangga Untuk Peningkatan Status Gizi di Kampung Literasi Pa'biringa Makassar. *Jurnal Terapan Abdimas*. **6(2)**:102-109. <http://doi.org/10.25273/jta.v6i2.7425>
- Fitria, F., Sudiarti, T. 2021. Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*. **2(1)**:9-14. <http://dx.doi.org/10.52742/jgkp.v2i1.10329>
- Hardisman. 2011. Peranan Pemberdayaan Perempuan dan Analisis Gender pada Penentuan Kebijakan Pengentasan Malnutrisi Anak di Indonesia. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional = Kesmas: National Public Health Journal*. **6(1)**:3-8. <http://dx.doi.org/10.21109/kesmas.v6i1.112>
- Khasanah, N., Astuti, T. 2020. Penyuluhan Tentang Gizi Ibu Menyusui di Dusun Sorogener, Kalasan, Depok Sleman Yogyakarta. *ABDIMAS Madani*. **2(2)**:33-39.
- Lathifah, N.S. 2016. Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) di Lingkungan Pulau Pasaran Kelurahan Kota Karang Kecamatan Teluk Betung Timur Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan*. **7(1)**:85-89. <http://dx.doi.org/10.26630/jk.v7i1.123>
- Myrnawati, Anita. 2016. Pengaruh Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi, Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak (Studi Kausal di Pos PAUD Kota Semarang Tahun 2015). *Jurnal Pendidikan Usia Dini*. **10(2)**:213-232. <https://doi.org/10.21009/JPUD.102.02>

- Nurleli, Hatta M. 2018. Pemanfaatan Lahan Kosong sebagai Media Tanam Sayuran Di Desa Mangki Kecamatan Cempa Kabupaten Pinrang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gerakan Aksi Sehat (GESIT)*. **1**(1):136. <https://doi.org/10.51171/b.v1i1.136>
- Pangestika, G.M., Huriyati, E., Farmawati, A. 2019. Pengaruh Pemberian Program SGPC (Sekolah Gizi Untuk Perempuan Cerdas) Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Sebagai Agen Percepatan 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Pratiwi, I.G., Hamidiyanti, B.Y.F. 2020. Edukasi Tentang Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil Dalam Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*. **1**(2):62-69. <http://dx.doi.org/10.32807/jpms.v1i2.476>
- Puspasari, N., Andriani, M. 2017. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Amerta Nutrition*. **1**(4):369-378. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.2017.369-378>
- Rahmayanti, R.D. 2018. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Melalui Pengenalan Program KADARZI Di Kelurahan Wonokusumo Surabaya. *Media Gizi Indonesia*. **13**(2):176-182. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.176-182>
- Sastrawan, S., Bahrudin, L. 2021. Efektivitas Media Lembar Balik Sebagai Media Penyuluhan pada Sasaran Ibu Balita Berpendidikan Rendah sampai Sedang. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. **12**:47-52. <http://dx.doi.org/10.33846/sf12nk310>
- Silalahi, V., Aritonang, E., Ashar, T. 2016. Potensi pendidikan gizi dalam meningkatkan asupan gizi pada remaja putri yang anemia di Kota Medan. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. **11**(2):295-301. <https://doi.org/10.15294/kemas.v11i2.4113>
- Suwartini, S. 2017. Pendidikan Karakter dan Pembangunan Sumber Daya Manusia Keberlanjutan. *Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-an*. **4**(1):220-234. <https://doi.org/10.30738/trihayu.v4i1.2119>
- Utamingtyas, F. 2020. Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*. **7**(1):171-184. <https://doi.org/10.36743/medikes.v7i1.218>
- Yendi, Y.D.N., Eka, N.L.P., Maemunah, N. 2017. Hubungan Antara Peran Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Anak Dengan Status Gizi Anak Prasekolah Di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*. **2**(2):761-771. <https://doi.org/10.33366/nn.v2i2.537>