

Peningkatan Pengetahuan Gizi Ibu Untuk Pemenuhan Gizi Balita di Pekanbaru

Niken Nurwati, Desma Harmaidi^{2*}

¹Universitas Lancang Kuning, Program Studi Agribisnis, ²Universitas Lancang Kuning, Program Studi Agribisnis

*Corresponding author

E-mail: desma@unilak.ac.id*

Article History:

Received: 1 Nopember 2025

Revised: 10 Nopember 2025

Accepted: 26 Nopember 2025

Abstract: *Malnutrition remains a major health issue in Indonesia, with both undernutrition and overnutrition being a major concern. Presidential Decree No. 83 of 2017 on Strategic Food and Nutrition Policy emphasizes the need for improved consumption patterns, food fortification, and strengthening nutrition programs for vulnerable groups, including toddlers. In Meranti Pandak Village, Rumbai District, Pekanbaru City, with a population of 12,843, five toddlers were recorded as suffering from malnutrition. One of the main problems is the lack of knowledge of mothers regarding fulfilling toddlers' nutritional needs. This community service program aims to improve mothers' nutritional knowledge through nutritious food education. The methods used were lectures, discussions, and pre- and post-tests to measure knowledge gains. The results showed a 62.9% increase in knowledge, with the category being sufficient. Several aspects increased significantly, such as knowledge of nutrient groups (77.4%), the "ISI PIRINGKU" menu (71.6%), and the handling of vitamin-rich foods (70.6%). These findings indicate that nutrition education interventions have an impact on improving mothers' knowledge regarding fulfilling toddlers' nutritional needs. Improving mothers' nutritional knowledge is expected to support efforts to prevent malnutrition in toddlers on an ongoing basis.*

Keywords:

Improving Nutritional Knowledge, Fulfilling Toddler Nutritional Needs, Community Nutrition Program

Pendahuluan

Permasalahan gizi di Indonesia, baik dalam konteks gizi kurang maupun gizi lebih, merupakan isu yang sangat penting dan perlu mendapatkan perhatian serius dari berbagai pihak, termasuk pemerintah. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 83 Tahun 2017 mengenai Kebijakan Strategis Pangan dan Gizi telah menetapkan langkah-langkah strategis untuk perbaikan gizi masyarakat, mencakup perbaikan pola konsumsi pangan, pengayaan gizi pangan tertentu, dan penguatan program gizi lintas sektor, dengan perhatian khusus terhadap kelompok rentan seperti

ibu hamil, menyusui, bayi, dan balita ("Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan," 2021). Karenanya, intervensi yang menyeluruh dan terintegrasi dalam pendidikan gizi, penerapan pola asuh yang baik, dan perbaikan sanitasi lingkungan menjadi sangat penting untuk mencegah permasalahan gizi lebih lanjut. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nikmah, Afrinis, & Apriyanti, 2024) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola asuh dan sanitasi lingkungan dengan kejadian *underweight* pada balita usia 12-59 bulan, di mana pola asuh yang tidak memadai dan sanitasi yang buruk dapat menyebabkan balita mengalami gizi kurang, sehingga penting untuk memberikan penyuluhan kepada ibu tentang pentingnya pola asuh dan sanitasi yang baik agar anak-anak dapat tumbuh dengan baik.

Pentingnya pengetahuan gizi bagi ibu dalam menentukan status gizi anak juga diungkapkan oleh (Karimah, Nurhamidi, & Sajiman, 2024) yang menyatakan bahwa tingginya pengetahuan gizi pada ibu berpengaruh positif terhadap pola makan yang diberikan kepada anak. Dalam konteks ini, ketika ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi, mereka dapat membuat pilihan makanan yang lebih baik untuk memenuhi kebutuhan gizi anak mereka, dan hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif antara pengetahuan orang tua dengan status gizi anak mereka (Maryani, 2023). Melihat data terkini, Kelurahan Meranti Pandak yang memiliki luas wilayah 3,92 km² dengan jumlah penduduk sekitar 12.843 jiwa masih mencatat sejumlah balita yang mengalami gizi kurang, di mana beberapa balita terdaftar sebagai kasus gizi kurang meskipun program penguatan gizi dan penyuluhan telah diterapkan (Pertwi, Haniarti, & Nurlinda, 2024). Kondisi ini menunjukkan masih adanya tantangan untuk mencapai status gizi yang optimal, sehingga intervensi yang lebih terarah, seperti program penyuluhan "Peningkatan Pengetahuan Gizi Ibu Dalam Upaya Pemenuhan Gizi Balita" di daerah-daerah rentan seperti Kelurahan Meranti Pandak, sangat diperlukan untuk menekan angka kejadian gizi kurang di kalangan balita.

Biaya kesehatan yang timbul akibat permasalahan gizi di Indonesia diperkirakan cukup signifikan dan dapat memengaruhi kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) masyarakat. Dalam lingkup penelitian, (Karimah et al., 2024) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu, pola asuh makan, dan tingginya pendapatan keluarga dengan tingkat gizi balita, sementara penelitian oleh (Salsabila, Noviyanti, & Kusudaryati, 2023) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi pada ibu berhubungan dengan pola asuh yang lebih baik, yang pada akhirnya berdampak positif pada status gizi anak. Ditambah dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa balita yang berasal dari keluarga dengan sanitasi yang buruk cenderung mengalami masalah gizi (H. P. Sari, Natalia, Sulistyning, & Farida, 2022), maka upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan kesejahteraan keluarga melalui program pendidikan dan promosi kesehatan harus menjadi fokus, dengan penyuluhan tentang pola asuh dan praktik kesehatan yang baik diyakini dapat

mengurangi risiko gizi buruk pada balita. Dalam konteks lokal seperti Kelurahan Meranti Pandak, program penyuluhan gizi seimbang, pola makan sehat, pentingnya ASI eksklusif, variasi makanan, serta pemahaman zat gizi pada setiap tahap pertumbuhan, melalui lokakarya, materi informasi, dan pelatihan langsung, diharapkan dapat menciptakan sinergi antara pengetahuan dan praktik sehingga para ibu mampu menyajikan kualitas gizi yang baik di rumah tangga, mengurangi angka gizi kurang, serta meningkatkan kualitas SDM di masa mendatang.

Metode

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dirancang secara sistematis untuk mencapai tujuan peningkatan pengetahuan gizi ibu yang berfokus pada balita. Dua teknik utama yang diterapkan adalah penyuluhan dan evaluasi, dengan rincian sebagai berikut;

1. Penyuluhan

Penyuluhan merupakan tahap awal dalam program, di mana peserta akan didukasi terkait nilai gizi dari berbagai kelompok pangan, terutama kelompok pangan sumber kalori dan protein. Taktik penyuluhan yang digunakan yaitu ceramah, alat peraga berupa poster dan slide, diskusi, yang semuanya mampu meningkatkan pengetahuan peserta terhadap materi yang disampaikan.

2. Evaluasi

Setelah pelaksanaan penyuluhan, evaluasi dilengkapi dengan Pre-Test dan Post-Test untuk mengukur peningkatan pengetahuan pasangan. Kriteria peningkatan pengetahuan peserta mengacu pada pedoman yang dirumuskan oleh (Tambunan et al., 2024), dengan pembagian kategori sebagai berikut: <60% dinyatakan kurang, 60%-75% cukup, dan >75% sangat baik. Penggunaan metode evaluasi seperti ini telah terbukti menyajikan data yang valid terkait efektivitas program pengabdian masyarakat sebelumnya yang fokus pada kondisi gizi (Achmad & Togubu, 2023).

3. Metode Tambahan yang Diterapkan

Dalam melengkapi penyuluhan dan evaluasi, pelaksanaan pengabdian masyarakat ini juga mungkin melibatkan metode edukasi lainnya seperti:

- a) Pendidikan Masyarakat: Merupakan metode yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang masalah kesehatan dan gizi. (I. P. Sari, Ningsih, Arinda, & Utama, 2023)
- b) Difusi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Ipteks): Kegiatan yang menghasilkan produk terkait gizi yang dapat langsung digunakan oleh masyarakat, seperti cara sederhana menyiapkan makanan sehat (Sukarna et al 2024).

- c) Pelatihan: Merujuk pada kegiatan yang disertai demonstrasi atau percontohan agar peserta dapat belajar dengan praktik langsung (Damayanti & Ma'Ruf, 2023).
- d) Mediasi: Merupakan kegiatan yang menjadikan pelaksana sebagai jembatan atau mediator dalam menyelesaikan masalah di masyarakat. (Emylisa, Suryani, Fathullah, & Yudistira, 2023).
- e) Advokasi: Ini termasuk membantu kelompok sasaran mendapatkan hak gizi mereka dengan memberi mereka informasi dan membuat rencana. (Azyzah & Rizqiya, 2022).

Dengan ini, pendekatan holistik ini tidak hanya berfokus pada penyuluhan, tetapi juga pada bagaimana memfasilitasi perubahan perilaku dalam konteks gizi dan kesehatan secara lebih luas, serta memberikan dukungan berkelanjutan untuk memastikan bahwa pengetahuan yang diberikan dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di rumah ketua penggerak Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK), yaitu di rumah ibu Roza yang berada di Jalan Pesisir Gang Rumbio Kelurahan Meranti Pandak Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada hari Jum'at, tanggal 25 Juli 2025 pukul 14.00 sampai dengan pukul 15.30 WIB. Jumlah peserta yang hadir dalam kegiatan ini adalah 15 (lima belas) orang sesuai dengan jumlah yang diundang. Peserta yang diundang adalah ibu-ibu yang memiliki anak balita dengan berat badan mendekati garis merah pada Kartu Menuju Sehat (KMS).

Dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan mengenai nilai gizi pangan dan pengaturan konsumsi pangan, metode yang digunakan mencakup berbagai langkah strategis untuk mencapai tujuan utama, yaitu meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu-ibu, akan pentingnya nutrisi yang baik bagi balita. Kegiatan ini melibatkan beberapa tahapan, yaitu pra-tahap, tahap pelaksanaan, dan pasca-tahap yang akan dievaluasi secara sistematis.

1. Penyuluhan

A. Pemberian Handout dan Penjelasan

Dimulai dengan membagikan handout yang menjelaskan dengan jelas berbagai jenis nutrisi, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Handout ini menjelaskan secara rinci kegunaan setiap nutrisi dan makanan sebagai sumber nutrisi tersebut. Penjelasan ini sangat penting untuk membantu para peserta memahami bagaimana nutrisi dapat membantu menjaga kesehatan anak dan menghentikan masalah gizi seperti stunting. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pemahaman menyeluruh tentang nutrisi dapat meningkatkan

pilihan makanan yang lebih sehat (Tambunan et al., 2024),

Gambar 1. Peserta sedang memperhatikan materi yang disampaikan oleh pemateri.



B. Identifikasi Permasalahan Gizi

Materi penyuluhan juga sangat penting untuk memberikan gambaran tentang gangguan gizi yang mungkin terjadi pada balita, seperti kekurangan kalori dan protein. Menyoroti faktor-faktor penyebab gangguan gizi, seperti tidak makan cukup kalori dan protein, adalah salah satu poin utama diskusi. Dalam jangka panjang, kekurangan nutrisi dapat berdampak buruk pada pertumbuhan optimal pada balita, karena laporan menunjukkan bahwa asupan nutrisi ini yang tidak mencukupi secara konsisten menyebabkan masalah pertumbuhan pada anak-anak (Gustaman et al., 2023).

2. Pengaturan Konsumsi Pangan

A. Penekanan pada Pemilihan Bahan Pangan

Ibu harus tahu banyak tentang memilih makanan yang mengandung protein dan nilai gizi yang cukup. Dalam penyuluhan, ditekankan bahwa protein tidak hanya ditemukan pada makanan mahal, seperti daging, tetapi juga dapat diperoleh dari makanan lain yang relatif lebih terjangkau. Misalnya, sumber protein dapat berasal dari tahu, tempe, dan berbagai jenis kacang, yang bisa menjadi pilihan yang lebih murah yang tidak mengurangi nutrisi yang dibutuhkan balita (Budury, Purwanti, & Fitriyani, 2022).

B. Praktik Makanan Sehat

Menyiapkan konsumsi makanan juga mencakup cara menyiapkan dan menyajikan makanan sehat dan bergizi. Peserta diajarkan tidak hanya memilih jenis makanan, tetapi juga cara mengolah makanan agar kandungan gizinya tetap terjaga. Hal ini menunjukkan bahwa praktik pengelolaan pangan yang baik dapat dikaitkan dengan ketersediaan pangan di setiap rumah tangga. Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya informasi tentang metode memasak sehat seringkali menjadi penghalang penerapan pola makan seimbang di masyarakat (Hasriani, Pratiwi, & Asnuddin, 2023)

3. Evaluasi Pengetahuan

A. Pre Test dan Post Test

Setelah penyuluhan dilakukan, langkah selanjutnya adalah melakukan evaluasi dengan Pre Test dan Post Test. Metode ini dirancang untuk mengetahui seberapa besar peningkatan pengetahuan peserta setelah materi penyuluhan diberikan. Pengetahuan sebelum penyuluhan diukur melalui Pre Test, dan analisis hasil dilakukan dengan membandingkan hasil Post Test. Kriteria peningkatan pengetahuan akan diukur berdasarkan skala yang ditetapkan, yaitu: kurang (kurang dari 60%), cukup (60%-75%), dan sangat baik (lebih dari 75%) (Tambunan et al., 2024).

Gambar 2. Peserta sedang melaksanakan pre test



Tabel 1. Hasil Pengukuran Peningkatan Pengetahuan

No	Pertanyaan	Pre Test (%)		Post Test (%)		Peningkatan (%)
		Ya/ tahu	Belum tahu	Ya/ tahu	Tdk tahu	
1.	Apakah ibu sudah mengenal gizi kurang atau gizi buruk	58,8	41,2	100	0	41,2
2.	Apakah ibu sudah tahu penyebab terjadinya gizi kurangaatau gizi buruk ?	52,9	47,1	100	0	47,1
3.	Apakah ibu tahu bahwa gizi kurang atau gizi buru dapat dicegah?	47,1	52,9	100	0	52,9
4.	Apakah ibu tahu cara pencegahan gizi kurang atau gizi buruk?	41,2	58,8	100	0	58,8
5.	Apa ibu tahu lima kelompok zat gizi?	23,5	76,5	100	0	76,5
6.	Apa ibu tahu kegunaan lima kelompok zat gizi?	11,7	88,3	100	0	88,3
7.	Apakah bahan pangan yang mengandung protein tinggi hanya terdapat pada bahan pangan yang harganya mahal	47,5	52,5	100	0	52,5
8.	Apakah ibu tahu bahan pangan yang mengandung protein tinggi yang	29,4	70,6	100	0	70,6

	harganya murah?					
9.	Apakah ibu tahu menu "ISI PIRINGKU" pada anak abalita	29,4	70,6	100	0	70,6
10.	Bahan pangan yang mengandung Vitamin A dan vitamin C boleh dimasak dengan panas yang tinggi	29,4	70,6	100	0	70,6
Peningkatan Pengetahuan pengetahuan						62,9
Penilaian peserta terhadap manfaat kegiatan pengabdian						
11.	Apakah kegiatan pengabdian masyarakat ini bermanfaat.	100 % bermanfaat				

Sumber: Data primer 2025

Hasil evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan adanya perubahan yang signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai gizi setelah kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan. Rincian hasil tersebut adalah sebagai berikut:

1. Pengetahuan mengenai Istilah Gizi Kurang

Sebagian besar peserta yakni 55,5% sudah mengetahui istilah gizi buruk atau gizi kurang. Namun, peningkatan pengetahuan tentang istilah ini hanya 44,5%, yang masih dalam kategori kekurangan. Hal ini menunjukkan bahwa terlepas dari pengetahuan awal, pemahaman yang lebih dalam tentang terminologi gizi tidak memadai dan membutuhkan peningkatan lebih lanjut melalui program pendidikan gizi yang sedang berlangsung (Herawati et al., 2022)

2. Pengetahuan tentang Pencegahan Gizi Kurang

44,5% peserta sudah mengetahui hal ini sebelum acara untuk mencegah kekurangan gizi. Setelah penyuluhan, peningkatan pengetahuan yang didokumentasikan mencapai 45,5%, tetap dalam kategori yang lebih sedikit. Ini menekankan perlunya pendekatan yang lebih efektif untuk mengedukasi masyarakat tentang kelompok makanan sehat yang dapat mencegah kekurangan gizi (Faza et al 2024)

3. Pengetahuan tentang Kelompok Zat Gizi

Hanya 22,6% peserta yang mengetahui tentang kelompok nutrisi dan kegunaan setiap nutrisi sebelum penyuluhan. Namun, setelah diberikan materi, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan 77,4% peserta sekarang memahami kelompok nutrisi. Perubahan ini menunjukkan bahwa konseling semacam itu sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran tentang pentingnya nutrisi (Mortazavi et al 2021)

4. Pengetahuan tentang Nilai Gizi Protein

Dalam konteks nutrisi protein, 38% peserta menyadari bahwa makanan kaya protein tidak selalu mahal. Peningkatan pengetahuan tentang hal ini juga sekitar 62%, yang cukup bagus. Kesadaran ini penting untuk membantu peserta memahami pilihan makanan yang lebih sehat dan lebih terjangkau (Suhartatik et al 2020)

5. Pengetahuan tentang Menu "ISI PIRINGKU"

Hanya 29,4% peserta yang mengetahui menu "ISI PIRINGKU" pada awalnya. Namun, setelah penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan 71,6% peserta memahami konsep ini. Menu "ISI PIRINGKU" merupakan cara penting untuk mempromosikan gizi seimbang yang harus dipahami oleh masyarakat (Sumarto, Radiati, & Seftiatullaeli, 2023)

6. Pengetahuan tentang Cara Penanganan Bahan Pangan Mengandung Vitamin

Pengetahuan tentang cara penanganan bahan pangan yang memiliki kandungan vitamin diketahui oleh 29,4% orang. Setelah penyuluhan, pengetahuan meningkat sebesar 70,6%. Ini menunjukkan bahwa mengajari orang cara menangani makanan dengan benar dapat membuat mereka lebih sadar betapa pentingnya menjaga vitamin dalam makanan. (Nafilla, Dewi, & Ellyas, 2023)

7. Peningkatan Umum

Secara keseluruhan, hasil pengukuran pre-test dan post-test menunjukkan bahwa pengetahuan telah meningkat sebesar 62,9%, yang merupakan jumlah yang baik. Pencapaian ini menunjukkan bahwa program pengabdian masyarakat efektif dalam mengajarkan peserta tentang pola makan sehat dan gizi yang baik (Fatmah, Utomo, & Lestari, 2021)

8. Respon Peserta

Kegiatan pengabdian ini dinilai bermanfaat dan mendapatkan respon positif dari peserta. Keberhasilan penyuluhan tidak hanya diukur dari peningkatan pengetahuan, tetapi juga dari keterlibatan peserta dalam mendiskusikan pemahaman mengenai gizi (Sopiyandi & Sonia, 2023). Selain penyuluhan, tim pengabdian pun memberikan bantuan praktis berupa 1 tray telur untuk setiap peserta. Sumbangan ini diharapkan dapat membantu peserta dalam menerapkan pengetahuan gizi yang telah didapat (Azizam et al., 2022).

B. Diskusi dan Tanya Jawab

Sesi diskusi juga dimasukkan dalam evaluasi untuk mendorong peserta berinteraksi dan mengajukan pertanyaan yang belum mereka pahami. Hal ini dapat memberikan wawasan lebih dan memperdalam pemahaman tentang pentingnya nutrisi pada balita. Berdasarkan penelitian sebelumnya, partisipasi aktif peserta dalam diskusi semakin mendukung peningkatan pengetahuan mereka. (Fuadi, Raisah, & Nurhaliza, 2023).

Diskusi

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan di kalangan ibu-ibu rumah tangga, khususnya yang memiliki balita terancam dengan status gizi mendekati garis merah,

telah menunjukkan pendekatan yang terstruktur dan efektif untuk meningkatkan pengetahuan serta praktik gizi keluarga. Hal ini dimulai dengan persiapan materi dan handout yang relevan, dilanjutkan dengan penyuluhan gizi, demonstrasi pemilihan dan pengolahan bahan pangan, serta sesi tanya jawab. Metode evaluasi dengan pre-test dan post-test digunakan untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta setelah kegiatan, mengindikasikan keberhasilan pendekatan ini dalam meningkatkan pemahaman gizi esensial di kalangan kelompok sasaran (Domili et al., 2024; Sukmawati, Mamuroh, Nurhakim, & Mediani, 2023) dan sangat sesuai dengan model KAP (*Knowledge-Attitude-Practice*) yang menunjukkan hubungan langsung antara pengetahuan, sikap, dan tindakan sehari-hari (Detha et all 2022).

Melalui program ini, peserta mengalami peningkatan signifikan dalam pengetahuan tentang lima kelompok zat gizi dan teknik pengolahan makanan yang memastikan kandungan gizi tetap terjaga. Pengetahuan ini berfungsi sebagai titik awal bagi perubahan sikap yang lebih proaktif terhadap pemenuhan gizi seimbang bagi balita dan keluarga secara keseluruhan (Wibowo et al., 2023). Meskipun terjadi peningkatan dalam pemahaman terminologi mengenai "gizi buruk," pembelajaran aplikatif memiliki dampak lebih besar terhadap perilaku sehari-hari, khususnya dalam pemilihan bahan pangan dan metode memasaknya (Dzakiya et al., 2021). Hal ini menunjukkan pentingnya penggunaan metode edukasi yang interaktif dan relevan dengan kebutuhan masyarakat.

Meski demikian, penting untuk mencatat beberapa batasan evaluasi, yakni fokus hanya pada perubahan jangka pendek pasca-penyuluhan tanpa mengkaji dampak jangka panjang pada perilaku atau status gizi anak beberapa bulan setelah program dilaksanakan (Widodo, Aprillia, & Metty, 2023). Melanjutkan pemantauan melalui kunjungan rumah atau food diary akan memastikan bahwa praktik sehat yang dipelajari diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Kurniawan, 2022). Peningkatan aspek ekonomi rumah tangga dengan menyediakan strategi penggantian bahan pangan serta kalender belanja musiman juga bisa memberikan daya tahan terhadap fluktuasi harga, sehingga program ini diharapkan akan terus memberikan dampak positif untuk pola makan sehat dan gaya hidup masyarakat, terutama bagi ibu-ibu rumah tangga yang memiliki anak balita rentan terhadap masalah gizi (Sir et al., 2022).

Kesimpulan

Simpulan

Kegiatan Pengabdian peningkatan pengetahuan gizi ibu dalam upaya pemenuhan gizi balita Di Kelurahan Meranti Pandak Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru sebagai berikut:

1. Pengetahuan pengetahuan gizi peserta tentang meningkat sebesar peningkatan pengetahuan sebesar 62,9%, termasuk pada kriteria cukup.

2. Seluruh peserta menilai kegiatan pengabdian masyarakat ini bermanfaat.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan, maka guna peningkatan pengetahuan gizi ibu, disarankan kegiatan pengabdian seperti ini perlu diperluas dan dikembangkan pada aspek lain seperti pengolahan bahan pangan guna mendukung upaya perbaikan gizi balita.

Daftar Referensi

- Achmad, M., & Togubu, D. M. (2023). Pentingnya Gizi Seimbang Dan Stimulasi 1000 Hari Pertama Kehidupan Untuk Mengurangi Gizi Kurang Balita. *Abdimas Polsaka*, 25–31. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v2i1.28>
- Aulia, D. T., Yusni, Y., Husnah, H., Nauval, I., & Suryawati, S. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Gizi Dengan Kebiasaan Sarapan Pada Mahasiswa. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 21(2). <https://doi.org/10.24815/jks.v21i2.19362>
- Azizam, N. S. N., Yusof, S. N., Amon, J. J., Ahmad, A., Safii, N. S., & Jamil, N. A. (2022). Sports Nutrition and Food Knowledge Among Malaysian University Athletes. *Nutrients*, 14(3), 572. <https://doi.org/10.3390/nu14030572>
- Azyzah, D. I., & Rizqiya, F. (2022). Penyuluhan Gizi Seimbang Pra-Sekolah Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Abmas Negeri*, 3(1), 11–16. <https://doi.org/10.36590/jagri.v3i1.172>
- Budury, S., Purwanti, N., & Fitriyani, A. (2022). Edukasi Tentang Stunting Dan Pemanfaatan Puding Daun Kelor Dalam Mencegah Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(10), 3242–3249. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.6896>
- Damayanti, E. A. F., & Ma'Ruf, H. (2023). Pendampingan Stimulasi Tumbuh Kembang Balita Melalui Edukasi Dan Pemberdayaan Kader Masyarakat. *Abdimas Galuh*, 5(1), 36. <https://doi.org/10.25157/ag.v5i1.8776>
- Detha, A. I. R., Maranatha, G., Riwu, M., & Datta, S. C. U. (2022). Pelatihan Pengolahan Pangan Sumber Protein Pada Kelompok Pemberdayaan Perempuan Dalam Upaya Mencegah Stunting Di Desa Fatumonas, Kecamatan Amfoang Tengah, Kabupaten Kupang. *International Journal of Community Service Learning*, 6(2), 213–220. <https://doi.org/10.23887/ijcsl.v6i2.47195>
- Domili, I., Nuryani, N., Maridji, A., Daud, R. P. A., Binolombangan, G., Suryani, R., & Tolo, Y. T. (2024). Pelatihan Dan Praktik Pemberian Makanan Pada Bayi Dan Anak Untuk Mendukung Percepatan Penurunan Angka Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 470. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.19790>
- Dzakiya, N., Fitria, R. L., Esa, Z., Tsanie, R. A., Amanda, E., Sinaga, R. M., ... Pangaribuan, M. P. (2021). Optimalisasi Produk Minuman Tradisional Seruputan PKK Putat Wetan Dengan Program Kampung Momprenneur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, 4(2), 244–249. <https://doi.org/10.30591/japhb.v4i2.2191>
- Emylisa, D. A., Suryani, N., Fathullah, D. M., & Yudistira, S. (2023). Edukasi Gizi

- Seimbang Dan Kesehatan Reproduksi Melalui Media Whatsapp Terhadap Pengetahuan Remaja Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(4), 293–300. <https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.4.293-300>
- Fatmah, F., Utomo, S. W., & Lestari, F. (2021). Broccoli-Soybean-Mangrove Food Bar as an Emergency Food for Older People During Natural Disaster. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3686. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073686>
- Faza, F., Hardiyanti, M., Witaningrum, R., Pranoto, Y. A., & Hastuti, J. (2024). Perceived Nutrition Literacy on Ultra-Processed Food and Food Labelling Among Adolescents and Adults – A Result From Community Service Activity. *Nutrition & Food Science*, 55(1), 193–204. <https://doi.org/10.1108/nfs-04-2024-0125>
- Fuadi, T. M., Raisah, P., & Nurhaliza, N. (2023). Penyuluhan Jajanan Dan Makanan Sehat Terhadap Pengetahuan Siswa. *Surya Abdimas*, 7(3), 556–563. <https://doi.org/10.37729/abdimas.v7i3.3166>
- Gambir, J., Puspita, W. L., Jaladri, I., & Fathmawati, F. (2023). Edukasi Dengan Cinema Gizi (Cinemagiz) Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja. *Mitra Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 7(2), 124–135. <https://doi.org/10.25170/mitra.v7i2.3522>
- Gustaman, F., Nurdianti, L., Wulandari, W. T., Sugiharti, M. T., Cahyani, I. G., Safitri, N., ... Ramdani, B. P. (2023). Penyuluhan Stunting Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 6(9), 3824–3832. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.7252>
- Hasriani, S., Pratiwi, W. R., & Asnuddin, A. (2023). Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupatten Barru. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 450–456. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i3.404>
- Herawati, H. D., Putri, A. G., Purnamasari, Y., Rahayu, H. K., Triastanti, R. K., Purnamasari, S. D., & Lestari, P. (2022). Nutrition Education Using Booklet Media With and Without Counseling and the Association With Home Food Availability and Parent Feeding Practices in Preschool Children. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(T8), 160–166. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9490>
- Karimah, S., Nurhamidi, N., & Sajiman, S. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu, Tingkat Pendapatan, Pola Asuh Makan, Dan Ketersediaan Pangan Dengan Kejadian Balita Underweight Umur 24-59 Bulan. *Jr-Panzi*, 6(2), 179–192. <https://doi.org/10.31964/jr-panzi.v6i2.219>
- Kurniawan, A. H. A. T. (2022). Perilaku Ramah Lingkungan Anggota Kepolisian Negara Republik Indonesia: Sebuah Tinjauan Literatur. *Jurnal Ilmu Kepolisian*, 15(3), 19. <https://doi.org/10.35879/jik.v15i3.344>
- Maryani, N. (2023). Hubungan Pola Pemberian Makan, Pola Asuh Dan Sanitasi Lingkungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Desa Babakan Kecamatan Ciseeng Tahun 2022. *Simfisis Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(3), 397–404. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i3.130>
- Mortazavi, Z., Motlagh, A. D., Eshraghian, M. R., Ghaffari, M., & Ansari-Moghaddam, A. (2021). Nutritional Education and Its Effects on Household Food Insecurity in Southeastern Iran. *Iranian Journal of Public Health*. <https://doi.org/10.18502/ijph.v50i4.6006>

- Munir, Z., Adirawan, A. S., Faruq, U., Mu'adam, M., & Ramadana, M. F. (2024). Efektivitas Program Edukasi Gizi Seimbang Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 12(2), 109–119. <https://doi.org/10.33650/jkp.v12i2.9458>
- Nafilla, D., Dewi, Y. L. R., & Ellyas, I. S. (2023). Nutritional Knowledge and Food Choice in Relation With Nutritional Status Among Adolescent Athletes of Sport Special Class Student. *International Journal of Physical Education Sports and Health*, 10(3), 190–195. <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i3c.2947>
- Naulia, R. P., Hendrawati, H., & Saudi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(02), 95–101. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i02.903>
- Nikmah, R., Afrinis, N., & Apriyanti, F. (2024). Pola Asuh, Sanitasi Lingkungan, Kejadian Underweight Di Desa Alahair, Kabupaten Kepulauan Meranti, Riau. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 3(1), 40–47. <https://doi.org/10.25182/jigd.2024.3.1.40-47>
- Palupi, K. C., Sitoayu, L., Mulyani, E. Y., Handi, L., & Durotunisa, S. I. (2023). Penyuluhan Peranan Gizi Pada Fungsi Otak Balita Dan Ibu Menyusui Di Posyandu Wilayah Turen, Kabupaten Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Abdimas*, 9(05). <https://doi.org/10.47007/abd.v9i05.6670>
- Pertiwi, P., Haniarti, H., & Nurlinda, N. (2024). Faktor Yang Berpengaruh Dengan Status Gizi Balita Di Perkotaan Dan Perdesaan. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 5(1), 146–160. <https://doi.org/10.36590/kepo.v5i1.713>
- Ratnaningtyas, L. A., Tukiyo, I. W., & Agustin, H. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi, Peer Group Dan Uang Saku Dengan Pemilihan Jajanan Pada Siswa SLTP. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 3(2), 77–86. <https://doi.org/10.12928/promkes.v3i2.4857>
- Sabrul, U. A., Rahman, M. A., & Suriah, S. (2021). Edukasi Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Simulasi Kuartet. *Hasanuddin Journal of Public Health*, 2(2), 220–227. <https://doi.org/10.30597/hjph.v2i2.13315>
- Salsabila, S., Noviyanti, R. D., & Kusudaryati, D. P. D. (2023). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-36 Bulan Di Wilayah Puskesmas Sangkrah. *Profesi (Profesional Islam) Media Publikasi Penelitian*, 19(No.2), 143–152. <https://doi.org/10.26576/profesi.v19ino.2.103>
- Sari, H. P., Natalia, I., Sulistyning, A. R., & Farida, F. (2022). Hubungan Keragaman Asupan Protein Hewani, Pola Asuh Makan, Dan Higiene Sanitasi Rumah Dengan Kejadian Stunting. *Journal of Nutrition College*, 11(1), 18–25. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i1.31960>
- Sari, I. P., Ningsih, W. I. F., Arinda, D. F., & Utama, F. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Di Tingkat Rumah Tangga Melalui Mom Nutrition Camp : Kelas Gizi Bagi Ibu. *Jur.Pe.Sri.*, 2(1), 33–40. <https://doi.org/10.51630/jps.v2i1.96>
- Sir, A. B., Asa, S., Tedjuhinga, I., Manurung, I. F. E., Windoe, D., & Wadu, A. (2022). Faktor Ibu Dan Anak Pada Kejadian Stunting Di Puskesmas Batakte. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 181–186. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v10i3.359>
- Sopiyandi, & Sonia, S. (2023). Health Education Media Through Mandarin Language Posters in Increasing Knowledge and Local Food Consumption of Chinese Ethnic Children. *Jurnal Teknologi Kesehatan Borneo*, 4(1), 10–15.

- <https://doi.org/10.30602/jtkb.v4i1.166>
- Suhartatik, N., Patmasari, D. A. E., Wulandari, Y. W., Mustofa, A., & Handayani, S. (2020). The Effect of Nutrition Education on Students' Consumption Behavior at Universitas Slamet Riyadi Surakarta. *Indonesian Journal of Agricultural Research*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.32734/injar.v2i3.3602>
- Sukarna, R. A., Nazliansyah, Yani, S., & Rivanti, A. (2024). Peningkatan Kemampuan Akupresur Kader Desa Tanggap Hipertensi. *Jipemas Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat*, 7(2), 363–375. <https://doi.org/10.33474/jipemas.v7i2.20885>
- Sukmawati, S., Mamuroh, L., Nurhakim, F., & Mediani, Henny S. (2023). Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Kersamenak Kabupaten Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 6(6), 2360–2374. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i6.9621>
- Sumarto, S., Radiati, A., & Seftiatullaeli, N. (2023). Downstreaming Research Results on Food Products as Enhancers of Immunity During the Covid-19 Pandemic Through Nutrition Education. *Jurnal Penelitian Pendidikan Ipa*, 9(2), 762–769. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v9i2.3021>
- Syarfaini, S., Ridwan, E. S., & Aeni, S. (2021). Nutrition Knowledge, Dietary Pattern, and Nutritional Status of Elementary Students in Makassar City. *Al-Sihah the Public Health Science Journal*, 13(1), 113. <https://doi.org/10.24252/al-sihah.v13i1.21239>
- Tambunan, H., Nurhidayati, N., Saleha, S., Miska, T., Khaira, N., & Fitria, Y. (2024). Penyuluhan Pentingnya Gizi Pra Nikah Untuk Mempersiapkan Kehamilan Sehat Di KUA Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 7(6), 2719–2727. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i6.14925>
- Wibowo, M. A., Adhianata, H., & Iskandar, Z. (2023). Efikasi Edukasi Gizi Melalui Cooking Demo Dan Poster Gizi Seimbang Pada Ibu Balita Stunting. *Refleksi*, 2(1), 51–57. <https://doi.org/10.25273/refleksi.v2i1.18897>
- Widodo, S. T. M., Aprillia, Y., & Metty, M. (2023). Efektivitas Metode Permainan Gambar Tebak Untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(7), 5455–5459. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i7.2550>
- Widyantoro, W., Nurjazuli, N., & Hanani, Y. (2021). Pengendalian Demam Berdarah Dengue (DBD) Berbasis Masyarakat Di Indonesia: Systematic Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(03), 200–207. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i03.1008>