

EDUKASI TUMPENG GIZI SEIMBANG SEBAGAI PEDOMAN POLA HIDUP SEHAT PADA MASYARAKAT PESISIR

Dwi Setyohadi¹, Pandji Winata Nurikhwan², Lia Yulia Budiarti³, Putri⁴, Huda Ahdadia⁴,
Nazla Putri Azhari⁴, Muhammad Fachriyad⁴,

¹Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin Indonesia

²Departemen Pendidikan Dokter Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran,
Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin Indonesia

³Departemen Mikrobiologi Parasitologi, Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat,
Banjarmasin Indonesia

⁴Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat,
Banjarmasin Indonesia

Email korespondensi: dwi.immunology@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kekurangan gizi mampumeningkatkan risiko penyakit infeksi, memperlambat pertumbuhan dan perkembangan serta menurunkan tingkat kecerdasan anak. Pola makan sehat dan asupan gizi seimbang sangat penting diterapkan dalam kehidupan keluarga sehari-hari. Panduan konsumsi sehari hari dapat digambarkan secara ringkas melalui “Tumpeng Gizi Seimbang” yang mencakup Pedoman Umum Gizi Seimbang (PGS).

Tujuan: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) bertujuan memberikan edukasi tumpeng gizi seimbang sebagai pedoman pola hidup sehat pada masyarakat di wilayah pesisir.

Metode: Metode PKM berupa edukasi dengan ceramah menggunakan media poster serta diskusi, dilaksanakan pada 23 Nopember 2021. Responden yaitu 50 orang ibu rumah tangga, masyarakat Desa Satui Barat, Kabupaten Tanah Bumbu. Evaluasi dilaksanakan setelah pemaparan materi dan di akhir PKM berdasarkan hasil tanya jawab diskusi.

Hasil: Kegiatan PKM materi “tumpeng gizi” seimbang pada ibu rumah tangga sebagai pedoman pola hidup sehat pada masyarakat pesisir, dapat dilaksanakan sesuai jadwal yang disepakati saat sosialisasi. Semua responden antusias, merasa terbantu dapat mengenal “tumpeng gizi” sehat. Sumber gizi yang baik ditunjang dengan pilar pola hidup sehat dapat diinformasikan melalui PKM ini. Jenis menu sederhana, namun memenuhi gizi sehat dapat diberikan pada keluarganya, khususnya untuk anak-anak dalam masa pertumbuhan. Ada peningkatan pengetahuan dan pemahaman responden terkait “tumpeng gizi” untuk menerapkannya sebagai pola hidup sehat dan seimbang.

Simpulan: Simpulan, edukasi tumpeng gizi seimbang dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu di wilayah pesisir dalam melaksanakan pola hidup sehat dan seimbang. Hasil edukasi diharapkan ibu-ibu rumah tangga dapat membiasakan membuat menu seimbang dengan gizi seimbang untuk diinformasikan dan diperagakan lebih lanjut kepada masyarakat lainnya di wilayah pesisir.

Kata-kata kunci: Edukasi, tumpeng gizi, pola hidup sehat, masyarakat pesisir

Pendahuluan

Masalah gizi yang ada di masyarakat merupakan salah satu faktor penting, dan merupakan penentu keberhasilan pembangunan manusia Indonesia. Konsumsi makanan dengan gizi seimbang dan konsumsi makanan yang aman untuk anak sekolah penting untuk diperhatikan, karena dapat mempengaruhi kualitas anak ketika mencapai usia produktif. Faktor penyebab masalah gizi secara langsung, diantaranya adalah tidak seimbangnya antara asupan makanan dengan kebutuhan tubuh, gizi seimbang, serta adanya penyakit infeksi.^{1,2}

Menurut Dixon, gizi lebih mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, kualitas hidup terkait dengan kesehatan, serta ekonomi keluarga.^{2,3}. Gizi kurang disebabkan karena asupan gizi di bawah kecukupan yang dianjurkan sedangkan gizi lebih disebabkan karena asupan gizi yang dikonsumsi melebihi kecukupan yang dianjurkan dan diimbangi aktivitas yang cukup.^{3,4} Konsumsi makanan merupakan salah satu faktor yang secara langsung berhubungan dengan status gizi seseorang, keluarga dan masyarakat.^{4,5}

Menurut sudargo menyebutkan bahwa Indonesia masih dihadapkan pada beban ganda bahwa masih banyak kasus gizi buruk dan kurangnya terjadi. Secara umum tingkat kekurangan gizi rata-rata anak sekolah di seluruh Indonesia berkisar antara 35%-65%. Kondisi ini berakibat pada menurunnya tingkat intelektual (IQ) anak 10-15 persen.^{1,3} Tingginya masalah gizi kurang dan buruk pada balita menjadi bukti bahwa balita berisiko tinggi terhadap terjadinya masalah gizi.^{2,3}

Rendahnyakonsumsi pangan atau kurang seimbangnya masukan zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi mengakibatkan terlambatnya pertumbuhan anak.^{1,4,6} Kekurangan gizi mampu meningkatkan risiko penyakit infeksi, memperlambat pertumbuhan dan

perkembangan serta menurunkan tingkat kecerdasan. Secara bersama-sama, baik gizi kurang maupun gizi lebih mampu mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan anak, meningkatkan risiko penyakit serta meningkatkan pengeluaran keluarga untuk biaya rumah sakit.^{3,5}

Penyebab masalah gizi pada anak yang sering didapat antara lain konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah masih rendah, konsumsi protein sehari-hari masih rendah karena berasal dari protein nabati, konsumsi makanan dan minuman berkadar gula, garam, dan lemak yang tinggi, konsumsi cairan yang masih rendah. Juga pada nak batitabalita yaitu cakupan pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif masih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi pangan masih belum sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang.^{5,6}

Upaya mengatasinya adalah dengan pemberian pengetahuan gizi bagi Ibu rumah tangga yang akan memberikan asupan nutrisi kepada anak-anaknya. Pola makan sehat dan asupan gizi seimbang sangat penting diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga dijadikan sebagai pedoman pola hidup sehat dalam suatu keluarga/masyarakat.^{4,7}

Oleh karena itu agar konsep gizi seimbang melalui 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang (PDGS) pada Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) dapat dimengerti, dipahami, dan diaplikasikan maka perlu dilakukan pendidikan gizi kepada masyarakat sehingga terwujud status gizi masyarakatnya.^{2,8} Untuk mewujudkan sebagai panduan konsumsi sehari-hari dapat digambarkan secara ringkas melalui “Tumpeng Gizi Seimbang” yang mencakup Pedoman Umum Gizi Seimbang (PGS). Adapun penerapan gizi seimbang pada pola hidup sehat pada prinsipnya terdapat empat pilar. Pada dasarnya, keempat prinsip ini adalah upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang masuk dan keluar,

serta mengontrol berat badan secara teratur.^{4,9]}

Desa Satui Barat Kecamatan Satui, Kabupaten Tanah Bumbu Kalimantan Selatan, merupakan kawasan pesisir dengan potensi yang kompleks. Wilayah ini berada dikawasan lahan sawit PT Arutmin yang letaknya terpencil. Laporan Puskesmas Satui, permasalahan kesehatan masyarakat adalah pada pemenuhan gizinya karena letaknya yang jauh dari jangkauan perkotaan. Pemenuhan ketersediaan pangan masyarakat ditunjang oleh perusahaan sawit serta pemerintahan Kecamatan dan Daerahnya. Sehingga program pemerintah desa serta perusahaan di wilayah ini berorientasi pada kesehatan masyarakatnya, karena dapat dampak kesehatan masyarakat itu akan dirasakan oleh pemerintah setempat.

Berdasarkan situasi yang ada di Desa Satui, maka diperlukan pemberian pengetahuan pada ibu-ibu rumah tangga mengenai pentingnya memahami pemenuhan gizi seimbang pada anak-anaknya sebagai pedoman pola hidup sehat dalam keluarga, agar generasi penerusnya sehat dan cerdas. Pemberian pengetahuan melalui edukasi merupakan metode interaksi yang dapat meningkatkan pengetahuan^[3]

Metode

Metode kegiatan pengabdian kepada Masyarakat (PKM) adalah edukasi secara langsung pada target sasaran yaitu Ibu-ibu rumah tangga. Tahapan pelaksanaan PKM adalah sebagai berikut:

Tahapan survai lokasi dan sosialisasi. Pada tahap ini meliputi a). Survei awal lokasi PKM dengan pendekatan pada kepala desa dan pihak puskesmas di lokasi rencana kegiatan PKM, serta menganalisis lingkungan masyarakatnya. b). Melakukan sosialisai, menjelaskan maksud dan tujuan

kegiatan. c). Melakukan perizinan dan musyawarah tentang tema PKM yang sesuai serta kesepakatan jadwal pelaksanaannya.

Tahap Pelaksanaan. Kegiatan edukasi menggunakan media poster yang dibuat menarik. Materi edukasi menjelaskan tentang “tumpeng gizi seimbang” terdiri dari 13 Pedoman Gizi Seimbang (PGS) serta 4 pilar prinsip dalam penerapan gizi seimbang dengan pola hidup sehat.

Tahapan Evaluasi Kegiatan. Evaluasi dilakukan dengan mengamati diskusi antara tim edukasi dengan responden. Diajukan 3 pertanyaan oleh ketua tim PKM terkait gizi seimbang, pilar hidup sehat dan penjelasan “tumpeng gizi seimbang”. Dihitung jumlah responden yang acungkan tangan dengan penjelasan jawaban yang benar; serta mampu menunjuk gambar poster yang sesuai

Hasil

Kegiatan edukasi ini dilaksanakan pada 23 November 2021 bertempat di lapangan balai desa, di Desa Satui Barat, Kecamatan Satui Kabupaten Tanah Bumbu. Responden adalah ibu-ibu rumah tangga setempat dengan jumlah sebanyak 50 orang.

Kegiatan edukasi “tumpeng gizi seimbang” yang telah dilaksanakan pada ibu-ibu rumah tangga di wilayah pesisir di Desa Satui Barat, telah dilaksanakan dengan lancar. Semua responden menerima secara positif terhadap materi edukasi yang diberikan serta dapat menjelaskan ulang mengenai gizi seimbang dengan pilar-pilarnya sebagai pedoman pola hidup sehat. Responden sangat antusias mengikuti dan menyimak atas penjelasan materi edukasi “tumpeng gizi seimbang” pada kegiatan PKM ini, meliputi pedoman Gizi Seimbang (PGS) serta 4 pilar prinsip dalam penerapan gizi seimbang dengan pola hidup

sehat. Pedoman gizi seimbang berupa ajakan pada masyarakat meliputi:

Makanlah aneka ragam makanan.

1. Makanlah makanan untuk memenuhi kecukupan energi.
2. Makanlah makanan sumber karbohidrat setengah dari kebutuhan energi.
3. Batasi konsumsi lemak dan minyak sampai seperempat dari kecukupan energi.
4. Gunakan garam beryodium.
5. Makanlah makanan sumber zat besi.
6. Berikan ASI saja pada bayi sampai 6 bulan dan tambahkan MP-ASI sesudahnya.
7. Biasakan makan pagi.
8. Minumlah air bersih yang aman dan cukup jumlahnya.
9. Lakukan aktivitas fisik secara teratur.
10. Hindari minum-minuman beralkohol.
11. Makanlah makanan yang aman

bagi kesehatan.

12. Bacalah label pada makanan yang dikemas.

Adapun empat pilar gizi seimbang, yaitu:

1. Mengonsumsi aneka ragam makan
 2. Perilaku Hidup Bersih
 3. Rutin Beraktivitas Fisik
 4. Mempertahankan Berat Badan Normal
- Materi dan Kegiatan PKM tampak pada gambar 1.

Berdasarkan hasil diskusi dan tanya jawab didapatkan gambaran pemahaman responden pada materi-materi yang telah diberikan. Secara umum responden hanya mengetahui pentingnya makan untuk keberlangsungan kehidupan. Namun, responden belum mengetahui menu yang dapat memenuhi gizi seimbang serta perilaku dengan pola hidup sehat bagi keluarganya. Hasil edukasi ini, dapat meningkatkan pemahaman responden (Tabel 1)



Gambar 1. Materi dan suasana Edukasi “Tumpeng gizi seimbang” dengan 4 pilar pola hidup sehat

Tabel 1 Pemahaman ibu-ibu rumah tangga tentang materi “tumpeng gizi” dan 4 pilar pola hidup sehat (N=40)

Pemahaman Sasaran	Sebelum edukasi	Setelah edukasi
1.Mengenal pentingnya gizi pada menu makanan	5	40
2.Mengenal 4 pilar pola hidup sehat	0	40
3.Mengenal Tumpeng gizi seimbang	7	40

Pembahasan

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang yaitu dengan cara memberikan edukasi gizi. Edukasi memberikan pengetahuan gizi merupakan pendekatan untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan atau dalam mempertahankan gizi tetap baik. Edukasi gizi juga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikapnya terhadap gizi.^{6, 8,10} Tujuan edukasi gizi adalah untuk mendapatkan pengetahuan, mampu membangun kerangka konsep prinsip-prinsip gizi, membangun sikap positif terhadap kebiasaan gizi yang baik hingga mampu menggunakan pengetahuan gizi tersebut dalam pemilihan makanan. Sehingga selanjutnya Ibu rumah tangga dapat mengatur, mencari dan mampu menyeleksi makanan yang bergizi dari hari ke hari guna memelihara kesehatan, kesejahteraan dan produktivitas keluarganya.^{5,11} Semakin tinggi pengetahuan gizi akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi makanan.⁷ Edukasi bisa dilakukan melalui beberapa media dan metode. Edukasi yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah dan memperjelas audiens dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan. Selain itu, media juga dapat membantu edukator dalam menyampaikan materi.^{3,11,12}

Pemberian pengetahuan atau edukasi gizi harus diberikan dengan cara

dan media yang tepat agar menarik perhatian dan memudahkan responden dalam menerima informasi mengenai gizi.^{7,13} Pengetahuan gizi yang baik akan menyebabkan seseorang mampu menyusun menu yang baik untuk dikonsumsi. Semakin banyak pengetahuan gizi seseorang, maka ia akan semakin memperhitungkan jenis dan jumlah makanan yang diperolehnya untuk dikonsumsi. Peran Ibu dalam pemenuhan gizi dapat dikelompokkan menjadi tiga bagian yaitu: membentuk pola makan anak, menciptakan suasana menyenangkan dan menyajikan makanan yang menarik. Tujuannya agar anak bisa menyukai jenis makanan yang bergizi dan pola makan anak menjadi teratur. Ibu rumah tangga dan sebagai pengasuh anak mempunyai peran penting dalam hal yang berkaitan dengan makanan, mulai dari penyusunan menu makanan, pembelian, pemberian makanan pada anak, pola makan anak dan frekuensi makan anak. Semuanya itu sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak. Pola asuh yang tidak memadai akan menyebabkan anak tidak suka makan atau tidak diberikan makanan seimbang. Kebutuhan nutrisi pada anak dibutuhkan untuk tumbuh dan berkembang, setiap anak mempunyai kebutuhan nutrisi yang berbeda dengan karakteristik yang khas dalam mengkonsumsi makanan.^{1,14,15}

Pada orang tua harus memiliki pengetahuan yang luas terkait dengan perbaikan gizi anak mereka. Karena

Kontribusi pengetahuan gizi seorang ibu pengaruhnya besar bagi perubahan sikap dan perilaku di dalam pemilihan bahan makanan yang selanjutnya akan berpengaruh pula pada status gizi individu dalam keluarga tersebut. Masalah gizi yang rendah disuatu daerah akan menentukan tingginya angka kurang gizi secara nasional.^{1,14} Menurut Firmana, bahwa pada ibu yang tidak bekerja dalam keluarga dapat mempengaruhi asupan gizi balita karena ibu berperan sebagai pengasuh dan pengatur konsumsi makanan anggota keluarga; sedangkan pada ibu yang bekerja tidak memiliki waktu yang cukup untuk mengasuh dan merawat anaknya sehingga anaknya dapat menderita gizi kurang.^{12,15}

Efektivitas suatu kegiatan penyuluhan perlu menggunakan metode, teknik dan alat bantu penyuluhan yang tepat guna, sehingga sasaran dapat mendengar, melihat, merasakan atau melaksanakan contoh-contoh yang diperagakan. Pemilihan metode atau cara pendekatan yang tepat sangat mempengaruhi keberhasilan penyuluhan, sehingga para petugas penyuluhan harus memilih dan menentukan metode yang tepat sesuai dengan situasi dan kondisi responden, agar informasi yang disampaikan dapat diterima dan diterapkan oleh responden. mengatakan bahwa pendidikan penyuluhan harus merupakan kombinasi metode mengajar, karena kemampuan sasaran adalah berbeda-beda dalam menerima pelajaran.^{1,8, 9,15}

Selama ini ibu-ibu rumah tangga sangat tergantung pada menu makan yang dimasak dengan minyak goreng atau bentuk tumisan, yang mana lebih disukai oleh anak-anak dan anggota keluarga. Pengetahuan mengolah menu dalam berbagai variasi dari sumber nabati dan

hewani, diperlukan oleh ibu-ibu rumah tangga agar anak atau keluarga tidak bosan menyantap makanan rumah, sehingga anak tidak jajan atau keluarga tidak membeli makanan di warung. Hal ini juga dapat berdampak pada kesehatan keluarga yang terjaga serta kecukupan ekonomi keluarga. Informasi yang disampaikan melalui kegiatan ini, menjadikan banyak ibu-ibu rumah tangga merasa terbantu sekali. Ibu-ibu dapat mengetahui jenis mana saja yang cocok diberikan untuk keluarga mereka khususnya untuk anak-anak mereka dalam menambah tumbuh kembang fisik dan kesehatan bagi anak-anak. Seperti yang diketahui bersama gizi yang seimbang bahkan mempengaruhi kecerdasan berfikir anak. Harapan yang diharapkan bahwa setelah selesainya penelitian ini ibu-ibu yang awalnya belum memiliki tambahan ilmu terkait dengan gizi, maka setelah kegiatan ini, pada masyarakat pesisir dapat berlanjut mencoba dan mendemonstrasikan menu seimbang pada saat acara keagamaan “yasinan” ataupun Kegiatan sosial lainnya.

Penutup

Edukasi tumpeng gizi seimbang dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu di wilayah pesisir dalam melaksanakan pola hidup sehat dan seimbang. Hasil edukasi diharapkan ibu-ibu rumah tangga dapat membiasakan membuat menu seimbang dengan gizi seimbang untuk diinformasikan dan diperagakan lebih lanjut kepada masyarakat lainnya di wilayah pesisir.

Harapan dari keberlanjutan hasil PKM ini yaitu ibu-ibu dapat mempraktekannya dalam kehidupan di lingkungan keluarganya. Hal lainnya adalah melalui acara keagamaan dapat bertukar informasi mengenai menu seimbang ini serta pada masyarakat di wilayah pesisir lainnya.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, Dinas Kesehatan Kalimantan Selatan, serta PT Arutmin yang telah memfasilitasi dan membiayai seluruh kegiatan PKM ini.

Daftar Pustaka

1. Amin, S., A.M. Firdaus, W. Murtafiah. (2021). Pelatihan Materi Gizi Seimbang Pada Ibu Rumah Tangga Untuk Peningkatan Status Gizi. *Jurnal Terapan Abdimas*, Volume 6 (2), pp.102-109.
2. Arza, P.A. dkk., (2020). Edukasi Gizi Seimbang dan Makanan Sehat untuk Imunitas Tubuh dalam Kondisi Pandemi Covid-19 di SMPN 2 Bayang, Kabupaten Pesisir Selatan. *Warta Pengabdian Andalas*. Volume 27(3), pp.197-202
3. Arza, P. A., Masnarivan, Y., Dewi, R. K., Fitriyani, F., Rahmah, D. F., & Ananda, A. K. (2020). Edukasi Gizi Seimbang dan Makanan Jajanan Sehat di SDN 39 Pasar Ambacang Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*. Volume 3(1), pp.30-37.
4. Arza, P.A., Helmizar, D.F., Rahmah., 2021. Pengaruh Edukasi Gizi Online Terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Vitamin C Serta Zat Besi Siswa SMP. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Volume 5 (2), pp. 1310-16.
5. Agnesia, D., 2019. Peran Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Remaja di SMA Yasmu Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Academics In Action Journal of Community Empowerment*. Volume 1(2) pp.64-76.
6. Eduk, E.J., L. Seran, R. Herak, H. Missa., 2020. Sosialisasi Tentang Pergeseran Paradigma Konsumsi Nutrien Oleh Manusia dari Empat Sehat Lima Sempurna Menuju Gizi Seimbang Pada Masyarakat Nasipanaf di Kelurahan Penfui, Kota Kupang. *Jurnal Anadara Pengabdian Kepada Masyarakat*. Volume 2 (1). pp.91-98.
7. Fitira, T. Sudiarti., 2021. Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*. Volume 2 (1), pp.9-14
8. Kurniasari, R., R. Rahmatunisa., 2019. Sosialisasi Pedoman Gizi Seimbang Dengan Metode Nutritional Education di SDN Karawang Wetan 1 dan SDN Palumbonsari Jurnal abdimas kesehatan Tasikmalaya. Volume 2(1), pp.11-16.
9. Safitri, S., 2020. Pendidikan Kesehatan tentang Anemia kepada Ibu Hamil. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*. Volume 2(2), pp.94-99.
10. Nadia U., Sufriani, N. Fajri. 2021. Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Balita. *JIM FKep*. Volume 5 (3), pp.84-92
11. Salman, Y., N.R.W. Santi, O. Libri., 2020. Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Balita. *Jurnal Kesehatan Indonesia*. Volume 10 (3), pp.122-27
12. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia., 2014. Pedoman Gizi Seimbang 2014. Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan ibu dan Anak. Direktorat Bina Gizi.
13. Latifa N., Y. Susanti, D. Haryanti., 2018. Hubungan Dukungan keluarga dengan status gizi pada balita. *Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal*. *Jurnal Keperawatan*. Volume 10 (1), pp68 - 74.
14. Syabandini, IP., S.F Pradigdo, Suyatno, D.R. Pangestuti., 2018. Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6-24 Bulan di Daerah Nelayan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, Volume 6 (1), pp.496-507.

15. Yendi, Y.D.N., N.L.P Eka, N.Maemunah., 2017. Hubungan Antara Peran Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Anak Dengan Status Gizi Anak Prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang. Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. Nursing News Volume 2 (2), pp.761-77