

PENGARUH LITERASI GIZI BERBASIS PANGAN LOKAL TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN ORANG TUA DALAM Mendukung PERTUMBUHAN KOGNITIF ANAK USIA SEKOLAH DASAR

Syamsul Bahri^{1*}, Fauziah¹

¹Universitas Bumi Persada, Lhokseumawe, Indonesia

*Corresponding Author Email: syambahri.info@gmail.com

ABSTRAK: Masalah kognitif, yang mencakup gangguan dalam proses berpikir, belajar, dan mengingat, dapat menjadi hambatan serius bagi perkembangan anak. Kondisi ini dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan anak, termasuk prestasi akademik. Kesulitan dalam belajar dan memahami informasi dapat menghambat prestasi akademik dan membuat individu kesulitan mengikuti pendidikan formal. Secara tidak langsung, hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan gizi. Upaya peningkatan pengetahuan dapat dilakukan melalui penerapan program literasi gizi berbasis pangan lokal, yang meliputi konseling intervensi, rekomendasi menu pangan lokal, dan diskusi tentang menu pangan lokal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh literasi gizi berbasis pangan lokal terhadap peningkatan pengetahuan orang tua dalam mendukung pertumbuhan kognitif anak. Penelitian ini menggunakan desain pre-experiment dengan rancangan one group pre-test dan post-test. Populasi penelitian adalah balita usia 7-12 bulan yang mengalami stunting di Desa Paya Kambuek, Kecamatan Meurah Mulia, dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total random sampling. Data pengetahuan diperoleh melalui kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan gizi sebelum intervensi adalah 6,2, dan setelah intervensi meningkat menjadi 11,2. Simpulan penelitian ini adalah bahwa literasi gizi berbasis pangan lokal dapat meningkatkan pengetahuan gizi ibu.

Kata kunci: Kognitif Anak, Literasi Gizi, Pangan Lokal

ABSTRACT: Cognitive problems, including impairments in thinking, learning, and remembering, can seriously hinder children's development. These conditions can affect various aspects of a child's life, including academic achievement. Cognitive difficulties can impair learning and comprehension, resulting in poor academic performance and challenges in formal education. Indirectly, this is caused by a lack of nutritional knowledge. Efforts to improve knowledge can be made by implementing a local food-based nutrition literacy program, which includes counseling interventions, local food menu recommendations, and discussions on local food menus. This study aimed to investigate the impact of local food-based nutrition literacy on enhancing parents' knowledge in supporting their children's cognitive development. This research used a pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test approach. The population consisted of toddlers aged 7-12 months experiencing stunting in Paya Kambuek village, Meurah Mulia Sub-district, with a sample size of 30. The sampling technique used was total random sampling. Knowledge data was collected using a questionnaire. The results showed that the average knowledge score before the intervention was 6.2, which increased to 11.2 after the intervention. This study concludes that local food-based nutrition literacy can improve maternal nutritional knowledge.

Keywords: Child Cognition, Nutrition Literacy, Local Food

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan aset masa depan suatu bangsa. Mereka adalah generasi penerus yang akan membawa perubahan dan kemajuan. Oleh karena itu, kesehatan mereka perlu diperhatikan secara serius. Masalah gizi masih menjadi tantangan besar di Indonesia dan berbagai belahan dunia lainnya. Kekurangan gizi pada anak usia sekolah dasar dapat menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif mereka. Pertumbuhan kognitif yang optimal sangat penting untuk mendukung prestasi belajar di sekolah dan kehidupan masa depan (Rahmi, 2020).

Menurut Global Nutrition Report tahun 2018, praktik pemilihan bahan makanan pada anak usia sekolah di seluruh dunia masih buruk. Di Indonesia, Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018 menunjukkan bahwa kelompok usia 10-14 tahun memiliki kebiasaan konsumsi makanan berisiko. Kebiasaan ini, jika terus berlanjut, dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif di masa depan. Edukasi gizi dapat mendorong siswa untuk meningkatkan pengetahuan gizi, sehingga mereka dapat membuat pilihan makanan yang lebih sehat. Ketersediaan dan pemanfaatan bahan makanan lokal memainkan peran penting dalam menyusun menu makanan seimbang.

Pendidikan atau penyuluhan gizi merupakan pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam meningkatkan perbaikan pangan dan status gizi. Harapannya adalah masyarakat dapat memahami pentingnya makanan dan gizi, sehingga mau mengikuti norma-norma gizi (Sambo, 2020). Orang tua, terutama ibu, memiliki peran penting dalam menentukan pola makan keluarga. Asupan makanan dan gizi yang baik berasal dari ibu yang terampil dan berpengetahuan. Orang tua sebagai lingkungan terdekat anak membantu memilih dan menyiapkan makanan yang

tepat. Kemampuan memilih makanan untuk anak usia dini dipengaruhi oleh faktor lingkungan, terutama peran ibu dalam mengenalkan informasi tentang makanan bergizi (Hasyim, 2022).

Anak usia sekolah cenderung mengonsumsi makanan yang sama dengan orang tua mereka. Ibu memberikan contoh pilihan makanan yang tepat, sehingga anak dapat meniru dan mengadaptasinya menjadi kebiasaan. Perilaku mengonsumsi makanan bergizi pada anak ditentukan oleh kebiasaan keluarga dalam mengonsumsi makanan. Orang tua yang memiliki motivasi rendah dalam mengonsumsi makanan bergizi dapat berdampak pada kurangnya konsumsi makanan bergizi pada anak (Sambo, 2020). Kepedulian orang tua terhadap berat badan anak juga menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap perilaku makan berlebih sebagai respons terhadap stres. Produksi dan konsumsi makanan olahan dipengaruhi oleh peran ibu dalam penyediaannya (Sarlis, 2018). Kegiatan penyajian makanan di rumah dapat menjadi media bagi anak usia dini untuk mengenal informasi tentang makanan bergizi. Penyajian makanan dalam keluarga merupakan budaya kuat yang menjadi dasar kebiasaan mengonsumsi makanan bergizi (Kurniawaty, 2022).

Literasi gizi dimaksudkan sebagai sarana pendidikan gizi bagi anak usia sekolah. Literasi gizi dapat dilakukan melalui permainan aplikasi game makanan, yang mendorong minat orang tua untuk meningkatkan pengetahuan gizi (Padmadewi, 2018). Pengembangan literasi makanan pada anak usia sekolah dasar di lingkungan rumah meliputi praktik pemberian makanan oleh orang tua dengan memperhatikan gizi seimbang dan pengolahan makanan yang dilakukan sendiri, serta mempertahankan rasa. Penyajian makanan dengan memperhatikan kualitas gizi, menu, dan makanan yang disajikan di panti asuhan keluarga Oklahoma (Rahmy, 2020). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa

penelitian tentang penyajian makanan sebagai media pengenalan literasi gizi bagi anak usia sekolah masih terbatas.

Oleh karena itu, peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan observasi dan wawancara terhadap lima orang tua yang memiliki balita usia 7-10 tahun di Desa Paya Kambuek, Kecamatan Meurah Mulia, Kabupaten Aceh Utara. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua belum memahami literasi gizi dan potensi pangan lokal. Mereka juga belum memahami konsep gizi seimbang. Meskipun potensi pangan lokal tersedia dan tercukupi, pemanfaatannya sebagai makanan penyeimbang belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk memaksimalkan pemenuhan gizi yang baik bagi anak, sehingga dapat mendukung aspek tumbuh kembang anak.

Pertumbuhan anak dalam pemberian makanan sehat sangat penting bagi perkembangan fisik, karena makanan sehat mengandung gizi yang cukup untuk tubuh anak. Makanan yang diperoleh merupakan sumber utama dalam memenuhi tumbuh kembang secara maksimal, sehingga mencapai kesehatan yang paripurna. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa literasi gizi berpengaruh terhadap pola penyajian makanan dan pemilihan bahan makanan lokal yang tersedia di desa. Orang tua perlu memahami literasi gizi untuk memperbaiki pola penyajian dan pemberian makan pada anak. Dengan demikian, pengetahuan orang tua dalam menyediakan makanan sehat dapat ditingkatkan, sehingga kebutuhan gizi anak dan keluarga dapat terpenuhi dengan memanfaatkan pangan lokal.

Literasi gizi adalah kemampuan seseorang untuk mencari, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi tentang makanan dan gizi untuk membuat keputusan yang sehat. Ketika literasi gizi seseorang rendah, terutama terkait pangan lokal, maka akan muncul beberapa tantangan dan

dampak negatif. Meningkatkan literasi gizi berbasis pangan lokal merupakan investasi jangka panjang untuk kesehatan dan kesejahteraan anak-anak. Dengan memberikan pengetahuan dan keterampilan yang tepat, orang tua dapat membuat pilihan makanan yang lebih sehat untuk keluarga mereka (Padmadewi, 2018).

Asuhan gizi yang diterapkan dalam penelitian ini meliputi konseling gizi, rekomendasi makanan berbasis pangan lokal seperti biskuit kelor, dan demonstrasi memasak pangan lokal. Pangan lokal yang kaya protein memiliki peran penting dalam menunjang tumbuh kembang anak sekolah. Protein merupakan zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk membangun dan memperbaiki sel-sel tubuh, termasuk otot, kulit, dan rambut. Selain itu, protein juga berperan dalam pembentukan enzim dan hormon yang penting untuk berbagai fungsi tubuh (Rahmy, 2020).

Pemahaman rendah orang tua terhadap literasi gizi dapat terlihat dari kurangnya pengetahuan tentang nutrisi. Mereka mungkin tidak memahami apa itu protein, karbohidrat, vitamin, atau mineral, serta pentingnya nutrisi tersebut bagi tubuh anak. Selain itu, terdapat mispersepsi tentang makanan sehat, di mana makanan sehat sering dianggap mahal, tidak enak, atau tidak praktis. Kurangnya variasi makanan juga menjadi masalah, di mana menu makanan anak cenderung monoton dan didominasi oleh makanan olahan. Orang tua juga mungkin kurang percaya pada kualitas dan keamanan pangan lokal, atau tidak tahu cara mengolahnya (Daniels, 2021).

Dampak dari rendahnya pengetahuan orang tua terhadap gizi dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pertumbuhan yang terhambat, perkembangan kognitif yang terganggu, dan penurunan kekebalan tubuh adalah beberapa dampak negatif yang mungkin terjadi. Anak-anak dengan gizi buruk lebih rentan terhadap penyakit (Sarlis, 2022).

Dalam menerapkan pemanfaatan pangan lokal, terdapat beberapa tantangan, seperti kurangnya informasi yang akurat dan mudah dipahami tentang pangan lokal, keterbatasan keterampilan memasak, akses terbatas ke pangan lokal, dan persepsi bahwa pangan lokal kurang praktis atau kurang disukai anak (Saleh, 2023).

Untuk mengatasi masalah ini, peningkatan literasi gizi pada orang tua menjadi kunci. Orang tua memiliki peran sentral dalam menentukan pola makan anak-anak mereka. Dengan pengetahuan yang cukup tentang gizi, orang tua dapat memberikan makanan yang bergizi seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal (Astika, 2023). Pangan lokal memiliki potensi besar untuk meningkatkan gizi masyarakat. Pangan lokal umumnya lebih mudah diakses, lebih murah, dan seringkali mengandung nutrisi yang lebih tinggi dibandingkan dengan makanan olahan. Selain itu, pemanfaatan pangan lokal juga dapat mendukung ketahanan pangan dan ekonomi lokal (Saputra, 2023).

Berdasarkan hasil observasi di Desa Paya Kambuek, Kecamatan Meurah Mulia, Kabupaten Aceh Utara, potensi pangan lokal sangat tersedia dan tercukupi sebagai menu asupan keluarga. Namun, pemanfaatannya sebagai makanan penyeimbang belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk memaksimalkan pemenuhan gizi yang baik bagi anak, sehingga dapat mendukung aspek tumbuh kembang anak. Pertumbuhan anak dalam pemberian makanan sehat sangat penting bagi perkembangan fisik, karena makanan sehat mengandung gizi yang cukup untuk tubuh anak. Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengangkat judul "Pengaruh Literasi Gizi Berbasis Pangan Lokal terhadap Peningkatan Pengetahuan Orang Tua dalam Mendukung Pertumbuhan Kognitif Anak". Dengan demikian, pengetahuan orang tua dalam menyediakan makanan sehat dapat

ditingkatkan, sehingga kebutuhan gizi anak dan keluarga dapat terpenuhi dengan memanfaatkan pangan lokal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain pre-experiment dengan rancangan one group pre-test dan post-test. Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum intervensi (pre-test) dan setelah intervensi (post-test). Desain penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perubahan dan peningkatan yang dihasilkan dari intervensi yang diberikan. Penelitian dilakukan di Desa Paya Kambuek, Kecamatan Meurah Mulia. Populasi penelitian adalah seluruh orang tua yang memiliki anak usia sekolah di Desa Paya Kambuek pada bulan Oktober, dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total random sampling. Data pengetahuan orang tua diperoleh melalui kuesioner. Data diolah secara deskriptif dan analitik menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk dan uji Wilcoxon Sign Rank Test. Data disajikan dalam bentuk narasi dan tabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dibawah ini akan disajikan hasil dari penelitian melalui tabel tentang Karakteristik orang tua ibu anak usia sekolah di kecamatan Meurah Mulia.

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 sampel, sebagian besar berada pada rentan umur 20-35 tahun (6,6 %) dengan rata-rata umur adalah 25 tahun dan umur terendah adalah 19 tahun serta umur tertinggi adalah 35 tahun. Kemudian pendidikan ibu sebagian besar adalah tamatan SMA (25,7%) dan sebagian kecil adalah S1 sebanyak 6,6 %, kemudian untuk pekerjaan sebagian besar adalah Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu 8,6 %, Kemudian karakteristik anak usia sekolah berdasarkan umur sebagian besar pada kisaran umur < 6 tahun (25 %), dan usia < 7-12 10 5%.

Berdasarkan hasil penelitian diatas di dapatkan hasil pendidikan ibu

yang rendah akan berdampak kepada pengetahuan ibu. Pengetahuan ibu tentang pengolahan makanan lokal untuk mendukung perkembangan kognitif anak sangat krusial. Ketika seorang ibu memiliki pengetahuan yang terbatas akan terjadi Perlambatan Pertumbuhan Otak Kekurangan nutrisi yang diperlukan untuk perkembangan otak dapat menyebabkan perlambatan pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak (Aji, 2022).

Tabel 1. Karakteristik orang tua ibu anak usia sekolah di kecamatan Meurah Mulia

Variabel	n (30)	%
Karakteristik Ibu		
Umur Ibu (Tahun)		
<20	2	6,6
20-35	28	7,1
Pendidikan Ibu		
SD	8	25
SMP	10	20
SMA	10	20
S1	2	6,6
Pekerjaan Ibu		
PNS	0	0
IRT	23	8,6
Karakteristik anak sekolah		
> 6	8	25
7-12	19	10,5
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	24	8,3
Perempuan	6	3,3

Sumber: data olahan

Tabel 2. Distribusi Literasi Gizi berbasis Pangan Lokal terhadap Pengetahuan gizi Ibu dalam peningkatan kognitif anak di desa Paya Kambuek kecamatan Meurah Mulia

Pengetahuan	n	Mean (min-max)	SD (Median)
Pre Test	30	6,2 (3-8)	1,4 (5)
Post Test	30	11,2 (7-13)	1,7 (10)

Sumber: data olahan

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan tentang gizi dan pangan lokal pada ibu yang memiliki Balita stunting diperoleh rata-rata skor 6,2 dengan skor terendah adalah 3 dan tertinggi adalah 8. Kemudian setelah dilakukan implementasi asuhan gizi berbasis pangan lokal terjadi peningkatan pengetahuan dengan rata-rata skor 11,2, terendah 7 dan tertinggi 13. Analisis pengaruh implementasi asuhan gizi terhadap pengetahuan menggunakan uji *wilcoxon sign rank test*, hal ini karena setelah data diuji normalitas diperoleh nilai p value 0,000 (data tidak terdistribusi normal). Berdasarkan hasil analisis *wilcoxon sign rank test* diperoleh nilai p value 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh literasi Gizi berbasis pangan lokal terhadap pengetahuan gizi ibu dalam peningkatan kognitif anak usia sekolah dasar di desa Paya Kambuek kecamatan Meurah Mulia.

Tabel 3 Pengaruh Literasi Gizi berbasis Pangan Lokal terhadap Pengetahuan gizi Ibu dalam peningkatan kognitif anak

Pengetahuan	n	P value
Pre Test	30	0.000
Post Test	30	

Sumber: data olahan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, rata-rata skor pengetahuan ibu adalah 5,2. Setelah diberikan literasi gizi berupa edukasi, konseling, dan rekomendasi menu makanan bergizi, skor rata-rata meningkat menjadi 11,2. Hal ini menunjukkan peningkatan sebesar 5 poin dalam pengetahuan gizi. Pengetahuan yang paling kurang dipahami oleh responden adalah manfaat gizi dari pangan lokal dalam mencegah masalah kognitif pada anak. Responden juga belum memahami penyebab dan cara pencegahan

masalah kognitif pada anak usia sekolah. Sebelum intervensi, responden cenderung berasumsi bahwa masalah kognitif terjadi karena anak malas atau malas makan. Setelah diberikan literasi gizi, responden memahami bahwa keterlambatan dalam perkembangan kemampuan berpikir, belajar, mengingat, dan memecahkan masalah dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan anak, termasuk prestasi akademik dan interaksi sosial. Selain itu, responden juga mendapatkan informasi tambahan tentang pemanfaatan pangan lokal untuk mencegah masalah kognitif pada anak.

Hasil analisis Wilcoxon Sign Rank Test menunjukkan bahwa literasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi ibu. Asuhan gizi yang diterapkan meliputi konseling dan pendidikan kesehatan kepada ibu yang memiliki anak usia sekolah dasar. Selain itu, dilakukan juga demonstrasi pengolahan bahan pangan lokal, sehingga responden dapat memahami dan mengamati secara langsung prosedur pengolahan bahan pangan lokal menjadi makanan tambahan untuk anak sekolah.

Penelitian Setiawati dkk (2022) dan Zain dkk (2022) menyatakan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi. Kurangnya edukasi gizi dapat menyebabkan banyak anggota keluarga mengalami masalah stunting. Marfuah & Kurniawati (2017) juga menemukan bahwa intervensi edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dengan efektivitas yang bervariasi. Penelitian Pramata (2019) menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu ($p=0,000$). Pangan lokal dapat meningkatkan pengetahuan gizi ibu yang memiliki anak usia sekolah.

KESIMPULAN

Literasi gizi berbasis pangan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua, khususnya ibu, dalam memenuhi kebutuhan nutrisi

anak usia sekolah untuk mendukung perkembangan kognitifnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji Saputra, R., Azizatun Nafi'ah, B., Dwi Yuliana, L., Vira Anggraini, A., & Annisah, K. (2023). Edukasi Pemberian Kudapan Berbasis Pangan Lokal Guna Meningkatkan Pemahaman Asupan Gizi Anak Di Desa Mentor. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(3), 1746–1754.
- Astika, T., Permatasari, E., Chadirin, Y., Yuliani, T. S., & Koswara, S. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Fortifikasi Pangan Organik Berbasis Pangan Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknik*, 4(1), 1–10.
- Daniels, L. A. (2019). Feeding Practices and Parenting: A Pathway to Child Health and Family Happiness. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 74(2), 29–42.
- Fitriami, E., & Galaresa, A. V. 2022. Edukasi pencegahan stunting berbasis aplikasi android dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu. *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute*, 5(2), 78-85.
- Pratama, B. 2019. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Asupan Makan Anak Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukadamai, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Fakultas Kedokteran
- .Hasyim, Fanny Auliah Et Al. 2022. "Hubungan Perilaku Lifestyle Without Tobacco Dengan Pertumbuhan Anak Usia Dini." *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6(4): 3314–25.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018.

- "Laporan Nasional Riskesdas 2018."
Kementrian Kesehatan Ri: 1–582
- Kurniawaty, Lia. 2022. "Literasi Gizi : Survei Pelibatan Anak Usia Dini Dalam Penyajian Makanan Di Jakarta Timur." 6(6): 6110–22.
- Marfuah, D., & Kurniawati, I. 2017. Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang MP ASI dengan Edukasi Gizi Melalui Booklet. *URECOL*, 273–280
- Nutr, A., & Okeyo, D. O. (2018). Impact of Food Fortification on Child Growth and Development during Complementary Feeding. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 73(1), 7–13.
- Padmadewi, N. N., & Artini, L. P. 2018. *Literasi Di Sekolah, Dari Teori Ke Praktik*. Bandung: Nilacakra.
- Pratama, B. 2019. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Asupan Makan Anak Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukadamai, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Fakultas Kedokteran
- Priawantiputri, Witri, Mamat Rahmat, And Asep Iwan Purnawan. 2019. "Efektivitas Pendidikan Gizi Dengan Media Kartu Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar." *Jurnal Kesehatan* 10(3): 374.
- Rahmy, Hafifatul Auliya, Nurul Prativa, Rahmania Andrianus, & Mesa Putri Shalma. 2020. "Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman." *Buletin Ilmiah Nagari Membangun* 3(2): 162–72.
- Saleh, A. S., Hasan, T., & Saleh, U. K. (2023). Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Masa Kehamilan Berbasis Pangan Lokal Sebagai Pencegahan Stunting. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 49–53.
- Sambo, Mery, Firda Ciuantasari, And Godelifa Maria. 2020. "Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 11(1): 423–29.
- Sugiyono. 2018, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta
- Sarlis, Nelfi, And Cindy Netta Ivanna. 2018. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru Tahun 2016." *Jurnal Endurance* 3(1): 146.
- Septikasari, Majestika. 2018. 1 Uny Press *Status Gizi Anak Dan Faktor Yang Mempengaruhi*.
- Zain, G., & Ratih Kurniasari. 2022. Literature review: pengaruh bentuk media edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam upaya pencegahan stunting pada anak, *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(1), 131–13