



PENGARUH LITERASI GIZI TERHADAP POLA MAKAN PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI BALITA DENGAN GIZI KURANG (*UNDERWEIGHT*) DI POSYANDU RT/RW 005/005 DUREN SAWIT JAKARTA TIMUR

Iis Nurhayati¹, Emi Yuliza², Saiful Gunardi³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju
Email Korespondensi: iis.nurhayati2113@gmail.com

ABSTRAK

Gizi buruk dan gizi kurang merupakan permasalahan yang multikompleks. Usaha pemutusan rantai kekurangan gizi ini tentunya dibutuhkan pemetaan yang tepat agar menyelesaikan masalah tersebut. Salah satu faktor utama yang menyebabkan terjadinya gizi buruk dan gizikurang yaitu pengetahuan ibu, karena ibu merupakan orang yang paling dekat dengan anak dengan memegang peranan penting dalam menciptakan status gizi anak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh literasi gizi terhadap pola makan pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur Tahun 2023. Metode : Desain Pre-Eksperimen digunakan pada penelitian ini dengan rancangan berbentuk *One-Group Pretest-Posttest* design. Pada rancangan ini, akan dilaksanakan pengukuran hasil penelitian sebanyak 2 kali. Sebelum intervensi diberikan (*pre-test*) dan setelah intervensi diberikan (*post-test*). Kesimpulan: Bahwa literasi gizi bisa memberikan pengaruh terhadap pola makan anak usia 3-5 tahun. Saran : Untuk ibu agar selalu memperbarui pengetahuan dengan sering mengikuti seminar atau edukasi kesehatan tentang gizi anak.

Kata Kunci : Berat Badan, Literasi, PolaMakan

ABSTRACT

*Malnutrition and malnutrition are multicomplex problems. Efforts to break the chain of malnutrition certainly require proper mapping to solve this problem. One of the main factors that causes malnutrition and malnutrition is the mother's knowledge, because the mother is the person closest to the child and plays an important role in creating the child's nutritional status. The aim of this research is to determine the effect of nutritional literacy on eating patterns in underweight toddlers aged 3-5 years at Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit, East Jakarta in 2023. Method: Pre-Experimental Design was used in This research was designed in the form of a One-Group Pretest-Posttest design. In this design, research results will be measured twice. Before the intervention is given (*pre-test*) and after the intervention is given (*post-test*). Conclusion: That nutritional literacy can have an influence on the eating patterns of children aged 3-5 years. For mothers to always update their knowledge by frequently attending seminars or health education about children's nutrition.*

Keywords: Body Weight, Literacy, Diet

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan investasi sumber daya manusia (SDM) yang paling mahal bahkan tak ternilai harganya. Terutama kesehatan pada balita yang memerlukan perhatian khusus untuk kecukupan status gizinya sejak lahir, bahkan sejak dalam masa kandungan. Balita akan sehat apabila sejak awal kehidupannya sudah diberi makanan sehat dan seimbang sehingga kualitas SDM yang dihasilkan menjadi optimal (Utami and Mubasyiroh 2020). Permasalahan gizi buruk dan gizi kurang merupakan permasalahan yang multikompleks. Dalam usaha pemutusan rantai kekurangan gizi ini tentunya dibutuhkan pemetaan yang tepat untuk dapat mengetahui permasalahan tersebut. Salah satu faktor utama yang menyebabkan terjadinya gizi buruk dan gizi kurang yaitu pengetahuan ibu, karena ibu merupakan orang yang paling dekat dengan anak dengan memegang peranan penting dalam menciptakan status gizi anak (Ula, Faridhatul Ulva, and Mauliza 2021). Dalam hal ini dapat dijelaskan bahwa dalam kehidupan masyarakat sehari-hari sering terlihat keluarga yang sungguh pun berpenghasilan cukup akan tetapi makanan yang dikonsumsi hanya seadanya saja (Hasyim et al. 2022). Dengan demikian, kejadian gangguan gizi tidak hanya ditemukan keluarga yang berpenghasilan kurang akan tetapi juga pada keluarga yang berpenghasilan relatif baik (cukup). Keadaan ini menunjukkan bahwa ketidaktahuan akan faedah makanan bagi kesehatan tubuh mempunyai sebab buruknya mutu gizi makanan keluarga, khususnya makanan balita.

Menurut laporan Food and Agriculture Organization (FAO), jumlah penduduk yang menderita kekurangan gizi di dunia mencapai 768 juta orang pada 2020, naik 18,1% dari tahun sebelumnya sebesar 650,3 juta orang. Meningkatnya penderita kekurangan gizi disebabkan oleh akses pangan di beberapa wilayah dunia yang semakin buruk, khususnya Asia dan Afrika. Ini tidak lepas dari pandemi Covid-19 yang melanda sejak awal tahun lalu. Berdasarkan kawasan, jumlah penduduk kekurangan gizi di Asia menjadi yang terbanyak yakni 418 juta orang pada tahun 2020 (R Supit and C Pangemanan 2023).

Berdasarkan data Buku Saku SSGI 2022 Tren Status Gizi Balita Indonesia didapatkan data balita dengan Underweight mengalami peningkatan pada tahun 2019 didapatkan 16,3%, tahun 2021 17,0% dan tahun 2022 mejadi 17,1% (Wardhana et al. 2022). Prevalensi balita Underweight (Berat Badan Menurut Umur) berdasarkan provinsi SSGI 2022 tertinggi pada provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 28,4%. Prevalensi balita Underweight di provinis DKI Jakarta sebesar 11,7% tertinggi pada wilayah Kab. Kepulauan Seribu sebesar 16,8%, peringkat kedua di tempati oleh Kota Jakarta Barat 12,7% sebesar dan Kota Jakarta Timur menempati peringkat ketiga sebesar 11,7% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018).

Pemerintah Indonesia melihat gizi kurang yang terjadi setiap tahunnya telah mencanangkan visi pembangunan gizi, yakni “mewujudkan keluarga mandiri sadar gizi untuk mencapai status gizi masyarakat dan keluarga yang optimal”. Akan tetapi hingga saat ini Indonesia masih menghadapi paradox persoalan gizi terutama pada kelompok usia balita dan anak. Kurang gizi menjadi momok yang sangat menakutkan, beban ganda yang dialami oleh pemerintah yakni kurang gizi dan juga obesitas pada anak kini menjadi masalah yang semakin serius (Nency 2022).

Dalam rangka menerapkan upaya gizi seimbang, setiap keluarga harus mampu mengenal, mencegah, dan mengatasi masalah gizi setiap anggota keluarganya. Hal ini sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 23 Tahun 2014 tentang Upaya Perbaikan Gizi. Adapun upaya yang dilakukan Rencana Kerja Pembinaan Gizi Masyarakat tahun 2013 mencanangkan program gizi. Pelaksaaan program tersebut yaitu meningkatkan Pendidikan gizi masyarakat melalui kampanye Gerakan Nasional Sadar Gizi serta penyediaan materi komunikasi, informasi dan edukasi (KIE), meningkatkan koordinasi untuk pemenuhan

kebutuhan obat gizi (seperti: vitamin A, tablet Fe, mineral mix) melalui peran aktif dalam keterpaduan penyusunan rencana kebutuhan, penyediaan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan bagi balita gizi kurang dan ibu hamil Kurang Energi Kronis (KEK), pembinaan dan pelatihan pemantauan pertumbuhan, konseling menyusui, Makanan Pendamping ASI (MP- ASI), Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) (Muchlis, Multazam, and Purnawansyah 2022).

Pendidikan atau penyuluhan gizi merupakan pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam meningkatkan perbaikan pangan dan status gizi. Harapan dari upaya ini yaitu masyarakat bisa memahami pentingnya makanan dan gizi, sehingga mau bersikap dan bertindak mengikuti norma-norma gizi (Priawantiputri, Rahmat, and Purnawan 2019).

Maka dari itu peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada lima orang tua yang memiliki balita diusia 3-5 tahun. Didapatkan hasil wawancara tersebut bahwa diantara lima orang tua, belum memahami literasi gizi dan pola makan yang belum tepat. Didapatkan dimana orang tua belum memahami apa itu gizi seimbang, dampak dari kekurangan berat badan dan orangtua belum memahami apa yang dilakukan apa bila anak mengalami berat badan kurang. Pada saat wawancara mengenai pola makan, orangtua belum memahami betul pola makan yang tepat seperti orangtua hanya tahu makan tiga kali sehari tetapi belum memberikan makanan selingan. Orangtua hanya tau memberikan asupan atau makanan tiga kali sehari tetapi porsi tidak sesuai seperti anak usia 3 tahun hanya diberikan makan dengan nasi 3 sedok makan, kuah bakso beserta bakso dari hasil wawancara tersebut bisa disimpulkan orangtua belum memahami pola makan yang tetap. Orangtua mengalami kesulitan saat anak melakukan gerakan tutup mulut saat diwawancara orangtua mengatasinya dengan cara memberikan makan dengan bermain. Bisa disimpulkan bahwa literasi gizi berpengaruh terhadap pola makan balita dengan berat badan kurang, dimana orangtua harus memahami literasi gizi untuk memperbaiki pola makan pada anak.

METODE PENELITIAN

Desain Pre-Eksperimen digunakan pada penelitian ini dengan rancangan berbentuk *One-Group Pretest-Posttest design*. Pada rancangan ini, akan dilaksanakan pengukuran hasil penelitian sebanyak 2 kali. Sebelum intervensi diberikan (*pre-test*) dan setelah intervensi diberikan (*post-test*). Kedua penilaian ini dilakukan guna mendapatkan perbandingan dari kondisi sebelum dan sesudah. Desain penelitian ini peneliti nilai dapat menggambarkan perubahan dan peningkatan yang didapatkan dari pemberian literasi yang diharapkan efektif dalam menanggulangi permasalahan yang diteliti. Berikutnya perubahan yang dialami akan dinilai apakah signifikan secara statistik atau tidak.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Kekurangan gizi pada waktu janin dan usia balita dapat berpengaruh pada pertumbuhan otak, karena sel-sel otak tidak dapat berkembang. Otak mencapai pertumbuhan yang optimal pada usia 2-3 tahun, setelah itu menurun dan selesai pertumbuhannya pada usia awal remaja. Kekurangan gizi berakibat terganggunya fungsi otak secara permanen, yang menyebabkan kemampuan berpikir setelah masuk sekolah dan usia dewasa menjadi berkurang. Sebaliknya, anak yang gizinya baik pertumbuhan otaknya optimal, setelah memasuki usia dewasa memiliki kecerdasan yang baik sebagai cara untuk membangun bangsa.

Tabel 4.1 Gambaran pola makan sebelum diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur (n = 30)

Pola Makan	Hasil		Nilai Mean
	Frekuensi	Persentase (%)	
Kurang	19	63,3	
Baik	11	36,7	
total	30	100	1,37

Sumber : Data Primer

Tabel 4.2 berdasarkan hasil gambaran pola makan sebelum diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur hampir seluruhnya pola makan kurang 19 responden (63,3%), sebagian kecil baik 11 responden (36,7%) dengan nilai rata-rata 1,37.

Tabel 4.2 Gambaran pola makan sesudah diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur (n = 30)

Pola Makan	Hasil		Nilai Mean
	Frekuensi	Persentase (%)	
Kurang	12	40,0	
Baik	18	60,0	
total	30	100	1,60

Sumber : Data Primer

Tabel 4.3 berdasarkan hasil gambaran pola makan sesudah diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur hampir seluruhnya pola makan baik 18 responden (60,0%), sebagian kecil pola makan kurang 12 responden (40,0%) dengan nilai rata-rata 1,60.

A. Analisa Bivariat

Tabel 4.4 Pengaruh literasi gizi terhadap pola makan pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur Tahun 2023

pola makan	Mean	SD	SE	Paired Sample test	
				t	P-Value
Pretest	1,37	.490	.089	-2.971	0.006
Posttest	1,60	.498	.091		

Rata-rata pola makan pada *pretest* adalah 1,37 dengan standar deviasi ,490. Pada *posttest* pola makan rata-rata adalah 1,60 dengan standar deviasi ,498. Terlihat nilai mean perbedaan antara *pretest* dan *posttest* adalah 0,23. Artinya ada peningkatan pola makan sebelum dan sesudah diberikan literasi gizi. Berdasarkan *output Paired Sample T Test* pola makan Sig (2-tailed) sebesar $0,006 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh literasi gizi terhadap pola makan pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur Tahun 2023 . artinya Haditerima H_0 ditolak.

PEMBAHASAN

Gambaran pola makan sebelum diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur.

Hasil gambaran pola makan sebelum diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur hampir seluruhnya pola makan kurang 19 responden (63,3%), sebagian kecil baik 11 responden (36,7%) dengan nilai rata-rata 1,37. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Merry (2020) didapatkan dari 64 responden (82,1%) yang menyatakan bahwa pola makan kategori kurang (Sambo, *et al*, 2020).

Menurut Damaiyanti dalam (Septikasari 2018) mengatakan bahwa pola makan merupakan faktor yang berhubungan langsung dengan status gizi sehingga dengan mengkonsumsi makanan yang rendah gizi mengakibatkan kondisi atau keadaan gizi kurang. Menurut WHO dalam (Sarlis, *et al*, 2018) mengatakan bahwa masalah gizi kurang disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor-faktor diantaranya terbagi menjadi dua yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung status gizi yaitu asupan makanan dan penyakit infeksi (Sarlis and Ivanna 2018).

Menurut opini peneliti bahwa anak yang pola makannya kurang karena orang tua tidak mengetahui kandungan gizi yang terdapat dalam setiap makanan yang diberikan kepada anaknya. Hal ini terlihat pada saat makan siang disekolah tampak bekal yang dibawah oleh anak seperti nasi dengan mie goreng. Selain itu berdasarkan wawancara dengan orang tua anak juga sering sakit diare dan demam sehingga anak malas untuk makan.

Gambaran pola makan setelah diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur.

Hasil gambaran pola makan sesudah diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur hampir seluruhnya pola makan baik 18 responden (60,0%), sebagian kecil pola makan kurang 12 responden (40,0%) dengan nilai rata-rata 1,60. Pengetahuan penting dalam memengaruhi perilaku seseorang dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi.

Tingkat pengetahuan masyarakat terkait zat gizi makanan, memahami informasi gizi makanan, serta menentukan pola makan yang sesuai dengan kebutuhan gizi sehari-hari sebagai penentu tingkat literasi gizi tersebut. Pengetahuan mengenai gizi ini dirasa sangat penting karena konsumsi gizi seimbang dapat memengaruhi imun yang kuat (Ahmad Farhan Baihaqqi *et al*. 2021).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Heather D. Gibbs, *et al* yang menyatakan bahwa literasi gizi adalah prediktor yang signifikan untuk menentukan kualitas diet seseorang ($\beta = 0,17$; koefisien multivariat = 0,10; *P value* <0,001). Penelitian tersebut membuktikan bahwa tingkat literasi gizi yang baik pada pasien dengan penyakit kronis

berkontribusi secara signifikan dengan kualitas konsumsi zat gizi pasien (Gibbs 2019). Tingkat pengetahuan atau literasi gizi dapat menentukan seorang ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi anaknya. Seorang ibu yang mempunyai pengetahuan yang memadai terkait jenis dan jumlah makanan yang harus dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan gizi anaknya cenderung akan memiliki status gizi yang normal (Syafei and Badriyah 2019). Menurut asumsi peneliti literasi gizi yang baik dapat menjadikan ibu lebih selektif dalam menentukan pilihan makanan untuk anak-anaknya, apa yang dapat membuat anaknya kelebihan berat badan atau kekurangan berat badan. Ibu juga lebih bersemangat lagi menyiapkan menu sehat untuk anak-anaknya.

Pengaruh literasi gizi terhadap pola makan pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur Tahun 2023.

Berdasarkan output Paired Sample T Test pola makan Sig. (2-tailed) sebesar 0,006 < 0,05, maka dapat disimpulkan ada pengaruh literasi gizi terhadap pola makan pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur Tahun 2023 . artinya H_0 diterima H_0 ditolak. Berdasarkan wawancara dengan orang tua pola makan anak disebabkan karena cara pemberian makan tidak sesuai dengan seharusnya (kurang dari 3x sehari), hal ini disebabkan karena anak lebih sering bermain dengan teman-temannya sehingga lupa untuk makan. Akan tetapi, berdasarkan pengakuan orang tua setiap makan anak selalu mengkonsumsi nasi, lauk, sayur-sayuran dan buah-buahan.

Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fathonah 2020) yang mengatakan bahwa anak dengan status gizi normal, namun mempunyai pola makan yang tidak baik disebabkan karena cara pemberian makan pada anak tidak sesuai dengan yang seharusnya, namun jumlah asupan kalori yang dikonsumsi sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) nya masing-masing, sehingga menghasilkan status gizi normal (Fathonah et al. 2020). Menurut (Novikasari, Sanjaya, and . 2019) mengatakan bahwa pola makan adalah gambaran mengenai macam, jumlah, dan komposisi bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh satu orang yang merupakan ciri khas dari suatu kelompok masyarakat tertentu. Pola makan yang terbentuk sangat erat kaitannya dengan kebiasaan makan seseorang. Mengkonsumsi makanan yang baik akan memungkinkan untuk mencapai kondisi kesehatan dan kondisi gizi yang baik.

Ibu memiliki peran yang besar dalam mengenalkan informasi makanan bergizi bagi anak usia dini (Fernandez et al., 2019). Anak usia dini memakan makanan yang dikonsumsi oleh orangtua. Ibu memberikan contoh pilihan makanan yang tepat untuk dikonsumsi sehingga anak dapat meniru dan mengadaptasinya menjadi sebuah kebiasaan. Perilaku mengkonsumsi makanan bergizi anak ditentukan oleh kebiasaan keluarga dalam mengkonsumsi makanan. Orangtua yang memiliki motivasi rendah dalam mengkonsumsi makanan bergizi memberikan dampak terhadap kurangnya konsumsi makanan anak. Kepedulian orangtua terhadap berat badan anak menunjukkan hasil yang signifikan terhadap perilaku makan berlebih sebagai respon eating-stress. Produksi makanan olahan dan konsumsi makanan olahan dipengaruhi oleh peran ibu dalam penyediaannya (Kurniawaty 2022).

Menurut osumsi peneliti dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa literasi menekankan pada pengembangan makna dan pemahaman seseorang. Saat sebelum diberikan literasi gizi pada saat penelitian didapatkan hasil penimbangan pada 30 orang balita hampir setengahnya balita mengalami *underweight* dengan literasi ibu kurang baik terbukti dari pemilihan makanan dan pola makan anak yang kurang baik sebanyak. Dan setelah diberikan literasi gizi pada bulan agustus pada ibu dilakukan penimbangan kembali di bulan september didapatkan BB balita yang mengalami *underweight* ada peningkatan dibuktikan dengan pola

makan baik sebanyak 18 responden (60,0%). Literasi adalah kemampuan seseorang menggunakan informasi untuk memberikan pemahaman dan kesadaran sehingga bermanfaat pada dirinya dan orang lain. Literasi memberikan manfaat bagi diri dan masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil distribusi gambaran pola makan sebelum diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur mayoritas kurang 19 responden (63,3%). Hasil distribusi gambaran pola makan setelah diberikan literasi gizi pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur mayoritas baik 18 responden (60,0%). Ada pengaruh literasi gizi terhadap pola makan pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*) di Posyandu RT/RW 005/005 Duren Sawit Jakarta Timur Tahun 2023 P Value $0,006 < 0,05$.

Saran Bagi ibu balita usia 3 – 5 tahun: Agar dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dalam menerapkan atau menyajikan makanan kepada anaknya secara baik untuk menghindari terjadinya berat badan kurang. Bagi Peneliti: Menambah wawasan peneliti dalam mempersiapkan, mengumpulkan, mengolah, menganalisis, dan menginformasikan serta menambah pengetahuan penulis mengenai literasi gizi terhadap pola makan pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*). Bagi Institusi: Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau bahan masukan ke pustaka dan informasi serta dapat meningkatkan pengetahuan mengenai literasi gizi terhadap pola makan pada balita usia 3-5 tahun dengan berat badan kurang (*underweight*).

DAFTAR PUSTAKA

1. Ahmad Farhan Baihaqqi, Peningkatan Et Al. 2021. “Peningkatan Edukasi Dan Literasi Gizi Guna Mengatur Pola Makan Anak Pada Masa Pandemi Di Desa Jatisari Kabupaten Boyolali.” *Masokan: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan* 1(2): 123.
[Http://Masokan.Iakn-Toraja.Ac.Id/Index.Php/Ojsdatamasokan/Article/View/21](http://Masokan.Iakn-Toraja.Ac.Id/Index.Php/Ojsdatamasokan/Article/View/21).
2. Dewi, Np. 2021. “Konsep Pola Makan.” 66(1997): 37–39.
3. Fathonah, Siti Et Al. 2020. “Pengaruh Literasi Kesehatan Dan Literasi Gizi Terhadap Status Gizi Mahasiswa Unnes.” *Prosiding Seminar ...*: 910–14. <https://Proceeding.Unnes.Ac.Id/Index.Php/Snpasca/Article/View/1321>.
4. Gibbs, Heather D. 2019. “The Nutrition Literacy Assessment Instrument (Nlit) Is A Valid And Reliable Measure Of Nutrition Literacy In Adults With Chronic Disease.” *Physiology & Behavior* 176(3): 139–48.
5. 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.
6. Hr, H. Syamsunie Carsel. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan Dan Pendidikan*. 1st Ed. Balbapang, Bantul Yogyakarta.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. “Laporan Nasional Riskesdas 2018.” *Kemntrian Kesehatan Ri*: 1–582.
<https://Dinkes.Kalbarprov.Go.Id/Wp-Content/Uploads/2019/03/Laporan-Riskesdas-2018-Nasional.Pdf>.
8. Kurniawaty, Lia. 2022. “Literasi Gizi: Survei Pelibatan Anak Usia Dini Dalam Penyajian Makanan Di Jakarta Timur.” 6(6): 6110–22.
9. Muchlis, Nurmiati, Andi Muhammad Multazam, And Purnawansyah. 2022. *Early Warning Stunting*.

10. Muhid, Abdul. 2019. *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik Dengan Spss For Windows (2 Ed.)*. Sidoarjo: Zifatama Jawa.
11. Nancy, Aprilia. 2022. "Sentri : Jurnal Riset Ilmiah." *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah* 1(3): 17–34.
12. Novikasari, Linawati, Hadi Sanjaya, And .Setiawati. 2019. "Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Penyembuhan Luka Post Operatif Pada Anak Di Rsud. Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2017." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 8(2): 67–73.
13. Nuzrina, Rachmanida. 2020. "Upaya Peningkatan Pengetahuan Mengenai Gizi Seimbang Pada Penjamah Makanan Kantin Universitas Esa Unggul." *Jurnal Abdimas* 6(2): 1–5.
14. Padmadewi, N. N., & Artini, L. P. 2018. *Literasi Di Sekolah, Dari Teori Ke Praktik*. Bandung: Nilacakra.
15. 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.
16. R Supit, Aurelia S, And Damajanty H C Pangemanan. 2023. "Atrophic Glossitis Pada Defisiensi Nutrisi Atrophic Glossitis In Nutritional Deficiency." 11(2): 252–57.
17. Rahmy, Hafifatul Auliya, Nurul Prativa, Rahmania Andrianus, And 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.
18. 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.
19. 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.
20. Septikasari, Majestika. 2018. *1 Uny Press Status Gizi Anak Dan Faktor Yang Mempengaruhi*.
21. Statistik, Keputusan Uji. "Analisis Data Memilih Teknik Analisis / Uji Statistik Korelasi , Regresi." 2.
22. Suriany Simamora, Rotua, And Puri Kresnawati. 2021. "Pemenuhan Pola Makan Gizi Seimbang Dalam Penanganan Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Rawalumbu Bekasi." *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan* 11(1): 34–45.
23. Syafei, Abdullah, And Lulu'ul Badriyah. 2019. "Literasi Gizi (Nutrition Literacy) Dan Hubungannya Dengan Asupan Makan Dan Status Gizi Remaja." *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 8(04): 182–90.
24. Syapitri, Henny, Amalia, And Juneris Aritonang. 2021. "Metodologi Penelitian Kesehatan." : 1–220.
25. Ula, Mutammimul, Ananda Faridhatul Ulva, And Mauliza. 2021. "Implementasi Machine Learning Dengan Model Case Based Reasoning Dalam Mendagnosa Gizi Buruk Pada Anak." *Jurnal Informatika Kaputama (Jik)* 5(2): 333–39.
26. Utami, Nur Handayani, And Rofingatul Mubasyiroh. 2020. "Keragaman Makanan Dan Hubungannya Dengan Status Gizi Balita: Analisis Survei Konsumsi Makanan Individu (Skmi)." *Gizi Indonesia* 43(1): 37.
27. Wardhana, A M, M I Fauzi, R P Hendarti, And Arini. 2022. "The Role Of Food Diversification In Facing The Food Crisis." *Post Pandemic Economy Recovery*: 20–29.