



PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG POLA MAKAN UNTUK MENINGKATKAN STATUS GIZI PADA ANAK BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AMBACANG PADANG

Rischa Hamdanesti¹, Sari Indah Kesuma²

^{1,2}program Studi Pendidikan Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang



*Corresponding author

Rischa Hamdanesti

Email : rischa.2017@gmail.com

HP: +62 852-6516-6584

Kata Kunci:

Jumlah Anak;
Pekerjaan Ibu;
Riwayat Penyakit Infeksi;
Status Gizi Balita;

Keywords:

Number of Children;
Mother's Occupation;
History of Infectious Diseases;
Nutritional Status of Toddlers:

ABSTRAK

Permasalahan gizi di Indonesia merupakan salah satu persoalan utama dalam pembangunan manusia. Sebagai salah satu negara dengan kompleksitas kependudukan yang sangat beraneka ragam, Indonesia dihadapi oleh dinamika persoalan gizi buruk. Data Kemenkes RI pada tahun 2020, ditemukan balita yang mengalami gizi buruk sebesar 3,8% dan gizi kurang sebesar 14,0% dan tahun 2021 gizi buruk sebesar 3,9% dan gizi kurang sebesar 13,8%. Beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi balita yaitu faktor internal (nilai cerna makanan, status kesehatan, penyakit infeksi, umur balita, jenis kelamin balita, riwayat ASI Eksklusif, riwayat MP-ASI, dan asupan makanan). Faktor eksternal (pendidikan ibu, pekerjaan, jumlah anak, pengetahuan, ketersediaan pangan, pola konsumsi pangan, ekonomi, pemeliharaan kesehatan dan lingkungan fisik).

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Puskesmas Ambacang bahwa ditemukan peningkatan balita gizi kurang selama 3 tahun terakhir yaitu pada tahun 2020 kasus gizi kurang sebesar 40 orang, tahun 2021 sebesar 55 orang dan tahun 2022 sebesar 84 orang. Survey awal yang peneliti lakukan di Puskesmas Ambacang Padang, dengan melihat 10 catatan rekam medis balita, didapatkan 2 orang (20%) balita mengalami gizi buruk, 3 orang (30%) balita mengalami gizi kurang, 1 orang (10%) balita mengalami gizi lebih dan 4 orang (30%) balita mengalami gizi baik.

ABSTRACT

Nutritional problems in Indonesia remain one of the major issues in human development. As a country with highly diverse demographic characteristics, Indonesia faces complex challenges related to malnutrition. Data from the Indonesian Ministry of Health in 2020 showed



that the prevalence of severe malnutrition among children under five was 3.8%, while undernutrition reached 14.0%. In 2021, the prevalence of severe malnutrition increased to 3.9%, whereas undernutrition slightly decreased to 13.8%. Several factors influence the nutritional status of children under five, including internal factors such as food digestibility, health status, infectious diseases, child's age, gender, history of exclusive breastfeeding, complementary feeding history, and dietary intake. External factors include maternal education, occupation, number of children, knowledge, food availability, food consumption patterns, economic conditions, healthcare maintenance, and physical environment.

Based on a preliminary study conducted by the researcher at Ambacang Public Health Center, there was an increase in the number of undernourished children under five over the past three years, with 40 cases reported in 2020, 55 cases in 2021, and 84 cases in 2022. An initial survey conducted at Ambacang Public Health Center, Padang, through the review of 10 medical records of children under five, revealed that 2 children (20%) experienced severe malnutrition, 3 children (30%) were undernourished, 1 child (10%) was overnourished, and 4 children (40%) had good nutritional status.

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada anak balita masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan masyarakat, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Masa balita merupakan periode emas (golden period) yang sangat menentukan kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak di masa mendatang. Pada periode ini, kebutuhan nutrisi harus terpenuhi secara optimal karena gangguan gizi yang terjadi dapat berdampak jangka panjang terhadap perkembangan fisik, intelektual, serta kualitas hidup anak. Kekurangan gizi pada masa balita tidak hanya menyebabkan gangguan pertumbuhan, tetapi juga meningkatkan risiko keterlambatan perkembangan kognitif, menurunnya kemampuan belajar, hingga meningkatnya kerentanan terhadap penyakit infeksi.

Secara global, masalah gizi anak masih menjadi perhatian dunia. Data United Nations Children's Fund (UNICEF) menunjukkan bahwa sebagian anak di dunia masih mengalami masalah kekurangan gizi yang berdampak pada tingginya angka kesakitan dan kematian pada kelompok usia balita. Kondisi malnutrisi pada anak meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas, serta berpengaruh terhadap rendahnya produktivitas sumber daya manusia di masa depan. Oleh karena itu, intervensi promotif dan preventif melalui pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi penting untuk menekan angka masalah gizi pada anak.

Di Indonesia, permasalahan status gizi balita masih menunjukkan angka yang memerlukan perhatian serius. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi balita dengan gizi buruk dan gizi kurang masih ditemukan pada berbagai wilayah, termasuk di tingkat provinsi dan kabupaten/kota.

Kondisi ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan gizi anak belum sepenuhnya optimal dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi status kesehatan, riwayat penyakit infeksi, usia anak, serta asupan makanan, sedangkan faktor eksternal meliputi pendidikan ibu, pekerjaan ibu, jumlah anak dalam keluarga, tingkat ekonomi, pola konsumsi pangan, serta pengetahuan keluarga mengenai pemenuhan gizi anak.

Status gizi anak balita dipengaruhi secara signifikan oleh pola makan yang diterapkan oleh orang tua, terutama ibu sebagai pengasuh utama dalam keluarga. Pengetahuan ibu mengenai pemilihan jenis makanan, frekuensi makan, kebutuhan nutrisi sesuai usia, serta kemampuan dalam menyusun menu seimbang menjadi faktor penting dalam menentukan kualitas status gizi anak. Kurangnya pemahaman mengenai pola makan yang tepat dapat menyebabkan ketidakseimbangan asupan nutrisi sehingga anak berisiko mengalami gizi kurang maupun gizi buruk. Selain itu, riwayat penyakit infeksi pada balita juga dapat memperburuk status gizi akibat menurunnya nafsu makan dan gangguan penyerapan nutrisi.

Di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Padang, permasalahan status gizi balita masih menjadi isu kesehatan yang memerlukan perhatian. Berdasarkan data studi pendahuluan ditemukan adanya peningkatan jumlah balita dengan status gizi kurang dalam tiga tahun terakhir, yaitu sebanyak 40 kasus pada tahun 2020, meningkat menjadi 55 kasus pada tahun 2021, dan kembali meningkat menjadi 84 kasus pada tahun 2022. Selain itu, hasil survei awal terhadap rekam medis balita menunjukkan masih ditemukannya kasus gizi buruk, gizi kurang, maupun gizi lebih pada anak balita, yang mengindikasikan bahwa permasalahan pola makan dan pemenuhan kebutuhan nutrisi anak masih menjadi tantangan di masyarakat.

Berdasarkan hasil observasi lapangan, sebagian orang tua masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai pola makan sehat bagi anak balita, termasuk jenis makanan yang sesuai, jadwal makan yang tepat, serta kebutuhan nutrisi berdasarkan usia anak. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan ketidaktepatan dalam pemberian makan sehingga berdampak pada status gizi anak. Oleh sebab itu, diperlukan upaya promotif berupa pendidikan kesehatan kepada orang tua mengenai pola makan yang sehat dan seimbang sebagai langkah preventif untuk meningkatkan status gizi balita.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu intervensi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua terkait pemenuhan kebutuhan gizi anak. Melalui edukasi kesehatan, diharapkan orang tua mampu memahami pentingnya pola makan sehat, memilih bahan makanan bergizi, serta menerapkan praktik pemberian makan yang sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak. Dengan meningkatnya pemahaman orang tua, diharapkan status gizi balita dapat mengalami perbaikan secara bertahap dan berkelanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, tim pengabdian tertarik untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul "Pendidikan Kesehatan tentang Pola Makan untuk Meningkatkan Status Gizi pada Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Ambacang Padang" sebagai bentuk upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesehatan anak balita melalui pemberdayaan orang tua.

METODE KEGIATAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Padang dengan sasaran utama orang tua yang memiliki anak usia balita, khususnya keluarga yang memiliki permasalahan terkait status gizi anak. Pemilihan sasaran dilakukan berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan masih ditemukannya balita dengan status gizi kurang serta keterbatasan pengetahuan orang tua mengenai pola makan sehat dan pemenuhan kebutuhan nutrisi anak sesuai usia tumbuh kembang.

Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif melalui pemberian pendidikan kesehatan tentang pola makan sehat untuk meningkatkan status gizi pada anak balita. Pendekatan ini dipilih karena dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan, pemahaman, serta keterampilan orang tua dalam menerapkan pola makan yang baik bagi anak di lingkungan keluarga. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui dua tahapan utama, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan kegiatan.

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama pihak Puskesmas Ambacang Padang sebagai mitra kegiatan untuk memperoleh izin pelaksanaan serta menentukan lokasi dan sasaran kegiatan. Selanjutnya dilakukan survei lapangan untuk mengidentifikasi kondisi permasalahan gizi balita di wilayah sasaran. Tim pengabdian juga mempersiapkan kebutuhan administrasi, media edukasi, serta bahan penyuluhan berupa leaflet, poster, presentasi PowerPoint (PPT), dan media audiovisual yang mendukung proses pembelajaran peserta.

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode penyuluhan kesehatan dengan teknik ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Materi pendidikan kesehatan yang diberikan meliputi pengertian status gizi balita, pentingnya pemenuhan nutrisi pada masa pertumbuhan, prinsip pola makan sehat dan seimbang, jenis makanan bergizi sesuai usia balita, jadwal pemberian makan, serta upaya pencegahan masalah gizi pada anak. Dalam kegiatan ini, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan permasalahan yang dihadapi terkait pola makan anak sehingga edukasi dapat disesuaikan dengan kebutuhan peserta.

Selain penyampaian materi, kegiatan juga dilengkapi dengan demonstrasi sederhana mengenai penyusunan menu sehat untuk balita serta edukasi tentang kebiasaan makan yang baik di rumah. Orang tua diberikan pemahaman mengenai pentingnya variasi makanan, frekuensi makan yang sesuai, serta pemantauan pertumbuhan anak secara berkala melalui posyandu atau fasilitas pelayanan kesehatan terdekat.

Evaluasi kegiatan dilakukan pada akhir sesi untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Evaluasi dilakukan secara langsung melalui sesi tanya jawab, observasi partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung, serta umpan balik terkait pemahaman orang tua mengenai pola makan dan kebutuhan gizi anak. Indikator keberhasilan kegiatan ditunjukkan melalui meningkatnya pemahaman orang tua mengenai pola makan sehat, meningkatnya partisipasi aktif peserta selama kegiatan, serta adanya komitmen orang tua dalam menerapkan pola makan sehat untuk mendukung peningkatan status gizi anak balita.

Melalui pelaksanaan kegiatan ini diharapkan orang tua mampu menerapkan pola pemberian makan yang tepat dan memenuhi kebutuhan gizi anak sesuai usia, sehingga dapat membantu meningkatkan status gizi, mendukung pertumbuhan dan

perkembangan optimal, serta mencegah terjadinya masalah gizi pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Padang.

HASIL KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan pada tanggal 26 – 31 Januari 2026 di Wilayah Kerja Puskesmas Ambacang Padang berjalan dengan lancar dan jumlah peserta yang hadir sebanyak 15 orang. Kegiatan yang diberikan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah tentang Pendidikan Kesehatan Tentang Pola Makan Untuk Meningkatkan Status Gizi Pada Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Ambacang Padang. Adapun tahap-tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan
 - a. Ketua dan anggota pengabdian kepada masyarakat sudah berkoordinasi dengan kepala Puskesmas Ambacang Padang untuk dilakukan kegiatan Pendidikan Kesehatan Tentang Pola Makan Untuk Meningkatkan Status Gizi Pada Anak Balita.
 - b. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat kepada orang tua yang memiliki anak balita dilakukan di Posyandu sesuai yang direncanakan.
 - c. Ketua dan anggota telah menyiapkan media untuk dilakukan Pendidikan Kesehatan Tentang Pola Makan Untuk Meningkatkan Status Gizi Pada Anak Balita seperti Leaflet, PPT, Poster, Infocus dan Video.
 - d. Peserta yang hadir mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebanyak 15 orang tua yang memiliki anak balita.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Ketua pengabdian kepada masyarakat sebagai narasumber telah melaksanakan tugasnya untuk memberikan Penyuluhan atau Pendidikan Kesehatan Kepada Orang Tua Tentang Pola Makan Untuk Meningkatkan Status Gizi Pada Anak Balita.
 - b. Anggota pengabdian kepada masyarakat yang bertugas sebagai fasilitator dan pendokumentasian telah bekerja sesuai peran dan tanggung jawabnya masing-masing.
 - c. Peserta yang hadir aktif mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan antusias melakukan kegiatan Penyuluhan atau Pendidikan Kesehatan sampai selesai.
 - d. Tidak ada peserta yang izin selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat berlangsung.
 - e. Kepala Puskesmas beserta jajarannya memberikan dukungan dan motivasi yang baik dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
3. Tahap Evaluasi
 - a. Peserta yang hadir aktif memperhatikan dan mendengarkan informasi yang disampaikan oleh narasumber (penyuluh).

- b. Sebanyak 100% peserta antusias dan mengikuti Penyuluhan atau Pendidikan Kesehatan tentang pola makan untuk meningkatkan status gizi anak balita dengan baik bersama narasumber (penyuluh) sampai selesai.
- c. Sebanyak 100% orang tua memahami materi tentang pola makan untuk meningkatkan status gizi anak balita.
- d. Sebanyak 100% orang tua mengaplikasikan tentang pola makan untuk meningkatkan status gizi anak balita.
- e. Penutupan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diakhiri dengan photo bersama.



Gambar 1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai pendidikan kesehatan tentang pola makan untuk meningkatkan status gizi pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Padang dilaksanakan sebagai upaya promotif dan preventif dalam mengatasi permasalahan status gizi balita yang masih ditemukan di masyarakat. Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, seluruh peserta yang terdiri dari orang tua balita mengikuti kegiatan dengan baik dan menunjukkan antusiasme yang tinggi selama proses penyuluhan berlangsung. Partisipasi aktif peserta terlihat dari keterlibatan dalam sesi diskusi, tanya jawab, serta kesediaan peserta untuk berbagi pengalaman mengenai pola makan anak di rumah.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pentingnya pola makan sehat dan pemenuhan kebutuhan gizi anak balita. Sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar orang tua masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai jenis makanan bergizi, frekuensi makan yang tepat, serta kebutuhan nutrisi anak berdasarkan usia tumbuh kembang. Beberapa orang tua juga menyampaikan bahwa anak mengalami kesulitan makan, memiliki kebiasaan memilih makanan tertentu (picky eater), serta lebih menyukai makanan cepat saji atau jajanan dibandingkan makanan utama yang memiliki kandungan gizi seimbang.

Peningkatan pengetahuan orang tua setelah diberikan pendidikan kesehatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan keluarga, khususnya dalam praktik pemberian makan pada anak

balita. Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi sikap dan perilaku orang tua dalam memilih bahan makanan, mengatur jadwal makan, serta memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang diberikan kepada anak. Hal ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang sangat mempengaruhi seseorang dalam mengambil keputusan terkait kesehatan.

Pola makan yang baik pada anak balita sangat berpengaruh terhadap status gizi dan pertumbuhan anak. Anak yang mendapatkan asupan makanan yang cukup, bervariasi, dan sesuai kebutuhan usia akan memiliki peluang lebih besar untuk mencapai pertumbuhan optimal dibandingkan anak dengan pola makan yang tidak teratur. Sebaliknya, pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan masalah gizi, baik berupa gizi kurang maupun gizi lebih. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan mengenai pola makan sehat menjadi salah satu intervensi penting dalam mencegah terjadinya gangguan gizi pada anak.

Dalam kegiatan ini, penggunaan media edukasi berupa leaflet, poster, presentasi visual, dan diskusi interaktif terbukti membantu meningkatkan pemahaman peserta. Media visual memudahkan orang tua memahami konsep kebutuhan gizi anak, jenis makanan sehat, serta contoh menu sederhana yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penyampaian materi yang komunikatif dan penggunaan bahasa sederhana juga menjadi faktor pendukung keberhasilan penyuluhan sehingga peserta dapat menerima informasi dengan lebih mudah.

Keberhasilan kegiatan ini juga didukung oleh adanya keterlibatan aktif pihak Puskesmas Ambacang Padang yang memberikan dukungan terhadap pelaksanaan program serta membantu memfasilitasi kehadiran peserta. Kolaborasi antara tenaga kesehatan, tim pengabdian, dan masyarakat menjadi faktor penting dalam meningkatkan efektivitas kegiatan pendidikan kesehatan. Dukungan tenaga kesehatan di tingkat puskesmas juga diharapkan mampu menjaga keberlanjutan edukasi kepada orang tua melalui kegiatan posyandu maupun konseling gizi secara rutin.

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan pengabdian ini masih memiliki beberapa keterbatasan, diantaranya waktu pelaksanaan edukasi yang relatif singkat sehingga belum dapat memantau perubahan perilaku makan orang tua secara langsung dalam jangka panjang. Selain itu, evaluasi kegiatan lebih berfokus pada tingkat pemahaman peserta setelah edukasi sehingga belum dapat mengukur secara objektif perubahan status gizi balita pasca intervensi pendidikan kesehatan.

Secara keseluruhan, kegiatan pendidikan kesehatan tentang pola makan pada orang tua balita di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Padang memberikan hasil yang positif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya pola makan sehat untuk mendukung status gizi anak. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran orang tua, diharapkan praktik pemberian makan pada anak dapat menjadi lebih baik sehingga dapat membantu menurunkan angka kejadian gizi kurang serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita secara optimal.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) tentang pendidikan kesehatan mengenai pola makan untuk meningkatkan status gizi pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Padang, kegiatan

ini berjalan dengan baik dan memperoleh respons yang positif dari peserta. Pemberian pendidikan kesehatan terbukti memberikan manfaat dalam meningkatkan pemahaman orang tua mengenai pentingnya pola makan sehat, kebutuhan gizi anak sesuai usia, serta upaya pencegahan masalah gizi pada balita. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, aktif dalam diskusi, serta mampu memahami materi yang disampaikan melalui metode ceramah, tanya jawab, dan media edukasi seperti leaflet, poster, serta presentasi visual.

Peningkatan pemahaman orang tua mengenai pola makan sehat diharapkan dapat menjadi dasar dalam penerapan perilaku pemberian makan yang lebih baik di lingkungan keluarga. Orang tua diharapkan mampu memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan, mengatur pola makan yang teratur, serta memenuhi kebutuhan nutrisi anak secara optimal guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran orang tua, kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam upaya pencegahan masalah gizi kurang pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Padang.

Berdasarkan hasil kegiatan tersebut, disarankan agar orang tua dapat menerapkan pola makan sehat dan seimbang sesuai kebutuhan usia anak, serta melakukan pemantauan pertumbuhan anak secara rutin melalui pelayanan kesehatan seperti posyandu atau puskesmas. Pihak Puskesmas dan tenaga kesehatan diharapkan terus meningkatkan kegiatan promosi kesehatan dan edukasi gizi kepada masyarakat secara berkesinambungan untuk memperkuat pengetahuan keluarga mengenai pemenuhan gizi anak. Selain itu, kegiatan pengabdian serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan cakupan peserta yang lebih luas dan evaluasi jangka panjang untuk mengetahui perubahan perilaku orang tua serta dampaknya terhadap peningkatan status gizi balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Dinkes Propinsi Sumatera Barat. 2020. *Profil Kesehatan Propinsi Sumatera Barat Tahun 2020*. Padang
- Dinas Kesehatan Kota Padang. 2021. *Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2021*. Padang
- Hidayati, T. 2019. *Pendamping Gizi pada Balita*. Yogyakarta: Deepublisher
- Jannah, R. 2016. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Bilu Banjarmasin*. Jurnal Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Nasional Banjarmasin
- Kemendes RI. 2011. *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta
- Manurung, S,S,T. 2010. *Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Perilaku Ibu Dalam Penyediaan Menu Seimbang Untuk Balita di Desa Ramunia-I Kecamatan Pantai Labu Kabupaten Deli Serdang*. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Medan
- Proverawati, A. 2011. *Ilmu Gizi untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Septiari, B. 2012. *Mencetak Balita Cerdas dan Pola Asuh Orang Tua*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Septikasari, M. 2018. *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. Yogyakarta: Uny Press
- Soetjningsih. 2015. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC



Sulistyoningsih, H. 2012. *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu
Supariasa dkk. 2016. *Penilaian Status Gizi*. (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta
UNICEF. 2020 Nutrition status of Children under five in the World. Diakses dari
<https://www.unicef.org/indonesia/id/status-anak-dunia>
WHO. 2020. *Nutrition*. Diakses dari www.who.int/topics/nutrition/en/.last