


# Improving Knowledge of Balanced Nutrition in Mother Toddlers through PuDiYam Processing (Spinach Leaf Pudding) as an Alternative for Stunting Prevention in Giyanti Village, Kebumen Regency

Ayu Nissa Ainni<sup>1</sup> , Titi Puji Rahayu<sup>2</sup>, Eka Wuri Handayani<sup>3</sup>, Tika Amalia<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Department of Pharmacy, Universitas of Muhammadiyah Gombong, Indonesia

<sup>2</sup> Departement of Health Science, University of Muhammadiyah Gombong, Central Java, Indonesia

 [ayunissaainni@unimugo.ac.id](mailto:ayunissaainni@unimugo.ac.id)

## Abstract

*Stunting is a condition of growth failure in children due to chronic malnutrition. This condition causes the child to grow too short for his age. Giyanti village is one of the villages in Kebumen Regency, Central Java which has a goal to reduce stunting rates. One of the programs designed to overcome stunting in Giyanti Village is to increase nutritional knowledge and introduce the manufacture of healthy food in the form of green spinach processed into pudding. The method of implementing this activity includes the preparation stage, the socialization stage, and the stage of making spinach pudding. This activity was attended by 22 participants consisting of village officials, posyandu members, and mothers of toddlers. Improving balanced nutrition is filled with socialization related to balanced nutrition and stunting as well as introducing healthy foods in the form of green spinach processed into pudding. Socialization participants gave a positive response related to stunting socialization and spinach pudding preparations. This is expected to help increase the importance of healthy food and provide innovation and skills in vegetable processing to increase the nutritional needs of families.*

**Keywords:** *Stunting*<sup>1</sup>; *Healthy Food*<sup>2</sup>; *Spinach Pudding*<sup>3</sup>

## Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Ibu Balita melalui Pengolahan PuDiYam (Puding Daun Bayam) sebagai Alternatif Pencegahan Stunting di Desa Giyanti, Kabupaten Kebumen

### Abstrak

Stunting adalah kondisi pertumbuhan anak yang gagal karena kekurangan gizi kronis. Kondisi ini menyebabkan anak tumbuh terlalu pendek untuk usianya. Desa Giyanti merupakan salah satu desa di Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah yang memiliki tujuan untuk menekan angka stunting. Salah satu program yang dirancang untuk mengatasi stunting di Desa Giyanti adalah meningkatkan pengetahuan gizi seimbang dan memperkenalkan pembuatan makanan sehat berupa bayam hijau diolah menjadi puding. Metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi tahapan persiapan, tahapan sosialisasi, dan tahapan demo pembuatan puding bayam. Kegiatan ini diikuti oleh 22 peserta yang terdiri dari perangkat desa, kader posyandu, serta ibu balita. Peningkatan pengetahuan gizi seimbang diisi dengan sosialisasi terkait gizi seimbang dan stunting serta mengenalkan makanan sehat berupa bayam hijau diolah menjadi puding. Peserta sosialisasi memberikan respon positif terkait sosialisasi stunting dan olahan puding bayam. Hal tersebut diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan peserta akan pentingnya makanan sehat dan memberikan inovasi serta kerampilan dalam pengolahan sayuran sehingga mampu meningkatkan kebutuhan gizi keluarga.

**Kata kunci:** *Stunting*<sup>1</sup>; *Makanan Sehat*<sup>2</sup>; *Puding Bayam*<sup>3</sup>

# 1. Pendahuluan

Kekurangan gizi masih menjadi suatu masalah kesehatan yang utama pada negara berkembang [1]. Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah pertumbuhan pendek (*stunting*) dan pertumbuhan kurus (*wasting*) [2]. Stunting merupakan pertumbuhan anak yang mengacu pada tinggi badan yang terlalu pendek untuk usiannya, hal ini diakibatkan karena kekurangan gizi kronis atau berulang [2]. Masalah stunting juga berkontribusi dalam tingginya kematian anak dan balita serta sebagai penanda ketidaksetaraan dalam pembangunan manusia [3]. Penyebab terjadinya stunting bisa terjadi oleh banyak faktor seperti asupan gizi, adanya infeksi, inisiasi menyusui dini, pemberian ASI eksklusif, berat badan lahir rendah (BBLR) dan pernikahan dini [3].

Menurut hasil riset kesehatan dasar manusia tahun 2018, prevalensi balita dengan gizi kurang di Indonesia sebesar 13,8% dan gizi buruk sebesar 3,9%, sedangkan prevalensi balita pendek di Indonesia sebesar 19,3%, dan sangat pendek di Indonesia sebesar 11,5% [1]. Wilayah kabupaten Kebumen penderita stunting hampir mencapai 19,2% atau 10,1192 balita [4]. Jumlah balita yang baru teridentifikasi sebesar 63%, sehingga masih terdapat 37% dalam proses identifikasi [4]. Menurut WHO batas toleransi stunting maksimal 20% dari jumlah kesuluruhan balita [5]. Sementara di Indonesia masih ada 7,8 juta dari 23 juta atau 35,6% balita penderita stunting [1]. Sehingga menurut WHO, Indonesia merupakan negara dengan status gizi buruk [6].

Berbagai cara yang dilakukan dalam penanganan gizi kurang dan gizi buruk salah satunya adalah pemberian makanan tambahan (PMT) tinggi energi dan protein [1]. Tujuan dari pemberian makanan tambahan (PMT) yaitu meningkatkan asupan tinggi protein, cukup vitamin dan mineral secara bertahap [7]. Hal ini digunakan untuk mencapai status gizi yang optimal dengan komposisi zat gizi yang mencukupi [8]. Status gizi yang optimal pada balita juga mampu meningkatkan kecerdasan sehingga mampu mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas [8]. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rini *et al.*, tahun 2017, terdapat perubahan status gizi balita buruk setelah pemberian makanan tambahan dan memerlukan waktu pemulihan selama 3 bulan. Salah satu pemberian makanan tambahan dapat dibuat secara *homemade* yaitu puding [1]. Puding dapat diberikan orang tua kepada balita sebagai makanan tambahan. Pembuatan puding dapat dimodifikasi dengan cara penambahan sayuran seperti bayam atau makanan dengan tinggi protein, mineral dan besi [1].

Bayam hijau merupakan sayuran berbahan pangan lokal yang mudah didapatkan, meskipun kandungan protein pada bayam lebih rendah, akan tetapi bayam sangat bermanfaat dalam memenuhi kebutuhan zat gizi mikro seperti zat besi (Fe) [1]. Bayam hijau memiliki kandungan zat besi yang tinggi yaitu 3,5 mg per 100 gram [10]. Oleh sebab itu, bayam dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi (Fe) [1]. Kebutuhan zat besi pada balita digunakan untuk memproses oksigen dalam darah [1]. Apabila zat besi dalam darah cukup, maka kebutuhan untuk pembentukan sel darah merah dalam sumsum tulang akan terpenuhi [1]. Akan tetapi jika asupan zat besi kurang, maka akan terjadi ketidakseimbangan zat besi dalam tubuh, hal ini akan menyebabkan terhambatnya pertumbuhan pada anak sehingga jika berlangsung dalam waktu lama dapat menyebabkan stunting [11].

Pembuatan puding dengan bahan utama adalah sayur bayam belum banyak dibuat oleh sebagian masyarakat di desa Giyanti, kabupaten Kebumen. Hasil survey lapangan di desa Giyanti menunjukkan tingkat kesadaran dalam mengkonsumsi gizi seimbang masih

rendah terutama pada ibu hamil, balita dan anak-anak. Selain itu, sebagian besar balita di desa Giyanti jarang menyukai sayuran terutama bayam, hal ini dikarenakan masyarakat desa Giyanti masih belum mengerti cara pengolahan bayam dijadikan puding, padahal sayuran bayam bukan hanya dijadikan hidangan utama akan tetapi dapat dijadikan makanan tambahan seperti dijadikan puding. Puding merupakan hidangan penutup yang terbuat dari bahan yang mudah direbus [12]. Campuran dalam pembuatan puding biasanya terdapat bubuk agar-agar, gula, dan air [13]. Proses pengolahan puding juga dapat dikombinasikan berbagai bahan lain seperti sayuran, buah, susu atau kacang-kacangan [14]. Kombinasi puding dengan berbagai sayuran, buah dan lainnya akan membuat tampilan lebih menarik, memunculkan rasa yang manis, tekstur lembut, sehingga banyak disukai oleh semua kalangan mulai dari balita hingga orang dewasa [13].

Berdasarkan permasalahan dari desa Giyanti kabupaten Kebumen, kegiatan ini bertujuan memberikan inovasi dan pengetahuan ibu yang mempunyai balita terkait program makanan tambahan dalam bentuk puding bayam. Selain itu, diharapkan puding bayam menjadi olahan pangan yang fungsional untuk meningkatkan nilai gizi baik ibu pada balita serta sebagai upaya pencegahan stunting pada balita.

## 2. Metode

Program sosialisasi ini merupakan suatu program kegiatan pengabdian masyarakat bersama mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong yang dilakukan di Desa Giyanti, Kecamatan Rowokele, Kabupaten Kebumen. Kegiatan ini dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, tahap sosialisasi, tahap demo pembuatan makanan sehat.

### 2.1 Tahap persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan survei untuk mengetahui permasalahan, alternatif penyelesaian, potensi yang dapat dikembangkan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Sumber data dan informasi didapatkan dari observasi dan wawancara dengan pihak-pihak terkait seperti perangkat desa dan kader-kader posyandu yang ada di Desa Giyanti.

### 2.2 Tahap sosialisasi

Tahapan peningkatan gizi pada ibu balita dilanjutkan dengan sosialisasi dengan mengundang perangkat desa, kader-kader posyandu, dan ibu yang mempunyai balita. Acara ini dilakukan pada hari Rabu, 3 Agustus 2022 dan sebanyak 22 peserta datang ke acara sosialisasi peningkatan pengetahuan gizi seimbang untuk pencegahan stunting. Dalam acara sosialisasi ini dilakukan juga demo pembuatan puding bayam.

### 2.3 Tahap Demo Pembuatan Puding Bayam

Tahap demo pembuatan puding bayam dilakukan setelah sosialisasi terkait pencegahan stunting. Tahap demo pembuatan puding bayam diikuti oleh ibu yang mempunyai balita, kader-kader posyandu serta perangkat desa. Alat dan bahan yang dibutuhkan antara lain sebagai berikut.

Alat yang dibutuhkan antara lain: panci, kompor, blender, cup agar-agar, saringan, baskom kecil, gelas, dan sendok teh.

Bahan-bahan yang digunakan dalam pembuatan puding bayam adalah daun bayam hijau segar 55 gram, gula pasir secukupnya, 1 sachet agar-agar bubuk putih, 1 sachet nutrijel leci, dan air mineral 700 ml.

## 2.4 Tahap Uji Organoleptik Puding Bayam

Proses pembuatan puding bayam dilakukan tahapan uji organoleptik. Uji organoleptik dilakukan secara deskriptif. Tujuan dari uji organoleptik agar puding bayam dapat diterima oleh masyarakat terutama balita atau anak-anak. Uji organoleptik puding bayam dipilih berdasarkan warna, aroma, tekstur, dan rasa dari bayam.

## 2.5 Tahap Evaluasi

Tahapan evaluasi sosialisasi puding bayam dilakukan wawancara secara acak setelah pemberian materi dan pembuatan puding bayam. Tujuan dilakukan supaya ibu balita mampu mengetahui dan memahami terkait stunting serta mampu mencegah stunting dengan adanya pengolahan makanan tambahan.

### 2.5.1 Cara Pembuatan Puding Bayam

- Daun bayam hijau segar yang telah dicuci bersih dicampurkan dengan 300 mL air yang telah disiapkan, kemudian diblender hingga halus, selanjutnya disaring untuk diambil sarinya.
- Dalam wadah yang terpisah siapkan larutan agar dengan melarutkan 1 sachet agar nutrijel dan 1 sachet agar-agar bubuk putih dan ditambahkan 400 ml air diaduk hingga tercampur kemudian ditambahkan dengan gula secukupnya.
- Setelah larutan agar tercampur rata campurkan sari daun bayam ke dalam larutan agar.
- Semua bahan yang telah tercampur kemudian dimasak dengan api kecil, kemudian diaduk sesekali, dan ditunggu hingga mendidih.
- Kemudian setelah bahan sudah tercampur rata dan sudah mendidih, matikan kompor, tunggu puding agak dingin.
- Puding yang telah dingin, lalu dimasukkan ke dalam cup agar-agar kemudian ditunggu hingga puding mengeras.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Pengolahan makanan sehat berupa PudiYam (Puding Bayam) bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait gizi seimbang sebagai alternatif pencegahan stunting. Pengolahan PudiYam (Puding Bayam) sebagai pengenalan kepada masyarakat bahwa bahan pangan lokal yang mempunyai harga terjangkau dapat dijadikan sebagai pendamping makanan tambahan (PMT) pada ibu balita atau anak-anak sebagai upaya pencegahan stunting. Menurut Sholihah *et al.*, tahun 2019, kegiatan penyuluhan gizi mempunyai dampak yang positif terhadap perilaku masyarakat, sehingga membantu masyarakat, individu atau keluarga memperhatikan status gizi, mampu merubah perilaku konsumsi makanan sesuai dengan tingkat kebutuhan gizi hingga mencapai status gizi yang baik.

Kegiatan penyuluhan dilakukan di desa Giyanti, Kecamatan Rowokele, Kabupaten Kebumen yang dihadiri sebanyak 22 peserta yang terdiri dari ibu yang mempunyai balita, kader-kader posyandu, serta perangkat desa. Karakteristik dari 22 peserta kegiatan sosialisasi stunting disajikan pada **tabel 1**. Penyuluhan berlangsung kurang lebih selama 2 jam, dan demo kegiatan pengolahan PudiYam (Puding Bayam) berlangsung selama 30 menit. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, tanya jawab yang disajikan pada **gambar 1**.

**Tabel 1. Karakteristik peserta sosialisasi stunting berdasarkan umur.**

No	Karakteristik	Hasil	
		Frekuensi	Persentase

Usia			
1	18-25	5	22,73%
2	26-35	10	45,45%
3	36-45	7	31,82%
Pekerjaan			
1	Ibu rumah tangga	18	81,82%
2	Buruh	2	9,10%
3	Perangkat desa	2	9,10%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil usia paling banyak yaitu 26-35 tahun sebanyak 10 peserta dengan persentase 45,45%. Sedangkan untuk pekerjaan rata-rata pekerjaan paling banyak adalah ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 18 responden dengan persentase 81,82%. Kegiatan penyuluhan stunting bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terkait manfaat konsumsi pangan bergizi bagi kesehatan keluarga. Selain itu, peserta diperkenalkan pada sumber-sumber bergizi yang mudah dan terjangkau bagi masyarakat. Kesadaran gizi menjadi hal penting dalam upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia.



**Gambar 1 .** Kegiatan Penyuluhan Stunting

Menurut Hartono *et al.*, tahun 2017, indikator kesadaran gizi yang berhubungan dengan status gizi adalah pemberian makanan beraneka ragam sesuai dengan jumlah keluarga. Hasil penelitian Hartono *et al.*, tahun 2017, menunjukkan bahwa semakin tingginya kesadaran masyarakat terhadap gizi, maka semakin tinggi pula status gizi balita. Hal ini juga tak lepas dari peran orang tua dalam membentuk perilaku konsumsi sayuran anak [17].

Kegiatan pengenalan produk pangan fungsional melalui demo pembuatan puding bayam bertujuan mengenalkan peserta terkait variasi penyediaan pangan yang berizi bagi keluarga yang disajikan pada **gambar 2**. Kegiatan demo pembuatan puding bayam memberikan pengalaman langsung kepada peserta dalam menyediakan pangan fungsional yang sehat bagi keluarga. Peserta diberikan penjelasan terkait proses pembuatan puding bayam mulai dari alat, bahan baku pembuatan, dan cara pembuatannya. Dalam proses pembuatan puding bayam, sudah dilakukan beberapa percobaan. Hal ini bertujuan supaya puding bayam layak dikonsumsi, memiliki penampilan yang menarik seperti warna, tekstur, dan cita rasa dapat diterima oleh masyarakat.



**Gambar 2. Proses Pembuatan Puding Bayam**



**Gambar 3. Hasil Olahan Puding Bayam**

Hasil dari kegiatan ini menghasilkan olahan puding bayam yang kemudian dibagikan kepada peserta sosialisasi. Hal ini bertujuan agar peserta sosialisasi dapat menilai terhadap rasa olahan puding bayam. Berdasarkan hasil pengamatan setelah pemberian puding bayam, peserta memberikan tanggapan yang positif terhadap rasa puding bayam yang disajikan pada **gambar 3**. Edukasi terkait diversifikasikan olahan pangan yang diimplementasikan oleh masyarakat dapat menciptakan ketahanan pangan di skala rumah tangga [18]. Pemilihan dengan bahan dasar bayam karena bayam merupakan sayuran yang banyak mengandung serat, zat besi (Zn), vitamin A dan C, serta kalsium [8]. Selain itu, bayam kaya akan berbagai metabolit sekunder yaitu karotenoid dan flavonoid yang memiliki aktivitas antioksidan tinggi. Antioksidan tinggi berfungsi sebagai penangkal radikal bebas dan mampu menghambat oksidasi kolesterol LDL. Oleh karena itu, puding bayam dapat dijadikan sebagai alternatif dalam peningkatan konsumsi sayuran bagi keluarga baik dari balita sampai anak-anak, sehingga mampu mencegah dari kejadian stunting.

Kegiatan selanjutnya adalah evaluasi dengan metode wawancara secara acak saat pemberian makanan tambahan berupa puding. Wawancara dilakukan untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta terhadap bahaya stunting dan juga meningkatkan kesadaran dari peserta terkait stunting. Hasil monitoring menunjukkan bahwa peserta lebih memahami bahaya stunting dan memahami kebutuhan gizi baik itu dari dalam kandungan dan selama proses pertumbuhan anak-anak. Selain itu juga meningkatkan pengetahuan dan keterampilan terkait pengolahan makanan tambhan yang bersala dari sayuran terutama bayam. Evaluasi dari kegiatan ini juga dapat mengurangi kendala yang ada di Desa Giyanti seperti meningkatkan pengetahuan terkait stunting sehingga dapat memenuhi gizi yang baik, mengurangi jarak lahir yang terlalu dekat dan mensukseskan program pemerintah yaitu pengurangan nilai stunting.

## 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, dapat disimpulkan bahwa kegiatan sosialisasi stunting dan demo pembuatan puding bayam mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya makanan sehat, dan memberikan inovasi serta keterampilan dalam pengolahan sayuran sehingga mampu meningkatkan kebutuhan

gizi keluarga. Keberlanjutan kegiatan ini diharapkan dapat di terapkan di keluarga desa Giyanti, kecamatan Rowokele, kabupaten Kebumen.

## **Ucapan Terima Kasih (jika ada)**

Ucapan terima kasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan dukungan finansial pada pengabdian kepada masyarakat.

## Referensi

- [1] E. Riestamala, I. Fajar, and S. I. Setyobudi, "Formulasi Ikan Lele Dan Bayam Hijau Terhadap Nilai Gizi, Mutu Organoleptik, Daya Terima Risoles Roti Tawar Sebagai Snack Balita," *J. Nutr. Coll.*, vol. 10, no. 3, pp. 233–242, 2021, doi: 10.14710/jnc.v10i3.30749.
- [2] A. Rahayu, F. Yulidasari, A. O. Putri, and L. Anggraini, *Study Guide - Stunting dan Upaya Pencegahannya*. 2018.
- [3] S. Ifada *et al.*, "Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga ( TOGA ) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Dusun Barat Kokoq Desa Guntur Macam Kecamatan Gunung Sari Kabupaten Lombok Barat Tahun 2022," vol. 2, no. 04, pp. 202–205, 2022.
- [4] F. Marzuki, "Resmi, Pemkab Kebumen Teken Komitmen Turunkan Angka Stunting - Daerah," 2019. <https://rri.co.id/daerah/723089/resmi-pemkab-kebumen-teken-komitmen-turunkan-angka-stunting> (accessed Aug. 23, 2022).
- [5] World Health Organization, "WHO Global Database on Child Growth and Malnutrition," in *Programme of Nutrition World Health Organization Geneva*, Geneva: Programme of Nutrition World Health Organization, 1997, pp. 1–74.
- [6] S. R. Helentina, "Masalah Gizi Buruk Mengakibatkan Stunting di Indonesia," *Hum. Nutr.*, vol. 1, no. 6, pp. 1–14, 2019.
- [7] Iskandar, "Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Modifikasi Terhadap Status Gizi Balita ( Effect of supplementary feeding modification on nutritional status of toddler )," *Aceh Nutr. J.*, vol. 2, no. November, pp. 120–125, 2017.
- [8] F. Mohamad, D. I. Seiawan, N. S. Slamet, Zulfiayu, and A. Y. Pomalingo, "Potensi Biskuit 'TYam' (Biskuit dengan Substitusi Tepung Tempe dan Serbuk Bayam) Sebagai Alternatif Pencegahan Dtunting Pad Balita," *J. Heal. Sci.*, vol. 6, no. 1, pp. 51–61, 2022.
- [9] I. Rini, D. R. Pangestuti, and M. Z. Rahfiludin, "Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan (Pmt-P) Terhadap Perubahan Status Gizi Balita Gizi Buruk Tahun 2017 ( Studi Di Rumah Gizi Kota Semarang)," *J. Kesehat. Masy.*, vol. 5, no. 4, pp. 698–705, 2017.
- [10] Kementerian Republik Indonesia, *Tabel Komposisi Pangan Indonesia 2017*. Jakarta, Indonesia, 2018. Accessed: Aug. 24, 2022. [Online]. Available: <https://nilaigizi.com/gizi/detailproduk/390/bayam-sayur-bayam-segar>
- [11] E. Sundari and Nuryanto, "Hubungan Asupan Protein, Seng, Zat Besi, dan Riwayat Penyakit Infeksi dengan Z-Score TB/U Pada Balita," *J. Nutr. Coll.*, vol. 5, no. 4, p. 520, 2016, [Online]. Available: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>
- [12] I. Permatasari, Nahriana, and Ratnawati, "Pembuatan Puding Puree Pisang Ambon dan Buah Naga Super Merah," Universitas Negeri Makassar, 2019.
- [13] Misnayah, Indani, and R. Kamal, "Daya Terima Konsumen Terhadap Puding Brokoli (Brassica Oleracea)," *J. Ilm. Mhs. Pendidik. Kesehat. Kel.*, vol. 3, pp. 54–62, 2018.
- [14] I. P. Sari *et al.*, "Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil Dan Ibu Balita Melalui Pengenalan Pengolahan Makanan Sehat Di Desa Teratak Kecamatan Batukliang Utara," *J. Pengabd. Magister Pendidik. IPA*, vol. 5, no. 3, pp. 2020–2023, 2022.
- [15] N. H. Sholihah, N. Qomaria, R. F. D. Nuraini, Y. Hikmah, and A. Rahma, "Edukasi dan Pendampingan Gizi pada Ibu anak BADUTA dan BALITA Gizi Kurang di Kelurahan Sukondo Kecamatan Gresik," *Ghidza Media J.*, vol. 3, no. April, pp. 9–25, 2019.



- [16] H. Hartono, B. Widjanarko, and M. S. EM, “Hubungan perilaku Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) dan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga dengan status gizi balita usia 24-59 bulan,” *J. Gizi Indones. (The Indones. J. Nutr.*, vol. 5, no. 2, pp. 88–97, 2017, doi: 10.14710/jgi.5.2.88-97.
- [17] M. D. Sartika, W. D. Andika, and S. Sumarni, “Motivasi yang Diberikan Kepada Anak Dalam Mengonsumsi Sayuran,” *J. Pendidik. Anak*, vol. 11, no. 1, pp. 30–39, 2022.
- [18] L. Margaretha, W. Pangestika, Y. R. Swasti, F. S. Pranata, and L. M. Ekawati, “Edukasi Diversifikasi Pangan Skala Rumah Tangga pada Masa Pandemi Bagi Masyarakat di Lingkungan Kevikepan Daerah Istimewa Yogyakarta,” *J. SEMAR*, vol. 10, no. 2, pp. 147–155, 2021.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

---