

Pengaruh Pemberian Nugget Gemes Berbasis Pangan Lokal terhadap Peningkatan Status Gizi Balita Usia 1-5 Tahun di Puskesmas Danowudu Kota Bitung Sulawesi Utara

Maya Irene Maria Weol^{1*}, Anik Purwati²

^{1,2} Sarjana Kebidanan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang, Indonesia

Email: mayaweol78@gmail.com¹, anikasyda@itsk-soepraoen.ac.id²

*Penulis Korespondensi: anikasyda@itsk-soepraoen.ac.id

Abstract. Toddlers are in a period known as the growth spurt, during which physical growth and development occur rapidly. Optimal child growth is strongly influenced by adequate and balanced nutritional intake. Implementing a balanced diet in toddlers is essential to prevent health problems such as malnutrition, obesity, and chronic diseases later in life. This study aimed to determine the effect of providing a local food-based complementary meal ("Nugget Gemes") on improving the nutritional status of children aged 1–5 years at Danowudu Community Health Center, Bitung City, North Sulawesi. This study employed a quantitative pre-experimental research design. Data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test, and participants were selected through purposive sampling. The results showed that the provision of Nugget Gemes significantly improved the nutritional status of toddlers aged 1–5 years. In conclusion, mothers are encouraged to consistently implement healthy feeding practices by utilizing locally available food ingredients, such as homemade chicken nuggets (Nugget Gemes) and other creative food preparations that can help improve toddlers' appetite and support their nutritional status.

Keywords: Aged 1-5 Years; Food Provision (Nugget); Local Food; Nutritional Status; Purposive Sampling.

Abstrak. Balita berada pada masa yang disebut dengan pertumbuhan yang cepat (*growth spurt*). Hal ini dikarenakan pada usia tersebut pertumbuhan dan perkembangan manusia sedang terjadi dengan pesatnya. Pertumbuhan anak yang optimal sangat dipengaruhi oleh asupan gizi yang seimbang. Penerapan makanan gizi seimbang pada anak balita sangat penting untuk mencegah masalah kesehatan seperti kekurangan gizi, obesitas, dan penyakit kronis di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian makanan berbasis pangan lokal (nugget gemes) terhadap peningkatan status gizi balita usia 1-5 tahun di Puskesmas Danowudu Kota Bitung Sulawesi Utara. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode *pre-eksperimen*. Analisis data menggunakan *Wilcoxon* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian makanan nugget gemes terhadap peningkatan gizi pada balita usia 1-5 tahun. Kesimpulannya agar ibu-ibu kedepannya selalu menerapkan program makan yang baik dengan tujuan penerapan pemilihan makan dengan pemanfaatan bahan lokal seperti olahan nugget dan kreativitas lainnya yang dapat menunjang nafsu makan balita.

Kata Kunci: Pangan Lokal; Pemberian Makanan (Nugget); *Purposive Sampling*; Status Gizi; Usia 1-5 Tahun.

1. LATAR BELAKANG

Usia balita atau <5 tahun merupakan masa pertumbuhan yang cepat (*growth spurt*), baik fisik maupun otak. Balita atau anak di bawah lima tahun adalah usia dalam daur kehidupan dimana pertumbuhan tidak sepesat pada masa bayi akan tetapi aktivitas mulai meningkat. Usia balita merupakan masa yang sangat penting dan perlu perhatian serius sehingga memerlukan kebutuhan gizi yang paling banyak, agar asupan nutrisinya meningkat. (Akbar et al., 2021; Ayu et al., 2025) Balita merupakan individu yang sedang mengalami proses perkembangan yang fundamental bagi kehidupannya. Banyak faktor yang mengakibatkan terjadinya masalah gizi. Ada dua faktor terjadinya masalah gizi menurut UNICEF, (1) Faktor langsung yaitu: kurangnya

asupan gizi dari makanan, akibat terjadinya penyakit yang mengakibatkan infeksi dan (2). Faktor tidak langsung yaitu: ketersediaan pangan tingkat rumah tangga, perilaku dan budaya dalam pengolahan pangan dan pengasuh anak, pengelolaan lingkungan yang buruk dan pelayanan kesehatan yang tidak memadai (UNICEF, 1998). Intervensi gizi spesifik ditujukan kepada ibu hamil, ibu menyusui, serta anak usia 0–23 bulan..(Anik P, 2020)

Balita juga termasuk kelompok yang rentan terhadap kekurangan gizi dan menjadi salah satu sasaran Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Program ini bertujuan untuk mengatasi malnutrisi juga status peningkatan gizi pada anak balita dengan fokus pada makro dan mikro nutrisi yang diperlukan untuk mencegah kelahiran bayi dengan berat badan rendah (BBLR). Pemberian makanan tambahan dapat berupa makanan keluarga berbasis bahan pangan lokal dengan resep yang direkomendasikan atau makanan suplemen dari produsen yang lebih praktis dengan komposisi nutrisi standar sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 51 Tahun 2016. (Grace K.L.Langi, 2025)

Pemberian makanan tambahan (PMT) merupakan makanan tambahan bukan pengganti makanan utama. PMT pangan lokal yang di dapat didaerah sekitar dengan mengandung karbohidrat, protein hewani, protein nabati, vitamin dan mineral dapat meningkatkan berat badan balita. (Meilasari & Adisasmito, 2024). Pertumbuhan dan perkembangan pada manusia dipengaruhi oleh dua faktor yaitu: faktor internal dan faktor eksternal. Nutrisi atau gizi merupakan faktor mutlak yang diperlukan oleh tubuh dalam proses tumbuh kembang. Nutrisi yang dibutuhkan anak balita tidak sama dengan orang dewasa, anak balita membutuhkan asupan nutrisi lebih banyak dibandingkan orang dewasa. Untuk memperbaiki masalah gizi pada balita, tidak cukup hanya dengan memberikan PMT, tetapi juga dengan upaya peningkatan pengetahuan gizi keluarga. Meningkatnya pengetahuan dan cara pengolahan makanan sebagai intervensi boleh jadi akan diikuti dengan perubahan perilaku. (Nur et al., 2021)

Oleh karena itu, pemenuhan gizi yang tepat sejak balita menjadi faktor penting dalam mendukung kesehatan dan kualitas hidup anak di masa mendatang. Menurut (Zuriatun Solehah et al., 2023) optimalisasi penanganan masalah gizi dapat dilakukan melalui diversifikasi pengembangan formula makanan dengan memperhatikan aspek gizi, manfaat kesehatan, daya terima, keunggulan sumber daya pangan lokal. Salah satu bentuk olahan makanan tambahan yang sederhana dan memiliki daya simpan cukup lama yaitu Nugget (Himawati, 2021). Inovasi Pangan Lokal Pembuatan Nugget Ikan merupakan salah satu upaya untuk memenuhi kecukupan gizi masyarakat terutama kebutuhan protein harian yang bisa didapatkan dari pemanfaatan sumber daya pangan di setiap daerah masing-masing. (Indriani et al., 2023)

Pada masa usia dini, anak membutuhkan zat gizi esensial seperti protein, zat besi, kalsium, serta vitamin A, C, dan D untuk mendukung pertumbuhan yang optimal. Protein berperan dalam pembentukan dan perbaikan jaringan tubuh, sementara zat besi sangat penting untuk mencegah anemia yang dapat mengganggu daya konsentrasi anak. Selain itu, kalsium dan vitamin D diperlukan untuk memperkuat tulang dan gigi, sehingga anak dapat tumbuh dengan struktur tubuh yang kuat. Dengan asupan gizi yang baik, anak akan memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik serta terhindar dari risiko penyakit akibat kekurangan nutrisi (Nasution et al., 2024; Rahman et al., 2025).

Gizi buruk atau malnutrisi dapat menyebabkan gangguan peningkatan gizi pada balita seperti stunting, yaitu kondisi ketika anak memiliki tinggi badan di bawah standar usianya akibat kurangnya nutrisi dalam jangka panjang. Selain itu, defisiensi gizi juga dapat menghambat perkembangan otak, menyebabkan keterlambatan bicara, gangguan perilaku, serta meningkatkan risiko penyakit kronis di kemudian hari.

Dengan adanya berbagai kesenjangan dalam pemahaman mengenai status peningkatan gizi dengan pertumbuhan balita, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian makanan bergizi terhadap pertumbuhan balita. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian makanan bergizi seperti naget gemes berbasis pangan lokal terhadap peningkatan status gizi balita usai 1-5 tahun sangat penting untuk diterapkan.

2. KAJIAN TEORITIS

Pertumbuhan dan perkembangan anak balita sangat dipengaruhi oleh asupan gizi yang mereka terima. Menurut teori perkembangan anak. Promosi kesehatan tentang olahan pangan lokal yang berkualitas akan meningkatkan pengetahuan sehingga memberikan pengaruh terhadap sikap dan perilaku anak balita. Ikan tongkol merupakan salah satu ikan laut yang memiliki kandungan protein yang tinggi yang dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan gizi tubuh. Ikan tongkol mempunyai kandungan gizi yang tinggi terutama protein yaitu antara 22,6 - 26,2 g/100 g daging, lemak antara 0,2 - 2,7 g/100 g daging, dan beberapa mineral (kalsium, fosfor, besi, sodium), vitamin A (retinol), dan vitamin B (thiamin, riboflavin dan niasin) (Andjani & Nugraheni, 2020). Kacang komak memiliki sumber protein nabati seperti kacang kedelai. Disamping itu, produksi kedelai juga terus meningkat sebagai upaya provinsi NTB menjadi salah satu lumbung kedelai nasional produksinya mencapai 97.172 ton biji kering.

Sehubungan dengan uraian di atas, tujuan penelitian ini adalah menghasilkan formulasi nugget berbasis pangan lokal sebagai pangan kaya energi dan protein menggunakan teknologi tepat guna yang selanjutnya dapat menjadi alternatif makanan tambahan anak balita. Bahan dasar pangan lokal yang digunakan adalah jagung, ubi jalar kuning, ikan tongkol, kacang kedelai, kacang komak, dan daun kelor. Sumber bahan pangan lokal yang digunakan merupakan bahan makanan yang mengandung tinggi protein. Maka penelitian ini bertujuan menghasilkan makanan tambahan berupa nugget yang berbasis pangan lokal dan mengandung energi dan protein tinggi untuk anak balita. (Zuriatun Solehah et al., 2023)

Masalah gizi pada anak balita di Indonesia masih cukup tinggi, dimana sebanyak 18,4% anak balita menderita gizi kurang 36,8% anak pendek, dan 13,6% anak kurus. Hambatan yang berpengaruh terhadap tingkat gizi balita yakni beberapa jenis makanan tabu yang dilarang untuk diberikan kepada anak. (Kesehatan & Ilmu, 2023) Asupan gizi yang baik dapat mendukung perkembangan otak dan fungsi kognitif mereka, sehingga membantu mereka dalam proses belajar dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa balita yang mendapatkan asupan gizi seimbang memiliki pertumbuhan fisik yang lebih baik dan daya tahan yang baik dibandingkan anak yang mendapatkan gizi kurang. Gizi yang kurang dapat mengalami masalah seperti stunting, jika terjadi stunting akan menghambat tumbuh dan kembang anak, dan akan mengalami jangka panjang dikutip dari *World Health Organization* (WHO 2021). Dengan demikian penting untuk mengenalkan konsep gizi seimbang pada anak-anak, orangtua, pengasuh atau wali sejak dini agar mereka dapat terbiasa mengkonsumsi makan yang sehat dan mendukung pertumbuhan optimal melalui bahan pangan lokal yang tersedia di wilayah masing-masing.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode *pre-eksperimen*. Penelitian dilakukan di wilayah Puskesmas Danowudu Kota Bitung Sulawesi Utara. Sampel penelitian orang tua yang mempunyai balita 1-5 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Populasi yang digunakan adalah seluruh orang tua yang berada di Puskesmas Danowudu Bitung. Sampel yang digunakan menggunakan Teknik sampling yaitu 35 responden. Variabel independent yaitu intervensi tentang pengaruh pemberian naget berbasis pangan lokal pada status gizi, sedangkan variabel dependen yaitu pengaruh peningkatan status gizi pada balita. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner. Teknik analisis data menggunakan *Wilcoxon*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Umur Anak, Jenis Kelamin Anak, Pemberian Nugget Gemes di Wilayah Puskesmas Danowudu Kota Bitung Sulawesi Utara.

Karakteristik Responden	f	%
Umur Responden		
20-25 thn	15	50
26-30 thn	11	37
>30 thn	4	13
Pendidikan Orang tua		
SD	1	3
SMP	4	13
SMA	24	80
S1	1	3
Pekerjaan Orang tua		
IRT	17	57
Pegawai / Dagang	6	20
Swasta	7	23
Umur Anak		
12-23 bulan	8	27
24-25 bulan	7	23
36-47 bulan	10	33
48-60 bulan	5	17
Jenis Kelamin Anak		
Laki-laki	11	37
Perempuan	19	63
Pemberian Nugget Gemes		
Diberikan	30	100
Faktor Intervensi Status Gizi		
Tinggi	12	40
Sedang	15	50
Rendah	3	10

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan umur responden, mayoritas responden berumur 20-25 tahun sebanyak 15 responden (50%), dan minoritas responden yang berumur > 30 tahun sebanyak 4 responden (13%). Berdasarkan pendidikan orang tua, minoritas responden pendidikan SD dan S1 sebanyak 1 responden (3%), dan mayoritas responden pendidikan SMA sebanyak 24 responden (80%). Berdasarkan pekerjaan orang tua, minoritas responden yang pekerjaan sebagai pegawai sebanyak 6 responden (20%), mayoritas responden pekerjaan orang tua IRT sebanyak 17 responden (57%). Berdasarkan umur anak, mayoritas umur anak pada 36-47 bulan sebanyak 10 responden (33%), minoritas umur anak 48-60 bulan sebanyak 5 responden (17%). Berdasarkan jenis kelamin pada anak, sebagian besar responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 19 responden (63%), minoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 11 responden (37%). Berdasarkan pemberian nugget gemes sebanyak 30 responden (100%). nden (65,2%) dan minoritas responden dengan kategori gizi cukup sebanyak 3 responden (13%). Berdasarkan

faktor intervensi mayoritas responden dengan kategori sedang sebanyak 15 responden (50%) dan responden dengan kategori rendah sebanyak 3 responden (10%).

Tabel 2. Peningkatan Status Gizi pada Balita Usia 1-5 tahun Sebelum dan Sesudah Intervensi di Wilayah Puskesmas Danowudu Kota Bitung.

Variabel	Negative Ranks n (%)	Positive Ranks n (%)	Ties n (%)	Z	p-value
Status Gizi Sesudah Intervensi Status Gizi Sebelum Intervensi	4 (13,3)	0 (0,0)	26 (87)	-2,000	0,046

Berdasarkan Tabel 2, hasil *uji Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa dari responden terdapat 4 responden (13,3%) yang mengalami perubahan kategori kategori status gizi (negative ranks), tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan (positive ranks), dan 26 responden (87%) tidak mengalami perubahan (ties) dengan nilai *p-value* sebesar 0,046. Karena nilai *p-value* lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga intervensi yang diberikan terbukti meningkatkan tingkat status gizi responden secara signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara status gizi sebelum dan sesudah intervensi. Sebagian besar responden (87%) tidak mengalami perubahan status gizi, sedangkan (13,3%) mengalami perubahan status gizi.

Oleh karena itu, peneliti menemukan adanya masalah signifikan terkait peningkatan status gizi sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa pengaruh pemberian naget gemes berbasis pangan lokal terhadap peningkatan status gizi balita usia 1-5 tahun di Puskesmas Danowudu Kota Bitung Sulawesi Utara. Balita yang diberikan PMT pangan lokal selama 10 hari dan 14 hari hanya terjadi kenaikan berat badan balita namun tidak terjadi peningkatan tinggi badan. Sedangkan balita yang diberikan PMT pangan lokal selama 30 hari – 90 hari terjadi peningkatan berat badan dan tinggi badan. Peningkatan tinggi badan balita yang diberikan makanan tambahan pangan lokal selama 90 lebih signifikan terjadi peningkatannya. Oleh karena itu, pemberian makanan tambahan berupa nugget kepada balita yang diberikan selama 30 hari terjadi kenaikan rata-rata tinggi badan sebesar 1,23 cm(19), pemberian makanan tambahan berupa bubur jagung kepada balita selama 60 hari terjadi kenaikan rata-rata tinggi badan sebesar 1,17 cm (21), pemberian makanan tambahan berupa udang rebon kepada balita stunting selama 90 hari terjadi kenaikan rata-rata berat badan sebesar 3,94 cm (15). (Meilasari & Adisasmito, 2024)

Dalam penelitian (M. Raffi Faizul, Fawziyah, Putri Delvie, Winda, 2023) disebutkan bahwa status gizi merupakan salah satu indikator kualitas sumber daya manusia. Kualitas hidup seorang anak akan dipengaruhi oleh bagaimana mereka diperlakukan pada tahun-tahun awal

kehidupannya. Berbagai masalah gizi sangat berbahaya selama dua tahun pertama kehidupan. Sejauh mana ibu berpartisipasi aktif dalam kegiatan posyandu di daerah tempat mereka tinggal, ditemukan berdampak pada status gizi anak usia 1 sampai 5 tahun. Ibu yang terlibat aktif dalam kegiatan posyandu lebih memahami bagaimana perkembangan gizi anak dan bagaimana menjaga gizi anaknya agar sehat dan terpenuhi kebutuhannya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa konsumsi makanan (naget gemes) berbasis pangan lokal atau dalam pola pemberian makan yang baik berpengaruh terhadap status gizi (pertumbuhan) balita. Status gizi baik bila tubuh memperoleh asupan gizi yang baik, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik dan kesehatan secara umum pada keadaan umum sebaik mungkin. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan atau kelebihan zat gizi. Pola makan adalah cara pemberian makanan yang dilihat dari jenis makanan, waktu makan dan kandungan gizi. Selama masa pertumbuhan dan perkembangan, bayi dan anak balita harus mendapatkan semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuhnya. Maka pola makan yang diberikan harus berupa menu yang seimbang dan harus memenuhi standar gizi yang dibutuhkan. Dengan demikian akan tumbuh secara optimal, dan seluruh sistem kekebalan tubuhnya juga akan berfungsi dengan baik sehingga anak menjadi tidak mudah diserang penyakit. (Ani, 2020)

Masa pertumbuhan yang paling cepat dalam siklus kehidupan manusia selain masa pertumbuhan janin adalah masa kanak-kanak. Pertumbuhan anak berbeda-beda tergantung kondisi anak, genetik, dan pola makan anak. Menurut (Kristanti, 2020) yang menyebutkan bahwa pola makan bergizi seimbang ini akan menjamin tumbuh anak untuk memperoleh makanan yang mengandung semua zat gizi dalam jumlah yang dibutuhkan. Dengan demikian akan tumbuh secara optimal. Perkembangan dan pertumbuhan fisik, mental, serta otak anak tidak semata – mata tergantung pada gen yang diwariskan oleh orang tuanya. Pemberian makanan dengan kandungan nutrisi yang baik serta stimulasi lingkungan yang kondusif juga mempunyai peran yang sangat penting.

Tujuan utama dari peningkatan status gizi adalah menjaga kesehatan tubuh, mendukung pertumbuhan yang optimal pada balita, menyimpan zat gizi yang diperlukan, dan memastikan aktivitas serta fungsi sehari-hari berjalan dengan baik. Membiasakan konsumsi makanan yang sehat, bergizi, dan seimbang sangat penting. Pendidikan gizi pada anak balita berperan krusial karena gizi yang baik mendukung pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan kesejahteraan di masa depan. Untuk memastikan asupan gizi seimbang bagi balita, peran aktif orang tua, terutama ibu, sangat penting. Ibu diharapkan memberikan makanan yang bervariasi, kaya protein, serta sayur dan buah.

Diskusi tentang gizi mencakup bagaimana manusia memperoleh dan mengonsumsi pangan, komponen-komponen pangan, proses pemanfaatannya oleh tubuh, dan pengaruhnya terhadap kualitas kesehatan dan prestasi manusia. Kualitas gizi yang baik sangat penting untuk kekuatan dan ketahanan suatu bangsa, karena tanpa gizi yang optimal, kesehatan dan daya saing penduduk tidak akan tercapai. (Setaarwati & Wahyudin, 2024)

Protein yang baik ditemukan dari ikan, daging, telur, tempe, tahu dan lainnya. Selain itu, penting bagi orang tua untuk lebih memperhatikan konsumsi gula harian anak untuk menjaga jangka panjang. Semakin beragam jenis makanan yang dikonsumsi, semakin mudah untuk memenuhi kebutuhan gizi karena tubuh akan mendapatkan berbagai zat gizi yang bermanfaat dari Kesehatan (Christina Litaay, Monica Paotiana, Evi Elisanti, Dian, Pande Putu, Inge, Arti Andira, Grace, Meilinah, Esteria, 2021).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian makanan (naget gemes) berbasis pangan lokal di wilayah Puskesmas Danowudu Kota Bitung Sulawesi Utara dengan $p\text{-value} = 0,046$. Perbedaan yang signifikan antara status gizi sebelum dan sesudah intervensi, sebagian besar responden (87%) tidak mengalami perubahan status gizi, sedangkan (13,3%) mengalami perubahan status gizi.

Dengan memberikan makanan yang bergizi, balita akan mendapatkan sumber energi yang baik dan fondasi kuat, tumbuh dan kembang secara optimal, baik dari segi fisik, kognitif, maupun emosional dimasa depan. Keseimbangan antara berbagai jenis nutrisi juga cara pengolahan makanan seperti naget gemes juga penting untuk mendukung peningkatan gizi serta nafsu terhadap balita usia 1-5 tahun. Penelitian ini menjelaskan bahwa konsumsi makanan (naget gemes) berbasis pangan lokal atau dalam pola pemberian makan yang baik berpengaruh terhadap status gizi (pertumbuhan) balita.

Saran bagi responden agar lebih memperhatikan pola pemberian makanan bergizi pada balita. Saran bagi puskesmas atau nakes agar lebih memperbanyak penyuluhan dan edukasi bagi ibu yang anak nya kurang gizi seimbang. Saran bagi peneliti selanjutnya agar lebih banyak variable yang diteliti dan dapat memperbanyak atau memperluas penelitian tersebut serta memperbanyak responden yang akan diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

Akbar, F., Ambohamsah, I., Amelia, R., Keperawatan, A., & Wonomulyo, Y. (2021).
MODIFIKASI MAKANAN UNTUK MENINGKATKAN GIZI BALITA DI

KABUPATEN POLEWALI MANDAR. In *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada-Januari*.

- Ani, L. (2020). HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN PERTUMBUHAN ANAK USIA 1-5 TAHUN. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 10(2), 92–99.
- Anik P, T. F. I. (2020). *The Relationship Between Breastfeeding, Nutritional Status, and Exclusive Breastfeeding History with Stunting*. 05(02), 202–209. <https://doi.org/10.56359/gj>
- Ayu, H., et al. (2025). Mengenalkan pentingnya makanan gizi seimbang untuk pertumbuhan anak usia 5–6 tahun di KB Kenanga Desa Jagan: Introducing the importance of balanced nutritional food for the growth of 5–6 years old children at KB Kenanga Jagan Village. *Jurnal Nusantara Berbakti*, 3(1). <https://doi.org/10.59024/jnb.v3i1.541>
- Christina Litaay, Monica Paotiana, Evi Elisanti, Dian, Pande Putu, Inge, Arti Andira, Grace, Meilinah, Esteria, L. (2021). Kebutuhan Gizi Seimbang. In *Zahir Publishing*. <https://doi.org/https://books.google.co.id/books?id=MmdHEAAAQBAJ&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false>
- Grace K.L.Langi. (2025). *PEMBERIAN NUGGET IKAN TUNA CAMPURAN WORTEL SEBAGAI PANGAN LOKAL TERHADAP PENINGKATAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN MIKRO IBU HAMIL*.
- Indriani, Yanti, D., Dwiana, N. N., Baihaqi, M. 'Azizan 'Azmani, Indriani, K. S., Seran, A. S., Rahmina, F. A., Savitri, M. N., Virginia, A., & Widayanti, E. (2023). Inovasi pangan lokal pembuatan nugget ikan sebagai upaya pencegahan stunting. *Hayina*, 3(1), 8–16. <https://doi.org/10.31101/hayina.3297>
- Kesehatan, J., & Ilmu, S. (2023). *PERAN KADER TERHADAP UPAYA PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA DI POSYANDU* (Vol. 14). <https://doi.org/xx.xxxxx/xxxxx>
- Kristanti, L. A. (2020). *HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN PERTUMBUHAN ANAK USIA 1-5 TAHUN The Relationship Between Dietary Habit and the Growth of Children Aged 1-5 Years*. 10(2), 92–99.
- M. Raffi Faizul, Fawziyah, Putri Delvie, Winda, A. (2023). *Pengaruh Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) terhadap Status Gizi Balita Desa Sumberuko Kabupaten Probolinggo*. 4(3), 1964–1970.
- Meilasari, N., & Adisasmito, W. (2024). Efforts to Accelerate Stunting Reduction Through Providing Additional Food (PMT) Local Food: Systematic Review. In *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia* (Vol. 7, Number 3, pp. 630–636). Muhammadiyah Palu University. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4924>
- Nasution, A. P., Reswari, A., Aspah, A., Anggraeni, Z., Jahrona, J., & Fatimah, P. S. (2024). *Peran Gizi Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini*. 9(2), 1–10.
- Nur, A., Valensia, Y., & A Lobo, M. Y. (2021). Pelatihan Pengolahan Pangan Lokal Sumber Protein Untuk Meningkatkan Status Gizi Balita Di Kampung Nelayan Oesapa Kupang. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 170. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v4i2.742>
- Rahman, R., et al. (2025). Pentingnya menerapkan asupan gizi seimbang di SD Negeri 12 Kendari Kecamatan Nambo Kota Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara tahun 2025. *Jurnal Pengabdian dan Keberlanjutan Masyarakat*, 2(3). <https://doi.org/10.62383/bersama.v2i3.1873>

- Setaarwati, A., & Wahyudin, E. (2024). *Pemberian Asupan Gizi Seimbang terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini*.
- Zuriatun Solehah, N., Lastyana, W., Jauhari, M. T., Adrian, J., & Ariani, F. (2023). Formulasi Nugget Berbasis Pangan Lokal Sebagai Pangan Kaya Energi dan Protein Untuk Balita Stunting. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 183–189. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.227>