



JURNAL VOKASI KESEHATAN

Pengaruh Edukasi Menu Gizi Seimbang Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Kemandirian Ibu Dalam Memperbaiki Status Gizi Anak

The Effect of Nutrition Education on Balanced Diets Using Leaflets on Mothers' Level of Independence in Improving Their Children's Nutritional Status

Gita Tamalasari¹, Ria Setia Sari², M Martono Diel³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani, Jl. Aria Santika No. 40A, RT.001/RW.003, Margasari, Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten 15114

gitatamalasari11@gmail.com

ABSTRAK

Sejarah artikel:

Diterima 10 September 2025

Revisi 14 October 2025

Diterima 15 November 2025

Kata kunci:

Edukasi Menu Gizi Seimbang, Kemandirian Ibu, & Status Gizi Anak.

Malnutrisi dapat menghambat pertumbuhan serta meningkatkan risiko kesakitan dan kematian, khususnya pada anak-anak. Beberapa faktor penyebab gizi yang terjadi pada anak yaitu, asupan makanan yang tidak seimbang, infeksi, rendahnya kemampuan keluarga dalam mencukupi kebutuhan jumlah zat gizi makanan, kurangnya kemampuan keluarga dalam meluangkan waktu, dukungan, dan perhatian pada anak. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi menu gizi seimbang menggunakan leaflet terhadap tingkat kemandirian ibu dalam memperbaiki status gizi anak. Desain penelitian *quasi eksperimen* dan rancangan *Pretest-Posttest Control Group Design*. Hasil menunjukkan ada peningkatan kemandirian ibu yang signifikan pada kelompok intervensi ($Z = -3.935$; $p < 0.001$), sedangkan pada kelompok kontrol tidak signifikan ($Z = -2.596$; $p = 0.009$). Perbedaan selisih skor antar-kelompok bermakna ($U = 2.700$; $Z = -5.464$; $p < 0.001$).

ABSTRACT

Keywords:

Education on a balanced nutritional menu, maternal independence and children's nutritional status.

Malnutrition can inhibit growth and increase the risk of morbidity and death, especially in children. Several factors cause malnutrition in children, namely, unbalanced food intake, infection, low ability of the family to meet the nutritional needs of food, lack of ability of the family to spend time, support and attention to the child. This study aims to analyze the effect of balanced nutrition menu education using leaflets on the level of maternal independence in improving children's nutritional status. *Quasi-experimental research design and Pretest-Posttest Control Group Design with a sample of 40 respondents (20 intervention and 20 control) and using a purposive sampling technique then analyzed using the Wilcoxon & Mann-Whitney test. The results showed that there was a significant increase in maternal independence in the intervention group ($Z = -3.935$; $p < 0.001$), whereas it was not significant in the control group ($Z = -2.596$; $p = 0.009$). The difference in scores between groups was significant ($U = 2.700$; $Z = -5.464$; $p < 0.001$).*

PENDAHULUAN

Masa balita, yaitu usia 1 hingga 5 tahun, merupakan periode yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak, baik dari segi fisik, mental, dan emosional. Pada periode ini, anak mengalami percepatan dalam proses tumbuh kembang, baik dari segi psikomotorik, kognitif, maupun sosial, sehingga sering disebut sebagai masa keemasan atau Golden Age (Margawati et al., 2018). Salah satu aspek krusial yang mempengaruhi tumbuh kembang anak adalah kecukupan gizi (Yani et al., 2020). Asupan gizi yang memadai sangat diperlukan untuk menjaga kesehatan balita, sebab pertumbuhan dan kondisi kesehatan mereka sangat bergantung pada kecukupan nutrisi dari makanan yang dikonsumsi (Zilawati et al., 2019). Jika pada masa ini anak tidak memperoleh asupan gizi yang cukup, maka risiko mengalami gangguan kesehatan seperti malnutrisi akan meningkat (Fransiska et al., 2021).

Malnutrisi dapat berdampak serius, seperti menghambat pertumbuhan, meningkatkan angka kesakitan dan kematian, khususnya pada kelompok usia yang rentan terhadap masalah gizi seperti anak-anak (Novela et al., 2019). Anak yang mengalami kekurangan gizi pada masa ini berisiko tidak mencapai tinggi badan yang seharusnya di usia berikutnya (Margawati et al., 2018). Permasalahan gizi muncul ketika asupan nutrisi yang diterima tidak mencukupi kebutuhan tubuh yang disesuaikan dengan tahap tumbuh kembang anak (Rahayu et al., 2018).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa masalah gizi pada balita mencakup 52 juta anak (8%) yang mengalami wasting (berat badan rendah), 115 juta anak (23%) mengalami stunting (tinggi badan pendek), dan 4 juta anak mengalami kelebihan berat badan atau overweight (Ekawati dan Rokhaidah, 2022). Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021, tercatat sekitar 24,4% balita mengalami gizi buruk dan 4,9% mengalami gizi kurang. Angka ini menunjukkan penurunan dibandingkan tahun 2020, di mana prevalensi gizi buruk menurun sebesar 3,3% dan gizi kurang turun sebesar 2,5% (Ratna dan Susilowati, 2023). Meskipun terdapat kemajuan dalam perbaikan status gizi balita, upaya yang lebih intensif masih diperlukan untuk mencapai kondisi gizi yang ideal bagi anak-anak di Indonesia. Di WHO jumlah penderita kurang gizi di global mencapai 104 juta anak, serta keadaan kurang gizi menjadi penyebab sepertiga dari semua penyebab kematian anak di seluruh dunia (UNICEF, 2020). Prevalensi status gizi balita (BB/U) di Provinsi Banten adalah 4,8% untuk gizi buruk, 13,7% untuk gizi kurang, 77,5% untuk gizi baik, dan 4% untuk gizi lebih (Dinkes Provinsi Banten, 2020).

Beberapa faktor penyebab masalah gizi yang terjadi pada anak yaitu, asupan makanan yang tidak seimbang, penyakit infeksi, kurangnya kemampuan keluarga dalam mencukupi kebutuhan jumlah dan zat gizi makanan pada seluruh anggota keluarga, hal lain yaitu kurangnya kemampuan keluarga dalam meluangkan waktu, dukungan, serta perhatian pada anak. Agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik secara mental, sosial dan fisik. Masalah gizi juga dapat diakibatkan oleh perilaku mengkonsumsi makan yang kurang baik, seperti terlalu banyak mengonsumsi susu dan jajanan kecil yang beredar di masyarakat sehingga menurunkan minat anak untuk makan. (Riwantoro dan Wijayaningsih, 2024).

Peran ibu dalam menentukan asupan makanan dan pola pengasuhan anak sangat penting dalam memengaruhi status gizi anak. Sejumlah studi telah membuktikan bahwa kualitas hubungan antara ibu dan anak, termasuk kemampuan ibu dalam memilih serta merencanakan menu makanan, memiliki dampak signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun, masih banyak ibu yang menghadapi kendala dalam hal pengetahuan dan keterampilan menyusun menu bergizi seimbang yang sesuai dengan kebutuhan anak, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses informasi dan pendidikan (Guardian et al., 2022).

Salah satu pendekatan penting dalam upaya memperbaiki gizi anak adalah melalui edukasi gizi kepada ibu. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, kandungan zat gizi, serta cara penyajian makanan yang sesuai dengan



kebutuhan tumbuh kembang anak. Edukasi yang tepat akan membantu ibu menjadi lebih mandiri dalam mengambil keputusan terkait gizi keluarga dan mengurangi ketergantungan terhadap bantuan luar (Euis et al., 2023).

Media penyampaian edukasi sangat memengaruhi efektivitas pesan yang disampaikan. Salah satu media edukasi yang cukup populer dan mudah diakses adalah leaflet. Leaflet merupakan media cetak yang berisi informasi singkat dan visual menarik, sehingga memudahkan penerima untuk memahami dan mengingat pesan yang disampaikan. Penelitian di Kendari menunjukkan bahwa penggunaan leaflet dalam edukasi gizi dapat meningkatkan kemampuan anak dalam memperkirakan porsi makan, yang menunjukkan potensinya juga untuk digunakan pada kelompok ibu rumah tangga (Euis et al., 2023).

Kemandirian ibu dalam memperbaiki status gizi anak merupakan faktor penting dalam upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi di Indonesia. Namun, berdasarkan beberapa hasil penelitian dan laporan, tingkat kemandirian ibu di bidang ini masih tergolong rendah. Menurut data Risesdas dan berbagai studi lokal, banyak ibu yang belum memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang memadai terkait praktik pemberian makanan bergizi seimbang kepada anak. Salah satu penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa hanya sekitar 40%–50% ibu yang memiliki tingkat kemandirian baik dalam hal pemilihan dan penyajian makanan bergizi untuk anak balita. Hal ini berdampak pada tingginya prevalensi gizi buruk dan stunting di berbagai daerah. Oleh karena itu, intervensi edukasi yang tepat, seperti penggunaan leaflet menu gizi seimbang, sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kemandirian ibu dalam memperbaiki status gizi anak.

Sebuah studi yang dilakukan di wilayah pedesaan Jawa Tengah menunjukkan bahwa hanya sekitar 35% ibu yang memiliki tingkat kemandirian tinggi dalam mengatur pola makan anak balita. Sementara itu, di wilayah perkotaan seperti Tangerang, angka kemandirian ibu sedikit lebih tinggi, yaitu sekitar 45%, namun masih menunjukkan perlunya peningkatan. Kemandirian yang rendah ini umumnya berkaitan dengan kurangnya pemahaman mengenai kebutuhan gizi anak, keterbatasan ekonomi, serta rendahnya keterampilan dalam menyusun menu makanan bergizi seimbang.

Studi Pendahuluan yang dilakukan terhadap 6 ibu di Desa Gunung Sari, Rt 017 Rw 004, Kampung Rawa Kalem, Kecamatan Mauk, Kabupaten Tangerang, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar ibu belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai menu gizi seimbang. Dari enam ibu tersebut, empat ibu belum mengetahui secara utuh tentang menu gizi seimbang yang terdiri dari makanan pokok (seperti nasi, roti, bubur, kentang) dan sumber protein (seperti telur, tahu, tempe, ikan, dan ayam). Ibu pertama memiliki anak berusia 12 bulan, ibu kedua memiliki anak berusia 18 bulan, ibu ketiga memiliki anak berusia 24 bulan, dan ibu keempat memiliki anak berusia 30 bulan. Kurangnya pengetahuan ini berdampak pada rendahnya kemampuan dalam menyusun menu harian bergizi untuk anak, yang akhirnya memengaruhi status gizi anak.

METODE

Dalam penelitian eksperimen, kelompok kontrol merujuk pada sekelompok individu yang tidak menerima perlakuan atau intervensi tertentu. Keberadaan kelompok ini berfungsi sebagai pembandingan untuk menilai sejauh mana perubahan terjadi pada variabel yang dipengaruhi oleh intervensi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan kelompok kontrol guna mengevaluasi efektivitas edukasi menu gizi seimbang terhadap kemandirian ibu dalam memperbaiki status gizi anak. Dua kelompok dilibatkan, yaitu kelompok intervensi yang diberikan edukasi melalui leaflet dan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan.

Desain penelitian yang digunakan adalah quasi experiment (eksperimen semu) dengan rancangan Pretest-Posttest Control Group Design, di mana pengukuran tingkat kemandirian dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Data diperoleh melalui lembar observasi harian yang memuat indikator aktivitas ibu dalam pemenuhan gizi anak secara rutin (Notoatmodjo, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Gambaran Tingkat Kemandirian Ibu Sebelum Pemberian Edukasi Menu Gizi Seimbang dengan Media *Leaflet* (Intervensi)

<i>Pre – test</i>	f	%
Tidak Mandiri	18	90.0
Cukup Mandiri	2	10.0
Mandiri	-	-
Total	20	100.0

Berdasarkan Tabel diatas hasil *pretest* untuk kelompok yang mendapatkan intervensi menunjukkan bahwa mayoritas ibu, yaitu 18 orang (90,0%), tergolong dalam kategori “tidak mandiri”, sedangkan 2 orang (10,0%) masuk dalam kategori “cukup mandiri”. Tidak ada ibu yang berada dalam kategori "mandiri" sebelum intervensi dilakukan. Hasil ini menunjukkan bahwa Edukasi dengan Media *Leaflet* dapat meningkatkan kemandirian ibu tentang menu gizi seimbang di Desa Gunung Sari Rt. 018/004 Kampung Rawa Kalem Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang.

Tabel 2. Gambaran Tingkat Kemandirian Ibu Sesudah Pemberian Edukasi Menu Gizi Seimbang dengan Media *Leaflet* (Intervensi)

<i>Post – test</i>	f	%
Tidak Mandiri	-	-
Cukup Mandiri	4	20.0
Mandiri	16	80.0
Total	20	100.0

Berdasarkan Tabel diatas hasil *posttest* pada kelompok Intervensi menunjukkan adanya peningkatan tingkat kemandirian ibu setelah diberikan edukasi mengenai menu gizi seimbang menggunakan media leaflet. Sebanyak 16 orang (80,0%) berada dalam kategori “mandiri” dan 4 orang (20,0%) dalam kategori “cukup mandiri”. Tidak ada ibu yang termasuk dalam kategori “tidak mandiri” setelah intervensi diberikan. Hasil ini menunjukkan bahwa Edukasi dengan Media *Leaflet* dapat meningkatkan kemandirian ibu tentang menu gizi seimbang di Desa Gunung Sari Rt. 018/004 Kampung Rawa Kalem Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang.

Tabel 3. Gambaran Tingkat Kemandirian Ibu Sebelum diberikan Lembar Observasi (Kontrol)

<i>Pre – test</i>	f	%
Tidak Mandiri	14	70.0
Cukup Mandiri	6	30.0
Mandiri	-	-
Total	20	100.0



Berdasarkan Tabel diatas hasil *pretest* pada kelompok kontrol, terlihat bahwa sebanyak 14 orang (70,0%) pada kategori “tidak mandiri”, dan 6 orang (30,0%) pada kategori “cukup mandiri”, dan tidak ada responden yang mencapai kategori mandiri. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kemandirian ibu dalam mengatur menu gizi seimbang untuk anak pada kelompok kontrol kondisi awal yang berlangsung secara alami tanpa adanya pengaruh intervensi edukasi.

Tabel 4. Gambaran Tingkat Kemandirian Ibu Sesudah diberikan Lembar Observasi (Kontrol)

<i>Post – test</i>	f	%
Tidak Mandiri	11	55.0
Cukup Mandiri	9	45.0
Mandiri	-	-
Total	20	100.0

Berdasarkan Tabel diatas hasil *posttest* pada kelompok kontrol, terlihat bahwa sebanyak 11 orang (55.0%) pada kategori “tidak mandiri”, dan 9 orang (45.0%) pada kategori “cukup mandiri”, dan tidak ada responden yang mencapai kategori mandiri. Tidak adanya perubahan ini menjadi bukti bahwa tanpa intervensi edukasi yang memberikan materi baru, metode penyampaian yang efektif, dan interaksi aktif, tingkat kemandirian ibu akan cenderung stagnan. Dalam desain penelitian ini, kelompok kontrol memang tidak mendapatkan edukasi media *leaflet* maupun sesi edukasi daring, sehingga mereka tidak memperoleh kesempatan untuk mengembangkan keterampilan baru dalam pengelolaan gizi anak. Hasil ini menunjukkan bahwa Edukasi dengan Media *Leaflet* sangat berpengaruh untuk dapat meningkatkan kemandirian ibu tentang menu gizi seimbang. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* ibu yang diberikan edukasi dengan Media *Leaflet* dan ibu yang tidak diberikan edukasi dengan Media *Leaflet* yang dapat dilihat pada tabel 4.3 dan tabel 4.4 di Desa Gunung Sari Rt. 018/004 Kampung Rawa Kalem Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang

Tabel 5. Perbedaan Perubahan Skor Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Variabel	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks	U	Z	P-Value
Tingkat kemandirian	Intervensi	20	30.50	610.00	2.700	-5.464	<.001
	Kontrol	20	10.50	210.00			
	Total	40					

Berdasarkan hasil uji *Mann-Whitney U Test* pada tabel 4.9 ($U = 2.700$; $Z = -5.464$; $p < 0.001$), terdapat perbedaan yang signifikan pada selisih skor kemandirian ibu antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Rata-rata peringkat (mean rank) kelompok intervensi (30.50) jauh lebih tinggi dibanding kelompok kontrol (10.50), yang berarti edukasi menu gizi seimbang menggunakan media *leaflet* dapat meningkatkan kemandirian ibu, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan apa pun. Hal ini membuktikan bahwa edukasi menu gizi seimbang menggunakan media *leaflet* efektif meningkatkan kemandirian ibu dalam mengatur menu makanan anak. Perbedaan ini muncul karena ibu yang memperoleh edukasi melalui *leaflet* memiliki akses pada informasi yang sistematis dan ringkas, sementara ibu pada kelompok kontrol tidak mendapat tambahan informasi baru.

Leaflet sebagai media edukasi memiliki sejumlah keunggulan. Informasi yang disajikan dalam bentuk visual sederhana, poin-poin inti, dan gambar pendukung membuat ibu lebih mudah memahami konsep gizi seimbang. Selain itu, *leaflet* dapat disimpan dan dibaca kembali kapan saja, sehingga mendukung proses pengulangan materi. Hal ini sangat penting karena pembelajaran orang dewasa memerlukan pengulangan dan penerapan nyata agar pengetahuan berubah menjadi keterampilan. Dengan cara ini, *leaflet* tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga menumbuhkan rasa percaya diri ibu dalam mengambil keputusan terkait gizi anak.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Johari, et al., (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dengan media *leaflet* meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu tentang gizi balita secara signifikan ($p < 0.001$). Penelitian ini membuktikan bahwa *leaflet* sebagai media edukasi cetak efektif untuk mengubah perilaku kesehatan karena praktis, sederhana, dan mudah dipahami. Temuan serupa juga ditunjukkan oleh Juwartini (2021), yang menunjukkan bahwa penyuluhan gizi seimbang melalui *leaflet* berpengaruh nyata terhadap peningkatan pengetahuan dan praktik ibu dalam mengasuh balita stunting di Klaten. Bahkan, Budiarti et al. (2023), menyatakan bahwa penggunaan *leaflet* dan stiker mampu mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu balita stunting secara bermakna.

Dari beberapa pendapat penelitian tentang *leaflet*, dapat dipahami bahwa kemandirian ibu dalam mengatur menu gizi seimbang tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh media penyampaian informasi yang efektif. *Leaflet* memenuhi tiga prinsip utama edukasi, yakni materi yang relevan dengan kebutuhan peserta, metode penyampaian yang sistematis, dan adanya ruang refleksi melalui pembacaan ulang. Ketiga elemen ini memungkinkan ibu untuk lebih mandiri dalam merencanakan, memilih, dan menyajikan makanan bergizi seimbang bagi anak mereka (Johari, et al., 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil Uji *Mann-Whitney U Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan terhadap perubahan skor tingkat kemandirian ibu dalam memperbaiki status gizi anak antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi memiliki rata-rata peringkat (*mean rank*) sebesar 30,50, sedangkan kelompok kontrol hanya 10,50, dengan nilai $U = 000$, $Z = -5,464$, dan nilai signifikansi (*p-value*) $< 0,001$. Karena nilai p lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara kedua kelompok. Artinya, intervensi edukasi menu gizi seimbang menggunakan media *leaflet* yang diberikan kepada kelompok intervensi berdampak signifikan dalam meningkatkan kemandirian ibu, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan apa pun.

DAFTAR PUSTAKA

- Johari, Azis, et al. "Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Gizi Balita Di Wilayah Pesisir Pekanbaru." *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, vol. 2, no. 1, 2023, pp. 111–21.
- Jumiatur, Jumiatur. "Hubungan Pola Pemberian Makanan Dengan Status Gizi Balita Umur 1-5 Tahun Di Desa Ngampel Kulon Kecamatan Ngampel Kabupaten Kendal." *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, vol. 6, no. 5, 2019, pp. 218–24.
- Juwartini, S. (2021). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Melalui Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Ibu Dalam Pengasuhan Balita *Stunting* di Klaten. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. Vol. 12 (2), 98–107.
- Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat. (2022). *Pedoman Gizi Seimbang Ibu Hamil dan Menyusui*. Kemenkes. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.



- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat: Pedoman Gizi Seimbang dan informasi terkait.
- Litaay C., et al. (2021). *Kebutuhan Gizi Seimbang*. Edisi ke-1. Yogyakarta: Zahir Publishing. ISBN digital: 978-623-6398-65-4.
- Mariana I, et al. "Hubungan Perilaku Orang Tua Dalam Praktik Pemberian Makan Dan Stunting Pada Balita (Usia 2-5 Tahun)." *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, vol. 14, no. Stunting, 2024, pp. 245–52.
- Mulyanti, L., et al. (2023). Penyusunan Menu Makanan Sehat Untuk Balita *Stunting* di Kelurahan Bandarharjo Kota Semarang. *Jurnal SOLMA*. Vol. 12 (3), 968-974.
- Naulia, R. P., et al. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita *Stunting*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Vol. 10 (2). 97-102.
- Naulia, D., et al. (2021). Efektivitas Penggunaan Media *Leaflet* Dengan Tingkat Literasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita. *Jurnal Prepotif*. Vol. 4 (2), 45–52.
- Ndraha, Artikan Fitrin, dkk. "Hubungan Status Gizi Dengan Tumbuh Kembang Balita 1-3 Tahun Di Klinik Pratama Bunda Patimah." *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, vol. 5, no. 2, 2023, hlm. 222–28.
- Nurhasanah, Nunung, et al. "Pengaruh Penyuluhan Dengan Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Cegah Stunting Di Kelurahan Panggung Kota Tegal." *Seminar Nasional Kebidanan UNIMUS Semarang*, vol. 5, no. 1, 2023, pp. 92–99.
- Sellia Juwita, et al. "Hubungan Pengetahuan Remaja Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di Kota Pekanbaru." *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, vol. 11, no. 1, 2022, pp. 13–18.
- Setyaningsih, F., & Nurhayati, S. (2023). Effect of Leaflets and Balanced Menu Videos on Knowledge, Attitudes and Behaviors Among Undernourished Toddlers' Mothers. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. Vol.11 (2). 246-252.
- Singkali, D. P., et al. (2023). Pengetahuan dan Sikap Ibu Berpengaruh Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kolaboratif Sains*. Vol. 11 (3). 65-70
- Utami Zahira Qoni'. *Efektivitas Penyuluhan Gizi Menggunakan Video Dan Leaflet Terhadap Peningkatan Ibu Dalam Penanggulangan*. 2024.
- Utamingtyas, Farida, and Retnaning Muji Lestari. "Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Balita Dengan Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Ibu." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, vol. 5, no. 1, 2020, pp. 40–47.
- Wulandari, Y., & Arianti, M. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Yanti Wulandari1, Mery Arianti2." *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, vol. 5, no. 1, 2023, pp. 46–51.
- Wahyuningsih, T. (2024). *Pengaruh Edukasi Media Leaflet Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten*. Surakarta: Universitas Kusuma Husada Surakarta.

- Yuliani, E., *et al.* (2023). Pengaruh Edukasi Gizi 1000 Hpk terhadap Pengetahuan Ibu dalam Pencegahan *Stunting* di Wilayah Kabupaten Majene. *Jurnal Keperawatan*. Vol. 15 (2). 76-82.
- Yurinta Nur Azizah. (2019). " *Hubungan Pengetahuan Ibu dan Peran Kader Terhadap Partisipasi Ibu Balita Dalam Kegiatan Posyandu Balita Desa Randualas Kecamatan Kare Kabupaten Madiun*". Madiun: STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Zaen, A. M., & Hardinsyah. (2024). *Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Isi Piringku*. Repository IPB. [Online]. Tersedia: <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/154368> (28 Juli 2025).