



Edukasi Gizi Demo Porsi dan Jajanan Sehat kepada Pengelola, Wali Santri dan Santri TPQ Roudlotul Munnawwaroh Banyumas

Izzati Nur Khoiriani¹, Teguh Jati Prasetyo¹, Afina Rachma Sulistyoning¹, Sifa Aulia Wicaksari¹, Lu'lu Nafisah²

¹Jurusan Ilmu Gizi, Universitas Jenderal Soedirman

²Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Jenderal Soedirman

Email korespondensi: izzatinur.khoiriani@gmail.com



<p>Kata kunci : Demo Porsi; Edukasi Gizi; Jajanan Sehat; Santri.</p>	<p>ABSTRAK</p> <p>Literasi gizi disebutkan sebagai faktor kunci dalam pemilihan makanan sehat yang diikuti dengan pola makan sehat oleh anak-anak. TPA atau Taman Pendidikan Al-Quran dapat menjadi posisi yang strategis untuk dapat menjadi tempat pendidikan kesehatan terutama terkait pola hidup sehat sejak dini.</p> <p>TPQ Roudlotul Munawwaroh merupakan Taman Pendidikan Al-Quran yang juga peduli terhadap Pendidikan gizi dan Kesehatan para santri dan juga wali santrinya. Kegiatan ini bertujuan untuk mengoptimalkan peran TPQ untuk menjadi media edukasi gizi dan kesehatan bagi masyarakat pada umumnya dan santri beserta wali santri pada khususnya. Kegiatan ini dapat meningkatkan literasi gizi santri dan wali santri, serta meningkatkan efikasi diri pada pengajar TPQ untuk terus memberikan edukasi gizi dan kesehatan secara berkelanjutan kepada masyarakat melalui program Pendidikan di TPQ.</p> <p>Tahapan kegiatan yang dilakukan yaitu : 1. Penyusunan media dan topik edukasi, 2. FGD dengan Pengelola TPQ, 3. Edukasi Demo Porsi kepada Wali Santri, 4. Edukasi Demo Jajanan Sehat Buah kepada Santri. Kegiatan demo porsi dapat memberikan wawasan yang baru kepada para wali santri terkait besar porsi sesuai dengan gizi seimbang di keluarga. Kegiatan Demo Jajanan Sehat Buah dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman para santri untuk mengonsumsi buah dan juga memberikan saran dan rekomendasi topik edukasi sehat bagi TPQ kepada pengelola, wali santri maupun para santri.</p>
<p>Keywords: Portion Size Demo; Nutritional Education; Healthy Snack; Students;</p> 	<p>ABSTRACT</p> <p><i>Nutritional literacy is mentioned as a key factor in choosing healthy food that followed by healthy eating patterns by children. TPA or Taman Pendidikan Al-Quran can be a strategic position to health education, especially regarding health lifestyles from an early age.</i></p> <p><i>TPA Roudlotul Munawwaroh which not only cares about the nutritional and health education of its students but also their students guardians. This activity can increase the nutritional literacy of students and guardians of students, as well as increase the self-efficacy of TPQ's teachers to continue providing sustainable nutrition and health education to the community through the education program at TPQ.</i></p> <p><i>The stages of this activities were : 1. Preparation of media and topic, 2. Focus Group Discussion (FGD) with TPQ Managers, 3. Demonstration about portion size to the guardians of santri, 4. Demonstration about healthy fruit snack to the santri. Portion size demo activity could provide new insight to the guardians regarding family recommended portion size based on balanced nutrition guidelines. The healthy fruit snacks demoactivity could increase the students's experience in consuming fruit and also provide suggestion and recommendation for healthy education topics for TPQ to the managers, students guardians, and the students.</i></p>

PENDAHULUAN

Literasi gizi merupakan tingkat kemampuan seseorang untuk mencari, memahami dan juga menggunakan informasi gizi dasar untuk tujuan kesehatan[1]. Literasi gizi disebutkan sebagai faktor kunci dalam pemilihan makanan sehat yang diikuti dengan pola makan sehat oleh anak-anak. Belum banyak kebijakan yang terdokumentasi di bidang literasi gizi sehingga seringkali menjadi masalah bagi lembaga pendidikan terhadap kemampuan dan pengetahuan diri anak-anak terhadap gizi dan kesehatan, terutama pada negara berkembang [2].

Penelitian menemukan bahwa para guru percaya adanya keterkaitan antara kesehatan dan pembelajaran, namun mereka merasa kurang yakin terhadap kemampuan diri mereka sendiri terkait pengetahuan dan keterampilan untuk mengajar dan mengintegrasikan kesehatan dalam pembelajaran [3]. Penelitian sebelumnya juga mengemukakan tentang hambatan para guru dalam memberikan praktik edukasi gizi bahwa sebagian besar guru sebenarnya menginginkan untuk melakukan pengajaran gizi di sekolah, namun alasan yang dikemukakan antara lain sudah diberikan oleh guru lain, ingin mengajar namun merasa memiliki keterbatasan pengetahuan, tidak mendapatkan izin dari pengelola sekolah, dan kekurangan dukungan dari pihak sekolah [4]. Hasil studi lain juga melaporkan bahwa guru sekolah dasar seringkali menunjukkan tingkat pengetahuan gizi, efikasi diri, dan kemampuan yang rendah untuk menyampaikan pendidikan gizi dan menggunakan sumber daya yang sesuai dan efektif di kelas [5].

TPA atau Taman Pendidikan Al-Quran disebutkan dapat menjadi posisi yang strategis untuk dapat menjadi tempat pendidikan kesehatan terutama terkait pola hidup sehat sejak dini. TPA yang menjadi salah satu lembaga yang membentuk perilaku hidup bersih dan sehat pada kesehatan diri siswa. Perilaku kebersihan siswa secara pribadi yang sering diabaikan antara lain tidak cuci tangan, tidak teratur dalam menggosok gigi, membiarkan kuku panjang dan kotor, kurang menjaga kerapian rambut dan juga cara berpakaian[6].

Status gizi anak dipengaruhi banyak faktor diantaranya adalah penyakit infeksi, asupan makan, pengetahuan ibu, usia penyapihan, berat badan lahir, pemberian makan terlalu dini, pola asuh, kesehatan lingkungan dan pelayanan kesehatan. Pengetahuan gizi ibu mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang dikonsumsi anak terkait jumlah, jenis dan frekuensi yang akan mempengaruhi asupan makan pada anak tersebut [7]. Status gizi yang optimal terjadi ketika anak-anak mudah untuk mengakses makanan secara terjangkau, beragam, kaya zat gizi [8]. Pola hidup sehat dan bersih juga berpengaruh terhadap kejadian penyakit infeksi pada balita dan anak usia sekolah. Balita yang sering menderita penyakit infeksi cenderung lebih berisiko mengalami stunting [9].

Ibu memiliki peran sentral dalam mengelola makanan yang dikonsumsi oleh anak. Penelitian menunjukkan pengetahuan, sikap dan praktik ibu berpengaruh signifikan terhadap status gizi anak[10]. Ibu diharapkan mampu memberikan makanan yang aman dan bergizi seimbang guna mencukupi kebutuhan gizi anak dalam rangka mencegah masalah gizi. Masalah gizi pada anak dapat muncul diakibatkan kurangnya pengetahuan ibu terkait pemberian makan pada anak.

TPA sebagai sebuah institusi/lembaga yang terorganisir dengan baik dapat menjadi tempat pembentukan karakter serta media yang mampu menanamkan pengertian dan kebiasaan hidup sehat [6]. TPQ Roudlotul Munawwaroh merupakan Taman Pendidikan Al-Quran yang juga peduli terhadap Pendidikan gizi dan Kesehatan para santri dan juga wali santrinya. Kegiatan ini bertujuan untuk mengoptimalkan peran TPQ untuk menjadi media edukasi gizi dan kesehatan bagi masyarakat pada umumnya dan santri beserta wali santri pada khususnya. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan literasi gizi santri dan wali santri, serta meningkatkan efikasi diri pada pengajar TPQ untuk terus memberikan edukasi gizi dan kesehatan secara berkelanjutan kepada masyarakat melalui program

Pendidikan di TPQ. TPQ tersebut baru didirikan sekitar 2 tahun dan belum pernah ada kegiatan penyuluhan terkait dengan gizi dan kesehatan yang dilakukan.

METODE

Lokasi pada kegiatan pengabdian ini adalah TPQ Roudlotul Munawaroh yang berada di Griya Asri, Jl Rajawali, Kecamatan Kedungbanteng, Banyumas. Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah guru sejumlah 4 orang, santri sejumlah 20 orang dan wali santri sejumlah 20 orang. Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu :

1. Tahap penyusunan media dan materi FGD dan edukasi.
2. FGD dengan pengelola TPQ sebagai langkah awal untuk kemudian melakukan kegiatan edukasi gizi terhadap santri dan wali santri sesuai dengan karakteristik masing-masing.
3. Demo praktek penyusunan menu dan pemorsian makanan keluarga berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku untuk wali santri.

Demo porsi dilakukan dengan mempraktikkan tatanan makanan dalam piring sesuai dengan Isi Piringku yang kemudian dilanjutkan perbedaan kebutuhan porsi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah sesuai dengan usia dengan difokuskan kepada kelompok sasaran. Demo porsi selanjutnya menggunakan berbagai jenis lauk nabati, lauk hewani, sayur dan buah untuk didemonstrasikan kepada sasaran ukuran porsi yang seharusnya untuk setiap jenis makanan dalam waktu satu kali makan maupun kebutuhan dalam satu hari. Demo porsi juga dilakukan dengan menunjukkan kepada sasaran terkait bagaimana tatanan besaran porsi lengkap 1 piring yang berisi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah untuk dapat memberikan gambaran kepada target sasaran.

4. Edukasi kepada santri melalui permainan dan demo jajanan sehat buah untuk meningkatkan pengalaman dan preferensi santri terhadap buah

Edukasi kepada santri dimulai dengan permainan kata dan lagu sebagai awalan pengenalan dan pemanasan untuk masuk ke dalam topik sayur dan buah. Para santri diajak menyanyikan lagu terkait dengan fungsi dan manfaat beberapa vitamin dan mineral disertai dengan contoh sayur dan buahnya. Setelah bermain, para santri diajak untuk melakukan praktik demo jajanan berupa sate yang terdiri dari beberapa macam buah. Praktik demo jajanan buah ini dilakukan sambil memberikan pesan pesan edukasi kepada para santri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian ini dimulai dengan tahapan penyusunan media edukasi yang akan diberikan kepada target sasaran. Edukasi kepada pengelola TPQ dan wali santri berupa media presentasi menggunakan Ms. Powerpoint dengan isi materi terkait pentingnya menu sehat untuk keluarga dan porsi makanan sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku. Materi terkait dengan variasi kebutuhan porsi makan dalam sehari juga diberikan disertai dengan leaflet daftar bahan makanan penukar untuk memberikan gambaran kepada sasaran terkait perbedaan porsi pada berbagai jenis makanan.

Materi terkait dengan demo jajanan sehat buah untuk santri menggunakan beberapa permainan lagu dan kata tentang vitamin dan mineral serta berbagai buah dan sayur dengan kandungan zat gizinya. Jajanan berupa sate buah dipersiapkan sebagai media demo melakukan edukasi kepada para santri.

Setelah persiapan terkait topik materi dan media yang dilakukan, koordinasi dilakukan untuk menentukan pelaksanaan kegiatan bersama target sasaran. Kegiatan FGD bersama pengelola TPQ dan edukasi bersama para wali santri dilakukan pada hari Sabtu, 22 Juli 2023

di rumah salah satu pengelola TPQ. Hal ini dilakukan mempertimbangkan kemudahan penggunaan peralatan untuk demo porsi.



Gambar 1. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan FGD dengan Pengelola TPQ

Sebanyak 20 wali santri terlibat pada kegiatan ini dan mengikuti dengan antusias. Para wali santri terlebih dahulu diberikan materi mengenai gizi seimbang untuk keluarga terlebih dahulu. Paparan materi diberikan langsung oleh tim pengabdian. Kegiatan ini mendapatkan respon yang baik serta banyak pertanyaan juga yang diajukan oleh wali santri seputar menu gizi seimbang keluarga. Diskusi materi juga dilakukan terkait dengan bagaimana alur penyelenggaraan makanan keluarga dari proses pemilihan bahan makanan, penyimpanan, hingga pengolahan untuk dapat menyajikan menu makanan yang sehat untuk keluarga. Para wali santri memiliki ketertarikan kepada proses pengolahan makanan menggunakan metode *food-preparation* karena beberapa wali santri juga merupakan ibu bekerja sehingga membutuhkan metode yang lebih memudahkan dalam penyimpanan bahan makanan.



Gambar 2. Dokumentasi Pemberian Materi dan Diskusi dengan Wali Santri

Setelah materi selesai diberikan, kegiatan dilanjutkan dengan demo porsi gizi seimbang keluarga. Kegiatan ini mendemonstrasikan sajian 1 piring lengkap berisi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah dengan masing masing porsi sesuai dengan kebutuhan target sasaran. Berbagai jenis sayuran juga didemonstrasikan untuk menunjukkan kepada wali santri gambaran perbedaan 1 porsi untuk sayur berkuah dan sayur tumisan, perbedaan lauk

nabati dalam bentuk potongan besar maupun kecil kecil seperti orek tempe, serta perbedaan sajian 1 porsi pada kelompok makanan lainnya.

Kegiatan ini menarik antusias para wali santri yang sebagian besar merupakan ibu ibu. Para wali santri banyak memberikan reaksi dan interaksi diskusi pada saat demo porsi dilakukan. Para wali santri menyebutkan bahwa meskipun sering mendengar terkait gizi seimbang, namun kegiatan ini dapat memberikan wawasan baru terkait gambaran sajian 1 porsi makanan dalam sehari. Hal tersebut karena para wali santri sering lupa bahwa sajian makanan dalam satu piring lengkap seharusnya berisi makanan pokok, lauk hewani dan lauk nabati, sayur dan buah dalam satu kali makan.

Komponen yang sering kali terlewat adalah lauk nabati. Selain para ibu sering hanya mengonsumsi salah satu jenis lauk saja, jumlah secara porsi lauk nabati juga sering kurang sesuai dengan porsi seharusnya. Sebagai contoh, tempe orek yang merupakan potongan tempe, biasa dikonsumsi oleh ibu hanya dengan satu sendok makan, sementara satu sajian porsi lauk nabati untuk tempe orek adalah tiga sendok makan atau setara 50 gram.

Komponen selanjutnya adalah sayur. Para ibu sering hanya mengonsumsi sayur hanya beberapa sendok makan saja, sedangkan 1 porsi sayur adalah 100 gram makanan tanpa kuah. Para ibu juga sering menyebutkan menggunakan bahan makanan sumber makanan pokok menjadi komponen dalam sayur sehingga semakin mengurangi porsi sayur yang seharusnya dikonsumsi dalam satu hari atau satu kali makan.

Mereka sangat tertarik karena dengan melakukan demo porsi secara langsung, mereka mengetahui besaran porsi bergizi seimbang yang seharusnya disajikan di keluarga. Banyak pertanyaan yang muncul seputar makanan bergizi, porsi yang baik, diet yang sehat, mengatasi anak susah makan dan lain sebagainya. Kegiatan ini sangat bermanfaat dan memberikan pengalaman dan wawasan baru kepada para wali santri.



Gambar 3. Dokumentasi Demo Porsi Makanan

Pola makan seimbang sangat berperan dalam peningkatan status gizi yang optimal bagi pertumbuhan anak, perkembangan fisik dan juga kecerdasan. Panduan Gizi Seimbang dan Isi Piringku merupakan sebuah acuan yang telah ditetapkan dengan harapan dapat dipraktikkan oleh masyarakat Indonesia. Namun kebijakan ini belum banyak diketahui oleh masyarakat Indonesia, termasuk Ibu rumah tangga. Ibu sebagai pemeran utama dalam menyediakan makanan sangat berperan dalam pemilihan makanan dan juga guru sebagai penentu pengambilan keputusan anak dalam mengonsumsi pola makan yang sehat dan hidup dengan gizi seimbang.

Banyak masyarakat yang hanya pernah mendengar terkait pesan gizi seimbang namun belum benar benar menerapkan pedoman gizi seimbang dalam kehidupan sehari-harinya termasuk di dalam pemilihan makanan dirumah. Bahkan sebagian masyarakat masih

berpedoman terhadap slogan 4 Sehat 5 sempurna yang saat ini sudah lebih disempurnakan kembali menjadi Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku.

Tujuh pesan dari total sepuluh Pesan Gizi Seimbang berkaitan tentang pengaturan pada makanan menunjukkan betapa pentingnya kita untuk mengatur jumlah, jenis dan jam makan kita sehari-hari. Edukasi Gizi ini diharapkan dapat memberikan gambaran penerapan gizi seimbang dalam pola makan sehari-hari berupa pengaturan besar porsi, jenis makanan dan penerapan pesan hidup bersih dan pesan gizi seimbang lainnya. Peran TPQ juga dapat dioptimalkan dengan memberikan edukasi terhadap para santri dan wali santri terkait gizi dan kesehatan.

Setelah kegiatan demo porsi kepada wali santri, Tim pengabdian kemudian melakukan kegiatan edukasi kepada para santri. Kegiatan edukasi yang diberikan itu mengenai pentingnya menerapkan pola hidup bersih dan sehat serta pentingnya mengonsumsi sayur dan buah. Kegiatan edukasi dilakukan dalam beberapa proses diantaranya adalah kegiatan edukasi berupa ceramah, dilanjutkan dengan kegiatan edukasi permainan dan bernyanyi terkait dengan sayur dan buah lalu diakhiri dengan demo membuat makanan sehat dari buah-buahan.



Gambar 4. Dokumentasi Kegiatan Edukasi Ceramah kepada Santri

Kegiatan ceramah berlangsung dengan baik dan para peserta dari santri TPQ juga antusias mendengarkannya. Setelah kegiatan ceramah selesai, kemudian dilanjutkan dengan kegiatan permainan dan bernyanyi. Kegiatan ini dipandu oleh tim pengabdian. Kegiatan ini juga dapat berjalan dengan baik dan lancar serta mendapatkan antusiasme tinggi dari para peserta.



Gambar 5. Dokumentasi Kegiatan Edukasi menggunakan Permainan dan Lagu

Kegiatan edukasi selanjutnya adalah membuat jajanan sehat. Pada kesempatan ini, tim pengabdian mendemonstrasikan cara pembuatan jajanan sehat yang berasal dari aneka buah-

buah, yaitu es kul kul. Pelaksanaan demonstrasi ini juga diselipkan edukasi kepada para santri manfaat mengonsumsi buah serta kandungan gizi dari berbagai jenis buah-buahan.



Gambar 6. Dokumentasi Kegiatan Pembuatan Jajanan Sehat

Keseluruhan rangkaian kegiatan ini diakhiri dengan mendengarkan sambutan dari pihak TPQ. Pengelola TPQ menyebutkan bahwa kegiatan seperti ini dapat memberikan pengalaman dan wawasan yang baru kepada para pengelola, wali santri maupun santri karena merupakan hal yang baru dilakukan serta dapat memberikan sumbangsih ide terkait topik edukasi kesehatan yang dapat dilakukan oleh TPQ. Serangkaian kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian masyarakat yang diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai komponen masyarakat yang terlibat dekat dengan TPQ, yaitu para pengelola TPQ, para wali santri dan juga para santri. Kegiatan ini berkaitan dengan berbagai institusi melalui manfaat secara langsung maupun tidak langsung, antara lain :

1. TPQ Roudlotul Munawaroh, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi santri dan wali santri terkait dengan gizi seimbang dan perilaku hidup bersih dan sehat.
2. Institusi pendidikan, menjalin adanya kerjasama sinergis dalam penerapan ipteks dalam bidang gizi dan kesehatan di masyarakat.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat kepada berbagai komponen TPQ Roudlotul Munawwaroh telah dilaksanakan. Edukasi yang diberikan kepada wali santri berupa pesan gizi seimbang dan demo porsi makanan dalam sehari dapat memberikan wawasan baru terkait dengan detail porsi yang seharusnya dikonsumsi. Edukasi yang diberikan kepada santri berupa demo jajanan sehat dapat memberikan pengalaman mengonsumsi makanan sehat bersama dengan sesama santri dan TPQ. TPQ juga mendapatkan wawasan dan ide yang baru dalam topik edukasi kesehatan selanjutnya.

Informasi detail terkait porsi gizi seimbang masih perlu untuk dapat disosialisasikan kepada masyarakat agar dapat terus menerapkan porsi gizi seimbang dalam satu sajian makanan dalam sekali makan maupun dalam satu hari. Pengalaman untuk mengonsumsi jajanan sehat berupa buah juga masih perlu untuk dapat disosialisasikan kepada masyarakat untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur sejak dini terutama dengan anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Y. Sopamena, Y. S. Pongtambing, W. O. A. S. Andriani, Y. Fitriani, and D. Anshari, "Adaptasi Alat Ukur Literasi Gizi Pada Mahasiswa Angkatan Pertama Program Sarjana di Universitas Pattimura, Maluku," *JGMI J. Indones. Community Nutr.*, vol. 9, no. 2, pp. 83–92, 2020.
- [2] A. Doustmohammadian, N. Omidvar, and E. Shakibazadeh, "School-based interventions for promoting food and nutrition literacy (FNLIT) in elementary school children: A systematic review protocol," *Syst. Rev.*, vol. 9, no. 87, pp. 1–7, 2020, doi: 10.1186/s13643-020-01339-0.
- [3] M. Hawkins, E. Watts, S. I. Belson, and A. Snelling, "Design and Implementation of a 5-Year School-Based Nutrition Education Intervention," *J. Nutr. Educ. Behav.*, vol. 52, no. 4, pp. 421–428, 2020, doi: 10.1016/j.jneb.2019.12.005.
- [4] F. Li *et al.*, "Nutrition education practices of health teachers from shanghai k-12 schools: The current status, barriers and willingness to teach," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 17, no. 86, pp. 1–16, 2020, doi: 10.3390/ijerph17010086.
- [5] L. R. Peralta, T. Werkhoven, W. G. Cotton, and D. A. Dudley, "Professional development for elementary school teachers in nutrition education: A content synthesis of 23 initiatives," *Heal. Behav. Policy Rev.*, vol. 7, no. 5, pp. 374–396, 2020, doi: 10.14485/HBPR.7.5.1.
- [6] F. B. Setyawan and Suyitno, "Peran Taman Pendidikan Al-Quran dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih Sehat pada Masa New Normal di Kecamatan Depok Sleman," in *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2020, vol. 0, no. 0, pp. 477–484. [Online]. Available: <https://ojs.unm.ac.id/semnaslpm/article/view/18284>
- [7] Nindyna Puspasari and Merryana Andriani, "Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan," *Amerta Nutr.*, vol. 1, no. 4, pp. 369–378, 2017, doi: 10.20473/amnt.v1.i4.2017.369-378.
- [8] M. W. Bloem *et al.*, "Key strategies to further reduce stunting in Southeast Asia: lessons from the ASEAN countries workshop.," *Food Nutr. Bull.*, vol. 34, no. 2 Suppl, pp. 8–16, 2013, doi: 10.1177/15648265130342s103.
- [9] D. Khairiyah and A. Fayasari, "Perilaku higiene dan sanitasi meningkatkan risiko kejadian stunting balita usia 12-59 bulan di Banten," *Ilmu Gizi Indones.*, vol. 3, no. 2, p. 123, 2020, doi: 10.35842/ilgi.v3i2.137.
- [10] S. Ningsih, K. Kritiawati, and I. Krisnana, "Hubungan Perilaku Ibu Dengan Status Gizi Kurang Anak Usia Toddler," *J. Pediomaternal*, vol. 13, no. 3, pp. 58–65, 2015.
- [11] M. Mar'atus Solikhah and N. D. Ardiani, "Hubungan Efikasi Diri Pemberian Makan oleh Ibu dengan Status Gizi Balita di Posyandu Balita Perumahan Samirukun Karanganyar," *J. Kesehat. Kusuma Husada-Januari*, 2019.
- [12] S. G. Barri, R. H. Akili, W. B. S. Joseph, F. Kesehatan, M. Universitas, and S. Ratulangi, "Gambaran Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Pada Ibu Yang Memiliki Balita Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Pineleng," *J. KESMAS*, vol. 9, no. 4, pp. 168–173, 2020.
- [13] S. Wibowo, R. Siregar, and I. G. Surate, *Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Massal*. Jakarta: EGC, 2019.
- [14] N. C. Dey, M. Parvez, M. R. Islam, S. K. Mistry, and D. I. Levine, "Effectiveness of a community-based water, sanitation, and hygiene (WASH) intervention in reduction of diarrhoea among under-five children: Evidence from a repeated cross-sectional study (2007–2015) in rural Bangladesh," *Int. J. Hyg. Environ. Health*, vol. 222, no. 8, pp. 1098–1108, 2019, doi: 10.1016/j.ijheh.2019.08.006.
- [15] A. Rahman, R. Tosepu, S. R. Karimuna, S. Yusran, A. Zainuddin, and Junaid, "Personal Hygiene, Sanitation and Food Safety Knowledge of Food Workers At the University

- Canteen in Indonesia,” *Public Heal. Indones.*, vol. 4, no. 4, pp. 154–161, 2018.
- [16] S. Yunus, J. Umboh, and O. Pinontoan, “Hubungan Personal Higiene dan Fasilitas Sanitasi dengan Kontaminasi Escherichia Coli Pada Makanan di Rumah Makan Padang Kota Manado Dan Kota Bitung,” *JIKMU*, vol. 5, no. 2, pp. 210–220, 2015.
- [17] L. Fitria, D. Susanna, and T. Eryando, “Personal Hygiene and Sanitation in Cafeterias at University X in Depok, Indonesia,” in *The 1st International Conference on Global Health, KnE Life Sciences*, 2017, pp. 93–102. doi: 10.18502/cls.v4i1.1370.
- [18] I. D. N. Supariasa, *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC, 2012.
- [19] D. P. D. Kusudaryati, I. Untari, and R. Prananingrum, “Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Tentang Gizi Balita Melalui Pemberian Pendidikan dan Buku Gizi,” *6th Univerisity Res. Colloquium*, pp. 25–30, 2017.
- [20] D. Indra and Y. Wulandari, *Prinsip-Prinsip Dasar Ahli Gizi*. Jakarta: Dunia Cerdas, 2013.
- [21] F. Fitriani, *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2011.