

## ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUH PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK

Desty Ebhil Puspita Sari<sup>1</sup>, Dwi Indah Lestari<sup>2</sup>  
STIKes Bhakti Al-Qodiri<sup>1,2</sup>  
destyyebhilps28@gmail.com<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi pengetahuan gizi seimbang pada anak. Metode yang digunakan adalah literature review data penelitian ini diambil dari empat database yang relevan seperti PubMed, Science Direct, EBSCO dan Google Scholar dengan menggunakan metode PIOS (Participant, Intervention, Outcomes and Study Design). Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa data yang diambil adalah journal yang terbit tahun 2020-2024 berbahasa Inggris dan berbahasa Indonesia (open access dan full text) serta original article. Dari n= 3. 252 artikel yang di temukan, hanya n=10 yang memenuhi kriteria inklusi. literature review ini menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang dinilai berpengaruh terhadap pengetahuan gizi seimbang yaitu tingkat pengetahuan, perilaku, sikap, pola makan, peran orang tua dan teman sebaya. Simpulan dapat disimpulkan beberapa faktor tersebut sangat penting, guna merumuskan intervensi keperawatan yang lebih komprehensif, dimana hal ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas kesehatan fisik, psikis, maupun sosial pada anak.

Kata kunci : Gizi Seimbang, Pengetahuan, Pola Makan

### ABSTRACT

*This research aims to determine the factors that influence children's knowledge of balanced nutrition. The method used is a literature review. This research data was taken from four relevant databases such as PubMed, Science Direct, EBSCO and Google Scholar using the PIOS (Participant, Intervention, Outcomes and Study Design) method. The results of the research show that the data taken are journals published in 2020-2024 in English and Indonesian (open access and full text) as well as original articles. Of the n= 3,252 articles found, only n=10 met the inclusion criteria. This literature review explains that there are several factors that are considered to influence knowledge of balanced nutrition, namely level of knowledge, behavior, attitudes, eating patterns, the role of parents and peers. In conclusion, it can be concluded that several of these factors are very important in order to formulate more comprehensive nursing interventions, which are expected to improve the quality of children's physical, psychological and social health.*

*Keywords: Balanced Nutrition, Knowledge, Dietary Habit*

### PENDAHULUAN

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari - hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memerhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.(Digital et al., 2022) Pemberian gizi seimbang yang tepat pada balita membantu mencegah stunting dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan optimal untuk kesehatan yang lebih baik. (Kuswanti & Azzahra, 2022)

Kekurangan gizi dapat menurunkan daya tahan tubuh, menghambat tumbuh kembang balita, dan meningkatkan risiko penyakit seperti marasmus dan kwashiorkor. (Wahyuni et al., 2022) Edukasi gizi seimbang penting untuk meningkatkan pengetahuan dan mendukung perkembangan kecerdasan anak selama periode pertumbuhan pesat (Fitriana et al., 2022) Penerapan gizi seimbang dalam keluarga, terutama untuk anak balita, sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi mereka. Ketidakseimbangan konsumsi gizi pada balita dapat menyebabkan masalah malnutrisi. (Gea et al., 2023)

World Health Organization (WHO) pada tahun 2018 menyatakan bahwa kejadian balita stunting di dunia mencapai sebesar 22,9% atau 154,8 juta balita. status gizi anak usia 5 -12 tahun yang diukur dengan IMT/U terdapat kategori kurus pada angka 9,2 % yang terdiri dari 2,4 kategori sangat kurus dan 6,8 kategori kurus (Permenkes RI, 2020). Selain itu kategori kegemukan di Indonesia juga menjadi masalah yaitu Indonesia mencapai angka 20% yang terdiri dari gemuk sebesar 10,8% dan 9,2 masuk kategori obesitas. (Simamora & Kresnawati,2021)

Pengetahuan adalah hasil dari proses penginderaan terhadap objek melalui pancaindra manusia, seperti pengelihatn, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui indra pengelihatn dan pendengaran. Pengetahuan ini sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. ( Fajriani et al., 2022)

Saat ini ada beberapa penelitian yang membahas terkait pengetahuan gizi seimbang dampak dari kurangnya pengetahuan tentang pengetahuan gizi seimbang yakni salah satunya yakni stunting. situasi balita pendek atau biasa disebut dengan stunting merupakan salah satu masalah kekurangan gizi yang dialami oleh balita di indonesia.(Rambe, 2020) Dampak dari stunting dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang fisik anak, menghambat pertumbuhan kognitif anak sehingga kegiatan belajar anak terganggu (Fauziah et al., 2023) Dampak stunting jangka panjang merugikan individu dan negara. Oleh karena itu, pencegahan stunting menjadi prioritas nasional untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak (Dekasari & Gunawan, 2024). Stunting juga dapat menyebabkan kematian (Sahroji et al., 2022).

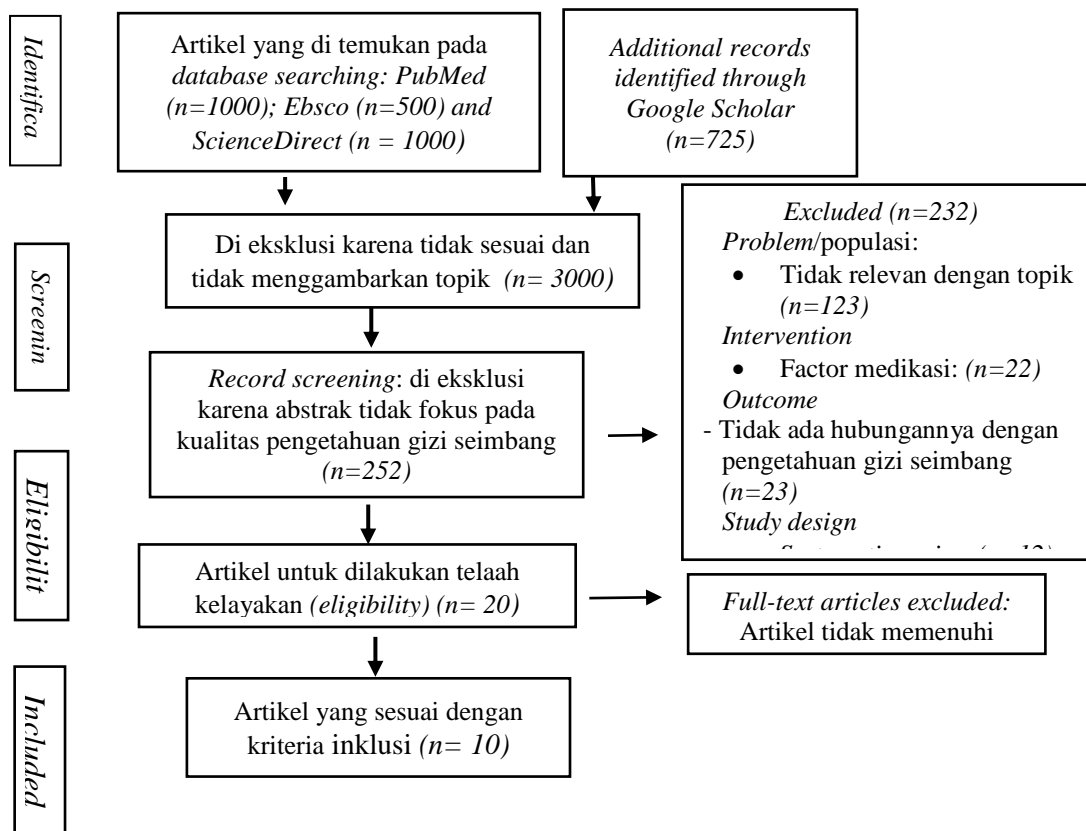
Beberapa penelitian terdahulu yang dapat dijadikan pembandingan pada penelitian ini, pertama oleh penelitian (Anik Supriani et al., 2022) ini merupakan penelitian *mixed method* atau kuantitatif dan kualitatif dengan model *sequential explanatory* yaitu menganalisis data menggunakan penelitian kualitatif dan dilanjutkan dengan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang menekankan desain pengumpulan data dan menjelaskan fenomena yang diteliti pada satu titik waktu. Penelitian selanjutnya oleh (Putri et al., 2021) Penelitian menggunakan desain *Quasy experimental* dengan rancangan *pre-test post-test control group design*, Besar sampel ditentukan dengan menggunakan *purposive sampling*.

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan, maka penulis sangat tertarik untuk mereview beberapa literatur terkait tentang pengetahuan gizi seimbang pada anak.

Tinjauan *literatur* mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan gizi seimbang pada anak, serta dapat mengembangkan intervensi yang lebih terarah dengan pendekatan bio-psiko-sosio-spiritual yang dapat memberikan peningkatan pengetahuan gizi pada anak dan meningkatkan kesadaran pentingnya gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak.

**METODE PENELITIAN**

Metode yang saya gunakan dalam penulisan artikel kesehatan ini menggunakan metode *literatur review*, penulisan *literatur review* ini dimulai dari bulan januari-februari menggunakan database elektronik: pencarian artikel yang terbit dari tahun 2020-2024 pada *database: PubMed; Ebsco; ScienceDirect; dan Google Scholar*. dengan menggunakan kunci atau keywords:”*pengetahuan*”; “*gizi seimbang*” dengan variasi gabungan huruf dalam pencarian menggunakan MeSH (*the Medical Subject Heading*). Hanya artikel yang berbahasa Inggris dan Indonesia dimasukkan dalam *review*. Protokol yang digunakan dalam melakukan *review* yaitu dilakukan secara sistematis termasuk penilaian metodologi, kerangka teoritis, referensi yang digunakan (citation), hasil dan kesimpulan (Polit, Beck, 2010). Selanjutnya melihat kelayakan dengan membaca *full-text journal* sebanyak 20 artikel di dapatkan hanya 10 artikel yang memenuhi kriteria penulisan *literature review* ini yang selanjutnya di telaah.



Gambar 1. kerangka PRISMA flow

**HASIL PENELITIAN**

Nama penulis	Metode penelitian	Hasil penelitian
Fajriani, Evawany Yunita Aritonang, Zuraidah Nasution. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita Usia 2 – 5	<i>hi-Square</i>	Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku gizi seimbang yang meliputi pengetahuan (Pv= 0,000), sikap (Pv=0,033) dan tindakan gizi seimbang (Pv=0,000) dengan status gizi balita usia 2-5 tahun.
Miftahul Jannah, Indah Kusumaningrum. (2021). Obesitas pada Anak Sekolah Dasar Berdasarkan Pengetahuan, Sikap, dan Paparan Informasi tentang Gizi Seimbang	<i>oss-sectional</i>	menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara paparan informasi (p=0,371), pengetahuan (p=0,36), dan sikap PGS (p=0,513) dengan status obesitas. Faktor lain, seperti peran orang tua, teman sebaya, dan sekolah dapat mempengaruhi perilaku anak yaitu pada pola makan, aktivitas fisik, serta gaya hidup anak
Sarni Anggoro, Chanif Kurnia Sari, Tantiana Isnainingsih, Ahmad Khamid, Utin Hayatan Thaibah. (2024). Hubungan Perilaku Hidup Sehat dan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Anak SD	<i>cross sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat dan status gizi dengan menggunakan uji statistik Chi-Square diperoleh nilai P-Sig = 0,000 dan P-value = 25.841. Dan juga terdapat hubungan yang signifikan antara gizi seimbang dan status gizi dengan menggunakan uji statistik Chi-Square diperoleh nilai P-Sig = 0,000 dan P-value = 40.287. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara perilaku hidup sehat dan gizi seimbang dengan status gizi.
Ina Kuswanti, Salsabila Khairani Azzahra (2022). Hubungan Penegetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Dengan Perilaku Penecegahan Stunting Pada Balita	<i>cross sectional</i>	Hasil Pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita berada di kategori cukup sebanyak 30 orang (41,1%), perilaku ibu dalam pencegahan stunting pada balita berada di kategori perilaku negatif sebanyak 41 orang (56,2%), pengetahuan tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita dengan perilaku pencegahan stunting pada balita sama-sama memiliki berada di kategori cukup dengan perilaku negatif yaitu sebanyak 18 ibu dengan persentase (44%) dan dengan kategori pengetahuan rendah dan perilaku negatif sebanyak 23 ibu dengan persentase (56%).
Sulis Setyaningrum, Anggray Duvita Wahyani. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Keluarga Sadar Gizi Dengan Status Gizi Anak Balita	<i>cross sectional</i>	Hasil uji Pearson dengan tingkat kemaknaan (a) 0,05 diperoleh dari dua variabel yakni pengetahuan dengan P-value (0,246) dan sikap dengan P-value (0,424) yang berarti lebih besar dari 0,05 (P-value > 0,05) maka $H_0$ ditolak
Niken Ayu Merna Eka Sari, Ni Ayu Ketut Mirayanti, Kiki Rizki Fista Adriana. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemeberian Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita	<i>cross sectional</i>	Hasil analisis Rank-Spearman terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting dengan nilai p-value = 0,000 dan hubungan sikap dengan upaya pencegahan dengan nilai p-value = 0,724. Perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi yang terwujud dalam pengetahuan, sikap,

			kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya.
Sri Wahyuni , Astri Wahyuningsih , Lilik Hartati. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Balita Usia 24-35 Bulan Di Desa Manjung Ngawen, Klaten	<i>cross sectional</i>		Hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang adalah cukup yaitu sejumlah 22 responden (57,9%) untuk status gizi balita sebagian besar adalah baik yaitu 31 responden (81,6%), pengetahuan cukup dengan status balita gizi baik sebanyak 20 responden (52,6%)
Sundari, Yulia Khayati. (2020). Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi Balita	<i>cross sectional</i>		Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar subjek penelitian memiliki tingkat pengetahuan tentang gizi balita dalam kategori baik yaitu 39 (48,8%). Status gizi balita sebagian besar dalam kategori normal yaitu 58 (72.5%). Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita dengan nilai p sebesar 0.000.
Rotua Suriany Simamora, Puri Kresnawati. (2021). Pemenuhan Pola Makan Gizi Seimbang Dalam Penanganan Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Rawalumbu Bekasi	<i>cross-sectional</i>		Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemenuhan pola makan gizi seimbang berhubungan dengan penanganan stunting pada balita dengan p value sebesar 0,035 dan Odds Ratio 2.304.
Vera Fitriana, Luluk Cahyanti, Alvi Ratna Yuliana, Yuni Hatin Holifah, Zulfa Cahyaningrum, Eka Rusmiyati. (2022). Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Dasar dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar	memberikan pendidikan kesehatan		Hasil pengabdian masyarakat yang sudah dilakukan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang Gizi Seimbang oleh siswa-siswi Sekolah dasar negeri 6 Tanjungrejo Kudus, hal ini terbukti dari saat diberikan evaluasi dalam bentuk pertanyaan kepada siswa-siswi terlihat siswa-siswi tersebut antusias untuk menjawab pertanyaan yang diberikan serta dapat menjawabnya dengan benar

Hasil dari telaah jurnal, penulis mendapatkan 10 jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi dan sebanyak 8.333 jurnal yang di eksklusi dengan alasan mayoritas tahun terbit, variabel penelitian, desain penelitian dan tujuan penelitian, dirangkum pada bagan diagram alur 2.1. Hasil penelitian yang akan di *review* pada tabel 3.1 memperlihatkan bahwa seluruh desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* (10 jurnal). Terdapat beberapa faktor hasil dari artikel yang di-*review* yang berpengaruh pada pengetahuan gizi seimbang yaitu faktor tingkat pengetahuan, sikap, pola makan, peran orang tua dan teman sebaya.

## PEMBAHASAN

Pada usia sekolah, anak mengalami pertumbuhan pesat dan membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk mendukung aktivitas fisik yang tinggi dan perkembangan optimal. (Anggoro et al., 2024) Menurut penelitian (Simamora & Kresnawati, 2021) & (Jannah & Kusumaningrum, 2021) faktor yang berpengaruh pada

pengetahuan tentang gizi seimbang pada anak seperti faktor tingkat pengetahuan, sikap ibu, pendapatan orang tua, pola makan dan peran teman sebaya.

Tingkat Pengetahuan yang didasari oleh pemahaman yang tepat akan menumbuhkan perilaku baru yang diharapkan, khususnya dalam hal pola makan yang sehat dan penerapan gizi seimbang pada anak. (Kuswanti & Azzahra, 2022) jika pengetahuan dan pemahaman tentang gizi seimbang pada anak meingkat maka kualitas kesehatan pada anak akan membaik begitupun sebaliknya rendahnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan masalah seperti stunting, kegemukan, atau defisiensi gizi, yang berdampak pada kesehatan fisik, perkembangan mental, dan kualitas hidup anak di masa depan. (Arifuddin et al., 2023)

Sikap ibu salah satu faktor yang berhubungan dengan pengetahuan gizi seimbang pada anak. (Setyaningrum & Wahyani 2020) Kesimpulan yang sama dari hasil penelitian (Fajriani et al., 2020) menyebutkan faktor Sikap dan perilaku ibu atau pengasuh lain dalam memberikan makanan, memastikan kebersihan, dan memberikan kasih sayang sangat penting dalam mempengaruhi gizi anak balita. Ibu yang memiliki pendidikan yang baik cenderung lebih terbuka terhadap informasi dari berbagai sumber, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan, termasuk dalam hal pola asuh anak. (Sundari & Khayati, 2020)

Peran teman sebaya juga merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan pengetahuan tentang gizi seimbang pada anak. Kesimpulan yang sama dari hasil penelitian menyebutkan faktor teman sebaya memiliki peranan yang besar dalam pemilihan jajan anak karena anak memiliki kecenderungan banyak waktu bermain dengan teman sebaya. Oleh karena itu, sangat diperlukan adanya intervensi terkait Pedoman Gizi Seimbang, baik pada anak dengan demikian teman sebaya akan memahami terkait dengan perilaku makan dan aktivitas fisik yang baik sehingga akan berpengaruh pada teman yang lain. (Rahmiati, 2021)

Pendapatan orang tua juga merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan pengetahuan gizi seimbang pada anak dari hasil penelitian yang di tulis oleh Niken et al (2022) menyebutkan faktor ekonomi apabila pendapatan dalam sebuah keluarga pada kategori penghasilan yang kurang, tentunya sikap ibu dalam menyiapkan makanan bagi balita akan berdampak pula, biasanya ibu akan memberikan makanan dengan kandungan gizi yang kurang. Hal ini pun yang dapat menjadikan balita beresiko mengalami stunting.

Pola makan berhubungan dengan pengetahuan gizi seimbang, pola makan untuk menjaga daya tahan tubuh (Kemenkes, 2020) anak – anak lebih banyak mengkonsumsi makanan siap saji atau kemasan seperti snack, biscuit, sereal, dan junk food, sehingga berpengaruh besar terhadap kebutuhan gizi seimbang anak, Jika gizi seimbang terganggu maka akan berpengaruh dengan status gizi anak (Ayu, Niken dkk, 2021) Kesimpulan dari hasil penelitian yang di tulis oleh Rotua et al, (2021) menyatakan bahwa Penerapan pola makan dengan gizi seimbang menekankan pola konsumsi pangan dalam jenis, jumlah dan prinsip keanekaragaman pangan untuk mencegah masalah gizi. Komponen yang harus dipenuhi dalam penerapan pola makan gizi seimbang mencakup cukup secara kuantitas, kualitas, mengandung berbagai zat gizi (energi, protein, vitamin dan mineral), serta dapat menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh.

## **SIMPULAN**

Tujuan dari studi ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan gizi seimbang pada anak, serta dapat mengembangkan intervensi yang lebih terarah dengan pendekatan bio-psiko-sosio-spiritual yang dapat memberikan peningkatan pengetahuan gizi pada anak dan meningkatkan kesadaran pentingnya gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak.

## **SARAN**

Berdasarkan temuan dari studi literatur review berikut adalah saran secara singkat untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada anak yaitu dengan cara edukasi ibu, pendidikan di sekolah, pendekatan holistik, dukungan ekonomi dan kolaborasi stakeholder dengan implementasi ini pengetahuan dan penerapan gizi seimbang pada anak dapat meningkat secara menyeluruh.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, S., Sari, C. K., Isnaningsih, T., Khamid, A., Thaibah, U. H. (2024). Hubungan Perilaku Hidup Sehat dan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Anak SD. *Jurnal Ilmiah Permas*, 14(2), 531-538. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1979/1260>
- Anik Supriani, N., Nanik Nur Rosyidah, H., Herlina Herlina, Yulianto Yulianto, Rina Widiyawati, Rachmad Sholeh, & Fahrur Rijal Ardiyanto. (2022). Pemeriksaan Kesehatan Serta Sosialisasi Peningkatan Kesehatan Ibu dan Anak untuk Mencegah Stunting. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 2(3), 63–71. <https://doi.org/10.55606/jpikes.v2i3.704>
- Arifuddin, A., Prihatni, Y., Setiawan, A., Wahyuni, R. D., Nur, A. F., Dyastuti, N. E., & Arifuddin, H. (2023). Epidemiological Model of Stunting Determinants in Indonesia. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2), 224–234. <https://doi.org/10.22487/htj.v9i2.928>
- Ayu, Niken, dkk. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemberian Gizi Seimbang dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Keperawatan*, 14, 27–38.
- Dekasari, Y., & Gunawan, T. (2024). Upaya Pencegahan Stunting pada Anak balita di Indonesia: Pengabdian di Kabupaten Pesawaran. *JPKM i Journal.Danisapublisher.Id*, 2024(2), 129. <https://journal.danisapublisher.id/>
- Fajriani, F., Aritonang, E. Y., & Nasution, Z. (2020). Hubungan pengetahuan, sikap dan tindakan gizi seimbang keluarga dengan status gizi anak balita usia 2-5 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(01), 1-11. <https://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm/article/view/470>
- Fauziah, J., Trisnawati, K. D., Rini, K. P. S., & Putri, S. U. (2023). Stunting: Penyebab, Gejala, dan Pencegahan. *Jurnal Parenting Dan Anak*, 1(2), 11. <https://doi.org/10.47134/jpa.v1i2.220>
- Fitriana, V., Cahyanti, L., Yuliana, A. R., Holifah, Y. H., Cahyaningrum, Z., & Rusmiyati, E. (2022). Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Dasar dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 3(2), 114–122. <https://doi.org/10.36308/jabi.v3i2.443>
- Gea, N. Y. K., Junita, F., Purwanti, E., Meliyana, E., Silvyana, A. E., & Siantar, R. L. (2023). Penerapan Gizi Seimbang pada Bayi dan Balita Umur 0-6 tahun di RT 02/RW 04 Kelurahan Sepanjang Jaya. *Proficio*, 5(1), 206–210. <https://doi.org/10.36728/jpf.v5i1.2945>
- Jannah, M., & Kusumaningrum, I. (2021). Analisis Obesitas pada Anak Sekolah Dasar Berdasarkan Pengetahuan, Sikap, dan Paparan Informasi Tentang Gizi Seimbang. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(3), 67–73. <https://arteri.sinergis.org/index.php/arteri/article/view/168>
- Kuswanti, I., & Azzahra, S. K. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pemenuhan Gizi Seimbang dengan Perilaku Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 15–22. <https://doi.org/10.36419/jki.v13i1.560>

- Kuswanti, I., & Khairani Azzahra, S. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pemenuhan Gizi Seimbang dengan Perilaku Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 15–22. <https://doi.org/10.36419/jki.v13i1.560>
- Putri, V. H., Sitoayu, L., & Ronitawati, P. (2021). Pengaruh media AR Book terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Anak Usia Sekolah Aceh. *Nutrition Journal*, 118–127. <https://doi.org/10.30867/action.v6i2.380>
- Rahmiati, B. F. (2021). Hubungan Peran Teman dengan Pemilihan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar. *Nutriology: Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*, 2(1), 87–94. <https://doi.org/10.30812/nutriology.v2i1.1240>
- Sahroji, Q. N., Hidayat, R., & Nababan, R. (2022). Implementasi Kebijakan Dinas Kesehatan dalam Penanganan Stunting di Kabupaten Karawang. *Jurnal Pemerintahan Dan Politik*, 7(1), 34–39. <https://doi.org/10.36982/jpg.v7i1.1983>
- Setiyaningrum, S., & Duvita Wahyani, A. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Keluarga Sadar Gizi dengan Status Gizi Anak Balita. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 1(02), 33–40. <http://jurnal.umus.ac.id/index.php/JIGK/article/view/140>
- Sari, N. A. M. E., Mirayanti, N. A. K., & Adriana, K. R. F. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemberian Gizi Seimbang dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Keperawatan*, 14(S1), 27–38. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14iS1.4>
- Sundari, S., & Khayati, Y. N. (2020). Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi Balita. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(1), 17–22. <https://doi.org/10.35473/ijm.v3i1.343>
- Suriany Simamora, R., & Kresnawati, P. (2021). Pemenuhan Pola Makan Gizi Seimbang dalam Penanganan Stunting pada Balita di Wilayah Puskesmas Kecamatan Rawalumbu Bekasi. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 11(1), 34–45. <https://doi.org/10.52643/jbik.v11i1.1345>
- Wahyuni, S., Wahyuningsih, A., & Hartati, L. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Balita Usia 24-35 Bulan di Desa Manjung Ngawen, Klaten. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(2), 42–47. <https://doi.org/10.61902/involusi.v12i2.426>