

Gerakan Gemar Makan Sayur (“Gemas”) Melalui Olahan Puding Untuk Cegah Stunting

Dian Anisia Widyaningrum¹, Priyoto², Devita Anugrah Anggraini³

^{1,2,3}STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Jalan Taman Praja No 25 Taman Madiun

e-mail: dianwijaya2710@gmail.com, priyo2014@gmail.com, devita.anugrah466@gmail.com

Abstrak

Secara global masih dihadapkan permasalahan serius yaitu 22% anak balita mengalami stunting dan Indonesia menjadi negara kelima dengan proporsi balita tertinggi mengalami stunting sebesar 37%. Stunting merupakan masalah kesehatan yang berdampak sangat panjang untuk kehidupan seseorang dan berkontribusi 17% dari seluruh kematian anak. Hal yang harus diperhatikan dalam pencegahan stunting yaitu perbaikan pola asuh, perbaikan sanitasi dan air bersih, serta pola makan. Sayur-sayuran hijau merupakan salah satu makanan yang mengandung kalsium dan dibutuhkan anak-anak untuk mencegah terjadinya stunting. Dan puding merupakan makanan ringan bertekstur kenyal yang sangat digemari oleh anak-anak, sehingga pemilihan menu puding sayuran sebagai makanan tambahan untuk mencegah stunting dipercaya dapat menarik minat anak-anak untuk mengkonsumsinya. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk edukasi gerakan gemar makan sayur (“gemas”) melalui olahan puding untuk cegah stunting. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini terdiri dari tiga tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap pelaksanaan dilakukan pengecekan status gizi balita dan edukasi terkait stunting dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur bayam untuk makanan tambahan balita. Hasil pengabdian masyarakat, masyarakat telah memperoleh pengetahuan yang baik tentang stunting dan cara membuat puding sayur. Edukasi masyarakat dalam meningkatkan kegemaran balita mengkonsumsi sayur melalui puding direkomendasikan untuk dapat disebarluaskan pada masyarakat sekitar dengan harapan dapat mencegah terjadinya stunting pada balita

Kata kunci: edukasi kesehatan, puding sayur, stunting

1. PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan periode 2020-2024 diprioritaskan pada tiga program yaitu penurunan angka kematian ibu, penurunan prevalensi balita pendek (stunting), serta peningkatan kepesertaan JKN (Jaminan Kesehatan Nasional). Peningkatan status gizi masyarakat merupakan upaya penurunan prevalensi balita pendek (stunting) menjadi salah satu prioritas dalam sasaran pokok Rencana Pembangunan Jangka Menengah Tahun 2020-2024 (RPJMN, 2019).

Status gizi balita merupakan salah satu cerminan keadaan gizi masyarakat luas. Saat Ini Indonesia masih dihadapkan pada masalah stunting yang cukup serius sebagai Negara ke-5 dengan proporsi balita tertinggi mengalami stunting (37%), terdapat 9 juta balita atau lebih dari sepertiga jumlah balita di Indonesia mengalami masalah gizi yakni stunting. Stunting adalah kurangnya zat gizi berupa energi dan protein dalam jangka panjang yang ditandai dengan kurangnya tinggi badan menurut umur. Usia balita adalah periode emas pertumbuhan dan perkembangan anak, pada masa ini sangat penting menjaga asupan zat gizi serta pola hidup sehat yang akan menentukan pertumbuhan dan perkembangan balita dimasa depan. Kurangnya asupan gizi pada masa ini dapat berakibat timbulnya masalah gizi diantaranya masalah stunting (Afiah, dkk, 2020).

Received November 30, 2022; Revised Desember 2, 2022; Januari 20, 2023

Hasil Riset kesehatan Dasar menunjukkan ada penurunan angka stunting dari 37,2 persen pada Riskesdas tahun 2013 menjadi 30,8 persen pada Riskesdas tahun 2018. Persentase ini termasuk tinggi, karena mengacu dari data WHO yang prevalensinya harus kurang dari 20 persen. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, persentase kurangnya konsumsi buah dan sayur di Indonesia adalah 95,5%. Sedangkan, persentase pada kelompok anak usia sekolah lebih tinggi yaitu sekitar 96%. Hal tersebut sangat disayangkan mengingat pentingnya manfaat dari mengonsumsi sayur dan buah sangat luas dan sangat esensial untuk tubuh, salah satunya dapat meningkatkan kekebalan tubuh karena kaya akan vitamin C. WHO menganjurkan konsumsi sayur dan buah-buahan sebanyak 400 gram per orang per hari, yang terdiri dari 250 gram sayur dan 150 gram buah.

Dampak yang ditimbulkan akibat stunting dalam kehidupan selanjutnya adalah dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek yaitu peningkatan kejadian kesakitan dan kematian, perkembangan kognitif, motorik dan verbal tidak optimal serta peningkatan biaya kesehatan. Dampak jangka panjang stunting yaitu postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa, meningkatnya resiko obesitas dan penyakit lain, menurunnya kesehatan reproduksi, kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat masa sekolah serta produktivitas dan kapasitas kerja yang tidak optimal (WHO, 2014).

Pencegahan stunting memerlukan intervensi gizi yang terpadu, mencakup intervensi gizi spesifik dan gizi sensitif. Pengalaman global menunjukkan bahwa penyelenggaraan intervensi terpadu yang melibatkan lintas sektor dan menysasar kelompok prioritas di lokasi prioritas merupakan kunci keberhasilan perbaikan gizi dan tumbuh kembang anak, yang pada akhirnya membantu terhadap pencegahan stunting (Kemenkes RI, 2018). Gizi kurang menjadi salah satu penyebab stunting sehingga permasalahan ini harus segera diatasi. Gizi kurang pada balita disebabkan oleh beberapa faktor yang kemudian diklasifikasikan sebagai penyebab langsung dan penyebab tidak langsung. Gizi kurang secara langsung disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan dan adanya penyakit infeksi. Makin bertambah usia anak maka makin bertambah pula kebutuhannya. Penyebab tidak langsung yaitu ketahanan pangan di keluarga, polapengasuhan anak, serta pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan (Beal dkk, 2018).

Produk olahan puding dapat digunakan sebagai sumber makanan untuk penambahan gizi. Puding yang dibuat dari sayur dan buah dapat meningkatkan kandungan gizi dan vitamin. Puding merupakan salah satu jenis makanan penutup (*dessert*) yang digemari oleh banyak masyarakat dari berbagai usia. Puding banyak diminati karena rasanya yang manis dan teksturnya yang lembut. Penambahan dengan menggunakan buah-buahan atau sayuran pada puding dapat meningkatkan nilai gizi puding salah satunya dengan penambahan sayur bayam. Bayam juga merupakan salah satu sayuran yang mudah diperoleh oleh masyarakat di desa dan sering dikonsumsi. Bayam (*Amaranthus spp, L*) merupakan sayuran sumber zat gizi, yang banyak mengandung vitamin A, vitamin C dan kalsium. Selain itu bayam juga mengandung karotenoid dan flavonoid yang merupakan zat aktif dengan khasiat antioksidan. Jenis karotenoid utama dalam bayam adalah beta karoten sedangkan zat aktif lainnya adalah klorofil. Jenis flavonoid yang terkandung di dalam bayam adalah kuersetin yang merupakan antioksidan kuat yang mampu menangkap radikal bebas dan menghambat oksidasi kolesterol LDL. Ada dua jenis bayam yaitu bayam hijau dan bayam merah. Keduanya kaya vitamin C, tetapi bayam hijau lebih kaya vitamin A sedangkan bayam merah lebih banyak mengandung zat besi (Suwita, 2011).

Dalam rangka ikut mengedukasi masyarakat agar meningkatkan kegemaran balita mengonsumsi sayur melalui puding sayur, maka Prodi Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi kesehatan dengan tetap mematuhi protokol kesehatan dengan judul : *Gerakan Gemar Makan Sayur ("Gemas") Melalui Olahan Puding Untuk Cegah Stunting*. Kegiatan tersebut dilakukan dalam beberapa rangkain

mulai dari pemeriksaan status gizi balita, edukasi, tanya jawab, demonstrasi pembuatan puding, dan pemberian doorprize bagi masyarakat yang sudah berpartisipasi dalam kegiatan ini.

2. METODE PENGABDIAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tawangrejo Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan. Program ini ditujukan untuk ibu-ibu yang memiliki balita sejumlah 55 orang dan dilaksanakan pada bulan Februari 2022. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini terdiri dari tiga tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi :

1. Tahap persiapan dimulai dengan survey tempat pelaksanaan kegiatan, kemudian FGD dengan aparatur desa dan petugas kesehatan (baik perawat desa, bidan desa, maupun kader kesehatan) terkait dengan masalah kesehatan yang dihadapi masyarakat Desa Tawangrejo. Selanjutnya, tim pengabdian menyusun rencana solusi terhadap permasalahan tersebut. Dan diakhir tahap ini, tim melakukan pembuatan proposal dan penyelesaian administrasi perijinan tempat atau lokasi pengabdian masyarakat, pembuatan media promosi kesehatan, dan pengadaan alat dan bahan untuk demonstrasi pembuatan puding sayur. Sebelum pemberian edukasi, tim melakukan pemeriksaan status gizi balita seperti pengukuran tinggi dan berat badan, dan wawancara serta pengukuran pengetahuan ibu-ibu tentang stunting dan pencegahannya dengan pemberian puding sayur.
2. Tahap pelaksanaan dengan melakukan edukasi terkait stunting dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur untuk makanan tambahan balita. Kegiatan ini diikuti oleh ibu-ibu yang memiliki balita di Desa Tawangrejo Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan sejumlah 55 orang, 5 orang kader, perawat dan bidan Desa Tawangrejo, dan 2 dosen serta 8 mahasiswa STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun. Pelaksanaan edukasi terdiri dari 2 materi : 1) Konsep Stunting : pengertian stunting, penyebab stunting, tanda dan gejala stunting, pencegahan stunting, 2) Konsep Puding Sayur : pengertian puding, manfaat bayam, dan cara pembuatan puding bayam. Kemudian dilanjutkan demonstrasi cara pembuatan puding sayur bayam untuk makanan tambahan balita.
3. Tahap evaluasi pelaksanaan program bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang stunting dan cara membuat puding sayur. Evaluasi dilakukan dengan cara tanya jawab setelah pemberian materi dan pemberian kuesioner tingkat pengetahuan ibu-ibu yang memiliki balita.)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Data Umum Ibu

Data Umum	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Ibu		
<20 tahun	16	29,09
20-35 tahun	30	54,55
>35 tahun	9	16,36
Jumlah	55	100
Pendidikan Terakhir		
SD-SMP	8	14,55
SMA	38	69,09
D3/ S1	9	16,36

Jumlah	55	100
Pekerjaan		
IRT	21	38,18
Karyawan Swasta	11	20
Wiraswasta	14	25,46
PNS	9	16,36
Jumlah	55	100

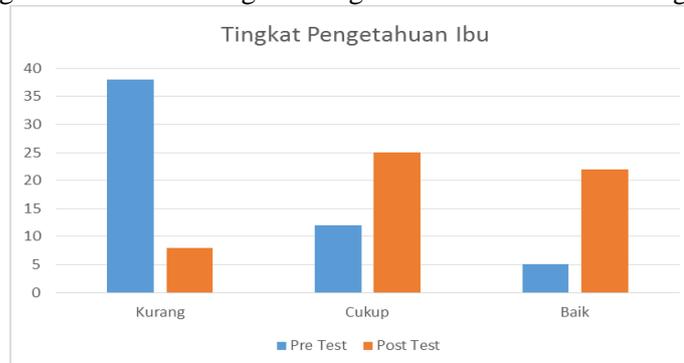
Berdasarkan Tabel 1, distribusi data umum ibu, sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebanyak 30 orang (54,55%). Dan pendidikan terakhir paling banyak adalah SMA dengan jumlah 38 orang (69,09%). Selanjutnya berdasarkan pekerjaan ibu, terbanyak adalah IRT sebanyak 21 orang (38,18%).

Tabel 2. Data Umum Anak

Data Umum	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Anak		
1-3 tahun	19	34,55
4-5 tahun	36	65,45
Jumlah	55	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	21	38,18
Perempuan	34	61,82
Jumlah	55	100
Status Gizi		
Gizi buruk	3	5,45
Gizi kurang	7	12,73
Gizi baik	36	65,46
Obesitas	9	16,36
Jumlah	55	100

Berdasarkan Tabel 2, distribusi data umum anak, sebagian besar responden berusia 4-5 tahun sebanyak 36 orang (65,45%). Dan jenis kelamin paling banyak adalah perempuan dengan jumlah 34 orang (61,82%). Selanjutnya berdasarkan status gizi, terbanyak adalah gizi baik sebanyak 36 orang (65,46%).

Gambar 1. Pengetahuan Ibu Tentang Stunting dan Cara Membuat Puding Sayur



Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa sebelum dilaksanakan edukasi terkait stunting dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur untuk makanan tambahan balita, tingkat pengetahuan ibu sebagian besar adalah kurang sebanyak 38 orang (69,09 %). Dan

setelah dilaksanakan program edukasi, tingkat pengetahuan ibu sebagian besar adalah cukup sebanyak 25 orang (45,45 %).

Gambar 2. Perubahan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting dan Cara Membuat Puding Sayur



Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa setelah dilaksanakan edukasi terkait stunting dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur untuk makanan tambahan balita, perubahan tingkat pengetahuan ibu sebagian besar adalah meningkat sebanyak 47 orang (85 %). Dan sebagian kecil, perubahan pengetahuan ibu menunjukkan penurunan sebanyak 1 orang (2 %).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan berupa edukasi terkait stunting dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur untuk makanan tambahan balita pada ibu-ibu yang memiliki balita di Desa Tawangrejo Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan telah dilaksanakan dengan lancar dan baik. Pada hari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat diikuti 55 masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai pukul 09.00 WIB di aula Desa Tawangrejo yang dilaksanakan oleh panitia pengabdian kepada masyarakat yang terdiri dari 2 dosen dan perwakilan mahasiswa sebanyak 8 mahasiswa STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan mengikuti protokol kesehatan dimana peserta, tim dosen, dan mahasiswa kegiatan diwajibkan menggunakan masker, menjaga jarak, dan mencuci tangan untuk menghindari penularan covid-19. Kegiatan inti terdiri dari 3 sesi acara yaitu sesi pemaparan materi selama ±40 menit, diskusi selama 20 menit, dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur bayam untuk makanan tambahan balita.

Pada sesi penyuluhan materi tim pelaksana memberikan edukasi tentang pencegahan obesitas di masa pandemi pada masyarakat terdiri dari beberapa 2 materi : 1) Konsep Stunting : pengertian stunting, penyebab stunting, tanda dan gejala stunting, pencegahan stunting, 2) Konsep Puding Sayur : pengertian puding, manfaat bayam, dan cara pembuatan puding bayam. Setelah sesi penyuluhan kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab dan pengisian post test untuk pengetahuan ibu. Kemudian dilanjutkan demonstrasi cara pembuatan puding sayur bayam untuk makanan tambahan balita.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh panitia bahwa peserta sangat antusias dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dikarenakan berkaitan dengan stunting dan pencegahannya dengan pembuatan puding sayur. Dari hasil wawancara dengan ibu-ibu didapatkan data bahwa ibu-ibu mengeluh selama ini banyak anaknya yang suka memilih-milih makanan dan tidak menyukai sayur. Ada beberapa peserta yang telah melakukan berbagai upaya untuk mencegah stunting dan membuat anaknya menyukai sayur di rumah seperti dengan membelikan produk vitamin sebagai pengganti sayur, membuat jus buah-buahan, dan menambahkan bumbu penyedap pada olahan sayurannya. Namun ada juga peserta yang belum mengetahui pentingnya mencegah stunting. Dalam sesi diskusi dan tanya jawab peserta

memberikan beberapa pertanyaan yang sangat antusias. Pertanyaannya berkaitan dengan berapa berat badan dan tinggi badan normal, serta pertanyaan yang berkaitan dengan bagaimana caranya agar anak-anak menyukai sayur dan buah. Dengan adanya pemaparan ini, ibu-ibu terlihat lebih paham dan mengerti akan pentingnya mencegah stunting dan melakukan demonstrasi cara pembuatan puding sayur bayam untuk makanan tambahan balita.

Berdasarkan evaluasi program pengabdian masyarakat, tingkat pengetahuan masyarakat tentang stunting dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur untuk makanan tambahan balita setelah dilakukan edukasi kesehatan adalah pada kategori cukup sebanyak 25 orang (45,45 %). Pada dasarnya, pengetahuan merupakan hasil penginderaan terhadap suatu objek melalui panca indera manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba (Naelasari 2021). Pengetahuan ibu yang baik mengenai pemberian makanan tambahan yang tepat terbukti meningkatkan status gizi dan kesehatan anak. Kegiatan mengedukasi tentang pentingnya pemberian makanan tambahan pada ibu dapat meningkatkan perilaku ibu tentang cara pemberian makanan pendamping yang baik dan memenuhi persyaratan tepat waktu, bergizi lengkap, cukup dan seimbang (Purnama, dkk, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Salman dkk, 2017) tentang hubungan pengetahuan gizi ibu dengan kejadian stunting pada balita di Desa Buhu di Kecamatan Talaga Jaya Kabupaten Gorontalo, menunjukkan bahwa balita normal sebanyak 50,9% sedangkan balita yang mengalami stunting sebanyak 49,1%. Hasil penelitian ini berbanding terbalik dengan disimpulkan bahwa pengetahuan gizi ibu yang kurang baik tidak selalu mempengaruhi tingkat kejadian stunting pada anak/balitanya. Karenanya ibu harus memiliki pengetahuan gizi yang baik, agar tumbuh kembang balitanya dapat optimal. Menurut Notoatmodjo pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu penciuman, penglihatan, pendengaran dan raba. Pengetahuan adalah keseluruhan gagasan, ide, yang dimiliki manusia tentang dunia seisinya termasuk manusia dan kehidupannya. Faktor- faktor yang mempengaruhi adalah tingkat pendidikan ibu berhubungan dengan tingkat pengetahuan gizi ibu, yang berarti semakin tinggi pendidikan ibu dari anak balita maka tingkat pengetahuan gizi ibu semakin baik, ibu yang berpendidikan lebih tinggi cenderung lebih mudah mengerti dan memahami informasi yang diberikan dibandingkan dengan ibu yang berpendidikan rendah.

Pengabdian kepada masyarakat di Desa Tawangrejo Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan yang memperoleh hasil pada peningkatan pengetahuan masyarakat terkait stunting dan pencegahannya dengan pembuatan puding sayur. Dari hasil wawancara dengan beberapa masyarakat bahwa setelah dilakukan edukasi ini, masyarakat terlihat antusias dan bahkan mengharapkan kegiatan ini dapat berlanjut dengan pemeriksaan kesehatan gratis dan pemberian materi yang lainnya terutama yang bertujuan untuk tumbuh kembang anak/ balita. Edukasi tentang stunting dan pencegahannya dengan pembuatan puding sayur ini seharusnya dilaksanakan dan dikembangkan secara kontinyu untuk pengetahuan dan kewaspadaan ibu dalam mencegah terjadinya stunting pada balita. Kegiatan dapat berupa pemeriksaan kesehatan dan tumbuh kembang anak berkelanjutan, konseling, upaya pencegahan stunting secara rutin, mengkonsumsi makanan sesuai kebutuhan, penyuluhan secara berkelanjutan kepada ibu yang memiliki balita. Hal ini juga perlu dukungan dari keluarga dan dinas kesehatan setempat.

4. SIMPULAN

Edukasi terkait stunting dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur untuk makanan tambahan balita berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu yang memiliki balita Desa Tawangrejo Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan. Dengan demikian, akan terwujud pencegahan stunting karena anak akan diperkenalkan dan dibiasakan makan sayur dengan cara yang menyenangkan yaitu mengkombinasikan sayuran dalam olahan menu makanan lain. Dan kegiatan ini merupakan suatu sarana bagi dosen, mahasiswa, dan masyarakat untuk menjembatani ilmu keperawatan kepada masyarakat dan suatu bentuk pemberdayaan masyarakat dalam upaya pencegahan stunting pada balita.

5. SARAN

Edukasi terkait stunting dan demonstrasi cara pembuatan puding sayur untuk makanan tambahan balita direkomendasikan untuk dilakukan sebagai bentuk kerjasama Dinas Kesehatan dan pemerintah setempat sehingga ibu yang memiliki balita dapat meningkatkan gizi anak dalam rangka pencegahan stunting. Selain itu, ibu-ibu yang memiliki balita dapat melakukan pencegahan stunting dengan cara lain yaitu tetap memberikan ASI eksklusif sampai 2 tahun dan dampingi dengan pemberian MP ASI sehat, menjaga kebersihan, serta terus memantau tumbuh kembang anak. Serta diharapkan instansi pendidikan dan klinisi aktif dalam meningkatkan pengetahuan dengan menggunakan berbagai media edukasi yang tepat dan praktis bagi masyarakat di desa. Serta harapannya kegiatan ini bisa secara kontinyu dilakukan sebagai bentuk kerjasama Dinas Kesehatan dan institusi STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun pada tatanan pelayanan kesehatan di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIKES dan LPPM STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah membiayai pengabdian masyarakat ini dan responden yang telah bersedia untuk dijadikan responden dalam kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Dinas Desa Tawangrejo Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan, Kepala Puskesmas Kecamatan Takeran, Perawat dan Bidan Desa Tawangrejo serta semua pihak yang turut berpartisipasi pada penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiah, N., Asrianti, T., Mulyana, D., Risva. 2020. Rendahnya Konsumsi Protein Hewani Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Balita Di Kota Samarinda. *Jurnal Nutrire Diaita*, vol 12 No 1, hal 23-28. <https://ejournal.esaunggul.ac.id/index.php/Nutrire/article/download/3115/2650>
- Beal, T. et al. 2018. A review of child stunting determinants in Indonesia. *Journal Maternal and Child Nutrition*, 14(4), hal. 1–10. doi: 10.1111/mcn.12617
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI
- KPPN/Bappenas. 2019. Rancangan Teknokratik Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional.
- Naelasari, D. N., Zulkhakim, & Syamsussabri, M. 2021. Sosialisasi Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Alat Pemasaran Produk Hasil Perikanan di Desa Sigerongan. *Abdonesia: Jurnal*

- Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 29–35. <https://unu-ntb.e-journal.id/abdinesia/article/view/114>.
- Purnama, R.C., Yulyani, V., Atina, Oktavio, A.R.A., Anggraeni, D. 2022. Puding Bayam Sebagai Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, Vol 5 No 1 hal 4003-4013. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/7527/pdf>
- Salman, Arbie, F. Y., & Humolungo, Y. 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Balita Di Desa Buhu Kecamatan Talaga Jaya Kabupaten Gorontalo. *Health and Nutritions Journal*, 3(1). <https://jurnal.poltekkesgorontalo.ac.id/index.php/JHN/article/view/119>
- Suwita, I Komang, dkk. 2011. *Pemanfaatan Bayam Merah Untuk Meningkatkan Kadar Zat Besi Dan Serat Pada Mie Kering*. Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan : Kemenkes Malang
- World Health Organisation (WHO). 2014, *WHA Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief*. Geneva