

Sosialisasi konsumsi makanan sehat seimbang usia *golden age* untuk pencegah *Stunting* di Posyandu Wonodadi 2 Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat

Nur Endah Saputri¹, Dela Heraini²

¹Program Studi Ilmu dan Teknologi Pangan, Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat, Indonesia

²Program Studi Peternakan, Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat, Indonesia

Penulis korespondensi : Nur Endah Saputri
E-mail : nur.endah@faperta.untan.ac.id

Diterima: 14 April 2024 | Direvisi: 06 Mei 2024 | Disetujui: 07 Mei 2024 | © Penulis 2024

Abstrak

Stunting merupakan kondisi malnutrisi umumnya disebabkan oleh konsumsi asupan dengan gizi kurang, menderita penyakit tertentu, dan pola asuh anak yang kurang baik. Hal ini menyebabkan hambatan pertumbuhan dari janin hingga dua tahun pertama kehidupan anak, ditandai dengan pertumbuhan yang tidak sesuai dengan usia mereka. Maka dari itu kegiatan penyuluhan sosialisasi yang dilakukan di Posyandu Wonodadi 2 bertujuan sebagai awal langkah pencegahan *stunting* pada anak di masa pertumbuhan. Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode ceramah, dan diskusi terbuka berupa penyampaian materi mengenai pengenalan makanan sehat bergizi dan seimbang. Kegiatan ini dilaksanakan pada Senin, 7 Maret 2022 dengan melibatkan 25 orang peserta dengan 6 indikator capaian (kepuasan dalam pelayanan, tanya jawab diskusi, pemenuhan aspek Teknologi Tepat Guna, Pelaksanaan monitoring berkala, peningkatan standar kesehatan) yang dituangkan dalam kuisioner evaluasi hasil kegiatan dengan poin (Tidak Puas, Kurang Puas, Puas, Sangat Puas). Melalui peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konsumsi makanan seimbang, diharapkan dapat mengurangi kasus *stunting* dalam komunitas tersebut. Manfaat dari kegiatan ini meliputi peningkatan kesehatan secara keseluruhan bagi individu usia emas dan generasi mendatang, peningkatan kualitas hidup, dan produktivitas masyarakat. Implikasi dari penelitian ini melampaui tingkat individu, memberikan kontribusi positif bagi kesejahteraan masyarakat dan pemerintah setempat.

Kata kunci: gizi anak; makanan sehat seimbang; *stunting*.

Abstract

Stunting is a condition of malnutrition commonly caused by inadequate nutrient intake, certain illnesses, and poor child-rearing practices. It leads to growth impediments from the fetus to the first two years of a child's life, characterized by growth not matching their age. Therefore, the educational outreach activities conducted at Posyandu Wonodadi 2 aim as an initial step in preventing *stunting* during childhood growth. This activity is carried out through lectures and open discussions, focusing on imparting knowledge about recognizing nutritious and balanced diets. Held on Monday, March 7, 2022, involving 25 participants, the activity had 6 achievement indicators (satisfaction in service, Q&A discussions, fulfillment of Appropriate Technology aspects, periodic monitoring implementation, improvement of health standards) assessed through an evaluation questionnaire with ratings (Not Satisfied, Less Satisfied, Satisfied, Very Satisfied). Through increased understanding and awareness of the importance of balanced nutrition, it is hoped that *stunting* cases in the community can be reduced. The benefits of this activity include overall health improvement for the elderly and future generations, enhancing quality of life, and community productivity. The implications of this research extend beyond individual levels, providing positive contributions to the welfare of the community and local government.

Keywords: balanced nutritional food; child nutrition; stunting.

PENDAHULUAN

Pangan asal hewani merupakan sumber gizi yang baik bagi tubuh. Namun hasil analisis oleh (Suryana, et al., 2019) menunjukkan mayoritas pola konsumsi masyarakat Indonesia yang masih diungguli pangan sumber karbohidrat dan nabati. Kesadaran masyarakat akan pentingnya pangan asal hewani masih relatif rendah terutama memiliki tingkat perekonomian dan pendapatan dibawah rata-rata. Hal ini akan berdampak juga terhadap konsumsi harian rumah tangga terutama jenis makanan yang diberikan ke anak-anak. Nilai gizi yang tidak seimbang berdampak pada penurunan kemampuan belajar, penurunan konsentrasi, stunting dan yang terburuk adalah berujung pada kematian anak. Anak dengan tinggi badan -2 standar deviasi (-2 SD) menurut umur (TB/U) maka dikatakan stunting. Stunting dapat menyebabkan gangguan pada perkembangan kognitif, verbal dan motorik, resiko obesitas, penyakit degeneratif serta kemungkinan sakit dan kematian yang meningkat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Prevalensi stunting tertinggi terdapat dalam rentang usia anak 24–59 bulan. Faktor yang menyebabkan stunting berkesinambungan dengan pertumbuhan dan perkembangan janin yang buruk sehingga menghambat pertumbuhan selama 2 tahun pertama kehidupan. Stunting didasari oleh keterkaitan kondisi asupan zat gizi kurang, resiko paparan tinggi terhadap penyakit dan pola asuh yang kurang baik. Dengan demikian menyebabkan gagal tumbuh diantaranya perkembangan fisik dan mental yang terhambat. Kalimantan Barat adalah provinsi dengan ranking nomor 8 angka stunting tertinggi di Indonesia. Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022 Kalimantan Barat memiliki prevalensi stunting nomor 8 dari seluruh provinsi di Indonesia yaitu sebesar 27.8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Data Pemantauan Status Gizi “ Hasil Riskesdas 2021 & Electronic Pencatatan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (E-PPGBM)” Provinsi Kalimantan Barat, yang diolah dalam FSVA Kalimantan Barat Tahun 2022 juga melaporkan Kalimantan Barat memiliki 9 wilayah dengan klasifikasi stunting sangat buruk, 35 dengan klasifikasi buruk, 58 dengan klasifikasi kurang dan 72 kecamatan memiliki klasifikasi baik (Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Kalimantan Barat, 2018). Hasil Pantauan Status Gizi (PSG) pada Tahun 2017 Kubu Raya memiliki prevalensi stunting sebesar 25,3%. Presentase tersebut menunjukkan bahwa 2-3 balita Kubu Raya mengalami stunting, malnutrisi 20 %, kurus 12,9 %, gemuk 6,6 %, serta ibu hamil mengalami energi kronis 5,6 % dan ibu hamil anemia sebesar 11,2 %. Oleh karena itu Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) kami bermaksud melakukan penyuluhan kepada ibu-ibu Posyandu Wonodadi 2 di Desa Arang Limbung, Kecamatan Sungai Raya, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat dengan tujuan sebagai langkah awal pencegahan stunting dengan banyak mengkonsumsi produk hasil peternakan. Masalah yang dihadapi oleh mitra antara lain 1) kebutuhan nutrisi pada bayi, balita, dan balita sangat penting untuk menunjang pertumbuhan yang optimal dan 2) kesadaran masyarakat khususnya orang tua terhadap gizi baik bagi anak-anak pada masa pertumbuhan. Kegiatan sosialisasi sebagai langkah awal pencegahan *stunting* dikawasan posyandu Wonodadi 2 ini dapat diukur melalui 6 indikator kegiatan (kepuasan dalam pelayanan, tanya jawab diskusi, pemenuhan aspek Teknologi Tepat Guna, Pelaksanaan monitoring berkala, peningkatan standar kesehatan) yang dituangkan dalam kuisisioner evaluasi hasil kegiatan dengan poin (Tidak Puas, Kurang Puas, Puas, Sangat Puas). Melalui peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konsumsi makanan seimbang, diharapkan dapat mengurangi kasus *stunting* dalam komunitas tersebut. Manfaat dari kegiatan ini meliputi peningkatan kesehatan secara keseluruhan bagi individu usia emas dan generasi mendatang, peningkatan kualitas hidup, dan produktivitas masyarakat. Implikasi dari penelitian ini melampaui tingkat individu, memberikan kontribusi positif bagi kesejahteraan masyarakat dan pemerintah setempat.

METODE

Mitra Kegiatan

Mitra kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Posyandu Wonodadi 2 Desa Arang Limbung Kecamatan Sungai Raya, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat. Sosialisasi ditujukan kepada ibu-ibu terdaftar pada Posyandu Wonodadi 2 yang memiliki bayi, balita, dan batita sebanyak 25 orang. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab mengenai permasalahan di tingkat rumah tangga mengenai penyajian menu sehat dan bergizi bagi buah hati. Kegiatan dilaksanakan pada Senin, 7 Maret 2022.

Pra-Pelaksanaan Program

Tahapan pra pelaksanaan merupakan tahap persiapan kegiatan sosialisai meliputi :

1. Survei Desa mitra bertujuan yang untuk mengetahui posyandu yang aktif melaksanakan imunisasi karena target sosialisasi adalah ibu-ibu yang memiliki bayi, batita, dan balita.
2. Perizinan pengajuan program penyuluhan dan sosialisasi dilakukan antara pihak pelaksana program dan Kepala Desa Desa Arang Limbung dan kader posyandu Wonodadi II. Bertujuan untuk melegalisasi program kegiatan sehingga diharapkan ibu-ibu yang tergabung pada posyandu Wonodadi II lebih antusias dalam mengikuti program penyuluhan.

Pelaksanaan Program

Tahap pelaksanaan program membutuhkan peralatan dan bahan guna menunjang jalannya kegiatan antara lain:

1. Pembelian alat dan bahan yang bertujuan untuk menunjang kegiatan penyuluhan dan sosialisasi program pada saat pelaksanaan.
2. Susunan acara merupakan rancangan teknis kegiatan penyuluhan sampai kegiatan evaluasi penyuluhan dan sosialisasi sehingga bisa berjalan dengan lancar.

Sosialisasi

Tahap sosialisasi menggunakan 2 jenis metode antara lain :

1. Metode Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan memberikan informasi kepada masyarakat mitra tentang makanan sehat seimbang asal hewani dan menu empat bintang bagi batita dan balita. Penyuluhan dilakukan secara oral dan visual dengan pemanfaatan laptop dan proyektor, serta modul materi penyuluhan.

2. Pengenalan Produk

Kegiatan ini bertujuan untuk memperkenalkan tentang produk olahan ternak dan manfaat produk olahan ternak dalam meningkatkan nilai gizi serta peningkatan kesejahteraan Ibu yang memiliki bayi, batita, dan balita.

Monitoring dan Evaluasi

Kegiatan ini dilaksanakan oleh tim pelaksana guna meninjau sejauh mana kelanjutan hasil penyuluhan terhadap praktek. Kegiatan sosialisasi sebagai langkah awal pencegahan *stunting* dikawasan posyandu Wonodadi 2 ini dapat diukur melalui 6 indikator kegiatan (kepuasan dalam pelayanan, tanya jawab diskusi, pemenuhan aspek Teknologi Tepat Guna, Pelaksanaan monitoring berkala, peningkatan standar kesehatan) yang dituangkan dalam kuisioner evaluasi hasil kegiatan dengan poin (Tidak Puas, Kurang Puas, Puas, Sangat Puas).

Pelaporan

Kegiatan ini dilakukan dengan membuat laporan akhir dari kegiatan dengan melampirkan dokumentasi kegiatan dari kegiatan penyuluhan dan sosialisasi konsumsi makanan sehat seimbang usia *golden age* untuk pencegah *stunting* di posyandu wonodadi 2.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi konsumsi makanan sehat seimbang usia *golden age* untuk pencegah *Stunting* di Posyandu Wonodadi 2 Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat

Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi

Sebelum kegiatan dimulai, berbagai persiapan dilakukan, mulai dari orientasi ke lokasi PKM, penentuan jadwal kegiatan, pembelian alat-alat dan bahan yang diperlukan, sampai dengan pembuatan spanduk. Kegiatan diawali dengan penyuluhan tentang sosialisasi konsumsi makanan sehat seimbang usia golden age untuk pencegah stunting di posyandu wonodadi 2. Kegiatan program dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan dan Sosialisasi Stunting di Posyandu Wonodadi 2.
Senin, 7 Maret 2022

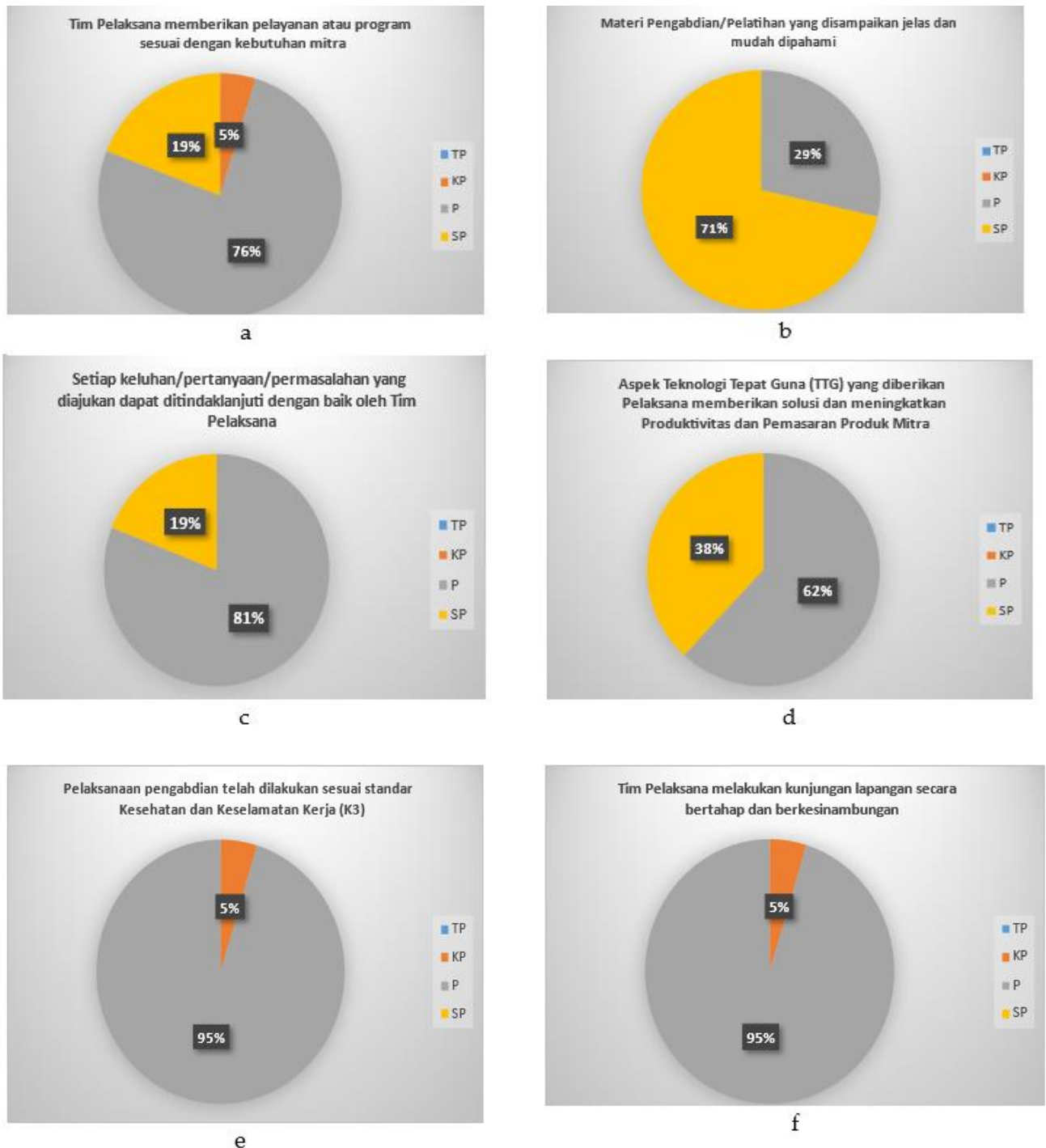
Penyuluhan diawali dengan sosialisasi pentingnya gizi seimbang yang diberikan ke anak-anak pada masa pertumbuhan. Kebiasaan pada pola makan anak mempunyai keterkaitan tinggi dengan kesadaran dan pengetahuan orang tua, terutama seorang ibu. Ibu mempunyai peran yang krusial untuk menyiapkan dan menghadirkan makanan pada anak (Mardhiati, 2019). Produk-produk hewani yang dikonsumsi maupun menu 4 bintang yang terdiri dari protein hewani, protein nabati, lemak, karbohidrat dan serat yang berasal dari buah dan sayur. Ini merupakan komposisi menu gizi seimbang baik untuk anak maupun orang dewasa. Adapun kebutuhan gizi makro harian yang harus dipenuhi balita usia satu sampai tiga tahun meliputi: Protein: 26 gram, Lemak: 44 gram, Air: 1200 milimeter (ml), Karbohidrat: 155 gram, Serat: 16 gram dan Energi: 1125 kilo kalori (kcal) (Peraturan Menteri Kesehatan RI, 2019). Pola asupan atau feeding rules anak sejak dimulainya MPASI maupun anak dengan usia 1-3 Tahun harus mengkonsumsi makanan sehat seimbang dengan jumlah 3 kali makan utama dan 2 kali makanan selingan. Menu makanan utama dapat disesuaikan dengan menu keluarga dan makanan selingan harus makanan yang disesuaikan dengan usia anak atau dapat dibuat dari bahan dasar kearifan lokal. (Ghinanda, et al., 2022) menyebutkan bahwa terdapat hubungan mengenai pola penerapan basic feeding rules dengan status gizi balita usia 6 – 24 bulan. Hal ini juga merupakan rekomendasi dari Ikatan Dokter Indonesia (IDAI) yang menyebutkan bahwa pemberian makanan sesuai dengan aturan atau feeding rules yang benar dapat dikenalkan sejak dimulainya MPASI. Pengetahuan ibu mengenai aturan dan jadwal makan anak berkaitan dengan fenomena Gerakan Tutup Mulut (GTM) pada anak.

Protein hewani berperan terhadap pertumbuhan dan perkembangan struktur tubuh anak dari mulai pertumbuhan otot, tulang, dan kulit serta dapat menggantikan jaringan tubuh yang rusak (Sholikhah & Dewi, 2022). Beberapa jenis bahan pangan yang berasal dari sumber hewani dan memiliki kandungan tinggi protein yaitu susu, telur, daging merah, ayam, serta ikan dan seafood. Sedangkan protein dari sumber nabati seperti kacang-kacangan, biji-bijian, dan sayuran memiliki kandungan protein lebih rendah. Meskipun demikian (Diana, 2009) dalam (Norra, 2021) menyebutkan bahwa sumber protein hewani adalah sumber yang baik metabolisme dalam tubuh karena memiliki kualitas (nilai gizi) yang lebih tinggi dari pada protein dari sumber nabati baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Yorris dkk (2016) juga menjelaskan bahwa daging tidak hanya mengandung asam amino esensial yang lengkap, selain itu juga mengandung vitamin dan zat besi yang mudah diserap oleh tubuh. Daya cerna protein hewani juga lebih tinggi dan juga banyak ditemukan dalam bentuk

Sosialisasi konsumsi makanan sehat seimbang usia golden age untuk pencegah Stunting di Posyandu Wonodadi 2 Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat

berikatan dengan lemak sehingga menambah total energi (Yoris, et al., 2016). Pembagian paket menu gizi seimbang dapat dilihat pada Gambar 3.

Pelaksanaan Program



Gambar 2. Data pelaksanaan dengan kebutuhan mitra; (b) Materi yang mudah dipahami; (c) Diskusi dan tanya jawab dapat menjawab permasalahan mitra; (d) Peningkatan produktivitas mitra melalui aspek Teknologi Tepat Guna; (e) Pelaksanaan kegiatan yang sesuai standar K3; (f) Monitoring secara bertahap

Berdasarkan data pada Gambar 2. bahwa terdapat 6 indikator pelaksanaan program sosialisasi ini yang dituangkan dalam bentuk kuisisioner dan evaluasi kerja dengan 5 poin (TP = Tidak

Puas; KP= Kurang Puas; P= Puas; SP; Sangat Puas). Pada indikator satu (a) terlihat bahwa penyampaian sosialisasi kegiatan PKM ini sangat tentang *stunting* ini sangat sesuai dengan kebutuhan masyarakat mitra dengan indikator puas dan sangat puas secara berturut-turut 76 dan 19%. Selanjutnya, ketercapaian dari keberhasilan program ini secara terukur dapat dilihat dari tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang mudah diterima masyarakat dalam data diatas **gambar (b)** terlihat bahwa antusiasme masyarakat Posyandu Wonodadi 2 sangat tinggi terhadap penyampaian materi, sehingga masyarakat akan dapat memahami secara utuh materi mengenai penyediaan menu sehat sebagai langkah awal pencegahan *stunting* ditingkat rumah tangga. Metode yang dilaksanakan dalam kegiatan sosialisasi berupa ceramah dan diskusi juga dinilai efektif dalam memecahkan masalah dan keluhan yang terjadi pada masyarakat mitra yang disajikan dalam diagram gambar (c), sehingga hasil ini dapat diukur ketercapaian program sebanyak 81 dan 19% masyarakat menyatakan puas dan sangat puas dengan hasil diskusi yang terjadi dalam komunikasi dua arah ini. Lebih jauh lagi ketercapaian program juga telah sesuai dengan standar kesehatan dan regulasi yang ditetapkan, serta pemanfaatan teknologi tepat guna dalam mendukung produktivitas dan kesejahteraan masyarakat mitra.

Rekomendasi Program

Makanan pendamping ASI diberikan pada bayi mulai usia 6 bulan dan harus memenuhi 4 syarat yang ditentukan oleh yaitu harus tepat waktu, adekuat, aman, dan diberikan dengan cara yang benar sesuai dengan kebutuhan kalori setiap usia anak (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Memasuki fase MPASI sampai dengan usia 1 tahun bayi bisa diberikan menu khusus, sedangkan memasuki usia 1 tahun anak dapat dibiasakan dengan menu keluarga. Hal ini bertujuan untuk mengenalkan beragam makanan yang menjadi kebiasaan makan di keluarga selain itu juga menghindari jajanan kurang sehat. Ibu dapat melakukan beberapa hal untuk meningkatkan minat makanan anak antara lain :

1. Menu yang disukai anak

Makin bertambah usia anak mulai mengeksplore jenis-jenis makanan termasuk makanan yang kurang sehat, guna menyiasati hal demikian ibu dapat membuat jajanan kesukaan anak yang seruma dirumah menggunakan bahan yang lebih aman dan memiliki nilai gizi yang tinggi. Menurut Amperaningsih dkk (Amperaningsih et al., 2018) seiring bertambahnya usia dan pertumbuhan anak maka kuantitas porsi makanan anak juga semakin meningkat dalam satu kali makan. Ibu dapat menyajikan makanan dengan menu, tampilan dan rasa yang bervariasi agar anak tertarik dan memiliki keinginan untuk menghabiskan makanan.



Gambar 3. Pembagian Paket Menu Sehat Seimbang untuk ibu-ibu di Posyandu Wonodadi 2. Senin, 7 Maret 2022

2. Makanan Bergizi dan Beragam

Sajikan beberapa kombinasi menu di piring anak, agar keberagaman makanan dapat memenuhi gizi anak serta memberikan kesempatan kepada anak untuk menentukan makanan kesukannya.

Sosialisasi konsumsi makanan sehat seimbang usia golden age untuk pencegah Stunting di Posyandu Wonodadi 2 Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat

Contoh menu makanan sehat seimbang yang dapat memenuhi gizi pada anak yaitu ayam goreng, tempe, tahu, sayur bayam, dan nasi putih. Namun demikian, penyajian makanan harus sudah disesuaikan dengan porsi atau kebutuhan kalori anak, sehingga tercukupi kalori baik berasal dari ASI maupun MPASI. Sehingga jika anak hanya memilih dua dari beberapa makanan yang disajikan, kecukupan gizi masih terpenuhi. Ibu mungkin akan mengalami kesulitan dalam menghitung kecukupan kalori setiap bahan makanan, oleh karena itu banyak aplikasi yang ditawarkan untuk membantu menghitung jumlah kalori bahan maupun jenis makanan MPASI seperti yang dibuat oleh Sihwi dkk (2016) yang memberikan rekomendasi metode TOPSIS dalam menentukan menu harian MPASI berdasarkan kebutuhan kalori anak atau aplikasi lain yang mudah didapatkan melalui media elektronik.

3. Jadwal Makan Anak

Munjidah & Rahayu, (2020) menyatakan bahwa penerapan feeding rules berdampak positif terhadap kesulitan makan kelompok picky eater dan selective eater. Hal yang dapat dilakukan dalam penerapan feeding rules pertama adalah buatlah jadwal makan anak atau feeding rules secara konsisten dengan mempertimbangkan beberapa hal seperti 1) menerapkan aturan makan untuk tidak makanan melebihi waktu 30 menit, dengan posisi duduk, tidak ada distraksi seperti sembari menonton televisi atau video atau bermain. 2) sajikan makanan dalam porsi kecil. 3) anak memerlukan 25 kali penyajian yang sama sampai benar-benar mengenal rasa dari makanan tersebut sehingga ibu tidak perlu ragu untuk membuatkan kembali menu tersebut. 4) hentikan sesi makan ketika anak mulai memainkan makanan seperti melempar dan meremas-remas makanan. 5) ibu hanya bertugas menyajikan makanan bergizi dipiring anak, lalu biarkan anak memilih. 6) membiasakan makan bersama dengan anggota keluarga lain. 7) buatlah rutinitas mencuci tangan sebelum dan sesudah sesi makanan. 8) konsisten terhadap aturan makan agar asupan gizi seimbang pada anak tetap berjalan dengan baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Posyandu Wonodadi 2 Desa Arang Limbung, Kecamatan Sungai Raya, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat dapat disimpulkan bahwa pemberdayaan masyarakat khususnya ibu-ibu peserta posyandu Womodadi 2 dapat menambah dan meningkatkan keterampilan dalam memanfaatkan dan mengelola makanan sehat seimbang untuk memenuhi kebutuhan nutrisi batita dan balita dalam masa pertumbuhan. Kegiatan ini terbukti dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mitra khususnya ibu-ibu dalam menyediakan menu sehat, sebagai langkah meminimalisir angka *stunting* di tingkat rumah tangga dan komunitas Wonodadi 2 dengan persentasi sebanyak 71% dari peserta paham akan materi yang disampaikan. Kegiatan ini tentunya juga sesuai dan menjawab kebutuhan mitra selama ini, dibuktikan dengan hasil sebanyak 76% dan 81% masyarakat menyatakan sesuai dan puas dengan pelaksanaan kegiatan PKM ini. Maka dari itu, atas dasar pelaksanaan kegiatan ini sebagai jawaban atas permasalahan ditingkat komunitas perlu adanya kegiatan-kegiatan penyuluhan serta sosialisasi lebih lanjut tentang pencegahan *stunting* bagi anak-anak dan batita sehingga ibu-ibu dapat memanfaatkan momen emas bagi anak-anak saat mereka bertumbuh untuk menjadi generasi cemerlang dan sadar gizi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Tanjungpura yang sudah memberikan dukungan sehingga terlaksananya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Amperaningsih, Y., Sari, S. A., & Perdana, A. A. (2018). Pola Pemberian MP-ASI Pada Balita Usia 6-24 Bulan. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 310–318. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.757>
- Diana, F. M. (2009). Fungsi dan Metabolisme Protein dalam Tubuh Manusia. *Jurnal Kesehatan*
- Sosialisasi konsumsi makanan sehat seimbang usia golden age untuk pencegah Stunting di Posyandu Wonodadi 2 Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat

- Masyarakat Andalas*, 4(1), 47–52. <https://doi.org/10.24893/jkma.v4i1.43>
- Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Kalimantan Barat. (2018). Peta Ketahanan dan Kerentanan Pangan (Food Safety and Vulnerability Atlas). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27.
- Ghinanda, S. R., Mauliza, & Khairunnisa, C. (2022). Hubungan Pola Penerapan Feeding rules dengan Status Gizi Balita 6-24 Bulan di Puskesmas Banda Sakti Kota Lhokseumawe. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Volume 6 N(1), 2583–2588.
- Kemenkes RI. (2022). Survei Status Gizi SSGI 2022. *BKPK Kemenkes RI*, 1–156.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Situasi balita pendek (stunting) di Indonesia. *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Mardhiati, R. (2019). Edukasi gizi dan pembuatan menu program makan bersama pada ibu siswa/i pendidikan anak usia dini. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(1), 47–53.
- Munjidah, A., & Rahayu, E. P. (2020). Pengaruh penerapan feeding rules sebagai upaya mengatasi kesulitan makan pada anak (picky eater, selective eater dan small eater). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 29–39.
- Norra, B. I., Hendrika, T. P., Rohmah, A. A., & Nabinya, I. (2021). Identifikasi Pemahaman Umum Ayam (*Gallus gallus*) dan Ikan Mujair (*Oreochromis Mossambicus*) Pada Mahasiswa UIN Walisongo Semarang. *Bio-Lectura: Jurnal Pendidikan Biologi*, 8(1), 29–36. <https://doi.org/10.31849/bl.v8i1.5763>
- Peraturan Menteri Kesehatan RI. (2019). *Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*.
- Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Anak Balita. *JRST (Jurnal Riset Sains Dan Teknologi)*, 6(1), 95–100.
- Sihwi, S. W., Mulyasari, H., Saptono, R., & Wiboworini, B. (2016). Sistem rekomendasi menu harian makanan pendamping air susu ibu (MPASI) berdasarkan kebutuhan kalori bayi dengan metode TOPSIS. *Jurnal Ilmu Komputer Dan AgroInformatika*, 3(2), 245320.
- Suryana, E. A., Martianto, D., & Baliwati, Y. F. (2019). Pola Konsumsi dan Permintaan Pangan Sumber Protein Hewani di Provinsi Nusa Tenggara Barat dan Nusa Tenggara Timur. *Analisis Kebijakan Pertanian*, 17(1), 1–12.
- Willya Achmad, & Rizky Ilhami. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Sosialisasi Program Bapak Asuh Anak Stunting Di Kabupaten Subang. *Multidisiplin Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(01), 32–39. <https://doi.org/10.58471/pkm.v1i01.2841>
- Yoris, L., Tiven, N. C., & Pattisnay, S. V. (2016). Studi Tentang Pola Konsumsi Pangan Sumber Protein Hewani Asal Ternak Pada Mahasiswa Fakultas Pertanian UNPATTI. *Jurnal Makila*, 9(1), 108–115.