



Media Booklet Gizi Seimbang dan Status Fungsional Keluarga Efektif dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Balita

Balanced Nutrition Booklet Media and Family Functional Status Effectively Increase Knowledge of Toddlers Mothers

Nafilah^{1*}, Eliyana²

¹Program Studi S1 Gizi, Universitas Muhammadiyah Kendal Batang, Kendal, Jawa Tengah, Indonesia

²Program Studi Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Kendal Batang, Kendal, Jawa Tengah, Indonesia

*Korespondensi: Nafilah

Email: nafnafilah8@gmail.com

ABSTRACT

Background: The family's functional status plays a crucial role in maintaining family health, starting with providing balanced and adequate nutritional intake for all family members. Unbalanced nutritional intake triggers health problems, especially for families with toddlers. This can be caused by the low knowledge and awareness of mothers regarding the fulfillment of balanced nutrition, resulting in negative behavior in mothers and families. Therefore, it is necessary to increase mothers' knowledge about balanced nutrition and family functional status, one of which is by using booklet media.

Objective: This study aims to determine the effectiveness of using booklet media on changes in mothers knowledge about balanced nutrition and family functions.

Methods: The study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest group approach. A total of 20 mothers who participated in the study were divided into two groups. This study was conducted in Truko Village, Kangkung District, Kendal Regency. The study began with the distribution of questionnaires about knowledge of balanced nutrition and the functional role of the family. After that, education was given through booklet media. After the education was completed, respondents were given a questionnaire again to measure the knowledge score. Data analysis used univariate and bivariate in the form of paired sample t-tests which were used to measure differences in the average knowledge related to the functional role of the family. On the other hand, the Wilcoxon test was used to analyze differences in the average knowledge of mothers about balanced nutrition.

Results: Based on the results of the analysis, a significant difference was obtained in mothers' knowledge of balanced nutrition ($p = 0.000$) and the functional role of the family ($p = 0.015$) before and after being given education using booklet media. This means that the use of booklets as an educational medium has proven effective.

Conclusion: Balanced nutrition booklet media and family functional status have proven effective in increasing maternal knowledge. Score increasing maternal knowledge will provide changes in maternal behavior related to nutritional fulfillment and implementation of family functions.

Keywords: Booklet; Education; Family; Nutrition; Mother

ABSTRAK

Latar Belakang: Keluarga Status fungsional keluarga memiliki peran dalam mempertahankan kesehatan keluarga yang dimulai dengan memberikan asupan gizi seimbang dan adekuat bagi seluruh anggota keluarga. Asupan gizi yang tidak seimbang memicu munculnya gangguan kesehatan terutama bagi keluarga yang memiliki balita. Hal ini dapat disebabkan oleh rendahnya pengetahuan dan kesadaran ibu terhadap pemenuhan gizi seimbang sehingga mengakibatkan munculnya perilaku negatif pada ibu dan keluarga. Oleh sebab itu, perlu peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan status fungsional keluarga salah satunya menggunakan media booklet.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas media booklet terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan status fungsional keluarga.

Metode: Penelitian menggunakan desain *quasi eksperimen* dengan pendekatan *pretest-posttest group*. Sebanyak 20 ibu yang berpartisipasi dalam penelitian dibagi menjadi dua kelompok. Penelitian ini dilakukan di Desa Truko, Kecamatan Kangkung, Kabupaten Kendal. Penelitian diawali dengan pembagian kuesioner tentang pengetahuan gizi seimbang dan peran fungsional keluarga. Setelah itu diberikan edukasi melalui media booklet. Setelah edukasi selesai, responden diberikan kuesioner kembali untuk mengukur skor pengetahuan. Data dianalisis menggunakan uji univariat dan bivariat berupa uji *paired sample t-test* yang digunakan untuk mengukur perbedaan rerata pengetahuan terkait peran fungsional keluarga. Di sisi lain, uji *Wilcoxon* digunakan untuk menganalisis perbedaan rerata pengetahuan ibu tentang gizi seimbang.

Hasil: Berdasarkan hasil analisis diperoleh perbedaan yang signifikan pada pengetahuan ibu tentang gizi seimbang ($p=0,000$) dan peran fungsional keluarga ($p=0,015$) sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet. Hal ini berarti bahwa penggunaan booklet sebagai media edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan.

Kesimpulan: Media booklet gizi seimbang dan status fungsional keluarga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu. Skor pengetahuan ibu yang semakin meningkat akan mengubah perilaku ibu terkait pemenuhan gizi dan pelaksanaan fungsi keluarga.

Keyword : Booklet; Edukasi; Keluarga; Gizi; Ibu

Pendahuluan

Fungsi keluarga merupakan interaksi informasi di antara anggota keluarga, peran setiap anggota keluarga, respon dan keterlibatan anggota keluarga dari keadaan yang dialaminya, keterlibatan anggota keluarga di dalam aktivitas setiap anggota keluarga, standar perilaku masing-masing anggota keluarga, sehat atau sakit keluarga secara keseluruhan.^{1,2} Oleh sebab itu, pelaksanaan fungsi keluarga dalam pemenuhan gizi balita perlu di optimalkan.

Pemenuhan gizi yang seimbang menjadi salah satu tugas dalam fungsi keluarga. Kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang gizi yang adekuat akan menjadi hambatan dalam perawatan kesehatan anak termasuk pemberian gizi seimbang.^{3,4} Permasalahan gizi juga dapat timbul dari permasalahan ketahanan pangan keluarga yaitu ketidakmampuan keluarga dalam membeli pangan bagi seluruh anggota keluarga. Hal tersebut dapat mempengaruhi terpenuhinya kebutuhan gizi keluarga.⁵

Asupan gizi yang tidak terpenuhi dapat mengancam jiwa karena kurangnya asupan gizi, tidak adekuatnya penyerapan zat makanan dan adanya penyakit infeksi pada balita. Dampaknya, balita akan terganggu dalam tumbuh kembang, perkembangan kognitif, imunitas yang buruk, dan meningkatnya risiko kematian. Prevalensi gangguan ketidakseimbangan asupan gizi mencapai 6,8% diseluruh dunia atau sekitar 45 juta pada tahun 2022.⁵ Sementara itu, berdasarkan data Riskesdas tahun 2023 sekitar 12,9% balita mengalami gizi kurang sebagai dampak dari ketidakseimbangan asupan gizi.⁶

Banyak faktor yang memicu munculnya masalah ini, diantaranya efektivitas fungsi keluarga. Salah satu fungsi keluarga yang berkaitan dengan status gizi ialah fungsi ekonomi. Kondisi sosial ekonomi seperti pekerjaan, pendidikan, pengetahuan, pola asuh menjadi faktor yang dapat berkaitan dengan

pemenuhan gizi seimbang pada balita.¹ Pengetahuan dalam pengaturan pola makan yang seimbang sangat berpengaruh pada status gizi balita.

Gizi seimbang adalah susunan asupan bahan makanan yang dapat memberikan energi yang dibutuhkan tubuh untuk melakukan aktivitas, seperti karbohidrat, lemak, dan protein. Gizi seimbang sangat diperlukan pada setiap tahap pertumbuhan dan perkembangan balita terutama pada “*golden age period*”. Balita merupakan salah satu golongan atau kelompok penduduk yang rawan terhadap kekurangan gizi, masalah gizi masih didominasi oleh keadaan kurang gizi seperti anemia besi, gangguan akibat kurang yodium, kurang vitamin A dan kurang protein (KEP).^{7,8}

Keluarga sebagai kelompok individu dapat menimbulkan, mencegah, mengabaikan atau memperbaiki masalah kesehatan dalam kelompoknya sendiri. Peran keluarga dalam memelihara dan memperbaiki status gizi anggota keluarga dapat dilakukan melalui pelaksanaan fungsi-fungsi keluarga yaitu fungsi afektif (kasih sayang), fungsi sosialisasi, fungsi reproduksi, fungsi ekonomi dan fungsi perawatan kesehatan.^{1,2}

Peningkatan pengetahuan keluarga terutama ibu menjadi salah satu cara yang efektif untuk memperbaiki pemenuhan gizi pada balita. Penelitian sebelumnya didapatkan bahwa semakin baik pengetahuan ibu tentang gizi seimbang maka semakin baik dan positif perilaku pemenuhan gizi seimbang.^{4,7,9-11} Ibu berperan sebagai *Caregiver* dalam keluarga terutama dalam menentukan jenis makanan yang akan dikonsumsi. Pemberian edukasi akan meningkatkan pengetahuan sehingga dapat mencegah balita mengalami kekurangan gizi.

Media *booklet* merupakan alat peraga yang cukup efektif karena dapat menyalurkan pengetahuan ke otak sebesar 75-87%. Selain itu, *booklet* dapat memberikan informasi yang jelas, lengkap dan

memiliki desain yang menarik sehingga menimbulkan rasa ingin tahu serta mudah dipahami. Hal ini dapat membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat karena adanya rasa ingin tahu terhadap informasi yang dikemas menarik didalam *booklet*. Proses penerimaan informasi yang mudah akan mendorong keinginan belajar yang lebih besar sehingga memiliki motivasi untuk mengikuti dan mempelajari informasi. Hasil akhirnya, akan mendapatkan pengetahuan yang lebih baik.

Berdasarkan penjabaran tersebut, belum banyak penelitian yang berfokus pada peran fungsional keluarga dalam menjaga status gizi balita. Hal ini terutama mengenai peran fungsional seorang ibu dalam menjaga kesehatan melalui gizi seimbang. Hal inilah yang menjadi dasar peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi efektivitas *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan status fungsional keluarga.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi eksperimen* dengan membagi dua kelompok *pretest-posttest group*. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini sejumlah 20 ibu yang memiliki kriteria inklusi yaitu memiliki balita dan ibu rumah tangga. Penelitian dilaksanakan di Desa Truko Kecamatan Kangkung Kabupaten Kendal. Data yang dikumpulkan berupa umur ibu dan pengetahuan ibu terkait gizi seimbang dan peran fungsional keluarga. Pengetahuan ibu diukur menggunakan kuesioner pengetahuan gizi seimbang dan peran fungsional keluarga yang diberikan sebelum dan sesudah edukasi *booklet*. Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dilakukan analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat berupa uji *paired sample t - test* untuk mengetahui perbedaan rerata pengetahuan peran fungsional keluarga dan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan rerata pengetahuan gizi seimbang. Penelitian ini juga telah memenuhi syarat kode etik nomor 064/ EC/ KEPK-FK/ UNIMUS/ 2023.

Hasil

Penelitian *quasi eksperimen* ini mengikutsertakan 20 ibu yang memiliki balita di Desa Truko Kecamatan Kangkung Kabupaten Kendal. Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden berupa umur ibu balita, berat badan balita, tinggi badan balita, dan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan edukasi *booklet* gizi seimbang dan status fungsional keluarga.

Table 1. Karakteristik Responden

Variabel	Min.	Maks.	Mean ± SD
Umur Ibu (tahun)	20	40	29,8±6,4
Berat Badan Balita (kg)	6,2	12,5	80,8±1,6

Variabel	Min.	Maks.	Mean ± SD
Tinggi Badan Balita (cm)	68	90	9,5±6,6
Skor Pretest Gizi Seimbang	7	12	9,9±1,5
Skor Posttest Gizi Seimbang	10	13	11,5±0,8
Skor Pretest Peran Fungsional	29	42	34,3±3,7
Skor Posttest Peran Fungsional	28	46	37,3±4,5

Ket: Data Primer

Berdasarkan Tabel 1, umur ibu yang berpartisipasi antara 20 – 40 tahun dengan rata - rata 29,8 tahun. Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya peningkatan rata - rata skor pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan peran fungsional keluarga. Rata – rata skor pengetahuan gizi seimbang meningkat dari 9,9±1,5 menjadi 11,5±0,8. Sama halnya dengan skor pengetahuan gizi seimbang, terdapat peningkatan skor pengetahuan peran fungsional keluarga dari 34,3±3,7 menjadi 37,3±4,5.

Hasil uji Wilcoxon efektivitas media *booklet* gizi seimbang diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p > 0,05$). Hasil ini berarti bahwa media *booklet* gizi seimbang efektif meningkatkan pengetahuan responden (Tabel 2).

Table 2. Efektivitas Media Booklet Gizi Seimbang dan Peran Fungsional Keluarga

Mean ± SD		p value
Pretest	Posttest	
9,9±1,5	11,5±0,8	0,000 ^a
34,3±3,7	37,3±4,5	0,015 ^b

Ket: a=Uji Wilcoxon $p < 0,05$; b=Uji Paired Sample t-test $p < 0,05$

Tabel 2 juga menunjukkan hasil uji *Paired Sample t-test*. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest edukasi *booklet* peran fungsional keluarga nilai p-value sebesar 0,015. Hal ini membuktikan bahwa media *booklet* efektif meningkatkan pengetahuan ibu mengenai peran fungsional keluarga.

Pembahasan

Karakteristik Ibu

Responden pada penelitian ini merupakan ibu dengan rentang umur 20 – 40 tahun. Ibu dengan kelompok umur tersebut cenderung memiliki komitmen untuk menyesuaikan diri dengan hidup baru.¹² Hal ini berkaitan dengan sikap terbuka dalam menerima informasi pengetahuan yang baru. Selain itu, umur dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang.¹³ Orang tua yang telah menerima informasi maka akan dapat memberikan bimbingan dan mengubah perilaku sesuai dengan informasi tersebut.¹⁴

Berdasarkan Tabel 1, terdapat peningkatan skor pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan status fungsional keluarga. Hal ini membuktikan bahwa pemberian edukasi menggunakan media booklet dapat meningkatkan skor pengetahuan ibu balita. Penelitian pemberian edukasi melalui booklet 'Piring Untuk Bumil' membuktikan adanya peningkatan rata – rata skor pengetahuan dari 6,75 menjadi 14,84.¹⁵ Penelitian lain juga menunjukkan adanya peningkatan rerata pengetahuan dari nilai pretest sebesar 69,66 dan nilai posttest 90,34.¹⁶

Efektivitas Media Booklet Gizi Seimbang dan Status Fungsional Keluarga

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan ada perbedaan yang signifikan skor pretest dan posttest setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet gizi seimbang. Hasil yang sama juga ditunjukkan pada uji Paired Sample t-test bahwa terdapat perbedaan signifikan skor pretest dan posttest pengetahuan status fungsional keluarga setelah diberikan perlakuan dengan media booklet status fungsional. Adanya perbedaan yang signifikan tersebut sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya tentang efektivitas pemberian edukasi dengan media booklet.^{8,17-21}

Penelitian Widari, et al (2021) membuktikan adanya peningkatan kategori pengetahuan baik tentang konsep nutrisi dari 75% menjadi 85%. Penelitian lain yang sejalan menunjukkan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan stunting dari 66,24 menjadi 77,23 setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet.²⁰

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Pratiwi dan Puspitasari (2017) yang menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan ibu dari rata-rata 57,66±8,27 menjadi 90,00±7,19 setelah diberikan edukasi menggunakan booklet.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Mardiana, et al (2022) yang menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 5,10 menjadi 8,47. Hasil ini membuktikan bahwa pemberian konseling dengan media booklet, efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan anemia.²¹

Edukasi adalah proses pemberian informasi kepada seseorang agar lebih paham dan meningkatkan pengetahuannya. Pemberian edukasi dapat lebih efektif dengan penggunaan media yang berguna untuk mempermudah dalam memberikan informasi.²² Salah satu media edukasi yang dapat digunakan adalah booklet.

Booklet merupakan media yang berisi penjelasan dan gambar.²³ Penelitian Saringah, et al (2023) membuktikan bahwa pemberian media booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang.¹⁸ Hal ini disebabkan booklet menyajikan gambar yang mudah diingat oleh responden dibandingkan penyuluhan kelompok tanpa menggunakan media.

Booklet yang digunakan sebagai media edukasi memiliki kelebihan berupa penjelasan yang disertai

dengan gambar – gambar yang menarik. Hal ini mempermudah pemahaman responden saat menerima informasi yang diberikan. Media booklet juga lebih fleksibel sehingga dapat dibawa dalam segala kondisi.²⁴ Selain itu, media booklet dapat membuat informasi yang ada semakin jelas saat dibaca berulang kali.¹⁹

Penerapan gizi seimbang tidak lepas dari peran keluarga terutama orang tua untuk meningkatkan kesehatan keluarga. Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang berkumpul dan tinggal dalam satu atap dan bersifat saling ketergantungan. Optimalisasi fungsi keluarga dapat mempertahankan status kesehatan anggotanya.⁴ Hal tersebut berkaitan dengan pola pengasuhan dalam menjamin pemenuhan makanan yang berguna untuk memelihara status gizi baik. Selain itu, peran ibu dalam pertumbuhan dan perkembangan balita juga sangat berpengaruh dalam membentuk kesehatan anak yang berkualitas.²⁵ Oleh sebab itu, pemahaman pengetahuan gizi seimbang dan pentingnya fungsi keluarga diperlukan oleh ibu dalam pemenuhan gizi seimbang keluarga.

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan media booklet secara signifikan efektif dalam meningkatkan skor pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dan status fungsional keluarga. Media booklet terbukti efektif dalam menyampaikan informasi sehingga dapat menjadi alternatif alat peraga edukasi.

Saran

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dengan jumlah sampel yang lebih besar. Penelitian juga dapat dilakukan dengan desain komparasi terkait penggunaan media edukasinya. Variasi penelitian diharapkan dapat memberikan hasil telaah yang lebih komprehensif sehingga upaya pengelolaan terkait gizi seimbang pada balita dapat dilakukan secara efektif dan efisien.

Daftar Pustaka

1. BKKBN BK dan KBN. Penanaman dan Penerapan Nilai Karakter Melalui 8 Fungsi Keluarga. 2017. 1–116 p.
2. Kaakinen JR, Cochlo DP, Duff VG, Hanson SMH. Family Health Care Nursing; Theory Practice and Research. 4th ed. Philadelphia: FA Davis Company; 2010.
3. Haria NG, Humairah JF, Putri DA, Oktaviani V, Niko N. Disfungsi Peran Keluarga: Studi Stunting pada Balita di Tanjungpinang Timur Kota Tanjungpinang Kepulauan Riau. *J Ilmu Sos dan Hum.* 2023;2(2).
4. Kurniawati P, Dina P, Kulla K. Hubungan

- Fungsi Keluarga dengan Status Gizi Balita Usia 0-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar The Relationship Of Family Functions With The Nutritional Status Of Tolls Aged 0-24 Months In The Work Area Of. *J Healthc Technol Med.* 2022;8(2):575–89.
5. FAO, IFAD, UNICEF, EFP, WHO. The State of Food Security and Nutrition in the World 2023; Urbanization, agrifood system transformation and healthy diets across the rural-urban continuum. Rome: FAO; 2023.
 6. Kemenkes KKRI. Survei Kesehatan Indonesia (SKI). Kemenkes. Jakarta: Kemenkes RI; 2023. 1–965 p.
 7. Saringah L, Tini, Busmat S, Putri RA. Efektifitas Penggunaan Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Ibu Balita dengan Masalah Gizi di Desa Tanjung Buka. *Aspiration Heal J.* 2023;01(03):534–42.
 8. Widari NP, Dewi EU, Astuti E. Peningkatan Peran Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *J Pengabd Masy.* 2021;2(2):55–9.
 9. Munawaroh H, Nada NK, Hasjiandito A, Faisal VIA, Heldanita, Anjarsari I, et al. Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia.* 2022;3(2):47–60.
 10. Febrianti AN, Susanto T, Rasni H. Family Function and Nutritional Status among under-Five Children: A Cross- Sectional Study among Extended Family in Panti Public Health Center, Jember Regency of Indonesia. *Int J Caring Sci.* 2022;15(1):417–23.
 11. Wulansari RM, Corniawati I, Utami KD. Efektifitas Model Edukasi Booklet terhadap Pengetahuan Gizi Pada Ibu Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Baru Kota Samarinda. 2017;1–16.
 12. Ramadhanti CA, Adespin DA, Julianti HP. Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan Dengan Dan Tanpa Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita. *J Kedokt Diponegoro.* 2019;8(1):99–120.
 13. Utamingtyas F. Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga. *J Med (Media Inf Kesehatan).* 2020;7(1):171–84.
 14. Wahidah W. Hubungan Tingkat Pengetahuan Orang Tua dengan Pemberian Obat Cacing pada Anak Balita (Usia 1-5 tahun) di Kelurahan Kandai II. *J Rev Pendidik dan Pengajaran.* 2023;6(4):502–8.
 15. Maharani EA, Aprilina HD. Pengaruh Pemberian Booklet ‘Piring Untuk Bumil’ Tentang Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Trimester I. *J Ilmu Kesehat Keperawatan.* 2020;16(1):103.
 16. Puspitasari F amelia, Widowati AW, Kurniasih Y. Edukasi Gizi Yang Tepat Dalam Mencegah Stunting Dengan Menggunakan Media Booklet dan Poster. *SIGDIMAS Publ Kegiat Pengabd Masy.* 2023;1(1):11–21.
 17. Pratiwi YF, Puspitasari DI. Efektivitas Penggunaan Media Booklet terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita Gizi Kurang di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon Kota Surakarta. *J Kesehat.* 2017;10(1):58.
 18. Saringah L, Tini T, Busmat S, Putri RA. Efektifitas Penggunaan Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Ibu Balita Dengan Masalah Gizi Di Desa Tanjung Buka Tahun 2023. *Aspiration Heal J.* 2023;1(3):534–42.
 19. Rachmasari SI, Mardiana M. Penggunaan Media Booklet Dalam Konseling Gizi Terhadap Skor Pengetahuan, Sikap, Asupan Natrium Dan Kalium Pada Pasien Hipertensi. *J Nutr Coll.* 2022;11(2):143–53.
 20. Utario Y, Misniarti M, Sutriyanti Y. Edukasi dengan Media Booklet Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Stunting dan Responsive Feeding. *J Ilmu Keperawatan Anak.* 2023;6(1):22–31.
 21. Mardiana R, Mardiana M, Yulianto Y, Hartati Y. Konseling Gizi Media Booklet Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. *J Ris Gizi.* 2022;10(2):2022.
 22. Riyana E, Solfiah Y, Chairilsyah D. Pengembangan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Konsep Pola Anak Usia 5-6 Tahun. *J Rev Pendidik dan Pengajaran.* 2020;3(2):255–63.
 23. Syarfaini S, Tahar TNL, Hadza RQ, Husain Z, Sumarlin R, Nurfadillah A, et al. Effectiveness of Nutrition Education Media on Efforts Stunting Prevention: Literature Review Efektivitas Media Edukasi Gizi Terhadap Upaya Pencegahan Stunting: Literature Review. *Al GIZZAI Public Heal Nutr J.* 2024;IV(1):59–79.
 24. Asriadi, Risna, Usman. An Intervention Study in Healthy Booklet of Child Under Five Years in Baubau City. *MIRACLE J Public Heal.* 2021;4(2):132–43.
 25. Dayaningsih D, Suprapti E, Lestari lia puji, Ariani N, Priyono P, Suryani T, et al. Parenting Class: Optimalisasi Peran Keluarga dalam Penanganan Penyakit pada Anak. *J Pengabd Kpd Masy Sisthana.* 2019;1(2):49–59.