

## PELATIHAN PEMBUATAN PMT PANGAN LOKAL KREASI PUDDING SUSU TEMULAWAK DI POSYANDU BALITA DUSUN SETURUN

Saskia Inggar Pertiwi<sup>1\*</sup>, Arifa Nur Salsabilla<sup>2</sup>, Fitra Widyawati<sup>3</sup>, Avril Qurrotul Zahra<sup>4</sup>, Efta Manunal<sup>5</sup>, Dian Mei Dwi Rahmawati<sup>6</sup>, Chatarina Vanny Prajnasari<sup>7</sup>, Wisyatmaja Wendra Bisono<sup>8</sup>, Amanda Kamila Zulfa<sup>9</sup>, Icha Monica<sup>10</sup>, Ricky Darmawan<sup>11</sup>

<sup>1</sup>Kebidanan/Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

<sup>2,3,4</sup>Farmasi/Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

<sup>5</sup>Kesehatan Masyarakat/Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

<sup>6,7</sup>Keperawatan/Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

<sup>8</sup>Teknik Informatika/ Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

<sup>9</sup>Sastra Inggris/ Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

<sup>10</sup>Pendidikan Guru Usia Dini/ Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

<sup>11</sup>Sastra Jepang/ Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

\*Korespondensi : [saskiainggarp99@gmail.com](mailto:saskiainggarp99@gmail.com)

### ABSTRACT

*Over the past five years, stunting rates in Indonesia have remained high. According to the Survey on the Status of Nutrition in Indonesia (SSGI) conducted by the Ministry of Health of the Republic of Indonesia in 2022, the prevalence of stunting reached 21.6% in that year (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2023). In the previous year, in 2021, the prevalence of stunting reached 24.4%, with a significant decrease of 2.8% in the last two years. This training aims to provide mothers with skills in processing PMT in an effort to improve the nutritional status of toddlers in Manggihan Village through the utilization of local resources, namely temulawak and cow's milk for making complementary foods. A Community Rural Participatory (CRP) approach was applied to involve the community, especially mothers of children under five, in the entire implementation process. The results of this activity show an increase in the knowledge and skills of the participants, which can be seen from the enthusiasm and accuracy of answering questions from the implementer. In addition, by empowering mothers with the knowledge and skills to prepare nutritious PMT meals using local ingredients, this initiative contributes to improving children's health and well-being.*

### ABSTRAK

Selama lima tahun terakhir, tingkat stunting di Indonesia masih tinggi. Menurut Survei Status Gizi di Indonesia (SSGI) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, prevalensi stunting mencapai 21,6% pada tahun tersebut (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Pada tahun sebelumnya, pada tahun 2021, prevalensi stunting mencapai 24,4%, dengan penurunan yang signifikan sebesar 2,8% dalam dua tahun terakhir. Pelaksanaan pelatihan ini bertujuan untuk memberikan keterampilan ibu dalam mengolah PMT dalam upaya meningkatkan status gizi balita di Desa Manggihan melalui pemanfaatan sumber daya lokal yaitu temulawak dan susu sapi untuk pembuatan makanan pendamping ASI. Pendekatan partisipatif masyarakat (Community Rural Participatory/CRP) diterapkan untuk melibatkan masyarakat terutama ibu balita, dalam seluruh proses pelaksanaan. Hasil kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta yang dapat dilihat dari antusiasme serta ketepatan menjawab pertanyaan dari pelaksana. Selain itu dengan memberdayakan ibu-ibu dengan pengetahuan dan keterampilan untuk menyiapkan makanan PMT bergizi menggunakan bahan-bahan lokal, inisiatif ini berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan kesejahteraan anak

**Kata Kunci:** Makanan Pendamping ASI; Temulawak; Susu Sapi; Sumber Daya Lokal; Gizi Balita.

## PENDAHULUAN

Pada masa balita, terjadi pertumbuhan pesat pada tubuh dan otak anak yang akan sangat menentukan kemampuan dan potensi mereka di masa depan, seperti kemampuan berbahasa, kreativitas, dan kecerdasan (Supartini, 2019). Defisiensi gizi pada balita tidak hanya menghambat pertumbuhan fisik. Namun, juga berdampak negatif pada perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak di masa depan. Kondisi *underweight*, yang ditandai dengan berat badan jauh di bawah standar ( $-3$  SD hingga  $<-2$  SD) merupakan indikasi kekurangan asupan gizi yang signifikan (Permenkes, 2020:20).

Peraturan Presiden No. 72 Tahun 2021 menetapkan strategi percepatan penurunan stunting sebesar 14%. Tujuannya adalah untuk menurunkan prevalensi stunting setiap tahun menjadi 2,7% pada tahun 2024 (presidenri.go.id, 2021). Selama lima tahun terakhir, tingkat stunting di Indonesia masih tinggi. Menurut Survei Status Gizi di Indonesia (SSGI) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, prevalensi stunting mencapai 21,6% pada tahun tersebut (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Pada tahun sebelumnya, pada tahun 2021, prevalensi stunting mencapai 24,4%, dengan penurunan yang signifikan sebesar 2,8% dalam dua tahun terakhir.

Stunting adalah kondisi di mana pertumbuhan anak terhambat. Ini dapat terjadi pada anak-anak yang kekurangan nutrisi, sering terkena penyakit, atau tidak mendapatkan stimulasi psikososial yang cukup. Jika tinggi anak tidak sesuai atau tidak mencapai grafik pertumbuhan standar dunia, anak tersebut dapat dikatakan menderita stunting (Mediani et al., 2020). Stunting dapat dicegah sejak dini dengan memberikan nutrisi yang tepat pada seribu hari pertama kehidupan anak. Masa ini adalah periode emas untuk membangun pondasi kesehatan yang kuat bagi anak. Periode seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan masa emas dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemenuhan gizi yang optimal selama masa ini sangat penting untuk mencapai potensi tumbuh kembang anak secara maksimal dan mencegah terjadinya stunting (Yuwanti dkk., 2021).

Setiap balita membutuhkan makanan yang seimbang dan porsi yang tepat. Jika pemberian nutrisi pada anak balita kurang baik secara kualitas dan kuantitas, pertumbuhan dan perkembangan mereka akan terhambat (Sibagariang, 2010 dalam Oktavia, 2017). Dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) kepada kelompok rawan gizi pada dasarnya bertujuan untuk meningkatkan asupan gizi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan status gizi sasaran. Peran dan partisipasi semua pihak sangat diharapkan untuk mendukung keberhasilan kegiatan pemberian makanan tambahan kepada sasaran (Kemenkes RI, 2017). Dalam Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, Pasal 142 menyebutkan bahwa pemerintah diharapkan berpartisipasi aktif dalam upaya perbaikan gizi dengan memperhatikan ketersediaan pangan dan keseimbangan gizi masyarakat. Sebagai tindakan lanjut, pemerintah mewujudkannya melalui pelaksanaan program PMT untuk menangani balita yang kekurangan gizi dan pemantauan pertumbuhan di posyandu (Kemenkes RI, 2011a:2). Program tersebut dimaksudkan untuk meningkatkan kecukupan gizi balita dengan pemberian makanan tambahan dan bukan untuk mengganti makanan utama sehari-hari (Kemenkes RI, 2011a:14).

Pada program pelatihan pembuatan PMT oleh KKN Universitas Ngudi Waluyo membuat kreasi PMT dengan temulawak dan campuran susu yang dijadikan pudding. Menurut penelitian oleh Afifah (2003) Temulawak memiliki kemampuan untuk mengatasi gangguan nafsu makan. Ditemukan bahwa pada rimpang temulawak dapat meningkatkan atau memperbaiki nafsu makan hal ini dikarenakan adanya *karminativum* dari minyak astiri yang terkandung. Kandungan minyak astiri memiliki berbagai efek, termasuk mempercepat sekresi empedu, yang pada gilirannya dapat mempercepat pengosongan lambung, mempercepat pencernaan, dan mengabsorpsi lemak di usus setelah mengeluarkan hormon yang mengontrol nafsu makan yang lebih tinggi. Kandungan *kurkuminoid* juga berkontribusi pada peningkatan nafsu makan karena mampu meningkatkan aktivitas pencernaan, yang pada gilirannya mempercepat pengosongan lambung, yang pada gilirannya menghasilkan nafsu makan yang lebih tinggi

(Kurniarum & Novitasari, 2016). Secara alamiah, susu adalah hasil pemerahan sapi atau hewan menyusui lainnya, yang dapat dimakan dan sehat tanpa dikurangi atau ditambah bahan lain. Kandungan nutrisi susu hampir sempurna, dan sangat disarankan untuk dikonsumsi oleh anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan (Kurniarum & Novitasari, 2016).

Selain itu, di lokasi mitra susu sapi dan tanaman temulawak sangat mudah untuk didapatkan dan masyarakat di Desa Manggihan sangat jarang terdapat olahan dari susu sapi karena sebagian besar masyarakat yang mempunyai sapi perah hanya menyeter susunya ke supplier serta pemanfaatan temulawak belum dimanfaatkan sepenuhnya. Pemanfaatan produk lokal berupa susu sapi perah dan temulawak dari lokasi mitra dapat menunjang dalam peningkatan gizi balita. Pengolahan susu sapi perah dan temulawak sebagai PMT dengan mengacu pada asas fortifikasi makanan merupakan upaya yang sangat baik untuk meningkatkan kualitas gizi produk lokal dan memberikan manfaat kesehatan bagi masyarakat, terutama anak-anak. Dengan demikian, produk ini dapat menjadi alternatif yang sehat dan bergizi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak-anak.

## **METODE**

Metode kegiatan dilakukan dengan menggunakan prinsip CRP (*Community Rural Participatory*) Prinsip CRP (*Community Rural Participatory*) yang mencakup pengkajian awal, perencanaan, dan tindakan yang melibatkan partisipasi masyarakat dalam seluruh kegiatan. Metode ini menjadikan anggota masyarakat sebagai pengkaji, perencana, dan pelaksana kegiatan, bukan hanya objeknya. Oleh karena itu, strategi utama dalam kegiatan ini adalah partisipasi masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 5 Agustus 2024 di Posyandu Dusun Seturun. Berdasarkan permasalahan mitra bahwa belum maksimalnya pemanfaatan tanaman temulawak dan pemanfaatan susu perah. Maka pengabdian masyarakat ini memberikan solusi kepada mitra dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan kepada ibu yang mempunyai balita. Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki balita.

Pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 22 ibu balita. Media yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah peragaan langsung dengan alat masak. Teknik yang digunakan adalah ceramah dan demonstrasi serta diskusi. Adapun tahap kegiatan ini adalah (1) memberikan penjelasan manfaat temulawak dan susu bagi anak sebagai bahan baku PMT, (2) melakukan demonstrasi peragaan membuat pudding susu temulawak yang juga diikuti oleh ibu balita, (3) setelah demonstrasi selesai dilakukan penilaian untuk mengukur pemahaman ibu setelah kegiatan. Penilaian pengetahuan dengan melihat kemampuan ibu menjawab soal tentang pemahaman ibu terkait manfaat temulawak dan susu sebagai bahan baku pembuatan PMT. Setelah kegiatan pelatihan ibu balita diberikan hasil dari pembuatan pudding susu temulawak untuk mengetes kualitas rasa.

Tahapan pelaksanaan pembuatan PMT berbasis pangan lokal dilakukan dengan tahapan kegiatan sebagai berikut:

1. Tahap pertama adalah pengkajian dan perencanaan kegiatan untuk pemetaan sarana, prasarana/tempat, sumber daya, dan lokasi, Waktu atau jadwal kegiatan, pihak yang terlibat serta koordinator kegiatan. Tahap pertama dilaksanakan 29 Juli 2024.
2. Tahap kedua adalah pelaksanaan kegiatan yaitu demonstrasi pembuatan menu PMT yang dilaksanakan pada tanggal 5 Agustus 2024. Setelah kegiatan pelatihan dilanjutkan dengan monitoring kegiatan penerapan pembuatan menu PMT di wilayah posyandu Dusun Seturun.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di Posyandu Dusun Seturun merupakan contoh yang baik dari penerapan prinsip CRP (*Community Rural Participatory*). Dengan

melibatkan masyarakat secara aktif dalam seluruh tahapan kegiatan, mulai dari perencanaan hingga pelaksanaan, kegiatan ini telah berhasil menjawab permasalahan yang dihadapi oleh mitra, yaitu pemanfaatan tanaman temulawak dan susu perah yang belum maksimal.

Partisipasi masyarakat yang tinggi terlihat dari jumlah peserta yang mengikuti kegiatan dengan peserta ibu balita sejumlah 22 responden. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Senin, 5 Agustus 2024 Pukul 08.00 WIB – 10.30 WIB. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang manfaat temulawak dan susu bagi anak sebagai bahan baku PMT, serta keterampilan dalam pengolahan pangan lokal untuk pembuatan PMT di rumah. Bahan baku lokal yang ditemukan selain murah juga mudah dijangkau. Berdasarkan penuturan beberapa warga harga susu perah perliternya senilai Rp7.000,-. Selain itu, menurut penelitian oleh Afifah (2003) Temulawak memiliki kemampuan untuk mengatasi gangguan nafsu makan. Ditemukan bahwa pada rimpang temulawak dapat meningkatkan atau memperbaiki nafsu makan. Hal ini dikarenakan adanya karminativum dari minyak astiri yang terkandung. Kandungan minyak astiri memiliki berbagai efek, termasuk mempercepat sekresi empedu, yang pada gilirannya dapat mempercepat pengosongan lambung, mempercepat pencernaan, dan mengabsorpsi lemak di usus setelah mengeluarkan hormone yang mengontrol nafsu makan yang lebih tinggi. Kandungan kurkuminoid juga berkontribusi pada peningkatan nafsu makan karena mampu meningkatkan aktivitas pencernaan, yang pada gilirannya mempercepat pengosongan lambung, yang pada gilirannya menghasilkan nafsu makan yang lebih tinggi (Kurniarum & Novitasari, 2016). Secara alamiah, susu adalah hasil pemerahan sapi atau hewan menyusui lainnya, yang dapat dimakan dan sehat tanpa dikurangi atau ditambah bahan lain. Kandungan nutrisi susu hampir sempurna, dan sangat disarankan untuk dikonsumsi oleh anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan (Kurniarum & Novitasari, 2016).

Pada awal pertemuan diawali dengan pembukaan dan perkenalan, penjelasan Manfaat Temulawak dan Susu bagi Anak Sebagai Bahan Baku PMT. Setelah itu tim menjalankan demonstrasi pembuatan PMT. Kegiatan ini melibatkan responden dalam pembuatan PMT agar ibu mempunyai keterampilan saat mengolah bahan. Selanjutnya, dilakukan sesi diskusi berupa tanya jawab antara tim pelaksana dengan responden serta Penilaian pengetahuan dengan cara pemberian pertanyaan kepada responden untuk mengetahui tingkat pemahaman ibu balita tentang pelatihan pembuatan PMT dengan bahan dasar lokal susu dan temulawak. Kemudian diakhiri dengan dokumentasi Bersama kader posyandu balita Dusun Seturun.

Berdasarkan penelitian Susilowati dan Himawati (2017), terdapat korelasi signifikan antara tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi balita dengan status gizi balita. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung memiliki anak dengan status gizi yang lebih baik dibandingkan dengan ibu yang kurang pengetahuan. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi p-value sebesar 0,006. Pengetahuan ibu tentang gizi balita merupakan faktor penentu utama dalam menentukan status gizi anak. Sebagai sosok yang paling dekat dengan anak, ibu berperan sentral dalam menyediakan makanan bergizi. Informasi yang diperoleh dari berbagai media, seperti penyuluhan posyandu, dapat meningkatkan pemahaman ibu tentang gizi balita dan mendorong perubahan perilaku dalam pemberian makanan. Sehingga berdampak positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu yaitu umur, pendidikan ibu (Wawan dan Dewi, 2011). Karakteristik responden berdasarkan usia tabel 1 distribusi frekuensi responden berdasarkan usia ibu.

**Tabel 1.** Distribusi frekuensi responden

No	Usia Ibu (tahun)	Jumlah	Presentase(%)
1	21-25	6	27,2%
2	26-30	9	41%

3	>30	7	31,8%
<b>Total</b>		<b>22</b>	<b>100%</b>

(Sumber: Penelitian 2024)

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar usia ibu yang mempunyai balita yang mengikuti posyandu balita di Dusun Seturun berusia 26-30 tahun yaitu sebanyak 9 ibu (41%).

**Tabel 2.** Pendidikan Ibu

No	Pendidikan Ibu	Jumlah	Presentase(%)
1	SD	2	9%
1	SMP	6	27,3%
2	SMA/K	14	63,7%
<b>Total</b>		<b>22</b>	<b>100%</b>

(Sumber: Penelitian 2024)

Berdasarkan table 2 sebagian besar pendidikan ibu balita yakni SMA/K yaitu sebanyak 14 ibu (63,7%). Studi tahun 2017 yang didukung oleh Suryani Linda berjudul Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru menemukan bahwa tingkat pendidikan dapat mempengaruhi cara seseorang berpikir dan mengetahui apa yang diketahui. Pendidikan merupakan kunci untuk mengubah perilaku orang tua dalam memberikan asupan gizi pada balita. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi anak. Ibu yang berpendidikan lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang gizi, yang kemudian tercermin dalam pemilihan makanan dan cara penyiapan makanan yang lebih tepat untuk balita. Hal ini berdampak positif pada pemenuhan gizi balita.

**Tabel 3.** Pekerjaan ibu

No	Pekerjaan Ibu	Jumlah	Presentase(%)
1	Ibu Rumah Tangga	15	68,1%
2	Buruh Pabrik	7	31,9%
<b>Total</b>		<b>22</b>	<b>100%</b>

(Sumber: Penelitian 2024)

Berdasarkan table 3 sebagian besar pekerjaan ibu balita yakni Ibu Rumah Tangga sebanyak 15 ibu (68,1%).

Kegiatan ini sangat relevan dengan kondisi masyarakat setempat, terutama ibu-ibu balita yang membutuhkan informasi mengenai makanan pendamping ASI yang bergizi dan mudah dibuat. Metode demonstrasi adalah upaya untuk menunjukkan cara melakukan sesuatu. Ini adalah metode mengajar yang menyajikan informasi dengan menunjukkan elemen, fakta, aturan, dan urutan kegiatan untuk melakukannya. Hal tersebut dilakukan dengan menggunakan alat peraga yang sesuai dengan topik atau materi yang disajikan (Muhibbin, 2016). Selain itu, metode pelatihan berbasis demonstrasi dan praktik telah terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan peserta secara signifikan. Pengalaman visual langsung dalam pembuatan PMT memberikan pemahaman yang lebih mendalam dibandingkan metode konvensional. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Katmawanti dkk. (2020) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dengan presentase sebelum 14,12 % dan sesudah 71,00 % peningkatan sebesar 56,88 %.



**Gambar 1. Antusias ibu mengikuti pelatihan pembuatan PMT Bahan Baku Lokal pada Posyandu Balita Dusun Seturun**  
(Sumber: Penelitian 2024)

Cara pembuatan pudding susu temulawak dengan merebus terlebih dahulu susu segar jangan sampai mendidih hanya perlu merebusnya sampai berbuih dan terus diaduk. Lalu, masukkan 2 sdm coklat bubuk tanpa gula (opsional) ini untuk menghilangkan efek getir pada temulawak. Masukkan gula 2,5 sdm dan perasan temulawak 2 sdt. Kemudian aduk hingga rata. Lalu, masukkan agar-agar plan 1 bungkus. Selanjutnya aduk hingga matang. Terakhir tuangkan kedalam wadah dan dinginkan.



**Gambar 2. Cara Pembuatan PMT Pudding Susu Temulawak (Merebus Susu)**  
(Sumber: Penelitian 2024)



**Gambar 3. Cara Pembuatan PMT Pudding Susu Temulawak (Menuangkan Coklat dan Gula)**  
(Sumber: Penelitian 2024)



**Gambar 4. Cara Pembuatan PMT Pudding Susu Temulawak (Menuangkan Temulawak)**  
(Sumber: Penelitian 2024)



**Gambar 5. Cara Pembuatan PMT Pudding Susu Temulawak (Menuangkan agar plan dan aduk hingga mendidih)**

(Sumber: Penelitian 2024)

## **SIMPULAN**

Kegiatan ini menunjukkan bahwa pengolahan pangan lokal seperti temulawak dan susu adalah solusi efektif untuk meningkatkan gizi balita dan mengatasi stunting. Melalui pelatihan dan demonstrasi langsung ibu-ibu balita memperoleh pengetahuan dan keterampilan praktis dalam membuat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dari bahan lokal, yang memungkinkan mereka untuk menerapkannya di rumah. Pemanfaatan sumber daya lokal yakni dengan penggunaan temulawak dan susu perah lokal membantu meningkatkan kualitas gizi balita sambil mendukung ekonomi lokal dan memanfaatkan bahan yang tersedia di lingkungan sekitar serta berdampak positif terhadap Gizi. Karena PMT yang dihasilkan dari bahan lokal dapat membantu memperbaiki status gizi balita dan mengurangi prevalensi stunting di komunitas.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih untuk Rektor Universitas Ngudi Waluyo, Kepala Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Dosen pembimbing Lapangan dan semua pihak yang telah membantu terlaksana kegiatan ini yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Supartini. (2019). Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak. Jakarta: EGC.
- Presidenri.go.id. (2021). Presiden Jokowi Tunjuk BKKBN Ketua Program Percepatan Penanganan 'Stunting.' Presidenri. [https://www.bkkbn.go.id/berita-presiden-jokowi-tunjuk-bkkbn-ketuai-programpercepatanpenangananstunting#:~:text=Presiden%20Joko%20Widodo%20menunjuk%20Badan,kekerdilan%20pada%20an%20ak\)%20di%20Indonesia](https://www.bkkbn.go.id/berita-presiden-jokowi-tunjuk-bkkbn-ketuai-programpercepatanpenangananstunting#:~:text=Presiden%20Joko%20Widodo%20menunjuk%20Badan,kekerdilan%20pada%20an%20ak)%20di%20Indonesia).
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2023, January 25). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.
- Permenkes RI. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta : Menteri Kesehatan RI.
- Mediani, H. S., Nurhidayah, I., & Lukman, M. (2020). Pemberdayaan Kader Kesehatan tentang Pencegahan Stunting pada Balita. *Media Karya Kesehatan*, 3(1), 82–90. <https://doi.org/10.24198/mkk.v3i1.26415>
- Yuwanti, dkk. 2021. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stunting pada Balita di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Cendekia Utama*. 10(1).

- Oktavia, Silvera, 2017, Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Buruk Pada Balita Di Kota Semarang Tahun 2017 (Studi di Rumah Pemulihan Gizi Banyumanik Kota Semarang), *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, Volume 5, Nomor 3, Juli 2017
- Kemendes RI. Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (Balita-Ibu Hamil-Anak Sekolah). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2017.
- Kemendes RI. (2011a). Panduan Penyelenggaraan pemberian makanan tambahan pemulihan bagi balita gizi kurang (Bantuan Operasional Kesehatan).
- Afifah, E. 2003, *Khasiat dan Manfaat Temulawak Rimpang Penyembuh Aneka Penyakit*, PT Agromedia Pustaka, Jakarta.
- Kurniarum, Ari dan Rizky Ayu Novitasari. 2016. Penggunaan Tanaman Obat Tradisional Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, Volume 1 No. 1, Agustus 2024
- A.Wawan & M Dewi. (2011). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Prilaku Manusia (II)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Suryani, Linda. 2017. Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita. *Journal Of Midwifery Science* Vol. 1 No. 2 Juli 2017 (47-53). <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/198>
- Adiba, T. R., Supriyadi, & Katmawanti, S. (2020). Media Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Gizi. *Preventia : The Indonesian Journal of Public Health*, 5(1), 1–7.
- Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*, (Cet. I; Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2016), Hal 208.
- Susilo E, Hirmawati A, 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Balita dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak. *Jurnal Kebidanan*: Vol.6 No.13: ISSN.2089-7669. <http://ejournal.poltekkesmg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/2866>.DOI : <http://dx.doi.org/10.31983/jkb.v6i13.2866>