

## Penyuluhan Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Perilaku Ibu dalam Mendukung Tumbuh Kembang Balita di Puskesmas Perawatan Kota Blangkejeren

### *Nutrition Counseling to Improve Mothers' Knowledge and Behavior in Supporting Toddlers' Growth and Development at Perawatan Health Center, Blangkejeren City*

Wira Maria Ginting<sup>1\*</sup>, Ferawati Br Hutabarat<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam  
Jl. Sudirman, Petapahan. No. 38, Kec. Lubuk Pakam, Kab Deli Serdang  
e-mail: wiramariaginting@medistra.ac.id

#### Abstrak

Gizi tidak seimbang pada balita masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia, meskipun tren nasional menunjukkan penurunan prevalensi stunting. Kondisi ini, termasuk kejadian gizi buruk, kurang, dan kekurangan mikronutrien, tetap mengancam pertumbuhan optimal anak usia di bawah lima tahun, yang berpotensi memengaruhi perkembangan fisik dan kognitif serta kualitas sumber daya manusia di masa depan. Stunting dan wasting menjadi indikator utama dalam menilai status gizi anak, sementara peningkatan kapasitas ibu dalam pengasuhan, khususnya sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun, telah menjadi prioritas strategi kesehatan masyarakat. Penyuluhan gizi merupakan langkah edukatif strategis untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menerapkan prinsip gizi seimbang, sehingga dapat mendorong perubahan perilaku dalam pemberian makanan sehari-hari. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu terkait gizi seimbang, serta memberdayakan komunitas melalui metode edukasi partisipatif. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Perawatan Kota Blangkejeren dengan 20 ibu rumah tangga yang memiliki balita sebagai peserta, dipilih melalui purposive sampling. Pendekatan intervensi menggunakan desain pra- dan pasca-penyuluhan, melibatkan penyampaian materi interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi praktik pemberian gizi yang tepat. Instrumen evaluasi berupa kuesioner pre- dan post-test, media edukasi (poster, leaflet, alat peraga visual), serta lembar observasi partisipasi. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan, dengan pengetahuan tinggi ibu naik dari 10 % menjadi 65 % dan kategori rendah menurun dari 40 % menjadi 5 %. Perilaku baik meningkat dari 15 % menjadi 75 %, kategori cukup baik turun dari 55 % menjadi 25 %, dan kategori kurang baik hilang. Partisipasi ibu juga tinggi: aktif bertanya (75 %), mengikuti diskusi (100 %), praktik gizi (90 %), dan memberikan umpan balik (85 %). Hasil ini menegaskan bahwa penyuluhan gizi yang interaktif dan partisipatif efektif meningkatkan pemahaman dan perilaku ibu, sehingga mendukung tumbuh kembang balita secara optimal.

**Kata Kunci :** Balita, Pengetahuan, Penyuluhan Gizi; Perilaku Ibu, Status Gizi

#### Abstract

*Imbalanced nutrition among toddlers remains a significant public health challenge in Indonesia, despite a declining national trend in stunting prevalence. Issues such as malnutrition, undernutrition, and micronutrient deficiencies continue to threaten optimal growth in children under five, potentially affecting physical and cognitive development as well as future human resource quality. Stunting and wasting are key indicators for assessing child nutritional status, while improving maternal capacity in childcare, particularly from pregnancy to the child's first two years, has become a strategic priority in public health policies. Nutritional counseling serves as an essential educational intervention to enhance mothers' knowledge and skills in applying balanced nutrition principles, thereby promoting behavioral changes in daily feeding practices. This Community Service Program aimed to improve maternal knowledge and behavior regarding balanced nutrition and to empower the community through participatory educational methods. The activity was conducted at the Perawatan Health*

\*Corresponding author: Wira Maria Ginting, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Indonesia

E-mail : wiramariaginting@medistra.ac.id

Doi : 10.35451/nj63va26

Received : 23 December 2025, Accepted: 30 December 2025, Published: 31 December 2025

Copyright: © 2025 Wira Maria Ginting. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

*Center in Blangkejeren with 20 mothers of toddlers selected using purposive sampling. The intervention followed a pre- and post-counseling design, incorporating interactive presentations, group discussions, and practical simulations of proper feeding practices. Evaluation instruments included pre- and post-test questionnaires, educational media (posters, leaflets, visual aids), and observation sheets to monitor participant engagement. Results indicated a significant improvement in knowledge, with high-level knowledge increasing from 10 % to 65 % and low-level knowledge decreasing from 40 % to 5 %. Positive feeding behaviors rose from 15 % to 75 %, fair behaviors decreased from 55 % to 25 %, and poor behaviors were eliminated. Participant engagement was high, with 75 % actively asking questions, 100 % joining discussions, 90 % performing feeding simulations, and 85 % providing feedback. These findings demonstrate that interactive and participatory nutritional counseling effectively enhances maternal understanding and practices, thereby supporting optimal toddler growth and development.*

**Keywords:** *Toddlers, Knowledge, Nutritional Counseling, Maternal Behavior, Nutritional Status*

---

## 1. PENDAHULUAN

Gizi tidak seimbang pada balita masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Meskipun tren nasional menunjukkan penurunan prevalensi stunting, angka kejadian gizi buruk, kurang, serta kekurangan mikronutrien masih mengancam pertumbuhan optimal anak usia di bawah lima tahun. Ketidakseimbangan gizi ini berkontribusi terhadap hambatan fisik maupun kognitif yang pada akhirnya mempengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa depan [1-2].

Permasalahan gizi, seperti stunting dan wasting, menjadi indikator utama untuk menilai status gizi anak. Beberapa negara saat ini menjadikan peningkatan kapasitas ibu dalam merawat anak, khususnya dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun, sebagai prioritas strategis dalam kebijakan kesehatan masyarakat [3]. Berdasarkan data RISKESDAS 2018, prevalensi gizi kurang pada balita di Indonesia mencapai 13,9%, gizi buruk 5,7%, anak pendek 19,2%, sangat pendek 18,0%, kurus 6,8%, terlalu kurus 5,3%, dan anak gemuk 11,9% [4].

Gizi balita mengacu pada keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan tubuh anak agar tumbuh dan berkembang secara optimal; ketidakseimbangan gizi dapat menyebabkan masalah seperti stunting, wasting, atau underweight [5]. Stunting sendiri adalah kondisi pertumbuhan fisik anak yang tidak mencapai tinggi badan sesuai umur akibat kekurangan nutrisi kronis pada periode awal kehidupan, dan sering dijadikan indikator utama kurang gizi jangka panjang [6]. Untuk mendukung perbaikan kondisi ini, penyuluhan gizi menjadi langkah strategis, yaitu proses edukatif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan individu maupun kelompok mengenai prinsip gizi seimbang, sehingga dapat mendorong perubahan perilaku dalam pola makan dan asupan gizi sehari-hari [7].

Menurut hasil riset Wira Maria Ginting dan Ferawati br Hutabarat (2025) menjelaskan bahwa sebagian besar responden berpengetahuan gizi yang baik dan menerapkan perilaku pemberian gizi yang dianjurkan, sehingga sebagian besar balita memiliki status gizi normal. Pengetahuan dan perilaku gizi ibu dengan status gizi balita memiliki nilai  $p = 0,000$  yang berarti saling memiliki hubungan yang signifikan [8]. Selain itu, Gema Puspa Sari (2025) melaksanakan program pengabdian masyarakat berupa edukasi pencegahan stunting dan gizi seimbang bagi ibu hamil dan ibu dengan balita. Kegiatan yang meliputi penyuluhan, diskusi kelompok, dan simulasi praktis ini diikuti oleh 30 ibu. Hasilnya menunjukkan peningkatan skor pengetahuan peserta sebesar 24–28 poin dari pre-test ke post-test, menandakan pemahaman gizi seimbang dan pencegahan stunting yang lebih baik [9].

Berbagai kegiatan intervensi gizi menunjukkan bahwa edukasi gizi yang terstruktur mampu meningkatkan pengetahuan ibu tentang status gizi anak dan praktik pemberian makanan yang lebih baik. Contohnya, penyuluhan gizi di wilayah kerja Puskesmas Pengasinan meningkatkan skor pengetahuan ibu balita dari sebelum ke sesudah kegiatan, menunjukkan dampak positif penyuluhan terhadap pemahaman gizi ibu. Selain itu, penelitian juga membuktikan bahwa pelayanan kesehatan ibu dan anak, termasuk intervensi gizi yang tepat,

dapat menurunkan angka stunting secara signifikan. Hal ini menegaskan pentingnya strategi promosi kesehatan dan edukasi gizi sejak dini [10].

Program PkM ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang prinsip gizi seimbang dan faktor risiko gangguan pertumbuhan anak; meningkatkan perilaku ibu dalam praktik pemberian makanan dan pola asuh gizi untuk mendukung pertumbuhan fisik serta kognitif balita; serta memberdayakan komunitas lokal melalui metode edukasi yang partisipatif sehingga tercipta perubahan perilaku kesehatan jangka panjang terkait gizi balita. Melalui kegiatan penyuluhan gizi yang menasar ibu balita di Puskesmas Perawatan Kota Blangkejeren diharapkan dapat menjadi langkah strategis untuk memperkuat pengetahuan dan perilaku ibu dalam mendukung tumbuh kembang balita secara optimal.

## **2. METODE**

### **Desain Pelaksanaan PkM**

Kegiatan PkM dilaksanakan dengan desain intervensi edukatif menggunakan pendekatan pra dan pasca penyuluhan pada satu kelompok sasaran. Desain ini bertujuan untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan dan perilaku ibu terkait pemberian gizi seimbang kepada balita setelah mengikuti penyuluhan gizi. Intervensi dilakukan melalui penyampaian materi secara interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi praktik pemberian gizi yang tepat.

### **Peserta PkM**

Peserta kegiatan adalah ibu rumah tangga yang memiliki balita usia 0–5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Kota Blangkejeren, sebanyak 20 orang. Pemilihan peserta menggunakan metode purposive sampling, dengan kriteria: ibu yang aktif mengikuti posyandu atau pemeriksaan rutin balita, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, dan belum memperoleh edukasi gizi formal secara terstruktur sebelumnya.

### **Instrumen**

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pra dan pasca penyuluhan yang berguna untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu mengenai prinsip gizi seimbang serta praktik pemberian makanan sebelum dan setelah intervensi. Selain itu, media edukasi gizi disiapkan dalam bentuk poster, leaflet, dan alat peraga visual yang menyajikan informasi tentang jenis makanan sehat, prinsip gizi seimbang, frekuensi pemberian makanan, serta praktik pemberian gizi yang tepat bagi balita. Terakhir, lembar observasi digunakan oleh fasilitator untuk mencatat keterlibatan, respons, dan partisipasi peserta selama sesi penyuluhan maupun simulasi praktik pemberian gizi.

### **Tahapan PkM**

#### **1. Kegiatan Awal**

Koordinasi dilakukan dengan pihak Puskesmas untuk perizinan, jadwal, dan lokasi kegiatan. Materi edukasi dan media pembelajaran disiapkan dengan baik. Selain itu, instrumen evaluasi berupa kuesioner dan lembar observasi juga disiapkan.

#### **2. Kegiatan Inti**

Tahap awal dilakukan dengan memberikan kuesioner (*pre-test*) untuk menilai pengetahuan dan praktik awal ibu mengenai pemberian gizi seimbang pada balita. Kemudian melakukan Tahap Intervensi Edukatif melalui Penyuluhan gizi secara interaktif menggunakan presentasi dan alat peraga visual. Diskusi dua arah untuk membahas praktik pemberian gizi sehari-hari dan menjawab pertanyaan peserta. Simulasi atau praktik langsung pemberian gizi yang tepat kepada balita.

#### **3. Kegiatan Akhir**

Tahap Evaluasi Akhir dilakukan dengan memberikan kuesioner akhir (*post-test*) untuk menilai peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku ibu setelah intervensi. Tahap Tindak Lanjut Penguatan materi inti dan penyebaran media edukasi (leaflet dan poster) sebagai bahan referensi bagi peserta. Motivasi peserta agar menerapkan prinsip gizi seimbang secara mandiri dan berkelanjutan di rumah.

### 3. HASIL

Salah satu fokus utama kegiatan PkM ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang untuk mendukung tumbuh kembang balita. Tingkat pengetahuan diukur melalui kuesioner yang diberikan sebelum (*pre-test*) dan sesudah penyuluhan (*post-test*) seperti yang tersaji pada tabel 1.

Tabel 1. Kategori Pengetahuan Ibu

Kategori Pengetahuan	Pre-test	Post-test
Tinggi	2 (10%)	13 (65%)
Sedang	10 (50%)	6 (30%)
Rendah	8 (40%)	1 (5%)
Total	20 (100%)	20 (100%)

Tabel 1 menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan ibu setelah mengikuti penyuluhan gizi. Persentase ibu yang memiliki pengetahuan tinggi meningkat dari 10% pada pre-test menjadi 65% pada post-test, sementara kategori rendah menurun dari 40% menjadi hanya 5%. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang disampaikan secara interaktif dan disertai diskusi serta simulasi praktik efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai prinsip gizi seimbang. Selain itu, terjadi juga perubahan perilaku ibu menjadi terkategori baik setelah mengikuti penyuluhan seperti yang tampak pada tabel 2.

Tabel 2. Kategori Perilaku Ibu

Kategori Perilaku	Pre-test	Post-test
Baik	3 (15%)	15 (75%)
Cukup Baik	11 (55%)	5 (25%)
Kurang Baik	6 (30%)	0 (0%)
Total	20 (100%)	20 (100%)

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, maka terjadi juga perubahan perilaku ibu dalam praktik pemberian gizi seimbang pada balita setelah mengikuti penyuluhan. Persentase ibu dengan perilaku baik meningkat dari 15% pada pre-test menjadi 75% pada post-test, sementara kategori kurang baik menurun dari 30% menjadi 0%, dan kategori cukup baik juga berkurang dari 55% menjadi 25%. Hasil ini mengindikasikan bahwa intervensi penyuluhan, diskusi, dan simulasi praktik efektif mendorong perubahan perilaku ibu menuju penerapan prinsip gizi seimbang secara konsisten. Partisipasi peserta PkM terlihat nyata pada tabel 3.

Tabel 3. Partisipasi Ibu

Kategori Partisipasi	Jumlah Peserta	Persentase
Aktif Bertanya	15	75%
Mengikuti Diskusi	20	100%
Praktik Gizi	19	90%
Memberikan <i>Feedback</i>	17	85%
Total	20	100%

Partisipasi ataupun tingkat keterlibatan ibu selama pelaksanaan penyuluhan gizi menunjukkan sebanyak 75% peserta aktif bertanya, seluruh peserta (100%) mengikuti diskusi, 90% melakukan praktik pemberian gizi, dan 85% memberikan umpan balik. Tingginya partisipasi ini menunjukkan bahwa metode interaktif dan partisipatif yang diterapkan dalam penyuluhan berhasil menciptakan keterlibatan ibu yang maksimal, sehingga mendukung tercapainya peningkatan pengetahuan dan perilaku gizi balita.

### 4. PEMBAHASAN

Hasil evaluasi kegiatan penyuluhan gizi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu mengenai prinsip gizi seimbang setelah intervensi edukatif. Terlihat bahwa persentase ibu dengan kategori pengetahuan tinggi meningkat tajam dari hanya 10 % pada pre-test menjadi 65 % pada post-test, sementara ibu dengan kategori rendah menurun drastis dari 40 % menjadi 5 %. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan penyuluhan yang disertai diskusi dan simulasi praktik pemberian gizi berhasil memperbaiki pemahaman ibu terhadap prinsip gizi seimbang. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Fauzah *et al* (2025) di mana penyuluhan gizi seimbang efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu balita secara signifikan ( $p < 0,001$ ) dengan peningkatan proporsi pengetahuan baik dari 2,1 % menjadi 75,3 % setelah intervensi [11].

Selain itu, intervensi penyuluhan ini juga mendorong perubahan perilaku ibu dalam praktik pemberian gizi seimbang kepada balita. Persentase ibu dengan perilaku baik meningkat dari 15 % menjadi 75 %, diiringi turunnya kategori kurang baik dari 30 % menjadi nol pada post-test. Perubahan positif ini menunjukkan bahwa ibu tidak hanya memahami materi secara kognitif, tetapi juga mampu mengaplikasikan prinsip gizi yang benar dalam praktik sehari-hari. Hal ini sejalan dengan temuan Juwartini (2023) yang menunjukkan bahwa penyuluhan pola makan gizi seimbang dapat memengaruhi tindakan dan kebiasaan pemberian makanan bagi balita stunting seperti terlihat dari hasil uji statistik yang signifikan ( $p < 0,05$ ) [12].

Tingkat partisipasi ibu selama penyuluhan juga tergolong tinggi, dengan 75 % ibu aktif bertanya, semua peserta mengikuti diskusi, 90 % melakukan praktik pemberian gizi, dan 85 % memberikan umpan balik. Partisipasi aktif ini menjadi indikator penting keberhasilan metode penyuluhan yang bersifat partisipatif dan interaktif. Metode seperti diskusi dua arah dan praktik langsung cenderung lebih efektif dalam memotivasi peserta untuk mengadopsi perilaku baru dibandingkan penyampaian informasi satu arah saja. Temuan literature review menunjukkan bahwa intervensi edukasi nutrisi berbasis komunitas yang melibatkan diskusi, demonstrasi, dan mentoring dapat lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik pengasuhan gizi ibu serta membantu pencegahan stunting secara berkelanjutan [13].

Secara umum, hasil peningkatan pengetahuan dan perilaku ibu dalam penelitian PkM ini mendukung bukti bahwa pendidikan gizi efektif untuk memperbaiki pola pemberian makanan dan praktik gizi di keluarga [14]. Temuan ini konsisten dengan temuan penelitian lain yang menunjukkan bahwa edukasi gizi terbukti meningkatkan skor pengetahuan ibu secara signifikan setelah intervensi, baik melalui media leaflet maupun video edukasi. Partisipasi yang tinggi juga memberikan gambaran bahwa ibu tertarik dan terlibat dalam kegiatan penyuluhan, sehingga peluang perubahan perilaku secara berkelanjutan menjadi lebih besar [15].

Dengan demikian, penyuluhan gizi yang dirancang secara interaktif dan partisipatif tidak hanya meningkatkan pemahaman ibu mengenai gizi seimbang, tetapi juga mendorong perubahan praktik yang mendukung tumbuh kembang balita secara optimal. Oleh karena itu, integrasi penyuluhan gizi ke dalam program kesehatan masyarakat, seperti layanan Puskesmas dan posyandu, penting dilakukan secara berkesinambungan untuk memperkuat dampak jangka panjang terhadap kesehatan anak.

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan gizi berhasil meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu dalam pemberian gizi seimbang kepada balita. Pengetahuan tinggi meningkat dari 10 % menjadi 65 %, sedangkan kategori rendah turun dari 40 % menjadi 5 %. Perilaku baik meningkat dari 15 % menjadi 75 %, kategori cukup baik turun dari 55 % menjadi 25 %, dan kategori kurang baik hilang (0 %). Tingginya partisipasi ibu selama kegiatan yaitu aktif bertanya (75 %), mengikuti diskusi (100 %), praktik gizi (90 %), dan memberikan umpan balik (85 %) menunjukkan bahwa metode interaktif dan partisipatif efektif mendukung perubahan perilaku dan pemahaman gizi, sehingga mendukung tumbuh kembang balita secara optimal.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana PkM menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada Puskesmas Perawatan Kota Blangkejeren atas kesediaannya menjadi lokasi kegiatan, serta kepada seluruh ibu yang memiliki balita yang telah berpartisipasi aktif dalam penyuluhan gizi ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Y. Maidelwita, S. Suciana, R. Rahmayanti, F. Alisa, dan S. Salsabila, “Prevalensi Kejadian Stunting, Wasting dan Underweight pada Balita,” *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, vol. 7, no. 2, 2024, doi: <https://doi.org/10.36984/jkm.v7i2.548>.
- [2] A. I. Ramadhani, L. A. Sukoco, dan Y. Sari, “Penyuluhan Ibu Balita Stunting–Wasting tentang Isi Piringku Kaya Protein Hewani Usia 2–5 Tahun di Kecamatan Juwangi, Kabupaten Boyolali,” *Jurnal Abdidas*, vol. 4, no. 4, 2025. Available: <https://abdidas.org/index.php/abdidas/article/view/815>.
- [3] N. S. Zakaria, “Association of Mothers’ Child-feeding Knowledge, Attitude and Practices with Nutritional Status of Under-five Children in a Fishing Community,” *Food Research / regional journal (open access)*, 2022.
- [4] D. Juwartini, “Pengaruh Penyuluhan Pola Makan Gizi Seimbang dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan dan Tindakan Ibu Balita Stunting di Posyandu Desa Sembung, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten,” *Jurnal Keperawatan Akper YKY*, vol. 15, no. 01, 2025. DOI: <https://doi.org/10.61758/nursing.v15i01.121>.
- [5] F. Fitria dan N. H. Astuti, “Cegah Stunting Melalui Edukasi Gizi Seimbang pada Ibu Hamil dan Menyusui,” *Jurnal Abdimas Kedokteran dan Kesehatan*, 2025. DOI: <https://doi.org/10.24853/jaras.1.2.83-88>.
- [6] F. Hiola, P. A. Mahdang, dan N. R. Paramata, “Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang Gizi Seimbang dan Pencegahan Stunting,” *Jurnal Kolaboratif Sains*, vol. 8, no. 9, 2025. DOI: <https://doi.org/10.56338/jks.v8i9.8448>.
- [7] T. Mahjabin, M. Hossain, M. R. Hasan, et al., “Effect of Mother’s Nutritional Knowledge and Hygiene Practices on Child Nutritional Status and Dietary Diversity,” [International Journal, full text in PubMed Central], 2022.
- [8] W. M. Ginting dan F. Br Hutabarat, “The Relationship Between Maternal Nutritional Knowledge and Maternal Behavior on the Nutritional Status of Children Under Five at the Blangkejeren City Health Center,” *Jurnal Kesmas dan Gizi (JKG)*, vol. 8, no. 1, 2025. Available: <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKG/article/view/3172>.
- [9] G. Puspa Sari, “Edukasi Pencegahan Stunting dan Gizi Seimbang bagi Ibu Hamil dan Balita,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2025. DOI: <https://doi.org/10.62207/yek9zb77>.
- [10] F. Haryanti, “Maternal Knowledge on Nutrition-Focused Nurturing Care and Associated Factors,” *International Journal / PubMed Central (artikel 2024, open access)*, 2024.
- [11] H. F. Mahjabin, M. Hossain, M. R. Hasan, et al., “Effect of Mother’s Nutritional Knowledge and Hygiene Practices on Child Nutritional Status and Dietary Diversity,” *International Journal (open access)*, 2022. (akses: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12089656/>)
- [12] N. Nafilah dan E. Eliyana, “Efektivitas Video Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang pada Balita,” *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, vol. 15, no. 1, 2025.
- [13] Y. B. Prasetyo., “The effect of mothers’ nutritional education and knowledge on child feeding practices,” *International Journal of Childhood Education & Parenting*, 2023.
- [14] A. Talib Eidan, “Effect of a Nutritional Education Program on Mother Knowledge regarding their children nutritional status,” *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research (or similar open-access report)*, 2024.
- [15] L. Lindawati, H. Susanto, S. Wahyuni, dan N. N. Khasanah, “The Impact of Nutritional Education Interventions on Maternal Knowledge, Self-Monitoring, and Stunting Prevention among Children Under Five,” *Indonesian Journal of Global Health Research*, 2025.