

PENGARUH PEMAKAIAN BUKU SAKU GIZI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU BALITA DAN KONSUMSI ENERGI DAN PROTEIN BALITA

Juin Hadisuyitno dan B. Doddy Riyadi

Abstrak : gizi kurang dan buruk pada masa bayi dan anak-anak terutama pada umur kurang dari 5 tahun dapat mengakibatkan terganggunya pertumbuhan jasmani dan kecerdasan anak. Salah satu faktor pemberian makan pada balita adalah tingkat pengetahuan ibu balita. Pengetahuan ibu yang rendah tentang penyediaan menu seimbang untuk balita dapat berpengaruh terhadap pemberian makanan anak balita. Penggunaan media penyuluhan akan memudahkan pemahaman ibu balita terhadap peningkatan pengetahuan. Tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh pemberian buku saku gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita tentang gizi dan konsumsi energi dan protein anak balita. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperiment* dengan rancangan *pretest-post test*. Responden penelitian ini adalah ibu balita yang mempunyai anak dengan gizi kurang dan gizi buruk yang berjumlah 28 orang. Perlakuan dilakukan dengan penyuluhan serta memberikan buku saku pada responden. Pengukuran tingkat pengetahuan, konsumsi energi dan protein dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan ibu balita sebelum perlakuan kategori cukup dan kurang sebanyak 57,1% dan setelah perlakuan meningkat menjadi 100%. Tingkat konsumsi energi balita sebelum dilakukan perlakuan pada ibu balita sebanyak 100% dengan kategori kurang sedangkan setelah perlakuan sebanyak 68 % kategori kurang dan 32% kategori baik. Hasil uji statistik terdapat perbedaan yang bermakna tingkat pengetahuan ibu balita dan konsumsi energi balita gizi kurang sebelum dan sesudah penyuluhan dengan memberikan buku saku. Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah penyuluhan dengan memberikan buku saku kepada ibu balita yang mempunyai balita dengan status gizi kurang dan buruk dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dan konsumsi energi balita.

Kata Kunci : *buku saku, pengetahuan, tingkat konsumsi energi, balita gizi kurang*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu dimensi dasar pembangunan manusia, dimana pembangunan kesehatan tersebut harus dimulai sejak seseorang berada dalam kandungan hingga mencapai usia lanjut. Masa balita merupakan usia penting dalam tumbuh kembang anak secara mental maupun fisik (Notoatmodjo,2003). Pertumbuhan dan perkembangan anak sangatlah penting sehingga memerlukan asupan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhannya. Kondisi kecukupan gizi tersebut sangatlah berpengaruh dengan kondisi kesehatannya secara berkesinambungan pada masa mendatang (Muaris, 2006).

Status gizi kurang pada balita masih menjadi salah satu masalah gizi terbesar di Indonesia sejak 20 tahun yang lalu. Hal tersebut dapat dilihat dari prevalensi gizi kurang yang masih cukup tinggi di Indonesia. Berdasarkan Riskesdas tahun 2013, prevalensi nasional anak gizi kurang adalah sebesar 13,9%. Bahkan terdapat kecenderungan naiknya prevalensi status gizi buruk tahun 2007 – 2013 berdasarkan indeks BB/U yakni dari 5,4 di tahun 2007 meningkat menjadi 5,7 di tahun 2013. Hasil pengumpulan data dasar di desa Tawang Sari Kecamatan Pujon Kabupaten Malang diperoleh anak balita dibawah tiga tahun dengan status gizi kurang sebanyak 61 balita dari 381 balita atau sebesar 16%.

Gizi kurang dan buruk pada masa bayi dan anak-anak terutama pada umur kurang dari 5 tahun dapat mengakibatkan terganggunya pertumbuhan jasmani dan kecerdasan

anak. Pertumbuhan sel otak berlangsung sangat cepat dan akan berhenti atau mencapai taraf sempurna pada usia 4-5 tahun. Perkembangan otak yang cepat hanya dapat dicapai bila anak berstatus gizi baik (Depkes RI, 2002). Status gizi balita merupakan hal penting yang harus diketahui oleh setiap orang tua. Perlunya perhatian lebih dalam tumbuh kembang di usia balita didasarkan fakta bahwa kurang gizi yang terjadi pada masa emas ini akan berpengaruh pada kualitas tumbuh kembang anak (Marimbi, 2010).

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi adalah tingkat pengetahuan ibu tentang gizi, pola asuh makan, tingkat ketahanan pangan pada rumah tangga, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan kejadian infeksi pada balita. Menurut Agus (2008) dalam Susanti dkk., (2014) menerangkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi pada anak adalah perilaku ibu dalam memilih dan memberikan makanan. Karena perilaku ibu mempengaruhi bagaimana rumah tangga mampu memenuhi persediaan pangan individu keluarganya, mengkonsumsi makanan sesuai kaidah gizi yang benar, memilih jenis makanan serta memprioritaskan makanan ditengah keluarganya. Perilaku ibu yang masih rendah dapat disebabkan karena kurangnya tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dan kurangnya kemampuan dalam menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu cara yang bisa ditempuh untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi adalah melalui proses pendidikan. Proses pendidikan bisa melalui pendidikan formal maupun pendidikan non formal. Pendidikan non formal dapat melalui seminar, penyuluhan, konsultasi maupun kegiatan-kegiatan lain dalam promosi kesehatan. Dalam proses promosi kesehatan dibutuhkan alat bantu atau media agar pesan-pesan yang disampaikan lebih menarik dan mudah dipahami, sehingga sasaran mampu mempelajari dan mengadopsi ilmu dari media tersebut dengan lebih mudah.

Salah satu media yang dapat digunakan adalah media cetak. Buku saku merupakan salah satu media yang termasuk ke dalam media cetak. Buku saku gizi adalah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik berupa tulisan maupun gambar yang diberikan kepada ibu balita dengan status gizi kurang. Buku saku gizi merupakan salah satu solusi untuk mempermudah menyampaikan pengetahuan tentang gizi dan kesehatan. Sehingga dengan meningkatnya pengetahuan ibu, terdapat pula peningkatan sikap dan perilaku ibu dalam mencegah maupun menangani masalah gizi dan tumbuh kembang secara mandiri.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tawangsari, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang. Penelitian ini dilakukan selama 3 bulan pada bulan Oktober 2016 sampai bulan Januari 2017. diteliti kembali untuk melihat perubahan pengetahuan ibu tentang gizi. Penelitian dilakukan di 6 wilayah posyandu.

Sampel penelitian

Populasi penelitian adalah ibu yang mempunyai anak usia 6 – 36 bulan, sampel penelitian ini ibu yang mempunyai anak usia 6-36 bulan dengan status gizi kurang. Penentuan status gizi dilakukan dengan melihat hasil penimbangan terakhir di Posyandu yang tercatat pada Kartu Menuju Sehat (KMS) yang menunjukkan plotting hasil penimbangan di KMS pada pita kuning di bawah pita hijau dan di bawah garis merah (BGM).

Pelaksanaan penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 3 bulan dengan 2 (dua) tahap. Tahap pertama dilakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal responden sebelum dilakukan intervensi. Tahap kedua dilakukan intervensi dengan memberikan

penyuluhan dengan media buku saku tentang gizi kepada ibu balita yang mempunyai anak balita gizi kurang. Pada tahap ini dilakukan 5 (lima) kali pendampingan oleh peneliti guna memastikan apakah buku saku dipahami dan menerapkan isinya. Pada kegiatan pendampingan responden yang kurang paham dengan isi materi pada buku saku dapat ditanyakan kepada peneliti maksud dari materi tersebut. Pada akhir intervensi dilakukan posttes untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan pola asuh pemberian makan pada anak.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Umum Responden

Responden pada penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak berusia 6-36 bulan yang menderita gizi kurang dan gizi buruk berjumlah 28.

Karakteristik responden meliputi umur, tingkat pendidikan responden, dan pekerjaan.

1. Umur

Rerata umur responden adalah 25,9 tahun dengan usia paling muda 17 tahun dan 36 tahun.

2. Pendidikan dan Pekerjaan

Jenis tingkat pendidikan responden meliputi lulusan SD, SLTP, SLTA. Responden yang memiliki tingkat pendidikan SD sebanyak 25% SMP 39% dan SLTA 36%. Pekerjaan responden terdiri dari buruh tani, petani, wiraswasta, ibu rumah tangga dan karyawan. Sebanyak 39% responden memiliki pekerjaan buruh tani, petani, ibu rumah tangga dan wiraswasta sebesar 18%.

Pengetahuan

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi sebelum diberikan buku saku sebanyak 57,1% termasuk dalam kategori cukup dan baik. Setelah diberikan buku saku tingkat pengetahuan ibu tentang gizi kategori cukup dan baik menjadi 100%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang sebanyak 42,9% responden

Tabel 1. Distribusi tingkat pengetahuan responden tentang gizi Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Tingkat Pengetahuan	Pengukuran			
	Pretes		Postes	
	n	%	n	%
Kurang	12	42,9	0	0
Cukup	12	42,9	12	42,9
Baik	4	14,2	16	57,1
Jumlah	28	100	28	100

Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p=0,001$) tingkat pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan buku saku tentang gizi.

Konsumsi Energi dan Protein

Tabel 2. menunjukkan konsumsi energi balita sebelum diberikan buku saku pada ibu balita sebanyak 100% balita tingkat konsumsi energinya kategori kurang dan setelah dilakukan intervensi sebanyak 68% balita masih mempunyai tingkat konsumsi energi yang kurang dan ada 32% balita mempunyai tingkat konsumsi energi yang baik.

Tingkat konsumsi protein sebelum diberikan intervensi kepada ibu balita menunjukkan tingkat konsumsi protein balita sebanyak 36% kategori kurang dan 64%

kategori baik, setelah dilakukan intervensi sebanyak 36% mempunyai tingkat konsumsi kurang, 61% kategori baik dan 3% kategori lebih.

Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p=0001$) tingkat konsumsi energi balita sebelum dan setelah diberikan intervensi sedangkan tingkat konsumsi protein balita menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna ($p=166$) tingkat konsumsi protein sebelum dan sesudah diberikan intervensi buku saku pada ibu balita.

Tabel 2. Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Variabel	Pengukuran											
	Pretes						Postes					
	kurang		baik		lebih		kurang		baik		lebih	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Konsumsi Energi	28	100	0	0	0	0	19	68	9	32	0	0
Konsumsi Protein	10	36	18	64	0	0	10	36	17	61	1	3

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi penyuluhan tentang gizi seimbang dengan memberikan buku saku hanya sebahagian ibu yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan baik sebanyak (57,1%). Setelah diberikan penyuluhan dengan memberikan buku saku tingkat pengetahuan ibu dengan kategori cukup dan baik menunjukkan peningkatan sebesar 42,9% menjadi 100%. Hal ini menjelaskan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada ibu tentang gizi seimbang balita setelah dilakukan penyuluhan dengan memberikan buku saku.

Adanya pengaruh pemberian buku saku tentang gizi terhadap pengetahuan ibu balita membuktikan bahwa metode penyuluhan dengan memberikan buku saku efektif meningkatkan pengetahuan ibu balita. Hasil ini disebabkan oleh metode penyuluhan yang diberikan dengan menyajikan materi yang telah dipersiapkan untuk disampaikan dan dibahas bersama-sama, serta memperlihatkan cara bagaimana melakukan suatu tindakan memberikan makanan pada balita melalui prosedur yang benar, dengan menggunakan alat bantu yang telah disesuaikan pokok bahasan yang diberikan.

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui indera mata dan telinga.

Penggunaan media dalam penyuluhan akan meningkatkan minat untuk melihat, membaca, meraba maupun mendengar informasi yang disampaikan sehingga mudah dipahami oleh ibu balita sehingga dapat meningkatkan pengetahuannya. Media penyuluhan yang baik akan melibatkan seluruh panca indera yang akan memperjelas pengetahuan yang diperolehnya. Informasi atau pengetahuan yang sering dan berulang-ulang dapat meningkatkan retensi pengetahuan seseorang dan juga dengan pemakaian media akan meningkatkan minat untuk melihat, membaca meraba maupun mendengar informasi sehingga mudah dipahami.

Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang yaitu umur, intelegensi, lingkungan, sosial budaya, tingkat pendidikan, informasi dan pengalaman. Dari beberapa faktor tersebut faktor yang paling mempengaruhi pada penelitian ini yaitu 1) Faktor umur, pada penelitian ini rata-rata umur responden (Ibu) tergolong remaja akhir hingga dewasa akhir. Menurut Abu Ahmadi (2001) mengemukakan bahwa bertambahnya umur dapat memberikan pengaruh berkurangnya kemampuan seseorang dalam menerima atau mengingat sesuatu pengetahuan. Akan tetapi pada kelompok ini untuk beberapa responden (Ibu) dapat dikatakan bahwa faktor umur tidak begitu berpengaruh pada tingkat pengetahuan. 2) Faktor informasi, menurut Wied Hary A. (1996), mengemukakan bahwa informasi dari berbagai media misalnya televisi, radio, surat kabar, dll akan meningkatkan pengetahuan seseorang. 3) Faktor tingkat pendidikan ibu juga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan. Tingkat pendidikan orang tua sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan responden. Orang tua yang berpendidikan tinggi mempunyai pengetahuan yang lebih baik sehingga dapat mengkomunikasikan pengetahuan-pengetahuan tersebut dengan cara yang tepat dan menarik (Hurlock, 2002). Menurut Nursalam (2003) pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah menerima informasi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Reppie (2007) yang mendapati bahwa konseling gizi dengan buku saku dapat mempengaruhi penurunan asam urat darah dan asupan purin.

Pengetahuan gizi seimbang pada balita dapat dilihat pada cara ibu memilih bahan makanan dan menyiapkan makanan untuk kebutuhan keluarganya. Oleh sebab itu pengetahuan gizi yang baik dan keterampilan ibu memilih bahan makanan sangat berpengaruh terhadap menu makanan keluarga sehingga pengetahuan ibu tentang gizi sangat perlu untuk menentukan tingkat konsumsi makanan yang baik dalam upaya meningkatkan status gizi balita.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Leokuna (2013) bahwa pengetahuan ibu yang memiliki balita sebelum penyuluhan adalah 40,69% mengalami peningkatan sesudah penyuluhan menjadi 78%. Penelitian lain yang sejalan juga dengan penelitian Yuliana dkk (2006) bahwa rata-rata skor pengetahuan gizi kesehatan ibu pada pengukuran awal kelompok perlakuan 26,4 poin tergolong dalam kategori sedang. Sesudah dilakukan penyuluhan gizi kesehatan terjadi peningkatan skor menjadi 29,8 poin untuk kelompok perlakuan. Hasil uji-t menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam pada pengetahuan gizi kesehatan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

Pelaksanaan penyuluhan gizi merupakan bagian penting dalam upaya perbaikan gizi balita. Pendidikan kesehatan berupa penyuluhan yang diberikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang jika informasi yang diterima dapat diterapkan secara langsung dalam kehidupan sehari-hari sehingga mempunyai perilaku yang berubah ke arah lebih baik, maka peran para ibu menjadi yang sangat penting untuk meningkatkan status gizi balita. Penelitian Manurung (2010) menunjukkan bahwa tindakan atau perilaku ibu sebelum penyuluhan gizi dengan kategori baik sebesar 14,29%, sesudah penyuluhan gizi meningkat menjadi 42,86%. Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap perilaku ibu dalam penyediaan makanan dengan menu seimbang yaitu terjadi peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan dalam penyediaan menu seimbang atau makanan untuk balita.

Informasi yang diberikan pada penyuluhan dengan memberikan buku saku dapat menambah pengetahuan ibu, semakin sering ibu mendapat informasi gizi dan kesehatan

semakin baik pula pengetahuan ibu tentang gizi seimbang untuk balita. Penyuluhan gizi seimbang penting untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang bagi ibu yang memiliki balita. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan kesehatan ibu melalui penyuluhan merupakan cara yang tepat dilakukan oleh orang tua. Artinya semakin baik pengetahuan gizi kesehatan ibu maka pertumbuhan anak juga membaik.

Penelitian Ditamarte (2011) menunjukkan hasil terdapat pengaruh penyuluhan gizi dengan menggunakan buku saku terhadap pengetahuan ibu tentang gizi balita. Penelitian Suwanto (2008) menunjukkan hasil ada hubungan antara pengetahuan tentang gizi dengan konsumsi makanan bergizi kepada anak balita sesuai dengan status gizinya. Hasil analisis statistik menunjukkan ada hubungan positif dan signifikan dengan pemberian konsumsi makanan bergizi kepada anak balita sesuai dengan status gizinya.

Semakin sering bertambahnya informasi gizi seimbang yang diterima ibu balita akan meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang balita dan semakin baik pula perilaku ibu tentang praktik gizi seimbang yang diberikan kepada balita.

Menurut Rahmawati dkk (2007) dalam penelitiannya menunjukkan ada peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku pada ibu yang memiliki anak balita yang mendapatkan informasi dengan menggunakan media audiovisual lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang mendapatkan informasi dengan menggunakan media modul.

PENUTUP

Kesimpulan

Penyuluhan dengan menggunakan media buku saku untuk ibu balita yang mempunyai anak balita menderita gizi kurang dan buruk dapat meningkatkan tingkat pengetahuan tentang gizi dan konsumsi energi anak balitanya.

Saran

Untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita tidak hanya dilakukan penyuluhan dengan menggunakan satu media saja, akan lebih baik jika menggunakan lebih dari satu media dan untuk meningkatkan konsumsi makan balita perlu dilakukan simulasi dalam pemberian makanan bagi anak yang benar.

Daftar Pustaka

- Adriana, D. 2013. *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain pada Anak*. Salemba Medika, Jakarta.
- Adriani, Merryana., dan Wirjatmadi, Bambang. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Kencana, Jakarta.
- Almatsier, S. 2003. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka, Jakarta.
- Aries, Muhammad et al. 2012. *Determinan Gizi Kurang Dan Gizi kurang Anak Umur 0-36 Bulan Berdasarkan Data Program Keluarga Harapan (PKH) 2007*. Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*. ISSN 1978-1059, 7(1): 19-26
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta : Jakarta
- Arisman. 2010. *Gizi Dalam Daur Kehidupan : Buku Ajar Ilmu Gizi*, EGC, Jakarta
- Aritonang, I. 2007. *Pemantauan Pertumbuhan Balita*. Kanisius, Yogyakarta.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2013)*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.

- Depkes RI, 2006. *Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Lokal*, Jakarta.
- DepKes RI. 2002. *Pemantauan Pertumbuhan Balita*. Direktorat Gizi, Jakarta.
- Ditamarte, Lukis. 2011. *Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Balita di Desa Argotirto Kabupaten Malang*. Skripsi : Program Studi Pendidikan Tata Boga, Fakultas Teknik, Jurusan Teknologi Industri Universitas Negeri Malang, Malang.
- Diop el HI, Dossou N, Ndour M, Briend A, Wade S. 2003. *Comparison of the efficacy of a solid ready-to-eat food and a liquid milk-based diet for rehabilitation of severely malnourished children: a randomized trial*. American Journal of Clinical; 78(2): 302-307.
- Gibson, Rosalind. 2005. *Principles of Nutrition Assesment*. Oxford University, New York.
- Khomsan A. 2007. *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian, IPB, Bogor.
- Leokuna, Joice M. 2013. *Pengetahuan Ibu tentang Gizi Balita Sebelum dan Sesudah Penyuluhan di RW 10 Kampung Citiis Desa Cihanjuang Rahayu Kecamatan Parongpong Bandung Barat*. Skripsi Fakultas Keperawatan: Universitas Advent Indonesia.
- Marimbi, H. 2010. *Tumbuh Kembang Status Gizi, dan Imunisasi Dasar Pada Balita*. Nuha medika, Yogyakarta.
- Muaris, Hindah. 2006. *Lauk Bergizi untuk Anak Balita*. Gramedia Pustaka Utama: Jakarta
- Notoatmodjo S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Nursalam. 2007. *Asuhan Keperawatan Bayi Dan Anak*. Edisi 1. Selemba Medika, Jakarta.
- Rahmawati Ira, Sudargo Toto, Paramastri Ira. 2007. *Pengaruh Penyuluhan dengan Media Audio Visual terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu Balita Gizi Kurang dan Buruk di Kabupaten Kota Waringin Barat Propinsi Kalimantan tengah*. *The Indonesian Journal of Clinical Nutrition*: Artikel Vol. 4 No.2.
- Soekirman. 2011. *Taking the Indonesian nutrition history to leap into betterment of the future generation: development of the Indonesian Nutrition Guidelines*. Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition, 3 : 447-451.
- Suhardjo. 1996. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Bumi Aksara. Jakarta.
- Yuliana, Khomsan A, Patmonodewo S, Riyadi H, Muchtadi D. 2006. *Pengaruh Penyuluhan Gizi-Kesehatan dan Faktor Lainnya terhadap Pertumbuhan Anak Usia Prasekolah*. *Jurnal Gizi dan Pangan*; 25 (4):576-77.