**Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Gizi Seimbang terhadap Kenaikan Berat Badan pada Balita**

**Yuyun Triwisnanti**

Institut Teknologi Sains dan Kesehatan, RS dr Soepraoen Kesdam V Brawijaya Malang, Indonesia

Alamat: Jl. S. Supriadi No.22, Sukun, Kec. Sukun, Kota Malang, Jawa Timur, 65147

*Korespondensi penulis: [buyuyun8778@gmail.com](mailto:buyuyun8778@gmail.com)*

***Abstract****. The nutritional status of toddlers is influenced by various factors, including maternal knowledge and attitudes regarding balanced nutrition. As the primary caregiver, the mother plays a vital role in providing food that aligns with the child's growth and developmental needs. This study aims to analyze the relationship between mothers' level of knowledge and attitudes toward balanced nutrition and the weight gain of toddlers, as well as to compare the differences between control and intervention groups. The study employed a quantitative design with a comparative approach involving two groups: control and intervention. The sample consisted of 40 respondents selected through total sampling. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed using the Mann-Whitney U test to determine significant differences between the two independent groups. The results revealed a significant difference between the intervention and control groups in terms of maternal knowledge and attitude scores (p = 0.019). The intervention group demonstrated better levels of knowledge and more positive attitudes, which were associated with more optimal toddler weight gain. There is a relationship between maternal knowledge and attitudes toward balanced nutrition and toddler weight gain. Nutrition education interventions have proven to be effective in increasing knowledge and fostering positive maternal attitudes, making them a viable strategy for improving children's nutritional status.*

***Keywords:*** *Balanced Nutrition, Maternal Knowledge, Toddlers, Intervention, Weight Gain*

**Abstrak**. Status gizi balita dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengetahuan serta sikap ibu atas gizi seimbang. Ibu sebagai pengasuh utama memegang peran vital dalam pemberian makanan yang selaras dengan kebutuhan tumbuh kembang anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis relasi antara taraf pengetahuan serta sikap ibu berkenaan dengan gizi seimbang atas kenaikan berat badan pada balita, serta membandingkan diferensiasi antara kelompok kontrol serta kelompok intervensi. Penelitian memakai desain kuantitatif dengan pendekatan komparatif pada dua kelompok: kontrol serta intervensi. Sampel 40 responden serta memakai teknik sampling total sampling. Data dikumpulkan lewat kuesioner terstruktur serta dianalisis memakai uji Mann-Whitney U untuk mengetahui diferensiasi signifikan antara dua kelompok independen. Samp Hasil mengungkapkan bahwasannya terdapat diferensiasi yang signifikan antara kelompok intervensi serta kontrol atas skor pengetahuan serta sikap ibu (p = 0,019). Kelompok intervensi mengungkapkan taraf pengetahuan serta sikap yang lebih baik serta dikaitkan dengan peningkatan berat badan balita yang lebih optimal. Terdapat relasi antara taraf pengetahuan serta sikap ibu atas gizi seimbang dengan kenaikan berat badan pada balita. Intervensi edukasi gizi terbukti tepat sasaran dalam menaikkan pengetahuan serta membentuk sikap positif ibu, sehingga bisa dijadikan strategi dalam upaya perbaikan status gizi anak.

**Kata kunci**: Gizi Seimbang, Pengetahuan Ibu, Balita, Intervensi, Kenaikan Berat Badan

1. **LATAR BELAKANG**

Pemberian gizi yang tepat pada balita merupakan aspek vital dalam mendukung tumbuh kembang mereka. Masa balita (0–5 tahun) ialah periode kritis yang bisa menentukan kualitas hidup anak di masa depan, baik secara fisik maupun kognitif. Salah satu indikator utama untuk memantau status gizi balita ialah berat badan. Berat badan yang tidak selaras dengan standar pertumbuhan yang normal bisa menandakan adanya masalah dalam pemenuhan gizi, baik kekurangan maupun kelebihan (Anwar, 2021).

Gizi seimbang ialah asupan makanan yang memenuhi kebutuhan energi, protein, lemak, vitamin, serta mineral yang diperlukan tubuh selaras dengan usia serta aktivitas. Dalam hal ini, ibu punya peran yang sangat vital dalam mengelola asupan gizi anak, karena ibu ialah pihak yang langsung berhubungan dengan pola makan sehari-hari anak. Pengetahuan ibu berkenaan dengan gizi seimbang, serta sikapnya dalam penerapannya, akan berpengaruh besar atas keputusan yang diambil dalam hal pemberian makanan pada anak.

Salah satu faktor yang paling berpengaruh atas status gizi balita ialah taraf pengetahuan serta sikap ibu dalam pemberian makanan yang sehat serta seimbang. Ibu sebagai pengasuh utama punya peran kunci dalam menentukan kualitas makanan anak, frekuensi makan, serta variasi menu harian. Pengetahuan yang baik akan gizi seimbang memungkinkan ibu untuk memilih serta mengatur makanan anak selaras dengan kebutuhan fisiologisnya, sehingga mendukung pertambahan berat badan yang selaras dengan usia anak. Sebaliknya, pengetahuan yang rendah berisiko menyebabkan praktik pemberian makan yang tidak adekuat serta berujung pada masalah gizi seperti stunting, wasting, atau obesitas (Silitonga et al., 2023).

Pengetahuan ibu berkenaan dengan gizi seimbang mencakup pemahaman berkenaan dengan jenis makanan yang baik untuk tumbuh kembang anak, cara menyajikan makanan yang bergizi, serta mengetahui tanda-tanda masalah gizi pada anak. Sementara itu, sikap ibu terkait gizi seimbang mencakup kebiasaan serta pola pemberian makan yang dilakukan setiap hari. Ibu yang punya pengetahuan serta sikap yang baik atas gizi seimbang cenderung lebih berhasil dalam menghadirkan makanan yang bisa mendukung kenaikan berat badan yang optimal pada balita.

Sikap ibu atas pentingnya gizi juga memengaruhi perilaku nyata dalam praktik pemberian makan. Sikap positif, seperti kesadaran akan pentingnya makan sayur, protein hewani, serta frekuensi makan yang teratur, berkontribusi atas kebiasaan makan sehat pada anak. Namun, riset mengungkapkan bahwasannya walaupun pengetahuan ibu cukup baik, sikap yang kurang mendukung bisa menyebabkan praktik yang tidak optimal dalam pemberian makanan, sehingga tetap menimbulkan masalah dalam kenaikan berat badan anak (Utami et al., 2021).

Namun, berdasarkan berbagai riset sebelumnya, ditemukan bahwasannya taraf pengetahuan serta sikap ibu atas gizi seimbang sering kali masih kurang, bahkan di kalangan ibu yang sudah punya anak. Kurangnya pemahaman berkenaan dengan prinsip-prinsip gizi yang tepat serta kebiasaan makan yang tidak sehat bisa berisiko menyebabkan masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan berat badan pada balita. Melihat hal tersebut, riset ini bertujuan untuk mengkaji relasi antara taraf pengetahuan ibu berkenaan dengan gizi seimbang serta sikap ibu atas pemberian gizi seimbang dengan kenaikan berat badan pada balita.

1. **KAJIAN TEORITIS**

Gizi seimbang merupakan dasar penting dalam mendukung proses tumbuh kembang balita, terutama dalam masa usia emas (*golden age*). Kecukupan asupan zat gizi makro dan mikro yang seimbang berkontribusi terhadap pertambahan berat badan yang sesuai dengan standar pertumbuhan. Penelitian Fadila et al. (2020) menunjukkan bahwa pola makan seimbang yang diterapkan secara konsisten berhubungan erat dengan peningkatan status gizi anak usia 1–5 tahun. Hal ini sejalan dengan temuan Ismail et al. (2019), yang menyatakan bahwa pemenuhan prinsip gizi seimbang secara menyeluruh berdampak positif terhadap pertumbuhan berat badan anak. Dalam konteks ini, ibu memegang peranan sentral sebagai penentu pola konsumsi anak. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangat memengaruhi kualitas dan kuantitas makanan yang diberikan pada balita. Siregar dan Simbolon (2021) menemukan bahwa ibu dengan tingkat pengetahuan tinggi lebih mampu menyusun pola makan anak secara sehat dan variatif. Demikian pula, Rahmawati et al. (2018) menyatakan bahwa pengetahuan gizi yang baik berpengaruh signifikan terhadap berat badan balita karena mendorong praktik pemberian makan yang lebih tepat.

Namun, pengetahuan saja tidak cukup tanpa diiringi sikap positif terhadap pentingnya gizi. Sikap ibu mencerminkan kesiapan mental dan emosional dalam menerapkan pengetahuan yang dimilikinya ke dalam praktik sehari-hari. Utami dan Lestari (2019) menunjukkan bahwa sikap positif ibu sangat memengaruhi keteraturan jadwal makan dan pilihan makanan bergizi untuk anak. Bahkan dalam kondisi ekonomi terbatas, ibu dengan sikap positif terhadap gizi tetap mampu memberikan asupan yang mendekati standar gizi seimbang (Yuliana & Nindya, 2022). Kombinasi pengetahuan dan sikap ini terbukti memberikan pengaruh nyata terhadap kenaikan berat badan balita. Fitriani et al. (2021) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa ibu dengan pengetahuan dan sikap yang tinggi tentang gizi memiliki anak dengan pertumbuhan berat badan yang lebih optimal dibandingkan ibu yang kurang pengetahuan dan sikapnya. Senada dengan itu, Kusumaningrum et al. (2017) menyimpulkan bahwa kedua aspek tersebut merupakan prediktor penting dalam menjamin status gizi anak tetap dalam kategori sehat. Dengan demikian, dalam upaya meningkatkan berat badan balita secara sehat, intervensi gizi sebaiknya tidak hanya berfokus pada edukasi pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan sikap positif ibu terhadap pentingnya gizi seimbang.

1. **METODE PENELITIAN**

Penelitian memakai desktiptif kuantitatif dengan pendekatan komparatif pada dua kelompok: kontrol serta intervensi. Data dikumpulkan lewat kuesioner terstruktur serta dianalisis memakai uji Mann-Whitney U untuk mengetahui diferensiasi signifikan antara dua kelompok independen. Penelitian ini punya jumlah 40 responden dengan teknik pengumpulan sampel yang dipakai ialah total sampling dengan mengambil semua responden. Terget responden di dalam riset ini ialah ibu yang punya balita dengan kriteria inklusi meliputi Ibu yang punya anak balita (usia 1–5 tahun), Ibu yang bersedia menjadi responden serta menandatangani informed consent, Ibu yang berdomisili di wilayah tempat riset dilakukan serta Ibu yang bisa membaca serta menulis (untuk pengisian kuesioner). Sedangkan kriteria ekslusi yaitu Ibu yang tidak bersedia mengikuti seluruh tahapan riset serta Ibu yang mengalami gangguan mental atau emosional yang bisa memengaruhi kemampuan menjawab kuesioner dengan objektif.

Penelitian ini dilaksanakan di posyandu desa pagedangan pada bulan april 2025. Penelitian ini memakai 2 instrumen riset yaitu kuesioner. Kuesioner dipakai untuk mengkaji pengetahuan serta sikap ibu berkenaan dengan gizi seimbang. Terdiri dari 10 pertanyaan pervariabel dengan memakai skala Guttman, yaitu benar dengan skor 1 serta salah dengan skor 0. Analisis data dalam riset ini memakai Uji Mann-Whitney (Uji Mann-Whitney U) yang bertujuan untuk membandingkan dua kelompok independen ketika data tidak berdistribusi normal atau berskala ordinal. Analisis data memakai aplikasi SPSS 22.

1. **HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

**Tabel 1.** Distribusi frekuensi responden (n:40)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Frekuensi (n)** | **Presentase (%)** |
| **Usia ibu** |  |  |
| 17 - 25 Tahun | 1 | 2,5 |
| 26 - 35 Tahun | 37 | 92,5 |
| 36 - 45 Tahun | 2 | 5 |
| **Pendidikan terakhir** |  |  |
| SD | 11 | 27,5 |
| SMP | 21 | 52,5 |
| SMA | 7 | 17,5 |
| S1 | 1 | 2,5 |
| **Usia anak** |  |  |
| 6 - < 9 Bulan | 0 | 0 |
| 9 - < 12 Bulan | 5 | 12,5 |
| 12 - < 18 Bulan | 1 | 2,5 |
| 18 - < 24 Bulan | 4 | 10,0 |
| 2 - <3 Tahun | 5 | 12,5 |
| 3 - <4 Tahun | 25 | 62,5 |
| **Jenis kelamin** |  |  |
| Laki-laki | 25 | 62,5 |
| Perempuan | 15 | 37,5 |

Berdasarkan hasil riset, mayoritas responden ialah ibu dengan rentang usia 26–35 tahun sebanyak 37 orang (92,5%), sedangkan kelompok usia 17–25 tahun hanya terdiri dari 1 orang (2,5%), serta usia 36–45 tahun sebanyak 2 orang (5%). Dilihat dari taraf pendidikan terakhir, sebagian besar responden punya pendidikan terakhir SMP sebanyak 21 orang (52,5%), diikuti oleh pendidikan dasar (SD) sebanyak 11 orang (27,5%), pendidikan menengah (SMA) sebanyak 7 orang (17,5%), serta hanya 1 orang (2,5%) yang punya pendidikan tinggi (S1).

Untuk karakteristik balita, sebagian besar berada pada kelompok usia 3 sampai kurang dari 4 tahun sebanyak 25 anak (62,5%), diikuti oleh usia 9 sampai kurang dari 12 bulan serta usia 2 sampai kurang dari 3 tahun yang masing-masing berjumlah 5 anak (12,5%). Selanjutnya, terdapat 4 anak (10%) berusia 18 sampai kurang dari 24 bulan, serta 1 anak (2,5%) berusia 12 sampai kurang dari 18 bulan. Tidak ada balita dalam kelompok usia 6 sampai kurang dari 9 bulan. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas balita ialah laki-laki sebanyak 25 anak (62,5%) serta perempuan sebanyak 15 anak (37,5%).

**Tabel 2.** Tabulasi silang pengetahuan serta sikap

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | Sikap | |
| Kurang | Cukup |
| **Kelompok kontrol** | Pengetahuan | Kurang | 2 | 0 |
| Sedang | 7 | 3 |
| Baik | 5 | 3 |
| **Kelompok intervensi** | Pengetahuan | Kurang | 0 | 0 |
| Sedang | 12 | 0 |
| Baik | 2 | 6 |

Berdasarkan tabel dari hasil tabulasi silang antara taraf pengetahuan serta sikap ibu berkenaan dengan gizi seimbang pada kelompok kontrol, terlihat bahwasannya sebagian besar responden dengan pengetahuan kurang (100%) punya sikap kurang. Pada kelompok ibu dengan pengetahuan sedang, sebagian besar (70%) juga mengungkapkan sikap kurang, sedangkan hanya 30% yang punya sikap cukup. Menariknya, pada kelompok ibu dengan pengetahuan baik, sebagian besar responden (62,5%) justru masih mengungkapkan sikap kurang, serta hanya 37,5% yang punya sikap cukup. Temuan ini mengungkapkan bahwasannya pada kelompok kontrol, peningkatan pengetahuan belum sepenuhnya diikuti dengan perbaikan sikap atas gizi seimbang. Hal ini mengindikasikan bahwasannya pengetahuan yang baik belum tentu menghasilkan sikap yang positif tanpa adanya penguatan atau intervensi tambahan.

Sementara itu, pada kelompok intervensi tidak ditemukan responden dengan pengetahuan kurang, yang bisa mengungkapkan keberhasilan program dalam menaikkan pengetahuan minimum ibu. Pada kelompok ibu dengan pengetahuan sedang, seluruh responden (100%) masih mengungkapkan sikap kurang. Namun, pada kelompok ibu dengan pengetahuan baik, mayoritas responden (75%) punya sikap cukup, serta hanya 25% yang masih mengungkapkan sikap kurang. Hal ini mengungkapkan adanya relasi positif antara pengetahuan yang baik serta sikap yang lebih baik dalam kelompok yang mendapat intervensi. Dengan kata lain, program intervensi tampaknya tepat sasaran dalam memperkuat relasi antara pengetahuan serta sikap ibu berkenaan dengan gizi seimbang.

Secara umum, hasil ini mengungkapkan bahwasannya intervensi gizi berperan vital dalam membentuk sikap positif, terutama jika pengetahuan ibu sudah berada pada taraf yang baik. Namun, pengetahuan yang sedang tanpa didukung pendekatan pembinaan atau edukasi lebih lanjut, cenderung belum mampu mendorong perubahan sikap yang signifikan. Temuan ini selaras dengan teori bahwasannya pengetahuan merupakan salah satu faktor vital dalam pembentukan sikap, namun tidak cukup apabila tidak disertai pengalaman, dukungan sosial, serta penguatan perilaku yang berkelanjutan.

**Tabel 3.** Hasil Analisis Mann-Whitney U

|  |  |
| --- | --- |
| **Test Statisticsa** | |
|  | Skor |
| Mann-Whitney U | 115.500 |
| Wilcoxon W | 325.500 |
| Z | -2.351 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .019 |
| Exact Sig. [2\*(1-tailed Sig.)] | .021b |

Berdasarkan hasil uji statistik non-parametrik Mann-Whitney U, diperoleh nilai U = 115,500 dengan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,019. Nilai ini lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 (p < 0,05), yang berarti terdapat diferensiasi yang signifikan secara statistik antara kelompok intervensi serta kelompok kontrol atas skor yang diukur (baik skor pengetahuan maupun sikap ibu berkenaan dengan gizi seimbang). Nilai Z sebesar -2,351 mengungkapkan arah diferensiasi, namun yang menjadi dasar pengambilan keputusan ialah nilai p-value. Selain itu, nilai Exact Sig. sebesar 0,021 juga mendukung hasil ini, yang mengungkapkan bahwasannya hasil tetap signifikan meskipun mempertimbangkan distribusi data secara eksak (khususnya pada jumlah sampel kecil).

Hasil ini mengungkapkan bahwasannya kelompok intervensi punya skor pengetahuan atau sikap yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol. Hal ini memperkuat peran vital dari intervensi edukatif yang diberikan, yang terbukti mampu menaikkan pemahaman serta sikap ibu atas gizi seimbang. Dengan demikian, intervensi gizi yang terstruktur serta berkelanjutan bisa menjadi strategi tepat sasaran dalam mendukung perbaikan status gizi balita lewat peningkatan kapasitas ibu sebagai pengasuh utama.

**Pembahasan**

Hasil riset mengungkapkan bahwasannya terdapat relasi antara taraf pengetahuan serta sikap ibu berkenaan dengan gizi seimbang atas kenaikan berat badan balita. Pada kelompok intervensi, ibu dengan pengetahuan baik cenderung punya sikap yang lebih positif dibandingkan kelompok kontrol. Sebaliknya, pada kelompok kontrol, meskipun terdapat ibu dengan pengetahuan baik, sikap mereka atas gizi masih cenderung rendah. Hal ini mengungkapkan bahwasannya pemberian intervensi atau edukasi punya pengaruh dalam memperkuat relasi antara pengetahuan serta sikap ibu atas gizi.

Penemuan ini sejalan dengan hasil studi oleh Salsabila et al. (2021) yang mengungkapkan bahwasannya pengetahuan ibu berhubungan secara signifikan dengan kejadian stunting pada anak balita (p=0,036), di mana ibu dengan pengetahuan baik lebih cenderung punya anak dengan status gizi normal dibandingkan ibu dengan pengetahuan kurang (Salsabila et al., 2021). Hal serupa juga ditemukan dalam studi oleh Silitonga et al. (2023), yang mengungkapkan relasi yang signifikan antara pengetahuan ibu serta status gizi balita (p=0,000) (Silitonga et al., 2023).

Studi lain oleh Aghadiati et al. (2023) juga memperkuat temuan ini, mengungkapkan bahwasannya ibu dengan pengetahuan kurang punya proporsi balita stunting yang jauh lebih tinggi dibandingkan ibu dengan pengetahuan baik (p=0,001), menegaskan pentingnya intervensi edukatif dalam mencegah kekurangan gizi kronis pada balita (Aghadiati et al., 2023).

Selain itu, promosi gizi seimbang yang dilakukan lewat penyuluhan juga terbukti mampu menaikkan pengetahuan serta sikap ibu atas pemberian makanan yang sehat pada anak, seperti yang ditemukan dalam studi oleh Azrimaidaliza et al. (2019). Mereka melaporkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan serta sikap setelah kegiatan penyuluhan dilakukan (Azrimaidaliza et al., 2019).

Selain faktor pengetahuan serta sikap, hasil riset ini mengungkapkan bahwasannya keberadaan intervensi edukatif berperan sebagai variabel penguat dalam menaikkan konsistensi antara pengetahuan yang baik serta sikap yang positif. Hal ini sejalan dengan hasil studi Azria & Husnah (2016) yang mengungkapkan bahwasannya penyuluhan gizi secara langsung mampu menaikkan pengetahuan serta perilaku ibu secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol (Azria & Husnah, 2016). Peningkatan ini tidak hanya bersifat kognitif, namun juga berdampak pada perubahan perilaku dalam pemberian makanan seimbang kepada anak.

Selain itu, hasil ini mendukung pendekatan teoritis dari model KAB (Knowledge-Attitude-Behavior), yang menyatakan bahwasannya pengetahuan (knowledge) merupakan fondasi pembentukan sikap (attitude), serta sikap yang positif akan mendorong terbentuknya perilaku (behavior) yang selaras. Dalam konteks ini, ibu yang punya pengetahuan tinggi serta disertai sikap positif akan lebih cenderung menerapkan pola makan gizi seimbang yang akhirnya berkontribusi pada kenaikan berat badan yang ideal pada balita.

Namun demikian, pengetahuan saja tidak cukup, sebagaimana terlihat dalam kelompok kontrol: terdapat ibu yang punya pengetahuan baik, namun sikapnya tetap kurang. Hal ini mencerminkan bahwasannya tanpa adanya penguatan lewat pembinaan atau pendekatan langsung (intervensi), pengetahuan tidak selalu termanifestasi menjadi sikap atau tindakan nyata. Faktor eksternal seperti dukungan keluarga, kebiasaan lingkungan, keterbatasan ekonomi, serta budaya lokal juga bisa menjadi hambatan dalam penerapan praktik gizi yang optimal.

Dukungan dari tenaga kesehatan, khususnya kader posyandu, sangat vital untuk menghadirkan edukasi yang berkelanjutan. Studi Widyanata et al. (2020) juga menekankan bahwasannya ibu dengan pengetahuan kurang cenderung punya anak dengan status gizi rendah, serta menyarankan peningkatan intensitas edukasi di posyandu sebagai solusi jangka panjang (Widyanata et al., 2020).

Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwasannya peningkatan pengetahuan ibu lewat intervensi edukasi secara langsung bisa memengaruhi sikap mereka atas gizi seimbang serta berpotensi menaikkan status gizi anak, khususnya dalam mencegah stunting serta kekurangan berat badan pada balita. Edukasi yang terstruktur serta berkelanjutan perlu menjadi bagian integral dari program gizi masyarakat.

1. **KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini mengungkapkan bahwasannya terdapat diferensiasi yang signifikan antara kelompok kontrol serta kelompok intervensi dalam hal taraf pengetahuan serta sikap ibu berkenaan dengan gizi seimbang, sebagaimana dibuktikan lewat hasil uji Mann-Whitney U (p = 0,019). Ibu dalam kelompok intervensi punya proporsi pengetahuan serta sikap yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol, serta hal ini berkorelasi positif dengan kenaikan berat badan balita. Intervensi edukasi gizi terbukti berkontribusi dalam memperkuat relasi antara pengetahuan serta sikap ibu atas praktik pemberian makanan seimbang pada anak.

Peningkatan pengetahuan gizi ibu sebaiknya dilakukan secara terstruktur lewat intervensi edukatif berbasis masyarakat, seperti penyuluhan posyandu, kunjungan rumah, atau pelatihan interaktif. Program ini perlu dilanjutkan serta diperluas cakupannya untuk mempercepat perubahan perilaku serta mencegah gangguan pertumbuhan anak, khususnya di wilayah dengan risiko tinggi masalah gizi. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan variabel tambahan seperti praktik pemberian makan, pengaruh budaya, serta status ekonomi untuk memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh atas status gizi balita.

**DAFTAR REFERENSI**

Aghadiati, F., Ardianto, O., & Wati, S. R. (2023). *Hubungan pengetahuan ibu atas kejadian stunting di wilayah kerja Puskesmas Suhaid*. Journal of Healthcare Technology and Medicine.

Anwar, M. (2021). *Pendidikan Gizi untuk Ibu serta Anak: Konsep serta Implementasi*. Jakarta: Penerbit Gizi Sehat.

Azrimaidaliza, A., Annisa, A., Khairany, Y., Prativa, N., Adrianus, R., & Salmah, M. P. (2019). *Optimalisasi tumbuh kembang balita lewat promosi gizi seimbang di Kecamatan Koto Tangah Padang*. Logista: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat.

Daniyanti, D. P., & Kusnul, Z. (2024). Literatur review relasi pengetahuan gizi ibu dengan kejadian stunting. *Jurnal Ilmiah Pamenang*.

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2021). *Panduan Pemberian Gizi Seimbang bagi Anak Balita*. Bandung: Dinas Kesehatan Jawa Barat.

Fadila, N., Rahayu, S. R., & Purwanti, R. (2020). Hubungan pola makan dengan status gizi anak balita. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(1), 45–52.

Fitriani, R., Lestari, W., & Damayanti, S. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan berat badan balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 88–94.

Ismail, D., Andini, R., & Wijayanti, T. (2019). Hubungan gizi seimbang dengan pertumbuhan anak usia dini. *Jurnal Gizi Indonesia*, 7(1), 12–18.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman Gizi Seimbang dalam Pemberian Makanan Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kusumaningrum, N. D., Hadi, H., & Prabandari, Y. S. (2017). Pengetahuan dan sikap ibu terhadap status gizi balita. *Media Gizi Indonesia*, 15(2), 34–40.

Muhammad, R., & Iskandar, R. (2021). "Pengaruh Pengetahuan Gizi atas Kenaikan Berat Badan pada Balita di Kota Bandung." *Jurnal Gizi Indonesia*, 13(4), 45-52.

Rahmawati, T., Damanik, M. R., & Hutabarat, S. (2018). Pengetahuan gizi ibu dan status gizi anak usia 1–3 tahun. *Jurnal Kesehatan Lingkungan dan Gizi*, 38(3), 74–79.

Salsabila, S., Damailia, R., & Putri, M. (2021). *Hubungan kejadian stunting dengan pengetahuan ibu berkenaan dengan gizi di Kecamatan Cikulur Lebak Banten tahun 2020*. Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains.

Sari, A. D., & Setiawati, D. (2022). "Sikap Ibu dalam Pemberian Makanan Seimbang pada Balita." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 24-31.

Silitonga, J., Anugrahwati, R., & Hartati, S. (2023). *Hubungan pengetahuan ibu dengan status gizi pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Rawabunga Jakarta Timur*. Malahayati Nursing Journal.

Siregar, L. M., & Simbolon, D. (2021). Hubungan pengetahuan gizi ibu dengan pemberian makanan seimbang pada anak. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 6(2), 55–60.

Utami, D., & Lestari, D. (2019). Sikap ibu terhadap gizi dan pola pemberian makan pada balita. *Jurnal Ilmu Gizi dan Pangan*, 14(3), 112–119.

Utami, T. A., Redjeki, S., & Tokan, Y. B. (2021). *Menstimulus Tumbuh Kembang Balita dengan Gizi Seimbang pada Masa Pandemi Covid-19*.

Widyanata, C. D., Arief, Y. S., & Kurnia, I. D. (2020). Gambaran pengetahuan ibu serta pola asuh dalam pemberian makan dengan status gizi pada balita di Kecamatan Kertosono. *BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia)*.

World Health Organization (WHO). (2020). *The State of the World’s Children 2020: Nutrition and Health*. Geneva: WHO.

Yuliana, R., & Nindya, T. S. (2022). Peran sikap ibu dalam praktik pemberian makan pada keluarga prasejahtera. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 10(1), 29–36.

Zulfikar, A., & Dewi, S. (2021). "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Balita di Indonesia." *Jurnal Kesehatan Anak*, 8(2), 59-66.