HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

sinta 3 Terakreditasi
Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: January, 14, 2026
Revised: February, 22, 2026
Available online: February, 26, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Gambaran pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang

Angie Julieta Pasla*, Yulianty Sanggelorang, Maureen Irinne Punuh

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Angie Julieta Pasla. *Email: angiepasla121@student.unsrat.ac.id

Abstract

Background: Nutrition is a crucial aspect of maintaining human health and well-being. Broadly speaking, nutrition encompasses all processes within the human body to acquire, digest, absorb, and transport nutrients, starting from the ages of 0-5 years. Mothers' knowledge about nutritional needs is very important, this is because to create a better future generation, the role of mothers in caring for babies and children is a determining factor.
Purpose: To examine the knowledge of mothers of toddlers regarding balanced nutrition.
Method: This quantitative research used a total sampling technique and a sample size of 90 respondents. The study was conducted in five villages in Pineleng District, Minahasa Regency, from May to November 2025. The research variable examined was mothers' knowledge of balanced nutrition, using a questionnaire.
Results: Most respondents were aged 17-35 years (82 respondents) (91.1%), worked as housewives (79 respondents) (87.7%), and had a high school education (57 respondents) (63.3%). Regarding knowledge levels, the majority of respondents (78 respondents) had good knowledge.
Conclusion: The general overview of mothers' knowledge of balanced nutrition in this study was categorized as good.
Suggestion: It is hoped that health authorities can provide education to the community, especially mothers with toddlers, about nutrition-aware families to increase public knowledge.

Keywords: Balanced Nutrition; Knowledge; Mother; Toddler.

Pendahuluan: Gizi merupakan salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi, dalam pengertian luas, mencakup semua proses yang terjadi dalam tubuh manusia untuk memperoleh, mencerna, menyerap, dan mengangkut dimulai dari usia 0-5 tahun. Pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi sangat penting sekali, hal ini disebabkan untuk menciptakan generasi mendatang yang lebih baik, peran ibu dalam merawat bayi dan anak menjadi faktor penentu.
Tujuan: Untuk melihat gambaran pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang.
Metode: Penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dan jumlah sampel sebanyak 90 responden. Penelitian ini dilakukan di 5 desa di Kecamatan Pineleng, Kabupaten Minahasa dengan waktu pelaksanaan pada Mei-November 2025 dengan variabel yang di teliti adalah pengetahuan ibu tentang gizi seimbang menggunakan instrumen kuesioner.
Hasil: Sebagian besar responden berusia pada rentang 17-35 tahun sebanyak 82 responden (91.1%), bekerja sebagai IRT sebanyak 79 responden (87.7%), dan pendidikan terakhir yang paling banyak yaitu SMA sebanyak 57 responden (63.3%). Terkait dengan tingkat pengetahuan, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 78 responden (86.6%).
Simpulan: Gambaran pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada penelitian ini termasuk pada kategori baik.
Saran: Diharapkan pihak kesehatan dapat memberikan penyuluhan kepada masyarakat, khususnya ibu yang memiliki balita tentang keluarga sadar gizi, agar pengetahuan masyarakat dapat meningkat.

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2296

Kata Kunci: Balita; Gizi Seimbang; Ibu; Pengetahuan.

PENDAHULUAN

Gizi merupakan salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi, dalam pengertian luas, mencakup semua proses yang terjadi dalam tubuh manusia untuk memperoleh, mencerna, menyerap, mengangkut, dimulai dari usia 0-5 tahun. Balita merupakan kelompok yang dan memanfaatkan zat gizi yang diperoleh dari makanan (Ismiati, Widhawati, Mahmudatussaadah, Dewi, Prikhatina, Lestari, & Judijanto, 2024; Suhaimi, 2019). Masa balita menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi dan jumlah relatif besar dalam setiap kilogram badannya (Kusumaningrum, Khayati, & Arvita, 2022).

Pada usia balita, kecukupan gizi pada anak sangat tergantung kepada ibu atau pengasuhnya. Anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya. Pada masa bayi dan balita, orang tua harus selalu memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi anak dengan membiasakan pola makan yang seimbang dan teratur setiap hari, sesuai dengan tingkat kecukupannya (Sitorus, 2019 ; Ardyansyah, 2023).

Pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi sangat penting, hal ini disebabkan untuk menciptakan generasi mendatang yang lebih baik, peran ibu dalam merawat bayi dan anak menjadi faktor penentu (Ardiansyah, Sari, Sulistiawati, Kusmana, Mumthi'ah, AlKautsar, Saputra, & Nengsih, 2022). Masalah gizi yang terjadi pada balita juga erat kaitannya dengan tingkat pengetahuan ibu. Peran ibu dalam kesehatan balita terutama dalam pemberian gizi kepada balita menuntut ibu harus memahami dan mengetahui akan kebutuhan gizi balita, untuk itu yang harus dimiliki ibu adalah pengetahuan tentang kebutuhan gizi balita. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan tentang status gizi adalah hal yang penting bagi para ibu, karena dapat mengarahkan ibu untuk melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita dengan memberikan makanan yang sesuai kebutuhan gizi balita, sehingga secara tidak langsung akan memengaruhi status gizi balita (Siringo-ringo, & Hutabarat, 2022; Mastuti, Pratiwi, Chaniago, Rosida, Sanjaya, Yulistiani, & Swasono 2023).

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 29 Maret 2021 dengan salah satu pengurus Posyandu, data balita di Posyandu Permata terdapat 30 ibu yang memiliki balita. Berdasarakan dengan melihat data sasaran balita di Posyandu Permata, terdapat 10 balita yang memiliki gizi kurang. Pada saat studi pendahuluan, peneliti melakukan wawancara tentang pengertian gizi, manfaat gizi, zat-zat gizi, makanan yang perlu diberikan dan akibat yang ditimbulkan jika kekurangan gizi kepada 10 ibu balita. Hasil yang didapat dari studi pendahuluan dengan 10 ibu yang memiliki balita dengan status gizi bermasalah terkait pengetahuan gizi yaitu, 6 dari 10 ibu mengatakan bahwa mereka mengetahui zat-zat gizi yang diperlukan oleh tubuh, makanan yang perlu diberikan oleh tubuh, makanan yang perlu diberikan sesuai usia anak, dan akibat yang ditimbulkan apabila gizi tidak tercukupi, sedangkan 4 ibu mengatakan kurang memahami tentang zat-zat gizi yang diperlukan oleh tubuh, dengan hal ini pengetahuan gizi 4 ibu masih perlu ditingkatkan kembali (Kusumaningrum et al., 2022; Wijayanti & Suryandari 2023).

Hasil dari observasi awal yang dilakukan di Puskesmas Pineleng, didapatkan data status gizi balita yang mengalami beberapa masalah gizi dan masalah gizi paling banyak yaitu berat badan kurang/*wasting,* penyebabnya karena ibu dari balita tersebut tidak rajin menyusui, sehingga balita lebih mudah sakit dalam jangka panjang. Selain itu, dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang.

METODE

Penelitian deskriptif kuantitatif, dilakukan pada Mei–November 2025 di 5 desa, yaitu Warembungan, Pineleng Satu, Pineleng Satu Timur, Pineleng II, dan Pineleng Dua Indah. Populasi dalam penelitian ini adalah 90 ibu yang memiliki balita, dan seluruhnya dijadikan sampel dengan teknik *total sampling* (Swarjana, 2022).

Kriteria inklusi adalah ibu yang bersedia menjadi responden. Variabel penelitian adalah pengetahuan ibu tentang gizi seimbang yang diukur menggunakan kuesioner berisi 44 pertanyaan dengan menggunakan skala Likert (benar = 1, salah = 0) (Lingga, 2015). Variabel pengetahuan dikategorikan menjadi 3, yakni baik (skor 30–44), cukup (15–29), dan buruk (0–14). Data primer diperoleh melalui kuesioner, sedangkan data sekunder dari Puskesmas Pineleng dan sumber resmi lainnya. Selanjutnya, data dianalisis secara univariat untuk mendeskripsikan pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang.

Angie Julieta Pasla*, Yulianty Sanggelorang, Maureen Irinne Punuh

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Angie Julieta Pasla. *Email: angiepasla121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2296

HASIL

Tabel Disitribusi Karakteristik Demografi Responden (N=90)

Variabel	Hasil
Umur (n/%) (Mean±SD) (Rentang)(Tahun)	(26.96±3.99)(12-44)
12-16	1/1.1
17-35	82/91.1
36-44	7/7.8
Pekerjaan (n/%)	
IRT	79/87.7
Swasta	5/5.7
ASN	2/2.2
Guru	1/1.1
Perhotelan	1/1.1
MUA	1/1.1
Pegawai BUMN	1/1.1
Pendidikan Terakhir (n/%)	
Tamat SD	0/0
Tamat SMP	6/6.7
Tamat SMA/SMK	71/78.9
Tamat Perguruan Tinggi	13/14.4
Tingkat Pengetahuan (n/%)	12/13.3
Cukup	78/86.7
Baik	

Tabel di atas menunjukkan, rerata usia responden 26.96 dengan standar deviasi 3.99, pada rentang usia 12-44 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa berdasarkan kelompok usia, lebih banyak berusia pada rentang 17-35 tahun yaitu 82 responden (91.1%). Mayoritas responden bekerja sebagai IRT sebanyak 79 responden (87.7%), dan pendidikan terakhir yang paling banyak yaitu SMA sebanyak 57 responden (63.3%). Terkait dengan tingkat pengetahuan, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 78 responden (86.6%).

PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 90 responden dengan jenis kelamin permpuan yang mempunyai balita berusia 6-12 bulan. Kelompok usia responden paling banyak terdapat pada usia sedang (17-35) tahun sebanyak 82 responden, sedangkan pada usia tua (36-44 tahun) sebanyak 7 responden, dan yang paling sedikit terdapat pada usia muda (12-16 tahun) dengan jumlah 1 responden.

Umur memengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya umur individu, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan lebih berkembang, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik (Hutagalung & Manik, 2024). Pada usia 17-35 tahun, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua. Selain itu, mereka akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca (Suwaryo & Yuwono, 2017; Al Amin, 2017).

Semakin matang usia seseorang akan semakin banyak pengalaman hidup yang dimiliki, dan mudah untuk menerima perubahan perilaku, karena usia ini merupakan usia paling ideal dalam berperan, khususnya dalam pembentukan kegiatan kesehatan (Santosa, Hamidie, & Dikdik 2020).

Angie Julieta Pasla*, Yulianty Sanggelorang, Maureen Irinne Punuh

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Angie Julieta Pasla. *Email: angiepasla121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2296

Gambaran pengetahuan berdasarkan pekerjaan ibu didapatkan hasil terbanyak pada pekerjaan IRT dengan jumlah 79 responden, sedangkan pada pekerjaan Swasta berjumlah 5 responden, dan ASN berjumlah 2 responden, kemudian pada pekerjaan MUA, Guru, Perhotelan, Pegawai BUMN masing-masing berjumlah 1 responden. Status pekerjaan ibu sangat memengaruhi waktu untuk mengasuh anak, karena ibu yang bekerja otomatis akan kehilangan sebagian waktu untuk mengasuh anak dan perhatian terhadap anak, termasuk waktu untuk membawa anak balitanya ke posyandu untuk penimbangan rutin setiap bulannya. Menurut peneliti, status pekerjaan juga merupakan hal yang menyebabkan kurangnya partisipasi ibu dalam penimbangan balita ke posyandu, terlihat dari hasil penelitian bahwa ibu yang bekerja cenderung partisipasinya kurang, hal ini disebabkan karena kesibukan ibu bekerja sehingga ibu tidak sempat untuk membawa balitanya ke posyandu untuk dilakukan penimbangan (Maulidanita & Rumini, 2019; Mahlufi, 2021).Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan teori, ketika seseorang yang bekerja lebih sering berinteraksi dengan orang lain, sehingga lebih banyak pengetahuannya bila dibandingkan dengan orang tanpa ada interaksi dengan orang lain karena orang yang kurang berinteraksi juga kurang mendapatkan informasi ataupun saling bertukar informasi (Hamimah, Marliani, Ginting, & Zulkarnain, 2022; Sunaryo, 2002).

Berdasarkan teori di atas peneliti berasumsi, bahwa suatu pekerjaan tidak memengaruhi pengetahuan dari ibu. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian ini yang menunjukkan justru sebagian ibu yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga memiliki pengetahuan yang baik dibandingkan ibu yang bekerja. Gambaran pengetahuan berdasarkan pendidikan ibu didapatkan hasil terbanyak yaitu pada pendidikan SMA dengan jumlah 57 responden, sedangkan pada pendidikan SMK berjumlah 14 responden, dan pada pendidikan S1 berjumlah 13 responden, kemudian yang paling sedikit terdapat pada pendidikan SMP dengan jumlah 6 responden. Derajat kesehatan juga sangat dipengaruhi oleh faktor pendidikan karena pendidikan bisa berpengaruh terhadap perilaku kesehatan seseorang. Pengetahuan yang dimiliki oleh seorang yang berpendidikan memengaruhi keputusan seseorang untuk berperilaku sehat (Hasni, Nurdin, & Edward, 2012). Pendidikan ibu yang sebagian besar yaitu SMA, sehingga dapat dikatakan para ibu lebih mudah memahami setiap infromasi mengenai gizi. Pendidikan responden merupakan salah satu aspek yang mempengaruhi pola pikir dalam memenuhi kebutuhan gizi seimbang untuk anaknya, karena semakin tinggi pendidikan seseorang diharapkan dapat berfikir lebih baik yang berkaitan dengan status gizi anaknya.

Distribusi gambaran pengetahuan berdasarkan usia, pekerjaan dan pendidikan ibu mayoritas pengetahuan responden cukup sebanyak 12 orang dan pengetahuan baik berjumlah 78 orang. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang karena dari pengalaman dan penelitian, perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Semakin baik pengetahuan individu tentang masalah kesehatan akan sangat membantu dalam pencegahan terjadinya masalah status gizi pada anak. Pengetahuan akan membentuk sikap ibu, dan akhirnya akan lebih mengerti dalam memenuhi gizi seimbang untuk anaknya (Notoatmodjo, 2018).

Kurangnya pengetahuan tentang gizi akan mengakibatkan berkurangnya kemampuan untuk menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari yang merupakan salah satu penyebab terjadinya gangguan gizi. Namun, kejadian gizi buruk pada anak balita dapat dihindari apabila ibu mempunyai cukup pengetahuan tentang cara memelihara gizi dan mengatur makanan anak (Kurniasih, 2021).

Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang pemberian gizi seimbang pada balita dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, pekerjaan dan usia, dimana tingkat pendidikan ibu memegang peran yang penting dalam kesehatan masyarakat. Peneliti berasumsi bahwa pengetahuan ibu tentang gizi seimbang disebabkan oleh beberapa faktor, salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan adalah usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan. Usia sangat berpengaruh besar terhadap tingkat pengetahuan seseorang (Sari & Nurbaya, 2023). Ibu yang ada di 5 desa di Kecamatan Pineleng paling banyak memiliki pengetahuan yang baik di usia sedang (18-35 Tahun) karena pada usia itu seseorang akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua. Kemudian ibu yang memiliki pendidikan tinggi akan memiliki pengetahuan dan informasi yang lebih baik, sehingga

Angie Julieta Pasla*, Yulianty Sanggelorang, Maureen Irinne Punuh

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Angie Julieta Pasla. *Email: angiepasla121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2296

dapat memilih makanan yang sesuai dengan kebutuhan balita. Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar ibu bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) dan dominan memiliki tingkat pengetahuan yang baik dibandingkan dengan ibu yang bekerja sebagai pegawai dan lain-lain yang hanya memiliki pengetahuan cukup.

SIMPULAN

Berdasarkan karakteristik responden, mayoritas berusia sedang yaitu 17–35 tahun sebanyak 78 responden, memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 57 responden, dan bekerja sebagai IRT sebanyak 79 responden. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita didominasi oleh kategori berpengetahuan baik dengan jumlah 78 responden, sementara 12 responden lainnya memiliki pengetahuan yang cukup.

SARAN

Tenaga kesehatan bisa lebih sering memberikan penyuluhan kepada masyarakat, khususnya ibu yang memiliki balita, mengenai keluarga sadar gizi agar pengetahuan mereka semakin meningkat. Ibu balita juga diharapkan dapat terus menggali informasi tentang gizi seimbang serta meningkatkan pengetahuan mereka agar penyediaan makanan dalam keluarga, khususnya bagi balita, menjadi lebih baik dan kebutuhan gizi seimbang anak selalu diperhatikan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian dengan metode yang berbeda, terutama terkait gambaran pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita.

DAFTAR PUSTAKA

Al Amin, M. (2017). Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting Dari Citra Wajah Dengan Deteksi Tepi Canny. *MATHunesa (Jurnal Ilmiah Matematika)*

Ardiansyah, S., Sari, N. W., Sulistiawati, F., Kusmana, O., Mumthi'ah Al Kautsar, A., Saputra, A. W., & Nengsih, W. (2022). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

Ardyansyah. D., (2023). *Gizi Seimbang*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Hamimah, N., Marliani, M., Ginting, A. B., & Zulkarnain, Z. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Pekerjaan Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif di Praktek Bidan Nur Hamimah Deli Tua Tahun 2020. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, *2*(3), 44-49.

Hasni, H., Nurdin, Y., & Edward, Z. (2012*). Hubungan pengetahuan dan tingkat pendidikan kepala keluarga terhadap perilaku hidup bersih dan sehat keluarga di kelurahan limau manis Selatan.* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).

Hutagalung, P. M. A. R. & Manik, H. E. Y (2024). *Pengetahuan Masyarakat tentang Terapi Emotional Freedom Technique sebagai Upaya Mengatasi Trauma Pasca Bencana Alam Tanah Longsor*. Yogyakarta: Selat Media.

Ismiati, T. T., Widhawati, R., Mahmudatussaadah, A., Dewi, F. R., Prikhatina, R. A., Lestari, N. E., & Judijanto, L. (2024). *Dasar-dasar Gizi: Pengantar Lengkap untuk Nutrisi dan Kesehatan Optimal*. Padang: PT. Green Pustaka Indonesia.

Kurniasih, A. (2021). Faktor-Faktor Memengaruhi Pengetahuan Ibu Yang Mempunyai Balita Terhadap Status Gizi Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Posyandu Dahlia Xi Desa Tanjungpura Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan,* 2(1).

Kusumaningrum, P. R., Khayati, F. N., & Arvita, D. (2022). Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Gizi Pada Balita: Description of Mother's Knowledge About Nutrition In Tolls. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, *10*(1), 51-60.

Lingga, N. L. (2015). Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas Vi Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat. *Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul Jakarta*.

Angie Julieta Pasla*, Yulianty Sanggelorang, Maureen Irinne Punuh

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Angie Julieta Pasla. *Email: angiepasla121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2296

Mahlufi, E. D. (2021). *Perbedaan Efektivitas Peningkatan Pengetahuan Berdasarkan Penggunaan Media Aplikasi dan Leaflet Dalam Gizi Seimbang Masa Balita* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).

Mastuti, D. N. R., Pratiwi, Y. S., Chaniago, R., Rosida, R., Sanjaya, Y. A., Yulistiani, R., & Swasono, M. A. H. (2023). *Pengantar Ilmu Gizi: Pemahaman Tentang Nutrisi dan Kesehatan*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Maulidanita, R., & Rumini, R. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Status Pekerjaan dengan Tingkat Partisipasi Ibu dalam Penimbangan Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Rantang Medan Tahun 2018. *Jurnal Sistem Kesehatan*, *5*(1).

Maulidanita, M. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Suwaryo, P. A. W., & Yuwono, P. (2017). Faktor-faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat dalam mitigasi bencana alam tanah longsor. *URECOL*, 305-314.

Santosa, G., Hamidie, R., & Dikdik, S. (2020). *Kesehatan, Olahraga, dan Kinerja*, Jakarta: Bumi Medika.

Sari, D. P., KM, S. K. M., Nurbaya, F., & KM, S. (2023). *Faktor Penyebab Pernikahan Dini Pada Remaja Putri Dan Upaya Pencegahannya*. Cirebon: PT Arr Rad Pratama.

Siringo-ringo, M., & Hutabarat, P. A. (2022). Description Of Mom Knowledge About Balanced Nutrition In Children Aged 24-36 Months In Preventing Stunting In Puskesmas Balai Jaya, Bagan Sinembah District In 2022. *Science Midwifery*, *10*(3), 2082-2086.

Sitorus, P. (2019). *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Gizi Seimbang Untuk Anak Balita di Desa Rawa Jaya Dusun Sido Rejo Wilayah Kerja Puskemas Muara Delang Kabupaten Merangin Provinsi Jambi Tahun 2019*. (Skripsi)

Suhaimi, A. (2019). *Pangan, gizi, dan kesehatan*. Yogyakarta: Deepublish.

Sunaryo, S. (2002). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: Peneribit Buku Kedokteran EGC (Online).

Swarjana, I. K., (2022). *Populasi-sampel, teknik sampling & bias dalam penelitian*. Yogyakarta: Penerbit Andi.

Wijayanti, M. D., & Suryandari, K. C. (2023). *Belajar IPA dari Makananku*. Surakarta: CV Pajang Putra Wijaya.

Angie Julieta Pasla*, Yulianty Sanggelorang, Maureen Irinne Punuh

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Angie Julieta Pasla. *Email: angiepasla121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2296