

Pelatihan Penyusunan Menu Dan Pengolahan Pangan Berbasis Kearifan Lokal Pada Ibu Menyusui Dalam Pencegahan Stunting

Mitra¹, Nurlisis^{2,3}, Novita Rany³

^{1,2,3}Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Alamat Institusi : Jl.Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Kota Pekanbaru Provinsi Riau
Kode pos 28288

Email: mitra@htp.ac.id¹, nurlisis@htp.ac.id², novitaaar11@gmail.com³

ABSTRACT. *The achievement of exclusive breastfeeding in the working area of the Karya Wanita Community Health Centre in Pekanbaru City has yet to reach its target. Community Health Centre Karya Wanita is one of the focus locations for reducing stunting prevalence in Pekanbaru City, Riau Province. Lack of breast milk production is the cause of mothers not breastfeeding their babies. This community service aims to increase mothers' knowledge and skills in preparing menus and processing local wisdom-based food ingredients to prevent stunting in toddlers. The community service method was carried out using lectures and discussions, food processing practices, counselling and measuring the nutritional status of toddlers. The training participants were 12 breastfeeding mothers in the Working Area of Community Health Centre Karya Wanita Pekanbaru City. The training was held at Integrated Health Post Petak Bersilang RW 16 Limbungan Baru Village, Rumbai Pesisir Sub-district, Pekanbaru City, on 21 August 2023. The community service procedure starts with preparation, implementation, and evaluation. Preparation is done through coordination with the health centre and recording breastfeeding mothers in the Karya Wanita Community Health Centre Working Area. Evaluation was carried out through assessment of pre-test and post-test answers to mothers' knowledge and attitudes. Data analysis was presented univariately through a frequency distribution table of mothers' knowledge and attitudes. The service results showed an increase in the value of knowledge and attitudes of mothers before and after training. Mothers are expected to implement the material provided to increase breast milk production and prevent toddler stunting.*

Keywords: *Breastfeeding mothers, food processing, knowledge, menu preparation, stunting.*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan satu-satunya makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi sampai bayi berusia 6 bulan, dan berlanjut sampai bayi berusia 2 tahun dengan tambahan Makanan Pendamping ASI

(MP ASI). Pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu strategi dalam mengurangi masalah gizi, seperti stunting pada balita (Mitra, 2015, 2018). Pendekatan penting untuk mencegah stunting adalah dengan meningkatkan kesadaran yang luas di kalangan masyarakat, terutama di kalangan anak muda, tentang masalah ini. Selain itu, penting untuk melibatkan tenaga kesehatan profesional dalam menyebarkan informasi dan memantau kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayi selama 1000 hari pertama kehidupan (Nasution et al., 2023).

Stunting adalah suatu kondisi yang mana pertumbuhan anak yang tidak optimal dilihat dari tinggi badan anak lebih pendek dibanding anak seusianya (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Pemerintah telah berupaya menurunkan prevalensi stunting di setiap tahunnya. Target penurunan stunting pada Tahun 2024 adalah sebesar 14% (Kementerian PPN/Bappenas, 2018). Berdasarkan SSGI Tahun 2022, prevalensi stunting di Propinsi Riau adalah sebesar 17%. Prevalensi stunting di Kota Pekanbaru Tahun 2022 adalah sebesar 16,8% (Kemenkes RI, 2022). Prevalensi ini mengalami peningkatan dibandingkan Tahun 2021 yaitu sebesar 11,4% (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Target penurunan prevalensi stunting di Kota Pekanbaru pada Tahun 2024 adalah sebesar 6,34% (Pemerintah Kota Pekanbaru, 2022).

Faktor penyebab utama *stunting* bersifat multidimensional (Huriah & Nurjannah, 2020; Mitra, 2022). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor risiko stunting antara lain adalah bayi tidak diberikan ASI tidak eksklusif, (Aditia et al., 2023) dan pemberian MP ASI yang tidak optimal (Mitra et al., 2018; Wandini et al., 2021). Cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih rendah. Berdasarkan Laporan Riskesdas Tahun 2018 menyatakan bahwa cakupan ASI eksklusif di Indonesia adalah 37,3% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Beberapa penyebab rendahnya pencapaian ASI eksklusif antara lain adalah tidak dilakukannya manajemen laktasi ketika hamil (Mitra, 2018; Sulymbona et al., 2021), produksi ASI yang sedikit (Angriani et al., 2018), dan permasalahan ketika menyusui (Mitra, 2018; Prihatini et al., 2023).

Salah satu penyebab ibu tidak memberikan ASI adalah produksi ASI yang sedikit. Hal ini dikarenakan, ibu tidak mengonsumsi makanan yang meningkatkan produksi ASI, yang disebut sebagai booster ASI (Putri Hariastuti, 2023). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *booster* ASI efektif dalam memperlancar produksi ASI sehingga dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI (Yuniarti, 2020). Untuk itu, program pemerintah dalam menurunkan prevalensi stunting adalah

memanfaatkan pekarangan rumah menjadi sumber makanan bergizi yang dapat dikonsumsi oleh keluarga (Kadir & Lantowa, 2019). Tanaman yang mudah ditanam di pekarangan rumah seperti daun katuk, daun kelor, jantung pisang, papaya dan lain sebagainya merupakan bahan pangan lokal yang bermanfaat sebagai *booster* ASI (Handayani et al., 2021).

Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita berada di Kecamatan Rumbai Pesisir merupakan salah satu kecamatan lokus stunting di Kota Pekanbaru. Pencapaian ASI eksklusif di Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita sebesar 38,1%, angka ini masih di bawah target puskesmas dan pencapaian ASI eksklusif di Kota Pekanbaru. Urgensi pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan kesempatan kepada ibu menyusui untuk meningkatkan kapasitas, pengetahuan dan keterampilan dalam penyusunan dan pengolahan menu berbasis kearifan lokal sehingga diharapkan ibu dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dan dapat berlanjut sampai dengan usia dua tahun. Dengan memberikan ASI eksklusif maka dapat mencegah terjadinya stunting pada balita. Berdasarkan hal tersebut, maka tujuan pengabdian kepada masyarakat adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyusun menu dan mengolah bahan pangan berbasis kearifan lokal dalam upaya pencegahan stunting pada balita.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bekerja sama dengan Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita Rumbai Kota Pekanbaru Provinsi Riau. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Petak Bersilang RW 16 Kelurahan Limbung Baru Kecamatan Rumbai Pesisir Kota Pekanbaru. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 21 Agustus 2023.

Metode pelatihan yang dilakukan pada pengabdian ini adalah ceramah dan diskusi, praktik pengolahan pangan yaitu pengolahan puding daun katuk dan bakso ikan lele, konseling gizi dan pengukuran status gizi balita. Peserta pelatihan adalah ibu menyusui yang berada di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita berjumlah 12 orang ibu menyusui. Tahapan pengabdian kepada masyarakat dimulai dari persiapan, pelaksanaan, evaluasi dan penyusunan laporan.

Tahap persiapan dilakukan melalui koordinasi dengan staf Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita, mendata ibu menyusui yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita dan penyusunan materi pengabdian. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pengisian kuesioner *pre-test*,

penyampaian materi, praktik pengolahan pangan berbasis kearifan local, konseling ibu menyusui, pengukuran status gizi balita dan diakhiri dengan mengisi kuesioner *post-test*. Pengukuran status gizi balita dilakukan melalui pengukuran antropometri yaitu penimbangan berat badan (menggunakan timbangan berat badan) dan pengukuran panjang badan atau tinggi badan (menggunakan *infantometer/microtoa*). Evaluasi dilakukan melalui pengisian jawaban atau angket yang dibagikan kepada peserta dengan menilai jawaban *pre-test* dan *post-test* terhadap pengetahuan dan sikap peserta. Pertanyaan pengetahuan terdiri dari 7 pertanyaan yang meliputi pengertian ASI eksklusif, anjuran konsumsi air minum bagi ibu menyusui, porsi makan ibu menyusui dan bahan makanan sebagai *booster* ASI. Pertanyaan sikap terdiri dari 4 pertanyaan yang meliputi sikap ibu terhadap konsumsi sayur, buah dan protein hewani. Analisis data dilakukan secara univariat dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dengan menghitung jawaban benar untuk pengetahuan dan jawaban setuju untuk sikap ibu, yang disajikan dalam bentuk persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat terlaksana dengan baik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh 12 orang ibu menyusui, 3 orang kader dan 2 orang staf Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita.

1. Pengetahuan dan Sikap ibu Menyusui

Untuk mengevaluasi keberhasilan pelatihan terhadap pengetahuan dan sikap ibu menyusui, maka dilakukan penilaian hasil jawaban *pre-test* dan *post-test* dari peserta pelatihan. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap ibu setelah dilakukan pelatihan. Persentase jawaban benar dari pengetahuan ibu sebelum dan sesudah pengabdian disajikan pada tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Distribusi frekuensi nilai pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelatihan di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita Kota Pekanbaru Tahun 2023

No	Pertanyaan	Jawaban Benar n (%)	
		Pre-Test	Post-Test
1.	Pengertian ASI eksklusif	12 (100,0)	12 (100,0)
2.	Anjuran konsumsi air minum bagi ibu menyusui	0 (0,0)	10 (83,3)

3.	Porsi makan ibu menyusui lebih banyak dan bervariasi	12 (100,0)	12 (100,0)
4.	Isi piringku ibu menyusui	7 (58,3)	12 (100,0)
5.	Contoh Bahan Makanan Booster ASI	10 (83,3)	12 (100,0)
6.	Porsi sayur setiap hari	7 (58,3)	11 (91,6)
7.	Porsi buah setiap hari	3 (25,0)	10 (83,3)

Berdasarkan Tabel 1. dapat dilihat bahwa peningkatan nilai pengetahuan peserta yang paling tinggi adalah tentang anjuran konsumsi air minum bagi ibu menyusui. Konsumsi air minum yang dianjurkan untuk ibu menyusui 14 gelas perhari pada 6 bulan pertama dan 12 gelas perhari pada 6 bulan ke dua untuk mencegah terjadinya dehidrasi (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Keseluruhan ibu sudah memahami tentang pengertian ASI eksklusif, namun pada pelaksanaannya belum semua ibu memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Beberapa faktor yang menyebabkan ibu tidak memberikan ASI eksklusif meskipun ibu memahami pengertian ASI eksklusif seperti penggunaan susu formula (Hamisah et al., 2020), tuntutan pekerjaan ibu (Dewi, 2020) , dan kurangnya dukungan keluarga (Mamangkey et al., 2018) dan tenaga kesehatan (Kusumawati, 2021).

Terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang slogan isi piringku untuk ibu menyusui. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memperkenalkan slogan isi piringku menggantikan slogan 4 sehat 5 sempurna, sehingga belum banyak ibu yang mengetahui tentang slogan isi piringku ini (Rahmadi et al., 2021). Tujuan dari slogan isi piringku adalah untuk mengedukasi masyarakat supaya dapat menyusun makanan sehari-hari yang memenuhi gizi seimbang dengan memperhatikan kebutuhan gizi dari berbagai jenis makanan. Slogan ini menggambarkan konsep piring makan dengan berbagai jenis makanan dari berbagai kelompok pangan yang berbeda yaitu sumber protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral (Marbun, 2020).

Selain pengetahuan, domain yang mendukung perilaku ibu lainnya adalah sikap ibu. Persentase jawaban benar dari sikap ibu sebelum dan sesudah pengabdian disajikan pada table 2 berikut ini:

Tabel 2. Distribusi frekuensi nilai sikap peserta sebelum dan sesudah pelatihan di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap

Karya Wanita Kota Pekanbaru Tahun 2023

No	Pertanyaan	Jawaban Setuju n (%)	
		Pre-Test	Post-Test
1.	Ibu akan makan sayur setiap hari setiap kali makan	12 (100,0)	12 (100,0)
2	Ibu akan makan buah setiap hari setiap kali makan	10 (83,3)	12 (100,0)
3	Ibu akan mengkonsumsi protein hewani setiap hari	10 (83,3)	11 (91,6)
4	Ibu akan mempraktikkan di rumah, setelah mengikuti pelatihan ini	11 (91,6)	11 (91,6)

Berdasarkan Tabel 2. dapat dilihat bahwa pada umumnya ibu sudah mempunyai sikap positif terhadap konsumsi sayur, buah dan protein setiap hari setiap kali makan. Meningkatnya pengetahuan dan sikap positif ibu maka akan membentuk dampak positif terhadap tindakan ibu dalam pemberian ASI. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian ASI (Anisak et al., 2022). Oleh karena itu, pemberian edukasi dan dukungan yang tepat kepada ibu sangat penting dalam meningkatkan praktik pemberian ASI yang baik.

2. Pemberian Materi

Materi yang disampaikan adalah (1) diet sehat bagi ibu menyusui; (2) isi piringku ibu menyusui; dan (3) penyusunan menu seimbang bagi ibu menyusui. Materi yang disampaikan tersebut sangat penting diinformasikan kepada ibu dalam upaya pencegahan stunting pada balita. Jika ibu menyusui memiliki pola makan seimbang dengan gizi yang mencukupi, maka zat gizi yang diberikan kepada bayi melalui ASI juga akan optimal (Radharisnawati et al., 2017). Hasil penelitian Rafsanjani (2018) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui (79,4%) belum memenuhi gizi seimbang dalam konsumsi makan sehari-hari. Dengan memberikan edukasi kepada ibu menyusui, diharapkan ibu dapat mengonsumsi makanan yang memenuhi gizi seimbang sehingga dapat mencukupi kebutuhan gizi ibu menyusui.



Gambar 1. Pemberian Materi Pengabdian Kepada Masyarakat

3. Konseling Kepada Ibu Menyusui

Setelah pemberian materi pelatihan kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab dan konseling bagi ibu menyusui. Beberapa ibu mengeluhkan ASI tidak lancar seperti tidak keluarnya ASI setelah melahirkan, ASI sedikit keluar dan ibu kembali bekerja. Hal ini menyebabkan ibu tidak dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan pemberian ASI eksklusif adalah persepsi produksi ASI yang kurang pada ibu. Persepsi yang lebih tinggi terhadap produksi ASI berhubungan positif dengan pemberian ASI eksklusif (Sandhi et al., 2020). Penelitian Juniar dkk, menunjukkan bahwa kegagalan pemberian ASI eksklusif disebabkan antara lain oleh ibu bekerja di perkantoran, tidak mendapatkan dukungan suami dan rendahnya pengetahuan ibu (Prihatini et al., 2023). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Maswarni dan Hildayanti (2019) menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan ibu disebabkan oleh kurang jelasnya informasi dan rendahnya kemampuan ibu untuk memahami informasi yang diterima menjadi penyebab ibu tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.



Gambar 2. Konseling Gizi bagi Ibu Menyusui

4. Pengolahan Menu Untuk Ibu Menyusui Berbasis Kearifan Lokal

Dalam pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan praktik pengolahan menu bahan makanan yang berasal dari sumber pangan kearifan lokal yaitu pangan yang mudah didapat sehari-hari. Bahan makanan yang diolah adalah daun katuk dan ikan lele menjadi camilan yang dapat dikonsumsi oleh ibu dan balitanya yaitu puding lumut daun katuk dan bakso dari ikan lele. Peserta pengabdian juga mendapatkan resep dan video tutorial pembuatan puding lumut daun katuk dan bakso ikan lele.

Manfaat dari konsumsi daun katuk adalah dapat memperlancar dan meningkatkan produksi ASI, karena kandungan alkaloid dan sterol yang ada pada daun katuk (Satyaningtyas et al., 2014; Suyanti & Anggraeni, 2020). Selain dibuat dalam bentuk puding, daun katuk juga dapat dimodifikasi menjadi produk olahan inovatif lainnya seperti cookies katuk, stik katuk, dawet katuk, lidah kucing katuk dan salad katuk (Puspa Arum et al., 2022). Untuk itu diharapkan kepada ibu-ibu untuk dapat memvariasikan menu dari daun katuk menjadi camilan lainnya yang dapat dikonsumsi ibu dan balita.

Menu lainnya yang dipraktikkan pada pelatihan ini adalah bakso ikan lele. Kandungan protein ikan lele lebih tinggi 20% dibandingkan dengan ikan lainnya, menjadikan ikan lele menjadi olahan yang sangat tepat untuk dibuat menjadi bakso (Pudji & Nugraha, 2023). Protein pada ikan lele mengandung asam amino esensial yang mempercepat laju pertumbuhan sehingga bisa mencegah terjadinya stunting (Sholikhah & Dewi, 2022). Ikan lele merupakan jenis ikan yang mudah diperoleh dan dibudidayakan, sehingga diversifikasi produk makanan dari ikan lele perlu disosialisasikan pada masyarakat dalam upaya pencegahan stunting (Imtihan et al., 2023).



Gambar 3. Hasil olahan puding lumut dari daun katuk dan bakso dari ikan lele

5. Pengukuran Status Gizi Balita

Pengukuran status gizi balita dilakukan melalui pengukuran antropometri terhadap berat badan dan tinggi badan balita menurut umur dan jenis kelamin. Pengukuran status gizi dibantu oleh staf puskesmas dan kader posyandu. Pemantauan pertumbuhan balita setiap bulan sangat penting dilaksanakan dalam upaya pencegahan stunting. Pemantauan pertumbuhan dilakukan untuk mengidentifikasi gangguan pertumbuhan sejak dini dan mengetahui adanya gejala kekurangan gizi pada anak (Rochmawati et al., 2023).



Gambar 4. Pemeriksaan Status Gizi Balita

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap ibu menyusui tentang diet sehat ibu menyusui, isi piringku dan penyusunan menu serta pengolahan pangan berbasis kearifan lokal. Dengan meningkatnya pengetahuan dan sikap ibu diharapkan ibu dapat mempraktikkan materi yang diajarkan di rumah dan tetap memberikan ASI kepada bayinya serta

meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia dua tahun sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diucapkan kepada Pimpinan dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Hang Tuah Pekanbaru yang telah mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Pimpinan dan Staf Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita Pekanbaru serta Kader Posyandu yang telah memfasilitasi terselenggaranya kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditia, N. E. O., Mitra, M., Abidin, A. R., Priwahyuni, Y., & Purba, Christine V. G. (2023). Factors Associated With Stunting In Children Under Five Years. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(1), 122–131.
- Angriani, R., Sudaryati, E., & Lubis, Z. (2018). Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi ASI Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen Provinsi Aceh Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran, Dan Ilmu Kesehatan*, 2(1), 299–304.
- Anisak, S., Farida, E., & Rodyatun, R. (2022). Faktor Predisposisi Perilaku Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 34–46. <https://doi.org/10.35874/jib.v12i1.1009>
- Dewi, R. S. (2020). Pengaruh Ibu Bekerja Terhadap Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan (Di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya Provinsi Jawa Timur). *Jurnal Sainhealth*, 4(2), 8–14. <https://doi.org/10.51804/jsh.v4i2.793.8-14>
- Hamisah, I., Mutia, Y., & Agustina. (2020). Hubungan Promosi Susu Formula, Produksi ASI Dan Psikologis Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal SAGO: Gizi Dan Kesehatan*, 1(2), 159–164.
- Handayani, S., Pratiwi, Syuratim, Y., & Fatmawati, N. (2021). Pemanfaatan Tanaman Lokal Sebagai Pelancar ASI (Galaktogogue). *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(3), 518–522.
- Huriah, T., & Nurjannah, N. (2020). Risk Factors Of Stunting In Developing Countries: A Scoping Review. *Open Access Macedonian Journal Of Medical Sciences*, 8(F), 155–160. <https://doi.org/10.3889/Oamjms.2020.4466>
- Imtihan, I., Mayasari, L., Yulhendri, Y., Fikra, F., & Mar, J. D. (2023). Pelatihan Diversifikasi Produk Olahan Ikan Lele Sebagai Alternatif Usaha Untuk

- Meningkatkan Pendapatan Di Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. *Jurnal Abdimas Adpi Sosial Dan Humaniora*, 4(1), 525–533. <https://doi.org/10.47841/jsoshum.V4i1.284>
- Kadir, R., & Lantowa, J. (2019). Strategi Pencegahan Stunting Melalui Rumah Desa Sehat Dan Pemanfaatan Lahan Pekarangan Rumah Di Desa Karya Indah. *Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat)*, 1(2), 73–86.
- Kemendes RI. (2022). Survei Status Gizi SSGI 2022. In *BKPK Kemendes RI*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Diskusi Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021 Tingkat Nasional, Provinsi, Kabupaten Dan Kota*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Poster Isi Piringku Kaya Protein Hewani Untuk Ibu Menyusui*.
- Kementerian PPN/ Bappenas. (2018). Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi Di Kabupaten/Kota. In *Kementerian PPN/Bappenas*.
- Kemendagri RI. (2018). Warta Kesmas Cegah Stunting Itu Penting. In *Pusat Data Dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI (Vol. 2)*.
- Kusumawati, S. (2021). Hubungan Sikap Dan Dukungan Tenaga Kesehatan Dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 6(2), 116–120.
- Mamangkey, S. J. F., Rompas, S., & Masi, G. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Ranotana Weru. *Journal Keperawatan (Ekp)*, 6(1), 1–6.
- Marbun, R. M. (2020). Kesehatanku Berawal Dari “Isi Piringku.” In *Webinar Kolaborasi Prodi Gizi UPN Veteran Jakarta*.
- Maswarni, M., & Hildayanti, W. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Menyusui Tidak Memberikan ASI Secara Eksklusif Di Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Tampan Pekanbaru. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 9(2), 144–151. <https://doi.org/10.37859/jp.V9i2.1329>
- Mitra, M. (2015). Permasalahan Anak Pendek (Stunting) Dan Intervensi Untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan). *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(6), 254–261.
- Mitra, M. (2018). The Successfulness Of Exclusive Breastfeeding For Working Mothers In The Formal Sector. *Prosiding Universitas Ahmad Dahlan International Conference On Public Health*, 1(1), 51–59.
- Mitra, M. (2022). Edukasi Pencegahan Stunting Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. In *Widina Bhakti Persada (1st Ed.)*. Widina Bhakti Persada.
- Mitra, M., Nurlisis, & Destriyani, R. (2018). Jenis Dan Keberagaman Makanan Pendamping Air Susu Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6-

- 24 Bulan. *Prosiding Widyakarya Nasional Pangan Dan Gizi (WNPG) XI*, 1(December 2018), 111–120.
- Nasution, F. S., Hafizah, C. V., & Novi, S. (2023). *Community Through Stunting Activities And Socialization Of Healthy Eating Patterns With The Dashat Menu*. 04(01), 54–63.
- Pemerintah Kota Pekanbaru. (2022). *Portal Resmi Pemerintah Kota Pekanbaru Provinsi Riau*.
- Prihatini, F. J., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Ketidakberhasilan ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 184–191. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18811>
- Pudji, E., & Nugraha, I. (2023). Penyuluhan Dan Pelatihan Cara Pembuatan Makanan Olahan Bakso Lele Di Kelurahan Babatan , Kecamatan Wiyung , Kota Surabaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknik Mesin (Abdi Mesin)*, 3(2), 42–50.
- Puspa Arum, D., Rosaline Christabella, V., Nur Laras Ati, S., Indira Putri, F., Mega Puspa, M., Mulya, O., Putu Jayanti Nirmala, N. P., Febianty, V. L., & Soebari Dan Arief Firmansyah. (2022). Pemanfaatan Daun Katuk Sebagai Produk Olahan Inovatif Di Kelurahan Krembangan Utara. *Jurnal Penyuluhan Dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)*, 1(2), 37–47.
- Putri Hariastuti, F. (2023). Pengalaman Ibu Menyusui Mengonsumsi “Booster ASI” Sebagai Upaya Peningkatan Produksi ASI. *Jurnal Ilmu Kesehatan Makia*, 13(1), 78–84.
- Radharisnawati, N. K., Kundre, R., & Pondaag, L. (2017). Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengan Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bahu Kota Manado. *E-Journal Keperawatan*, 5(1), 1–7.
- Rafsanjani, T. M. (2018). Pengaruh Individu, Dukungan Keluarga Dan Sosial Budaya Terhadap Konsumsi Makanan Ibu Muda Menyusui (Studi Kasus Di Desa Sofyan Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue). *Jurnal Action: Aceh Nutrition Journal*, 3(2), 124–131. <https://doi.org/10.30867/action.v3i2.112>
- Rahmadi, A., Mirah, I., & Sastri, W. (2021). Media Intervensi “Piring Makanku” Meningkatkan Porsi Makan Dan Asupan Gizi Ibu Hamil. *Original Research*, 14(2), 94–103.
- Rochmawati, L., Kuswanti, I., & Melina, F. (2023). Edukasi Dan Pemantauan Pertumbuhan Pada Balita Sebagai Upaya Deteksi Dini Risiko Stunting Melalui Pendampingan Di Posyandu. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, 2(2), 48–51. <https://doi.org/10.55426/pmc.v2i2.255>

- Sandhi, A., Lee, G. T., Chipojola, R., Huda, M. H., & Kuo, S. Y. (2020). The Relationship Between Perceived Milk Supply And Exclusive Breastfeeding During The First Six Months Postpartum: A Cross-Sectional Study. *International Breastfeeding Journal*, 15(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/S13006-020-00310-Y>
- Satyaningtyas, E., Estiasih, T., & Korespondensi, P. (2014). Roti Tawar Laktogenik , Perangsang Asi , Berbasis Kearifan Lokal Daun Katuk (*Sauropus Androgynus* (L .) Merr). *Jurnal Pangan Dan Agroindustri Vol.2*, 2(1), 121–131.
- Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan Protein Hewani Dalam Mencegah Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Riset Sains Dan Teknologi*, 6(1), 95–100. <https://doi.org/10.30595/Jrst.V6i1.12012>
- Sulymbona, N., Soviyati, E., Kartikasari, A., & Hamsah, N. (2021). Hubungan Antara Karakteristik Ibu Hamil Dengan Tingkat Pengetahuan Tentang Manajemen Laktasi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Pasawahan Kabupaten Kuningan. *Journal Of Nursing Practice And Education*, 1(2), 124–140. <https://doi.org/10.34305/Jnpe.V1i2.265>
- Suyanti, S., & Anggraeni, K. (2020). Efektivitas Daun Katuk Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui Di Bidan Praktek Mandiri (Bpm) Bd. Hj. Iin Solihah, S.St., Kabupaten Majalengka. *Journal Of Midwifery Care*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.34305/Jmc.V1i1.190>
- Wandini, R., Rilyani, & Resti, E. (2021). Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(2), 274–278.
- Yuniarti. (2020). Efektivitas Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Volume Asi Pada Ibu Nifas Di Praktek Bidan Mandiri Kota Palangka Raya. *Jurnal Forum Kesehatan : Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 10(1), 40–44.