



## PERBEDAAN PENGETAHUAN DAN ASUPAN ENERGI IBU HAMIL KURANG ENERGI KRONIK (KEK) MELALUI PERMAINAN ULAR TANGGA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TUJUH BELAS TAHUN 2023

Abdul Hadi, Martinus Ginting, Ayu Rafiony  
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

### ABSTRAK

Latar Belakang: WHO 2017, mengemukakan prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada kehamilan 35% sampai 75%. Riskesdas 2018, sebesar 17,3 % ibu hamil mengalami KEK. Resiko KEK pada ibu hamil dapat menyebabkan anemia, pendarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan terkena penyakit infeksi. Pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan akan berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan. Tujuan penelitian: untuk mengetahui perbedaan pengetahuan gizi dan asupan energi ibu hamil kurang energi kronik (KEK) melalui permainan ular tangga di wilayah kerja Puskesmas Tujuh Belas Kecamatan Tujuh Belas Kabupaten Bengkayang. Jenis penelitian: eksperimen semu (quasi experimental) dengan desain penelitian one group pre test-post test design. Hasil: Berdasarkan hasil uji non parametrik (Wilcoxon) diketahui bahwa Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0.000, artinya ada perbedaan signifikan antara pengetahuan gizi dan asupan energi ibu hamil KEK sebelum dan sesudah edukasi gizi menggunakan ular tangga. Adanya peningkatan nilai pre-post test dan asupan energi ibu hamil. Kesimpulan: Ada perbedaan pengetahuan gizi dan asupan energi ibu hamil KEK di Puskesmas Tujuh Belas Kecamatan Tujuh Belas sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan permainan ular tangga.

Kata Kunci: KEK, Pengetahuan, Asupan Energi, Ular Tangga, Ibu Hamil

### ABSTRACT

*Background: WHO 2017, stated that the prevalence of Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnancy is 35% to 75%. Riskesdas 2018, 17.3% of pregnant women experienced CED. The risk of CED in pregnant women can cause anemia, bleeding, the mother not gaining weight normally, and contracting infectious diseases. Knowledge about nutrition and health will influence food consumption patterns. Research objective: to determine differences in nutritional knowledge and energy intake of pregnant women with chronic energy deficiency (CED) through playing snakes and ladders in the work area of the Seventen Health Center, Seventen District, Bengkayang Regency. Type of research: quasi-experimental (quasi-experimental) with a one group pre test-post test design research design. Results: Based on the results of the non-parametric test (Wilcoxon), it is known that Asymp. Sig. (2-tailed) has a value of 0.000, meaning that there is a significant difference between nutritional knowledge and energy intake of KEK pregnant women before and after nutritional education using snakes and ladders. There was an increase in the pre- post test scores and energy intake of pregnant women. Conclusion: There are differences in nutritional knowledge and energy intake of KEK pregnant women at the Seventen Health Center, Seventen District before and after being given nutrition education using the snake and ladder game.*

*Keywords : KEK, Knowledge, Energy Intake, Snakes and Ladders, Pregnant Women*



## PENDAHULUAN

Awal gizi yang baik akan sangat berdampak pada kehidupan pada perkembangan fisik, kognitif, dan sosial anak. (Aprillia, Mawarni & Agustina, 2020). Seorang ibu hamil akan melahirkan bayi yang sehat apabila tingkat kesehatan dan gizinya berada pada kondisi yang baik (Kusumawati, dkk, 2022)

World Health Organization (WHO) tahun 2017, mengemukakan bahwa prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada kehamilan secara global 35% sampai 75%. WHO juga mencatat 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan KEK (WHO, 2018). Berdasarkan data Riskesdas 2018, sebanyak 48,9 persen ibu hamil mengalami anemia, sebanyak 17,3 persen ibu hamil mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), dan 28 persen ibu hamil memiliki risiko komplikasi persalinan yang dapat menyebabkan kematian.

KEK pada ibu hamil dapat menyebabkan resiko dan komplikasi pada ibu antara lain : anemia, pendarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan terkena penyakit infeksi (Handayani, dkk, 2014). Ibu hamil yang berisiko KEK berpeluang menderita anemia sebesar 2,96 kali dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak berisiko KEK (Rahmaniar, 2013).

Kehamilan memerlukan asupan gizi yang diperlukan dalam jumlah besar daripada yang dibutuhkan orang dewasa normal karena pada masa hamil pemenuhan status gizi untuk ibu sendiri dan untuk perkembangan bayi yang dikandungnya. Jika kekurangan asupan gizi kronis pada ibu hamil dan bayi, maka akan menyebabkan terjadinya ibu hamil kekurangan energi kronik (KEK), sehingga akan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan janinnya. Status gizi yang baik merupakan ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk ibu hamil. (Suryani & Nadia, 2022)

Pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan akan berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan. Semakin luas pengetahuan ibu hamil mengenai gizi dan kesehatan, maka semakin beragam pula jenis makanan yang dikonsumsi sehingga dapat memenuhi kecukupan gizi dan mempertahankan kesehatan ibu hamil (Anisa, 2020).

Permainan ular tangga merupakan salah satu metode yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang. Perubahan peningkatan pengetahuan dengan metode simulasi ular tangga terjadi karena responden diajak untuk memanfaatkan semua alat inderanya untuk mempelajari dan memahami materi (Rusdiyah, dkk, 2022)

Berdasarkan hasil E-PPGBM trimester IV tahun 2022, persentase ibu hamil kurang energi kronik (KEK) di Kabupaten Bengkayang adalah sebesar 13,26 % sedangkan ibu hamil anemia sebesar 7,44 %, sedangkan di kecamatan Tujuh Belas ibu hamil KEK adalah sebesar 8,05 %.

Puskesmas Tujuh Belas merupakan puskesmas

yang berada di wilayah kerja Kecamatan Tujuh Belas Kabupaten Bengkayang dengan status Puskesmas Pedesaan. Umumnya masyarakat di Kecamatan Tujuh Belas merupakan petani sayuran dan merupakan salah satu daerah pemasok kebutuhan sayur-sayuran di wilayah Kalimantan Barat sehingga dalam pemenuhan pangan sangat tercukupi.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan pengetahuan dan asupan energi ibu hamil kurang energi kronik (KEK) melalui permainan ular tangga di wilayah kerja Puskesmas Tujuh Belas Tahun 2023.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu (quasi experimental) dengan desain penelitian yang digunakan adalah one group pre test-post test design. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian adalah uji Paired T test jika data terdistribusi normal untuk mengetahui perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi, tetapi jika distribusi data tidak normal maka akan digunakan uji Wilcoxon dengan derajat kepercayaan 95 %.

## HASIL

Pada penelitian ini, distribusi frekuensi karakteristik responden adalah berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, dan penghasilan keluarga dalam 1 (satu) bulan. Sebanyak 15 orang (83,3%) dan penghasilan keluarga yang paling banyak adalah yang berpenghasilan cukup sebanyak 13 orang (72,2%).

Tabel 1. Gambaran Responden berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan dan penghasilan ibu hamil KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Tujuh Belas Tahun 2023.

Variabel	n	%
Usia		
< 20 tahun	4	22.2
20 - 35 tahun	11	61.1
> 35 tahun	3	16.7
Total	18	100.0
Pendidikan		
Tidak Tamat SD/SD	3	16,7
SMP	7	38,9
SMA	8	44,4
Perguruan Tinggi	0	0
Total	18	100
Pekerjaan		
Tidak bekerja / IRT	15	83,3
Petani / Swasta	3	16,7
PNS	0	0
Total	18	100



Penghasilan Keluarga		
Kurang	4	22,2
Cukup	13	72,2
Sedang	1	5,6
Tinggi	0	0
Total	18	100

Tabel 2. Nilai pengetahuan gizi ibu hamil KEK sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui ular tangga di Puskesmas Tujuh Belas Kecamatan Tujuh Belas Tahun 2023

Nilai Statistik	N	
	Sebelum	Sesudah
Median	8,72	14,17
Minimum	7	12
Maximum	11	15
Std. Deviation	1,127	0,924
Nilai p	Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000	

Pada tabel diatas diketahui ada perbedaan nilai median dari pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan edukasi menggunakan ular tangga yaitu 8,72 naik menjadi 14,17.

Tabel 2. Nilai asupan energi ibu hamil KEK sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui ular tangga di Puskesmas Tujuh Belas Kecamatan Tujuh Belas Tahun 2023

Nilai Statistik	N	
	Sebelum	Sesudah
Median	1585,55	2029,37
Minimum	1187,77	1796,4
Maximum	2389,3	2419,8
Std. Deviation	311,63	311,63
Nilai p	Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000	

Pada tabel diatas diketahui ada perbedaan nilai median dari asupan energi ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan edukasi menggunakan ular tangga yaitu 1.585,55 kkal naik menjadi 2.029,37 kkal.

Pada tabel 1, jumlah responden yang paling banyak adalah di usia 20-35 tahun yaitu 11 orang ( 61,1%), pendidikan responden yang paling banyak adalah yang berpendidikan SMA yaitu 8 orang (44,4%), pekerjaan responden yang paling adalah tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga

## PEMBAHASAN

Pada penelitian kali ini, dari 18 responden sebanyak 11 orang dengan usia 20-35 tahun memiliki pengetahuan yang baik (61.1%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Ikaditya, 2016) yang menunjukkan 77,3% responden usia 35 tahun memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi. Menurut Gibson (dalam Notoadmodjo, 2015), usia merupakan fenomena individu yaitu semakin tua umur seseorang, maka semakin matang dan semakin banyak dalam informasi yang diterimanya. Dalyono (2000) juga mengatakan bahwa usia membuat seseorang lebih mampu mengatasi permasalahan, termasuk dalam memilih makanan yang tepat.

Berdasarkan tingkat pendidikan diketahui bahwa 9 responden yang memiliki pengetahuan baik adalah yang tamat SMA (50,0%). Sejalan penelitian yang dilakukan (Casando et al., 2022), menunjukkan bahwa dari 90 responden yang diteliti terdapat 62 ibu berpendidikan baik yang berpendidikan SMA/ sederajat (68,9%). Menurut Notoadmodjo (2015), tingkat pengetahuan yang baik cenderung dimiliki oleh responden yang berpendidikan tinggi daripada responden yang berpendidikan rendah.

Pada penelitian ini, nilai median pengetahuan gizi responden sebelum edukasi gizi menggunakan ular tangga adalah 8,72, namun setelah diberikan edukasi gizi menggunakan ular tangga terjadi peningkatan terhadap pengetahuannya, sedangkan nilai median asupan energi sebelum edukasi gizi menggunakan ular tangga adalah 1585,55 kkal, dan terjadi peningkatan nilai median asupan energi menjadi 2029,37 kkal setelah diberikan edukasi gizi menggunakan ular tangga.

Diketahui hasil uji non parametrik (Wilcoxon) terhadap variable pengetahuan gizi ibu hamil KEK diketahui bahwa Asymp. Sig. (2- tailed) bernilai 0.000, yang artinya ada perbedaan signifikan antara pengetahuan gizi ibu hamil KEK sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan ular tangga. Sejalan dengan penelitian (Handayani et al., 2017) yang berjudul “Pengaruh penyuluhan dengan media permainan ular tangga terhadap pengetahuan tentang buah dan sayur pada siswa Mts-s Almanar Kecamatan Hampan Perak” menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan intervensi mayoritas siswa memiliki pengetahuan yang kurang yaitu sebanyak 10 siswa (62,5%). Tetapi, setelah dilakukan intervensi mayoritas siswa memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 14 siswa (87,5%). Adapun selisih peningkatan dari pengetahuan siswa yang berada pada kategori baik saat pre- test dan post-test mencapai 75%.

Penelitian yang dilakukan oleh (Mulianingsih et al., 2021) dengan judul “Media Permainan Ular Tangga Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Stunting di Polindes Gerung Utara



Puskesmas Gerung Lombok Barat” diketahui bahwa dari 10 peserta pengetahuan ibu hamil mengenai stunting saat pretest yang terbanyak yaitu 5 orang nilai 5 (50%) dengan nilai rata-rata 5,70. Kemudian setelah permainan ular tangga, dilakukan posttest dengan hasil yang signifikan mengalami peningkatan pengetahuan yang terbanyak yaitu 3 orang nilai 10 (30%) dengan nilai rata-rata 8,30 sehingga mengalami peningkatan sebanyak 26%. Pengetahuan ibu hamil mengalami peningkatan karena saat permainan ular tangga mereka mendapatkan pengetahuan dengan cara yang berbeda dari biasanya melalui permainan yang asik dan menyenangkan.

Perubahan peningkatan pengetahuan ibu hamil dengan metode simulasi ular tangga dilakukan karena responden diminta belajar dengan sepenuh hati dan memahami kendala yang dialami. Informasi mengenai gizi ibu hamil disampaikan secara cepat dan nyata melalui sosiodrama, gambar-gambar yang ada di permainan ular tangga sehingga tidak membuat responden bosan, dapat menarik perhatian, menimbulkan motivasi agar pemahaman responden tuntas. Rangkaian simulasi ular tangga ini, peserta saling berinteraksi dan berbagi informasi.

Diketahui hasil uji non parametrik (Wilcoxon) terhadap variable asupan energi ibu hamil KEK diketahui bahwa Asymp. Sig. (2- tailed) bernilai 0.000, yang artinya ada perbedaan signifikan antara asupan energi ibu hamil KEK sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan ular tangga. Berdasarkan karakteristik penghasilan dan mudahnya bahan makanan yang didapatkan di wilayah kerja Puskesmas Tujuh Belas maka sangat mempengaruhi terhadap pemenuhan asupan gizi ibu hamil yang didapatkan dari bahan makanan lokal, hanya saja ketidakmauan dan ketidaktahuan ibu hamil dan dukungan keluarga dalam mencukupi kebutuhan gizinya.

Sejalan dengan penelitian (Desi et al., 2015) yang berjudul “ Pendidikan gizi melalui permainan model ular tangga untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan konsumsi protein hewani bagi anak taman kanak-kanak” yaitu rata-rata konsumsi protein hewani pada anak taman kanak-kanak sebelum pendidikan gizi kurang dari angka kecukupan yang dianjurkan (58.75%) namun sesudah pendidikan gizi turun menjadi 42.5%. Ada perbedaan peningkatan kadar hemoglobin sesudah pendidikan gizi antara kelompok ceramah dan permainan ular tangga (p=0.000). terdapat pengaruh yang signifikan antara pendidikan gizi melalui permainan model ular tangga dengan konsumsi protein hewani (p=0.000) dan peningkatan hemoglobin (p=0.000).

## PENUTUP

Terdapat perbedaan pengetahuan gizi dan asupan energi pada ibu hamil KEK di Puskesmas Tujuh Belas Kecamatan Tujuh Belas sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan permainan ular

tangga yang ditunjukkan dengan nilai median pengetahuan gizi sebelum edukasi adalah 8,72 meningkat menjadi 14,17 dan nilai median asupan energi ibu hamil KEK sebelum edukasi adalah 1585,55 kkal meningkat menjadi 2029,37 kkal.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada pihak yang mendukung atau terlibat dalam penelitian namun tidak terlibat dalam kepenulisan disampaikan di bagian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anisa, N. (2020). Gambaran Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Simpang Tiga. *Skirpsi*, 10–27.
- Aprillia, Y. T., Mawarni, E. S., & Agustina, S. (2020). Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 865–872. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.427>
- Casando, N. I., Hapis, A. A., & Wuni, C. (2022). Hubungan Pendidikan Ibu, Pengetahuan, Sikap Dan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak. *Jip*, 2(8), 2429–2432.
- Desi, Hanim, D., & Kusnandar. (2015). *Pendidikan Gizi Melalui Permainan Ular Tangga Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Dan Konsumsi Protein Hewani Bagi Anak Taman Kanak-Kanak*.
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Mencegah Stunting Pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i3.1389>
- Handayani, I., Lubis, Z., & Aritonang, E. Y. (2017). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Tentang Buah Dan Sayur Pada Siswa Mts-S Almanar Kecamatan Hamparan Perak. *Jumantik*, 3(1), 115–123.
- Hastono, S. P. (2016). Analisis Data Pada Bidang Kesehatan (Cetakan 1). In *Jakarta: Rajawali Pres*.
- Ikaditya, L. (2016). Hubungan Karakteristik Umur Dan Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Tentang. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 16(1), 171. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v16i1.180>
- Kemendes R1. (2019). No Title  $\epsilon\lambda\epsilon\eta$ . *Kemendes*, 8(5), 55.



- Kurdanti, W., Khasana, T. M., & Fatimah, A. S. (2019). Pengaruh Media Promosi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar. *Gizi Indonesia*, 42(2), 61. <https://doi.org/10.36457/Gizindo.V42i2.378>
- Kusumawati, D. D., Septianingsih, R., & Susilawati. (2022). Efektifitas Kartu Pintar Cegah Stunting Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Stunting. *Jika*, 7(1), 32–37.
- Labibah, A., Nurhapsari, A., & Mujiyanto, R. (2015). Pengaruh Permainan Ular Tangga Modifikasi Terhadap Pengetahuan Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Anak. In *Medali Jurnal* (Vol. 2, Issue 1, Pp. 1–4).
- Lubis, Z. (2003). Status Gizi Ibu Hamil Serta Pengaruhnya Terhadap Bayi Yang Dilahirkan. *Tersedia Di: Zulhaida@Telkom. Net, November*.
- Merdhika, W. A. R., Mardji, & Devi, M. (2014). Pengaruh Penyuluhan Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Asi Eksklusif Dan Sikap Ibu Menyusui Di Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. *Teknologi Dan Kejuruan*, 37(1), 65–72.
- Mulianingsih, M., Yolanda, H., Widiastuti, N. A., & Hayana, H. (2021). Media Permainan Ular Tangga Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Stunting Di Polindes Gerung Utara Puskesmas Gerung Lombok Barat. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 1(1), 33–40. <https://doi.org/10.51214/Japamul.V1i1.88>
- Ningrum, N. P., Hidayatunnikmah, N., & Rihardini, T. (2020). Cegah Stunting Sejak Dini Dengan Makanan Bergizi Untuk Ibu Hamil. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 11(4), 550–555. <https://doi.org/10.26877/E-Dimas.V11i4.5616>
- Nurhalimah, L., Fathonah, S., & Nurani, D. (2012). Kandungan Gizi Dan Daya Terima Makanan Tambahan Ibu Hamil Trimester Pertama. *Food Science And Culinary Education Journal*, 1(1), 19–25.
- Nurmaliza, N., & Herlina, S. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Pendidikan Ibu Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(2), 106–115. <https://doi.org/10.31539/Jka.V1i2.578>
- Nurmaningtyas, R., Hadisuyitno, J., Kaswari, S. R. T., & Riyadi, B. D. (2016). *Penyuluhan Pesan Gizi Seimbang Dengan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Gizi Siswa Sekolah Dasar*
- Rosita Nurmaningtyas, Juin Hadisuyitno, Sutomo Rum Teguh Kaswari, B. Doddy Riyadi 3. 27(1), 23–29.
- Riwidoko, H. (2013). *Statistik Kesehatan*.
- Rohima.Rosmalina, Y., Safitri, A., & Ernawati, F. (2014). Asupan Energi Dan Penggunaan Energi (Energy Expenditure) Selama Kehamilan: Studi Longitudinal. *Gizi Indonesia*, 37(2), 101. <https://doi.org/10.36457/Gizindo.V37i2.155>
- Rusdiyah, Masroini Ritonga, Lin Khariyetni Lase, E. T. (2022). Pengaruh Pola Asuh Menggunakan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Baturadua Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 8.5.2017, 2003–2005.
- Sadriatanur, W. (2020). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemberian Makanan Pendamping Asi Di Kecamatan Matan Hilir Utara Kabupaten Ketapang Tahun 2020. *Jurnal\_Kebidanan*, 10(2), 500–508. [https://doi.org/10.33486/Jurnal\\_Kebidanan.V10i2.106](https://doi.org/10.33486/Jurnal_Kebidanan.V10i2.106)
- Sari, F., & Ernawati, E. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Makanan Bayi Dan Anak (Pmba) Dengan Status Gizi Bayi Bawah Dua Tahun (Baduta). *Journal Of Men's Health*, 5(1), 29–32. <https://doi.org/10.30590/Vol5-No1-P29-32>
- Suryani, S., & Nadia, N. (2022). Peran Media Video Animasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil. *Nursing Care And Health Technology Journal (Nchat)*, 2(1), 37–47. <https://doi.org/10.56742/Nchat.V2i1.34>
- Utamingtyas, F., & Muji Lestari, R. (2020). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Balita Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 5(1), 40–47. <http://www.tjyybjb.ac.cn/cn/article/downloadarticlefile.do?attachtype=Pdf&id=9987>