

Sosialisasi Kepada Orangtua Dalam Pemenuhan Gizi AUD Yang Mempengaruhi *Neurosains* Di R.A Al-Akbar Padangsidimpuan

Yeni Elviza Febrianti¹, Mesra Khairani², Mhd. Donal Pasaribu³

^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Hasyim Asy'ari Padangsidimpuan, Sumatera Utara, Indonesia
Email Koresponden: yenielviza14@gmail.com

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan sosialisasi kepada orang tua dalam pemenuhan gizi anak usia dini (AUD) yang berperan penting terhadap perkembangan *neurosains*. Kegiatan ini dilakukan di R.A Al-Akbar, Padangsidimpuan, dengan fokus pada peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang untuk mendukung perkembangan otak dan fungsi kognitif anak. Melalui pendekatan edukatif, kegiatan ini menjelaskan kaitan antara nutrisi, khususnya asupan makronutrien dan mikronutrien, dengan pertumbuhan sel saraf yang optimal, serta dampaknya terhadap kemampuan belajar dan perilaku anak. Hasil dari sosialisasi menunjukkan peningkatan pemahaman orang tua mengenai pentingnya asupan gizi yang tepat, serta komitmen untuk menerapkan pengetahuan ini dalam pola makan anak-anak mereka. Dampak positif kegiatan ini diharapkan dapat mendukung perkembangan *neurosains* anak secara optimal, yang berkontribusi terhadap pencapaian prestasi akademik dan kesehatan mental yang lebih baik di masa depan.

Kata Kunci: Gizi Anak Usia Dini, *Neurosains*, Sosialisasi

Pendahuluan

Pada usia dini, anak sering dianggap berada dalam fase golden age, yaitu masa yang paling optimal dan penting untuk belajar serta berkembang. Periode ini sangat krusial dalam kehidupan anak dan memerlukan perhatian ekstra, karena pada tahap ini anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Selain itu, anak tumbuh secara fisik, psikomotorik, mental, dan sosial (Wasis, 2022).

Masa usia dini juga merupakan periode kritis yang membutuhkan asupan makanan dengan kuantitas dan kualitas lebih baik daripada orang dewasa (Munawaroh et al., 2022). Nutrisi pada anak usia prasekolah sangat penting, karena menjadi fondasi untuk kesehatan jangka panjang serta kekuatan dan kemampuan perkembangan intelektualnya (Nafies et al., 2024). Jika pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan anak berlangsung



dengan baik, diharapkan kelak mereka akan tumbuh menjadi individu yang berkualitas di masa dewasa.

Asupan gizi seimbang sangat penting bagi anak usia dini untuk memastikan mereka tumbuh sehat, cerdas, dan aktif. Peran aktif orang tua dalam keluarga sangat diperlukan untuk mencapai hal tersebut (Putri Aprilia Yunifer, 2003). Salah satu tanggung jawab orang tua adalah memastikan kebutuhan gizi anak terpenuhi sesuai dengan tahapan usianya. Keluarga menjadi faktor kunci dalam membentuk perilaku anak, termasuk perilaku terkait gizi. Dalam konteks promosi kesehatan, keluarga berperan dalam mengenalkan dan menyediakan makanan bergizi, mempraktikkan perilaku hidup sehat, serta menjadi contoh bagi seluruh anggota keluarga (Saifah et al., 2019). Peran orang tua, terutama ibu, sangat penting dalam pemenuhan gizi anak. Seorang ibu perlu memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi anak-anaknya. Orang tua juga perlu membentuk pola makan yang baik, menciptakan suasana makan yang menyenangkan, serta menyajikan makanan yang menarik untuk mendukung pemenuhan kebutuhan gizi anak (Yendi et al., 2017).

Neurosains adalah cabang ilmu yang mempelajari bagaimana sistem saraf mempengaruhi perkembangan anak. Berdasarkan teori neurosains, tahun pertama kehidupan anak merupakan tahap awal pertumbuhan dan perkembangan manusia. Pada usia hingga 8 tahun, 80% sel-sel otak telah terbentuk. Fungsi otak pada masa ini berkaitan erat dengan perkembangan fisik bayi (Elvita et al., 2023). Perkembangan otak yang optimal sangat penting bagi pertumbuhan anak. Setiap bayi lahir dengan sekitar enam juta sel saraf dalam ovarium ibu. Sel-sel saraf ini berpotensi menciptakan ribuan hubungan atau interaksi antar neuron di dalam tubuh. Ketika bayi dilahirkan, sekitar 25% ukuran otaknya sudah terbentuk. Selama dua tahun pertama, otak bayi akan berkembang hingga mencapai 75% ukuran otak orang dewasa, dengan dominasi fungsi pada otak kiri dibandingkan otak kanan. Nutrisi merupakan komponen utama yang harus dipenuhi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, karena makanan bergizi sangat penting dalam proses tersebut (Ardiansyah et al., 2022).

Tatminingsih & Cintasih, (2016) menjelaskan bahwa perkembangan fisik otak mencapai 50% pada usia 2 tahun, meningkat menjadi 90% pada usia 6 tahun, dan mencapai 100% pada usia 12 tahun. Sementara itu, perkembangan intelektual otak mencapai 50% pada usia 4 tahun dan 80% pada usia 8 tahun, dengan puncak perkembangan intelektual tercapai pada usia 18 tahun. Hal ini menggambarkan betapa cepatnya pertumbuhan fisik otak dan perkembangan kecerdasan anak selama periode usia 0-8 tahun, atau masa usia dini.

Penelitian yang dilakukan pada tahun 2019 menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan perkembangan kemampuan kognitif anak usia dini (Pratiwi et al., 2017). Tubuh membutuhkan nutrisi seperti karbohidrat, lemak, vitamin, protein, dan mineral. Kekurangan nutrisi dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan. Ketidakseimbangan nutrisi dapat menyebabkan kelemahan otot dan menurunkan kemampuan anak dalam beraktivitas. Sebagai contoh, anak dengan defisit energi protein lebih rentan mengalami keterlambatan dalam perkembangan kecerdasan kognitif.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan para guru serta orang tua di R.A Al-Akbar Padangsidempuan, terlihat bahwa perhatian terhadap bidang kajian ini masih sangat minim. Hal ini berakibat pada suasana pembelajaran yang cenderung pasif dan kurang efektif dalam merangsang aktivitas saraf di otak manusia. Kurangnya pemahaman tentang dasar biologis keterampilan dan perilaku anak dari pihak guru dan orang tua sering mengarah pada pendekatan pendidikan yang lebih fokus pada keinginan pribadi mereka atau cita-cita mereka sendiri. Akibatnya, tujuan belajar anak menjadi untuk menyenangkan hati guru dan orang tua, bukan untuk mengoptimalkan perkembangan potensi anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

Pemenuhan gizi seimbang pada anak usia dini sering kali dianggap remeh oleh orang tua, terutama dalam hal menyiapkan sarapan. Padahal, memberikan nutrisi yang tepat sangat berpengaruh pada aktivitas fisik anak sebelum mereka memulai kegiatan belajar mengajar. Jika orang tua kurang memperhatikan asupan gizi anak-anak, hal ini akan berdampak buruk pada

pertumbuhan dan perkembangan mereka. Kekurangan gizi di awal kehidupan anak terbukti memiliki dampak serius (Frasetya et al., 2023). Oleh karena itu, pada masa ini, penting bagi orang tua dan guru untuk memperhatikan kebutuhan gizi anak.

Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan tindakan yang tepat agar tidak berlanjut. Salah satu upayanya adalah dengan menyelenggarakan sosialisasi yang memberikan pemahaman kepada orang tua tentang pentingnya pemenuhan gizi anak yang berpengaruh terhadap perkembangan otak. Diharapkan, melalui sosialisasi ini, kesadaran orang tua akan pentingnya gizi anak dapat meningkat. Pendidikan pada usia dini sangat penting karena banyak aspek pertumbuhan dan perkembangan anak dimulai pada fase ini, yang menjadi fondasi bagi perkembangan anak di masa depan. Menurut (Gunarti, 2014), struktur dan kemampuan otak anak terbentuk sebelum usia 3 tahun. Masa ini dikenal sebagai periode kritis, di mana anak harus mendapatkan nutrisi yang cukup untuk memastikan perkembangan struktur dan fungsi otak berjalan dengan optimal. Selain itu, asupan gizi yang baik juga berperan dalam proses belajar anak, meningkatkan konsentrasi, serta menjaga sistem kekebalan tubuh agar anak tidak mudah sakit. Dalam jangka panjang, kurangnya perhatian terhadap gizi dapat berdampak buruk pada perkembangan otak, seperti penurunan tingkat kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, serta masalah metabolisme pada balita.

Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memahami berbagai cara memenuhi kebutuhan gizi anak seiring pertumbuhannya, serta memberikan perhatian pada makanan sehat dan seimbang yang mendukung perkembangan otak. Tugas orang tua bukan hanya mengasuh, tetapi juga menyediakan makanan bergizi dan membentuk kebiasaan makan sehat pada anak. Ini tidak hanya berlaku saat makan siang atau malam, tetapi juga pada pagi hari, ketika kebanyakan orang tua mungkin tidak menyadari bahwa melewatkan sarapan dapat berdampak negatif pada anak.

Menurut data dari program pemantauan status gizi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, tingkat masalah gizi pada anak balita tetap sebesar 17,8% seperti tahun lalu. Malnutrisi pada balita mencapai 3,8%, sedangkan gizi kurang berada di angka 14%. Tingkat stunting pada balita

berdasarkan Indeks Tinggi Badan (TB/U) meningkat menjadi 29,6%, menunjukkan kenaikan dibandingkan tahun sebelumnya. Dari segi kategori tinggi badan, persentase balita yang tergolong sangat pendek adalah 9,8%, dengan 19,8% dalam kategori pendek, pada bayi usia 0-59 bulan. Berdasarkan Indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U), sekitar 9,5% anak di bawah lima tahun dianggap kurus, mengalami penurunan dibandingkan tahun lalu. Meskipun persentase balita yang mengalami obesitas menurun menjadi 4,6%, masih ada perhatian yang harus diberikan (Rahmasari, 2022).

Di Indonesia, masalah kekurangan dan kelebihan gizi masih menjadi isu besar. Gizi lebih sering disebabkan oleh kurangnya informasi tentang gizi di tingkat masyarakat, khususnya di kalangan keluarga. Sementara itu, gizi kurang umumnya terkait dengan kemiskinan, kekurangan pangan, dan rendahnya tingkat pendidikan tentang gizi. Anak-anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok yang memerlukan perhatian khusus dalam hal konsumsi makanan dan gizi.

Dari pemaparan di atas, kami tim pengabdian tertarik untuk melaksanakan sosialisasi di R.A Al-Akbar Padangsidempuan. Dengan diadakannya sosialisasi pemenuhan gizi yang memengaruhi neurosains kepada orangtua di R.A Al-Akbar Padangsidempuan, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran orangtua tentang pentingnya memperhatikan gizi anak usia dini.

Metode Pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan metode partisipatif melalui pendekatan edukatif (Wekke, 2022). Metode yang digunakan terdiri atas ceramah, demonstrasi, dan sesi tanya jawab, yang bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan aktif peserta dalam proses sosialisasi. Pelatihan dibagi dengan alokasi waktu 80% untuk penyampaian materi dan 20% untuk diskusi dan tanya jawab. Media yang digunakan mencakup powerpoint, infocus, dan laptop untuk membantu memperjelas materi yang disampaikan.

Adapun langkah-langkah pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Pemaparan Materi Sosialisasi: Materi tentang pentingnya gizi dalam perkembangan neurosains anak usia dini disampaikan menggunakan metode ceramah, didukung dengan media visual seperti presentasi powerpoint.
2. sesi Diskusi dan Tanya Jawab: Setelah penyampaian materi, diadakan sesi diskusi dan tanya jawab untuk mendalami pemahaman peserta, serta mendorong partisipasi aktif orang tua.
3. Bimbingan dan Konseling: Dalam tahap ini, orang tua diberikan bimbingan lebih lanjut mengenai cara menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh, serta konseling terkait tantangan spesifik yang mereka hadapi dalam pemenuhan gizi anak.

Strategi pelaksanaan ini menekankan pada keterlibatan aktif peserta sehingga metode ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab menjadi sarana utama dalam mencapai tujuan sosialisasi, yakni peningkatan pengetahuan orang tua tentang pentingnya pemenuhan gizi yang tepat bagi perkembangan anak mereka (Sukri et al., 2023).

Tabel 1. Proses Pemecahan Masalah

NO	KEGIATAN	URAIAN KEGIATAN
1	Tahap observasi	Dilakukan untuk mempelajari tentang lingkungan di lokasi pengabdian.
2	Tahap perencanaan	Menyiapkan administrasi, mengirimkan undangan dan surat permohonan kepada kepala sekolah R.A Al-Akbar Padangsidempuan.
3	Tahap pelaksanaan	Melalui penyajian materi secara teoritis, memberikan pelatihan, dan tanya jawab dengan para peserta.
4	Tahap evaluasi	Untuk meningkatkan tahapan kegiatan, evaluasi proses digunakan selama kegiatan sosialisasi.
5	Menulis laporan	Menyusun laporan pelatihan untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Pelaksanaan

A. Strategi Pencapaian

Berikut adalah tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul Sosialisasi Kepada Orangtua Dalam Pemenuhan Gizi AUD yang Mempengaruhi Neurosains di R.A Al-Akbar Padangsidimpuan:

1. Persiapan Kegiatan

- a) Koordinasi dengan pihak sekolah: Berkomunikasi dengan pihak R.A Al-Akbar untuk mengatur waktu dan teknis pelaksanaan sosialisasi.
- b) Penyusunan materi sosialisasi: Membuat materi tentang pentingnya pemenuhan gizi anak usia dini (AUD) yang mempengaruhi perkembangan otak dan neurosains, serta menyusun panduan praktis bagi orang tua.
- c) Penyediaan media sosialisasi: Menyiapkan alat bantu, seperti presentasi, poster, dan pamflet yang akan dibagikan kepada orang tua peserta kegiatan.
- d) Pengaturan undangan: Menyebarkan informasi kegiatan dan mengundang orang tua anak didik R.A Al-Akbar untuk hadir dalam sosialisasi.

2. Pelaksanaan Kegiatan

- a) Pembukaan: Sambutan dari tim pengabdian dan pihak R.A Al-Akbar, menjelaskan tujuan kegiatan dan pentingnya topik gizi dalam perkembangan anak usia dini.
- b) Pemaparan materi: Tim pengabdian memaparkan informasi mengenai:
 - Pentingnya pemenuhan gizi seimbang pada anak usia dini.
 - Bagaimana gizi mempengaruhi perkembangan neurosains dan kemampuan kognitif anak.
 - Peran orang tua dalam memastikan gizi yang cukup dan seimbang bagi anak.

- c) Diskusi interaktif: Orang tua diajak untuk berpartisipasi dalam diskusi, berbagi pengalaman, serta bertanya mengenai permasalahan gizi yang sering dihadapi di rumah.
- d) Demonstrasi menu gizi seimbang: Tim pengabdian memperkenalkan contoh menu sehat dan bergizi yang dapat diberikan kepada anak usia dini dengan bahan yang mudah ditemukan sehari-hari.

3. Penilaian dan Evaluasi

- a) Evaluasi pemahaman: Mengukur perubahan pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi dan dampaknya terhadap perkembangan neurosains anak.
- b) Tindak lanjut: Membahas rekomendasi untuk orang tua dalam penerapan pemenuhan gizi di rumah, serta memberi saran untuk konsultasi gizi anak secara berkala.

4. Penutupan

- a) Kesimpulan: Menyimpulkan hasil sosialisasi dan menekankan pentingnya pemenuhan gizi yang optimal untuk perkembangan otak anak.
- b) Ucapan terima kasih: Tim pengabdian mengucapkan terima kasih atas partisipasi orang tua dan kerjasama dengan pihak R.A Al-Akbar.

B. Pelaksanaan

Signifikansi pemenuhan gizi untuk anak usia dini kembali ditekankan melalui kegiatan sosialisasi di R.A Al-Akbar Padangsidimpuan. Banyak orang tua yang belum sepenuhnya memahami pentingnya asupan gizi untuk anak-anak mereka, sehingga sosialisasi ini menjadi sangat penting. Selama kegiatan, para orang tua menunjukkan antusiasme tinggi, aktif mengikuti materi yang disampaikan, dan mengajukan berbagai pertanyaan. Proses pemaparan materi menghasilkan interaksi yang positif, dengan adanya komunikasi dua arah antara narasumber dan orang tua. Detail kegiatan sosialisasi dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar. Kegiatan Sosialisasi

Terdapat berbagai indikasi yang menunjukkan adanya perubahan pemahaman dari orang tua, yang terlihat dari hasil pengamatan dan wawancara. Orang tua kini lebih aktif dalam memantau asupan gizi anak, mencakup karbohidrat, protein, vitamin, mineral, dan kalsium, karena nutrisi yang tepat mempengaruhi perkembangan struktur dan kapasitas otak secara optimal. Kesadaran orang tua mengenai pentingnya memberikan gizi yang baik kepada anak semakin meningkat.

Selain itu, observasi dan wawancara mengungkapkan bahwa orang tua menunjukkan antusiasme yang lebih besar dalam menyediakan makanan bergizi yang sesuai dan seimbang untuk anak mereka. Mereka juga meningkatkan pola asuh berdasarkan model program pengasuhan anak yang telah disampaikan selama kegiatan pengabdian.

Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat bergantung pada kedua orang tua. Keluarga merupakan lingkungan pendidikan awal, dan pendidikan dalam keluarga sangat penting untuk mempersiapkan anak menghadapi masyarakat serta mengembangkan kecerdasan, karakter, dan kepribadian. Menurut Uce, (2018) perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh orang tua, terutama ibu, karena ibu memainkan peran penting dalam pengaturan pola makan dan asupan gizi anak. Oleh karena itu, orang tua memiliki peran utama dalam kebiasaan makan anak sehari-hari. Orangtua yang memperhatikan pemenuhan asupan gizi untuk anak makan ia akan

tumbuh sehat, cerdas dan aktif. Apabila asupan gizi anak terpenuhi maka pertumbuhan dan perkembangan seorang anak berjalan secara optimal, diharapkan pada masa dewasa akan tumbuh menjadi manusia yang berkualitas (Sutomo & yanti Anggraini, 2010)

Penelitian menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dan perkembangan kognitif, menegaskan pentingnya anak-anak mendapatkan diet yang seimbang. Kekurangan gizi dapat mengakibatkan berkurangnya energi dan konsentrasi pada anak, yang pada gilirannya dapat menghambat kemajuan perkembangan mereka dan mengurangi kemampuan mental mereka (Munawaroh et al., 2022). Untuk memastikan perkembangan otak yang sehat, anak-anak perlu mengembangkan berbagai keterampilan—baik kognitif, sosial, maupun emosional—seiring pertambahan usia mereka, yang akan bermanfaat dalam kegiatan belajar mereka di masa depan. Oleh karena itu, pemberian makanan yang tepat selama masa pertumbuhan dan perkembangan sangat penting, dengan perhatian khusus pada nilai gizi dan kualitas makanan. Makanan yang bergizi, menu yang seimbang, serta porsi yang sesuai dan kebersihannya harus diperhatikan oleh orang tua. Kekurangan nutrisi selama periode pertumbuhan dan perkembangan dapat mengganggu perkembangan otak dan fisik anak, berdampak negatif pada produktivitas, ketahanan terhadap penyakit, kecerdasan, serta prospek pendidikan. Hal ini berpotensi menjadi masalah serius yang dapat merugikan masa depan anak-anak.

Dalam rangka kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di R.A Al-Akbar Padangsidempuan, pihak pengurus dan perwakilan dari lembaga tersebut mengungkapkan keyakinan bahwa sosialisasi yang dilakukan telah berhasil meningkatkan standar hidup anak-anak di komunitas tersebut. Program ini terbukti efektif dalam memperbaiki kondisi sosial dan ekonomi yang ada, serta memberikan kontribusi nyata untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat setempat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki tujuan utama untuk meningkatkan pemahaman orang tua mengenai pentingnya peran mereka dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak-anak, yang secara langsung mempengaruhi perkembangan neurologis dan kognitif anak. Sosialisasi yang dilakukan telah

berhasil memberikan pengetahuan yang mendalam kepada orang tua mengenai pentingnya menyediakan makanan yang bergizi dan seimbang.

Melalui kegiatan ini, orang tua di R.A Al-Akbar Padangsidimpuan kini memiliki pemahaman yang lebih baik dan motivasi yang tinggi dalam memastikan asupan gizi yang optimal bagi anak-anak mereka. Hasilnya, terdapat perubahan positif dalam pola makan anak-anak yang telah menunjukkan dampak langsung terhadap peningkatan kualitas sumber daya manusia di komunitas tersebut. Program ini melibatkan tenaga kesehatan dan ahli gizi untuk memberikan edukasi serta dukungan praktis kepada orang tua. Sebagai hasil dari implementasi yang sukses, perubahan yang signifikan dalam pola makan anak-anak dan peningkatan kualitas hidup masyarakat setempat dapat dirasakan. Kegiatan ini telah menjadi model bagi program-program pengabdian masyarakat lainnya, dengan menunjukkan keberhasilan pendekatan berbasis pendidikan dan pemahaman gizi dalam memperbaiki kualitas hidup dan kesehatan komunitas.

Kesimpulan

Program pengabdian yang dilakukan dapat bermanfaat membantu orang tua memahami pemenuhan gizi bagi anak-anak. Hal ini dapat membuka jalan sosialisasi kehidupan berbangsa dan bernegara di masa depan dalam bidang kehidupan sesuai dengan kebutuhan dan tantangan bangsa dan negara Indonesia. Sebagai fondasi dan unit terkecil dari kehidupan seorang anak, keluarga harus memainkan peran yang lebih besar dan lebih jelas dalam hal ini. Untuk meningkatkan kualitas kesadaran orang tua terhadap pertumbuhan dan perkembangan bagi anak, disarankan agar tindakan yang dilakukan dapat dipertahankan dan dijadikan kegiatan rutin.

Daftar Pustaka

Ardiansyah, R., Martina, M., Kembaren, E. T., & Yuristia, R. (2022). Strategi Pengembangan Agroindustri Tahu Di Kelurahan Sadabuan Kecamatan Padangsidimpuan Utara Kota Padangsidimpuan. *AgriFo: Jurnal Agribisnis Universitas Malikussaleh*, 7(2), 1-14. <https://doi.org/10.29103/ag.v7i2.12493>

- Elvita, S. D., Siregar, M., Nurjanah, T., Annisa, M. V., & Safitri, M. (2022). Analisis Lingkungan Keluarga terhadap Asupan Gizi Anak Usia Dini yang mempengaruhi Neurosains. *Jurnal PAUD Emas*, 2(1), 41-51.
- Frasetya, S. A., Nuraini, V., Sari, D. A. P., & Mahardika, I. K. (2023). Mengatasi Stunting dalam Pertumbuhan dan Perkembangan Balita. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27397-27401. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.11073>
- Gunarti, W. (2014). Hakikat Perilaku dan Kemampuan Dasar Anak Usia 3-4 Tahun. *Modul*, 1, 1-51.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldaanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47-60. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Nafies, D., Ristanti, I. K., & Arifin, A. D. R. (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu Melalui Pelatihan Pembuatan PMT Rolade Ikan Kembung Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kembangbilo, Kecamatan Tuban. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gunung Sari*, 2(2), 1-8. <https://doi.org/10.58294/jpmgs.v2i2.146>
- Pratiwi, I. C., Handayani, O. W. K., & Raharjo, B. B. (2017). Kemampuan Kognitif Anak Retardasi Mental Berdasarkan Status Gizi. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 19-25
- Putri Aprilia Yunifer, P. (2003). *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dan Perilaku Pemenuhan Gizi Bekal Makan Siang Anak Usia Dini Di Daycare Sun Global* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Riau).
- Rahmasari, Y. (2022). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Puskesmas Cempaka Putih Kota Banjarmasin Tahun 2022* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan MAB).
- Saifah, A., Sahar, J., & Widyatuti, W. (2019). Peran keluarga terhadap perilaku gizi anak usia sekolah. *JKEP*, 4(2), 83-92. <https://doi.org/10.32668/jkep.v4i2.282>
- Sukri, S., Kasih, D., Afriyani, M. P., Rinawati, R., Efendi, S., Saputra, E., & Era, N. (2023). Sosialisasi dan Pemetaan Potensi Desa Sebagai Arah Pembangunan Yang Berkelanjutan. *JPMA-Jurnal Pengabdian Masyarakat As-Salam*, 3(1), 19-27. <https://doi.org/10.37249/jpma.v3i1.599>

- Sutomo, B., & yanti Angraini, D. (2010). *Menu Sehat Alami Untuk Batita & Balita*. DeMedia.
- Tatminingsih, S., & Cintasih, I. (2016). Hakikat anak usia dini. Perkembangan Dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini, 1, 1–65.
- Uce, L. (2018). Pengaruh asupan makanan terhadap kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 79–92. <http://dx.doi.org/10.22373/bunayya.v4i2.6810>
- Wasis, S. (2022). Pentingnya Penerapan Merdeka Belajar Pada Pendidikan Anak Usia Dini (Paud). *Pedagogy: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 9(2), 36–41. <https://doi.org/10.51747/jp.v9i2.1078>
- Wekke, I. S. (2022). *Metode Pengabdian Masyarakat: Dari Rancangan ke Publikasi*. Penerbit Adab.
- Yendi, Y. D. N., Eka, N. L. P., & Maemunah, N. (2017). Hubungan antara peran ibu dalam pemenuhan gizi anak dengan status gizi anak prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(2). <https://doi.org/10.33366/nn.v2i2.537>