

## **EDUKASI: KREASI PENGOLAHAN TAHU MENJADI NUGGET TAHU SEBAGAI MAKANAN SEHAT BAGI BALITA**

### ***EDUCATION: CREATIVE PROCESSING TOFU INTO TOFU NUGGETS AS HEALTHY FOOD FOR TODDLERS***

Nova Sontry Node Siregar<sup>1</sup>, Mayes Felda Simamora<sup>2</sup>, Glorya Tambunan<sup>3</sup>, Fransiska  
Debataraja<sup>4</sup>

E-mail: [nova.siregar@stikeskb.ac.id](mailto:nova.siregar@stikeskb.ac.id)

---

#### **Abstrak**

Di Indonesia, kondisi ini harus segera diatasi karena akan menghambat momentum generasi emas Indonesia pada tahun 2045. Penyebab utama stunting meliputi gizi yang tidak memadai dan asupan nutrisi yang kurang bagi anak-anak, pola asuh yang salah akibat kurangnya pengetahuan dan pendidikan bagi ibu hamil dan menyusui, sanitasi lingkungan yang buruk, kondisi tempat tinggal yang tidak layak, dan akses terbatas ke fasilitas kesehatan. Salah satu alternatif pengolahan makanan lokal yang dapat diperkenalkan kepada masyarakat adalah nugget tahu. Tahu dapat diolah menjadi berbagai bentuk dan jenis makanan, salah satunya adalah nugget tahu. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan keterampilan ibu dalam mengolah nugget tahu guna mencegah stunting pada balita. Kegiatan ini berupa demonstrasi pengolahan nugget tahu untuk 30 ibu yang memiliki anak berusia  $\leq 2$  tahun di Desa Pasaribu. Hasil menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan dan keterampilan ibu sebelum dan setelah praktik/demonstrasi. Hasil wawancara dengan peserta menyatakan bahwa praktik/demonstrasi sangat membantu dalam menyampaikan informasi tentang pengolahan gizi seimbang untuk balita kepada ibu-ibu sehingga informasi dapat disampaikan dengan lebih jelas dan tepat. Kegiatan demonstrasi juga menjelaskan objek yang dapat diberikan, misalnya makanan yang dikonsumsi mengandung karbohidrat, protein, mineral, dan sebagainya. Harapan dari penelitian ini adalah agar ibu-ibu yang memiliki balita berusaha mencegah stunting (penyediaan nutrisi kehamilan dan tablet suplemen darah, menyusui eksklusif, MP-ASI, pemberian Vitamin A, imunisasi dasar lengkap, PHBS, pemantauan bayi dan balita di posyandu, serta memperhatikan penyediaan nutrisi seimbang untuk anak). Dengan mencoba mengolah/menggunakan bahan makanan lokal dengan variasi yang menarik sehingga menarik perhatian anak-anak untuk mengonsumsinya.

***Kata kunci: Personal hygiene, siswa berkebutuhan khusus, Sekolah Luar Biasa, edukasi interaktif, pengabdian kepada masyarakat.***

## PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi masalah gizi utama bagi bayi dan anak dibawah usia dua tahun di Indonesia. Kondisi tersebut harus segera diatasi karena akan menghambat momentum generasi emas Indonesia 2045. Masalah kesehatan gizi utama di Indonesia adalah Ketidakseimbangan asupan gizi yang meliputi kekurangan gizi yang dapat menyebabkan stunting dan gizi berlebih yang dapat menyebabkan obesitas. Berdasarkan survei Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021, prevalensi stunting sebesar 24,4%. Angka ini masih jauh dari angka prevalensi yang ditargetkan dalam RPJMN 2020-2024, yakni 14% (Kominfo RI, 2021).

Angka stunting di Indonesia masih cukup tinggi yaitu 21,6% berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, walaupun terjadi penurunan dari tahun sebelumnya yaitu 24,4% tahun 2021, namun masih perlu upaya besar untuk mencapai target penurunan stunting pada tahun 2024 sebesar 14%. Stunting dapat terjadi sejak sebelum lahir, hal ini dapat dilihat dari prevalensi stunting berdasarkan kelompok usia hasil SSGI 2022, dimana terdapat 18,5% bayi dilahirkan dengan panjang badan kurang dari 48 cm. Mengutip Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, angka stunting nasional sebesar 21,6% dengan Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Barat, dan Papua adalah wilayah dengan tingkat stunting

tertinggi. Dari data tersebut kita dapat melihat pentingnya pemenuhan gizi ibu sejak hamil. Hasil yang cukup memprihatinkan dari survei yang sama adalah risiko terjadinya stunting meningkat sebesar 1,6 kali dari kelompok umur 6-11 bulan ke kelompok umur 12- 23 bulan (13,7% ke 22,4%). Hal ini menunjukkan 'kegagalan' dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) sejak usia 6 bulan, baik dari segi kesesuaian umur, frekuensi, jumlah, tekstur dan variasi makanan. Dimasa ini sangat penting untuk memperhatikan dan menjamin kecukupan energi dan protein pada anak untuk mencegah terjadinya stunting.

Penyebab utama stunting antara lain, asupan gizi dan nutrisi yang kurang mencukupi kebutuhan anak, pola asuh yang salah akibat kurangnya pengetahuan dan edukasi bagi ibu hamil dan ibu menyusui, buruknya sanitasi lingkungan tempat tinggal seperti kurangnya sarana air bersih dan tidak tersedianya sarana MCK yang memadai serta keterbatasan akses fasilitas kesehatan yang dibutuhkan bagi ibu hamil, ibu menyusui dan balita. Dampak stunting pada anak akan terlihat pada jangka pendek dan jangka panjang. Pada jangka pendek berdampak terhadap pertumbuhan fisik yaitu tinggi anak di bawah rata-rata anak seusianya. Selain itu, juga berdampak pada perkembangan kognitif dikarenakan terganggunya perkembangan otak sehingga dapat menurunkan kecerdasan

anak. Sedangkan untuk jangka panjang, stunting akan menyebabkan anak menjadi rentan terjangkit penyakit seperti penyakit diabetes, obesitas, penyakit jantung, pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas di usia tua. Selain itu, dampak jangka panjang bagi anak yang menderita stunting adalah berkaitan dengan kualitas SDM suatu negara. Anak-anak merupakan generasi penerus bangsa. Jika stunting tidak segera diatasi hal ini tentunya akan menyebabkan penurunan kualitas SDM di masa yang akan datang.

Upaya penurunan stunting tidak hanya dilakukan oleh Kementerian Kesehatan saja, tetapi diharapkan bisa dilakukan oleh semua pihak, baik itu pemerintah desa, pemerintah daerah maupun pemerintah pusat. Dalam rangka menurunkan stunting di Indonesia pemerintah telah menetapkan Strategi Nasional Percepatan penurunan stunting dalam waktu lima tahun ke depan. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting diantaranya yaitu: Memperhatikan asupan gizi dan nutrisi bagi ibu hamil dan ibu menyusui, hal ini bisa juga dilakukan dengan memperhatikan pola makan dengan mengonsumsi jenis makanan beragam dan seimbang; Memberikan edukasi dan penyuluhan bagi ibu hamil dan menyusui terkait stunting, pola asuh yang baik untuk mencegah stunting serta mendorong para ibu untuk senantiasa mencari informasi terkait asupan gizi dan nutrisi yang baik bagi

tumbuh kembang anak.

Dalam upaya mencapai target nasional 14% pada tahun 2024, telah ditetapkan Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting, yaitu: a) menurunkan prevalensi stunting; b) meningkatkan kualitas penyiapan kehidupan berkeluarga; c) menjamin pemenuhan asupan gizi; d) memperbaiki pola asuh; e) meningkatkan akses dan mutu pelayanan kesehatan; dan f) meningkatkan akses air minum dan sanitasi. disusun Buku Pegangan Seri 3: Dapur Sehat Atasi Stunting di Kampung Keluarga Berkualitas (DASHAT): Ragam menu Sehat dan Bergizi untuk Mahasiswa Pedulu Stunting, sebagai salah satu materi pelatihan/orientasi. Melalui DASHAT diharapkan masyarakat mendapatkan akses pelayanan makanan bergizi, peningkatan keterampilan menyajikan menu bergizi, keterampilan pengelolaan usaha kecil dan beberapa manfaat lainnya (BKKBN, 2022).

Salah satu makanan cepat saji yang menjadi alternatif masyarakat adalah nugget. Nugget yang terkenal di masyarakat adalah chicken nugget atau nugget ayam karena memang merupakan nugget pertama yang muncul dan dipasarkan di masyarakat. Seiring berjalannya waktu, nugget dibuat dari berbagai jenis bahan seperti ikan, tahu, tempe, dan lain sebagainya. Salah satu jenis nugget yang kaya akan protein adalah nugget tahu. Tahu mengandung air 86 %, protein 8-12%, lemak 4-6% dan karbohidrat 1- 6%.

Tahu juga mengandung berbagai mineral seperti kalsium, zat besi, fosfat, kalium, natrium; serta vitamin seperti kolin, vitamin B dan vitamin E. Kandungan asam lemak jenuhnya rendah dan bebas kolesterol (Santoso, 2005).

Kabupaten Humbang Hasundutan menjadi salah lokasi fokus penurunan stunting, dalam hal ini termuat dalam Keputusan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Bappenas Nomor Kep 42/M.PPN/HK/04/2020 tentang Penetapan Perluasan Kabupaten/Kota Lokasi Fokus Intervensi Penurunan Stunting Tahun 2021 dan dilanjutkan menjadi lokasi fokus penurunan stunting tahun 2023. Dasar hukum amanat ini diturunkan ke dalam Peraturan Bupati Humbang Hasundutan Nomor 3 Tahun 2021 tentang Konvergensi Percepatan Pencegahan dan Penurunan Stunting di Kabupaten Humbang Hasundutan, dengan tujuan memenuhi amanat Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 72 tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting dan Peraturan Kepala BKKBN (Perkaban) No 12 Tahun 2021 tentang Rencana Aksi Nasional.

Data dari SSGI Tahun 2022, Prevalensi Stunting Kabupaten Humbang Hasundutan 29,6% naik 2,9% dari Tahun 2021 (26,7%). Prevalensi stunting tahun 2023, mengalami penurunan yang signifikan menjadi 18,4%. Harapan persentase stunting dalam RPJMD Kabupaten Humbang Hasundutan 2021-2026 melalui indikator sasaran Dinas Kesehatan,

Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana di tahun 2024 adalah 13,4%. Hasil pengukuran dan publikasi angka stunting digunakan sebagai bahan evaluasi dan perencanaan kabupaten untuk memperkuat komitmen pemerintah daerah dan masyarakat dalam gerakan bersama penurunan stunting. Sehingga pencegahan dan penurunan stunting di Kabupaten Humbang Hasundutan dapat tercapai sesuai dengan target pemerintah untuk penurunan prevalensi tahun 2024.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis berkeinginan mendemonstrasikan pengolahan nugget tahu dalam meningkatkan keterampilan ibu mencegah stunting pada balita.

## **TUJUAN**

Tujuan dalam kegiatan ini adalah memberikan pendidikan kesehatan dengan cara praktek pengolahan nugget tahu pada ibu yang memiliki balita.

### **Manfaat Kegiatan**

Adapun manfaat dari pelaksanaan kegiatan ini antara lain:

1. Untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pengolahan makanan dari produk pangan local sebagai Upaya mengatasi stunting
2. Untuk meningkatkan partisipasi ibu dalam pola asuh anak menyediakan makanan sehat

3. Untuk meningkatkan Kesehatan Balita dengan konsumsi makanan olahan dapur ibu

### Sasaran

Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki Balita  $\leq 2$  sebanyak 30 orang.

### METODE

1. Metode yang dirancang dalam kegiatan ini adalah praktek/demonstrasi memasak dengan tahapan sebagai berikut.

- a. Persiapan Kegiatan  
Meminta persetujuan kepada pemerintah Desa dan Bidan Desa untuk melibatkan warganya? Ibu yang memiliki Balita mengikuti kegiatan demo memasak nugget tahu.
- b. Tahap pelaksanaan demonstrasi  
Menyampaikan edukasi tentang stunting dilanjutkan demonstrasi pembuatan/pengolahan nugget tahu, proses demonstrasi di videokan sebagai bahan praktek dan percobaan bagi ibu yang memiliki balita.
- c. Tahap evaluasi  
Tahap ini adalah tahap evaluasi awal yang dilakukan untuk mengukur pemahaman

ibu dalam pengolahan makanan sehat dari olahan tahu dan dilanjut evaluasi setelah demo membahas tentang pengetahuan dan pemahaman ibu setelah melihat praktek.

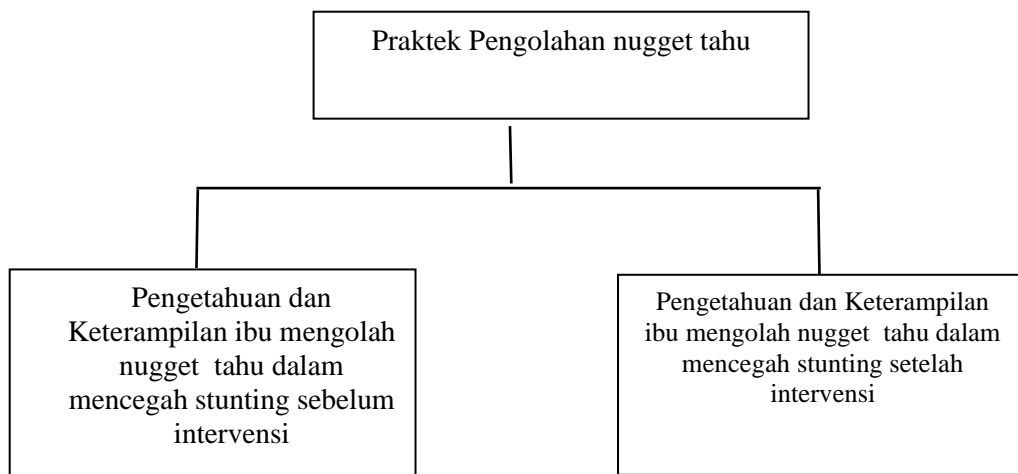
2. Pelaksanaan kegiatan
  - a. Tahap pertama, peneliti melakukan *pre-test* untuk mengetahui keterampilan/praktik ibu dalam mengolah nugget tahu dalam pencegahan *stunting* secara lisan sebelum dilakukan praktek.
  - b. Tahap kedua, intervensi pengolahan dilakukan pada hari yang sama dengan pre-test, durasi waktu intervensi yang diberikan kurang lebih selama  $\pm 30$  menit.
  - c. Setelah selesai tahap diatas maka dilakukan analisis dari kegiatan tersebut.
3. Instrumen  
Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam kegiatan ini adalah
  - a. Bahan dan alat pembuatan nugget tahu
  - b. Kuesioner identitas responden (Identitas responden)
  - c. Kuesioner Pengetahuan dan Keterampilan (Kuesioner sumber informasi berisi pertanyaan apa saja informasi pencegahan

*stunting* yang pernah didapatkan oleh responden). Hasilnya kan dianalisis dengan pengolahan




data sederhana dengan uji beda menggunakan software SPSS.





Adapun kerangka kegiatan ini dapat digambarkan sebagai berikut ini:

**Gambar Kerangka Kegiatan**



<b>Langkah-Langkah Pembuatan NUGGET TAHU</b>		
Waktu yang dibutuhkan untuk membuat nugget tahu : 50-60 Menit		
Bahan nugget tahu untuk 35-40 potong		
<b>A</b>	<b>Bahan-Bahan</b>	<b>Gambar</b>
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8 buah tahu putih /600gr, hancurkan dgn garpu /ulek /diblender</li> <li>• 1 buah wortel, parut dgn parutan keju</li> <li>• 2 butir telur</li> <li>• 1 batang daun bawang, iris halus</li> <li>• 3 siung bawang putih, haluskan</li> <li>• Secukupnya kaldu bubuk, garam, dan lada bubuk</li> </ul> <p><b>Bahan pelapis:</b></p>	 

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Secukupnya tepung terigu +secukupnya air</li> <li>• Tepung panir</li> </ul>	
<b>B</b>	<b>Cara Membuat</b>	<b>Gambar</b>
1	Siapkan bahan-bahan nugget dan bahan pelapis	
2	Panaskan kukusan Hancurkan tahu dengan garpu/uleman, campur semua bahan, aduk rata. Koreksi rasa	 
3	Masukkan adonan nugget ke dalam Loyang yang telah di olesi margarine/minyak Kemudian kukus selama $\pm$ 40	

	menit/ hingga matang	
4	<p>Jika sudah matang, dinginkan dan simpan di kulkas, agar ketika di potong hasilnya bagus</p> <p>Keluarkan dari Loyang dan potong-potong sesuai selera</p>	
5	<p>Celupkan adonan ke larutan terigu, lalu balur dengan tepung panir, lakukan hingga habis.</p>	 
6	<p>Simpan di freezer dalam wadah tertutup. Goreng sewaktu-waktu kapanpun kamu mau.</p>	

--	--	--

## HASIL DAN ANALISIS

Hasil pengolahan data diperoleh ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan keterampilan dalam pencegahan stunting sebelum dilakukan praktek pengolahan nugget dan setelah dilakukan praktek pengolahan nugget dengan nilai signifikansinya adalah  $0,000 < 0,05$ .

Penelitian ini sesuai dengan artikel Zulfiana, dkk (2022) dalam Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara yaitu Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menambah wawasan masyarakat tentang asupan makanan dengan gizi seimbang adalah dengan melakukan demonstrasi memasak. Demonstrasi memasak yang dilakukan menggunakan tahu sebagai bahan utama serta wortel dan daun bawang sebagai bahan tambahannya. Olahan yang dibuat dalam demonstrasi ini adalah nugget tahu. Metode yang digunakan dalam kegiatan demonstrasi memasak makanan tambahan sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Pijot Utara terdiri dari observasi, wawancara, dan evaluasi. Hasilnya masyarakat mengetahui cara pembuatan nugget tahu

sebagai makanan tambahan sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Pijot Utara.

Metode praktek pengolahan makanan dapat merangsang dua indera yaitu mata dan telinga secara bersamaan menghasilkan imajinasi dalam menirukan sehingga ibu lebih fokus pada praktek yang diberikan. Penyampaian melalui kata-kata saja sangat kurang efektif atau intensitas paling rendah. Penggunaan metode praktek/ demonstrasi merupakan pengalaman salah satu prinsip proses Pendidikan Kesehatan.

Praktek/demonstrasi sangat membantu dalam penyampaian informasi tentang pengolahan gizi seimbang untuk balita kepada ibu agar informasi tersebut dapat disampaikan lebih jelas dan tepat. Kegiatan demonstrasi juga menerangkan suatu objek yang dapat diberikan misalnya makan yang dikonsumsi mengandung karbohidrat, protein, mineral dan lain sebagainya. Tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai pengolahan gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya stunting pada anak balita. Peningkatan pengetahuan terjadi dikarenakan adanya

kemauan dalam diri ibu untuk mengikuti dan mengetahui upaya pencegahan stunting. Praktek ini juga merupakan bagian penanggulangan penyakit/masalah kesehatan yang dilakukan sebagai pendukung pengobatan medis/konvensional atau sebagai pengobatan pilihan lain di luar pengobatan medis yang konvensional.

Pengetahuan ibu merupakan penyebab tidak langsung terhadap kejadian stunting anak karena berpengaruh pada makanan apa yang diberikan pada anak dan juga salah satu faktor yang mempengaruhi asupan pangan dalam pemahaman pangan, kesehatan dan gizi. Sedangkan keterampilan merupakan bentuk tindakan ibu dalam mengolah makanan pangan lokal seperti tahu sebagai sumber protein yang merupakan sumber zat gizi yang baik dan penting untuk mendukung pertumbuhan bayi dan anak (Sutyawan, Novidiyanto, and Wicaksono 2022). Namun, masyarakat khususnya ibu balita kurang memahami bahwa makanan tersebut sangat baik untuk anak, karena kurangnya pengetahuan dan pemahaman mengenai cara pengolahan dari bahan-bahan potensi lokal tersebut.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengetahuan sebelum dilakukan praktek dengan pengetahuan

ibu setelah dilakukan pengolahan nugget tahu dalam mencegah stunting.

2. Ada perbedaan keterampilan ibu sebelum dilakukan praktek dengan keterampilan ibu setelah dilakukan pengolahan nugget tahu dalam mencegah stunting.
3. Ada perbedaan/pengaruh pengolahan nugget tahu dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mencegah stunting pada balita di Desa Pasaribu sebelum dan sesudah dilakukan praktek pengolahan nugget tahu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah Rahmawati, dkk (2023). Pemberian Nugget Tahu Daun Kelor Berpengaruh Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita. *Jurnal Kebidanan Malakbi* (media ilmiah kebidanan)  
<http://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/b/article/view/1053>
- Atikah Rahayu, SKM, MPH; Fahrini Yulidasari, SKM, MPH; Andini Octaviana Putri, SKM, M.Kes; dan Lia Anggraini, SKM. 2018. *Study Guide Stunting dan Upaya Pencegahannya*. CV Mine Yogyakarta.
- Aryastami, N. K. (2017). Kajian Kebijakan dan Penanggulangan Masalah Gizi Stunting di Indonesia. *Buletin Kegiatan Kesehatan*, 45(4), 233–

240.  
<https://doi.org/10.22435/bpk.v45i4.7465.233-240>
- Ayuningtyas, D. (2014). *Kebijakan Kesehatan: Prinsip dan Praktik* (1st ed.). Jakarta: Rajawali Pers.
- .....(2018). *Analisis Kebijakan Kesehatan: Prinsip dan Aplikasi* (1st ed.). Depok: Rajawali Pers.
- Fikawati, S. (2017). *Gizi Anak dan Remaja* (1st ed.). Depok: Rajawali Pers.
- Gurning, F. P. (2018). *Dasar Administrasi & Kebijakan Kesehatan Masyarakat* (M. Y. Pratama, ed.). Yogyakarta: K-Media.
- Herman sulaiman, pengetahuan penanganan bahan makanan dan permasalahannya, (Jakarta: Kementerian pendidikan dan kebudayaan, 2013).
- Kemenkes RI. (2018a). *Buletin Stunting*. Kementerian Kesehatan RI, 1, 2.
- Kemenkes RI. (2018b). *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Kementerian.
- Kesehatan RI. Sekretariat Jenderal. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun*, p. 248.<https://doi.org/351.077> Ind r.
- Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. (2017). *Buku saku desa dalam penanganan stunting*. Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting, 2–13.
- Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Buletin Jendela. ISSN 2088 - 270 X.
- Keputusan Bupati Humbang Hasundutan Nomor 119 Tahun 2021 tentang Penetapan Lokasi Fokus Prioritas Pencegahan dan Penanganan Stunting Terintegrasi Tahun 2021 dan tahun 2022;
- Keputusan Bupati Humbang Hasundutan Nomor 40 Tahun 2022 tentang Tim Percepatan Penurunan Stunting Kabupaten Humbang Hasundutan;
- Keputusan Bupati Humbang Hasundutan Nomor 119 tahun 2022 tentang Penetapan Lokasi Fokus Prioritas Pencegahan dan Penanganan Stunting Terintegrasi Tahun 2023.
- Peraturan Bupati Humbang Hasundutan Nomor 3 Tahun 2021 tentang Konvergensi Percepatan Pencegahan dan Penurunan Stunting di Kabupaten Humbang Hasundutan;
- Kominfo.go.id. *Indonesia Cegah Stunting, Antisipasi Generasi Stunting Guna Mencapai Indonesia Emas 2045*. 17 Februari 2021 [Diakses 12 Februari 2024]. diakses dari <https://www.kominfo.go.id/content/detail/32898/indonesia-cegah->

stunting-antisipasi-generasi-  
 stunting-guna-mencapai-  
 indonesia- emas-  
 2045/0/artikel\_gpr

Global Nutrition Report. Action and Accountability to Accelerate The World's Progress On Nutrition. Washington DC: International Food Policy Research Institute;2014  
 Siwi Setiyo, Satiti. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Gizi dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Kecamatan Jebres Surakarta;2011.

*World Health Organization* (WHO). [www.who.int](http://www.who.int).

Retno Indriati dan Murdijati Gardijati, Pendidikan Konsumsi Pangan Aspek Pengolahan dan Keamanan, (Jakarta: KENCANA PRENADAMEDIA GROUP, 2014), 2  
[https://id.wikipedia.org/wiki/Pengolahan\\_makanan](https://id.wikipedia.org/wiki/Pengolahan_makanan) Diakses pada tanggal 9 Agustus 2017 pada pukul 06.00 WIB

Zulfiana Fitrianingrum Annas, dkk (2022). NUGGET TAHU SEBAGAI MAKANAN TAMBAHAN DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA PIJOT UTARA Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara <https://proceeding.unram.ac>

**DOKUMENTASI KEGIATAN**

