

## HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG ASUPAN GIZI 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DENGAN TUMBUH KEMBANG ANAK

Halimah Tusya Diah Harahap<sup>1</sup>, Rani Darma Sakti Tanjung<sup>2</sup>,  
Fitriyani Nasution<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Institut Teknologi dan Kesehatan Ika Bina  
Email: halimah.tusyadiyah1987@yahoo.com

### ABSTRACT

*The first thousand days of life is a golden period or what is known as Golden Age for a child to grow and develop optimally. Brain growth is very rapid during this period, which can determine the quality of life of children in the future. Nutritional behavior is very important because it is a direct cause of nutritional problems in Indonesia. However, any interruption during this period will impact the continuity of life and development of children. To find out the relation of a mother's behavior about 1000 days of the first life with the nutritional status of a toddler at the Sigambal Health Center, Rantau Selatan District, Labuhanbatu Regency. This research is an analytic survey with a cross-sectional approach. The study's population was all mothers with children aged 0-24 months, totaling 40 people. The sampling technique in this study used the total population technique. After the statistical test (Chi-Square) was carried out, it was found that there was a relationship between the mother's knowledge and a value of  $p = 0.010$  ( $p < 0.05$ ) and there was a relationship between the mother's attitude and a value of  $p = 0.011$  ( $p < 0.05$ ) about the first 1000 days of life and the growth and development of children at the Puskesmas. Sigambal. Exist The relationship between mother's knowledge and attitudes about the first 1000 days of life with child growth and development at the Sigambal Health Center, Rantau Selatan District, Labuhanbatu Regency. nutritional status.*

**Keywords:** *first, 1000 days of life, child development*

### PENDAHULUAN

Pertumbuhan terkait dengan masalah perubahan ukuran dan besar, kuantitas atau dimensi pada tingkat sel, organ, atau individu. Perkembangan lebih berfokus pada perubahan bentuk atau fungsi. Pematangan organ atau individu, termasuk perubahan dalam kehidupan sosial atau emosional akibat pengaruh lingkungan (Wahyuni, 2018). Dampak tumbuh kembang yang dialami anak dapat bersifat sementara seperti perkembangan otak, pertumbuhan massa

tubuh dan komposisi badan, metabolisme glukosa, lipid, protein, hormon/ reseptor/gen. Sedangkan dampak jangka panjang yaitu kognitif dan prestasi belajar, kekebalan, kapasitas kerja, berbagai penyakit degeneratif, dimana gangguan tersebut bersifat permanen dan sulit untuk diperbaiki setelah anak berumur 2 tahun (Dhirah et al., 2020).

Gizi yang berkualitas menjadi kunci untuk kelangsungan hidup, kesehatan, dan pertumbuhan anak. Anak-anak yang bergizi baik dapat tumbuh dan belajar

untuk berkontribusi dan bermanfaat bagi masyarakat dan untuk dapat bertahan di saat ini untuk menghadapi tantangan yang disebabkan oleh penyakit, bencana alam dan krisis lainnya. Secara global gizi anak juga penting di Indonesia dan merupakan bagian darinya komitmen *Sustainable Development Goals* (SDGs) pemerintah terhadap masalah gizi, seperti berat badan lahir rendah dan menurun (United Nations Children's Fund [UNICEF], 2020).

Gizi buruk pada balita berdasarkan indeks berat badan menurut umur (BB/U) termasuk dalam kategori berat badan sangat kurang dan berat badan kurang. Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2018 menemukan bahwa angka balita berat badan rendah (baduta) usia 0-23 bulan di Indonesia sebesar 3,8%, sedangkan angka gizi kurang sebesar 11,4%. Proporsi yang sangat kurus adalah 3,9%, sedangkan proporsi yang kurus adalah 13,8% di antara anak usia 0-59 bulan (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Prevalensi balita kekurangan gizi menurut provinsi di Indonesia (PSG), pada usia (0-23 bulan) di Sumatera Utara tahun 2016 (11,49%), tahun 2017 (16,00), dan tahun 2018 (18,70%) (Badan Pusat Statistik, 2021).

Seribu hari dimulai sejak bayi dalam kandungan hingga ulang tahun kedua

anak. Kehamilan 270 hari ditambah tahun pertama 365 hari dan tahun kedua 365 hari sama dengan 1000 hari. Seribu hari ini menjadi kesempatan emas untuk membesarkan anak-anak yang sehat dan cerdas di kemudian hari (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2015). Pengetahuan gizi ibu berkontribusi pada status gizi anak. Sementara itu, siklus 1000 HPK meliputi kecukupan asupan ibu hamil, status kesehatan ibu hamil, tindak lanjut kehamilan ANC, sedangkan fase bayi 0-24 bulan meliputi ASI eksklusif, berat badan lahir, imunisasi dan makanan pendamping ASI.

Dalam rangka menerapkan pola makan seimbang, setiap keluarga harus mampu mengidentifikasi, mencegah dan mengatasi masalah gizi setiap anggota keluarga (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Malnutrisi menyebabkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan anak-anak, yang dapat berlanjut hingga dewasa jika tidak ditangani tepat waktu. Ibu hamil, ibu menyusui, bayi baru lahir dan anak di bawah usia dua tahun (Baduta) merupakan kelompok sasaran untuk meningkatkan kualitas hidup pada 1000 hari pertama umat manusia. Efeknya tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik, tetapi juga perkembangan mental dan kecerdasan, yang tercermin dari ukuran fisik yang tidak optimal dan tidak

kompetitifnya pekerjaan di masa dewasa, yang mengakibatkan rendahnya produktivitas ekonomi.

Pemahaman ibu dalam menjalankan 1000 HPK ini wajib, karena berpengaruh terhadap status gizi balita, terutama balita di bawah usia 2 tahun. Mengingat pentingnya 1000 HPK, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan pengetahuan ibu tentang asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan dengan tumbuh kembang anak.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang asupan gizi 1000 HPK dengan tumbuh kembang anak di Puskesmas Sigambal Kecamatan Rantau Selatan Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2022.

Populasi adalah ibu yang mempunyai anak usia 0-24 bulan sejumlah 40 responden. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* dengan jenis *simple random sampling*. Sampel dalam penelitian sebanyak 36 orang. Kriteria inklusi meliputi: ibu yang bersedia menjadi responden, ibu yang mempunyai anak usia 0-24 bulan, ibu dengan anak usia 0-24 bulan, ibu yang kooperatif. Kriteria eksklusi meliputi: ibu yang tidak

kooperatif, ibu dengan anak usia 0-24 bulan dalam keadaan sakit, ibu yang mempunyai gangguan psikologis.

Metode pengumpulan data meliputi data primer dan sekunder. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner mengenai pengetahuan ibu tentang asupan gizi 1000 HPK dengan tumbuh kembang anak. Analisis data univariat dilakukan terhadap variabel independen. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang asupan gizi 1000 HPK dengan tumbuh kembang anak. Uji statistik yang digunakan adalah *Spearman Rank* dengan  $p\ value < \alpha (0,05)$ .

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Hasil penelitian sebagai berikut:

### **Analisis Univariat**

### **Karakteristik Responden**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi**

<b>Karakteristik Responden</b>		
<b>Karakteristik</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>		
17-25 tahun	13	36,1
26-35 tahun	23	63,9
<b>Pendidikan</b>		
Dasar	7	19,4
Menengah	24	66,7
Perguruan Tinggi	5	13,9
<b>Pekerjaan</b>		
PNS	3	8,3
Karyawan Swasta	7	19,4
IRT	18	50,0
Petani	8	22,3

Pada Tabel 1 dari 36 responden ibu dapat diketahui, berdasarkan umur sebagian responden berumur 26-35 tahun yaitu sebanyak 23 responden (63,9%) dan 17-25 tahun sebanyak 13 responden (36,1). Berdasarkan pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah yaitu sebanyak 24 responden (66,7%), dasar sebanyak 7 responden

(19,4%) dan perguruan tinggi 5 responden (13,9%). Berdasarkan pekerjaan sebagian besar responden IRT sebanyak 18 responden (50,0%), petani sebanyak 8 responden (22,3%), karyawan swasta sebanyak 7 responden (19,4%) dan PNS sebanyak 3 responden (8,3%).

### Tingkat Pengetahuan Ibu Terhadap Asupan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Terhadap Asupan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan**

Pengetahuan Ibu	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	10	27,8
Kurang Baik	26	72,2
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 36 responden terdapat 10 responden (27,8%) memiliki pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama

kehidupan baik dan 26 responden (72,2%) memiliki pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan kurang baik.

### Tumbuh Kembang Anak

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tumbuh Kembang Anak**

Tumbuh Kembang Anak	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Gizi Baik	12	33,3
Gizi Kurang	24	66,7
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa dari 36 responden terdapat 12 responden (33,3%) memiliki tumbuh kembang anak dengan gizi baik dan 24 responden (66,7%) memiliki tumbuh kembang anak dengan gizi kurang.

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat melihat hubungan antara variabel (pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan) dengan tumbuh kembang anak. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Terhadap Asupan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Tumbuh Kembang Anak**

**Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Terhadap Asupan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Tumbuh Kembang Anak**

Pengetahuan Ibu	Tumbuh Kembang Anak						<i>p-value</i>
	Gizi Baik		Gizi Kurang		Total		
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	N	%	
Baik	10	83,3	2	16,7	12	100	0,000
Kurang Baik	2	8,3	22	91,7	24	100	
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>33,3</b>	<b>24</b>	<b>66,7</b>	<b>36</b>	<b>100</b>	

Pada Tabel 4 diketahui dari 12 responden sebanyak 10 responden (83,3%) memiliki tumbuh kembang anak baik dan 2 responden (16,7%) memiliki tumbuh kembang anak kurang. Sebanyak 24 responden yang memiliki pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan kurang baik sebanyak 2 responden (8,3%) memiliki tumbuh kembang anak baik dan 22 responden (91,7%) memiliki tumbuh kembang anak kurang. Berdasarkan uji statistik *fisher exact test* (nilai variable frekuensi terdapat kurang dari 5) diperoleh nilai *p-value*  $0.000 < 0.05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan tingkat pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan dengan tumbuh kembang anak.

**Pembahasan**

**Pengetahuan Ibu Terhadap Asupan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan**

Berdasarkan data dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama

kehidupan kurang baik berjumlah 72,2%. Pengetahuan ibu hamil tentang gizi 1000 hari pertama kehidupan dapat diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai sumber, misalnya seperti media masa, media elektronik, media cetak, keluarga, teman dan orang-orang disekitar. Pengetahuan ini dapat membentuk keyakinan tertentu sehingga seseorang berperilaku sesuai dengan keyakinan tersebut. 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.

Terkait dengan konsumsi makanan diet yang tepat dan seimbang. Tingkat pemenuhan makanan dan cara konsumsi dan faktor yang mempengaruhi pola makan secara ekonomi, sosial dan budaya. Keluarga dengan kecenderungan ekonomi yang rendah akan memilih makanan berkualitas rendah bahkan

dengan harga murah. Pola makanan yang buruk adalah faktor risiko utama masalah kesehatan di dunia (UNICEF, 2019)

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk tindakan seseorang karena perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lama daripada yang tidak didasari oleh pengetahuan. Banyak faktor yang berpengaruh pada pengetahuan ibu, yaitu umur, pendidikan, serta pekerjaan. Hal pertama yang dapat mempengaruhi pengetahuan responden yaitu umur (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan data hasil penelitian yang didapatkan responden 63,9% berumur antara 26-35 tahun. Semakin cukup umur seseorang, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Sedangkan tingkat pendidikan responden juga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 66,7% memiliki pendidikan SMA. Pendidikan seseorang akan mempengaruhi pengetahuan karena didalam proses pendidikan terdapat proses belajar terhadap sesuatu hal. Pengetahuan yang baik juga ada pengaruhnya terhadap pendidikan seseorang. Begitu juga dengan pekerjaan, bahwa sebagian besar responden 50% menjadi ibu rumah tangga. Hal ini sesuai dengan pernyataan Notoatmodjo (2012),

yaitu penghasilan tidak berpengaruh langsung terhadap pengetahuan seseorang, namun bila seseorang berpenghasilan cukup besar, maka dia akan mampu untuk menyediakan atau membeli fasilitas sumber informasi.

Penelitian Dhirah et al. (2020) mendapatkan adanya korelasi antara pengetahuan dan sikap ibu dengan status gizi balita pada 1000 hari pertama kehidupan. Penelitian Mubasyiroh dan Aya (2018) menyatakan bahwa perilaku ibu berhubungan dengan status gizi bayi selama 1000 hari kehidupan anak. Perlunya peningkatan asuhan gizi dan pemantauan keadaan gizi balita di setiap posyandu untuk mengendalikan tumbuh kembang balita.

Masalah gizi selama kehamilan dan menyusui terkait dengan status gizi ibu mempengaruhi kesehatan bayi baru lahir, anak usia 2 tahun dan remaja putri di masa depan, dan kebutuhan yang tidak terpenuhi tetap ada selama periode ini (Sasube & Luntungan, 2017). Kandungan nutrisi yang optimal selama awal kehidupan memberikan kesempatan kepada anak hidup lebih sehat, produktif, dan risiko yang lebih rendah untuk menderita penyakit degeneratif.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan masih kurang akan tumbuh kembang anak.

Pengetahuan yang kurang ini kemungkinan dapat disebabkan ibu belum memperoleh informasi yang cukup tentang 1000 hari pertama kehidupan dan tumbuh kembang anak yang di berikan oleh para petugas kesehatan di Posyandu.

### **Tumbuh Kembang Anak**

Berdasarkan data diketahui bahwa tumbuh kembang anak sebagian besar memiliki tumbuh kembang anak dengan gizi kurang 66,7% (berat badan menurut tinggi badan). Penyebab gizi buruk pada anak dapat dilihat melalui beberapa faktor diantaranya penyebab langsung dan penyebab tidak langsung. Faktor penyebab langsung adalah pola makan dan penyakit menular yang dapat diderita anak. Penyebab tidak langsung meliputi ketahanan pangan keluarga, pola asuh, pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan. Kebersihan merupakan perilaku yang dipelajari dalam kehidupan manusia untuk mencegah penyakit yang disebabkan oleh pengaruh lingkungan dan menciptakan kondisi lingkungan untuk menjaga kesehatan (Rahayu et al., 2018).

Peningkatan massa jaringan menggambarkan status gizi dalam kaitannya dengan saat ini atau waktu pengukuran. Contoh massa jaringan adalah berat badan, lingkaran lengan atas

(LILA) dan ketebalan lemak subkutan. Ukuran yang luar biasa rendah atau kecil menunjukkan malnutrisi. Energi dan protein menderita pada saat pengukuran. Ukuran massa jaringan yang paling umum digunakan adalah berat badan tubuh (Supriasa, 2013).

Penelitian Rukmasari et al. (2022) menyatakan sebelum penyuluhan kesehatan, sebagian besar orang tua tidak memahami pentingnya stimulasi, deteksi dan intervensi dini dalam tumbuh kembang anak, dan setelah penyuluhan kesehatan, hampir 80 persen peserta memahami pentingnya deteksi dini tumbuh kembang anak. dan pengembangan. Penelitian Ismiati dan Maulida (2018), menyatakan ada hubungan antara status gizi dengan tumbuh kembang anak, termasuk perkembangan kognitif dan bahasa.

Berdasarkan asumsi peneliti, pengetahuan orang tua dapat membantu meningkatkan status gizi anak untuk mencapai kematangan tumbuh kembang. Pengetahuan yang kurang, pemahaman yang kurang baik tentang kebiasaan makan yang baik dan pemahaman yang kurang menentukan sikap dan perilaku ibu dalam memberikan makanan kepada anaknya, termasuk jenis dan jumlah yang tepat, untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

Pemberian makan dengan cara yang sehat, memberikan makanan bergizi dan mengontrol porsi makan meningkatkan status gizi anak. Makanan yang baik untuk bayi dan balita harus sesuai dengan kebutuhan energinya sesuai dengan usianya, menu yang seimbang dan bahan makanan yang tersedia, kebiasaan dan selera makan anak, bentuk dan porsi makanan yang sesuai dengan kondisi anak, serta kebersihan fisik dan lingkungan.

#### **Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Terhadap Asupan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Tumbuh Kembang Anak**

Berdasarkan hasil uji statistik *Fisher exact test* (nilai variable frekuensi terdapat kurang dari 5) diperoleh nilai *p-value*  $0.000 < 0.05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan tingkat pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan dengan tumbuh kembang anak. Data dari 12 responden yang memiliki pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan baik sebanyak 83.3% memiliki tumbuh kembang anak baik dan 16.7% memiliki tumbuh kembang anak kurang. Sebanyak 24 responden yang memiliki pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan kurang baik sebanyak 8,3% memiliki

tumbuh kembang anak baik dan 91,7% memiliki tumbuh kembang anak kurang.

Menurut penelitian Nazihah (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang 1000 HPK, pola asuh dan kebiasaan makan anak usia 36 sampai 59 bulan. Penelitian Wahyuni et al. (2022) menyatakan ada hubungan pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang dengan status gizi pada balita usia 24-35 bulan.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi status gizi anak yaitu ketersediaan pangan di tingkat keluarga sangat tergantung pada cukup tidaknya konsumsi pangan setiap anggota keluarga untuk mencapai gizi yang baik dan hidup sehat. Pendidikan keluarga, model pendidikan yang diberikan orang tua kepada anaknya, karena setiap anak membutuhkan perhatian, kasih sayang yang mempengaruhi mental, jasmani dan rohani. Tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh pelayanan kesehatan dasar, pemantauan tumbuh kembang, dan asuhan lanjutan berupa penyuluhan terutama oleh tenaga medis. Sosial ekonomi dengan banyak anak kurang gizi karena orang tua kurang memahami pentingnya gizi seimbang bagi anak, biasanya karena faktor pendidikan orang tua yang rendah dan faktor kemiskinan. (Puspitasari, 2017).

Menurut asumsi peneliti bahwa pengetahuan ibu berpengaruh pada tumbuh kembang anak (0-24 bulan). Kebutuhan energi anak lebih besar dibandingkan dengan orang dewasa, sebab pada usia tersebut pertumbuhannya masih sangat pesat. Kecukupannya akan semakin menurun seiring dengan bertambahnya usia. Harus ada keseimbangan antara asupan dan konsumsi zat gizi untuk mencapai status gizi yang baik. Status gizi anak dapat dipantau dengan cara menimbang anak setiap bulan dan dibandingkan dengan kartu sehat (KMS). Pengetahuan orang tua dapat membantu memperbaiki status gizi pada anak untuk mencapai kematangan pertumbuhan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan di Puskesmas Sigambal mayoritas pengetahuan kurang baik.
2. Tumbuh kembang anak di Puskesmas Sigambal paling mayoritas memiliki tumbuh kembang anak dengan gizi kurang.
3. Terdapat hubungan tingkat pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan dengan tumbuh kembang anak di Puskesmas

Sigambal dengan nilai *p-value*  $0.000 < 0.05$ .

### Saran

Diharapkan petugas kesehatan bekerja sama dengan kader posyandu untuk rutin memberikan penyuluhan tentang tumbuh kembang anak pada 1000 hari pertama kehidupan. Penelitian dapat menjadi sumber informasi dan kajian pustaka mengenai pengetahuan ibu terhadap asupan gizi anak. Diharapkan kepada peneliti lain dapat mengembangkan lagi mengenai pengetahuan ibu terhadap asupan gizi 1000 hari pertama kehidupan dengan tumbuh kembang anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2021). *Badan Pusat Statistik*. <https://www.bps.go.id/indicator/30/1777/1/prevalensi-balita-kekurangan-gizi-menurut-provinsi-di-indonesia-psg-.html>
- Dhirah, U. H., Rosdiana, E., Anwar, C., & Marniati, M. (2020). Hubungan perilaku ibu tentang 1000 hari pertama kehidupan dengan status gizi baduta di Gampong Mibo Kecamatan Banda Raya Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1). <https://doi.org/10.33143/jhtm.v6i1.872>
- Ismiati, I., & Maulida, S. M. (2018). Hubungan status gizi dengan tumbuh kembang anak usia pra sekolah di Tk Albina Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 4(2). <https://doi.org/10.33143/jhtm.v4i2.993>

- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In *Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2015). *Seribu Hari Pertama*. Resourceful Parenting Indonesia.
- Mubasyiroh, L., & Aya, Z. C. (2018). Hubungan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi pada anak 1000 hari pertama kehidupan/ golden period dengan status gizi balita di Desa Sitanggal Kecamatan Larangan Kabupaten Brebes Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 9(1).  
<https://doi.org/10.34305/jikbh.v9i1.58>
- Nazihah, A. (2021). Hubungan pengetahuan ibu tentang 1000 HPK, pola asuh, pola makan dengan status gizi usia 36-59 bulan. *ARGIPA*, 6(2), 152–162.
- Notoatmodjo, S. (2012). Pendidikan dan perilaku kesehatan. In *Rineka Cipta: Jakarta*. Rineka Cipta.
- Puspitasari, A. G. (2017). *Hubungan pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang anak dengan status gizi anak usia 1-3 tahun (toddler) di Posyandu desa Ngliliran Kecamatan Panekan Kabupaten Magetan* (Vol. 2, Issue 1).
- Rahayu, A., Rahman, F., Marlinae, L., Husaini, Meitria, Yulidasari, F., Rosadi, D., & Laily, N. (2018). Buku ajar gizi 1000 hari pertama kehidupan. In *Penerbit CV Mine*. CV Mine.
- Rukmasari, E. A., Sumarni, N., R, G. G., & Kosim, K. (2022). Peran orang tua dalam deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang pada anak usia balita di RT 04 RW 01 Desa Jayaraga Kecamatan Tarogong Kidul – Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(2).  
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i2.5512>
- Sasube, L. M., & Luntungan, A. H. (2017). Asupan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan. *J. Ilmu Dan Teknologi Pangan*, 5(2).
- Supariasa. (2013). *Penilaian status gizi*. EGC.
- UNICEF. (2019). The state of the world's children 2019: Children, food and nutrition. In *Unicef*. United Nations Children's Fund (UNICEF).
- United Nations Children's Fund. (2020). *Situasi anak di 2020 Indonesia*. UNICEF Indonesia.
- Wahyuni, C. (2018). *Panduan lengkap tumbuh kembang anak usia 0-5 tahun*. STRADA PRESS.
- Wahyuni, S., Wahyuningsih, A., & Hartati, L. (2022). Hubungan pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang dengan status gizi pada balita usia 24-35 bulan di desa Manjung Ngawen, Klaten. *INVOLUSI Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(2).  
<https://ejournal.stikesmukla.ac.id/index.php/involusi/article/view/426/209>