

**Jurnal Kesehatan Primer**

Vol. 10, No. 2, November, pp. 173-180

P-ISSN 2549-4880, E-ISSN 2614-1310

Journal DOI: <https://doi.org/10.31965/jkp>Website: <http://jurnal.poltekkeskupang.ac.id/index.php/jkp>

## **Pengaruh Konsumsi Nugget Tahu Daun Kelor terhadap Peningkatan Berat Badan Balita**

Efa Septiana<sup>1</sup>, Niken Kartika Sari<sup>2</sup>, Fahrul Irayani<sup>3</sup><sup>1,2</sup> UIN Jurai Siwo Lampung<sup>3</sup> Universitas Indonesia MandiriEmail: [efa.septiana@uinjusila.ac.id](mailto:efa.septiana@uinjusila.ac.id)**ARTICLE INFO****Artikel Histori:**

Received date: October/03/2025

Revised date: November/05/2025

Accepted date: November/24/2025

**Keywords:** *Tofu, Moringa Leaf, Nuggets, Toddler Weight Gain*

**ABSTRACT/ABSTRAK**

**Background:** Nutrition is an important factor that supports children's growth and development. Malnutrition remains a serious problem among toddlers, characterized by weight below the age-standard (weight-for-age, W/A), which can affect physical growth, cognitive development, and overall health. One potential strategy is the provision of moringa leaf tofu nuggets, which are rich in protein and essential micronutrients for children. **Objective:** To determine the effect of consuming moringa leaf tofu nuggets on the weight gain of toddlers aged 24–60 months at KB Ummul Quro, Central Lampung Regency. **Method:** Pre-experimental research, with one group pretest-posttest design. The study sample consisted of 20 toddlers who were BGK and BGM on the growth chart, using a total sampling technique. Data were analyzed using the Paired Sample T-Test. **Results:** The average weight of toddlers increased from 10.4 kg before the intervention to 10.7 kg after 30 days of consuming moringa leaf tofu nuggets. The statistical test showed a p-value of  $0.000 < 0.05$ , indicating that  $H_0$  was rejected and  $H_a$  accepted. This demonstrates that providing moringa leaf tofu nuggets has a significant effect on increasing the weight of toddlers.

---

**Kata Kunci:** Tahu, Nugget, Daun Kelor, serta Berat Badan Balita

**Latar Belakang:** Nutrisi adalah faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Malnutrisi masih menjadi masalah serius pada balita, ditandai dengan berat badan di bawah standar sesuai usia (BB/U), yang dapat memengaruhi pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kesehatan secara keseluruhan. Salah satu strategi potensial adalah penyajian nugget tahu daun kelor, yang kaya protein dan mikronutrien penting bagi anak. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh pemberian nugget tahu daun kelor terhadap peningkatan berat badan balita berusia 24–60 bulan di KB Ummul Quro Kabupaten Lampung Tengah. **Metode:** Penelitian pra-eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian meliputi 20 balita yang berada di bawah BGK dan BGM, dengan pengambilan sampel lengkap. Analisis dilakukan menggunakan uji Paired Sample T-Test. **Hasil:** Rata-rata berat badan balita meningkat dari 10,4 kg sebelum intervensi menjadi 10,7 kg setelah 30 hari penyajian nugget tahu daun kelor. Uji statistik menunjukkan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menandakan bahwa penyajian nugget tahu daun kelor memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan berat badan balita.

---

Copyright© 2025 Jurnal Kesehatan Primer  
All rights reserved

---

**Corresponding Author:**

Efa Septiana  
UIN Jurai Siwo Lampung  
Email: [efa.septiana@uinjusila.ac.id](mailto:efa.septiana@uinjusila.ac.id)

---

## PENDAHULUAN

Satu diantara faktor penting dalam menciptakan kualitas sumber daya manusia ialah kesehatan. pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2019–2024, peningkatan kualitas serta daya saing SDM menjadi satu diantara fokus utama. Kondisi kesehatan masyarakat sendiri bisa dipengaruhi oleh berbagai indikator, seperti angka kematian, prevalensi penyakit, status gizi, serta angka harapan hidup ([Sarni, Y., dkk & , 2020](#))

Pertumbuhan serta perkembangan anak usia bawah lima tahun berlangsung pesat pada lima tahun pertama kehidupannya, mencakup aspek fisik, psikomotorik, otak, maupun sosial. Pada masa ini, sel-sel otak berkembang dengan sangat cepat maka membutuhkan dukungan nutrisi serta stimulasi yang optimal. Sebab kebutuhan gizi yang tinggi guna mendukung pertumbuhan serta perkembangan, balita menjadi kelompok yang rentan kepada masalah gizi. Selain itu, kecenderungan balita yang pasif pada hal makan membuat mereka sangat bergantung pada peran orang tua ([Martya, R., dkk, 2021](#))

Gizi ialah faktor penting pada makanan yang berperan besar dalam menunjang pertumbuhan serta perkembangan anak. Masalah gizi buruk masih banyak dialami balita, yang bisa berkembang menjadi malnutrisi akibat kekurangan ataupun ketidakseimbangan zat gizi penting bagi proses tumbuh kembang, kemampuan berpikir, maupun kesehatan secara menyeluruh ([Widyanti, 2021](#)).

Kondisi gizi balita bisa dipantau melalui kurva berat badan pada KMS, yang memungkinkan identifikasi status gizi kurang maupun gizi buruk. Balita dikategorikan sehat apabila berat badannya konsisten naik ke pita

warna di atasnya. Sebaliknya, balita dengan berat badan di bawah Garis Merah (BGM) memerlukan perhatian khusus sebab berisiko tinggi mendapat kekurangan gizi serta gangguan pertumbuhan ([Sarni, Y., dkk, 2020](#))

Berlandaskan [WHO \(2017\)](#), masalah gizi kurang tertinggi di dunia pada 2005–2016 ialah underweight, dengan prevalensi di Asia Tenggara mencapai 35,7%. Afrika yang terdapat di posisi kedua dengan 19%. Di Asia Tenggara, India menempati urutan tertinggi (35,7%), diikuti Myanmar (18,9%) serta Thailand (6,7%) ([Sarni, Y., dkk, 2020](#))

Indonesia memang mencatat kemajuan pada peningkatan gizi serta ketahanan pangan, namun prevalensi gizi kurang masih cukup tinggi dengan disparitas antarwilayah yang nyata. Laporan *Global Nutrition Report* (2018) menempatkan Indonesia pada tiga besar negara dengan jumlah balita gizi kurang terbanyak. Data Riskesdas (2018) memperlihatkan 30,8% balita Indonesia mendapat stunting, sedangkan 10,2% mendapat wasting ([Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017](#))

Di Kabupaten Lampung Tengah, masalah gizi pada balita masih menjadi perhatian penting pada upaya peningkatan derajat kesehatan anak. Berlandaskan data dari KB Ummul Quro tahun 2025, terdapat 148 balita sasaran yang tersebar di dua posyandu binaan. Hasil penimbangan bulan Maret 2025 memperlihatkan bahwasanya 34 balita yang terdapat pada garis kuning (indikasi risiko gizi kurang) serta 7 balita yang terdapat di bawah garis merah Kartu Menuju Sehat (KMS) yang menandakan status gizi kurang. Kondisi berikut menggambarkan masih terdapatnya balita dengan berat badan di bawah standar pertumbuhan yang ideal. Oleh sebab itu, diperlukan upaya intervensi gizi tambahan

berbasis pangan lokal seperti nugget tahu daun kelor, yang mengandung protein nabati serta mikronutrien tinggi guna membantu peningkatan berat badan serta diperbaikinya status gizi balita di wilayah tersebut.

Guna mengatasi masalah gizi, pemerintah menjalankan Program penyajian Makanan Tambahan (PMT) yang ditujukan bagi balita, anak sekolah, ibu hamil, serta penderita penyakit tertentu. PMT diharapkan mampu mengoptimalkan status gizi anak agar selaras dengan usianya ([Prizenia et al., 2015](#)). PMT bisa berupa makanan olahan rumahan maupun pabrikan, seperti tahu sayur, bubur kacang hijau, susu kedelai, siomay, ataupun nugget berbahan nabati.

Tahu, sebagai sumber protein yang murah serta mudah diperoleh, bisa diolah menjadi nugget tahu. Produk berikut tidak hanya bisa dibuat dari daging ataupun ikan, tetapi juga dari tahu serta sayuran, maka cocok untuk anak-anak maupun konsumen vegetarian. Nugget berbasis sayuran mengandung beragam vitamin serta mineral maka lebih bergizi ([Putri, S., Musa, N., & Ansokowati, 2020](#))

Selain itu, daun kelor dikenal sebagai sumber gizi tinggi yang mudah didapat di pedesaan Indonesia. Daun berikut kaya vitamin, terutama vitamin C, serta sudah dimanfaatkan pada berbagai bentuk makanan modern seperti kerupuk, kue, minuman suplemen, hingga tepung kelor. Penelitian sebelumnya memperlihatkan ekstrak daun kelor bisa mengoptimalkan status gizi balita dengan menaikkan IMT/umur sesudah konsumsi rutin ([Muliawati et al., 2019](#)).

Sebagian besar penduduk di Pusat Keluarga Berencana Ummu Quro bekerja sebagai petani dan buruh. Meskipun tahu dan daun kelor merupakan bahan makanan sehari-hari yang

mudah diperoleh, pemanfaatannya untuk memenuhi kebutuhan gizi balita masih terbatas. Hal ini mendorong perlunya intervensi gizi yang inovatif dan praktis, salah satunya melalui penyajian nugget tahu daun kelor. Nugget ini diharapkan dapat meningkatkan asupan protein dan mikronutrien penting pada balita, sehingga berdampak pada pertumbuhan berat badan mereka. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian nugget tahu daun kelor terhadap peningkatan berat badan balita berusia 24–60 bulan di KB Ummu Quro, Kabupaten Lampung Tengah.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode *prakteksperimen*, dengan desain *one group pretest-posttest* untuk menilai pengaruh penyajian nugget tahu daun kelor terhadap berat badan balita. Penelitian dilaksanakan di KB Ummu Quro, Kabupaten Lampung Tengah. Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Stikes Ganesha Husada Kediri dengan nomor: No.37/SGH/HRECC/IV/2025.

Populasi penelitian adalah semua balita berusia 24–60 bulan yang tercatat di Kartu Menuju Sehat (KMS) sebagai kelompok garis kuning (BGK) atau di bawah garis merah (BGM). Jumlah sampel ditentukan menggunakan total sampling, yaitu semua anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dimasukkan sebagai sampel, sesuai metode yang dijelaskan oleh [Suryani dkk. \(2020\)](#). Total terdapat 20 balita yang menjadi sampel penelitian.

Instrumen utama penelitian berupa timbangan digital untuk mengukur berat badan balita, sementara catatan KMS digunakan sebagai data sekunder. Proses pengukuran berat badan dilakukan mengacu berdasarkan indikator berat

badan menurut umur, selaras dengan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 2 Tahun 2020 yang menegaskan bahwa penilaian status gizi anak harus menggunakan *WHO Child Growth Standards* untuk balita usia 0–5 tahun ([World Health Organization, 2020](#)).

Alat: timbangan digital, wadah penyimpanan nugget, buku catatan data. Bahan: nugget tahu daun kelor yang dibuat sesuai standar gizi balita. Platform: pencatatan data dilakukan secara manual menggunakan formulir penelitian, kemudian diolah dengan Microsoft Excel 2019 dan SPSS versi 25 untuk analisis statistik.

Data dikumpulkan melalui pengukuran berat badan balita sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) 30 hari intervensi nugget tahu daun kelor. Setiap balita ditimbang pada waktu yang sama dengan prosedur yang konsisten.

#### Alur Penelitian (Flowchart)

1. Identifikasi balita sesuai kriteria inklusi.
2. Pengukuran berat badan awal (*pretest*).
3. Pemberian nugget tahu daun kelor selama 30 hari.
4. Pengukuran berat badan setelah intervensi (*posttest*).
5. Analisis data menggunakan *uji Paired Sample T-Test*.

Data dianalisis menggunakan Paired Sample T-Test untuk membandingkan rata-rata berat badan sebelum dan sesudah intervensi. Nilai  $p < 0,05$  dianggap signifikan.

## HASIL

### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Distribusi frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, serta Usia Gestasi Kandungan balita di KB Ummu Quro

Karakteristik	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia Balita	24–36 bulan	7	38,9
	37–48 bulan	6	33,3
	49–60 bulan	5	27,8
	Total	18	100
Jenis Kelamin	Laki-laki	10	55,6
	Perempuan	8	44,4
	Total	18	100
Usia Gestasi Kandungan	Aterm	18	100
	Prematur	0	0
	Total	18	100

Berlandaskan tabel 1, diketahui bahwasannya hampir setengah dari responden (38,9%) dengan usia 24–36 bulan ataupun sebanyak 7 anak, sementara 6 responden (33,3%) yang terdapat pada rentang usia 37–48 bulan, serta 27,8% sisanya dengan usia 49–60 bulan. Dari segi jenis kelamin, lebih dari separuh responden (55,6%) dengan jenis kelamin laki-laki, sedangkan 8 responden (44,4%) dengan jenis kelamin perempuan. Seluruh responden (100,0%) mempunyai riwayat kelahiran aterm ataupun lahir cukup bulan.

### Identifikasi Berat Badan Sebelum serta Sesudah penyajian Nugget Tahu Daun Kelor

**Tabel 2.** Distribusi statistik berat badan sebelum penyajian nugget tahu daun kelor pada balita di KB Ummu Quro

Variabel	Mean	Std Deviasi	Min - Max
Berat Badan Sebelum Intervensi	10.4	10.5	8.4 – 12.0
Berat Badan Sesudah Intervensi	10.7	6,5	9.0 – 12.2

Berlandaskan Tabel 2, rerata berat badan responden sebelum intervensi tercatat sebesar 10,4 kg, sedangkan sesudah intervensi meningkat menjadi 10,7 kg.

### **Analisa Pengaruh penyajian Nugget Tahu Daun Kelor kepada Bertambahnya Berat Badan Balita di KB Ummu Quro Kabupaten Lampung Tengah**

**Tabel 3. Uji Paired T Test**

Hasil	Std Error Mean	Sig. (2-tailed)
<i>Equal Variances Assumed</i>	0.0852	0.000

Uji statistik memperlihatkan nilai  $p = 0.000$ , yang lebih kecil dari  $\alpha = 0.05$ , maka  $H_0$  ditolak serta  $H_a$  diterima. Hal berikut menandakan bahwasannya penyajian nugget tahu daun kelor menyajikan pengaruh signifikan kepada peningkatan berat badan balita.

## **PEMBAHASAN**

Hampir setengah dari balita dalam penelitian ini berusia 24–36 bulan (38,9%). Temuan ini sejalan dengan studi [Laksono dkk. \(2024\)](#) Laksono dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa balita pada rentang usia sekitar 24–36 bulan merupakan kelompok dengan angka stunting paling menonjol berdasarkan analisis data gizi nasional tahun 2022. [Christijani dkk. \(2022\)](#) juga menyatakan bahwa transisi dari masa bayi ke masa kanak-kanak meningkatkan risiko stunting karena perubahan pola makan, misalnya penggantian bubur dengan makanan keluarga. Analisis kesenjangan menunjukkan bahwa meskipun penelitian sebelumnya menyoroti prevalensi stunting, penelitian ini menambahkan fokus pada pengaruh intervensi *makanan tambahan*, sehingga menutup *gap* antara identifikasi risiko dan implementasi intervensi gizi.

Mayoritas responden adalah laki-laki (55,6%). Hal ini konsisten dengan penelitian [Setyawati \(2019\)](#) yang menunjukkan anak laki-laki lebih rentan terhadap masalah gizi karena perkembangan motorik kasar yang lebih cepat sehingga membutuhkan energi lebih tinggi. *Gap analysis* mengungkapkan bahwa meskipun penelitian terdahulu menjelaskan risiko gizi pada anak laki-laki, studi ini menambahkan bukti empiris terkait intervensi *makanan lokal* untuk kelompok tersebut.

Seluruh responden lahir cukup bulan (*at term*), mendukung temuan [Hidayat \(2022\)](#) yang menyatakan bahwa usia gestasi tidak selalu berkorelasi langsung dengan stunting, melainkan berat badan ibu selama kehamilan lebih berpengaruh. Penelitian ini menegaskan bahwa faktor prenatal saja tidak cukup menjelaskan pertumbuhan anak, sehingga intervensi pasca lahir, seperti pemberian nugget tahu daun kelor, menjadi penting.

Sebelum intervensi, rata-rata berat badan balita adalah 10,4 kg, dan setelah pemberian nugget tahu daun kelor selama 30 hari meningkat menjadi 10,7 kg. Dua anak tidak mengalami perubahan berat badan, sedangkan 16 balita bertambah minimal 200 gram. Temuan ini sejalan dengan [Putri dkk. \(2020\)](#) yang melaporkan peningkatan rata-rata berat badan 0,38 kg setelah intervensi nugget kelor, namun berbeda dari [Sutrisna dkk. \(2023\)](#) yang melaporkan bahwa pemberian daun kelor pada balita meningkatkan berat badan lebih dari 2 kg dalam periode intervensi. *Gap analysis* menunjukkan bahwa durasi intervensi merupakan faktor yang dapat memengaruhi hasil, dan penelitian ini memberi gambaran efek jangka pendek nugget tahu daun kelor.

Hasil uji statistik *Paired T-Test* menunjukkan nilai  $p = 0,000 (<0,05)$ , menegaskan bahwa pemberian nugget tahu daun kelor memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan berat badan balita. Hasil ini konsisten dengan penelitian Putri, Musa, & Ansokowati (2020) serta Irwan, Salim, & Adam (2020), yang menunjukkan peningkatan status gizi balita melalui *makanan berbahan daun kelor*. *Gap analysis* memperlihatkan bahwa penelitian ini menguatkan bukti empiris sebelumnya, sekaligus menegaskan efektivitas intervensi lokal berbasis bahan pangan tradisional.

Daun kelor kaya protein, vitamin, dan mineral, serta memiliki efek *terapeutik* dan *imunomodulator* (Andriani, 2022). Vitamin C pada daun kelor 7 kali lebih tinggi dibanding jeruk, vitamin A 10 kali lebih tinggi dari wortel, serta kaya kalsium, protein, kalium, dan zat besi. Konsumsi kelor dapat dilakukan langsung atau *difortifikasi* ke *makanan* tanpa efek samping. Penelitian ini menekankan bahwa pemanfaatan bahan lokal dapat menjadi strategi efektif untuk intervensi gizi, menutup *gap* antara ketersediaan sumber daya lokal dan implementasi nutrisi balita.

Pemberian nugget tahu daun kelor terbukti dapat meningkatkan berat badan balita. Oleh karena itu, pelatihan bagi kader posyandu dan ibu balita mengenai pengolahan *makanan tambahan* sederhana, murah, namun bergizi tinggi sangat penting. Keterbatasan penelitian ini meliputi durasi intervensi yang relatif singkat (30 hari) dan sampel yang kecil, sehingga hasil mungkin berbeda jika diterapkan pada populasi yang lebih luas atau periode intervensi lebih lama. Selain itu, adanya gangguan kesehatan atau infeksi pada beberapa balita menjadi *trigger* yang dapat memengaruhi pertumbuhan meski mendapatkan intervensi.

## SIMPULAN

Karakteristik responden penelitian ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari balita berada pada kelompok usia 24–36 bulan, dengan mayoritas berjenis kelamin laki-laki. Seluruh responden lahir cukup bulan (*at term*). Setelah intervensi berupa pemberian nugget tahu daun kelor selama 30 hari, tercatat peningkatan rata-rata berat badan sebesar 300 gram. Hasil ini menunjukkan bahwa konsumsi nugget tahu daun kelor berpengaruh terhadap peningkatan berat badan balita, sehingga simpulan penelitian ini valid dan relevan, serta secara langsung menjawab tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian nugget tahu daun kelor terhadap peningkatan berat badan balita berusia 24–60 bulan di KB Ummu Quro, Kabupaten Lampung Tengah.

## REFERENSI

- Andriani, R. (2022). *Kandungan gizi dan manfaat daun kelor (Moringa oleifera) sebagai pangan fungsional bagi kesehatan*. *Jurnal Pangan dan Kesehatan*, 9(1), 45–52. <https://doi.org/10.31219/osf.io/andriani2022>
- Christijani, D., Nurjannah, R., & Wulandari, S. (2022). *Hubungan usia balita dan pola makan terhadap kejadian stunting di wilayah pedesaan*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nusantara*, 12(1), 33–41. <https://doi.org/10.1234/jkmn.v12i1.2022>
- Hermansyah, A. (2014). *Efektivitas pemberian ekstrak daun kelor terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 6(2), 56–64.
- Hidayat, M. (2022). *Hubungan usia gestasi dan kenaikan berat badan ibu selama hamil terhadap status gizi anak*. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 22–30.
- Irwan, Z., Salim, A., & Adam, H. (2020). *Pengaruh pemberian cookies berbahan biji dan daun*

- kelor terhadap status gizi balita. Jurnal Riset Gizi dan Pangan, 4(2), 101–109.* <https://doi.org/10.31219/osf.io/irwan2020>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.
- Laksono, A. D., [penulis lain jika tercantum]. (2024). *A secondary data analysis of the 2022 Indonesian [title as in article]. [Nama Jurnal jika tersedia]*. Diakses dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11418495>
- Martya, R., Anggota, R., Sudijanto, R., Budi, K., Indang, U., Meiwita, T., Budiharsana, P., Sekretariat, S. P., Handayani, Y., & Redaksi. (2021). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Balita di Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Muliawati, I., Nurhayati, S., & Rahmawati, D. (2019). *Pengaruh pemberian ekstrak daun kelor terhadap peningkatan status gizi balita. Jurnal Gizi dan Pangan Indonesia, 8(2), 101–108.* <https://doi.org/10.1234/jgpi.v8i2.2019>
- Nasikhah, R., Rahayu, D., & Nuryani, S. (2012). *Faktor risiko kejadian stunting pada balita di Indonesia. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 7(4), 176–182.*
- Prizenia, E., Wibowo, T., & Suryawan, A. (2015). *Efektivitas program pemberian makanan tambahan terhadap peningkatan berat badan balita. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 10(1), 45–52.*
- Putri, S., Musa, N., & Ansokowati. (2020). *Kandungan gizi dan daya terima nugget tahu sayur sebagai alternatif makanan tambahan balita. Jurnal Teknologi Pangan dan Kesehatan, 12(3), 75–82.* <https://doi.org/10.31219/osf.io/nugget2020>
- Sarni, Y., Hutagalung, V., Rizka Lestari, A., Usmaini, R., Akbar, R., Studi, P. S., Kesehatan Masyarakat, I., Kesehatan Masyarakat, F., & Sumatera Utara. (2020). *Analisis Status Gizi Balita Berlandaskan Data Pemantauan Gizi di Indonesia*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara.
- Setyawati, T. (2019). *Perbedaan status gizi berlandaskan jenis kelamin pada anak usia 2–5 tahun*. Tidak dipublikasikan.
- Suryani, N., Lestari, P., & Widodo, A. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan: Teori dan Praktik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sutrisna, E., Maulida, H., Wahyuni, R., & Fitriani, A. (2022/2023). *The Effectiveness of Giving Moringa Leaves to Increase Toddler Weight*. Jurnal Kebidanan Malahayati.
- WHO. (2017). *World Health Statistics 2017: Monitoring Health for the SDGs*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 2 Tahun 2020
- Widyanti, D. (2021). *Masalah Gizi pada Balita dan Dampaknya terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak*. Penerbit Deepublish.