MANUSKRIP

PENGARUH STIMULASI KOGNITIF DAN POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI BALITA

(Studi di Poskesdes Mlajah Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan)

Oleh :
SYAROFAH
NIM. 22153010044

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
UNIVERSITAS NOOR HUDA MUSTOFA
2026

PENGARUH STIMULASI KOGNITIF DAN POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI BALITA

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan Menjadi Sarjana Kebidanan

Oleh :
SYAROFAH
NIM: 22153010044

NHM
Universitas Noor Huda Mustofa

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
UNIVERSITAS NOOR HUDA MUSTOFA
2026

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH STIMULASI KOGNITIF DAN POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI BALITA

NASKAH PUBLIKASI

Oleh:

Syarofah

22153010044

NHM
Universitas Nahdlatul Ulama Mustofa

Bangkalan, 30 Juli 2026

Pembimbing

Bdn. Rila Rindi Antina, S,ST,M.AP,M.Kes
NIDN. 0718108902

PENGARUH STIMULASI KOGNITIF DAN POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI BALITA

Syarofah[1], Bdn. Rila Rindi Antina[2]
1) Mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
2) Dosen Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
Email : syarofahsuud966@gmail.com

ABSTRAK

Status gizi balita merupakan salah satu indikator penting dalam menilai pertumbuhan dan perkembangan anak. Status gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya stimulasi kognitif dan pola makan. Berdasarkan data Poskesdes Mlajah, masih ditemukan balita dengan status gizi kurang (1,2%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stimulasi kognitif dan pola makan terhadap status gizi balita di Ponkesdes Mlajah wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.

Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh balita usia 1–5 tahun di Poskesdes Mlajah Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan sebanyak 870 balita, dengan sampel sebanyak 110 responden yang dipilih menggunakan teknik proportional sampling. Data stimulasi kognitif dan pola makan dikumpulkan menggunakan kuesioner, sedangkan status gizi diukur menggunakan antropometri dan dianalisis berdasarkan Z-score BB/TB. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat signifikansi α = 0,05. Penelitian sudah dilakukan uji laik etik oleh KEPK Universitas Noor Huda Mustofa. Dengan No. etik: 3387/KEPK/UNIV-NHM/EC/V/2026

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki stimulasi kognitif baik sebanyak 79 (71,8%), pola makan baik sebanyak 75 (68,2%), dan status gizi baik sebanyak 78 (70,9%). Pada tabulasi silang, sebanyak 76 (96,2%) balita yang memperoleh stimulasi kognitif baik memiliki status gizi baik, sedangkan 72 (96,0%) balita dengan pola makan baik memiliki status gizi baik. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan bahwa stimulasi kognitif dan pola makan berpengaruh signifikan terhadap status gizi balita (p-value = 0,00; α = 0,05). Balita yang mendapatkan stimulasi kognitif dan pola makan yang baik cenderung memiliki status gizi yang baik.

Orang tua diharapkan dapat mempertahankan pemberian stimulasi kognitif serta menerapkan pola makan yang baik dan seimbang guna mendukung status gizi balita yang optimal.

Kata Kunci: Stimulasi Kognitif, Pola Makan,Status Gizi, Balita

THE EFFECTS OF COGNITIVE STIMULATION AND DIETARY ON THE NUTRITIONAL STATUS OF TODDLERS

Syarofah[1], *Bdn. Rila Rindi Antina*[2]

1) *S1 Midwifery students of Universitas Noor Huda Mustofa*
2) *Midwifery lecturer of Universitas Noor Huda Mustofa*

Email : syarofahsuud966@gmail.com

ABSTRACT

The nutritional status of toddlers is one of the key indicators for assessing children's growth and development. Nutritional status is influenced by various factors, including cognitive stimulation and dietary patterns. Based on data from the poskesdes mlajah, there were still toddlers with poor nutritional status (1.2%). This study aims to determine the effect of cognitive stimulation and dietary patterns on the nutritional status of toddlers at the Mlajah Village Health Post within the working area of the Bangkalan Health Center.

This study employed an analytical design with a cross-sectional approach. The study population consisted of all toddlers aged 1–5 years at the poskesdes mlajah within the Bangkalan Health Center's working area, totaling 870 toddlers, with a sample of 110 respondents selected using proportional sampling. Data on cognitive stimulation and dietary patterns were collected using questionnaires, while nutritional status was measured using anthropometry and analyzed based on the weight-for-height Z-score. Data analysis was performed using the Spearman rank test with a significance level of α = 0.05 that research has been carried out ethical clearance test (KEPK) of Noor Huda Mustofa University. Ethics No.: 3387/KEPK/UNIV-NHM/EC/V/2026

The results of the study showed that the majority of respondents had good cognitive stimulation (79, or 71.8%), good dietary habits (75, or 68.2%), and good nutritional status (78, or 70,9%). In the cross-tabulation, 76 (96.2%) toddlers who received good cognitive stimulation had good nutritional status, while 72 (96.0%) toddlers with good dietary had good nutritional status. The results of the Spearman's rank test showed that cognitive stimulation and dietary patterns had a significant effect on the nutritional status of toddlers (p-value = 0.00; α = 0.05).Toddlers who receive cognitive stimulation and follow a healthy diet tend to have good nutritional status.

Parents are encouraged to continue providing cognitive stimulation and to implement a healthy, balanced diet to support optimal nutritional status in toddlers.

Keywords: Cognitive Stimulation, Dietary, Nutritional Status, Toddlers

PENDAHULUAN

Masalah kekurangan gizi menjadi salah satu tantangan dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia (Nabila et al., 2025). Pemenuhan asupan gizi yang berkualitas dan memadai sangat penting, terutama pada usia balita, karena pada tahap ini terjadi perkembangan fisik dan kognitif yang sangat pesat (Siti Amanah, et al., 2024). Menurut World Health Organization (WHO), status gizi kurang adalah kondisi ketika asupan zat gizi anak tidak mencukupi kebutuhan tubuh sehingga pertumbuhan dan perkembangan tidak optimal. Selain itu, Ratna dan Susilowati (2023) menjelaskan bahwa status gizi kurang pada balita adalah keadaan kekurangan gizi yang terjadi akibat asupan makanan yang tidak seimbang sesuai kebutuhan.

Berdasarkan data Riset Dasar 2023, secara umum prevalensi gizi buruk di Indonesia adalah 5,4% dan gizi kurang 13,0% atau 18,4% untuk gizi buruk dan kurang (Khoiriah et al., 2024). Sedangkan hasil survei yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2022 (SSGI 2022), terungkap bahwa di Indonesia memiliki jumlah anak dengan status gizi kurang sebanyak 7,1.% pada tahun 2021 dan menjadi 7,7% pada tahun 2022 (Kemenkes, 2022). Berdasarkan data dari Puskesmas Bangkalan pada Septemberoktober 2025 menunjukkan bahwa 116 balita (2,50%) dengan kategori gizi kurang dan 5 balita mengalami gizi buruk (0,10%). Semetara itu, berdasarkan data salah satu Poskesdes di wilayah kerja Puskesmas Bangkalan, yaitu Poskesdes Mlajah, pada bulan November 2025 terdapat 12 balita (1,2%) dengan kategori status gizi kurang berdasarkan indikator BB/TB. Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan Poskesdes Mlajah di dapatkan data penyebab status gizi kurang pada balita di Poskesdes Mlajah adalah banyaknya anak yang diasuh oleh pengasuh sehingga pengawasan terhadap makan dan perkembangan anak tidak berjalan optimal, pola makan yang tidak teratur baik dari segi frekuensi maupun kualitas asupan, serta kurangnya pemberian stimulasi kognitif yang seharusnya mendukung tumbuh kembang anak pada usia dini. Selain itu, pengetahuan orang tua tentang kebutuhan gizi anak masih terbatas, sehingga mereka kurang mampu menentukan pilihan makanan yang tepat dan menerapkan pola pengasuhan yang mendukung pemenuhan gizi balita.

Penyebab status gizi kurang pada balita di bagi menjadi penyebab langsung dan penyebab tidak langsung, penyebab langsung yaitu pola makan, dan penyakit infeksi. Sedangkan penyebab tidak langsung yaitu Pendidikan ibu, pekerjaan ibu, pengetahuan orang tua, jarak kelahiran anak dan pendapatan keluarga. Selain itu penyebab lain ada stimulasi kognitif, kemampuan stimulasi kognitif juga berperan penting dalam mendukung perkembangan anak. Anak yang menerima stimulasi kognitif secara rutin cenderung lebih responsif terhadap tanda lapar dan kenyang, lebih terlibat saat makan, dan memiliki pola makan yang lebih baik, sedangkan anak yang anak yang tidak mendapatkan stimulasi kognitif seperti bermain, diajak berbicara, mencocokkan bentuk atau warna, membaca buku bergambar, atau mengenal lingkungan cenderung mengalami keterlambatan dalam kemampuan makan, minum, dan pengembangan kebiasaan makan sehat.

Dampak gizi kurang pada balita tidak hanya terjadi pada pertumbuhan dan perkembangan anak, namun akan berpengaruh pula pada kecerdasan anak, keterbelakangan mental dan menurunnya produktivitas, sehingga dalam jangka panjang dapat mengakibatkan buruknya kualitas sumber daya manusia (SDM) dimasa yang akan datang, Anak dengan gizi kurang berisiko mengalami pertumbuhan

terhambat (stunting), berat badan rendah (*underweight)*, serta daya tahan tubuh yang lemah sehingga mudah terserang penyakit infeksi seperti diare dan pneumonia. Selain itu, kekurangan gizi juga dapat menghambat perkembangan otak dan kemampuan kognitif, yang berdampak pada kesulitan belajar di usia sekolah. Jika berlangsung lama tanpa penanganan, kondisi ini dapat menimbulkan risiko kematian yang lebih tinggi serta menurunkan produktivitas dan kemampuan ekonomi di masa dewasa. WHO menekankan bahwa gizi kurang pada 1.000 hari pertama kehidupan (sejak kehamilan hingga usia 2 tahun) memiliki pengaruh permanen terhadap kesehatan dan kecerdasan anak.

Upaya dalam mengatasi permasalahan gizi buruk dan gizi kurang pada balita, kemenetrian kesehatan telah menetapkan kebijakan yang komprehensif antara lain pencegahan, promosi edukasi, dan penanggulangan balita gizi buruk. Melalui pemantauan pertumbuhan di posyandu merupakan salah satu upaya pencegahan gizi kurang dan gizi buruk. Melalui program pemberian makanan tambahan pemulihan bagi balita gizi buruk dan gizi kurang pemerintah Indonesia, menyediakan anggaran dana Bantuan Operasional Kesehatan (BOK),selain itu, Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk mengatasi kurangnya kemampuan kognitif anak, terutama yang disebabkan oleh kekurangan gizi dan minimnya stimulasi sejak dini. Melalui program 1.000 hari pertama kehidupan (HPK), pemerintah menekankan pentingnya pemenuhan gizi dan stimulasi pada masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun untuk mendukung perkembangan otak yang optimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita usia 1–5 tahun di Poskesdes Mlajah wilayah kerja Puskesmas Bangkalan sebanyak 870 balita, dengan jumlah sampel sebanyak 110 responden yang dipilih menggunakan teknik proportional random sampling. Variabel independen dalam penelitian ini adalah stimulasi kognitif dan pola makan, sedangkan variabel dependen yaitu status gizi balita. Data stimulasi kognitif dan pola makan dikumpulkan menggunakan kuesioner, sedangkan status gizi diukur menggunakan pengukuran antropometri dan dikategorikan berdasarkan (BB/TB). Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank dengan taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$).

HASIL

1. Hasil Data Umum

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden dan Ibu Balita di Desa Mlajah Bangkalan

Umur ibu (tahun)	Frekuensi	Presentase
Usia Ibu		
1. 20-29 tahun	51	46,4
2. 30-39 tahun	44	40,0
3. 40-49 tahun	15	13,6
TOTAL	110	100
Pekerjaan Ibu		
1. IRT	56	50,9
2. Pedagang	30	27,3
3. Guru	18	16,4
4. Bidan	6	5,4
TOTAL	110	100
Pendidikan		
1. Pendidikan Tinggi	29	26,4
2. Pendidikan Menengah	47	42,7
3. Pendidikan Dasar	34	30,9
TOTAL	110	100

Jumlah Anak		
1. 1	23	20,9
2. 2	35	31,8
3. 3	34	31,0
4. 4	15	13,6
5. 5	3	2, 7
TOTAL	110	100
Umur balita		
1. 12-24	50	45,5
2. 25-36	47	42,7
3. 37-48	13	11,8
TOTAL	110	100,0
Jenis kelamin		
1. laki-laki	52	47,3
2. Perempuan	58	52,7
TOTAL	110	100,0

Sumber Data : Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir setengah Ibu responden berusia 20–29 tahun yaitu sebanyak 51 orang (46,4%), sebagian besar Ibu responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 56 orang (50,9%), hampir setengahnya Ibu responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 47 orang (42,7%), hampir setengahnya Ibu responden memiliki 2 anak yaitu sebanyak 35 orang (31.8%), hampir setengah balita berusia 12–24 bulan yaitu sebanyak 50 orang (45,5%), dan sebagian besar balita berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 58 orang (52,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Stimulasi Kognitif Pada Balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan

Stimulasi Kognitif	Frekuensi	Presentase
Baik	79	71,8
Cukup	31	28,2
Kurang	0	0
TOTAL	110	100

Sumber Data : Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 110 responden, sebagian besar orang tua memberikan stimulasi kognitif dengan kategori baik yaitu sebanyak 79 responden (71,8%), sedangkan 31 responden (28,2%) memiliki stimulasi kognitif dengan kategori cukup, dan tidak terdapat responden (0%) yang memiliki stimulasi kognitif dengan kategori kurang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pola Makan pada Balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan

Pola makan	Frekuensi	presentasi
Baik	75	68,2
Cukup	35	31,8
Kurang	0	0
TOTAL	110	100,0

Sumber Data : Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 110 responden, sebagian besar balita memiliki pola makan dengan kategori baik yaitu sebanyak 75 responden (68,2%), sedangkan 35 responden (31,8%) memiliki pola makan dengan kategori cukup, dan tidak terdapat responden (0%) yang memiliki pola makan dengan kategori kurang.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Balita di Posekesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan

Status Gizi	Frekuensi	Presentase
Beresiko gizi lebih	0	0
Gizi lebih	7	6,4
Gizi baik	78	70,9
Gizi kurang	20	18,2
Gizi buruk	5	4,5
Obesitas	0	0
TOTAL	110	100

Sumber Data : Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 110 balita, sebagian besar memiliki status gizi kategori gizi baik yaitu sebanyak 78 balita (70,9%), sedangkan sebanyak 20 balita (18,2%) memiliki status gizi kategori gizi kurang, sebanyak 7 balita (6,4%) memiliki status gizi kategori gizi lebih, sebanyak 5 balita (4,5%) memiliki status gizi kategori gizi

buruk, serta tidak terdapat balita (0%) yang memiliki status gizi kategori gizi beresiko gizi lebih maupun obesitas.

Tabel 5. Pengaruh Stimulasi Kognitif Terhadap Status gizi Balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten bangkalan

Stimulasi Kognitif	Status Gizi Balita				
	Gizi lebih	Gizi baik	Gizi kurang	Gizi buruk	total
	f (%)	f (%)	f (%)	f (%)	f (%)
Baik	2(2.5%)	76(96.2%)	1 (1.3%)	0 (0.0%)	79(100%)
Cukup	5(16.1%)	3 (9.7%)	18 (58.1%)	5(16.1%)	31(100%)
Total	7 (6.4%)	79(71.8%)	19 (17.3%)	5 (4.5%)	110(100%)
				Uji statistic uji *SpermanRank* α = 0.05 p-value = 0.00	

Sumber Data : Data Primer 2026

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5 untuk mengetahui pengaruh stimulasi kognitif dengan status gizi balita dilakukan uji statistik Spearman Rank menggunakan SPSS.

Hasil analisis diperoleh nilai p-value = 0,000 < α = 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara stimulasi kognitif dengan status gizi balita di Poskesdes Mlajah wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.

Tabel 6. Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan

Pola makan	Status Gizi Balita				
	Gizi lebih	Gizi baik	Gizi kurang	Gizi buruk	total
	f (%)	f (%)	f (%)	f (%)	f (%)
Baik	2(2.7%)	72 (96.5%)	1 (1.3%)	0 (0.0%)	75(100%)
Cukup	5(14.3%)	6 (17.1%)	19 (54.3%)	5 (14.3%)	35 (100%)
Total	7 (6.4%)	78(70.9%)	20 (18.2%)	5 (4.5%)	110(100%)
			Uji statistic uji *SpermanRank* α = 0.05 p-value = 0.00		

Sumber Data : Data Primer 2026

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 6 untuk mengetahui pengaruh pola makan dengan status gizi balita dilakukan uji statistik Spearman Rank menggunakan SPSS. Hasil analisis diperoleh nilai p-value = 0,000 < α = 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pola makan dengan status gizi balita di Poskesdes Mlajah wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.

PEMBAHASAN

Gambaran Stimulasi Kognitif Pada Anak Balita di Poskesdes Mlajah

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa Sebagian besar orangtua yang memberikan stimulasi kognitif pada balita dengan kategori baik sebanyak 79 responden (71,8%). Hasil rekapitulasi kuesioner menunjukkan bahwa item nomor 1 sampai nomor 9 memiliki persentase yang tinggi, yang menggambarkan bahwa sebagian besar orang tua telah memberikan stimulasi kognitif kepada anak melalui berbagai aktivitas seharihari. Bentuk stimulasi tersebut meliputi menyebutkan nama makanan kepada balita saat makan, mengenalkan warna makanan, mengajak anak berbicara saat makan, memberikan kesempatan kepada anak untuk memilih makanan sendiri, mengajak anak berbicara dalam aktivitas sehari-hari, memberikan contoh cara makan yang benar, memberikan pujian ketika anak mencoba makanan baru, mengenalkan berbagai rasa makanan, serta menciptakan suasana makan yang menyenangkan. Aktivitas-aktivitas tersebut menunjukkan adanya keterlibatan orang tua dalam memberikan rangsangan yang dapat membantu anak mengenali, memahami, dan merespons lingkungan sekitarnya.

Menurut peneliti, tingginya capaian pada item nomor 1 sampai nomor 9 menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua telah memberikan stimulasi kognitif yang baik kepada balita. Berbagai bentuk stimulasi yang dilakukan, seperti mengajak anak berbicara, mengenalkan warna dan rasa, memberikan pujian, serta melibatkan anak dalam aktivitas sehari-hari merupakan bentuk rangsangan yang dapat membantu perkembangan

kemampuan berpikir, mengingat, memahami, dan mengenali lingkungan sekitar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ayu dan Widyaningsih (2021) yang menyatakan bahwa stimulasi kognitif yang diberikan secara konsisten dapat meningkatkan perkembangan kognitif anak usia dini. Penelitian Rahayu dkk. (2023) juga menunjukkan bahwa anak yang memperoleh stimulasi kognitif yang baik cenderung memiliki perkembangan yang lebih optimal sesuai dengan tahap usianya. Selain itu, Basir (2024) menjelaskan bahwa stimulasi yang diberikan secara berkelanjutan dapat membantu anak mengembangkan kemampuan belajar, memecahkan masalah sederhana, serta meningkatkan rasa ingin tahu terhadap lingkungan sekitarnya.

Stimulasi kognitif merupakan rangsangan yang diberikan kepada anak melalui berbagai aktivitas yang dapat mengembangkan kemampuan berpikir, mengingat, memahami, memecahkan masalah, serta mengenali lingkungan sekitarnya. Stimulasi dapat diberikan melalui interaksi langsung antara orang tua dan anak, seperti mengajak berbicara, bercerita, bermain, mengenalkan warna, bentuk, angka, maupun bendabenda yang ada di sekitar anak (Woga & Juita, 2023). Masa balita merupakan periode emas (golden age) dalam kehidupan anak karena pada masa ini perkembangan otak berlangsung sangat pesat. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) menjelaskan bahwa perkembangan anak pada usia dini sangat dipengaruhi oleh kualitas stimulasi yang diberikan oleh orang tua dan lingkungan. Semakin sering anak memperoleh stimulasi yang sesuai dengan tahap perkembangannya, maka semakin optimal pula perkembangan kemampuan kognitif, bahasa, sosial, dan emosional anak.

Menurut teori perkembangan kognitif yang dikemukakan oleh Jean Piaget, anak usia balita berada pada tahap sensorimotor dan praoperasional. Pada tahap ini anak belajar melalui pengalaman langsung, pengamatan, peniruan, dan interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, anak membutuhkan kesempatan untuk mengeksplorasi lingkungan, mencoba hal-hal baru, serta berinteraksi aktif dengan orang tua agar kemampuan berpikirnya berkembang secara optimal (Susanto, 2021). Stimulasi yang diberikan secara konsisten dapat meningkatkan kemampuan anak dalam mengenali warna, memahami bahasa, mengingat informasi sederhana, mengelompokkan benda, serta menyelesaikan masalah sesuai dengan tingkat usianya. Aktivitas sederhana seperti mengajak anak berbicara, mengenalkan nama benda, memberikan pertanyaan sederhana, dan memberikan pujian ketika anak berhasil melakukan suatu tugas merupakan bentuk stimulasi kognitif yang efektif dalam mendukung perkembangan anak (Sipahutar e.t al, 2023) .Selain itu, peran orang tua sangat penting dalam memberikan stimulasi kognitif karena keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal anak. Orang tua yang aktif berinteraksi dengan anak cenderung memiliki anak dengan perkembangan kognitif yang lebih baik dibandingkan orang tua yang kurang terlibat dalam proses stimulasi. Interaksi yang hangat, komunikasi yang baik, dan pemberian kesempatan kepada anak untuk belajar melalui pengalaman sehari-hari dapat membantu meningkatkan kemampuan berpikir dan rasa ingin tahu anak (Woga & Juita, 2023). Dengan demikian, stimulasi kognitif yang diberikan

secara rutin dan sesuai dengan usia anak merupakan salah satu faktor penting yang dapat mendukung perkembangan kemampuan berpikir, belajar, mengingat, dan memahami lingkungan sehingga anak dapat mencapai tahap perkembangan yang optimal sesuai usianya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2022)

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa hampir setengah nya usia ibu 20-29 tahun (46.4%). Rentang usia tersebut termasuk kategori dewasa muda yang merupakan masa produktif dalam kehidupan seseorang. Pada usia ini, individu umumnya telah memiliki kematangan fisik, emosional, dan sosial yang cukup baik dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Menurut peneliti, ibu yang berada pada usia dewasa muda cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menerima informasi baru, mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan, serta menerapkan pola pengasuhan yang sesuai dengan kebutuhan anak. Selain itu, usia yang relatif muda juga memungkinkan ibu memiliki energi yang cukup untuk mendampingi dan berinteraksi dengan anak dalam berbagai aktivitas seharihari sehingga orang tua bisa memberikan stimulasi kognitif dengan baik. Menurut penelitian Ayu dan Widyaningsih (2021) yang menyatakan bahwa usia ibu yang produktif berhubungan dengan kesiapan ibu dalam memberikan pengasuhan dan stimulasi kepada anak. Penelitian lain oleh Rahmawati dan Widodo (2023) menunjukkan bahwa ibu pada usia dewasa muda cenderung lebih aktif mencari informasi mengenai kesehatan dan perkembangan anak dibandingkan kelompok usia yang lebih tua. Menurut Hurlock (2021), masa dewasa muda merupakan periode ketika seseorang telah mencapai kematangan dalam aspek fisik dan psikologis sehingga lebih siap menjalankan tanggung jawab sebagai orang tua. Dengan demikian, dominasi ibu pada rentang usia 21–29 tahun dalam penelitian ini diduga turut mendukung pelaksanaan stimulasi kognitif yang baik pada balita, menurut teori Usia ibu merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam memberikan stimulasi kognitif kepada balita. Semakin matang usia ibu, semakin baik pula kematangan emosional, pola pikir, serta pengalaman yang dimiliki dalam mengasuh anak. Kematangan tersebut memungkinkan ibu lebih responsif dalam berinteraksi, berkomunikasi, bermain, dan memberikan berbagai rangsangan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Stimulasi yang diberikan secara konsisten dan tepat dapat mendukung perkembangan kognitif balita secara optimal (Santrock, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa Sebagian besar pekerjaan ibu yakni IRT sebanyak 56 ibu (50.9%). Hasil ini menunjukkan bahwa Sebagian besar ibu memiliki peran utama dalam mengurus rumah tangga serta mendampingi anak dalam aktivitas sehari-hari. Sebagai ibu rumah tangga, ibu memiliki kesempatan yang lebih besar untuk berinteraksi langsung dengan anak dibandingkan ibu yang bekerja di luar rumah. Interaksi yang dilakukan secara rutin dapat memberikan peluang yang lebih luas bagi ibu untuk memberikan stimulasi kognitif melalui komunikasi, permainan, maupun aktivitas sehari-hari.

Menurut peneliti, banyaknya ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga menjadi salah satu faktor yang mendukung tingginya stimulasi kognitif pada balita karena ibu memiliki waktu yang lebih banyak

untuk mengawasi, membimbing, dan mengajarkan berbagai hal kepada anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Basir (2024) yang menyatakan bahwa keterlibatan orang tua dalam pengasuhan sehari-hari berperan penting dalam mendukung perkembangan anak. Penelitian Wulandari dan Putri (2023) juga menjelaskan bahwa intensitas interaksi antara ibu dan anak dapat meningkatkan peluang anak memperoleh stimulasi yang optimal selama masa pertumbuhan dan perkembangan. Menurut Friedman (2021), keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi anak sehingga keterlibatan orang tua dalam aktivitas sehari-hari sangat berpengaruh terhadap proses pembelajaran dan perkembangan anak.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hampir setengahnya Pendidikan ibu yaitu Pendidikan menengah sebanyak 47 (42,7%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hampir setengahnya ibu telah menempuh pendidikan menengah yang memungkinkan mereka memiliki kemampuan membaca, memahami, dan menerima informasi kesehatan dengan cukup baik. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi pola pikir dan kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan terkait kesehatan keluarga, termasuk dalam pengasuhan dan stimulasi tumbuh kembang anak. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki bekal pengetahuan yang cukup untuk memahami pentingnya pemberian stimulasi kognitif pada balita.

Menurut peneliti, tingkat pendidikan menengah dapat membantu ibu dalam memperoleh informasi mengenai tumbuh kembang anak baik melalui tenaga kesehatan, media sosial, internet, maupun kegiatan posyandu sehingga ibu lebih mudah menerapkan stimulasi yang sesuai dengan usia anak. Selain itu, ibu dengan pendidikan yang lebih baik cenderung lebih terbuka terhadap informasi baru dan lebih mudah memahami pentingnya keterlibatan orang tua dalam proses perkembangan anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dan Widodo (2023) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan ibu berpengaruh terhadap pengetahuan dan praktik pengasuhan anak. Penelitian lain oleh Putri dkk. (2022) juga menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai stimulasi perkembangan anak dibandingkan ibu dengan pendidikan yang lebih rendah. Menurut teori Pendidikan ibu merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kualitas stimulasi kognitif yang diberikan kepada balita. Ibu dengan tingkat pendidikan menengah cenderung memiliki pengetahuan dan pemahaman yang lebih baik mengenai tumbuh kembang anak sehingga lebih mampu memberikan stimulasi yang sesuai melalui interaksi, komunikasi, permainan edukatif, membaca cerita, dan aktivitas belajar lainnya. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi juga memudahkan ibu dalam menerima serta menerapkan informasi terkait pengasuhan dan perkembangan anak. Kondisi tersebut memungkinkan ibu menciptakan lingkungan yang lebih mendukung proses belajar dan eksplorasi anak, sehingga perkembangan kognitif balita dapat berlangsung secara optimal. Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang stimulasi perkembangan kognitif berhubungan dengan status perkembangan kognitif anak, di mana

semakin baik pengetahuan ibu maka semakin baik pula stimulasi yang diberikan. Selain itu, pendidikan ibu juga berkontribusi terhadap kemampuan dalam menyediakan lingkungan belajar yang berkualitas dan mendukung perkembangan kemampuan berpikir, memori, serta pemecahan masalah pada anak (Madiha, 2026).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hampir setengahnya usia balita yaitu 12-24 sebanyak 50 (45.5%). Usia tersebut merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang anak karena terjadi perkembangan yang sangat pesat pada aspek kognitif, bahasa, sosial, dan motorik. Pada usia ini anak mulai menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi terhadap lingkungan sekitarnya, meniru perilaku orang lain, serta belajar mengenali berbagai benda, warna, suara, dan kata-kata baru. Menurut peneliti, dominasi balita usia 12–24 bulan sebanyak 50 (45.5%) dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada fase perkembangan yang sangat membutuhkan stimulasi dari orang tua, Oleh karena itu, tingginya jumlah balita pada kelompok usia 12–24 bulan dalam penelitian ini menjadi periode yang sangat tepat untuk pemberian stimulasi kognitif guna mendukung perkembangan anak secara optimal. Semakin sering anak memperoleh rangsangan melalui komunikasi, permainan, maupun interaksi sehari-hari, maka semakin besar peluang perkembangan kognitif anak berkembang secara optimal. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sipahutar dkk. (2023) yang menyatakan bahwa usia toddler merupakan masa yang sangat penting dalam perkembangan kemampuan berpikir, bahasa, dan eksplorasi lingkungan. Penelitian Woga dan Juita (2023) juga menjelaskan bahwa stimulasi yang diberikan pada usia dini berperan besar dalam meningkatkan kemampuan anak untuk memahami dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), usia 12–24 bulan merupakan masa dimana anak belajar melalui pengamatan, peniruan, pengalaman langsung, dan interaksi dengan lingkungan sehingga memerlukan stimulasi yang sesuai dengan tahap perkembangannya.

Gambaran Pola Makan Pada Anak Balita di Poskesdes Mlajah

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa Sebagian besar orangtua yang memberikan pola makan pada balita dengan kategori baik sebanyak 75 responden (68.2%). Hasil rekapitulasi kuesioner menunjukkan bahwa Sebagian besar ibu telah menerapkan pola makan yang cukup beragam dan sesuai dengan kebutuhan balita. Hal ini terlihat dari sebagian besar ibu yang memberikan makan secara teratur tiga kali sehari atau lebih, menyediakan makanan selingan di antara waktu makan utama, serta memberikan makanan pokok berupa nasi sebagai sumber karbohidrat. Selain itu, sebagian besar responden juga telah membiasakan pemberian sayur pada setiap waktu makan dan menyediakan sumber protein hewani seperti ayam, daging, ikan, dan telur serta sumber protein nabati seperti tahu dan tempe. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar balita mengonsumsi makanan dalam porsi yang sesuai dengan kelompok usianya dan sebagian besar anak mampu menghabiskan makanan yang diberikan. Pemberian makanan ringan seperti

biskuit atau kue sebagai selingan juga telah dilakukan oleh sebagian besar ibu.

Menurut peneliti, hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki pola makan dalam kategori baik menggambarkan bahwa orang tua telah menerapkan pola pemberian makan yang cukup sesuai pada balita. Pola makan yang baik mencerminkan adanya keteraturan dalam pemberian makanan serta keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi anak setiap hari.

Kebiasaan makan yang diterapkan sejak usia dini penting untuk membentuk pola konsumsi yang baik pada anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulandari dkk. (2023) yang menyatakan bahwa pola makan yang baik ditandai dengan keteraturan waktu makan, variasi makanan, dan pemberian makanan sesuai kebutuhan anak. Penelitian Putri dan Kurniawati (2022) juga menunjukkan bahwa sebagian besar balita yang memiliki pola makan baik memperoleh makanan yang lebih beragam dan teratur dibandingkan balita dengan pola makan kurang baik. Selain itu, penelitian Sari dkk. (2024) menjelaskan bahwa pola makan pada balita dipengaruhi oleh kebiasaan makan yang diterapkan oleh orang tua dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua telah menerapkan pola makan yang baik pada balita di Poskesdes Mlajah.

Menurut teori pola makan merupakan kebiasaan seseorang dalam mengonsumsi makanan yang meliputi jenis makanan, jumlah makanan, frekuensi makan, dan jadwal makan yang dilakukan setiap hari. Pada balita, pola makan yang baik sangat penting karena masa balita merupakan periode pertumbuhan yang membutuhkan asupan makanan yang beragam dan seimbang sesuai dengan kebutuhan usia anak (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Pola makan yang diterapkan oleh orang tua akan memengaruhi kebiasaan makan anak karena pada usia balita anak masih sangat bergantung pada makanan yang disediakan oleh keluarga. Oleh karena itu, orang tua memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan makan yang baik sejak dini (UNICEF, 2023).

Pola makan yang baik pada balita ditandai dengan keteraturan waktu makan, yaitu makan utama sebanyak tiga kali sehari yang diselingi dengan makanan selingan atau camilan sehat. Keteraturan makan diperlukan untuk membentuk kebiasaan makan yang baik dan membantu anak mengenali waktu makan secara teratur. Selain itu, makanan yang diberikan harus bervariasi dan mengandung zat gizi yang lengkap, meliputi sumber karbohidrat, protein hewani, protein nabati, vitamin, mineral, serta serat yang diperoleh dari sayur dan buah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2023).

Keberagaman jenis makanan merupakan salah satu komponen penting dalam pola makan balita. Tidak ada satu jenis makanan yang mampu memenuhi seluruh kebutuhan zat gizi anak, sehingga balita perlu mengonsumsi berbagai jenis makanan untuk memperoleh zat gizi yang lengkap. Karbohidrat berfungsi sebagai sumber energi utama bagi tubuh, sedangkan protein hewani dan protein nabati berperan dalam pembentukan serta pemeliharaan jaringan tubuh. Selain itu, sayur dan buah merupakan sumber vitamin, mineral, dan serat yang dibutuhkan dalam pola makan sehari-hari (WHO, 2021).

Buah dan sayur merupakan bagian penting dalam pola makan balita karena mengandung berbagai vitamin dan mineral yang diperlukan tubuh.

Konsumsi buah secara rutin dapat membantu memenuhi kebutuhan mikronutrien serta membentuk kebiasaan makan sehat sejak usia dini. Oleh karena itu, orang tua dianjurkan untuk membiasakan pemberian buah sebagai makanan selingan maupun pelengkap makanan utama agar anak terbiasa mengonsumsi makanan yang beragam (UNICEF, 2023)

Menurut WHO (2021), praktik pemberian makan yang baik pada anak usia dini meliputi pemberian makanan yang beragam, frekuensi makan yang sesuai usia, serta penyediaan makanan yang aman dan bergizi. Sementara itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menegaskan bahwa pola makan yang baik harus mengikuti prinsip gizi seimbang, yaitu mengonsumsi makanan yang beraneka ragam dalam jumlah yang cukup sesuai kebutuhan tubuh. Dengan demikian, pola makan yang baik pada balita dapat dilihat dari keteraturan makan, keberagaman jenis makanan, kecukupan porsi makan, serta kebiasaan mengonsumsi sayur dan buah dalam menu sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hampir setengahnya Pendidikan ibu yaitu Pendidikan menengah sebanyak 47 (42,7%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hampir setengahnya ibu telah menyelesaikan pendidikan menengah sehingga memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menerima dan memahami informasi yang berkaitan dengan kesehatan, pengasuhan, dan kebutuhan pola makan balita. Tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang dapat memengaruhi cara berpikir, kemampuan memahami informasi, serta pengambilan keputusan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pendidikan yang dimiliki, ibu memiliki kesempatan yang lebih besar untuk memperoleh informasi dari berbagai sumber seperti tenaga kesehatan, media elektronik, media sosial, maupun kegiatan penyuluhan kesehatan. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki bekal pendidikan yang cukup untuk memahami berbagai informasi yang berkaitan dengan pola makan balita.

Menurut peneliti, dominasi responden dengan tingkat pendidikan menengah menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam memahami informasi yang berkaitan dengan kebutuhan pola makan balita. Pendidikan yang lebih baik memungkinkan seseorang lebih mudah menerima informasi baru dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dkk. (2023) yang menyatakan bahwa pendidikan ibu berperan dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pengasuhan dan pemenuhan kebutuhan anak. Penelitian Putri dan Wulandari (2022) juga menunjukkan bahwa ibu dengan pendidikan menengah cenderung lebih mudah memperoleh dan memahami informasi kesehatan dibandingkan ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah. Oleh karena itu, tingkat pendidikan menengah yang dimiliki sebagian besar responden dapat menjadi salah satu faktor yang mendukung pemahaman ibu mengenai kebutuhan pola makan balita. Menurut teori pendidikan merupakan proses pembelajaran yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, kemampuan, dan keterampilan seseorang. Pendidikan ibu menengah diduga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi baiknya pola makan balita. Menurut (Notoatmodjo, 2020),tingkat pendidikan berperan dalam meningkatkan kemampuan

seseorang untuk menerima, memahami, dan menerapkan informasi yang diperoleh. Ibu dengan pendidikan menengah cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai kebutuhan gizi, pemilihan makanan yang sehat, serta cara pemberian makan yang sesuai dengan usia anak. Pengetahuan tersebut dapat memengaruhi perilaku ibu dalam mengatur pola makan balita sehingga anak memperoleh pola makan yang lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa Sebagian besar pekerjaan ibu yakni IRT sebanyak 56 ibu (50.9%). Hasil ini menunjukkan bahwa Sebagian besar ibu memiliki aktivitas utama dalam mengurus rumah tangga dan mendampingi balita di lingkungan keluarga. Sebagai ibu rumah tangga, ibu umumnya memiliki waktu yang lebih banyak bersama balita dibandingkan ibu yang bekerja di luar rumah. Kehadiran ibu dalam aktivitas sehari-hari memungkinkan terjadinya interaksi yang lebih intensif antara ibu dan balita. Selain itu, ibu rumah tangga juga memiliki kesempatan yang lebih besar untuk mengawasi kebutuhan pola makan balita serta mendampingi berbagai aktivitas yang dilakukan balita dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut peneliti, dominasi ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki kesempatan yang lebih besar untuk terlibat langsung dalam pengasuhan pola makan balita. Keterlibatan tersebut dapat mempermudah ibu dalam memperhatikan berbagai kebutuhan pola makan balita karena sebagian besar waktu dihabiskan bersama keluarga. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Basir (2024) yang menyatakan bahwa keterlibatan orang tua dalam aktivitas seharihari merupakan bagian penting dalam pengasuhan anak. Penelitian Sari dkk. (2023) juga menjelaskan bahwa ibu rumah tangga memiliki intensitas kebersamaan yang lebih tinggi dengan anak dibandingkan ibu yang bekerja di luar rumah sehingga interaksi yang terjadi relatif lebih sering. Menurut teori Pekerjaan merupakan aktivitas yang dilakukan seseorang untuk menjalankan peran dan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut (Sitompul, 2025), pekerjaan orang tua dapat memengaruhi waktu yang tersedia untuk melakukan pengasuhan dan interaksi dengan anggota keluarga. Ibu rumah tangga merupakan ibu yang berfokus pada pengelolaan rumah tangga dan pengasuhan anak sehingga memiliki kesempatan lebih besar untuk mendampingi anak dalam aktivitas sehari-hari. Selain itu, keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan dalam proses pembelajaran dan pembentukan kebiasaan anak sehingga keterlibatan orang tua dalam kehidupan sehari-hari menjadi bagian penting dalam pengasuhan anak (Sitompul, 2025), Selain itu (Isfaizah, 2024) menjelaskan bahwa Pekerjaan ibu merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi pola makan anak. Pekerjaan berkaitan dengan ketersediaan waktu, perhatian, dan keterlibatan ibu dalam pengasuhan serta pemberian makan kepada anak. Ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) cenderung memiliki waktu yang lebih banyak untuk menyiapkan makanan, mengatur jadwal makan, serta memantau asupan makanan anak dibandingkan ibu yang bekerja di luar rumah. Oleh karena itu, pekerjaan ibu dapat memengaruhi praktik pemberian makan dan pola makan anak sehari-hari (Isfaizah et al., 2024). Selain itu, Jauhari et al. (2023) menjelaskan bahwa

pekerjaan ibu berhubungan dengan kemampuan ibu dalam mengawasi jenis, jumlah, dan frekuensi makanan yang diberikan kepada balita sehingga dapat memengaruhi pola makan anak.

Gambaran Status Gizi Pada Anak Balita di Poskesdes Mlajah

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa Sebagian besar status gizi balita kategori baik sebanyak 78 responden, (70,9%). Penilaian status gizi dalam penelitian ini menggunakan indikator Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) berdasarkan nilai Z-score. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Sebagian besar balita memiliki berat badan yang sesuai dengan tinggi badannya sehingga termasuk dalam kategori gizi baik. Status gizi yang baik menggambarkan adanya keseimbangan antara asupan zat gizi yang dikonsumsi dengan kebutuhan tubuh, sehingga proses pertumbuhan dan perkembangan balita dapat berlangsung secara optimal. Keadaan ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar balita dalam penelitian memiliki kondisi kesehatan dan pertumbuhan yang baik berdasarkan indikator BB/TB yang digunakan dalam penelitian. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020), kategori gizi baik pada indeks BB/TB berada pada rentang Z-score ≥ -2 SD sampai +1 SD.

Menurut peneliti, tingginya persentase balita dengan status gizi baik menunjukkan bahwa sebagian besar balita di Poskesdes Mlajah telah memiliki kondisi gizi yang sesuai dengan standar pertumbuhan. Hasil ini menggambarkan bahwa secara umum keadaan gizi balita di wilayah penelitian tergolong baik karena Sebagian besar balita berada pada kategori gizi baik dibandingkan kategori status gizi lainnya.hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitrian Ash Shiddiq, Amna, dan Aslinar (2025) menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki status gizi baik. Hasil tersebut menggambarkan bahwa Sebagian besar balita telah memiliki kondisi gizi yang sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangannya. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar balita berada pada kategori gizi baik berdasarkan indikator BB/TB menggunakan nilai Z-score. Penelitian Sari dkk. (2023) juga menunjukkan bahwa Sebagian besar balita memiliki status gizi baik dibandingkan kategori status gizi lainnya. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar balita telah mencapai pertumbuhan yang sesuai berdasarkan indikator antropometri yang digunakan. Penelitian Nurhayati dkk. (2022) juga menemukan bahwa sebagian besar responden balita berada pada kategori gizi baik. Status gizi yang baik menunjukkan bahwa balita memiliki kondisi pertumbuhan yang sesuai dengan standar yang ditetapkan dan dapat mendukung proses tumbuh kembang secara optimal.

Status gizi merupakan keadaan tubuh seseorang yang dihasilkan dari keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh yang tercermin melalui indikator antropometri, biokimia, klinis, maupun konsumsi makanan (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Pada balita, status gizi merupakan salah satu indikator penting yang digunakan untuk menilai kondisi kesehatan dan pertumbuhan anak. Penilaian status gizi dapat dilakukan menggunakan berbagai indeks antropometri, salah satunya adalah berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) yang digunakan untuk menilai kondisi kurus, normal, atau gemuk pada balita (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Menurut standar antropometri anak yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, status gizi berdasarkan indeks BB/TB

dikategorikan menjadi gizi buruk apabila nilai Z-score < -3 SD, gizi kurang apabila nilai Z-score ≥ -3 SD sampai < -2 SD, gizi baik atau normal apabila nilai Z-score ≥ -2 SD sampai +1 SD, dan gizi lebih apabila nilai Z-score > +1 SD (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Status gizi yang baik menunjukkan bahwa kondisi tubuh anak berada pada kategori normal sesuai standar pertumbuhan yang ditetapkan. Sebaliknya, status gizi kurang dan gizi buruk menunjukkan adanya masalah gizi yang ditandai dengan kondisi tubuh yang lebih kurus dibandingkan standar pertumbuhan anak seusianya. Sementara itu, status gizi lebih menunjukkan kondisi dimana berat badan anak melebihi standar yang ditetapkan berdasarkan tinggi badannya (WHO, 2023).

Menurut WHO (2023), status gizi pada balita merupakan salah satu indikator penting untuk menggambarkan kualitas kesehatan dan pertumbuhan anak. Oleh karena itu, pemantauan status gizi secara rutin diperlukan untuk mengetahui kondisi pertumbuhan balita serta mendeteksi adanya masalah gizi sedini mungkin. Dengan demikian, status gizi dapat digunakan sebagai gambaran keadaan gizi dan pertumbuhan balita pada suatu wilayah atau kelompok masyarakat.

Pengaruh Stimulasi Kognitif Terhadap Status Gizi Pada Balita

Berdasarkan hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden dengan stimulasi kognitif baik memiliki status gizi baik sebanyak 76 (96.2%). Stimulasi kognitif dalam penelitian ini diukur melalui aktivitas ibu atau keluarga seperti menyebutkan nama makanan kepada balita saat makan, mengenalkan warna makanan, mengajak anak berbicara saat makan, memberikan kesempatan memilih makanan sendiri, memberikan contoh cara makan yang benar, memberikan pujian saat mencoba makanan baru, mengenalkan berbagai rasa makanan, menciptakan suasana makan yang menyenangkan, serta menghindari memaksa anak saat makan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa balita yang memperoleh stimulasi kognitif baik cenderung memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan balita yang hanya memperoleh stimulasi kognitif cukup.

Menurut peneliti, adanya pengaruh stimulasi kognitif terhadap status gizi balita menunjukkan bahwa peran orang tua dalam memberikan rangsangan kepada anak tidak hanya penting bagi perkembangan kognitif, tetapi juga berkontribusi terhadap kondisi gizi anak. Stimulasi kognitif yang dilakukan melalui komunikasi, interaksi, pemberian kesempatan anak untuk mengenal lingkungan, serta keterlibatan orang tua dalam aktivitas sehari-hari dapat meningkatkan respons dan keaktifan anak. Anak yang memperoleh stimulasi kognitif yang baik cenderung mendapatkan perhatian dan pengasuhan yang lebih optimal, termasuk dalam pemenuhan kebutuhan gizinya sehingga memiliki peluang lebih besar untuk mencapai status gizi yang baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahayu dkk. (2023) yang menyatakan bahwa stimulasi yang diberikan secara optimal berhubungan dengan kondisi pertumbuhan dan status gizi yang lebih baik pada balita. Penelitian Black et al. (2021) juga menjelaskan bahwa stimulasi yang responsif dari orang tua berkontribusi terhadap kesehatan dan pertumbuhan anak secara optimal. Selain itu, UNICEF (2023) menyebutkan bahwa stimulasi dini yang diberikan secara konsisten melalui interaksi positif antara orang tua dan anak dapat mendukung pertumbuhan serta kesejahteraan anak secara menyeluruh.

Menurut teori, stimulasi kognitif merupakan pemberian rangsangan melalui interaksi, komunikasi, permainan, dan pengalaman belajar yang dilakukan oleh orang tua atau pengasuh kepada anak. Stimulasi yang diberikan secara rutin dapat membantu anak mengenal berbagai jenis makanan, meningkatkan minat makan, serta membentuk perilaku makan yang positif. Anak yang memperoleh stimulasi kognitif yang baik cenderung lebih aktif, responsif, dan mudah menerima variasi makanan sehingga kebutuhan gizinya lebih mudah terpenuhi (Black et al., 2021).

WHO (2023) menjelaskan bahwa pengasuhan responsif yang mencakup stimulasi kognitif merupakan salah satu komponen penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Interaksi positif antara orang tua dan anak selama aktivitas seharihari, termasuk saat makan, dapat meningkatkan kualitas asupan makanan dan membantu memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan optimal (WHO, 2023) .

Selain itu, UNICEF (2023) menyatakan bahwa stimulasi dini yang dilakukan secara konsisten melalui komunikasi, bermain, dan interaksi yang responsif dapat mendukung kesehatan, pertumbuhan, dan kesejahteraan anak secara menyeluruh. Anak yang mendapatkan stimulasi yang memadai cenderung memiliki perilaku makan yang lebih baik dan peluang yang lebih besar untuk mencapai status gizi optimal dibandingkan anak yang kurang memperoleh stimulasi (UNICEF, 2023).

Hasil uji statistik Spearman Rank diperoleh nilai p-value = 0,000 < α = 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara stimulasi kognitif dengan status gizi balita di Poskesdes Mlajah Wilayah Kerja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Saputro, Fazrin, dan Yalestyarini (2020) yang menunjukkan bahwa stimulasi merupakan faktor yang berpengaruh signifikan terhadap perkembangan anak usia 3–6 tahun dengan nilai p=0,000. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa anak yang memperoleh stimulasi yang baik cenderung memiliki perkembangan yang lebih optimal. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara stimulasi kognitif dengan status gizi balita (p=0,000).

Berdasarkan hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa Sebagian besar balita dengan stimulasi kognitif cukup memiliki status gizi kurang sebanyak 18 (58.1%). Hasil kuesioner menunjukkan bahwa anak telah memperoleh beberapa bentuk stimulasi kognitif dari ibu atau keluarga, seperti menyebutkan nama makanan kepada anak saat makan, mengenalkan warna dan rasa makanan, mengajak anak berbicara saat makan maupun saat beraktivitas sehari-hari, memberikan kesempatan kepada anak untuk memilih makanan sendiri, serta menciptakan suasana makan yang menyenangkan. Namun, meskipun telah memperoleh stimulasi kognitif yang cukup, masih ditemukan balita dengan status gizi kurang.

Menurut peneliti, adanya stimulasi kognitif kategori cukup tetapi memiliki status gizi kurang menunjukkan bahwa status gizi tidak hanya dipengaruhi oleh stimulasi kognitif. Meskipun anak telah mendapatkan stimulasi melalui aktivitas bermain, komunikasi, dan interaksi dengan orang tua, status gizi tetap dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti asupan makanan, penyakit infeksi, pengetahuan ibu, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta pola asuh dalam pemberian makan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Lisca dan Pratiwi (2023) yang menyatakan bahwa

asupan makanan, kondisi sosial ekonomi, dan peran petugas kesehatan berhubungan signifikan dengan status gizi balita. Selain itu, penelitian Fitriani dkk. (2024) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu, asupan makan, dan penyakit infeksi merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian gizi kurang pada balita. Penelitian Afdhal dan Arsi (2023) juga menjelaskan bahwa status gizi balita dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pendidikan ibu, pengetahuan, lingkungan keluarga, pola asuh, dan konsumsi zat gizi. Oleh karena itu, stimulasi kognitif yang cukup belum tentu diikuti dengan status gizi yang baik apabila faktor-faktor pendukung pemenuhan gizi balita belum optimal.

Menurut teori stimulasi kognitif merupakan rangsangan yang diberikan kepada anak melalui interaksi, komunikasi, permainan edukatif, dan kegiatan belajar yang bertujuan untuk mengoptimalkan perkembangan kemampuan berpikir dan fungsi otak. Namun, stimulasi kognitif yang cukup tidak selalu diikuti oleh status gizi yang baik, karena status gizi lebih dipengaruhi oleh kecukupan asupan zat gizi, penyerapan nutrisi, dan kondisi kesehatan anak. Balita yang memperoleh stimulasi kognitif cukup tetap dapat mengalami gizi kurang apabila kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral yang diperlukan untuk pertumbuhan tidak terpenuhi secara optimal (Soetjiningsih, 2020).

Menurut UNICEF (2020), status gizi balita dipengaruhi oleh penyebab langsung berupa asupan makanan yang tidak adekuat dan penyakit infeksi, serta penyebab tidak langsung seperti pola asuh, pengetahuan orang tua, kondisi ekonomi keluarga, dan akses pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, meskipun anak telah memperoleh stimulasi kognitif yang cukup, status gizi kurang masih dapat terjadi apabila terdapat kekurangan asupan gizi atau faktor risiko lainnya yang memengaruhi pertumbuhan anak (UNICEF, 2020). Selain itu, Hurlock (2021) menjelaskan bahwa perkembangan kognitif anak akan berlangsung lebih optimal apabila didukung oleh kondisi kesehatan dan status gizi yang baik. Kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan otak, sehingga manfaat stimulasi kognitif yang diberikan tidak dapat berkembang secara maksimal. Dengan demikian, stimulasi kognitif dan pemenuhan kebutuhan gizi merupakan dua aspek yang harus berjalan secara bersamaan untuk mendukung tumbuh kembang balita secara optimal (Mediani, 2024)

Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Pada Balita

Berdasarkan hasil tabulasi silang didapatkan bahwa 75 balita yang memiliki pola makan baik, hampir seluruhnya memiliki status gizi baik yaitu sebanyak 72 balita (96,0%), Pola makan dalam penelitian ini diukur melalui kuesioner yang mencakup kebiasaan pemberian makan pada balita, meliputi frekuensi makan, jenis makanan yang dikonsumsi, keberagaman makanan, serta kebiasaan pemberian makanan pada balita.

Menurut peneliti, pola makan merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan status gizi balita karena seluruh kebutuhan energi dan zat gizi diperoleh dari makanan yang dikonsumsi setiap hari. Balita yang memiliki pola makan baik cenderung memperoleh asupan karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam jumlah yang cukup sehingga kebutuhan gizinya terpenuhi dan status gizinya tetap baik.

Hasil penelitian Rahmawati dan Widodo (2023) menunjukkan bahwa pola makan yang baik berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita serta mencegah terjadinya masalah gizi. Selain itu, Fitriani dkk. (2024) menjelaskan bahwa balita yang memperoleh asupan makanan sesuai dengan

kebutuhan gizinya cenderung memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan balita dengan pola makan yang kurang baik. Penelitian Lisca dan Pratiwi (2023) juga menunjukkan bahwa pemenuhan asupan makanan yang baik berhubungan dengan status gizi yang lebih baik pada balita.

Menurut teori, Pola makan merupakan kebiasaan seseorang dalam mengonsumsi makanan yang meliputi jenis makanan, frekuensi makan, dan jumlah makanan yang dikonsumsi setiap hari. Pola makan yang baik akan membantu memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi yang diperlukan tubuh untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta mempertahankan kesehatan. Apabila makanan dikonsumsi dengan jumlah yang cukup, kualitas yang baik, serta jenis makanan yang beragam dan seimbang, maka kebutuhan zat gizi tubuh dapat terpenuhi sehingga status gizi dapat terjaga dengan baik (Kemenkes RI, 2020).

Menurut Rahmawati dan Widodo (2023), masa balita merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat sehingga membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang. Pola makan yang baik membantu memenuhi kebutuhan energi, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang diperlukan untuk mendukung fungsi organ tubuh, perkembangan otak, meningkatkan daya tahan tubuh, serta mencegah terjadinya masalah gizi. Oleh karena itu, balita yang memperoleh pola makan yang baik cenderung memiliki status gizi yang baik karena kebutuhan zat gizinya dapat terpenuhi secara optimal. Selain itu, (Samosir, 2020) menjelaskan bahwa pola makan terdiri dari tiga komponen utama yaitu jenis makanan, frekuensi makan, dan jumlah makan. Ketiga komponen tersebut berperan dalam memenuhi kebutuhan zat gizi balita. Balita yang mengonsumsi makanan dengan jenis yang beragam, frekuensi makan yang teratur, dan jumlah makanan yang sesuai dengan kebutuhannya akan lebih mudah mencapai status gizi yang baik dibandingkan balita yang tidak memenuhi komponen tersebut.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) juga menyatakan bahwa balita memerlukan tiga kali makan utama dan dua hingga tiga kali makanan selingan setiap hari untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizinya. Pemenuhan kebutuhan gizi yang dilakukan secara teratur dan berkesinambungan akan mendukung pertumbuhan yang optimal dan membantu mempertahankan status gizi yang baik pada balita.

Hasil uji statistik Spearman Rank diperoleh nilai p-value = 0,000 < α = 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pola makan terhadap status gizi balita di Poskesdes Mlajah Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi balita (p=0,000). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Hasibuan dkk. (2022) yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara pola pemberian makan dengan status gizi balita berdasarkan uji Spearman Rank dengan nilai p=0,002 . Penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin baik pola pemberian makan yang diberikan kepada balita maka semakin baik pula status gizi balita. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa pola makan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan status gizi balita.

Berdasarkan hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa Sebagian besar balita dengan pola makan cukup memiliki status gizi kurang sebanyak 19 (54.3%). Berdasarkan hasil kuesioner, balita telah memperoleh pola makan yang cukup ditinjau dari frekuensi, jumlah, dan jenis makanan yang dikonsumsi. Namun, meskipun pola makan balita tergolong cukup, masih ditemukan balita dengan status gizi kurang.

Peneliti berpendapat bahwa masih ditemukannya balita dengan pola makan kategori cukup tetapi memiliki status gizi kurang menunjukkan bahwa pola makan yang diberikan belum sepenuhnya mampu memenuhi kebutuhan gizi balita secara optimal. Meskipun frekuensi, jenis, dan jumlah makan telah tergolong cukup berdasarkan hasil kuesioner, kualitas zat gizi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi kemungkinan belum sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan balita. Hasil penelitian Okta dkk. (2023) menunjukkan bahwa pola makan yang cukup belum tentu menghasilkan status gizi yang baik apabila makanan yang dikonsumsi belum memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi esensial balita. Penelitian Saputro (2022) juga menjelaskan bahwa balita dengan pola makan yang cukup masih dapat mengalami gizi kurang apabila variasi makanan dan kandungan zat gizinya belum seimbang. Selain itu, penelitian Febrianti (2024) menemukan bahwa kecukupan pola makan perlu diimbangi dengan kualitas konsumsi pangan yang baik agar dapat mendukung status gizi balita secara optimal.

Menurut teori, pola makan merupakan kebiasaan seseorang dalam mengonsumsi makanan yang meliputi jenis makanan, frekuensi makan, dan jumlah makanan yang dikonsumsi setiap hari. Pola makan yang baik harus mampu memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita. Apabila makanan dikonsumsi dengan jumlah yang cukup, kualitas yang baik, serta jenis makanan yang beragam dan seimbang, maka kebutuhan zat gizi tubuh dapat terpenuhi sehingga status gizi dapat terjaga dengan baik (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2020)

Menurut (Rahmawati, E., & Widodo, 2023), pola makan balita sangat penting karena pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk mendukung fungsi organ, perkembangan otak, serta daya tahan tubuh. Pola makan yang baik membantu mencegah terjadinya masalah gizi seperti gizi kurang, stunting, maupun obesitas yang dapat berdampak terhadap kesehatan anak di masa mendatang. Selain itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) menjelaskan bahwa balita memerlukan frekuensi makan yang teratur, yaitu tiga kali makan utama dan dua hingga tiga kali makanan selingan setiap hari untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizinya. Namun, meskipun pola makan tergolong cukup berdasarkan frekuensi, jenis, dan jumlah makanan, status gizi kurang masih dapat terjadi apabila kualitas makanan yang dikonsumsi belum mampu memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan balita.

KESIMPULAN

1. Balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan sebagian besar memiliki stimulasi kognitif baik.
2. Balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan sebagian besar memiliki pola makan baik.
3. Balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan sebagian besar memiliki status gizi baik.
4. Ada pengaruh stimulasi kognitif terhadap status gizi pada balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan.
5. Ada pengaruh pola makan terhadap status gizi pada balita di Poskesdes Mlajah Kabupaten Bangkalan.

SARAN

a. Saran Teoritis

Status gizi balita dengan menambahkan variabel lain yang belum diteliti dalam penelitian ini, seperti tingkat pendidikan ibu, pengetahuan gizi, riwayat penyakit infeksi, pendapatan keluarga, serta pola asuh pemberian makan. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain penelitian yang lebih kompleks,

seperti longitudinal atau kohort, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai pengaruh stimulasi kognitif dan pola makan terhadap status gizi balita dari waktu ke waktu. Hasil penelitian tersebut diharapkan dapat memperkaya pengembangan teori terkait hubungan stimulasi kognitif, pola makan, dan status gizi balita.

b. Saran Praktis

Ibu diharapkan tetap menerapkan pola makan yang sesuai dengan kebutuhan gizi balita serta memberikan stimulasi kognitif secara rutin sesuai tahap perkembangan anak. Bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan dan kader posyandu, diharapkan terus meningkatkan edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya pola makan yang baik dan stimulasi kognitif untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan status gizi balita secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

(Khoiriah et al., 2024) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). tentang standar antropometri anak. *Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 Anak. Jakarta: Kemenkes RI.*

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi,Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang (SDIDTK) Anak*.

Khoiriah, A., Rosdiana, M., & Mariyam, N. (2024). *Faktor - Faktor yang berhubungan dengan status gizi balita DI PMB herasdiana Kota Palembang Tahun 2024*. *15*(2).

Nabila, D. D., Mulyani, I., Kaisa, A., & Hafizati, M. (2025). *Program Bergenerang : Edukasi Gizi Seimbang untuk Pencegahan Gizi Kurang Balita*. *2*(3), 359–368.

Santrock. (2021). *Life-Span-Development* (18th ed.). McGraw-Hill Education.

Sipahutar e.t al. (2023). Stimulasi Kognitif Anak Usia Dini melalui Pemprograman Komputer Menggunakan ScratchJr. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(6), 7464–7475.

Soetjiningsih, R. (2020). *Tumbuh Kembang Anak* (2nd ed.). EGC.

Isfaizah, E. a. (2024). Pendidikan Dan Pekerjaan Ibu Merupakan Faktor Yang Berpengaruh Langsung Terhadap Praktik Pemberian Makanan Pada Anak (PMBA). *Midwifery*, *7*(2), 164–175. https://doi.org/10.35473/ijm.v7i2.2676

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Isi Piringku: Panduan kebutuhan Gizi Seimbang Harian*.

Madiha, S. N. Z. (2026). Hubungan Pengetahuan Ibu,Pendidikan Ibu,dan Pendapatan Keluarga Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Anak*, *7*(2), 65–75.

Mediani, H. S. (2024). Perbedaan Stimulasi Perkembangan Anak Toddler Oleh Ibu Bekerja dan Ibu tidak Bekerja. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *8*(3), 570–580. https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i3.5962

Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. PT Rineka Cipta.

Rahmawati, E., & Widodo, S. (2023). Pola makan balita dan status gizi. *Jurnal Kesehatan Anak,* 12(1), 45–52.

Samosir, F. j. (2020). jumlah,jenis,frekuensi konsumsi makanan, Dan status gizi anak balita di kelurahan belawan Li. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia, 4 (2), 22-25*.

Sitompul, G. D. (2025). Hubungan Pola Asuh, Pengetahuan Gizi, dan Status Pekerjaan Ibu Dengan Praktik Pemberian MP-ASI pada Bayi 6-24 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, *12*(1), 22–29. https://doi.org/10.52943/jikebi.v12i1.2210

Susanto, A. (2021). *Pendidikan Anak Usia Dini*.

WHO. (2021). *Indicators for Assessing Infant and Young Child Feeding Practices: Definitions and Measurement Methods*. World Health Organization.

UNICEF. (2023). *The State of the World's Children 2023: Statistical Tables*.

WHO. (2023). *Nurturing Care for Early Childhood Development*. World Health Childhood.

Woga & Juita. (2023). Stimulasi Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini melalui media konkret di TKK Negeri Harapan Bangsa Keloda. *Jurnal Citra Pendidikan Anak*, *2*(3), 685–690. https://doi.org/10.38048/Jcpa.v2i3.14 98

NHM
Universitas Noor Huda Mustofa