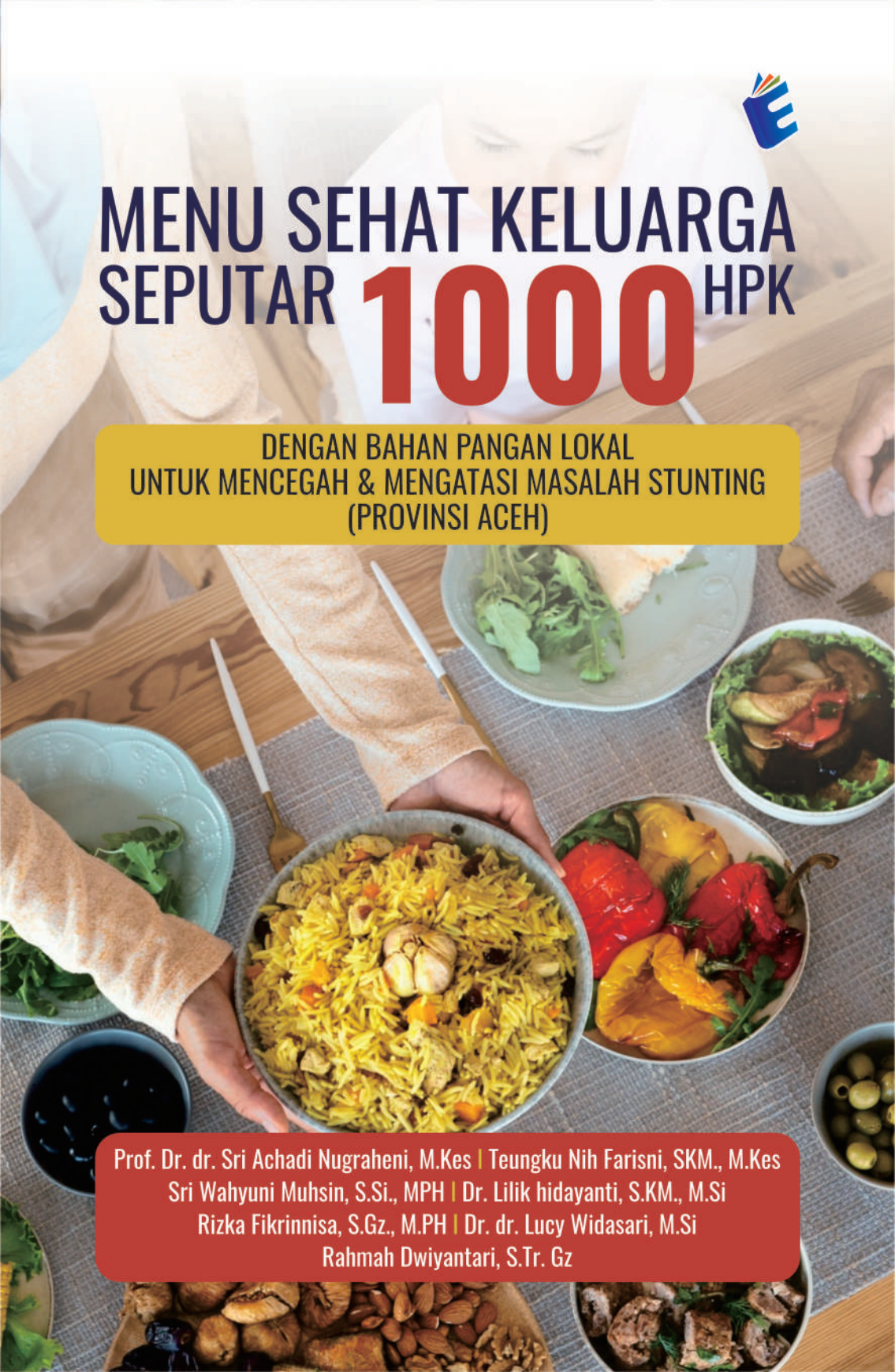
MENU SEHAT KELUARGA SEPUTAR 1000 HPK

DENGAN BAHAN PANGAN LOKAL UNTUK MENCEGAH & MENGATASI MASALAH STUNTING (PROVINSI ACEH)



Prof. Dr. dr. Sri Achadi Nugraheni, M.Kes | Teungku Nih Farisni, SKM., M.Kes
Sri Wahyuni Muhsin, S.Si., MPH | Dr. Lilik hidayanti, S.KM., M.Si
Rizka Fikrinnisa, S.Gz., M.PH | Dr. dr. Lucy Widasari, M.Si
Rahmah Dwiyantari, S.Tr. Gz

MENU SEHAT KELUARGA SEPUTAR 1000 HPK

DENGAN BAHAN PANGAN LOKAL UNTUK MENCEGAH & MENGATASI MASALAH STUNTING (PROVINSI ACEH)

eureka media aksara
Anggota IKAPI
No. 225/JTE/2021

0858 5343 1992
eurekamediaaksara@gmail.com
Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362

ISBN 978-623-120-306-9
9 786231 203069

MENU SEHAT KELUARGA SEPUTAR 1000 HPK DENGAN BAHAN PANGAN LOKAL UNTUK MENCEGAH & MENGATASI MASALAH STUNTING (PROVINSI ACEH)

Prof. Dr. dr. Sri Achadi Nugraheni, M.Kes
Teungku Nih Farisni, SKM., M.Kes
Sri Wahyuni Muhsin, S.Si., MPH
Dr. Lilik hidayanti, S.KM., M.Si
Rizka Fikrinnisa, S.Gz., M.PH
Dr. dr. Lucy Widasari, M.Si
Rahmah Dwiyantari, S.Tr. Gz

PENERBIT CV. EUREKA MEDIA AKSARA

MENU SEHAT KELUARGA SEPUTAR 1000 HPK DENGAN BAHAN PANGAN LOKAL UNTUK MENCEGAH & MENGATASI MASALAH STUNTING (PROVINSI ACEH)

Penulis : Prof. Dr. dr. Sri Achadi Nugraheni, M.Kes
Teungku Nih Farisni, SKM., M.Kes
Sri Wahyuni Muhsin, S.Si., MPH
Dr. Lilik hidayanti, S.KM., M.Si
Rizka Fikrinnisa, S.Gz., M.PH
Dr. dr. Lucy Widasari, M.Si
Rahmah Dwiyantari, S.Tr. Gz

Editor : Amanda Hesti Pratiwi, SKM
Chika Aldila Cahyani, SKM
Natasha Aqmarina, SKM

Desain Sampul : Tutut Okta Hardiyanti, SKM
Ardyan Arya Hayuwaskita

Tata Letak : Via Maria Ulfah

ISBN : 978-623-120-306-9

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, FEBRUARI 2024**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:
Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekamediaaksara@gmail.com

Cetakan pertama, 2024

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji Syukur kepada Allah Swt yang Maha Rabb, Satu-satunya yang Maha Segala. Terimakasih juga pada semua pihak yang sudah membantu pembuatan buku ini, semoga Allah Swt mengganti dengan kebaikan berlipat. Tujuan dari pembuatan buku **"Menu Sehat Keluarga Seputar 1000 HPK dengan Bahan Pangan Lokal Untuk Mencegah & Mengatasi Masalah Stunting (Provinsi Jawa Barat)"** adalah untuk membantu melaksanakan sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat Provinsi Jawa Barat terkait pencegahan stunting secara lebih mandiri dengan mengedepankan pemberdayaan masyarakat (*Community Learning Center*). Buku ini mencoba untuk menterjemahkan pencegahan stunting melalui menu sehat keluarga secara sederhana pada seputar 1000 HPK termasuk pada remaja putri. Menu sehat keluarga didapatkan dari menu harian yang sudah tersedia pada keluarga tersebut, yang diharapkan sudah mengandung beragam sumber zat gizi yaitu karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral; serta disesuaikan dengan kebutuhan menurut golongan usia. Pembuatan menu khususnya pada usia bayi lebih dari enam bulan sampai usia dua tahun, sangat ditentukan oleh bagaimana para pengasuh termasuk orang tua 'menyulap' makanan yang ada di meja makan keluarga menjadi MP ASI yang bergizi dan sesuai dengan usia baduta.

Buku **"Menu Sehat Keluarga Seputar 1000 HPK dengan Bahan Pangan Lokal Untuk Mencegah & Mengatasi Masalah Stunting ini dibuat untuk 12 Provinsi Prioritas Penurunan Stunting yaitu Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, NTT, NTB, Sulawesi Barat, Sulawesi Tenggara, Kalimantan Barat, Kalimantan Selatan, Aceh dan Sumatera Utara.** Dengan adanya buku Menu Sehat Keluarga pada 12 Provinsi tersebut maka akan lebih mempermudah masyarakat daerah untuk memahaminya. Penulis menyadari bahwa buku ini masih banyak kekurangan, sehingga saran dan masukan sangat diharapkan.

Semoga buku ini mudah untuk dimengerti, diterapkan dan dapat menggugah inovasi pembuatan menu sehat keluarga secara mandiri, berkah untuk menuju Bangsa Indonesia yang berkualitas, sehat lahir dan batin.

Jakarta, Januari 2023
Penulis,

Prof. Dr. dr. Sri Achadi Nugraheni, M.Kes

SAMBUTAN

SAMBUTAN BKKBN

Asupan gizi pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) sangat penting untuk mencegah seorang anak usia di bawah dua tahun (baduta) mengalami stunting atau gagal tumbuh kembang. Setiap orangtua harus mengetahui setiap tahapan kebutuhan gizi pada masa tersebut, mulai dari masa dalam kandungan, masa anak baru lahir sampai berusia 6 bulan, masa 6-9 bulan, masa 9-12 bulan, dan masa 12-24 bulan. Hal ini sejalan dengan tahapan perkembangan organ pencernaan bayi dan baduta, sehingga tatacara penyajian makanan pun menjadi hal yang penting untuk diperhatikan.

Untuk itu diperlukan semacam buku pedoman bagi orangtua yang berisi informasi kebutuhan gizi dimaksud yang bahan-bahannya mudah diperoleh dan mudah diolah sendiri. Dengan demikian upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi anak baduta maupun keluarga menjadi hal yang tidak terlalu sulit ataupun tidak dianggap mahal.

Diterbitkannya Buku *Menu SEHAT KELUARGA: SEPUTAR 1000 HPK dengan Bahan Pangan Lokal untuk Cegah dan Mengatasi Masalah Stunting* diharapkan dapat mendukung upaya pemerintah mempercepat penurunan stunting di Indonesia yang tahun 2022 prevalensinya masih 24,4%. Buku ini dapat dijadikan pedoman bagi keluarga dalam usahanya memenuhi kebutuhan gizi anak badutanya. Buku ini sekaligus dapat membantu kegiatan pemberdayaan masyarakat melalui Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) di seluruh desa, khususnya di 12 provinsi prioritas, dan serta menjadi referensi bagi wilayah lain dalam meyediakan makanan yang sehat, beragam, bergizi seimbang, aman dan mudah diaplikasikan bagi keluarga berisiko Stunting.

Semoga Buku *Menu SEHAT KELUARGA: SEPUTAR 1000 HPK dengan Bahan Pangan Lokal untuk Cegah dan Mengatasi Masalah Stunting* ini bermanfaat dan berdaya guna. Cegah Stunting itu Penting!

Jakarta, Januari 2023
Kepala Badan Kependudukan dan
Keluarga Berencana Nasional (BKKBN),

Dr.(HC) dr. Hasto Wardoyo, Sp.OG (K)

SAMBUTAN SETWAPRES

Salah satu masalah gizi utama di Indonesia dan di dunia adalah stunting. Dari hasil SSGI terakhir tahun 2021 didapatkan angka stunting berada di 24,4% dan diharapkan pada tahun 2024 nanti jumlah stunting akan turun menjadi 14%. Pemerintah telah mengupayakan percepatan penurunan stunting, dengan melakukan intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif melalui berbagai Kementerian/ Lembaga (KL) terkait. Salah satu upaya intervensi gizi spesifik adalah dengan memberikan edukasi dan pengetahuan gizi yang benar kepada masyarakat. Terutama Tim Percepatan Penurunan Stunting menyambut baik terbitnya buku dari pembutaan buku **"Menu Sehat Keluarga Seputar 1000 HPK dengan Bahan Pangan Lokal Untuk Mencegah & Mengatasi Masalah Stunting" di 12 Provinsi Prioritas yaitu Provinsi Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, NTT, NTB, Sulawesi Barat, Sulawesi Tenggara, Kalimantan Barat, Kalimantan Selatan, Aceh, dan Sumatera Utara.**

Buku ini juga mengupayakan adanya sosialisasi komunikasi edukasi dan informasi sederhana, yang diharapkan sedikit demi sedikit akan menjangkau masyarakat tingkat Desa, RW, RT bahkan tingkat Dasa Wisma; yang merupakan ujung tombak perubahan perilaku gizi, dalam percepatan penurunan stunting dalam 1000 HPK. Inti dari buku ini adalah bagaimana membuat semua kalangan masyarakat menyadari bahwa membuat menu dalam seputar 1000 HPK relatif mudah, dengan hanya menggunakan bahan makanan yang ada di meja makan keluarga, dan yang penting adalah selalu memperhatikan keberagaman dari sumber gizinya, yaitu ada bahan makanan pokok yang merupakan sumber karbohidrat, lauk pauk sederhana yang merupakan sumber protein dan lemak, serta sayur mayur buah lokal yang merupakan sumber vitamin mineral; serta pemberiannya disesuaikan dengan kebutuhan kondisi serta usia. Dengan adanya buku **"Menu Sehat Keluarga Seputar 1000 HPK dengan Bahan Pangan Lokal Untuk**

Mencegah & Mengatasi Masalah Stunting di 12 Provinsi" ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi para *stakeholder* terkait maupun masyarakat umum dalam sosialisasi percepatan penurunan stunting. Semoga buku ini dapat dimanfaatkan dan diimplementasikan sesuai dengan kearifan lokal, serta dapat dikembangkan sesuai dengan kreatifitas dan inovasi daerah masing-masing. Salam Sehat Sejahtera, Indonesia Bebas Stunting.

Jakarta, Januari 2023
Deputi Bidang Dukungan Kebijakan Pembangunan Manusia dan Pemerataan Pembangunan Sekretariat Wakil Presiden,

Dr. Ir. Suprayoga Hadi, M.S.P.

SAMBUTAN BADAN PANGAN NASIONAL

Penganekaragaman pangan memiliki peran yang sangat penting dalam memperbaiki status gizi masyarakat, terutama masalah stunting. Stunting dapat dicegah dari 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), mulai dari awal kehamilan sampai usia 2 tahun.

Stunting dapat dicegah dengan memperbaiki kualitas pola konsumsi pangan. Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas pola konsumsi pangan adalah dengan melaksanakan sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat melalui pembuatan menu beragam, bergizi seimbang, dan aman (B2SA). Buku **"Menu Sehat Keluarga Seputar 1000 HPK dengan Bahan Pangan Lokal Untuk Mencegah & Mengatasi Masalah Stunting"** dapat dijadikan referensi bagi masyarakat khususnya di 12 Provinsi Prioritas Penurunan Stunting, dalam menyediakan makanan yang beragam, bergizi seimbang, dan aman. Menu pada 12 provinsi ini menggunakan bahan-bahan lokal sehingga mudah diakses dan diaplikasikan. Selain itu, kreasi menu yang ada di buku ini dapat dimodifikasi dan dibuat dengan mempertimbangkan daya beli dan daya terima masyarakat dengan cita rasa yang diupayakan enak namun tetap menyehatkan, seperti *tagline* yang ada di BAPANAS yaitu "Makan Enak, Makan Sehat, Makan B2SA".

Semoga Buku Menu ini bermanfaat dan dapat diaplikasikan secara nyata oleh masyarakat untuk melahirkan generasi yang Sehat, Aktif, dan Produktif.

Jakarta, Januari 2023
Direktur Penganekaragaman Konsumsi Pangan

Rinna Syawal, S.P., M.P.

SAMBUTAN IKATAN AHLI GIZI KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA (IAGIKMI)

Stunting menjadi masalah yang besar karena berdampak penting pada masa depan suatu bangsa. Pencegahan dan penanganan stunting memerlukan peran serta banyak pihak dan diperlukan kerjasama lintas bidang sehingga dapat berdampak terhadap penurunan stunting. Secara langsung penyebab stunting adalah kurangnya asupan gizi dan penyakit yang diderita anak serta faktor maternal. Dengan demikian, pemberian asupan makanan yang bergizi merupakan upaya sentral dalam pencegahan stunting.

Di banyak tempat di Indonesia, pengetahuan ibu/ pengasuh anak tentang pemberian makan bergizi bagi bayi/ anak balita masih sangat kurang, sehingga diperlukan pemberian informasi yang cukup dan mudah difahami. Dengan pemberian informasi berupa cara pemberian makan maupun menu sehat yang tepat serta berasal dari bahan-bahan yang mudah diperoleh, terjangkau serta disukai oleh anak maupun keluarga akan sangat membantu bagi ibu/ pengasuh anak. Ikatan Ahli Gizi Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAGIKMI) menyambut baik diterbitkannya buku MENU SEHAT KELUARGA SEPUTAR 1000 HPK DENGAN BAHAN PANGAN LOKAL UNTUK MENCEGAH & MENGATASI MASALAH STUNTING dengan bahasa yang lebih memasyarakat.

Buku ini dapat digunakan sebagai bahan edukasi dan pemberian informasi kepada banyak pihak yang membutuhkan untuk pencegahan dan penanganan stunting. Terlebih lagi, buku yang dibuat berbeda untuk setiap daerah di Indonesia ini, dapat semakin menambah manfaatnya dengan keragaman makanan yang sesuai dengan ketersediaan dan kebiasaan masyarakat setempat. Bagi anggota masyarakat yang berpindah dari tempat asalnya, juga dapat memperoleh masakan yang sesuai dengan daerah asalnya masing-masing. Semoga buku ini dapat disebar luaskan kepada

anggota masyarakat sehingga kemanfaatannya dapat dirasakan oleh semakin banyak orang dan dapat berdampak dalam pencegahan dan penanganan stunting khususnya bagi masyarakat Indonesia.

Semarang, Januari 2023
Ketua Umum IAGIKMI

dr. Martha Irene Kartasurya, MSc, PhD

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR ..... **iii**
SAMBUTAN ..... **v**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xv**
BAB 1 PENDAHULUAN **1**
A. Sekilas tentang Masalah Gizi & Intervensi Gizi dalam 1000 HPK 1
B. Tujuan Penulisan Buku 8
BAB 2 CONTOH: UKURAN RUMAH TANGGA (URT) DAN KEPADATAN MAKANAN MP ASI BADUTA **10**
A. Ukuran Rumah Tangga (URT) 10
B. Kepadatan Makanan/ Tekstur Makanan 14
BAB 3 BAHAN PANGAN LOKAL SUMBER GIZI UNTUK BERBAGAI USIA DI SEPUTAR 1000 HPK **26**
A. Bahan Pangan Lokal Sumber Gizi 26
B. Bahan Pangan Lokal Sumber Karbohidrat Dan Kandungan Gizi Per Ukuran Rumah Tangga (URT Sendok) 27
C. Bahan Pangan Lokal Sumber Protein dan kandungan Gizi per Ukuran Rumah Tangga (URT Sendok) 30
D. Bahan Pangan Lokal Sumber Lemak dan kandungan Gizi per Ukuran Rumah Tangga (URT Sendok) 35
E. Bahan Pangan Lokal Sumber Mineral dan Vitamin 37
BAB 4 CONTOH MENU MAKANAN LOKAL: MP ASI BADUTA SERTA REMAJA PUTRI, IBU HAMIL, IBU MENYUSUI DI PROVINSI ACEH **43**
A. Contoh Menu Lokal/ MP-ASI untuk Baduta 43
B. Gizi Seimbang Untuk Remaja Putri Dan Calon Pengantin 57
C. Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil 60
D. Gizi Seimbang Untuk Ibu Menyusui 63

BAB 5 PENCEGAHAN DAN PERAWATAN GIZI PADA KONDISI KHUSUS DALAM 1000 HPK 66
A. Bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)..... 66
B. Bayi Lahir Prematur..... 74
C. Stunting..... 84
D. Anemia Remaja 94
E. Kurang Energi Kronis Pada Remaja..... 100
F. Anemia Ibu Hamil 105
G. Kurang Energi Kronis Pada Ibu Hamil..... 111
BAB 6 MAKANAN SEHAT BERAGAM ACEH 122
A. Mie Jalak 122
B. Puyuh Salmon 124
C. Bubur Mamemek Atau Memek 126
DAFTAR PUSTAKA 128
LAMPIRAN 132
TENTANG PENULIS 134

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Contoh Menu Gizi Seimbang Pangan Lokal Aceh Untuk Remaja Putri Dan Calon Pengantin 59
Tabel 4.2. Contoh Menu Gizi Seimbang Pangan Lokal Aceh Untuk Ibu Hamil 61
Tabel 4.3. Contoh Penambahan Energi / Kalori Per Trimester Pada Ibu Hamil 62
Tabel 4.4. Contoh Menu Gizi Seimbang Pangan Lokal Aceh Untuk Ibu Menyusui 64
Tabel 5.1. Rekomendasi Penyimpanan ASI Perah 80
Tabel 5.2. Angka Kecukupan Gizi (AKG) Zat Gizi Makro Bagi Ibu Hamil 90
Tabel 5.3. Angka Kecukupan Gizi (AKG) Zat Gizi Mikro Bagi Ibu Hamil 90
Tabel 5.4. Kenaikan BB Ideal Kehamilan 91
Tabel 5.5. Klasifikasi Anemia 94
Tabel 5.6. Angka Kecukupan Gizi Masa Remaja Putri 98

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1. Berbagai Intervensi dalam Program 1000 HPK 3
No table of figures entries found.
Gambar 5.1. Perawatan Metode Kanguru Untuk Bayi Kecil 68
Gambar 5.2. Skema Target Pertumbuhan Bayi Prematur 77
Gambar 5.3. Tempat Penyimpanan ASI Perah 81
Gambar 5.4. Standar Median WHO 85
Gambar 5.5. Contoh Pemberian MP-ASI 92
Gambar 5.6. Sanitasi untuk Mencegah Stunting 93
Gambar 5.7. Akibat Anemia pada Remaja 96
Gambar 5.8. Isi Piringku 100
Gambar 5.9. Ambang Batas IMT untuk Indonesia 101
Gambar 5.10. Penyebab Anemia Ibu Hamil 106
Gambar 5.11. Contoh Karbohidrat 106
Gambar 5.12. Contoh Protein 107
Gambar 5.13. Contoh Lemak 108
Gambar 5.14. Dampak Anemia Ibu Hamil 111
Gambar 5.15. Pembagian Makan Ibu Hamil KEK 118
Gambar 5.16. Contoh Porsi Makan Ibu Hamil KEK 120
Gambar 6.1. Mie Jalak 122
Gambar 6.2. Puyuh Salmon 124
Gambar 6.3. Bubur Mamemek 126

MENU SEHAT KELUARGA SEPUTAR 1000 HPK DENGAN BAHAN PANGAN LOKAL UNTUK MENCEGAH & MENGATASI MASALAH STUNTING (PROVINSI ACEH)

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Sekilas tentang Masalah Gizi & Intervensi Gizi dalam 1000 HPK

Dunia dan Indonesia saat ini masih dihadapkan pada tiga masalah gizi, yaitu tingginya jumlah stunting (panjang badan atau tinggi badan lebih pendek apabila dibandingkan dengan anak lain yang seusianya), wasting (berat badan kurang apabila dibandingkan panjang /tinggi badannya) dan obesitas (berat badan lebih berat apabila dibandingkan dengan anak lain seusianya) yang menjadi tantangan besar. Berdasarkan Laporan Gizi Dunia tahun 2018, terdapat 22,2 % balita di dunia yang mengalami stunting, 7,5 % wasting dan 5,6 % kelebihan berat badan. Indonesia berdasarkan Penelitian Kesehatan Dasar 2018 terdapat 30,8 % stunting, 10,2% wasting dan 8% overweight. Indonesia juga merupakan Negara ke lima tertinggi dengan jumlah stunting 3,9 % dari jumlah stunting di dunia. Ditemukan satu diantara tiga baduta dan Balita Indonesia mengalami stunting atau sekitar 29.9% baduta stunting di tahun 2019. Stunting menduduki angka tertinggi di permasalahan gizi di Indonesia, sehingga sangat perlu adanya upaya dalam penurunan kasus tersebut. Pada tahun 2019 angka stunting balita 27,7% dan dari hasil SSGI (Survey Status Gizi Indonesia) tahun 2021 didapatkan angka stunting 24,4% (sudah turun sekitar 3,3% dari tahun 2019), diharapkan pada tahun 2024 nantii jumlah stunting akan turun menjadi 14%.

Stunting adalah terhambatnya proses tumbuh kembang anak, yang ditandai dengan tinggi badan dibandingkan usianya, terletak di bawah rata-rata tinggi badan menurut standar

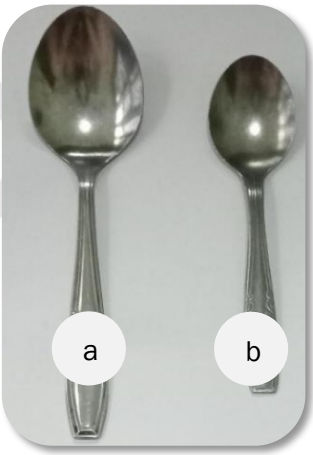
BAB 2

CONTOH: UKURAN RUMAH TANGGA (URT) DAN KEPADATAN MAKANAN MP ASI BADUTA

A. Ukuran Rumah Tangga (URT)

Ukuran Rumah Tangga (URT) merupakan ukuran yang biasa digunakan dalam suatu keluarga untuk memperkirakan atau menaksir jumlah pangan yang dikonsumsi atau dimasak. Peralatan makan yang tersedia di dalam keluarga atau rumah tangga biasanya dapat digunakan untuk menentukan URT ini. Peralatan tersebut antara lain: sendok makan, sendok teh, centong nasi, gelas, cangkir, piring dan mangkuk. Ukuran rumah tangga lainnya seperti ikat, buah, butir, potong, ekor dan ruas jari juga seringkali dipergunakan. Dalam menentukan ukuran (cm) dapat digunakan perkiraan atau pendekatan dengan penggaris.

1. Sendok



a. Sendok Makan

Sendok makan dengan panjang cekungan sekitar 5,5 cm dan lebar cekungan sekitar 3,6 cm dapat digunakan untuk emperkirakan takaran berat makanan sekitar 10g;

b. Sendok Teh

Sendok teh dengan panjang cekungan sekitar 4 cm dan lebar cekungan sekitar 3 cm dapat digunakan untuk

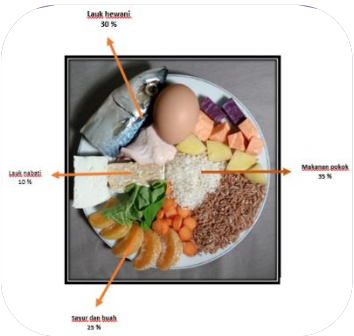
BAB 3

BAHAN PANGAN LOKAL SUMBER GIZI UNTUK BERBAGAI USIA DI SEPUTAR 1000 HPK

A. Bahan Pangan Lokal Sumber Gizi

Bahan Pangan Lokal dapat dipergunakan sebagai sumber gizi untuk berbagai usia di seputar 1000 HPK (remaja, calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui, bayi, baduta, balita). Gizi lengkap/ beragam seimbang (dalam setiap kali makan terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral) yang berasal dari meja makan keluarga (*table food*) dapat diberikan juga sebagai makanan pedamping ASI (MP ASI) untuk bayi dan anak umur 6-24 bulan. Setiap kali makan, di atas piring anak umur 6 sampai 24 bulan sebaiknya terdiri dari :

1. Makanan pokok yang berupa beras, umbi-umbian, dll sebagai sumber karbohidrat
2. Lauk hewani yang berupa ayam, telur dan ikan sebagai sumber protein dan lemak
3. Sayur dan buah sebagai sumber vitamin dan mineral
4. Lauk nabati yang berupa kacang-kacangan dan hasil olahannya sebagai sumber protein.



Gambar 2. Bahan Makanan Gizi Lengkap

BAB 4

CONTOH MENU MAKANAN LOKAL: MP ASI BADUTA SERTA REMAJA PUTRI, IBU HAMIL, IBU MENYUSUI DI PROVINSI ACEH

A. Contoh Menu Lokal/ MP-ASI untuk Baduta

Pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI) untuk bayi dan anak yang berumur di atas 6 bulan pada prinsipnya dapat mempergunakan makanan atau bahan makanan yang ada di meja makan atau makanan yang dimakan oleh keluarga setiap hari dengan tekstur dan konsistensi yang dibuat sesuai usia bayi dan baduta. Bahan pangan lokal yang ada di propinsi Aceh yang beragam, seimbang dan mengandung zat gizi dapat digunakan sebagai bahan baku untuk pembuatan Makanan pendamping ASI untuk bayi dan baduta. Tanaman sayuran dan buah-buahan yang ditanam di pekarangan atau halaman rumah juga dapat digunakan sebagai bahan makanan untuk membuat MP ASI. Penyediaan MP ASI yang didasarkan pada menu makanan keluarga sehari-hari tidak akan menyebabkan penambahan biaya, penambahan tenaga, serta penambahan waktu untuk menyediakan menu khusus MP ASI.

Prinsip terpenting pada pembuatan MP ASI yang didasarkan menu makanan keluarga sehari-hari adalah :

1. Makanan pendamping ASI (MP ASI) yang diberikan mengandung zat gizi lengkap (Karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral), seimbang, beragam, dan aman;
2. Makanan pendamping ASI (MP ASI), tidak mengandung bumbu yang merangsang seperti cabe dan merica), serta tidak berasa masam. Oleh karena itu, apabila pada menu keluarga terdapat bumbu yang merangsang maka makanan

BAB 5

PENCEGAHAN DAN PERAWATAN GIZI PADA KONDISI KHUSUS DALAM 1000 HPK

A. Bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)

1. Definisi

Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dapat diartikan sebagai bayi dengan berat lahir kurang dari 2.500 gram, tanpa melihat usia kehamilan. BBLR dapat disebabkan oleh karena kelahiran prematur (kelahiran belum waktunya) atau bayi yang lahir cukup umur kehamilan namun nampak kecil/ringan timbangannya. Berat lahir adalah berat bayi yang ditimbang segera setelah dilahirkan (sekitar satu jam setelah lahir).

2. Penyebab BBLR

Kelahiran BBLR dapat disebabkan oleh kelahiran kurang bulan, pertumbuhan janin terhambat (PJT) atau keduanya. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelahiran BBLR mencakup faktor janin, faktor ibu, uterus, dan plasenta dan faktor lainnya.

Faktor penyebab kejadian BBLR diantaranya adalah :

a. Faktor Janin

1) Kehamilan kembar
2) Kekurangan oksigen pada janin
3) Kelainan darah janin
4) Faktor genetik, kelainan bawaan dan kelainan kromosom
5) Infeksi bawaan seperti rubela dan cacar (CMV)

BAB 6

MAKANAN SEHAT BERAGAM ACEH

A. Mie Jalak

Gambar 6.1. Mie Jalak

Mie jalak adalah salah satu kuliner khas Kota Sabang, Aceh, yang sudah ada sejak tahun 1970-an. Nama mie jalak sendiri berasal dari nama pembuat pertamanya, yaitu Jalak. Mie jalak pada dasarnya mirip dengan mie kocok yang ada di Jawa. Ya, Mie jalak adalah mie kuning dengan kaldu bening yang disajikan dengan irisan daging ikan dipotong dadu, seledri, toge, dan daun bawang. Kenikmatan mie ini semakin lengkap dengan tambahan telur rebus, baik yang matang atau setengah matang. Saat menyantapnya, rasa gurih dan asin pun akan langsung memenuhi rongga mulutmu. Ya, mie jalak memang sederhana, namun kamu tidak akan bisa menyangkal kenikmatan yang diberikan. Adapun rahasia kenikmatan mie jalak ini dipercaya terletak pada kaldunya yang spesial.

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier S. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Andry Trisandy. 2019. Artikel "Resep Membuat Memek, Kuliner Khas Aceh yang Dikenal Enak dan Unik". Website Idntimes.com. https://www.idntimes.com/food/recipe/andry-trisandy/resep-membuat-memek-khas-aceh?page=all

Aprilia, W., 2020. Development During Prenatal And Birth. Yaa Bunayya J. Early Child. Educ. 4, 40–55.

Arifin, M. zaenal, 2021. Posyandu Kurang Maksimal di Masa Pandemi, Dosen FKM Undip Munculkan Konsep Posyandu Satelit. Tribunjateng.com.

Badan Litbang Kesehatan, K.K.R., 2018. Laporan Nasional RKD 2018 Final, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Badan Pangan Nasional. 2022. Menu Beragam, Bergizi Seimbang, dan Aman (B2SA).

Brennan AM Murphy BP, Kiely MF. 2016. Optimizing Preterm Nutrition : Present and Future.Proc Nutr Soc 2016 May;75 (2):154-61

Camelia Rosa. 2021. Artikel "Mie Jalak, Sajian Turun-temurun Istimewa dari Sabang". Website Akurat.co. https://akurat.co/mie-jalak-sajian-khas-sabang-yang-sederhana-namun-istimewa

Effect of Iron and Zinc Supplementation on Iron, Zinc and Morbidity Status of Anemic Adolescent School Girls (10 – 12 years) in Tangerang District 2004

Fenton TR, BMC pediatrics.2003;3:13. Fenton R Tanis,Kim H Jae. BMC Pediatrics.2013,13:59)

Fillah F.D. 2019. Kualitas diet, kurang energi kronis (KEK), dan anemia pada pengantin wanita di Kabupaten Semarang. Jurnal Gizi Indonesia: Universitas Diponegoro. Diakses pada 4 Desember 2022: https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/.

Hafiza, D., Utami, A. dan Niriyah, S. (2020) 'Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru', Jurnal Medika Hutama, 2(1), pp. 332-342.

Hawkes, C., 2018. Global Nutrition Report About the Global Nutrition Report, Shining a Light To Spur Action on Nutrition.

Ikatan Dokter Anak Indonesia. 2016. Konsensus Asuhan Nutrisi pada Bayi Prematur. https://spesialis1.ika.fk.unair.ac.id/wpcontent/uploads/2018/03/Konsensus-Asuhan-Nutrisi-Prematur.pdf

Indrawati, S., 2011. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia Kejadian Stunting pada Anak Usia 2-3 Tahun di Desa Karangrejek. Fak. Ilmu Kesehat. Di Univ. _Aisyiyah Yogyakarta 6–7.

Kemenkes RI, 2014. Infodatin: Situasi dan Analisis ASI Eksklusif. Millenn. Chall. Acc. - Indones. 1–2.

Kemenkes RI. 2016. Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak.

Kemenkes RI. 2016. Perbaikan Gizi Untuk Generasi Agar Mampu Menangkan Persaingan. Dipublikasikan Pada : Rabu, 21 Desember 2016. https://www.kemkes.go.id/article/print/16122100005/perbaikan-gizi-untuk-generasi-agar-mampu-menangkan-persaingan.html#:~:text=Setiap%20keping%20biskuit%20PMT%20Bumil,gramprotein%2C%20dan%2026%20gram%20lemak.

Kemenkes RI. 2018. Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Tahun 2017. Kemenkes RI: Direktorat Gizi Masyarakat.

Kemenkes RI, 2018. Buletin Stunting. Kementerian Kesehatan. RI 301, 1163–1178.

Kemenkes RI, 2019. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 Th 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia

Kemenkes RI. 2016. Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak.

Kemenkes RI. 2016. Perbaikan Gizi Untuk Generasi Agar Mampu Menangkan Persaingan. Dipublikasikan Pada : Rabu, 21 Desember 2016. https://www.kemkes.go.id/article/print/16122100005/perbaikan-gizi-untuk-generasi-agar-mampu-menangkan-persaingan.html#:~:text=Setiap%20keping%20biskuit%20PMT%20Bumil,gramprotein%2C%20dan%2026%20gram%20lemak.

Kemenkes RI. 2018. Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Tahun 2017. Kemenkes RI: Direktorat Gizi Masyarakat.

Kemenkes RI. 2021. Buku Saku Kader Pintar, Cegah Stunting.

Kemenkes RI. 2022. Buku KIA: Kesehatan Ibu dan Anak.

Kementerian Kesehatan, 2019. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 Th 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia

Kementerian PPN/ Bappenas, 2018. Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten/Kota, Rencana Aksi Nasional dalam Rangka Penurunan Stunting: Rembuk Stunting.

Kementrian Kesehatan, 2020. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, https://pusdatin.kemkes.go.id/.

Lestari, M., 2019. Faktor Terkait Inisiasi Menyusu Dini pada Ibu Postpartum di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Cilegon. J. Penelitian dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan 3, 17–24. https://doi.org/10.22435/jpppk.v3i1.1228

MB Arisman, 2009. Buku ajar ilmu gizi: Gizi dalam daur kehidupan. MB Arisman. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC 2, 275, 2009. 88, 2009.

Pedoman Pencegahan dan Penaggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan WUS, KEMENKES, 2018)

Praira da Silva, Virella D, Fuscg C. Nutritional Assesment in Preterm Infants : A Practical Approach in the NICU.Nutrients.2019 Aug 23:11 (9).1999. Brennan AM Murphy BP, Kiely ME.Optimizing Preterm Nutrition : Present and Future.Proc Nutr Soc 2016 May;75 (2):154-61

Putri R. 2018. Peran Nutrisi Bagi Tumbuh dan Kembang Anak Usia Dini. UIN Ar-Ranity Banda Aceh. https://core.ac.uk/download/pdf/304201183.pdf

Ranuh, I G. N. G. & Ikatan Dokter Anak Indonesia. Satgas Imunisasi. (2011). Pedoman imunisasi di Indonesia. Jakarta : Satgas Imunisasi, Ikatan Dokter Anak IndonesiaHendrarto TW.Pedoman Imunisasi di Indonesia

Rekti, R., 2020. 1000 Hari Pertama Kehidupan. Kedokteran, Fak. Indones. Univ. Kristen.

RPJMN, 2020. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2020 Tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2020-2024, Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2020-2024.

Sari Pediatri, 2003. Pemberian Imunisasi Hepatitis B pada Bayi Prematur Pemberian Imunisasi Hepatitis B pada Bayi Prematur. Vol. 4, No. 4: 163 – 167. file:///C:/Users/User/Downloads/942-2165-1-SM.pdf

Susiloningtyas, I., 2012. Pemberian Zat Besi (Fe) Dalam Kehamilan. Maj. Ilm. Sultan Agung 50, 128.

Syahfitri, E. R. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri di Model Agency Elmode Management Kota Medan', Skripsi

TNPK, 2017. Tnp2K 2017. Tim Nas. Percepatan Penanggulangan Kemiskin. 1, 50–60. Vaag, A.A., Grunnet, L.G., Arora, G.P., Brøns, C., 2012. The Thrifty Phenotype Hypothesis Revisited. Diabetologia 55, 2085– 2088. https://doi.org/10.1007/s00125-012-2589-y

WHO. 2011. World Health Statistics.

Winknjosastro, H. 2011. Ilmu Kandungan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Zamzami, M.K., 2021. Bisa Jadi One Stop Point, Posyandu Satelit Bantu Deteksi Dini Stunting. suaramerdeka.com. URL https://www.suaramerdeka.com/

LAMPIRAN

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)			Karbohidrat (g)	Serat (g)	Air (ml)
					Total	Omega 3	Omega 6			
Perempuan										
10 – 12 tahun	38	147	1900	55	65	1.0	10	280	27	1850
13 – 15 tahun	48	156	2050	65	70	1.1	11	300	29	2100
16 – 18 tahun	52	159	2100	65	70	1.1	11	300	29	2150
19 – 29 tahun	55	159	2250	60	65	1.1	12	360	32	2350
30 – 49 tahun	56	158	2150	60	60	1.1	12	340	30	2350
50 – 64 tahun	56	158	1800	60	50	1.1	11	280	25	2350
65 – 80 tahun	53	157	1550	58	45	1.1	11	230	22	1550
80+ tahun	53	157	1400	58	40	1.1	11	200	20	1400
Hamil (+an)										
Trimester 1			+180	+1	+2.3	+0.3	+2	+25	+3	+300
Trimester 2			+300	+10	+2.3	+0.3	+2	+40	+4	+300
Trimester 3			+300	+30	+2.3	+0.3	+2	+40	+4	+300

Sumber: AKG 2019

Kelompok Umur	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Magnesium (mg)	Besi[2] (mg)	Iodium (mcg)	Seng[3] (mg)	Selenium (mcg)	Mangan (mg)	Fluor (mg)	Kromium (mcg)	Kalium (mg)	Natrium (mg)	Klor (mg)	Tembaga (mcg)
Perempuan														
10 – 12 tahun	1200	1250	170	8	120	8	19	1.6	1.9	26	4400	1400	2100	700
13 – 15 tahun	1200	1250	220	15	150	9	24	1.6	2.4	27	4800	1500	2300	795
16 – 18 tahun	1200	1250	230	15	150	9	26	1.8	3.0	29	5000	1600	2400	890
19 – 29 tahun	1200	700	330	18	150	8	24	1.8	3.0	30	4700	1500	2250	900
30 – 49 tahun	1200	700	340	18	150	8	25	1.8	3.0	29	4700	1500	2250	900
50 – 64 tahun	1200	700	340	8	150	8	25	1.8	3.0	24	4700	1400	2100	900
65 – 80 tahun	1200	700	320	8	150	8	24	1.8	3.0	21	4700	1200	1900	900
80+ tahun	1200	700	320	8	150	8	24	1.8	3.0	19	4700	1000	1600	900
Hamil (+an)														
Trimester 1	+200	+0	+0	+0	+70	+2	+5	+0.2	+0	+5	+0	+0	+0	+100
Trimester 2	+200	+0	+0	+9	+70	+4	+5	+0.2	+0	+5	+0	+0	+0	+100
Trimester 3	+200	+0	+0	+9	+70	+4	+5	+0.2	+0	+5	+0	+0	+0	+100

Sumber: AKG 2019

TENTANG PENULIS

Prof. Dr. dr. Sri Achadi Nugraheni, MKes.

Lahir di Semarang, tanggal 29 Mei 1966. Sejak tahun 1991 sampai sekarang penulis bekerja di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, dengan keahlian di bidang Gizi Kesehatan Masyarakat, Promosi Perilaku Gizi, Kesehatan Ibu Anak, Kesehatan Reproduksi dan Komunikasi Informasi Edukasi Kesehatan. Pendidikan S1 Sarjana Kedokteran (1988) dan Profesi Dokter Umum (1991) dari Fakultas Kedokteran Undip Semarang. Lulus Magister Promosi dan Perilaku Kesehatan Masyarakat (1998) dan Doktor Gizi Kesehatan Ibu Anak (2008), dari Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Gadjah Mada. Sebelum menjadi dosen, pernah bekerja di Puskesmas Patebon Kendal dan RS Rumani Semarang. Riwayat jabatan struktural antara lain sebagai: Sekretaris Bagian Gizi Kesmas FKM (1998-2001), Koordinator Kesehatan Reproduksi Pusat Penelitian Kesehatan (Puslitkes) LPPM UNDIP (2003-2008), Kepala Bagian Gizi Kesmas FKM (2007-2008), Sekretaris Program studi (Sekprodi) S2 Gizi PPS UNDIP (2008-2010), Ketua Puslikes LPPM UNDIP (2010- 2014), Sekprodi S2 MIKM (2013-2017), Kepala Bag Gizi Kesmas dan KIA FKM (2107-2021) serta pernah menjadi Tenaga Ahli Gizi Sekretariat Wakil Presiden yang diperbantukan di BKKBN pada tahun 2022. Riwayat Reviewer : Dewan Komisi etik FKM UNDIP (2009-sekarang), Mitra Bestari Pena Medika Jurnal (2010-sekarang), reviewer internal bidang kesehatan LPPM UNDIP (2010-sekarang), reviewer DP2M Dikti (2010-sekarang), Assessor BKD Nasional (2011-sekarang), reviewer LPDP (2011-sekarang), assessor BAN PT (2011 – 2014), Asessor dan Validator LAMPT Kes (2014-sekarang), reviewer Jurnal Kesmas UI (2017-sekarang), reviewer Jurnal Litbang (2018-sekarang). Riwayat Organisasi: IDI, PDUI, IAKMI, AIPGI, Koalisi Kependudukan Jateng, Apkesi, Ketua PDGMI 2015 - 2021, Komisi Pengadian dan penelitian IAGIKMI,

PKBI Jateng, Rotary Club, dsb. Komunikasi lebih lanjut silahkan kontak melalui email s.a.nugraheni.undip@gmail.com atau lewat WhatsApp +628122811340.

Teungku Nih Farisni, SKM., M.Kes

Lahir di Meulaboh, Aceh Barat. Telah menyelesaikan studi sarjananya pada tahun 2009 di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh, Banda Aceh. Magister Kesehatan Masyarakat (S2) telah di selesaikannya pada tahun 2014 di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro, Semarang. Perempuan yang berusia 36 tahun. Dosen yang memiliki aura energik ini berperan aktif dalam berbagai kegiatan kemahasiswaan sehingga dipercayakan sebagai ketua KKN UTU. Perempuan yang berkulit hitam manis ini juga aktif dalam mengajar diantaranya seperti statistik kesehatan, metodologi penelitian, analisa data kesehatan, dan beberapa mata kuliah lainnya yang terdapat di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Teuku Umar. Penulis yang satu ini sangat piawai dibidang kebijakan Kesehatan yang berbasis local wisdom yang dibuktikan telah menulis buku dengan judul **"Peran Lembaga Adat Tuha Peut Dalam Pencegahan Dan Penanggulangan Kurang Energi Kronik"**. Kepakarannya dibidang penelitian dan pengabdian sudah teruji dengan baik hal ini dengan banyaknya riset besar yang sudah beliau lakukan dan publikasi baik secara nasional maupun internasional.

Sri Wahyuni Muhsin, S.Si., MPH

Lahir di Jeuram (Nagan Raya), 05 Maret 1991. Merupakan alumnus Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia di Institut Pertanian Bogor tahun 2014 dan Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat Peminatan Gizi Kesehatan Universitas Gadjah Mada tahun 2017. Penulis aktif

dalam mengajar beberapa matakuliah diantaranya seperti Dasar Ilmu Gizi, Antropologi Gizi dan Gizi dalam Daur Kehidupan, dan beberapa mata kuliah lainnya yang terdapat di Prodi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Teuku Umar. Penulis sekarang dipercayakan sebagai Kepala Laboratorium Gizi di Prodi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat Univesitas Teuku Umar

Dr. Lilik Hidayanti, S.KM., M.Si

Lahir di Klaten, 11 Maret 1977. Telah menyelesaikan S1 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, peminatan Gizi (1995-2000), S2 Magister Gizi Masyarakat Universitas Diponegoro (2003-2006), dan S3 Doktor Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro (2018-2022).

Publikasi:

1. Lilik Hidayanti Dian Saraswati Iseu Siti Aisyah. Lifestyle Habits Associated to Overweight Among Female Adolescents in Tasikmalaya, West Java, Indonesia. Amerta Nutrition Vol. 7 Issue 2SP. December 2023; 335-342 (Sinta 2)
2. Lilik Hidayanti, Dian Saraswati Iseu Siti Aisyah. Food Intake, Dietary Quality And Nutritional Status Of Female Adolescent In Tasikmalaya, West Java, Indonesia. Mal J Med Health Sci. Nov 2023; 19(6) ; 95-100. (Scopus Q3)
3. Lilik Hidayanti Dian Saraswati Nisatami Husnul. Education in Making Complementary Food at Posyandu Cempaka and Edelweis, Kahuripan, Tasikmalaya. Abdimas UMTAS, 2023; 6(4): 4646-4652. (Sinta 4)

Rizka Fikrinnisa, S.Gz., M.PH

Penulis lahir di Batang Hari tanggal 25 Juli 1992. Penulis adalah dosen tetap pada Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi. Menyelesaikan pendidikan S1 Gizi Kesehatan dan melanjutkan S2 minat utama Gizi dan Kesehatan Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat di Universitas Gadjah Mada. Penulis aktif sebagai pengurus Dewan Pimpinan Pusat Indonesia Sport Nutritionist (DPP ISNA), anggota pada Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI) dan Asosiasi Dietisien Indonesia (ASDI).

Dr. dr. Lucy Widasari, M.Si

Penulis saat ini bekerja sebagai Dosen Tetap S2 Program Magister Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan Sumatera Utara. Telah menyelesaikan S1 Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia, Jakarta pada tahun 1999, Program Magister, Studi Ilmu Gizi, Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta pada tahun 2005, dan Program Doktor, Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, Makassar, Cum laude, IPK 4,00 pada tahun 2018.

Penulis pernah menerima Penghargaan Rektor Universitas Hasanudin Makassar Alumni Terbaik Program Doktor, Magister, Spesialis dan Profesi Pada Wisuda Periode II Tahun akademik 2018/2019 Tanggal 19 Desember 2018 Skep Rektor No. 5924/UN4.1/KEP/2018 dan Penghargaan Dekan FKM Universitas Hasanudin Makassar : Lulusan Terbaik Program Doktor FKM Unhas Periode Desember 2018 17 Desember 2018

Rahmah Dwiyantari, S.Tr. Gz

Penulis lahir di Jakarta, 08 April 2000. Penulis pernah bekerja : Enumerator Gizi : Pendampingan Penguatan Intervensi Spesifik Gizi dalam rangka Percapatan Penurunan Stunting di 5 Kabupaten, Kementerian Kesehatan (September – November 2021) dan Program Assistant Bidang Program dan Kegiatan, Sekretariat Pelaksana Percepatan Penurunan Stunting BKKBN (Maret 2022 – Desember 2023).

KONTRIBUTOR

Ir. Dwi Listyawardani, M.Sc,Dip.Com

dr. Irma Ardiana, MAPS

Dr. Faharuddin, SST., M.Si

Rinna Syawal, S.P., M.P.

dr. Martha Irene Kartasurya, MSc, PhD

Isna Nur Arifina, S.Gz

Naila Fauziatin, S.KM, M.Kes

Elisabeth Valensia Rosmany

Amanda Hesti Pratiwi, SKM

Chika Aldila Cahyani, SKM

Natasha Aqmarina, SKM

Tutut Okta Hardiyanti, SKM

drh Siti Riptifah Tri Handari, M.Kes.