JIPM
Beru'-beru': Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
LPPM Universitas Sulawesi Barat
E-ISSN 2962-987X

TEMPLATE ARTIKEL | E-ISSN: 2962-987X | DOI: 10.31605/jipm.V5i2.6913

PELATIHAN GIZI INOVATIF SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN MASALAH GIZI PADA IBU DENGAN PERNIKAHAN USIA DINI DI POLEWALI MANDAR

Afriani[1*], Yuliani Surachmad[2], Santi[3]
[1,2]Fakultas Kesehatan Masyarakat,Universitas AlAsyariah Mandar, Polewali, Indonesia
[3]Program StudiKeperawatan,Universitas Kurnia Jaya, Palopo, Indonesia

Korespondensi: anhy.riani88@gmai.com

Diterima: 02-08-2026	Direvisi: 22-10-2026	Disetujui: 02-11-2026

ABSTRAK

Ibu dengan pernikahan usia dini rentan mengalami masalah gizi yang berdampak pada dirinya dan anak yang dilahirkan.Kondisi sebagian besar ibu dengan pernikahan usia dini pada sasaran mitra memiliki tingkat literasi kesehatan terkait gizi masih sangat rendah padahal ibu berperan penting dalam menentukan dan menyusun pola makan di keluarga. Metode edukasi pendidik sebaya dan praktik pengolahan makanan sehat berbahan pangan lokal diharapkan mampu memperkuat peran ibu dalam pengelolaan pangan dan kesehatan keluarga. Kegiatan ini dilakukan dengan membentuk kelompok pendidik sebaya yang dipilih 6 orang ibu muda yang dilatih dan dibekali berbagai media edukasi untuk berbagi pengetahuan gizi. Selain itu, para ibu mitra sasaran dilatih dalam pemanfaatan pangan lokal bergizi tinggi menggunakan ikan kembung dan tempe sebagai kaldu alami untuk mengoptimalisasi nilai biologis pangan lokal sebagai upaya preventif masalah gizi yang lebih murah. Evaluasi peningkatan pengetahuan gizi dilakukan dengan metode pre-post test, dengan peningkatan 46 poin dari rata rata 47,89 menjadi 93.89 dan cakupan partisipasi ibu mitra sasaran secara mandiri dalam susunan menu makanan di rumah tangga dengan melakukan kunjungan rumah dengan yang mempratikkan pemanfaatan pangan lokal keluarga mencapai 95 %. Kesimpulan: peningkatan pengetahuan melalui metode edukasi pendidik sebaya dan cakupan partisipasi kemandirian ibu dalam pemanfaatan pangan lokal dalam penyusunan menu makanan keluarga

Kata kunci: Pernikahan Dini, Ibu Muda, Pendidik Sebaya, Pengetahuan Gizi, Pangan Lokal

PENDAHULUAN

Ibu dengan pernikahan usia dini belum siap secara biologis, psikologis dan sosial. Sehingga mengakibatkan ibu rentan mengalami masalah gizi yang berdampak pada dirinya dan anak yang dilahirkan (Heslin, 2023). Secara biologis, remaja perempuan berusia di bawah 19 tahun masih berada dalam masa pertumbuhan fisik dan pematangan organ reproduksi ketika mengalami kehamilan, terjadi perebutan zat gizi (kompetisi nutrisi) antara tubuh ibu yang masih tumbuh dengan janin yang sedang berkembang di dalam kandungan. Ibu hamil usia muda sangat rentan mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan anemia kehamilan karena simpanan zat besi dan nutrisi tidak cukup untuk perkembangan janin,sehingga beresiko lahir dengan berat badan rendah(BBLR) dan merupakan faktor utama terjadinya stunting pada anak (Heslin, 2023).

Berdasarkan data BPS Provinsi Sulawesi barat tahun proporsi perempuan berusia 20-24 Tahun yang menikah Sebelum berusia 18 Tahun 10,71% merupakan provinsi tertinggi ketiga setelah provinsi papua selatan dan Nusa Tenggara Barat (BPS, 2024) pernikahan sebelum usia 18 tahun atau pernikahan usia dini merupakan salah satu determinan utama meningkatnya prevalensi masalah Kesehatan terkait gizi

yaitu anemia, Kurang Energi Kronis (KEK), dan prevalensi stunting yang mencapai 26,8% (Afriani, 2022). Sebagian besar ibu dengan pernikahan usia dini pada memiliki tingkat pendidikan rendah dan bahkan ada yang putus sekolah (Laporan Bappeda, 2023). Sehingga literasi gizi dan kesehatan masih sangat terbatas padahal Ibu berperan penting dalam menentukan dan menyusun pola makan dalam keluarga.

Pemenuhan gizi yang adekuat dalam menu makanan keluarga masih sangat rendah berdasarkan Survei Dinkes Polewali Mandar 2023 menunjukkan hanya 28% ibu memahami pedoman "Isi Piringku". Ketergantungan terhadap bahan pangan sumber karbohidrat seperti beras masih sangat tinggi yaitu 105kg/kapita/tahun sedangkan frekuensi konsumsi protein hewani hanya 2x/minggu (Bappeda, 2023). Kondisi ini menyebabkan praktik pemberian makan yang kurang tepat meskipun bahan pangan sebenarnya tersedia. Daerah Polewali Mandar sebagai daerah pesisir memiliki potensi pangan lokal bernutrisi tinggi yang melimpah seperti ikan kembung kaya protein dan kalsium, produksi mencapai 143 ton tahun 2024. Disamping itu tanaman juga melimpah daun kelor yang kaya zat besi dan vitamin A, tumbuh subur di lahan marginal. ubi kayu sebagai sumber karbohidrat kompleks, produksi 1.200 ton/tahun (BPS, 2024).

Berdasarkan permasalahan diatas diperlukan adanya upaya edukasi dan pelatihan yang diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan literasi gizi, serta praktik pengolahan makanan sehat mendorong perubahan prilaku gizi dalam keluarga. Selain itu,kegiatan ini memperkuat peran ibu yang berperan penting dalam pengelola pangan dan kesehatan keluarga, melalui kelompok belajar atau pendidik sebaya yang mendorong dukungan dan partisipasi masyarakat dalam pencegahan masalah gizi (Nuryani, 2018). Kegiatan ini dilakukan dengan membentuk kelompok **"Ibu Muda Inspiratif"**, sebuah komunitas pendidik sebaya yang dipilih dari lingkungan lokal, para ibu muda ini dilatih untuk berbagi pengetahuan gizi melalui pendekatan storytelling atau bercerita berdasarkan pengalaman pribadi. Mereka menggunakan bahasa yang sederhana dan alat peraga menarik seperti Buku Saku Gizi, Nutri-board, dan poster. Metode edukasi pendidik sebaya memiliki kelebihan karena penyampaian informasi dilakukan oleh teman sebaya sehingga menggunakan bahasa yang mudah dipahami, menciptakan suasana yang nyaman dan terbuka, meningkatkan kepercayaan penerima pesan, serta membuat informasi lebih relevan dan mudah diterima (Safrudin, 2025). Pendekatan pendidik sebaya diharapkan dapat menyampaikan informasi gizi dan merubah pengetahuan, sikap dan perilaku ibu dan lingkungannya (Permatasari, 2017)). Selain itu, kegiatan pengadian ini juga meningkatkan keterampilan dan kemandirian para ibu muda dalam pemenuhan gizi dalam susunan menu makanan keluarga dengan praktik pemanfaatan dan pengolahan pangan lokal dengan sumber pangan gizi yang tinggi yaitu ikan kembung dan pangan tempe sebagai kaldu alami Langkah ini bertujuan untuk mengoptimalisasi nilai biologis pangan lokal sebagai upaya preventif masalah gizi yang lebih murah dan berkelanjutan

METODE PELAKSANAAN

Tempat dan Waktu. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan di ruangan mitra BKB Kumala yaitu di desa Sugihwaras Kecamatan Wonomulyo kabupaten Polewali Mandar dengan rincian: tanggal 24 Mei 2026 dengan agenda sosialisasi kegiatan dan skrining sampel ibu dengan pernikahan usia dini dan memilih peserta ibu muda inspiratif sebagai pendidik sebaya. Pertemuan 13 sampai 14 Juni 2026 dengan agenda pemberian materi pengetahuan Gizi dan tanggal 16 juni 2026 praktek simulasi dan komunikasi efektif pendidik sebaya dengan durasi $\pm$90 menit. Pertemuan 16 Juli 2026 kunjungan monitoring dan evaluasi edukasi pendidik sebaya. Pertemuan 15 Juli 2026 praktek pengolahan dan pemanfaatan pangan lokal, pertemuan tanggal 2 Agustus 2026 kunjungan rumah untuk memantau penerapan menu sehat di tingkat keluarga. Pertemuan tanggal 10 September advokasi kepada pemerintah desa bersama ketua BKB

Kumala agar program gizi ini mendapatkan dukungan kebijakan program desa, serta pendampingan praktik gizi sehari-hari yang berkelanjutan

Khalayak Sasaran. Khalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian Masyarakat ini adalah semua ibu muda dengan pernikahan usia dini yang tergabung dalam mitra kelompok BKB Kumala yang berjumlah 20 orang

Tahapan Kegiatan

Metode Pengabdian. Program pemberdayaan masyarakat melalui "Pelatihan Gizi Inovatif bagi ibu dengan pernikahan usia dini" di Kabupaten Polewali Mandar dilaksanakan melalui tiga tahapan utama sebagai berikut:

1. Tahap I: Persiapan Tahap ini mencakup sosialisasi kegiatan melalui koordinasi dengan berbagai pemangku kepentingan seperti Dinas Kesehatan, pemerintah desa, kader BKB, dan tokoh masyarakat untuk menyusun rencana aksi. Selain itu, dilakukan pembuatan dokumen Standar Operasional Prosedur (SOP) serta penguatan struktur organisasi mitra agar memiliki sistem kerja yang lebih terstruktur dan profesional.
2. Tahap II: Implementasi Tahap pelaksanaan ini terdiri dari beberapa kegiatan inti:
   a. Pelatihan Gizi Inovatif: Edukasi mengenai gizi seimbang, pencegahan anemia, KEK, dan stunting.
   b. Pembentukan ibu pendidik sebaya: Membentuk kelompok "Ibu Muda Inspiratif".Ibu yang dipilih sebagai pendidik sebaya sebanyak 6 orang dengan usia pernikahan dini sebelum 18 tahun. Peserta dipilih berdasarkan minat belajar kemampuan komunikasi yang baik serta memiliki pengaruh positif di lingkungannya kemudian peserta akan dilatih. Proses edukasi pendidik sebaya diberikan selama 4 kali selama 1 bulan, diberikan secara sistematis, waktu dan frekuensi yang teratur dan diberikan secara berangsur–angsur, sehingga efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi dengan rincian pertemuan 1 tentang dengan pesan gizi seimbang, per temuan 2 tentang penyebab dan pencegahan stunting, pertemuan 3 berisi materi penyebab dan pencegahan Kurang Energi Kronik (KEK) dan anemia gizi. Penyampaian materi dilakukan dengan tatap muka, diskusi, presentasi power point dan pemutaran video, serta pertemuan 4 berisi komunikasi efektif dalam mentransformasikan pengetahuan gizi pada mitra sasaran Kemudian keterampilan komunikasi dengan simulasi dan praktek edukasi yang didampingi oleh tim dosen promosi kesehatandikordinasiDr.Muhammad Anwar S.KM.,M.PH. Dalam memberikan edukasi ke mitra sasaran pendidik sebaya juga dibekali dengan menggunakan media edukasi gizi yaitu buku saku, nutriboard, leaflet dan poster.
   c. Pemanfaatan Pangan lokal dengan melakukan Demonstrasi Memasak: Praktik pengolahan pangan lokal yang murah dan bergizi, yaitu pembuatan makarel dan kimbab dengan bahan dasar ikan kembung dan kaldu rumahan dangan bahan dasar tempe. Praktik kemandirian pangan lokal dalam susunan menu keluarga dipantau melalui kunjungan rumah dan pendampingan.
3. Tahap III: Pelaporan dan Keberlanjutan Untuk menjamin dampak jangka panjang, program diintegrasikan dengan layanan kesehatan yang sudah ada seperti posyandu. Dilakukan pula advokasi kepada pemerintah desa agar program gizi ini mendapatkan dukungan kebijakan dan pendanaan desa, serta pendampingan praktik gizi sehari-hari yang berkelanjuta



Gambar 1.
Tahapan Pelaksanaan Kegiatan: Sosialiasi,seleksi pendidik sebaya,simulasi edukasi,praktik pemanfaatan pangan lokal,monitoring dan kunjungan rumah

Indikator Keberhasilan

No	*Pengetahuan Gizi*	*Skor Pre-test*	*Skor Post-Test*
1	Memahami pesan dalam PUGS	41,33	94,67
2	Pengetahuan penyebab stunting	43,33	91,33
3	Memahami pencegahan stunting	46,00	94,67
4	Memahami dampak dan	44,67	92,67
	pencegahan KEK		
5	Pengetahuan tentang penyebab anemia gizi	48,67	94,67
6	Memahami pencegahan anemia gizi	63,33	95,33
	Rerata	**47,89**	**93,89**

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Gizi Kelompok sasaran mitra

Indikator Keberhasilan. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini ada 2 (dua) indikator keberhasilan yaitu yang pertama tingkat pengetahuan gizi ibu sasaran edukasi pada mitra BKB Kumala yang dilakukan Kelompok Ibu Muda Inspiratif yang bekerja di lapangan sebagai pendidik sebaya meningkat dengan skor rata-rata di atas 80% yang diukur melalui

metode pre-test dan post-test. Variabel pengetahuan gizi me rupakan kemampuan subjek untuk men jawab kuesioner pengetahuan gizi berisi 40 soal pertanyaan terdiri 10 soal pesan gizi seimbang,10 soal penyebab dan pencegahan stunting, 10 soal penyebab dan pencegahan Kurang Energi Kronik (KEK) dan 10 soal penyebab dan pencegahan anemia gizi. Tingkat pengetahuan dikategorikan baik apabila memiliki interval 80-100%, dan kurang apabila memiliki interval <50% (Arikunto, 2010).tingkat pengetahuan dihitung dengan cara sebagai berikut:

$$\text{jumlah soal benar/total jumlah soal} x100\%$$

Kemudian indikator keberhasilan yang kedua peningkatan hard skills yaitu keterampilan praktis pengolahan pangan lokal melalui pelatihan pemanfaatan pangan lokal ikan kembung dan kaldu rumahan bahan dasar tempe. Keberhasilan dipantau dari kemandirian kelompok sasaran mitra dalam penerapan menu sehat berbahan pangan lokal di keluarga, tim pendamping akan melakukan pemantauan langsung melalui kunjungan rumah atau komunikasi lanjutan untuk memastikan menu sehat dengan mengoptimalkan pangan lokal diterapkan di tingkat keluarga

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap awal persiapan dilakukan kegiatan Observasi dan sosialisasi.Dalam kegiatan ini dilakukan dengan kordinasi dengan berbagai pemangku kepentingan seperti Dinas Kesehatan diwakilkan oleh Tenaga Gizi Puskesmas, pemerintah desa, ketua BKB Kumala, dan tokoh masyarakat. Sebelum pemaparan dan sosialisasi kegiatan seluruh ibu kelompok BKB Kumala dengan riwayat pernikahan usia dini yang hadir berjumlah 20 orang mengikuti pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan gizi terkait pemahaman tentang gizi seimbang,penyebab dan pencegahan. Kemudian kegiatan pemaparan materi edukasi oleh tim dosen pengabdian masyarakat kepada peserta ibu pendidik sebaya. Setelah mendapatkan materi peserta melakukan simulasi praktek pendidik sebaya, simulasi dilakukan untuk memastikan peserta memahami konsep pendidik sebaya sehingga penyampaian informasi menjadi efektif dan dapat diterima dengan baik oleh khalayak sasaran

Tabel 2. Indikator keberhasilan kegiatan

No.	Indikator	Hasil
1	Peningkatan Pengetahuan Gizi	Peningkatan 46 poin rerata Level Keberdayaan Pengetahuan Gizi pada mitra sasaran
2	Praktek Pemanfaaatan Pangan Lokal	Melalui Pendampingan dan Kunjungan Rumah sebesar 95% ibu mempratikkan secara mandiri pemanfaatan pangan lokal dalam susunan menu keluarga

Sumber: [Data kegiatan, 2026]

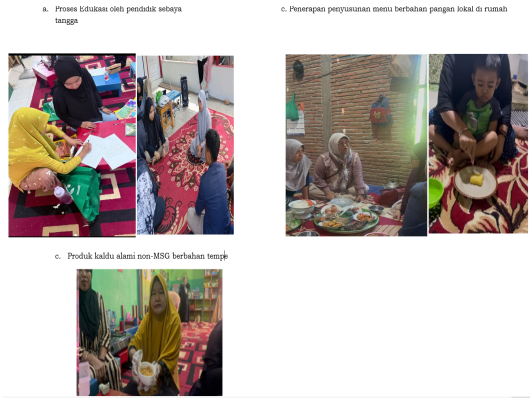
Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata sebesar 46 poin pengetahuan gizi peserta setelah pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan, berdasarkan hasil evaluasi post-test, sebanyak 20 ibu muda dengan riwayat pernikahan usia dini rerata nilai hasil pre-

test 47,89 mengalami peningkatan skor dengan nilai rerata sebesar 93,89 setelah post-test. Perempuan yang menikah dini cenderung memiliki pengetahuan dan kesiapan yang kurang sebagai ibu muda hal ini disebabkan karakteristik ibu muda yang pasif dalam mencari informasi karena rendahnya tingkat pendidikan akibat putus sekolah setelah menikah (Aril, 2025). Kurangnya pengetahuan gizi pada ibu muda memberikan dampak berantai yang signifikan terhadap kesehatan, pemenuhan nutrisi, dan tumbuh kembang anak (Afriani, 2022). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil pengetahuan gizi adalah teknik atau pendekatan metode penyampaian materi pendidikan gizi. Metode edukasi pendidik sebaya memiliki kelebihan karena penyampaian informasi dilakukan oleh teman sebaya yang memiliki pengalaman dan tantangan yang sama. Hasil ini menegaskan bahwa pendekatan edukasi sebaya merupakan strategi yang efektif dalam promosi kesehatan, khususnya pada isu gizi ibu dan anak yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat (World Health Organization, 2024). Peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah intervensi dapat dijelaskan melalui Social Learning Theory yang dikemukakan oleh Bandura (1986). Teori ini menjelaskan bahwa individu memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru melalui proses observasi, imitasi, dan interaksi sosial dengan model yang dianggap relevan. Dalam penelitian ini, peer educator berperan sebagai role model yang memiliki karakteristik serupa dengan responden, baik dari segi usia, pengalaman, maupun lingkungan sosial. Kondisi tersebut memungkinkan proses penyampaian informasi menjadi lebih efektif karena remaja cenderung lebih mudah menerima pesan kesehatan yang disampaikan oleh teman sebaya dibandingkan oleh figur otoritas. Selain itu, Peer Influence Theory menjelaskan bahwa kelompok sebaya memiliki pengaruh kuat terhadap pembentukan pengetahuan dan pengambilan keputusan pada masa remaja (Steinberg & Monahan, 2007). Melalui diskusi yang interaktif dan komunikasi yang setara, responden memperoleh kesempatan untuk bertanya, berbagi pengalaman, serta mengklarifikasi informasi yang sebelumnya kurang dipahami sehingga.Hasil penelitian Nuryani dan Yeni paramita (2018) di Gorontalo terjadi peningkatan skor pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang secara signifikan pada kelompok pendidik sebaya. Dan penelitian Diah dan Reni (2026) di Lampung edukasi sebaya efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri serta berpotensi dikembangkan dalam program PIK-R Praktek pemanfaatan pangan lokal yaitu para ibu mitra sasaran secara mandiri mampu menyusun menu makanan keluarga dengan melakukan kunjungan rumah dan pendampingan menunjukkan antusiasme sasaran mitra dengan tingkat partisipasi sebesar 95% atau 19 rumah tangga. Hal ini terlihat melalui kunjungan rumah oleh tim pendampingan dimana menu makanan keluarga yang disajikan beranekaragam dan berbasis pangan lokal seperti singkong rebus,abon ikan nila,sayur kelor,sushi dengan isian ikan kukus berbumbu hingga snack ringan donat labu. Melalui praktek pengolahan pangan dan diharapkan para ibu muda ini kini memiliki kemandirian untuk menyajikan menu sehat dengan menggunakan bahan pangan yang murah dan mudah didapat di lingkungan mereka.

Potensi Pangan Lokal di Polewali Mandar mempunyai potensi pangan lokal yang sangat besar karena memiliki keanekaragaman sumber daya alam yang melimpah mempunyai komoditas unggulan yang dapat dikembangkan sebagai sumber pangan masyarakat. Pangan lokal seperti beras,jewawut, jagung, ubi kayu, ubi jalar, talas, kentang, kacang-kacangan, kedelai, berbagai jenis sayuran, buah-buahan, potensi ikan laut yang melimpah, telur, dan berbagai bahan pangan lainnya. Keanekaragaman tersebut memberikan peluang untuk menciptakan pola konsumsi yang lebih bervariasi dan mengurangi ketergantungan terhadap satu jenis pangan sehingga kebutuhan gizi dan kesehatan yang optimal dapat tercapai (Widowati & Nurfitriani, 2023). Pangan lokal memiliki karakteristik yang sesuai dengan konsep gizi berkelanjutan (sustainable nutrition).Banyak pangan lokal memiliki kandungan zat gizi yang tinggi serta memerlukan input produksi yang relatif lebih rendah. Seperti Ikan kembung atau di Polewali Mandar dikenal dengan ikan *bolalia,* mengandung 25,1 gram total lemak, lebih tinggi dari ikan salmon yang mengandung 13,4 gram. Lemak dalam ikan kembung terutama mengandung asam lemak omega-3 omega-3 (DKGBM, 2019). Ubi jalar oranye merupakan sumber ´beta-karoten yang berperan dalam pencegahan defisiensi vitamin A. Daun kelor kaya akan vitamin A, vitamin C, zat besi, dan kalsium sehingga berpotensi mendukung pencegahan anemia dan stunting. Jewawut mengandung serat pangan yang tinggi serta

memiliki indeks glikemik lebih rendah dibandingkan beras putih, sehingga berpotensi menjadi alternatif pangan bagi individu dengan risiko diabetes melitus (Rahayu et al,2024).Pemanfaatan dan pengolahan pangan lokal dengan sumber pangan gizi yang tinggi diharapkan dapat mengoptimalisasi nilai biologis pangan lokal sebagai upaya preventif masalah gizi yang lebih murah dan berkelanjutan. Penyusunan menu pangan lokal di tingkat keluarga dengan memanfaatkan potensi bahan makanan yang mudah didapat, terjangkau, dan kaya nutrisi merupakan langkah strategis untuk mencegah masalah gizi ibu dan anak seperti stunting, anemia, dan Kurang Energi Kronis/KEK pada kelompok rentan dan beresiko seperti ibu muda dengan pernikahan usia dini (Afriani, 2022) .

Gizi berbasis potensi pangan lokal merupakan pendekatan pemenuhan kebutuhan gizi dengan memanfaatkan bahan pangan yang tersedia di lingkungan masyarakat dan memiliki nilai gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Pendekatan ini tidak hanya mempertimbangkan kandungan zat gizi suatu bahan makanan, tetapi juga memperhatikan ketersediaan, keterjangkauan harga, keamanan pangan, daya terima, kebiasaan makan, budaya, serta cara pengolahan pangan. Dengan demikian, pangan lokal dapat menjadi sumber makanan bergizi yang mudah diperoleh dan sesuai dengan karakteristik sosial budaya masyarakat setempat (Hati et al., 2025).



Gambar 2. Hasil Kegiatan Edukasi Gizi pendidik sebaya,penerapan menu pangan lokal serta produk kaldu alami tempe

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berhasil memberikan dampak positif bagi ibu-ibu Muda dengan Pernikahan Usia Dini pada Mitra Bina Keluarga Balita (BKB) Kumala desa Sugihwaras. Hasil evaluasi melalui angket literasi gizi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan gizi sebesar 46 poin dan partisipasi peserta mitra mencapai 95% secdalam menyusun menu bergizi melalui pemanfaatan pangan lokal yang tersedia di lingkungan tempat tinggalnya

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada DPPM Kemendiktisaintek atas dukungan dan Hibah Dana Pengabdian Kepada Masyarakat Skema Pengabdian Masyarakat Pemula (PKM-PMP) Tahun Anggaran 2026 sesuai Surat Keputusan Nomor 212/C3/DT.05.00/PM/2026. Terima kasih juga kami sampaikan kepada Mitra Kami Poktan Bina Keluarga Balita (BKB) Desa Sugihwaras Polewali Mandar yang telah menjadi mitra serta memberikan kesempatan sehingga kegiatan Pelatihan Inovasi Gizi ini dapat terlaksana dengan baik.

KONFLIK KEPENTINGAN

Dalam pelaksanaan kegiatan maupun penyusunan artikel ini tidak terdapat konflik kepentingan terhadap siapa pun

DAFTAR PUSTAKA

Afriani A, Abidin UW.(2022). Hubungan pernikahan usia dini terhadap kejadian stunting di Kecamatan Anreapi. Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan. 17;5(3):291-7.

Alemu, M., Teshome, G., & Demissie, H. (2019). Effectiveness of peer education intervention on knowledge, attitude and practice about HIV/AIDS among adolescents in Western Ethiopia. Adolescent Health, Medicine and Therapeutics, 10, 45–53.

Aril S, Nasaruddin NS, Meilidya A, Setiawan RD, Rahman NR, Ramadhani AF.(2025). The impact of adolescent marriage on child stunting: Socio-cultural dynamics and policy implications in rural communities. EcoVision: Journal of Environmental Solutions. 28;2(1):15-30.

Arikunto A. 2010. Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktek (ed revisi). Jakarta: Rineka Cipta.

BPS 2024. Provinsi Sulawesi Barat Dalam Angka 2024

Diah, P, Reni Z.(2026), Efektivitas Peer Educator Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Pik-R Universitas Lampung Journal Medika Malahayati, 10;1(2) 91-102

Kementerian Kesehatan Indonesia,2019.Daftar Komposisi Gizi Bahan Makanan (DKGBM).

Hati, E. P., Rum, F. F., & Febrianti, N..(2025) Potential of local functional foods for food security in Indonesia: A narrative review. Journal of FoodSecure Indonesia, 1(1). https://doi.org/10.61978/foodsecure.v1i1.625

Heslin, A., & Mcnulty, B. (2023). Adolescent nutrition and health: characteristics, risk factors and opportunities of an overlooked life stage. In Proceedings of the Nutrition Society (Vol. 82, Issue 2, pp. 142–156). Cambridge UniversityPress. https://doi.org/10.1017/S0029665123002689

Laporan Bappeda Polewali Mandar (2023)

Nuryani N, Paramita Y. Intervensi Pendidik Sebaya Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang pada Remaja di MTsN Model Limboto. Indonesian Journal of Human Nutrition. 2018 Dec 31;5(2):96-112.

Permatasari TA. Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Gizi Seimbang menggunakan Metode Peer Education. Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat. 2017 Sep 28;11(2):114-20.

Rahayu, Y. Y. S., Sujarwo, W., Irsyam, A. S. D., Dwiartama, A., & Rosleine, D. (2024). Exploring unconventional food plants used by local communities in a rural area of West Java, Indonesia: Ethnobotanical assessment, use trends, and potential for improved nutrition. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine, 20, 68. https://doi.org/10.1186/s13002-024-00710-y

Safrudin, M. B., Saputri, D., & Purdani, K. S. (2025). The Effect of Peer Educator Training on Knowledge of the Adolescent Reproductive Health Triad among Health Cadres. In An Idea Health Journal ISSN (Vol. 5, Issue 03

Steinberg, L., & Monahan, K. C. (2007). Age differences in resistance to peer influence. Developmental Psychology,43(6),1531–1543. https://doi.org/10.1037/0012 1649.43.6.1531

Widowati, S., & Nurfitriani, R. A. (2023). Diversifikasi Pangan Lokal untuk Ketahanan Pangan: Perspektif Ekonomi, Sosial, dan Budaya. Jakarta: BRIN