
ABDIMAS

Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/abdimas/>

Penerapan Model Intervensi BROSSING Pada Remaja Putri dalam Upaya Prevensi Generasi Stunting

Putri Widita Muharyani, Antarini Idriansari, Mutia Nadra Maulida, Karolin Adhistry

Universitas Sriwijaya, Indonesia

Abstrak

Adolescent girls are the future mothers and their nutritional needs during adolescence is very important. Poor nutrition during adolescence can have negative effect, both the adolescents themselves and their descendants. Adolescent girls who experience anaemia and chronic energy deficiency will increase the risk of having low birth weight children (LBW). Infants with LBW have a higher risk of stunting than non-LBW infants. Lack of information about the nutritional needs of adolescent girls can be one of the factors that causes stunting problems in their descendants. The intervention effort that can be done is by conducting health education through a variety of media that appeal to adolescent girls. Health education in this activity used the media of education BROSSING (Bermain Monopoli Stop Stunting Itu Penting). BROSSING developed by a community service team to attract the interest of adolescent girls in understanding the importance of nutrition during the first 1000 days of life. The purpose of this community service activity was to build adolescent girls' awareness on the importance of knowledge in nutritional needs during 1000 days of life. This activity was conducted gradually in SMA Negeri 18 Palembang. The activity started by reviewing the information needs related to nutrition in adolescent girls, then conducted health education which used lecture and simulation game methods with the media BROSSING. From this activity, the adolescent girls' knowledge has increased and expected it can be the basis for forming healthy life behaviour in adolescent girls, especially in consuming nutritious and balanced food according to their needs.

Kata kunci : Nutrisi; Stunting; 1000 HPK; Media Edukasi; Remaja Putri

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, biologis, perilaku, kognitif, emosi, dan pematangan organ reproduksi (Efendi & Makhfudli, 2009). Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) usia remaja yaitu dimulai dari 10-24 tahun dan belum menikah (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Status gizi pada remaja putri perlu mendapatkan perhatian yang lebih karena remaja putri merupakan calon ibu atau generasi yang akan melahirkan generasi selanjutnya (Mardalena, 2017). Menurut Hurlock dalam Soetjningsih (2010) salah satu tugas perkembangan masa remaja adalah mempersiapkan diri untuk perkawinan dan kehidupan berkeluarga, termasuk mempersiapkan kecukupan gizi bagi remaja putri (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Masalah kesehatan terkait gizi pada remaja putri yaitu seperti remaja kurus, kurang energi kronik, dan anemia akan meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) (Pritasari et al., 2017). Kementerian Kesehatan RI tahun 2018 menyatakan bahwa bayi BBLR memengaruhi terjadinya stunting sebesar 20%. Stunting merupakan suatu kondisi gagal tumbuh pada anak usia di bawah lima tahun akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Periode 1.000 HPK dimulai dari janin hingga anak berusia 23 bulan (Kementerian Kesehatan RI, 2018b). Anak digolongkan stunting apabila memiliki panjang atau tinggi badan berada di bawah minus dua standar deviasi panjang atau tinggi anak seumurnya (TNP2K, 2018). Menurut WHO, prevalensi stunting pada balita akan menjadi masalah kesehatan jika prevalensinya mencapai 20% atau lebih (World Health Organization, 2018).

Secara global pada tahun 2017 ditemukan sebanyak 22,2% atau 150,8 juta balita mengalami stunting. Lebih dari setengah balita stunting di dunia berasal dari Asia (55%) (World Health

Organization, 2018). Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di kawasan Asia Tenggara dengan rata-rata kejadian stunting sebesar 36,4% pada tahun 2005-2017 (Kementerian Kesehatan RI, 2018c). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan penurunan prevalensi stunting di tingkat nasional sebesar 6,4% selama periode 5 tahun yaitu dari 37,2% (2013) turun menjadi 30,8% (2018) (Kementerian Kesehatan RI, 2018a). Namun, hal tersebut masih menjadi permasalahan karena masih berada di atas batasan yang ditetapkan oleh WHO (20%). Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan mencatat peningkatan prevalensi stunting di Sumatera Selatan yaitu 19,2% (2016) menjadi 22,8% (2018) (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2019).

Upaya pertama dalam pencegahan stunting adalah pemenuhan gizi, terutama pada periode 1.000 hari pertama kehidupan (*golden periode*), yang jika tidak dimanfaatkan dengan baik akan terjadi kerusakan yang bersifat permanen (*window of opportunity*) (Kementerian Kesehatan RI, 2012). Menurut Dian dalam Ayu (2019), nutrisi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) diperlukan sejak awal masa kehamilan, sementara individu tidak bisa mengetahui secara pasti kapan tepatnya kehamilan terjadi, maka kebutuhan zat gizi di sepanjang masa kehidupan perlu diperhatikan, termasuk pada saat memasuki usia remaja (Ayu, 2019). Data Riskesdas diketahui bahwa dari tahun 2013-2018 terdapat kenaikan prevalensi anemia pada kelompok usia 15-24 tahun yaitu 18,4% menjadi 32% atau 14,7 juta jiwa. Remaja putri yang kurus atau kurang energi kronis dan mengalami anemia akan meningkatkan risiko bayi lahir prematur dan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR). BBLR akan meningkatkan kejadian stunting sebesar 20% dibandingkan dengan bayi lahir normal (Kementerian Kesehatan RI, 2018b).

Berdasarkan hal tersebut maka dipandang perlu untuk menerapkan strategi intervensi yang berbasis penelitian pada remaja putri selaku calon ibu agar memiliki wawasan mengenai pentingnya memenuhi kebutuhan nutrisinya. Diharapkan pengaplikasian media edukasi BROSSING pada remaja putri dapat menciptakan suasana belajar dengan cara yang lebih yang menyenangkan sehingga pengetahuan yang didapatkan oleh remaja putri langgeng, sehingga terbentuk sikap yang positif dan kelak remaja putri akan menerapkannya pada anak-anaknya.

METODE

Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah remaja putri di SMA Negeri 18 Palembang. Kegiatan dilaksanakan di SMA Negeri 18 Palembang dengan tetap menjalankan protokol Kesehatan. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengurusan perizinan. Setelah itu tim melakukan kontrak waktu dengan pihak sekolah terkait dengan pelaksanaan kegiatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dibagi menjadi 2 tahap, yang pertama adalah pengkajian kebutuhan informasi terkait nutrisi pada remaja putri. Kajian kebutuhan informasi dilakukan melalui *focus group discussion*. Setelah itu tim menyusun materi edukasi kesehatan sesuai dengan kebutuhan remaja putri di SMA Negeri 18 Palembang. Tahap kedua adalah edukasi kesehatan terkait nutrisi bagi remaja dengan metode ceramah dilanjutkan dengan edukasi menggunakan media yang telah dikembangkan tim yaitu BROSSING. Pelaksanaan kegiatan ini mengkombinasikan metode bermain peran dan diskusi kelompok, yang setiap kelompoknya terdiri dari 5 orang remaja putri dan 1 orang fasilitator. Permainan BROSSING mengharuskan pemain untuk menjawab pertanyaan mengenai pemenuhan kebutuhan nutrisi dalam rangka mencegah stunting yang terdapat pada kartu tanya. Apabila pemain tidak dapat menjawab pertanyaan, maka pemain harus membayar denda yang telah ditetapkan. Dalam permainan ini, pemain mengumpulkan uang untuk dibelikan bahan makanan. Pemain yang memiliki bahan makanan terbanyak merupakan pemenang dalam permainan ini. Fasilitator bertugas menyampaikan pesan-pesan kesehatan selama permainan berlangsung. Sebelum dan setelah dilaksanakan kegiatan, tim melakukan *pre test* dan *post test* untuk menilai pengetahuan yang dimiliki oleh remaja sebelum dan setelah dilakukan edukasi kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa edukasi kesehatan dan pembinaan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya memenuhi kebutuhan nutrisinya. Kegiatan ini dilaksanakan pada periode bulan Agustus-November 2021. Adapun sasaran dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah remaja putri di SMA Negeri 18 Palembang yang berjumlah 50 siswi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dibagi menjadi 2 tahapan. Tahap pertama yaitu

pengkajian kebutuhan informasi terkait nutrisi pada remaja putri. Pengkajian dilakukan dengan metode *focus group discussion* (FGD). Hasilnya diketahui bahwa remaja putri yang menjadi peserta FGD belum memiliki pemahaman yang baik terkait pemenuhan gizi seimbang bagi remaja. Sebagian besar peserta FGD juga belum mengetahui kebutuhan zat gizi bagi usia remaja, selain itu remaja putri juga tidak mengetahui dampak dari tidak terpenuhinya zat gizi bagi tubuh. Lebih lanjut, remaja putri sudah mengenal beberapa contoh zat gizi yang terkandung dalam berbagai jenis makanan. Berdasarkan pengkajian tersebut, selanjutnya tim pengabdian kepada masyarakat menyusun materi edukasi kesehatan.

Edukasi kesehatan dibagi menjadi 2 pertemuan. Pertemuan pertama, tim memberikan materi mengenai pentingnya gizi seimbang bagi remaja putri. Edukasi kesehatan dilakukan dengan metode ceramah. Sebelum diberikan edukasi, peserta diberikan *pre test* untuk mengukur pengetahuan yang dimiliki remaja putri. Edukasi kesehatan dengan metode ceramah seperti terlihat pada Gambar 1 berjalan selama 45 menit. Penyampaian materi diberikan dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh remaja. Tim pengabdian mengupayakan agar dalam penyampaian materi tidak membosankan dengan membuat tampilan media semenarik mungkin dan disampaikan secara interaktif.

Sepanjang penyampaian materi, peserta tampak memperhatikan dan fokus namun tetap santai. Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Saat sesi tanya jawab, remaja putri tampak antusias bertanya mengenai topik yang telah disampaikan. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan *post test*, hal ini dilakukan guna mengukur pengetahuan yang dimiliki remaja setelah dilakukan edukasi kesehatan tahap pertama. Pertemuan pertama kemudian ditutup dengan pembagian hadiah bagi 5 peserta yang memiliki skor *post test* tertinggi dan peserta kategori teraktif. Kelima remaja putri yang terpilih kemudian di latih untuk menjadi fasilitator dalam edukasi kesehatan menggunakan media BROSSING yang telah dirancang oleh tim. Remaja putri terpilih diberikan penjelasan mengenai tugasnya dan bagaimana cara menggunakan media BROSSING.

Pada pertemuan kedua, tim melakukan edukasi mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan. Materinya berisi mengenai kebutuhan nutrisi bagi ibu hamil dan terkait nutrisi bagi anak. Materi ini sangat penting diberikan pada remaja putri karena remaja putri merupakan calon ibu bagi di masa mendatang. Pengetahuan mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan sedini mungkin bagi remaja sangat diperlukan agar remaja putri terpapar sedini mungkin dengan informasi mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan nutrisi saat hamil dan pemenuhan nutrisi bagi anak selama 2 tahun pertama kehidupannya. Materi ini disusun dalam media BROSSING yang telah dikembangkan oleh tim melalui proses penelitian sebelumnya. Media BROSSING diadopsi dari permainan monopoli, namun tidak semua peraturan dalam permainan monopoli diterapkan dalam BROSSING. Permainan BROSSING yang disajikan dalam Gambar 2 menggunakan dadu, papan main, kartu kesempatan, kartu tanya dan dana umum yang berisi pesan-pesan kesehatan yang disusun oleh tim.



Gambar 1. Edukasi Kesehatan Metode Ceramah



Gambar 2. Media Edukasi BROSSING

Sebelum dilakukan edukasi kesehatan dengan media BROSSING, dilakukan pretest. Setelah itu tim membagi kelompok yang terdiri dari 1 orang remaja putri yang bertindak sebagai fasilitator dan 5 orang remaja putri sebagai peserta seperti terlihat pada Gambar 3. Tugas fasilitator adalah memberikan penjelasan tujuan dan manfaat dari kegiatan yang dilakukan serta menjelaskan aturan permainan. Setelah jelas, peserta memulai permainan dengan melempar dadu. Setiap pemain dipersilakan untuk menjalankan bidak sesuai angka yang muncul pada dadu. Setelah itu, pemain dipersilakan untuk membaca materi yang ada dalam kotak pada papan permainan BROSSING lalu menjawab pertanyaan yang disampaikan oleh fasilitator terkait materi yang sudah dibaca. Jika pemain

dapat menjawab pertanyaan maka akan diberikan reward dan sebaliknya jika pemain tidak bisa menjawab pertanyaan maka pemain tidak mendapatkan reward. Fasilitator akan memberi penjelasan mengenai materi terkait pernyataan yang disampaikan sehingga peserta memiliki pemahaman yang baik. Pemenang dalam permainan ini adalah peserta yang memiliki *reward* terbanyak.



Gambar 3. Briefing 5 remaja terpilih menjadi fasilitator edukasi dengan media BROSSING

Selama edukasi dengan media BROSSING, peserta tampak sangat antusias dan bersemangat seperti terlihat pada Gambar 4. Mereka tampak sangat menikmati permainan dan tidak ada peserta yang tampak bosan. Edukasi dengan media BROSSING dirancang semenarik mungkin dan interaktif sehingga seluruh peserta aktif dalam mengikuti permainan yang berisi pesan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan selama 45 menit. Kegiatan diakhiri dengan *post test* untuk mengukur pengetahuan yang dimiliki remaja putri setelah diberikan edukasi kesehatan. Selanjutnya seluruh peserta dibagikan bingkisan dan pemenang dari setiap kelompok diberikan hadiah tambahan yang dapat dilihat pada Gambar 5.



Gambar 4. Peserta sedang menggunakan media edukasi BROSSING



Gambar 5. Pemenang dari tiap kelompok

Hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai gizi seimbang bagi remaja dan 1000 HPK. Sebelum dilaksanakan edukasi kesehatan mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan yang masuk dalam kategori kurang (63,2%). Setelah diberikan edukasi, sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan berkategori baik (78,9%). Pengetahuan merupakan hasil tahu yang dihasilkan setelah individu melakukan pengindraan terhadap suatu objek. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, baik penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba (Nurmala, *et al.* 2018). Adapun dalam kegiatan ini remaja putri mendapatkan pengetahuan setelah melakukan pengindraan terhadap edukasi dengan media BROSSING.

Edukasi kesehatan adalah suatu proses pembelajaran yang terencana dan bersifat dinamis. Tujuan dari proses pembelajaran ini adalah untuk memodifikasi perilaku melalui peningkatan keterampilan, pengetahuan, maupun perubahan sikap yang berkaitan dengan perbaikan pola hidup ke arah yang lebih sehat (Nurmala, *et al.* 2018). Peningkatan pengetahuan pada remaja putri setelah proses pembelajaran melalui edukasi dengan media BROSSING dapat menjadi langkah awal untuk

mencapai tujuan edukasi kesehatan yaitu memodifikasi perilaku ke arah yang lebih sehat.

Pencapaian tujuan edukasi kesehatan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu proses pendidikan, materi, pendidik dan alat bantu dalam proses pendidikan (Megawati, Suriah, Ngatimin, & Yani, 2018). Materi edukasi yang disusun serta arah pemberian materi menjadi faktor penting keberhasilan edukasi kesehatan yang dilaksanakan. Penyusunan materi edukasi yang memiliki daya tarik dapat membuat pesan yang akan disampaikan dapat lebih mudah dipahami oleh sasaran (Nurmala, *et al.* 2018). Media BROSSING diidesain semenarik mungkin dengan menyajikan gambar-gambar dan warna-warna yang cerah agar dapat menarik perhatian remaja. Media yang menarik perhatian akan meningkatkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar (Sudjana & Rivai, 2013).

Edukasi kesehatan yang dilakukan dalam kegiatan ini berupa permainan simulasi menggunakan media BROSSING yang merupakan hasil inovasi dari permainan monopoli yang berlangsung selama 45 menit. Remaja putri terlihat antusias dan merespon dengan baik. Mereka mengatakan bahwa lebih senang belajar dengan metode bermain daripada harus belajar materi secara penuh. Penelitian Karunia (2016) mendapatkan bahwa pendidikan gizi melalui teknik simulasi monopoli lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan, perilaku mengkonsumsi protein, dan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia dibandingkan dengan pendidikan gizi menggunakan metode ceramah.

Monopoli merupakan salah satu metode permainan simulasi dalam pendidikan kesehatan yang dinilai efektif untuk meningkatkan pengetahuan pada remaja (Saputri & Azzam, 2015). Permainan simulasi dengan menggunakan monopoli telah dimodifikasi dengan menarik dan edukatif sehingga mampu menyesuaikan dengan karakteristik remaja. Hal ini sejalan dengan konsep tumbuh kembang remaja yang menyatakan bahwa remaja menyukai permainan-permainan yang mengasah pikiran atau intelektual (Hurlock, 2011).

Namun demikian, hasil *post test* juga menunjukkan bahwa masih ada remaja putri yang memiliki pengetahuan kategori kurang. Hal ini dapat terjadi karena informasi tersebut belum tersimpan dalam memori jangka panjang remaja putri sehingga masih salah saat menjawab soal saat dilakukan *post test*. Bhinnety (2017) mengatakan bahwa informasi yang tersimpan di dalam memori jangka pendek seseorang hanya mampu bertahan selama 30 detik. Informasi yang diterima oleh seseorang bisa gagal tersimpan di dalam memori jangka panjang karena adanya penambahan informasi baru yang menggantikan informasi lama (*displacement*) atau karena adanya kekurangan pada saat otak melakukan pengarsipan informasi.

Pemahaman remaja putri tentang pemenuhan gizi seimbang dan 1000 HPK merupakan hal yang sangat penting karena akan mempengaruhi sikap dan perilaku remaja putri tersebut dalam pemenuhan gizi seimbang bagi diri dan keturunannya kelak. Hal ini sesuai dengan teori dari Azwar (2016) yang mengatakan bahwa pengetahuan seseorang akan mempengaruhi orang tersebut dalam bersikap dan berperilaku.

Remaja Putri yang kekurangan zat gizi tertentu akan memberikan dampak pada remaja putri itu sendiri dan calon anaknya kelak (Pritasari, Damayanti & Lestari, 2017). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), remaja putri yang mengalami anemia atau yang memiliki berat badan di bawah normal berisiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR). BBLR berisiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan dengan bayi dengan berat lahir normal.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMA Negeri 18 Palembang merupakan perwujudan pelaksanaan tridharma perguruan tinggi. Capaian dari pelaksanaan kegiatan ini adalah semakin meningkatnya pengetahuan dan pemahaman remaja putri akan pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi seimbang dan 1000 HPK. Hal ini diketahui melalui hasil pengukuran *pre test* dan *post test* yang dilakukan saat kegiatan.

Kegiatan edukasi terkait pemenuhan kebutuhan nutrisi dan 1000HPK bagi remaja putri perlu dilaksanakan secara berkesinambungan. Pemilihan metode dan media edukasi kesehatan sangat menentukan pencapaian dari tujuan yang diharapkan. Melalui penggunaan BROSSING sebagai media edukasi bagi remaja putri diharapkan dapat menciptakan suasana belajar dengan cara yang lebih yang menyenangkan sehingga pengetahuan yang didapatkan oleh remaja putri langgeng, sehingga terbentuk sikap yang positif dan kelak remaja putri akan menerapkannya pada anak-anaknya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih bisa disampaikan kepada pihak Universitas Sriwijaya yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat dengan nomor kontrak No. SP DIPA-023.17.2.677515/2021 tanggal 23 November 2020.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu. (2019). *Pentingnya asupan gizi untuk pencegahan stunting*. <https://www.ui.ac.id>
- Azwar, S. (2016). *Sikap manusia: teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bhinnety, M. (2015). Struktur dan proses memori. *Buletin Psikologi*, 16(2), 74–88.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Selatan. (2019). *Laporan dinas kesehatan provinsi sumatra selatan*.
- Efendi, F., & Makhfudli. (2009). *Keperawatan kesehatan komunitas: teori dan produk dalam keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Karunia, Y. (2016). *Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Teknik Simulasi Monopoli Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Perilaku Mengonsumsi Protein, Dan Perubahan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia* (Tesis, Universitas Sebelas Maret, Surakarta). Diperoleh dari <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/55436/Pengaruh-Pendidikan-Gizi-Melalui-Teknik-Simulasi-Monopoli-Terhadap-Peningkatan-Pengetahuan-Perilaku-Mengonsumsi-Protein-Dan-Perubahan-Kadar-Hemoglobin-Remaja-Putri-Anemia>
- Kementerian Kesehatan RI. (2012). *Pemenuhan kebutuhan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan*. <https://www.depkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). Situasi kesehatan reproduksi remaja. In *Infodatin: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018a). *Hasil utama riset kesehatan dasar 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018b). *Situasi balita pendek (stunting) di indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018c). *Upaya percepatan penurunan stunting: evaluasi pelaksanaan tahun 2018 & rencana tindak tahun 2019*. <https://www.depkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Kebijakan dan strategi penanggulangan stunting di Indonesia* (Vol. 2, Issue 2). Jakarta: Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.
- Mardalena, I. (2017). *Dasar-dasar ilmu gizi dalam keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Pers.
- Megawati, Suriah, Ngatimin, R., & Yani, A. (2018). Edukasi Tb Paru Pengetahuan Sikap Kader Posyandu Melalui Permainan Simulasi Monopoli. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 1(1), 5-11.
- Nurmala, et al. (2018). *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. (2017). *Bahan ajar gizi, gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan, Kemenkes RI.
- Saputri, I. Y., & Azam, M. (2015). Efektivitas metode simulasi permainan “monopoli hiv” terhadap tingkat pengetahuan komprehensif hiv/aids pada remaja di kota semarang. *Unnes Journal of Public Health*, 4(4), 107–114.
- Soetjningsih. (2010). *Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya*. Jakarta: Cv Sagung Seto.
- Sudjana, N., & Rivai, A. (2013). *Media Pengajaran*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- TNP2K. (2018). *Strategi nasional percepatan pencegahan anak kerdil (stunting) periode 2018-2024*. Kementerian/Lembaga Pelaksana Program Kegiatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting). <http://tnp2k.go.id>
- World Health Organization. (2018). *Infant and young child feeding*. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>