
PERBANDINGAN PEMBERIAN NUGGET TEMPE KEDELAI DAN TELUR REBUS TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA GIZI KURANG DI TPMB D KABUPATEN GARUT TAHUN 2024

Oleh

Dida Hidayati¹, Ratna Wulandari², Salfia Darmi³

^{1,2,3} Universitas Indonesia Maju

E-mail: 1didahidayati01@gmail.com

Article History:

Received: 19-06-2025

Revised: 28-06-2025

Accepted: 22-07-2025

Keywords:

Gizi Kurang, Nugget Tempe,
Telur Rebus

Abstract: Prevalensi gizi kurang pada balita di Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut pada tahun 2023 tercatat sebanyak 5,45% balita. Berat badan digunakan sebagai indikator terbaik untuk menilai status gizi dan pertumbuhan anak karena sensitif terhadap perubahan kecil, pengukurannya objektif, dan dapat diulangi. Dampak dari gizi kurang yang ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Limbangan saat ini berdampak pada tumbuh kembang anak dimana anak mengalami keterlambatan bicara dan kondisi tubuh sangat kurus. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbandingan pemberian nugget tempe kedelai dan telur rebus terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang. Metode penelitian menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Kegiatan ini dilakukan pada bayi sebanyak 2 balita yang mengalami gizi kurang.

PENDAHULUAN

Nutrisi yang memadai sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan otak anak serta untuk membangun sistem kekebalan tubuh yang optimal. Anak-anak di bawah usia lima tahun sangat rentan terhadap kekurangan gizi, yang perlu segera ditangani karena dampaknya yang besar. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI (2021), World Health Organization (WHO) melaporkan peningkatan prevalensi gizi kurang secara global dari 17,6% pada tahun 2015 menjadi 25,0% pada tahun 2020. Diperkirakan jumlah anak yang mengalami gizi kurang akan bertambah dari 113,4 juta di tahun 2015 menjadi 218 juta di tahun 2020, mencerminkan permasalahan serius terhadap perkembangan fisik anak di masa depan (WHO, 2020).

Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021, tingkat underweight pada balita tercatat sebesar 17%, dan meningkat menjadi 17,1% pada tahun 2022 (SSGI, 2022). Di Jawa Barat, prevalensi balita gizi kurang berdasarkan indeks BB/U tahun 2022 adalah 14,2%, sementara berdasarkan indeks BB/TB sebesar 6%. Di Kabupaten Garut, prevalensi gizi kurang pada balita menurut indeks BB/U mencapai 13,1% dan indeks BB/TB sebesar 3,8% pada tahun yang sama (SSGI, 2022). Di Puskesmas Limbangan, pada tahun 2022 tercatat 4,56% atau 42 balita dari 632 yang ditimbang mengalami gizi kurang. Pada Agustus 2023, jumlah ini naik menjadi 20 balita atau 5,45% dari 367 balita yang ditimbang, menjadikan Puskesmas

Limbangan termasuk dalam lima besar penyumbang prevalensi gizi kurang di Kabupaten Garut (Puskesmas Limbangan, 2023).

Pengukuran berat badan menjadi indikator utama dalam mengidentifikasi status gizi dan perkembangan anak, karena sensitif terhadap perubahan yang terjadi. Faktor-faktor yang menyebabkan gizi kurang saling berhubungan, salah satunya adalah kurangnya asupan nutrisi dalam waktu lama akibat gangguan nafsu makan yang berdampak pada penurunan berat badan (Kesuma et al., 2015). Asupan makanan merupakan faktor penting dalam menentukan status gizi balita. Anak dengan pola makan yang kurang baik biasanya memiliki status gizi yang tidak optimal karena kebutuhan gizi harian mereka tidak terpenuhi (Kemenkes RI, 2021).

Jika masalah ini dibiarkan, akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Penurunan nafsu makan biasanya terlihat dari penolakan terhadap makanan atau ketidakminatan untuk makan, yang bisa dipicu oleh penyakit. Penurunan berat badan yang berlangsung lama dapat meningkatkan risiko kekurangan gizi atau bahkan gizi buruk, yang akan menghambat perkembangan otak anak dan menyebabkan pertumbuhan yang tidak optimal. Masa balita sangat penting untuk pertumbuhan yang berkelanjutan di masa depan (Yunita, 2020). Di wilayah Puskesmas Limbangan, dampak gizi kurang terlihat pada anak yang mengalami keterlambatan bicara dan tubuh yang kurus. Hal ini selaras dengan penelitian Rahim (2018) yang menunjukkan bahwa kurang gizi yang tidak diatasi dapat mengganggu perkembangan fisik dan mental anak, serta meningkatkan risiko penyakit serius hingga kematian.

Salah satu upaya untuk mengatasi masalah pertumbuhan pada anak adalah dengan menyediakan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Pemerintah Indonesia melalui program PMT berfokus pada kelompok rentan seperti balita, anak usia sekolah, ibu hamil, dan pasien penyakit menular. Program ini bertujuan meningkatkan status gizi anak-anak agar mencapai kondisi optimal sesuai usia, terutama pada anak dengan status gizi kurang atau gizi buruk (Kemenkes RI, 2023).

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk balita merupakan intervensi penting dalam peningkatan gizi dan kesehatan pada masa awal pertumbuhan. PMT dirancang untuk melengkapi kebutuhan nutrisi yang belum terpenuhi dari makanan sehari-hari, khususnya bagi keluarga dengan kondisi ekonomi rendah atau di daerah dengan prevalensi gizi buruk. Studi menunjukkan bahwa pemberian PMT mampu meningkatkan berat badan dan status gizi balita secara signifikan, membantu perkembangan optimal di masa kritis (Slamet, 2018).

Salah satu bentuk PMT yang memenuhi kebutuhan nutrisi adalah nugget tempe kedelai. Tempe, yang berbahan dasar kedelai, kaya akan zat gizi dan harganya terjangkau. Nugget tempe yang diolah dengan variasi menarik dapat meningkatkan minat balita untuk mengonsumsinya, sehingga diharapkan terjadi peningkatan berat badan dan perbaikan status gizi (Mardhiah et al., 2020).

Jajanan sehat buatan rumah atau makanan olahan sederhana juga dapat berperan sebagai PMT. Membuat jajanan sehat cenderung mudah dan murah, tetapi memerlukan kreativitas agar disukai anak-anak, seperti tahu campur sayur, susu kedelai, bubur kacang hijau, bakso tempe, omelet, siomay, dan lain-lain (Putri et al., 2023).

Pemberian nugget tempe kedelai diharapkan dapat meningkatkan berat badan balita dengan gizi kurang sehingga status gizi mereka menjadi normal. Saat ini, PMT di posyandu berupa biskuit belum menunjukkan peningkatan signifikan pada berat badan anak, dan jika

kondisi ini terus berlangsung, kekhawatiran terhadap risiko gizi buruk meningkat. Dengan nugget tempe kedelai, diharapkan status gizi balita dapat ditingkatkan dan masalah gizi kurang diatasi (Irwan I, 2020). Hasil penelitian Mariyam (2017) menunjukkan bahwa konsumsi nugget tempe kedelai berpotensi meningkatkan berat badan balita gizi kurang. Setelah satu hari konsumsi, terjadi peningkatan rata-rata berat badan sebesar 0,20 kg.

Selain nugget tempe kedelai, salah satu sumber protein hewani yang dibutuhkan oleh tubuh yaitu dipenuhi dengan konsumsi telur. Kandungan gizi telur terdiri dari: air 73,7%, Protein 12,9 %, Lemak 11,2% dan Karbohidrat 0,9%. Masyarakat Indonesia umumnya mencukupi kebutuhan protein dengan mengkonsumsi telur. Manfaat telur begitu besar dalam kehidupan manusia sehingga telur sangat dianjurkan untuk dikonsumsi anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan (Catur Erty Suksesty, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2022) Dari hasil penelitian terdapat pengaruh yang signifikan pemberian PMT olahan telur terhadap perubahan berat badan balita BGM. Hal ini ditunjukkan dengan nilai rata-rata berat badan sebelum pemberian PMT olahan telur 8,18 kg, setelah pemberian PMT olahan telur 8,67 kg. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Dedes dkk tahun (2018) terbukti bahwa kurangnya asupan protein nabati akan meningkatkan faktor resiko stunting pada anak usia 2-4 tahun. Hal ini Fungsi lain dari protein adalah untuk mengatur keseimbangan air, membentuk ikatan-ikatan esensial tubuh, memelihara netralitas tubuh, sebagai pembentuk antibodi, mengatur zat gizi dan sebagai sumber energi.

Menurut Catur Erty Suksesty (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang diberikan perlakuan dengan diberikan makanan tambahan telur adanya peningkatan berat badan. Anak balita yang mendapat protein dari telur mendapatkan manfaat dari telur dapat memperbaiki organ tubuhnya, antara lain otot, kulit dan organ tubuh lainnya. Telur selain berfungsi sebagai zat pembangun untuk memperbaiki organ tubuh, telur juga mengandung lemak yang berfungsi untuk menambah berat badan, sehingga anak balita yang diberikan konsumsi telur mengalami peningkatan berat badannya. Protein merupakan zat makanan yang sangat penting bagi tubuh karena zat ini disamping berfungsi sebagai bahan bakar dalam tubuh juga berfungsi sebagai zat pembangun dan pengatur. Ibu atau pengasuh dipilih sebagai sasaran atau prioritas utama dalam pelaksanaan program pemberian PMT olahan telur untuk balita, karena ibu dianggap yang paling berpengaruh didalam keluarga terhadap kesehatan dan gizi anak (Catur Erty Suksesty, 2020).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan esensial melalui penyusunan laporan SCLR dengan judul "Perbandingan Pemberian Nugget Tempe Kedelai dan Telur Rebus terhadap Peningkatan Berat Badan Balita Gizi Kurang di TPMB D Kabupaten Garut Tahun 2024".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati sebagai mana adanya. Studi kasus adalah memahami suatu kasus, orang-orang tertentu atau situasi secara mendalam (Creswell, 2014). Penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami sikap, pandangan, perasaan, dan

perilaku individu secara mendalam. Peneliti mencoba menggali respon yang muncul pada pasien dalam upaya meningkatkan berat badan balita. Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang perbandingan pemberian nugget tempe kedelai dan telur rebus terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang, sehingga data bisa dikumpulkan berupa kata-kata dari naskah wawancara mendalam dan observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 Dan Kasus 2

Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Kasus 1 Dengan Pemberian Nugget Tempe dan Kasus 2 dengan Pemberian Telur Rebus

Tabel 1 Perbandingan Asuhan Kasus 1 dan Kasus 2

Asuhan Yang Diberikan	BB Awal (Kunjungan Ke-1)	Kunjungan Ke-2	Kunjungan Ke-3	BB Akhir (Kunjungan Ke-4)	Kenaikan BB
Tanggal kunjungan	02/12/2024	09/12/2024	16/12/2024	23/12/2024	
An. H (Nugget tempe)	9,5 kg	9,8 kg	10,1 kg	10,5 kg	1 kg
Tanggal kunjungan	04/12/2024	11/12/2024	18/12/2024	25/12/2024	
An. A (Telur Rebus)	9,5 kg	9,9 kg	10,4 kg	10,9 kg	1,4 kg

Berdasarkan hasil pemantauan pada An. H dengan pemberian nugget tempe selama observasi 21 hari adanya peningkatan berat badan dari awal kunjungan sebelum diberikan intervensi yaitu sebesar 9,5 kg menjadi 9,8 kg pada kunjungan ke-2 atau setelah diberikan intervensi 7 hari dan menjadi 10,1 kg pada kunjungan ke-3 atau setelah intervensi 14 hari dan menjadi 10,5 kg pada kunjungan ke-4 atau setelah intervensi 21 hari sehingga didapat kenaikan berat badan sebesar 1 kg. Sedangkan hasil pemantauan pada An. A dengan pemberian telur rebus selama observasi 21 hari adanya peningkatan berat badan dari awal kunjungan sebelum diberikan intervensi yaitu sebesar 9,5 kg menjadi 9,9 kg pada kunjungan ke-2 atau setelah diberikan intervensi 7 hari dan menjadi 10,4 kg pada kunjungan ke-3 atau setelah intervensi 14 hari dan menjadi 10,9 kg pada kunjungan ke-4 atau setelah intervensi 21 hari sehingga didapat kenaikan berat badan sebesar 1,4 kg.

Pembahasan

Efektivitas Pemberian Nugget Tempe Kedelai terhadap Peningkatan Berat Badan Balita Gizi Kurang

Berdasarkan hasil pemantauan di TMPB D Kabupaten Garut tahun 2024, pemberian nugget tempe kedelai menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan berat badan balita dengan status gizi kurang. Sebelum intervensi, rata-rata berat badan balita adalah 9,5 kg. Setelah diberikan nugget tempe kedelai selama empat kunjungan, terjadi peningkatan berat badan secara bertahap, yakni menjadi 9,8 kg pada kunjungan kedua, 10,1 kg pada kunjungan ketiga, dan mencapai 10,5 kg pada kunjungan keempat. Secara keseluruhan, terdapat kenaikan berat badan sebesar 1 kg selama periode observasi.

Tempe kedelai merupakan sumber protein nabati yang kaya akan asam amino

esensial, vitamin B12, serta isoflavon, yang semuanya penting untuk pertumbuhan dan perkembangan balita (Almatsier, 2021). Protein dalam tempe sangat diperlukan untuk pembentukan otot dan jaringan tubuh. Balita yang mengalami gizi kurang biasanya mengalami defisit protein, sehingga suplementasi dengan tempe dapat membantu menutupi kekurangan tersebut. Tempe juga mengandung probiotik yang bermanfaat untuk kesehatan pencernaan, yang dapat membantu penyerapan nutrisi lebih optimal (Harmayani & Lestari, 2022). Dengan demikian, pemberian tempe dalam bentuk nugget memungkinkan balita mendapatkan asupan protein berkualitas tinggi yang mendukung peningkatan berat badan secara signifikan.

Selain protein, tempe juga mengandung serat dan sejumlah mikronutrien seperti kalsium, zat besi, dan magnesium, yang mendukung pertumbuhan tulang dan menjaga keseimbangan metabolisme (Suhardjo, 2021). Zat besi, misalnya, sangat penting untuk pembentukan sel darah merah, dan kekurangannya sering kali menyebabkan anemia pada balita. Dalam kondisi gizi kurang, pemberian makanan kaya nutrisi seperti tempe dapat mempercepat perbaikan status gizi dengan memperbaiki keseimbangan mikronutrien dalam tubuh. Oleh karena itu, pemberian tempe kedelai dalam bentuk nugget tidak hanya meningkatkan berat badan tetapi juga mendukung kesehatan umum balita.

Pemberian tempe dalam bentuk nugget juga memiliki keunggulan dari segi palatabilitas. Nugget tempe mudah dikonsumsi oleh balita dan dapat diolah menjadi berbagai variasi rasa, sehingga balita yang biasanya memiliki kesulitan makan atau selektif terhadap makanan dapat menerima makanan ini dengan baik (Widya, 2022). Hal ini membantu mengatasi masalah malnutrisi pada balita yang sering kali enggan mengonsumsi makanan tertentu. Dengan kandungan protein yang tinggi dan sifatnya yang mudah dicerna, tempe kedelai memberikan efek signifikan dalam perbaikan status gizi pada balita.

Penelitian ini sesuai dengan studi-studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa tempe kedelai efektif dalam meningkatkan status gizi. Penelitian oleh Pratiwi (2021) menunjukkan bahwa pemberian tempe sebagai sumber protein selama 21 hari meningkatkan berat badan balita gizi kurang rata-rata sebesar 1 kg, dengan p -value $<0,05$. Penelitian oleh Rahmawati (2022) juga mendukung temuan ini, di mana intervensi dengan tempe meningkatkan berat badan balita sebesar 1,1 kg dalam 21 hari, juga dengan p -value $<0,05$. Kedua penelitian ini memperkuat temuan bahwa tempe kedelai dapat menjadi intervensi yang efektif dalam perbaikan status gizi pada balita.

Peneliti berasumsi bahwa peningkatan berat badan balita setelah pemberian nugget tempe dipengaruhi oleh kualitas nutrisi tempe dan kesesuaian metode pengolahan. Konsistensi dalam pemberian makanan tambahan juga menjadi faktor penting. Namun, faktor lain seperti kondisi kesehatan balita, kebiasaan makan, dan asupan gizi total dari makanan lain juga dapat memengaruhi hasil. Untuk penelitian lebih lanjut, evaluasi terhadap pola konsumsi harian balita dan kontrol variabel lain perlu dilakukan.

Efektivitas Sebelum dan Sesudah Diberikan Telur terhadap Peningkatan Berat Badan Balita Gizi Kurang

Pemberian telur rebus pada balita gizi kurang di TMPB D Kabupaten Garut tahun 2024 juga menunjukkan hasil yang positif. Berat badan balita sebelum intervensi adalah 9,5 kg. Setelah pemberian telur rebus selama empat kunjungan, berat badan meningkat menjadi 9,9 kg pada kunjungan kedua, 10,4 kg pada kunjungan ketiga, dan mencapai 10,9 kg pada

kunjungan keempat. Total kenaikan berat badan selama observasi adalah 1,4 kg.

Telur dikenal sebagai sumber protein hewani berkualitas tinggi karena mengandung semua asam amino esensial yang dibutuhkan oleh tubuh untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan. Protein berperan dalam membangun dan memperbaiki jaringan tubuh, termasuk otot, kulit, dan organ dalam. Pada balita dengan gizi kurang, kebutuhan akan protein meningkat untuk memperbaiki jaringan yang rusak akibat malnutrisi. Kandungan protein dalam telur membantu memenuhi kebutuhan ini, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan berat badan dan perbaikan status gizi (Sari, 2021).

Selain protein, telur juga mengandung vitamin dan mineral penting, seperti vitamin A, D, E, dan B12, serta zat besi dan selenium (Widya, 2022). Vitamin D dalam telur membantu penyerapan kalsium, yang penting untuk pertumbuhan tulang. Zat besi, yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, penting untuk menjaga kadar oksigen dalam darah dan mencegah anemia, yang sering dialami oleh balita dengan gizi kurang. Dengan demikian, pemberian telur secara rutin selama intervensi mendukung peningkatan berat badan dan kesehatan secara keseluruhan (Widya, 2022).

Telur juga kaya akan lemak sehat, seperti asam lemak omega-3, yang berperan dalam perkembangan otak dan sistem saraf pada balita (Suhardjo, 2021). Selain itu, lemak ini berfungsi sebagai sumber energi tambahan yang penting bagi anak-anak yang mengalami defisit kalori. Dengan asupan kalori yang cukup, anak-anak dapat meningkatkan berat badan secara signifikan selama periode pertumbuhan. Kombinasi protein, lemak sehat, dan mikronutrien dalam telur menjadikannya salah satu makanan paling efektif untuk memperbaiki status gizi balita yang kekurangan gizi (Suhardjo, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas telur dalam meningkatkan berat badan balita gizi kurang. Penelitian oleh Pratiwi (2021) menunjukkan bahwa pemberian telur selama 14 hari meningkatkan berat badan balita sebesar 1,1 kg pada anak-anak dengan status gizi kurang. Penelitian oleh Dewi (2022) juga menemukan bahwa konsumsi telur secara teratur dapat meningkatkan berat badan balita sebesar 1,2 kg dalam dua minggu, dengan p-value <0,05. Kedua penelitian ini mendukung temuan bahwa telur sebagai sumber protein hewani memberikan hasil yang signifikan dalam peningkatan berat badan balita.

Peneliti berasumsi bahwa efektivitas pemberian telur rebus dipengaruhi oleh tingginya kualitas protein hewani dan bioavailabilitas nutrisinya. Selain itu, keteraturan konsumsi dan jumlah porsi yang sesuai dengan kebutuhan harian balita menjadi kunci keberhasilan intervensi ini. Namun, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi dampak pemberian telur rebus terhadap indikator kesehatan lain, seperti status mikronutrien dan fungsi imunitas

Perbandingan Efektivitas Pemberian Nugget Tempe Kedelai Dan Telur Rebus Terhadap Peningkatan Berat Badan Balita Gizi Kurang

Dari hasil penelitian, pemberian telur rebus menghasilkan peningkatan berat badan yang lebih signifikan dibandingkan nugget tempe kedelai. Balita yang diberi nugget tempe mengalami kenaikan berat badan sebesar 1 kg, sedangkan balita yang diberikan telur rebus mengalami kenaikan berat badan sebesar 1,4 kg selama empat kunjungan. Hal ini menunjukkan bahwa telur rebus memiliki efektivitas yang lebih tinggi dalam meningkatkan berat badan balita gizi kurang.

Kedua intervensi berbasis protein, namun memiliki karakteristik nutrisi yang berbeda. Menurut Suparyanto (2022), protein hewani seperti yang terdapat dalam telur memiliki nilai biologis lebih tinggi, sehingga tubuh lebih mudah menyerapnya. Sementara itu, tempe sebagai sumber protein nabati memiliki keunggulan berupa kandungan serat dan senyawa bioaktif seperti isoflavon yang mendukung kesehatan saluran cerna (Widodo, 2023).

Nugget tempe menawarkan keuntungan dalam hal fermentasi, yang meningkatkan penyerapan zat gizi dan mendukung kesehatan pencernaan balita (Widiastuti, 2024). Di sisi lain, telur rebus, dengan kandungan mikronutrien yang lebih beragam seperti kolin dan vitamin D, lebih unggul dalam mendukung perkembangan otak dan sistem imun anak (Santoso, 2023).

Studi Santoso (2021) menunjukkan bahwa kombinasi protein nabati dan hewani memberikan hasil terbaik dalam pemulihan gizi anak. Mulyani et al. (2022) di Surabaya juga menemukan bahwa pemberian kombinasi tempe dan telur meningkatkan berat badan anak lebih cepat dibandingkan pemberian salah satu jenis makanan saja. Penelitian ini mendukung gagasan bahwa diversifikasi sumber protein adalah strategi yang efektif dalam mengatasi gizi kurang.

Peneliti berasumsi bahwa pilihan intervensi gizi perlu disesuaikan dengan preferensi keluarga, ketersediaan bahan makanan, dan kondisi lokal. Nugget tempe dan telur rebus sama-sama efektif, tetapi penerimaan anak dan konsistensi konsumsi merupakan faktor kunci keberhasilan intervensi

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pemantauan perbandingan efektivitas pemberian nugget tempe kedelai dan Telur Rebus terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang di TPMB Ny. D Kabupaten Garut tahun 2024 diketahui bahwa:

1. Pemberian nugget tempe kedelai efektif terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang dengan meningkatkan berat badan sebanyak 1 kg selama 21 hari.
2. Pemberian telur rebus efektif terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang dengan meningkatkan berat badan sebanyak 1,4 kg selama 21 hari.
3. Pemberian telur rebus lebih efektif terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang dibandingkan nugget tempe kedelai dengan terdapat selisih peningkatan berat badan sebanyak 0,4 kg selama 21 hari.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Arianto, H, 2014, Modul Kuliah Metode Penelitian, Universitas Esa Unggul, Jakarta.
- [2] Arikunto, S., (2016). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Rineka Cipta, Jakarta.
- [3] Ariyanti, Kesbi FG, Tari AR, Siagian G, Jamilatun S, Barroso FG, (2021). Pengaruh Tui Na massage terhadap picky eater pada balita. *J Apl Teknol Pangan*.4(1):1-2.
- [4] Asih, Y., & Mugiati, M. (2018). Pijat Tuna Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 98-103.
- [5] Ceria I, Arintasari F. (2019). Pengaruh pemberian pijat Tui Na dengan berat badan anak balita the influence of Tui Na massage with weight of. *univ respati*

- Yogyakarta.469–75.
- [6] Ceria, I., & Arintasari, F. (2019, December). Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Dengan Berat Badan Anak Balita. In *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu* (Vol. 1, No. 2, pp. 469-475).
- [7] Ceria, I., & Arintasari, F. (2023). EFEKTIFITAS PIJAT TUI NA TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN ANAK BALITA UNTUK MENGOPTIMALKAN TUMBUH KEMBANG. *THE SHINE CAHAYA DUNIA NERS*, 8(01), 1-11.
- [8] Fahey, J. W. (2020). Moringa oleifera: A review of the medical evidence for its nutritional, therapeutic, and prophylactic properties. *Trees for Life Journal*.
- [9] Anwar, F., Latif, S., Ashraf, M., & Gilani, A. H. (2020). Moringa oleifera: A food plant with multiple medicinal uses. *Phytotherapy Research*, 21(1), 17-25.
- [10] Koul, B., & Chase, S. (2021). Moringa oleifera Lam.: Panacea to several maladies. *Journal of Ayurveda and Integrative Medicine*, 12(2), 349-360.
- [11] Messina, M. (2021). Soy foods, isoflavones, and the health of postmenopausal women. *American Journal of Clinical Nutrition*, 94(6), 1391S-1392S.
- [12] Tang, G., & Suter, P. M. (2020). Vitamin A, nutrition, and health values of tofu. *Journal of Food Science and Technology*, 57(2), 91-99.
- [13] Lee, G. J., & Cho, H. (2020). The nutritional properties and health benefits of tofu. *Nutrition Research and Practice*, 14(3), 163-174.
- [14] Harttig, U., & Illner, A. K. (2020). Effectiveness of dietary interventions using tofu to improve protein intake in children. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, 71(1), 59-66.
- [15] Abioye, A. I., & Akinsola, H. A. (2021). Impact of Moringa oleifera supplementation on growth and nutritional status of children: A systematic review and meta-analysis. *Nutrients*, 13(3), 1003.
- [16] Radzali, S. H., & Azlan, A. (2020). Effects of soy protein and moringa leaf powder supplementation on growth performance in malnourished children. *Food Science and Nutrition*, 8(2), 1029-1037.
- [17] Dinkes Garut, (2022), *Profil Kesehatan Kabupaten Garut Tahun 2022*, Dinas Kesehatan Kabupaten Garut, Garut.
- [18] Dinkes Jabar, (2021), *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2021*, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung.
- [19] Henri, (2018), *Gizi pada Balita*. *Angew chemie int ed* 6(11), 951–952.6(11):7–24.
- [20] Kemenkes, R. I. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- [21] Maryunani, A. (2015) *Inisiasi Menyusu Dini, Asi Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Cv.Transinfomedia.
- [22] Masri, E., Sari, W. K., & Yensasnidar, Y. (2020). Efektifitas Pemberian Makanan Tambahan dan Konseling Gizi dalam Perbaikan Status Gizi Balita. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7(2), 28-35.
- [23] Molika, E. (2014) *Buku Pintar Mpasi: Bayi 6 Bulan Sampai 2 Tahun*. Lembar Langit Indonesia.
- [24] Munjidah A munjidah, Anggraini F dwi. Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Status Pertumbuhan Pada Balita Dengan Status Kms T. *J Heal Sci*. 2019;12(1):21–9.

- [25] Noflidaputri, R., Meilinda, V., & Hidayati, Y. (2020). Efektifitas pijat tui na dalam meningkatkan berat badan terhadap balita di wilayah kerja puskesmas lintau buo. *Maternal Child Health Care*, 2(1), 240-244.
- [26] Notoatmodjo, S., (2018), *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- [27] Pangesti, T. (2016) 'Hubungan Pemberian Makanan Pendaamping Air Susu Ibu (Mp Asi) Dini Dengan Kejadian Diare Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Suluk Kecamatan Dolopo Kabupaten Madiun. Skripsi. Program Studi Keperawatan'. Madiun: Stikes Bakti Husada.
- [28] Pratami BN, Choirunissa R, Rifiana AJ. Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di Pmb "R" Cipacing Kabupaten Sumedang. *J Ilm Kesehat*. 2020;12(2):179-86.
- [29] Pratami, B. N., Choirunissa, R., & Rifiana, A. J. (2020). Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di Pmb "R" Cipacing Kabupaten Sumedang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), 179-186.
- [30] Puskesmas Pembangunan, (2021), *Laporan Bulanan Kesehatan Puskesmas Pembangunan, Pusat Kesehatan Masyarakat Limbangan, Garut*.
- [31] Retnani, I. (2022). *Pengaruh Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasan Calon Akseptor KB Implant Di Klinik Ramdani Husada (Doctoral dissertation, ITSK RS dr. Soepraoen)*.
- [32] Roesli, U. (2015). *Pedoman pijat bayi*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- [33] Sastroasmoro, S. dan Ismail, S., (2014), *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*, CV Agung Seto, Jakarta.
- [34] Sugiyono, (2017), *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitataif dan Kombinasi (Mixed Methods)*, Alfabeta, Bandung.
- [35] Susanti, D. R., Widowati, R., & Indrayani, T. (2020). The Effectiveness Of Tui Na Massage On Difficulties Of Eating In Children 1-3 Years Age In South Tangerang City In 2020. *Health Media*, 2(1), 30-37.
- [36] Waryana (2015) *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Penerbit Buku Pustaka Rihama.
- [37] Wijayanti T dan Sulistiani A. (2020) Efektifitas pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan balita usia 1 - 2 tahun 2020.
- [38] Wijayanti, T., & Sulistiani, A. (2019). Efektifitas Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Usia 1-2 Tahun. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(2), 60-65

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN