

PROGRAM TIMUN EMAS (TINGKATKAN IMUNITAS BALITA MELALUI PEMANFAATAN EMPON-EMPON SEBAGAI CAMILAN SEHAT) DI MASA PANDEMI COVID-19

Dintya Iwantarina^{1*}, Fitri Yuniarti²

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Husada, Kediri, Indonesia

*divantabelle25@gmail.com

Abstrak: Balita termasuk kelompok usia rentan tertular Covid-19 yang cenderung mengalami kondisi kegawatan penyakit tertentu karena sistem kekebalan yang belum matang. Kasus Covid-19 pada balita di Indonesia terus mengalami kenaikan disertai dengan penambahan jumlah kematian pada balita. Hasil pendataan dan analisa situasi di wilayah kerja PMB Rima Rachmawati Kota Kediri menunjukkan terjadinya peningkatan jumlah kunjungan balita sakit usia 2-4 tahun selama pandemi Covid-19. Penyebabnya adalah selama dilakukan pembatasan aktivitas fisik balita di luar rumah membuat ibu memberikan makanan ringan yang dibeli dari luar. Di sisi lain ibu balita kurang mengetahui nutrisi berbahan alam sebagai peningkat imunitas tubuh dan belum memaksimalkan taman herbal di sekitar pemukiman sebagai bahan dasar pengolahan makanan untuk balita. Berdasarkan permasalahan tersebut maka dibentuk Program Timun Emas (Tingkatkan Imunitas Balita Melalui Pemanfaatan Empon-Empon Sebagai Camilan Sehat) di masa pandemi Covid-19 dengan tujuan memberikan edukasi dan pelatihan mengenai konsep nutrisi dan pemanfaatan empon-empon sebagai camilan sehat dalam meningkatkan imunitas balita pada kelompok ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah sosialisasi, edukasi, dan pelatihan yang meliputi tahap perencanaan, persiapan, pelaksanaan (sosialisasi, edukasi secara daring melalui WAG dengan media video dan *e-booklet*, pelatihan secara daring melalui WAG dengan media *e-booklet* dan kegiatan luring dengan metode demonstrasi), dan evaluasi (pengetahuan dengan *pretest* dan *posttest* dan keterampilan dengan ceklist). Hasil program pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kelompok ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun mengenai nutrisi dan pemanfaatan empon-empon sebagai camilan sehat dalam meningkatkan imunitas balita. Program Timun Emas dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam membantu meningkatkan kesehatan balita selama pandemi Covid-19.

Kata Kunci: empon-empon, camilan sehat, imunitas balita, pandemi Covid-19

Abstract: *Toddlers belong to the age group vulnerable to contracting Covid-19, which tends to experience certain disease conditions due to an immature immune system. Toddlers Covid-19 cases in Indonesia have increased with the addition of the number of deaths in toddlers. The data collection and situation analysis results in PMB Rima Rachmawati Kediri City showed an increase in sick toddlers in the 2-4 year age group during the Covid-19 pandemic. The reason was that their mothers provided snacks bought outside the home during the restricted physical activity of toddlers. On the other hand, there is still a need for knowledge among mothers of toddlers about nutrition made from nature as an immune booster and they need to be maximizing herbal gardens around the settlement as a basic ingredient for food processing for toddlers. Based on these problems, the Timun Emas program was formed during the Covid-19 pandemic to provide education and training on nutritional concepts and use Empon-Empon as a healthy snack to increase toddler immunity in the group of mothers who have toddlers aged 2-4 years. The method used in this community service program was socialization, education, and training which includes planning, preparation, and implementation (socialization, online education through WAG with video media and e-booklets, online training through WAG with e-booklet media and offline activities with demonstration methods), and evaluation (knowledge with pretest and post-test and skills with checklist). The results show that this program can increase the knowledge and skills of groups of mothers who have toddlers aged 2-4 years regarding nutrition and the use of empon-empon as a healthy snack in boosting toddler immunity. Thus the Timun Emas Program can be used as an alternative to help toddler health improvement during the Covid pandemic -19.*

Keywords: *empon-empon, healthy snacks, toddler immunity, Covid-19 pandemic*

Pendahuluan

Novel coronavirus disease 2019 (Covid-19) dinobatkan sebagai pandemi oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 11 Maret 2020. Covid-19 disebabkan oleh sindrom gangguan pernafasan akut parah *Coronavirus-2* (SARS-CoV-2) galur baru dari keluarga *Coronaviridae* yang pertama kali diisolasi di Wuhan (Cina) setelah wabah terjadi pada sekelompok masyarakat di Wuhan (Xu et al., 2020). Sejak Maret 2020 hingga tanggal 31 Maret 2021 masih terjadi penambahan kasus secara nasional dan belum menunjukkan tanda-tanda akan berakhir atau penurunan secara signifikan (Kurniati, 2021). Menanggapi meningkatnya penyebaran Covid-19 di Indonesia, pemerintah telah menerapkan kebijakan *physical distancing* dan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang berdampak terhadap terganggunya pelayanan kesehatan termasuk pelayanan kesehatan balita. Di sisi lain pemerintah juga memberikan tanggung jawab kepada petugas kesehatan untuk memberikan pelayanan kesehatan balita salah satunya yaitu program pencegahan penyakit balita. Dengan harapan tidak terjadinya penambahan angka kesakitan bahkan kematian pada balita di masa pandemi Covid-19 (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Balita termasuk kelompok usia rentan tertular Covid-19 tetapi juga cenderung dapat mengalami kondisi kegawatan karena penyakit tertentu (Pertiwi, 2021). Studi literatur menunjukkan bahwa balita umumnya menunjukkan gejala lebih ringan, memiliki prognosis yang lebih baik terhadap Covid-19 dibanding orang dewasa dan secara keseluruhan hanya menyumbang 1–5% dari semua kasus Covid-19 dengan kematian yang sangat jarang (Mallah et al., 2021). Di Indonesia sejak 7 Januari-6 Maret 2021 penambahan kasus Covid-19 pada balita mengalami kenaikan dari 20.957 ke 37.660 kasus atau sebesar 79,7% dengan angka kematian juga mengalami kenaikan dari 183 menjadi 291 kasus atau mencapai 58,9% termasuk kasus kematian tertinggi di Asia Afrika (Pertiwi, 2021). Hasil penelitian lainnya melaporkan bahwa meskipun anak-anak memiliki prognosis yang lebih baik namun angka kejadian infeksi tertinggi atau penyakit kritis dalam bentuk pneumonia terjadi pada usia kurang dari 3 tahun. Hal ini kemungkinan disebabkan sistem kekebalan yang belum matang serta kepatuhan yang rendah untuk memakai masker pada kelompok usia ini (Zheng et al., 2020). Kasus pediatrik di Wuhan juga menunjukkan bahwa anak-anak di bawah 2 tahun paling rentan terhadap SARS CoV-2 dari populasi pediatrik (Peng et al., 2020).

Hasil pendataan dan analisa situasi di wilayah kerja Praktik Mandiri Bidan (PMB) Rima Rachmawati Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri pada tahun 2019 (sebelum pandemi Covid-19) dengan tahun 2020 (selama pandemi Covid-19) menunjukkan terjadinya peningkatan jumlah kunjungan balita sakit terutama pada balita di usia 2-4 tahun. Hasil rekapitulasi jumlah kunjungan pasien ke PMB sebelum pandemi Covid-19 ditemukan sebesar 338 menjadi 378 kunjungan balita sakit selama pandemi Covid-19 dengan penambahan 40 balita sakit. Adapun rincian penyakit yang diderita oleh balita sebagian besar adalah infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), diare, obstipasi dan urtikaria dengan gejala yang paling sering dikeluhkan yaitu demam, batuk, pilek dan muntah. Hasil wawancara yang telah dilakukan kepada ibu yang memeriksakan balitanya yaitu: 1) berasal dari Kelurahan Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri, 2) tidak mengetahui tentang nutrisi berbahan alam yang dapat digunakan sebagai

pencegahan dan penanganan saat anak terserang penyakit, 3) terbatasnya aktivitas balita untuk bersosialisasi di luar rumah pada saat pandemi sehingga menyebabkan ibu memberikan jajanan manis atau makanan ringan yang dijual oleh pedagang es keliling atau toko terdekat (tidak diketahui kebersihan maupun kandungan gizinya) untuk menenangkan anaknya agar tidak keluar rumah sehingga dapat memicu penyakit pada balita. Hasil observasi di sekitar pemukiman masyarakat Kelurahan Tempurejo terdapat Taman Kota yang digunakan sebagai taman herbal untuk pendidikan masyarakat namun sampai saat ini masyarakat belum bisa memaksimalkan pengolahan makanan dengan bahan dasar tanaman herbal.

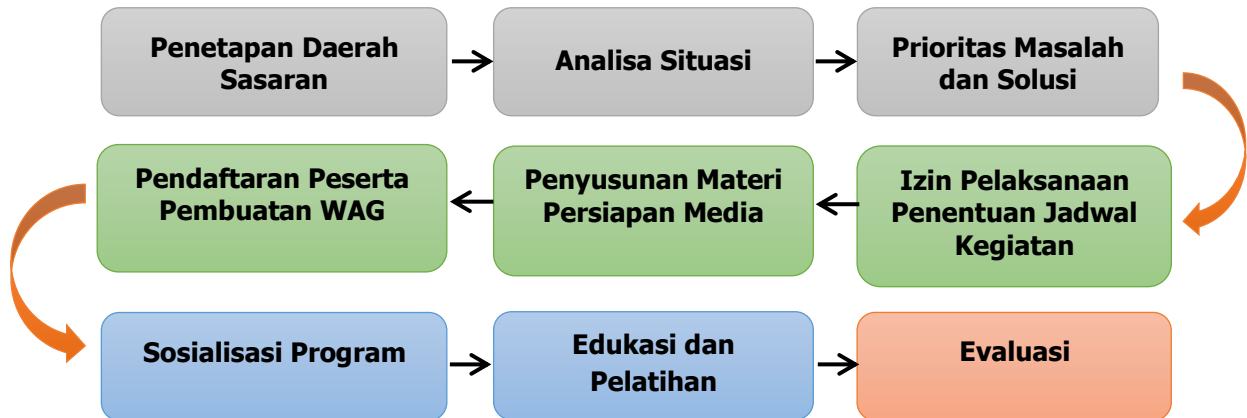
Nutrisi yang memadai pada masa balita penting untuk respons yang kuat dalam mencegah penyakit dan membantu masa pemulihan ketika sakit. Peran vitamin dan mineral untuk sistem kekebalan menunjukkan bahwa vitamin D, vitamin A dan C sebagai antioksidan dan beberapa mineral maupun kandungan alami dari tanaman telah menunjukkan peran dalam menjaga sistem kekebalan tubuh yang sehat (Brink et al., 2021). Salah satu tanaman yang bisa digunakan untuk meningkatkan imunitas dan mudah didapatkan dalam kehidupan sehari-hari yaitu empon-empon. Empon-empon terdiri dari berbagai jenis namun yang paling mudah ditemukan yaitu kunyit, jahe, kencur, temulawak dan serai (Susmawati, 2020). Kunyit dan temulawak mengandung curcumin yang dapat digunakan untuk kemoterapi, antioksidan, antivirus, antibakteri, antiinflamasi dan imunomodulator baik secara seluler maupun molekular (Catanzaro et al., 2018) begitu juga dengan jahe yang memiliki kandungan utama gingerol (Trinh et al., 2020). Ekstrak kencur dan serai dilaporkan menunjukkan aktivitas nematisida, pengusir nyamuk dan larvasida, anti-mikroba, antioksidan, anti alergi, anti-neoplastik, vasorelaksan, analgesik dan penyembuhan luka (Avoseh et al., 2015; Rachkeeree et al., 2018).

Selama ini ibu-ibu yang memiliki balita menggunakan empon-empon sebagai bahan pengawet, bumbu masakan maupun minuman jamu yang hanya terbatas dikonsumsi oleh orang dewasa. Untuk menyiasati penggunaan empon-empon agar mudah dikonsumsi dan bisa merasakan banyaknya khasiat yang berguna untuk membantu mencegah dan mengobati penyakit dalam peningkatan imunitas balita maka diperlukan inovasi dalam pengolahan makanan. Salah satunya dengan pembuatan kue atau roti dan minuman yang berbahan dasar empon-empon sebagai camilan sehat agar mudah diterima oleh balita. Selain itu agar tetap terpenuhinya kecukupan gizi harian dibanding mengonsumsi jajanan yang tidak sehat serta memerhatikan faktor ekonomi masyarakat bahwa camilan yang sehat tidak harus mahal karena bahan-bahan bisa diperoleh dari lingkungan sekitar (BPOM, 2013).

Berdasarkan permasalahan mitra di atas, perlu dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Program Timun Emas (Tingkatkan Imunitas Balita Melalui Pemanfaatan Empon-Empon Sebagai Camilan Sehat) di masa pandemi Covid-19 dengan tujuan memberikan edukasi dan pelatihan mengenai konsep nutrisi dan pemanfaatan empon-empon sebagai camilan sehat dalam meningkatkan imunitas balita kepada kelompok ibu-ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun di wilayah kerja PMB Rima Rachmawati Kota Kediri sebagai upaya promotif dalam mendukung program pemerintah melaksanakan program pencegahan penyakit balita dan Covid-19 yang mana beberapa pelayanan kesehatan balita di masa pandemi Covid-19 juga mengalami gangguan pelayanan kesehatan balita seperti kegiatan penyuluhan maupun posyandu.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan selama 1 bulan mulai tanggal 26 April - 29 Mei 2021 mulai dari tahap perencanaan – persiapan – pelaksanaan – evaluasi dengan Program Timun Emas (Tingkatkan Imunitas Balita Melalui Pemanfaatan Empon-Empon Sebagai Camilan Sehat) di masa pandemi Covid-19 Wilayah Kerja Praktik Mandiri Bidan (PMB) Rima Rachmawati Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri. Rangkaian tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini digambarkan dalam *flow map* pada [Gambar 1](#) di bawah ini.



Gambar 1. *Flow Map* Tahapan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

1. Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan dimulai dengan pembentukan tim pengabdian kepada masyarakat yang terdiri dari 2 dosen dan 1 mahasiswa. Selanjutnya melakukan penetapan daerah sasaran dengan menemui Bidan Rima Rachmawati Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri untuk melakukan analisa situasi permasalahan yang terjadi pada pelayanan kesehatan ibu, bayi dan balita yang ada di PMB tersebut dengan melakukan survey, wawancara dan observasi. Merumuskan skala prioritas masalah dan menentukan strategi pemecahan masalah dan intervensi yang akan dilakukan dalam mengatasi permasalahan yang ada dengan memutuskan melibatkan kelompok ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun untuk menjadi mitra dalam program kegiatan ini.

2. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi izin pelaksanaan kegiatan kepada bidan praktik mandiri sekaligus menentukan jadwal kegiatan. Menentukan metode kegiatan yang akan dilaksanakan dimana Program Timun Emas ini diberikan dalam bentuk edukasi dan pelatihan kepada mitra. Sehubungan dengan situasi masih dalam kondisi pandemi Covid-19 dan mematuhi program pemerintah dalam menjalankan protokol kesehatan pencegahan penularan Covid-19 maka metode kegiatan ini dilaksanakan secara daring dengan menggunakan *whatsapp group* (WAG) dan luring. Dilanjutkan dengan penyusunan materi, persiapan alat maupun media yang akan digunakan. Selanjutnya menyebarkan informasi program ini kepada ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun di wilayah kerja PMB Rima Rachmawati Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri melalui nomor *whatsapp* yang terdaftar dalam buku

registrasi kunjungan balita sakit dan membuka pendaftaran program ini melalui *google form* bagi ibu yang berminat mengikuti program ini selanjutnya membentuk *whatsapp group*.

3. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan terdiri dari 4 kegiatan yaitu:

a. Sosialisasi

Sosialisasi dan pembukaan Program Timun Emas (Tingkatkan Imunitas Balita Melalui Pemanfaatan Empon-Empon Sebagai Camilan Sehat) di masa pandemi Covid-19 Wilayah Kerja Praktik Mandiri Bidan (PMB) Rima Rachmawati Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri melalui *whatsapp group* yang sudah dibentuk sebelumnya serta menjelaskan manfaat, tujuan dan teknis pelaksanaan program ini dilaksanakan tanggal 8 Mei 2021.

b. Edukasi

Edukasi diberikan sebanyak 2 kali yaitu tanggal 15 Mei 2021 dengan topik "Nutrisi Penting Untuk Meningkatkan Imunitas Balita" dengan materi pengertian nutrisi, jenis nutrisi (makro dan mikro nutrien) dan manfaat nutrisi. Selanjutnya tanggal 22 Mei 2021 dengan topik "Jenis Empon-Empon Sekitar Rumah Untuk Meningkatkan Imunitas Balita" dengan materi pengertian, manfaat, jenis dan khasiat empon-empon. Metode kegiatan edukasi ini dilaksanakan secara daring (WAG) melalui media *e-booklet* dan video.

c. Pelatihan

Pelatihan diberikan sebanyak 2 kali yaitu tanggal 26 Mei 2021 dengan topik "Resep dan Pengolahan Camilan Sehat Balita Dari Bahan Dasar Empon-Empon" secara daring (WAG) melalui *e-booklet* dengan materi resep dan cara pembuatan kue dari empon-empon seperti puding empon-empon, *soft ginger cookies*, nastar cengkih, bolu kukus kayu manis, kue garpu kencur, bolu kunyit dan sempurit kayu manis. Untuk resep dan cara pembuatan minuman dari empon-empon yaitu es lilin susu kedelai jahe, es buah cekima (cengkih dan kayu manis) dan *ginger vanilla milkshake*. Memberikan transfer keterampilan secara luring dengan topik mengambil salah satu resep camilan sehat yaitu "Cara Membuat Susu Kedelai Jahe" tanggal 29 Mei 2021 kemudian untuk demonstrasi menu lainnya secara daring (WAG) melalui media youtube. Kegiatan yang dilaksanakan secara luring tetap memerhatikan protokol kesehatan pencegahan penularan Covid-19 sehingga teknis pelaksanaannya dibagi menjadi 2 sesi. Setiap sesi terdiri dari 10 peserta yang dibagi menjadi 2 kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari 5 peserta didampingi oleh 1 tim pengabdian dengan menggunakan metode demonstrasi. Alat yang disiapkan yaitu blender, jar air, kompor, panci, alat penyaring dan sendok. Bahan yang digunakan yaitu kedelai kuning, jahe, air dan gula.

4. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilaksanakan sebelum kegiatan, di tengah kegiatan dan setelah kegiatan yang terdiri dari dua jenis evaluasi untuk mengukur aspek kognitif (pengetahuan) dan psikomotor (keterampilan). Evaluasi pengetahuan dilakukan melalui pemberian *pretest* dan *posttest* yang masing-masing terdiri dari 10 soal tentang nutrisi penting dan jenis empon-

empon sekitar rumah untuk meningkatkan imunitas balita. Evaluasi keterampilan dilakukan di akhir kegiatan pelatihan dengan metode demonstrasi menggunakan ceklist keterampilan.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh 20 ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun di wilayah kerja PMB Rima Rachmawati Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri dengan karakteristik umum peserta dapat ditunjukkan oleh [Tabel 1](#) di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Umum Peserta Program Timun Emas di Wilayah Kerja PMB Rima Rachmawati, Amd.Keb Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri

Karakteristik	Jumlah (n)	Presentase (%)
Usia		
< 20 tahun	1	5
20-35 tahun	18	90
> 35 tahun	1	5
Tingkat Pendidikan		
SMP	3	15
SMA	15	75
PT	2	10
Pekerjaan		
Tidak bekerja	18	90
Bekerja	2	10
Paritas		
Primipara	13	65
Multipara	7	35
Total	20	100

Sumber: Data Primer, 2021

[Tabel 1](#) di atas menunjukkan sebagian besar peserta program berusia 20-35 tahun sebanyak 18 peserta (90%), memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 15 peserta (75%), tidak bekerja sebanyak 18 peserta (90%) dan paritas termasuk primipara sebanyak 13 peserta (65%).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Peserta Mengenai "Nutrisi Penting Untuk Meningkatkan Imunitas Balita di Masa Pandemi Covid-19" Sebelum dan Sesudah Diberi Edukasi

Tingkat Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	2	10	15	75
Cukup	5	25	4	20
Kurang	13	65	1	5
Total	20	100	20	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan [Tabel 2](#) di atas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta mengenai “nutrisi penting untuk meningkatkan imunitas balita di masa pandemi Covid-19” sebelum diberi edukasi sebagian besar peserta memiliki pengetahuan kurang sebanyak 13 peserta (65%) dan setelah diberikan edukasi sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik sebanyak 15 peserta (75%).

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Peserta Mengenai “Jenis Empon-Empon Sekitar Rumah Untuk Meningkatkan Imunitas Balita Di Masa Pandemi Covid-19” Sebelum dan Sesudah Diberi Edukasi

Tingkat Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	4	20	16	80
Cukup	6	30	4	20
Kurang	10	50	0	0
Total	20	100	20	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan [Tabel 3](#) di atas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta mengenai “jenis empon-empon sekitar rumah untuk meningkatkan imunitas balita di masa pandemi Covid-19” sebelum diberikan edukasi mayoritas peserta memiliki pengetahuan kurang sebanyak 10 peserta (50%) dan setelah diberikan edukasi mayoritas peserta memiliki pengetahuan baik sebanyak 16 peserta (80%).

Tabel 4. Tingkat Keterampilan Peserta Mengenai “Pengolahan Camilan Sehat Balita Dari Bahan Dasar Empon-Empon Untuk Meningkatkan Imunitas Balita Di Masa Pandemi Covid-19”

Keterampilan	Jumlah (n)	Prosentase (%)
Membuat Susu Kedelai Jahe	16	80%

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan [Tabel 4](#) di atas menunjukkan bahwa mayoritas peserta sebanyak 16 peserta (80%) mampu melakukan pengolahan camilan sehat dengan bahan dasar empon-empon dengan pembuatan susu kedelai jahe mulai dari penyiapan alat, bahan, cara pengolahan dan menunjukkan hasil olahan yang telah didemonstrasikan sebelumnya dengan baik. Sedangkan sebanyak 4 peserta (20%) belum bisa memperagakan kembali cara pembuatan susu kedelai jahe.

Ibu adalah pengasuh utama yang bertanggung jawab untuk membentuk lingkungan makan serta mendorong pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan anak-anak. Faktor demografi ibu seperti usia, pendidikan, status sosial ekonomi dan paritas pada penelitian sebelumnya telah terbukti mempengaruhi perilaku pemberian makan kepada anak seperti asupan makanan, kebutuhan nutrisi, porsi makanan, komposisi makanan, konsumsi buah dan sayuran serta variasi menu makanan pada anak (Helle et al., 2022). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Quah et al (2016) menjelaskan bahwa usia responden berada di rentang usia 29-39 tahun berpengaruh terhadap keyakinan dan praktik pemberian makanan kepada balita seperti kekhawatiran tentang anak yang makan berlebihan/kurang makan, status

berat badan, perhatian dan kesadaran tentang isyarat lapar dan kenyang dari bayi atau balita, interaksi sosial selama menyusui dan pemberian makanan sesuai jadwal.

Hal tersebut didukung juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kato et al (2017) dengan menggunakan survei longitudinal terhadap kelahiran bayi di Jepang dengan jumlah responden sebanyak 47.715 di tahun 2001 dan 38.554 ibu yang melahirkan bayi di tahun 2010 menunjukkan hasil rata-rata usia ibu 29,9 tahun (2001) dan 31,4 tahun (2010) dengan kondisi semakin tinggi usia ibu berpengaruh terhadap kesehatan anak usia 18-66 bulan ditandai dengan perilaku perawatan kesehatan anak yang baik dan sedikitnya kasus kejadian anak mendapatkan perawatan di rumah sakit. Hal ini disebabkan semakin tingginya usia maka tingkat pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki lebih banyak.

Selain usia, tingkat pendidikan ibu juga berpengaruh terhadap pengetahuan dan perilaku kesehatan sehari-hari sehingga berdampak pada kualitas kesehatan. Orang yang lebih berpendidikan akan lebih sehat daripada yang kurang berpendidikan. Efek pendidikan terhadap kesehatan bersifat kausal, maka dampak pendidikan terhadap kesejahteraan individu akan terlihat. Hal ini berarti bahwa peningkatan pendidikan tidak hanya berdampak positif langsung pada pendapatan individu, tetapi juga memiliki efek tambahan pada produktivitas dan pendapatan melalui peningkatan kesehatan. Peningkatan pendapatan ini meningkatkan kesejahteraan individu di samping peningkatan utilitas yang dihasilkan oleh peningkatan kesehatan. Peningkatan pendidikan dan kesehatan juga berdampak pada tingkat pendidikan dan kesehatan anak-anak individu dengan mentransmisikan manfaat pendidikan kesehatan yang didapatkan kepada generasi kedua atau keturunannya begitu seterusnya. Sehingga dalam hal ini pendidikan dapat meningkatkan kognisi dan kecerdasan yang memungkinkan untuk membuat keputusan kesehatan yang lebih baik (Mocan & Altindag, 2013).

Hasil penelitian lain juga menyebutkan bahwa pekerjaan ibu berpengaruh terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku kesehatan. Ibu bekerja mendapatkan penghasilan memiliki kecenderungan lebih mandiri secara ekonomi sehingga memiliki akses dan memanfaatkan pelayanan kesehatan sehingga untuk mendapatkan pendidikan kesehatan lebih baik dibanding ibu tidak bekerja. Demikian pula ibu yang bekerja selalu dikaitkan dengan memiliki rumah tangga dengan kategori sosial ekonomi yang lebih tinggi dan juga lebih mungkin menyadari untuk menggunakan pendidikan kesehatan melalui media digital seperti televisi, surat kabar elektronik dan berbagai macam media sosial dibandingkan ibu-ibu dari kelompok tidak bekerja dengan sosial ekonomi rendah (Ivandarina & Ratnawati, 2019).

Status ekonomi atau pendapatan juga berhubungan dengan gaya pemberian makanan yang diterapkan orang tua kepada anaknya yang berfokus pada gaya makan individu, praktik pengasuhan terkait makanan dengan melihat apakah terdapat pembatasan atau tekanan terhadap konsumsi buah dan sayuran atau pemberian makanan yang berhubungan dengan kesenangan anak sehingga terjadi peningkatan kenaikan berat badan yang berlebihan. Dalam hal ini, penghasilan yang rendah telah dikaitkan dengan gaya pemberian makanan membatasi jumlah dan kualitas makanan yang dikonsumsi oleh anak, menekan yaitu orang tua memperhatikan peningkatan konsumsi anak dan menggunakan makanan untuk menenangkan anak dan memanjakan dengan tidak membatasi kualitas atau kuantitas makanan. Dampaknya

akan terjadi kualitas diet yang lebih buruk, penambahan dan status berat badan yang berlebihan sehingga menunjukkan bahwa gaya pemberian makanan tersebut menyebabkan kesehatan anak yang lebih buruk (Thompson et al., 2021).

Selain itu ibu primipara kemungkinan besar sedikit mendapatkan pengetahuan tentang kesehatan dibanding multipara yang sudah memiliki anak kedua (Balogun et al., 2015). Ibu multipara tentunya memiliki lebih banyak pengalaman dan keterampilan daripada ibu primipara yang hanya memiliki dan mengasuh anak pertama. Pengalaman ini merupakan aset penting bagi seorang ibu untuk menambah pengetahuan yang dimiliki, meningkatkan komitmen dan sikapnya dalam menghadapi permasalahan kesehatan serta membentuk perilaku kesehatan dalam kehidupan sehari-hari (Widodo et al., 2019).

Literasi kesehatan didefinisikan sebagai kapasitas individu untuk memperoleh, memproses, dan memahami informasi dasar serta layanan yang diperlukan untuk membuat keputusan yang tepat mengenai kesehatan. Konsep ini telah disertai dengan peningkatan penekanan pada peran dan tanggung jawab individu maupun masyarakat tentang masalah terkait kesehatan. Pengetahuan dan perilaku kesehatan adalah dua elemen penting dari literasi kesehatan. Sebuah studi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kemajuan pengetahuan dan perilaku kesehatan dapat disebabkan oleh kesadaran diri tentang kesehatan. Hal ini bisa dipengaruhi oleh faktor sosial demografi ekonomi. Diantaranya yaitu usia, pendidikan, pekerjaan dan paritas. Promosi kesehatan yang didasarkan pada pendidikan kesehatan untuk mendapatkan pengetahuan kesehatan maka harus berpegang teguh pada faktor-faktor yang mempengaruhinya (He et al., 2016).

Jika melihat karakteristik umum dari peserta ini maka program kegiatan yang dilaksanakan untuk mengatasi permasalahan di atas sudah disesuaikan dengan kondisi, masalah dan kebutuhan yang diinginkan oleh kelompok peserta dalam kegiatan ini. Sebagian besar peserta kegiatan ini didominasi oleh usia 20-35 tahun, tingkat pendidikan SMA, tidak bekerja dan primipara. Ibu primipara dan tidak bekerja merupakan fase dan kesempatan timbulnya rasa ingin tahu yang lebih besar untuk mendapatkan pendidikan kesehatan tersebut sehingga berdampak pada pengetahuannya. Semakin tua seseorang maka semakin matang pula untuk membuat keputusan yang baik dalam berpikir dan bekerja. SMA adalah tingkat pendidikan tertinggi yang dimiliki oleh peserta dalam kegiatan ini. Pendidikan SMA dapat menjadi langkah pertama dalam menentukan seseorang untuk memilih dan menentukan hidupnya di masa depan serta pendidikan yang dianggap mampu untuk mendapatkan informasi seluas-luasnya. Dengan demikian kolaborasi yang dihasilkan dari pengalaman dan kedewasaan mental dapat memperluas pengetahuan dan keterampilan peserta serta menghasilkan sikap positif yang tercermin dalam perilaku kesehatan yang diterapkan nantinya.

Hal ini terlihat dari hasil evaluasi kegiatan pertama dan kedua yang dilakukan untuk mengetahui pemahaman peserta mengenai "nutrisi penting untuk meningkatkan imunitas balita dan jenis empon-empon sekitar rumah untuk meningkatkan imunitas balita di masa pandemi Covid-19" menunjukkan sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebelum diberikan edukasi dengan menggunakan WAG melalui media video dan *e-booklet* (Gambar 2). Setelah pemberian edukasi terlihat bahwa sebagian peserta memiliki tingkat pengetahuan baik. Selaras

dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Melangka et al (2021) pada ibu yang memiliki balita (usia <5 tahun) menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan mengenai pemberian makanan pada bayi dan balita sebagai upaya pemenuhan nutrisi dan pencegahan stunting antara sebelum dan setelah diberi *booklet* selama 3 bulan yang didistribusikan sebanyak satu kali setiap bulan. Begitu juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suryati et al (2018) juga terdapat peningkatan pengetahuan mengenai kebutuhan gizi balita setelah diberikan edukasi dalam bentuk *booklet*.



Gambar 2. Transfer Edukasi Secara Daring (WAG) Kepada Peserta Melalui Media *E-booklet* dan Video

Sejalan dengan hasil pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan oleh Nagari et al (2021) juga memilih menggunakan media video untuk memberikan edukasi pada masyarakat Desa Pandansari Lor tentang upaya pencegahan Covid-19 berisi tutorial senam, cuci tangan, pengolahan dan penggunaan disinfektan dan pembuatan jamu di rumah. Didukung juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sabarudin et al (2020) menunjukkan pemberian pendidikan kesehatan secara *online* tentang pencegahan Covid-19 dalam grup *Whatsapp* dengan menggunakan media video dan leaflet lebih berpengaruh daripada hanya menggunakan video. *Booklet* adalah salah satu media pendidikan kesehatan berupa buku kecil yang berisi kumpulan informasi yang dirancang untuk memudahkan dalam mendapatkan informasi yang cepat, mudah dan ringkas. Biasanya digunakan dan dapat diterapkan pada kelompok khusus. *E-booklet* merupakan booklet dalam bentuk digital. Media ini digunakan dengan cara membaca tulisan bergambar yang memanfaatkan indra penglihatan secara optimal. Booklet dapat memiliki efek instan sehingga pengetahuan seseorang dapat meningkat (Lusiani et al., 2021). Video menggunakan efek gambar, gambar bergerak sekaligus suara yang melibatkan pendengaran dan penglihatan (audiovisual) sehingga menggunakan seluruh organ indra dalam menerima informasi. Semakin banyak menggunakan alat indera untuk mendapatkan informasi maka semakin besar kemungkinan pemberian informasi dapat dimengerti dengan mudah dan dipertahankan dalam memori (Wiliyanarti et al., 2021).

Hasil pemberian pelatihan mengenai pengolahan camilan sehat balita dari bahan dasar empon-empon untuk meningkatkan imunitas balita di masa pandemi Covid-19 juga menunjukkan hasil berupa bertambahnya kemampuan peserta sebanyak 16 peserta dari 20 peserta (80%) dalam pembuatan susu kedelai jahe mulai dari penyiapan alat, bahan, cara pengolahan dan menunjukkan hasil olahan dengan baik. Sejalan dengan hasil pengabdian yang dilakukan oleh Puteri et al (2021) bahwa setelah diberikan pelatihan secara *online* mengenai cara memproduksi olahan jahe dan melakukan pemasaran secara *online* pada ibu rumah tangga didapatkan hasil adanya peningkatan keterampilan dalam pengolahan produk olahan jamu dan mampu memasarkan hasil produk olahan jamu tersebut secara *online*. Begitu juga dengan hasil pengabdian lainnya yang menunjukkan setelah dilakukan pelatihan mengenai cara pembuatan jamu mix dan jahe wangi pada kelompok ibu rumah tangga didapatkan hasil dapat membuat produk jamu mix dan jahe wangi dengan baik (Lailiyah et al., 2020).



Gambar 3. Transfer Keterampilan Secara Daring (WAG) Mengenai "Resep dan Pengolahan Camilan Sehat Balita Dari Bahan Dasar Empon-Empon" dan Secara Luring "Cara Membuat Susu Kedelai Jahe"

Menurut WHO, pendidikan kesehatan tidak terbatas pada penyebaran informasi kesehatan tetapi juga membina motivasi, keterampilan dan kepercayaan diri yang diperlukan untuk mengambil tindakan dalam meningkatkan kesehatan. Pendidikan kesehatan berfokus juga pada pengembangan kapasitas individu melalui teknik pendidikan, motivasi, pengembangan keterampilan, dan peningkatan kesadaran (Sadeghi & Heshmati, 2019). Konsep pelatihan didefinisikan sebagai pendekatan sistematis terhadap pembelajaran dan pengembangan untuk meningkatkan efisiensi individu, tim dan organisasi untuk menghasilkan peningkatan kinerja secara langsung serta perubahan positif lainnya seperti mendapatkan kompetensi dan kemampuan baru (Pinto et al., 2020). Transfer keterampilan secara teori maupun praktik dengan metode demonstrasi sangat dibutuhkan peserta dalam menguasai suatu keterampilan baru. Metode demonstrasi telah menjadi semakin populer dalam pendidikan kesehatan karena salah satu cara yang efektif bagi peserta pelatihan untuk mendapatkan pengalaman yang nyata dalam memperagakan, mengembangkan dan meningkatkan suatu keterampilan. Hal ini juga bermanfaat untuk mengembangkan pemikiran metakognitif, meningkatkan kepercayaan diri dan kepuasan

pada saat mendapatkan informasi baru (Luo et al., 2021). Gambaran pelaksanaan transfer keterampilan secara daring sebagaimana pada Gambar 3.

Dari kegiatan ini, masih adanya 4 peserta yang belum bisa memperagakan kembali dengan benar cara pembuatan susu kedelai jahe merupakan salah satu resep camilan sehat untuk balita dari bahan dasar empon-empon yang telah didemonstrasikan oleh tim pengabdian kemungkinan disebabkan karena karakteristik atau latar belakang yang berbeda setiap peserta dan proses pemberian pelatihan. Hal ini didasarkan menurut teori Stufflebeam yang diperkenalkan pada tahun 1965 bahwa penentuan keberhasilan suatu pelatihan dengan menggunakan model evaluasi berupa *context*, *input*, *process* dan *product*. Input yaitu karakteristik peserta (Hayati & Yulianto, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kim (2020) melaporkan bahwa terdapat perbedaan signifikan mengenai keterampilan memasak di rumah pada ibu yang memiliki anak SD berdasarkan usia, pendidikan dan pekerjaan atau status ekonomi. Salah satu faktor penghambat peningkatan keterampilan pada saat diberikan pelatihan adalah pengalaman dan kebiasaan yang dimiliki peserta pelatihan dalam memasak. Dapat dilihat dari usia yang pada kegiatan ini terdapat 1 peserta berusia < 20 tahun sudah memiliki balita, 2 peserta memiliki pendidikan terakhir PT dan bekerja sehingga dari faktor tersebut tidak terbiasa atau belum ahli melakukan kegiatan memasak di rumah. Akhirnya pada saat diminta untuk memperagakan kembali merasa kesulitan sehingga belum bisa mempraktikkan dengan benar. Kemungkinan penyebab lainnya yaitu kesiapan peserta dalam mengikuti pelatihan dimana terdapat peserta yang membawa balita sehingga mengganggu konsentrasi pada saat diberikan materi (Hayati & Yulianto, 2021).

Indikator keberhasilan pelatihan lainnya yaitu proses pemberian pelatihan dapat dilihat dari metode dan media yang digunakan dalam pemberian materi dan jadwal kegiatan pelatihan. Pada kegiatan ini untuk pelatihan menggunakan dua metode secara daring melalui WAG dalam bentuk pemberian e-booklet yang berisi berbagai resep camilan sehat balita dari bahan dasar empon-empon yang harus dipelajari secara mandiri oleh peserta. Berbagai resep tersebut merupakan hal baru bagi peserta yang mungkin menimbulkan kesulitan sendiri untuk memahami apabila hanya dengan melihat dari e-booklet saja sehingga untuk memudahkan peningkatan keterampilan dibantu dengan metode demonstrasi secara luring sebanyak satu kali. Namun kenyataan di lapangan pelaksanaan pelatihan secara luring memiliki keterbatasan tempat, alat dan waktu selama pelaksanaan karena selama pandemi tidak diperbolehkan mengumpulkan massa dalam jumlah banyak dengan waktu yang diberikan dibatasi sehingga tim pengabdian hanya mendemonstrasikan salah satu resep camilan sehat yang dianggap paling mudah dan cepat prosesnya. Resep camilan sehat lainnya yang tidak bisa didemonstrasikan dibagikan melalui media youtube di WAG. Salah satu prinsip belajar dalam program pelatihan yaitu pengulangan dan keberlanjutan pemberian materi yang dipraktikkan tidak hanya sesekali namun seharusnya berkali-kali untuk mendapatkan hasil yang maksimal (Hayati & Yulianto, 2021). Hal tersebut yang menjadi keterbatasan dan kelemahan dalam pelaksanaan program kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Kesimpulan

Program Timun Emas (Tingkatkan Imunitas Balita Melalui Pemanfaatan Empon-Empon Sebagai Camilan Sehat) di masa pandemi Covid-19 di wilayah kerja PMB Rima Rachmawati Kota Kediri pada kelompok ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun dapat membantu meningkatkan pengetahuan mengenai nutrisi dan cara memanfaatkan empon-empon sebagai camilan sehat serta bertambahnya keterampilan dalam pengolahan empon-empon sebagai camilan sehat salah satunya pembuatan susu kedelai jahe dengan baik. Untuk memastikan kelompok ibu-ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun sudah memanfaatkan penggunaan empon-empon dalam pengolahan makanan menjadi camilan sehat balita dalam kehidupan sehari-hari sebagai pengganti pemberian jajanan yang tidak sehat diperlukan adanya monitoring keberlanjutan program ini dari pihak bidan setempat dengan mengevaluasi jumlah kunjungan balita sakit usia 2-4 tahun setelah diberikan edukasi dan pelatihan. Hasil monitoring evaluasi dari program ini nantinya dapat digunakan sebagai salah satu alternatif program bagi pemerintah dalam memberikan pelayanan kesehatan balita khususnya dalam hal meningkatkan derajat kesehatan balita melalui pencegahan penyakit berdasarkan peningkatan imunitas balita dengan menggunakan tanaman herbal sebagai bagian dari usaha memaksimalkan budaya kearifan lokal di bidang kesehatan.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Program Studi D3 Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri, LPPM STIKES Karya Husada Kediri, PMB Rima Rachmawati Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri dan kelompok ibu yang memiliki balita usia 2-4 tahun yang telah memberikan izin dan membantu kesuksesan dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Referensi

- Avoseh, O., Oyedele, O., Rungqu, P., Nkeh-Chungag, B., & Oyedele, A. (2015). Cymbopogon Species; Ethnopharmacology, Phytochemistry and The Pharmacological Importance. *Molecules*, 20, 7438–7453. <https://doi.org/10.3390/molecules20057438>
- Balogun, O. O., Dagvadorj, A., Anigo, K. M., Ota, E., & Sasaki, S. (2015). Factors Influencing Breastfeeding Exclusivity during the First 6 Months of Life in Developing Countries: a Quantitative and Qualitative Systematic Review. *Maternal and Child Nutrition*, 11, 433–451. <https://doi.org/10.1111/mcn.12180>
- BPOM. (2013). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang Bagi Orang Tua, Guru dan Pengelola Kantin. In *Direktorat Standardisasi Produk Pangan Deputi Bidang Pengawasan Keamanan Pangan Dan Bahan Berbahaya Badan Pengawas Obat Dan Makanan Republik Indonesia*. Diakses di http://standarpangan.pom.go.id/dokumen/pedoman/Buku_Pedoman_PJAS_untuk_Pencapaian_Gizi_Seimbang__Orang_Tua__Guru__Pengelola_Kantin_.pdf
- Brink, L. R., Chichlowski, M., Pastor, N., Narayanappa, A. T., & Shah, N. (2021). In the Age of Viral Pandemic, Can Ingredients Inspired by Human Milk and Infant Nutrition Be Repurposed to Support the Immune System? *Nutrients*, 13(3), 1–28. <https://doi.org/10.3390/nu13030870>
- Catanzaro, M., Corsini, E., Rosini, M., Racchi, M., & Lanni, C. (2018). Immunomodulators Inspired By Nature: A Review On Curcumin and Echinacea. *Molecules*, 23(11), 1–17. <https://doi.org/10.3390/molecules23112778>

- Hayati, N., & Yulianto, E. (2021). Efektivitas Pelatihan Dalam Meningkatkan Kompetensi Sumber Daya Manusia. *Journal Civics & Social Studies*, 5(1), 98–115. <https://doi.org/10.31980/civicos.v5i1.958>
- He, Z., Cheng, Z., Shao, T., Liu, C., Shao, P., Bishwajit, G., ... Feng, Z. (2016). Factors Influencing Health Knowledge and Behaviors Among the Elderly in Rural China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(10), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph13100975>
- Helle, C., Hillesund, E. R., & Øverby, N. C. (2022). Associations between Infant and Maternal Characteristics Measured at Child Age 5 Months and Maternal Feeding Styles and Practices up to Child Age Two Years. *PLoS ONE*, 17(1), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0261222>
- Ivandarina, D., & Ratnawati, L. (2019). Characteristics of Mothers Which Affect The Low Coverage of Comprehensive Postpartum Service In The Working Area of Community Health Center of Kayen Kidul in Kediri Regency From January to August 2019. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 7(3), 172–183. [https://doi.org/10.21927/jnki.2019.7\(3\).161-171](https://doi.org/10.21927/jnki.2019.7(3).161-171)
- Kato, T., Yorifuji, T., Yamakawa, M., Inoue, S., Doi, H., Eboshida, A., & Kawachi, I. (2017). Association of Maternal Age with Child Health: A Japanese Longitudinal Study. *PLoS ONE*, 12(2), 1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0172544>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Panduan Pelayanan Kesehatan Balita Pada Masa Pandemi Covid-19 Bagi Tenaga Kesehatan. In *Kementerian Kesehatan*.
- Kim, J. E. (2020). Factors Affecting Home Cooking Behavior of Women with Elementary School Children Applying the Theory of Planned Behavior. *Nutrition Research and Practice*, 15(1), 106–121. <https://doi.org/10.4162/nrp.2021.15.1.106>
- Kurniati, P. (2021). Update COVID-19 di Jatim, DIY, Bali, NTT, NTB, Kalbar dan Kalsel 31 Maret 2021. *KOMPAS*.
- Lailiyah, M., Mulyati, T. A., & Pujiono, F. E. (2020). Pelatihan Pembuatan Jamu Mix dan Jahe Wangi Pada Kelompok Ibu Rumah Tangga Di Desa Badal Pandean. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 3(2), 194–203. <https://doi.org/10.29407/ja.v3i2.13730>
- Luo, D., Yang, B. X., Liu, Q., Xu, A., Fang, Y., Wang, A., ... Li, T. (2021). Nurse Educators Perceptions of Simulation Teaching in Chinese Context: Benefits and Barriers. *PeerJ*, 1–13. <https://doi.org/10.7717/peerj.11519>
- Lusiani, E., Prastyawati, I. Y., & Nobita, A. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan Menggunakan Media Booklet terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Stunting. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(2), 315–320. Diakses di <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/download/990/486/4086>
- Mallah, S. I., Ghorab, O. K., Al-Salmi, S., Abdellatif, O. S., Tharmaratnam, T., Iskandar, M. A., ... Al-Qahtani, M. (2021). COVID-19: Breaking Down A Global Health Crisis. *Annals of Clinical Microbiology and Antimicrobials*, 20(35), 1–36. <https://doi.org/10.1186/s12941-021-00438-7>
- Melangka, Y. S. H., Masudin, M., Iwan, I., Hasan, S. M., & Sahe, T. (2021). Increasing Mothers' Knowledge of Infant and Young Child Feeding through Booklets in Banggai Regency, Central Sulawesi Province, Indonesia. *Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9, 924–930. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6232>
- Mocan, N., & Altindag, D. T. (2013). Education, Cognition, Health Knowledge, and Health Behavior. *European Journal of Health Economics*, 15, 265–279. <https://doi.org/10.1007/s10198-013-0473-4>
- Nagari, P. M., Savitri, O. I., Putra, H., Anggraeni, D. S., & Nugraha, A. A. S. (2021). Edukasi Kesehatan Melalui Video Sebagai Upaya Antisipasi Covid-19 di Desa Pandansari Lor. *Jurnal Pengabdian Dan Peningkatan Mutu Masyarakat*, 2(1), 60–65. <https://doi.org/10.22219/janayu.v2i1.13013>
- Peng, H., Gao, P., Xu, Q., Liu, M., Peng, J., Wang, Y., & Xu, H. (2020). Coronavirus Disease 2019 In Children : Characteristics , Antimicrobial Treatment And Outcomes. *Journal of Clinical Virology*, 128, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.jcv.2020.104425>
- Pertiwi, S. W. (2021). Januari-Maret 2021, Kasus COVID-19 pada Anak Naik Hampir 200%. *Media Indonesia*.
- Pinto, L., Nunes, E., & Sousa, S. (2020). A Framework to Improve Training and Development of Workers' Technical Skills: Effects on Operational Performance During Company Relocation.

- Procedia Manufacturing*, 51, 1806–1813. <https://doi.org/10.1016/j.promfg.2020.10.251>
- Puteri, A. O., Fakhriyah, F., Wasilah, S., Skripsiana, N. S., & Noor, M. S. (2021). Pelatihan Pengolahan Produk Jahe Sebagai Upaya Pemberdayaan Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19. *ILUNG: Jurnal Pengabdian Inovasi Lahan Basah Unggul*, 1(1), 59–66. <https://doi.org/10.20527/ilung.v1i1.3471>
- Quah, P. L., Cheng, T. S., Cheung, Y. B., Yap, F., Saw, S. M., Godfrey, K. M., ... Chong, M. F. F. (2016). Maternal and Infant Correlates of Maternal Feeding Beliefs and Practices in a Multi-ethnic Asian Population: The GUSTO (Growing Up in Singapore Towards Healthy Outcomes) Study. *Public Health Nutrition*, 19(15), 2789–2798. <https://doi.org/10.1017/S1368980016000744>
- Rachkeeree, A., Kantadoung, K., Suksathan, R., Puangpradab, R., Page, P. A., & Sommano, S. R. (2018). Nutritional Compositions and Phytochemical Properties of the Edible Flowers from Selected Zingiberaceae Found in Thailand. *Frontiers in Nutrition*, 5(3), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fnut.2018.00003>
- Sabarudin, Mahmudah, R., Ruslin, Aba, L., Nggawu, L. O., Syahbudin, ... Hasyim, M. S. (2020). Efektivitas Pemberian Edukasi secara Online melalui Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Covid-19 di Kota Baubau. *Jurnal Farmasi Galenika*, 6(2), 309-318. <https://doi.org/10.22487/j24428744.2020.v6i2.15253>
- Sadeghi, R., & Heshmati, H. (2019). Innovative Methods in Teaching College Health Education Course: A Systematic Review. *Journal of Education and Health Promotion*, 8(103), 1–8. https://doi.org/10.4103%2Fjehp.jehp_357_18
- Suryati, Nurjanah, & Setyaningsih, E. (2018). Pengaruh Edukasi Booklet tentang Kebutuhan Gizi Balita terhadap Pengetahuan Ibu Balita Gizi Kurang. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Surya Medika*, 13(2), 1–5. <https://doi.org/10.32504/sm.v13i2.113>
- Susmawati. (2020). Jenis Empon-empon Dan Khasiatnya Untuk Meningkatkan Imun Tubuh. Diakses di <https://bbppbinuang.bppsdp.pertanian.go.id/jenis-empon-empon-dan-khasiatnya-untuk-meningkatkan-imun-tubuh/>
- Thompson, A. L., Wasser, H., Nulty, A., & Bentley, M. E. (2021). Feeding Style Profiles are Associated with Maternal and Infant Characteristics and Infant Feeding Practice and Weight Outcomes in African American Mothers and Infants. *Appetite*, 160, 1–22. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105084>
- Trinh, T. A., Park, J., Oh, J. H., Park, J. S., Lee, D., Kim, C. E., ... Kang, K. S. (2020). Effect of Herbal Formulation on Immune Response Enhancement in Raw 264.7 Macrophages. *Biomolecules*, 10(3), 1–16. <https://doi.org/10.3390/biom10030424>
- Widodo, R. R., Susanto, T., & Susumaningrum, L. A. (2019). Relationship between Occupation and Mother's Parity Status with Attitude towards Breastfeeding. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(2), 105–113. <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i2.19045>
- Wiliyanarti, P. F., Yuliyanasari, N., & Martati, B. (2021). The Influence of Learning Video Media On Protocol Health Knowledge Covid-19 Elementary School Students. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 269–275. <https://doi.org/10.30994/sjik.v10i1.617>
- Xu, X., Chen, P., Wang, J., Feng, J., Zhou, H., Li, X., ... Hao, P. (2020). Evolution Of The Novel Coronavirus From The Ongoing Wuhan Outbreak And Modeling Of Its Spike Protein For Risk Of Human Transmission. *Science China Life Sciences*, 63(3), 457–460. <https://doi.org/10.1007/s11427-020-1637-5>
- Zheng, F., Liao, C., Fan, Q., Zhao, X., Xie, Z., Li, X., ... Jin, R. (2020). Clinical Characteristics Of Children With Coronavirus Disease 2019 In Hubei China. *Current Medical Science*, 40(2), 275–280. <https://doi.org/10.1007/s11596-020-2172-6>