

PEMBERDAYAAN TIM PENDAMPING KELUARGA MELALUI PRODUK PANGAN LABU SIAM DAN TELUR BAGI ANAK STUNTING

Jamaludin M. Sakung^{1*}, Nikmah Utami Dewi², Abd. Rahman³, Lusia Salmawati⁴,
A. Ferina Herbourina Bonita⁵

Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universita Tadulako, Indonesia^{1,2}
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universita Tadulako,
Indonesia^{3,4,5}

*e-mail Korespondensi : jamal_utd@yahoo.com

ABSTRAK

Kelurahan Duyu merupakan wilayah dengan prevalensi stunting tinggi dan menjadi lokasi pendampingan keluarga dalam upaya mencapai target penurunan stunting nasional. Intervensi yang selama ini diberikan berupa telur dan susu belum efektif karena tidak tepat sasaran serta rendahnya daya terima anak. Di sisi lain, labu siam sebagai komoditas lokal melimpah namun kurang dimanfaatkan, sehingga berpotensi diolah menjadi produk pangan fungsional. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat, khususnya tim pendamping keluarga, dalam memproduksi bolu kukus berbasis telur dan labu siam sebagai alternatif pemenuhan gizi ibu hamil dan anak baduta pada 1.000 HPK. Metode pelaksanaan mencakup penyuluhan gizi, pelatihan Good Manufacturing Practice (GMP), pelatihan pengemasan, demonstrasi pembuatan bolu kukus labu siam, serta pendampingan proses produksi sesuai standar CPPB. Kegiatan juga disertai sosialisasi dan sinkronisasi data sasaran, dengan 20 anak baduta sebagai penerima intervensi. Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi, kuesioner respon pelatihan, dan pemantauan praktik peserta. Program ini meningkatkan pengetahuan peserta mengenai gizi, pemanfaatan labu siam, serta keterampilan diversifikasi produk pangan. Bolu kukus labu siam diterima dengan baik oleh ibu hamil dan anak baduta, ditunjukkan oleh daya terima tinggi, tekstur yang lembut, serta aroma dan rasa yang disukai. Pengukuran antropometri pasca-intervensi menunjukkan perbaikan status gizi anak, didukung kandungan serat, vitamin, dan mineral dari labu siam. Kegiatan ini efektif mendorong kemandirian masyarakat, meningkatkan potensi ekonomi keluarga, serta menawarkan solusi inovatif dalam penanganan stunting berbasis pangan lokal.

Kata kunci: Bolu kukus, Labu siam, Pangan, status gizi, Stunting

TEMPOWERMENT OF FAMILY ASSISTANCE TEAMS THROUGH CHAYOTE–EGG– BASED FOOD PRODUCTS FOR STUNTED CHILDREN

Jamaludin M. Sakung^{1*}, Nikmah Utami Dewi², Abd. Rahman³, Lusla Salmawati⁴,
A. Ferina Herbourina Bonita⁵

Bachelor of Nutrition Study Program, Faculty of Public Health, Tadulako University, Indonesia^{1,2}
Bachelor of Public Health Study Program, Faculty of Public Health, Tadulako University, Indonesia^{3,4,5}

*Corresponding e-mail : jamal_utd@yahoo.com

ABSTRACT

Duyu Village is one of the areas with a high prevalence of stunting and has been designated as a location for family assistance teams to help achieve the national stunting reduction target. Existing interventions, primarily the distribution of eggs and milk, have not been effective due to inaccurate targeting and low acceptance among children. Meanwhile, chayote (*Sechium edule*), a locally abundant commodity, remains underutilized despite its potential to be processed into functional food products. This community service program aims to enhance the knowledge and skills of family assistance teams and local communities in producing steamed cakes made from eggs and chayote as an alternative nutritional source for pregnant women and children under two (baduta) during the first 1,000 days of life.

The methods applied included nutrition education, training on Good Manufacturing Practices (GMP), product packaging training, demonstrations of chayote-based steamed cake production, and production assistance following Good Food Processing Practices (CPPB). Activities also involved socialization and data synchronization, with 20 children under two selected as intervention recipients. Evaluation was conducted through participation observation, training response questionnaires, and monitoring of participants' practical skills.

This program improved participants' knowledge of nutrition, chayote utilization, and skills in food product diversification. The chayote steamed cake was well received by pregnant women and children, showing high acceptability, soft texture, and favorable taste and aroma. Post-intervention anthropometric measurements indicated improvements in children's nutritional status, supported by the fiber, vitamins, and minerals present in chayote. Overall, this program effectively promoted community self-reliance, enhanced household economic potential, and provided an innovative local-food-based solution for stunting reduction.

Keywords: Chayote, Functional food, Nutritional status, Steamed cake, Stunting

PENDAHULUAN

Kelurahan duyuh adalah merupakan mitra dengan adanya tim pendamping keluarga dalam penanganan masalah stunting yang masih belum mencapai target kinerja pemerintah yakni menurunkan stunting hingga 14%. Kelurahan duyuh yang berada di Kota Palu yang merupakan Kota tertinggi ke sebelas sebesar 22.1% dari 13 Kabupaten/Kota. Angka prevalensi stunting masih perlu perhatian serius dalam upaya penurunannya mengingat semua kabupaten/kota masih berada di angka di atas 20% dan tergolong kategori tertinggi sesuai dengan standar WHO. Selama ini intervensi yang diberikan adalah memberikan makanan tambahan pendamping Air Susu Ibu (ASI), bagi sasaran yang berisiko diberikan tambahan telur dan susu.

Intervensi tersebut belum dapat mengatasi penanganan stunting karena telur yang diberikan belum menjangkau sasaran secara tepat dan daya terima anak stunting yang tidak respon terhadap pemberian telur oleh karena itu untuk mengatasi kelebihan telur maka diberikan solusi penanganan produk pangan fungsional dari telur dan labu siam dalam bentuk bolu kukus labu siam.

Ketersediaan labu siam yang melimpah jumlahnya dan lebih banyak dibiarkan sampai membusuk. Pembusukan dari limbah ini menimbulkan bau yang kurang sedap dan dalam waktu lama akan menurunkan kualitas lingkungan. Produktivitas kelompok tim pendamping keluarga dalam membantu perekonomian keluarga tergolong rendah salah satunya karena minimnya informasi mengenai penggunaan teknologi dan manfaatnya bagi peningkatan ekonomi. Kurangnya kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kemandirian ekonomi sebagai akibat minimnya pemahaman dalam memanfaatkan bahan pangan menjadi produk inovatif.

Formulasi bahan labu siam dan telur yang melimpah menjadi solusi penanganan stunting, kelompok mitra tim pendamping keluarga di kelurahan Duyuh yang memiliki bahan baku berpotensi untuk mengolah maka program pengabdian masyarakat diarahkan untuk melakukan pendampingan kepada tim pendamping keluarga berupa teknik pembuatan produk unggulan berbasis potensi lokal labu siam untuk menambah kebutuhan gizi bagi anak stunting dari bahan baku limbah buah labu siam dan telur. Hasil penelitian Sakung J (2020) menunjukkan kadar kalium yang cukup tinggi pada dodol dan brownis salah satu produk olahan berbasis labu siam. kalium merupakan salah satu mineral yang berperan dalam menurunkan tekanan darah. Teknologi pembuatan bolu kukus berbasis telur dan labu siam diharapkan sebagai salah satu solusi alternatif untuk memanfaatkan limbah yang ada, dapat menekan pencemaran lingkungan dan meningkatkan layanan kesehatan dan penanganan stunting (Anggreani, Margawati, & Nurjazuli, 2021; Annabel, Sugandhi, Goeltom, & Pramono, 2021)

Adapun tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah memberikan edukasi dan pembuatan produk pangan fungsional berbasis telur dan labu siam untuk solusi penanganan gizi ibu hamil dan anak stunting dalam 1000 hari pertama kehidupan.

METODE PENGABDIAN

Metode kegiatan yang dilakukan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi oleh mitra kegiatan adalah sebagai berikut :

1. Penyuluhan tentang arti penting komoditas labu siam, manfaat serta hasil yang diperoleh dari penjualan produk tersebut.
2. Penyuluhan tentang aneka produk dari telur yang berlimpah di kelompok mitra
3. Penyuluhan tentang pentingnya diversifikasi (penganekaragaman) produk olahan labu siam menjadi bolu kukus berbahan dasar telur dan labu siam, untuk meningkatkan nilai tambah produk, daya simpan produk dan meningkatkan pendapatan masyarakat kelompok tim pendamping keluarga labu siam.
4. Demonstrasi tentang cara pengolahan telur dan labu siam menjadi bolu kukus peduli stunting .
5. Pelatihan dan bimbingan dalam proses pembuatan produk olahan telur dan labu siam tersebut serta pelatihan manajemen pemasaran.
6. Evaluasi semua kegiatan. Evaluasi dilakukan pada saat pelatihan dan pemantauan dari TIM Pengabdian pada masyarakat.

Kegiatan sosialisasi akan dilaksanakan di masing-masing ruang pertemuan masyarakat/pustu. Sosialisasi dilaksanakan dengan tujuan menyampaikan maksud, tujuan dan sasaran kegiatan pengabdian serta membuat kesepakatan awal untuk rencana tindak lanjut yang akan dilakukan. Kegiatan sosialisasi dilakukan terhadap mitra tim pendamping keluarga dan anggota masyarakat lainnya, tokoh/pemuka masyarakat serta petugas pelaksana dari instansi terkait.

Pelatihan dilakukan pada mitra kelompok tim pendamping keluarga bersama anggota masyarakat. Adapun kegiatan pelatihan Good Manufacturing Practice (GMP) atau cara memproduksi yang baik adalah tuntunan bagi pelaku usaha dalam melakukan produksi produknya. Penerapan GMP ini dilaksanakan untuk menghasilkan produk dengan kualitas terbaik dan dengan proses produksi yang efektif dan efisien. Hal ini akan dapat meningkatkan keuntungan bagi produsen selain itu akan lebih menjamin keamanan produk. Pelatihan GMP dilakukan dengan presentasi mengenai hal-hal penting dalam proses produksi yang perlu diperhatikan untuk dapat diterapkan. Dengan melakukan sosialisasi mengenai GMP kepada masyarakat sasaran diharapkan masyarakat mengetahui dan memahami konsep GMP sehingga kualitas produknya terjamin.

Penyuluhan tentang CPPB (Cara-cara Pengolahan Pangan yang Baik) diperlukan untuk menjamin proses produksi olahan labu siam di mitra dilakukan dengan baik sesuai standar CPPB. Mitra belum sepenuhnya memahami standar proses produksi pangan yang baik meliputi sanitasi bahan baku, pekerja, peralatan dan lingkungan; kendali proses mulai dari bahan baku sampai produk akhir; standar ruangan produksi; penggunaan bahan

tambahan makanan; penyimpanan bahan baku dan produk jadi; serta pengemasan dan pelabelan. Oleh karena itu pelatihan dan penerapan CPPB akan dilakukan di mitra kelompok tim pendamping keluarga kelurahan Duyu kec. Tatanga Kota Palu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan sosialisasi kegiatan bersama kelompok kader dan ibu anak balita sasaran, kegiatan ini menyepakati bentuk pelaksanaan pengabdian melalui pelatihan, pembuatan produk bolu kukus. Sinkronisasi data sasaran yang akan mendapatkan intervensi produk hasil olahan pangan dari labu siam. Sinkronisasi data menjadi aspek penting dalam pelaksanaan program pengembangan pangan lokal. Labu siam dipilih sebagai komoditas intervensi karena ketersediaannya yang melimpah, nilai gizi yang tinggi, dan potensinya untuk diolah menjadi berbagai produk pangan. Namun, data mengenai intervensi dan pengembangan produk pangan labu siam yang dimiliki oleh berbagai pihak, seperti pemerintah, lembaga swadaya masyarakat (LSM), dan kelompok masyarakat seringkali tidak selaras, sehingga diperlukan upaya sinkronisasi untuk memperkuat pelaksanaan program. Jumlah anak bawah dua tahun (baduta) yang disepakati diintervensi berjumlah 20 anak.



Gambar 1. Sosialisasi rencana kegiatan pembuatan produk

Pemberian bolu kukus labu siam kepada anak usia baduta (bawah dua tahun) bisa menjadi pilihan yang baik sebagai camilan sehat, karena terbuat dari bahan-bahan yang aman dan sesuai untuk anak pada usia ini (Muchtar, 2024). Ada beberapa alasan mengapa bolu kukus labu siam bisa menjadi pilihan yang bagus: Labu siam merupakan sumber serat (Shiga, Peroni-Okita, Carpita, Lajolo, & Cordenunsi, 2015), vitamin A, vitamin C (Vieira, Pinho, Ferreira, & Delerue-Matos, 2019), dan beberapa mineral seperti kalium dan magnesium (J. M. Sakung, Nuryanti, Afadil, Pulukadang, & Maryam, 2021). Nutrisi ini penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Bolu kukus umumnya memiliki tekstur yang lembut dan mudah dikunyah, sehingga cocok untuk

anak baduta yang mungkin belum memiliki gigi lengkap atau masih belajar mengunyah dengan baik. Saat membuat bolu kukus untuk anak baduta jumlah gula terkontrol dan terhindar dari bahan pengawet untuk kesehatan anak. Memberikan bolu kukus labu siam bisa menjadi cara yang baik untuk mengenalkan variasi makanan dan rasa kepada anak.



Gambar 2. Peserta Pelatihan gizi ibu hamil dan pembuatan produk pangan fungsional.

Kegiatan pengabdian berupa pelatihan pembuatan produk bolu kukus labu siam yang merupakan pangan fungsional terjadi peningkatan pengetahuan mengenai gizi dan manfaat labu siam, terampil dalam membuat berbagai produk olahan dari labu siam. Olahan berbasis labu siam menjadi salah satu alternatif diversifikasi pangan yang diterima dengan baik oleh masyarakat setempat. Program ini juga berdampak pada peningkatan ekonomi masyarakat. Produk olahan labu siam memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk memulai usaha kecil dan menengah. Beberapa kelompok masyarakat mulai memasarkan produk mereka secara lebih luas, baik di pasar lokal maupun melalui platform online.

Berdasarkan pengukuran antropometri menunjukkan peningkatan setelah intervensi bolu kukus labu siam, beberapa faktor yang mungkin berkontribusi diantaranya Kandungan Gizi Labu Siam yang kaya akan serat, vitamin, dan mineral. Serat dari labu siam dapat membantu pencernaan dan meningkatkan metabolisme. Kandungan vitamin dan mineral seperti vitamin A, vitamin C, dan kalium dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Keseimbangan Nutrisi pada Bolu kukus labu siam yang disiapkan dengan bahan-bahan yang bergizi seimbang (misalnya, tepung gandum utuh, telur, sedikit gula, dan labu siam) dapat menyediakan karbohidrat, protein, lemak, serta mikronutrien yang penting untuk pertumbuhan. Kalori yang Cukup pada bolu kukus labu siam disiapkan dengan memperhatikan keseimbangan kalori, ini bisa memberikan tambahan energi yang diperlukan untuk pertumbuhan anak, terutama jika anak mengalami kekurangan asupan kalori.

Peningkatan Asupan Makanan melalui pemberian bolu kukus labu siam yang lezat dan menarik bagi anak dapat meningkatkan asupan makanan mereka secara

keseluruhan. Anak-anak yang mungkin sebelumnya sulit makan atau kurang gizi bisa lebih tertarik untuk makan lebih banyak jika diberikan camilan yang enak namun bergizi. Intervensi dengan bolu kukus labu siam dapat meningkatkan hasil pengukuran antropometri pada anak baduta jika dilakukan dengan cara yang benar. Penggunaan bahan yang bergizi, kontrol porsi, dan pemantauan yang tepat sangat penting untuk mencapai hasil yang diinginkan. Namun, penting juga untuk selalu mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi pertumbuhan anak dan melakukan intervensi secara holistik untuk memastikan perkembangan yang optimal.



Gambar 3. Pembuatan bolu kukus labus siam (telasia penting)

Pada gambar 3 menunjukkan proses pembuatan pangan fungsional berbasis labu siam dengan pemanfaatan bantuan dari lembaga dan instansi pemerintah yakni telur dan susu, bahan dasar dan prosedur pembuatan bolu kukus sangat mudah. Labu siam yang telah direbus dan didinginkan/ditiriskan di haluskan dengan menggunakan blender, ditambahkan terigu dan susu. Penambahan tepung terigu dan susu dalam pembuatan bolu kukus adalah untuk menciptakan tekstur yang ideal, rasa yang enak, dan kualitas keseluruhan yang baik. Tepung terigu memberikan struktur dan tekstur dasar (Gay, Augustyn, & Mailoa, 2023), sementara susu berfungsi untuk melembutkan, memperkaya rasa (Waldron et al., 2020), dan membantu dalam proses pengembangan adonan. Kombinasi keduanya penting untuk menghasilkan bolu kukus yang lezat, empuk, dan menarik.

Kegiatan praktek pembuatan produk pangan fungsional dari telur dan labu siam dilaksanakan bersamaan dengan edukasi gizi bagi calon pengantin dan ibu hamil (Cokrowati, Nurâ, & Mukhlis, 2020), praktek dilakukan oleh tim pendamping keluarga dan mahasiswa kuliah kerja nyata tematik stunting di desa Simoro. Kombinasi dua kegiatan ini dilakukan untuk memberikan pemahaman bahwa produk pangan

fungsional untuk pemenuhan gizi tersedia dilingkungan dan mudah mendapatkannya, sehingga calon pengantin dan ibu hamil memahami dan dapat mengolah sendiri produk pangan fungsional untuk persiapan kebutuhan gizi bagi janin dan anak yang akan dilahirkan (Nasriyah & Ediyono, 2023; Nurvembrianti, Purnamasari, & Sundari, 2021). Kebutuhan gizi bagi ibu hamil sangat penting karena dapat mencegah terjadinya komplikasi dan kematian pada saat persalinan (Sudargo & Aristasari, 2018).

Produk pangan fungsional yang dihasilkan dari pelatihan bersama mitra kegiatan, berdasarkan hasil interview dari ibu hamil dan kader pendamping keluarga yang diminta mengkonsumsi menyatakan bahwa produk pangan tersebut dari bentuk struktur sangat disukai, warna produk menarik, rasa sangat disukai dan aroma produk disukai. Setelah dikonsumsi anak baduta sebanyak 50 gram menunjukkan anak baduta sangat suka dan menghabiskan konsumsi bolu kukus telasia. Tingkat kesukaan dari panelis dominan karena aroma yang dipengaruhi oleh bahan-bahan penyusunnya (Permatasari, Yulianti, Damayanti, & Dolorosa, 2022).

KESIMPULAN

Pelatihan yang dilakukan pada kegiatan ini meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan hasil pertanian berupa labu siam menjadi produk pangan fungsional, sebagai alternatif pemenuhan gizi. Peserta pelatihan antusias dalam mengikuti kegiatan sehingga dapat mengolah sendiri bolu kukus labu siam dengan menambahkan telur dan susu yang diperoleh dari donator. Inovasi produk pangan dari labu siam dalam kegiatan pengabdian dapat mengatasi terjadinya stunting dan solusi kekurangan gizi anak baduta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Universitas Tadulako yang telah mendanai kegiatan dan kantor kelurahan Duyu Kota sebagai tempat kegiatan serta pihak yang telah memberi dukungan terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alejandra, Conde-Hernández Lilia, Diego, Ibarra-Cantún, Diego, Luna-Vital, José, Luna-Guevara Juan, & Lorena, Luna-Guevara María. (2023). Functional properties of bioactive compounds contained in vegetables commonly consumed in Mexico. *Studies in Natural Products Chemistry*, 79, 241-288.
- Anggraeni, Aas Yanuar, Wardani, Sri, & Hidayah, Aidat Nurul. (2020). Profil Peningkatan Kemampuan Literasi Kimia Siswa Melalui Pembelajaran Inkuiri Terbimbing Berbasis Kontekstual. *Jurnal Inovasi Pendidikan Kimia*, 14(1), 2512-2523.
- Anwar, Faizal. (2016). Provinsi Sulawesi Tengah dalam Angka 2016. Palu: BPS provinsi

Sulawesi Tengah.

- Cokrowati, Nunik, Nurâ, Dewi, & Mukhlis, Alis. (2020). Edukasi nilai gizi ikan melalui pelatihan pembuatan makanan olahan berbahan baku ikan Tongkol. *Jurnal Abdi Insani*, 7(1), 49-54.
- Gay, Muhammad L, Augustyn, Gelora H, & Mailoa, Meitycorfrida. (2023). Karakteristik Organoleptik dan Kimia Formulasi Pasta Ubi Jalar Kuning dan Tepung Terigu Dalam Pembuatan Brownies. *Jurnal Agrosilvopasture-Tech*, 2(2), 403-411.
- Ilhmadi, Mohammad Liwa, Tamala, Yulianida, Mahandika, Dyna Ayu, Fajri, Miftahul, RS, Dwi Kurniawan, Irawan, Ade, & Sukniatunur, Laila. (2022). Pelatihan 4P (Pengolahan, Pelabelan, Pengemasan, Pemasaran) Kripik Pisang dan Labu Siam Yang Inovatif Di Desa Timbanuh. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(2), 114-120.
- Juli Yani, M.H., & Srimulat, Fitri Endang. (2023). *Administrasi Pendidikan*. Purwokerto: CV. Tatakata Grafika.
- Muchtar, Febriana. (2024). Pelatihan Pembuatan Kudapan Bolu Kukus Bayam Sebagai Makanan Tambahan Balita Pada Kader Posyandu Waraswanawati di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari. *Indonesia Berdaya*, 5(2), 593-602.
- Nasriyah, Nasriyah, & Ediyono, Suryo. (2023). Dampak kurangnya nutrisi pada ibu hamil terhadap risiko stunting pada bayi yang dilahirkan. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), 161-170.
- Nurvembrianti, Ismaulidia, Purnamasari, Intan, & Sundari, Astri. (2021). Pendampingan ibu hamil dalam upaya peningkatan status gizi. *Jurnal Inovasi & Terapan Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 50-55.
- Permatasari, Oktavina, Yulianti, Natalia Ratna, Damayanti, Ariani, & Dolorosa, Maria. (2022). Formulasi Bolu Sebagai Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Substitusi Tepung Tempe Dan Tepung Bayam Merah. *Journal of Food Technology and Agroindustry*, 4(2), 67-73.
- Rosyda, Dina Uliana, Sudarmanto, Bambang, & Rahmi, Ainu. (2022). Kajian Kombinasi Konsentrasi Karagenan Dan Jeruk Nipis Pada Pembuatan Jelly Drink Labu Siam (*Sechium edule* Sw). *Jurnal Teknologi Pertanian Andalas*, 26(1), 1-7.
- Sakung JM, Yuli Nurmawanti, Rahmania, Mulyani, Hafsa Fitra. (2020). Nutritional Evaluation Of Chayote Flour-Based Biscuits (*Sechium edule*) *Indian Journal of Public Health Research & Development* 11(3).
- Sakung, Jamaluddin, & Lestari, Ayu. (2020). Analisis Kadar Vitamin A, C dan E Brownies Kukus Berbasis Labu Siam. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 3(3), 146-150.
- Sakung, Jamaludin M, Nuryanti, Siti, Afadil, Afadil, Pulukadang, Sri Hastuti Virgianti, & Maryam, Maryam. (2021). Evaluation of proximate and mineral composition of biscuit formulated using chayote (*Sechium edule*) and mung bean (*Vigna radiata*)

- flours. Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences, 9(A), 373-377.
- Shiga, Tânia M, Peroni-Okita, Fernanda Helena Gonçalves, Carpita, Nicholas C, Lajolo, Franco Maria, & Cordenunsi, Beatriz Rosana. (2015). Polysaccharide composition of raw and cooked chayote (*Sechium edule* Sw.) fruits and tuberous roots. Carbohydrate polymers, 130, 155-165.
- Sudargo, Toto, & Aristasari, Tira. (2018). 1000 hari pertama kehidupan. Yogyakarta: Ugm Press.
- Vieira, Elsa F, Pinho, Olívia, Ferreira, Isabel MPLVO, & Delerue-Matos, Cristina. (2019). Chayote (*Sechium edule*): A review of nutritional composition, bioactivities and potential applications. Food chemistry, 275, 557-568.
- Waldron, DS, Hoffmann, W, Buchheim, W, McMahon, DJ, Goff, H Douglas, Crowley, SV, . . . Celigueta Torres, I. (2020). Role of milk fat in dairy products Advanced Dairy Chemistry, Volume 2: Lipids (pp. 245-305): Springer.
- Wulandari, Ayu, Valeriani, Devi, Wibawa, Dian Prihardini, & Layal, Kamalia. (2023). Peningkatan Status Gizi Balita Stunting Melalui Praktek Pembuatan Mpasi Dengan Memanfaatkan Potensi Pangan Lokal. Jurnal Abdi Insani, 10(3), 1833-184.