



Pendampingan Ibu Balita Dalam Pemberian Gizi Seimbang dengan Isi Piringku di Desa Sukorejo Kabupaten Blora

Epi Saptaningrum^{1*}, Erni Nuryanti², Joni Siswanto³

¹ Departemen Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang, Indonesia, Email: episaptaningrum@poltekkes-smg.ac.id

² Departemen Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang, Indonesia, Email: erninuryanti@gmail.com

³ Departemen Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang, Indonesia, Email: jonisiswanto66@gmail.com

ABSTRACT

Improving immunity requires the provision of optimal nutrition, beginning with a balanced diet that meets the specific needs of children. The benefits of a balanced diet extend beyond immunity, contributing significantly to physical growth and cognitive development. Nutrient deficiencies in toddlers not only increase morbidity and mortality rates but also adversely affect their growth and development processes. The aim of this program was to raise awareness about toddler nutrition, the consequences of nutrient deficiency, demonstrate how to prepare and process toddler meals, and measure toddlers' height and weight in Sukorejo Village. The methods used in this program included education sessions, demonstrations, and anthropometric measurements. The results showed that mothers of toddlers in Sukorejo Village understood the importance of balanced nutrition and were able to prepare and serve nutritious meals. A total of 30 mothers participated in the activities, which led to improved knowledge about balanced nutrition and a reduction in undernutrition cases in the village. In conclusion, the community service demonstrated that mothers of toddlers in Sukorejo Village gained an understanding of balanced nutrition and could prepare nutritious meals for their children.

Keywords : Toddlers; Nutrition; Balanced Diet

ABSTRAK

Untuk meningkatkan imunitas dengan memberikan nutrisi yang optimal. Dimulai dari gizi yang seimbang dan sesuai kebutuhan anak, sebab manfaat gizi seimbang tak hanya untuk imunitas tetapi juga tumbuh kembang termasuk kognitif. Kekurangan zat gizi pada balita selain meningkatkan angka kesakitan dan kematian, juga mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan. Tujuan pengabdian masyarakat adalah melakukan sosialisasi tentang gizi balita, akibat balita kekurangan gizi, demonstrasi menyusun dan mengolah makanan balita, pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat badan balita di Desa Sukorejo. Metode pengabdian masyarakat adalah penyuluhan, demonstrasi dan pengukuran tinggi badan dan menimbang berat badan balita. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa ibu-ibu balita di Desa Sukorejo memahami pentingnya gizi seimbang pada balita dan dapat menyusun serta menyajikan menu makanan bergizi seimbang. Sebanyak 30 ibu balita mengikuti kegiatan ini, yang berdampak pada meningkatnya pengetahuan mereka mengenai gizi seimbang serta penurunan kasus gizi kurang di desa tersebut. Kesimpulan pengabdian bahwa ibu-ibu balita Desa Sukorejo memahami tentang gizi seimbang pada balita, ibu-ibu balita dapat menyiapkan menu makanan yang bergizi pada balita.

Kata Kunci : Balita; Gizi; Menu Seimbang

Correspondence : Epi Saptaningrum

Email : episaptaningrum@poltekkes-smg.ac.id, no kontak (+62 858-6530-7757)

• Received 3 Juli 2025 • Accepted 3 Agustus 2025 • Published 6 Agustus 2025

• e - ISSN : 2961-7200 • DOI: <https://doi.org/10.56742/jpm.v4i2.149>

PENDAHULUAN

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kualitas sumber daya manusia sejak usia dini [1]. Pada masa balita, kebutuhan zat gizi sangat tinggi karena merupakan periode emas (golden age) yang menentukan perkembangan fisik, mental, dan intelektual anak. Kekurangan gizi pada periode ini dapat menyebabkan berbagai dampak negatif jangka pendek seperti gangguan pertumbuhan (stunting), penurunan daya tahan tubuh, hingga peningkatan risiko kematian. Dalam jangka panjang, gizi yang tidak tercukupi dapat menghambat perkembangan kecerdasan, menurunkan produktivitas, dan berkontribusi terhadap rendahnya kualitas hidup di masa dewasa [2].

Upaya pemenuhan gizi pada anak balita tidak dapat dipisahkan dari peran aktif orang tua, khususnya ibu, sebagai penanggung jawab utama dalam penyediaan makanan keluarga. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, keterampilan dalam menyusun menu, serta kemampuan dalam mengolah makanan yang bergizi sangat menentukan kecukupan gizi anak. Oleh karena itu, edukasi gizi kepada ibu-ibu balita menjadi langkah strategis dalam memperbaiki status gizi anak-anak di lingkungan keluarga. Pendekatan ini juga dapat memutus rantai intergenerasional masalah gizi yang berulang dari generasi ke generasi [3].

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Blora menunjukkan bahwa permasalahan gizi masih menjadi isu yang signifikan, khususnya pada balita. Salah satu wilayah yang menjadi perhatian adalah Kecamatan Tunjungan, yang mencatat tingginya kasus balita dengan gizi kurang dan gizi buruk [4]. Desa Sukorejo, sebagai salah satu desa di wilayah ini, memiliki sejumlah kasus balita dengan status gizi tidak memadai berdasarkan laporan Puskesmas Tunjungan tahun 2021. Situasi ini menjadi indikasi bahwa intervensi gizi perlu dilakukan secara menyeluruh dan melibatkan masyarakat secara langsung [5].

Masalah gizi pada balita tidak hanya disebabkan oleh keterbatasan ekonomi keluarga, tetapi juga oleh rendahnya pengetahuan orang tua tentang kebutuhan gizi anak [6]. Banyak orang tua

yang belum memahami konsep gizi seimbang sesuai prinsip "Isi Piringku", serta belum mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menyebabkan konsumsi makanan anak menjadi tidak bervariasi, kurang zat gizi mikro penting, dan tidak sesuai dengan kebutuhan energi anak sesuai tahap perkembangannya. Oleh karena itu, perlu dilakukan peningkatan kapasitas ibu balita dalam pengetahuan dan keterampilan menyusun serta menyajikan makanan bergizi [7].

Selain penyuluhan, keterlibatan masyarakat dalam bentuk praktik langsung atau demonstrasi memasak juga penting untuk meningkatkan pemahaman dan kemandirian ibu-ibu dalam menyusun menu sehat. Kegiatan ini dapat disertai dengan pengukuran antropometri balita seperti berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui status gizi mereka secara langsung. Dengan mengetahui status gizi balitanya, ibu dapat lebih tanggap dan bertindak cepat dalam memperbaiki pola makan dan kebiasaan gizi anak [8].

Penguatan interaksi antara tenaga kesehatan, dosen, mahasiswa, dan masyarakat melalui program pengabdian seperti ini juga sangat bermanfaat. Selain menumbuhkan kesadaran kolektif tentang pentingnya gizi seimbang, kegiatan ini juga menjadi sarana pendampingan langsung dalam upaya pemberdayaan masyarakat desa. Harapannya, melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, masyarakat mampu mengelola potensi lokal yang ada seperti lahan pekarangan untuk sumber pangan bergizi, serta menjaga kebiasaan hidup sehat secara berkelanjutan.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu balita di Desa Sukorejo Kabupaten Blora tentang pentingnya gizi seimbang pada anak balita. Kegiatan ini meliputi penyuluhan tentang gizi balita, dampak kekurangan gizi, demonstrasi menyusun dan mengolah makanan balita, serta pengukuran tinggi badan dan berat badan balita. Dengan demikian, ibu-ibu diharapkan mampu menerapkan pola makan sehat bagi anak-anak mereka sebagai upaya mencegah dan menurunkan angka balita kurang gizi di desa tersebut.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan partisipatif melalui edukasi, demonstrasi, dan pengukuran antropometri balita. Kegiatan difokuskan pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu balita dalam menyiapkan makanan bergizi seimbang berdasarkan prinsip "Isi Piringku". Metode pelaksanaan dibagi dalam empat tahap, yaitu: persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan monitoring.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan koordinasi tim pengabdian bersama pihak-pihak terkait seperti Kepala Desa Sukorejo, Ketua PKK, kader posyandu, dan petugas Puskesmas Tunjungan. Tim pengabdian juga melakukan pengurusan perizinan dan penjadwalan kegiatan. Persiapan materi dilakukan oleh dosen dan mahasiswa dari Prodi D-III Keperawatan Blora dengan merancang bahan ajar berupa materi penyuluhan gizi, leaflet edukatif, serta bahan dan alat untuk demonstrasi. Selain itu, disiapkan alat-alat pengukuran seperti timbangan digital dan pengukur tinggi badan untuk penilaian status gizi balita.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan di balai desa dan posyandu Desa Sukorejo. Tahapan kegiatan meliputi:

- a. Penyuluhan Gizi: Disampaikan materi tentang pentingnya gizi seimbang bagi balita, tanda dan dampak kekurangan gizi, serta prinsip "Isi Piringku".
- b. Demonstrasi Penyusunan dan Pengolahan Menu: Ibu-ibu balita diajak menyusun menu seimbang sesuai kebutuhan anak balita dan praktik langsung mengolah makanan sehat.
- c. Pengukuran Antropometri: Dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan balita sebagai indikator status gizi, yang dilakukan oleh mahasiswa dan kader dengan supervisi dosen.

- d. Pemberian Makanan Tambahan: Balita diberikan contoh makanan tambahan bergizi hasil olahan ibu-ibu peserta pelatihan.
- e. Diskusi dan Tanya Jawab: Dibuka sesi tanya jawab untuk mengakomodasi pemahaman ibu balita dan memperkuat pengetahuan yang telah diberikan.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan dua pendekatan, yaitu:

- a. Evaluasi Formatif: Dilakukan selama proses kegiatan berlangsung untuk menilai pemahaman peserta secara langsung, termasuk keterlibatan dalam demonstrasi dan diskusi.
- b. Evaluasi Sumatif: Dilakukan setelah kegiatan berakhir dengan cara mengamati perubahan pemahaman ibu-ibu melalui pertanyaan lisan, serta menilai kemampuan ibu-ibu dalam menyusun dan menghadirkan menu gizi seimbang.

Selain itu, perubahan status gizi balita juga diamati melalui hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan sebelum dan sesudah kegiatan.

4. Tahap Monitoring

Monitoring dilakukan secara berkala melalui kerja sama dengan kader posyandu dan petugas kesehatan setempat. Ibu-ibu balita yang telah mengikuti pelatihan diminta untuk melakukan penimbangan rutin setiap bulan di posyandu. Tim pengabdian berkoordinasi dengan kader untuk mendokumentasikan perkembangan berat dan tinggi badan balita. Selain itu, kader juga berperan sebagai pendamping lokal yang mengingatkan dan mendampingi ibu-ibu dalam menyiapkan menu sehat di rumah. Hasil monitoring menjadi dasar untuk perencanaan tindak lanjut atau kegiatan lanjutan di masa mendatang.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat bertema "Pendampingan Ibu Balita dalam Pemberian Gizi Seimbang dengan Isi Piringku" yang dilaksanakan

di Desa Sukorejo, Kecamatan Tunjungan, Kabupaten Blora, pada bulan Mei 2025 oleh tim Dosen memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran ibu-ibu balita, serta membangun jejaring kolaboratif antara institusi pendidikan dan masyarakat desa. Hasil kegiatan ini dapat dijelaskan melalui beberapa aspek berikut:

1. Dampak terhadap Mahasiswa

Pelibatan mahasiswa dalam program pengabdian masyarakat ini memberikan pengalaman praktis yang sangat berharga. Mahasiswa yang tergabung dalam tim kegiatan memperoleh peningkatan kemampuan berkomunikasi secara langsung dengan masyarakat, khususnya dalam menyampaikan materi kesehatan. Kegiatan ini juga memperluas jejaring sosial mahasiswa dengan tokoh masyarakat, kader posyandu, dan keluarga sasaran. Mahasiswa menjadi lebih percaya diri dan terbiasa berinteraksi dalam konteks edukasi di lapangan, sehingga memperkuat kompetensi mereka dalam bidang promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat.

2. Dampak terhadap Ibu Balita

Sebanyak 30 ibu balita di Desa Sukorejo secara aktif mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang meliputi penyuluhan, demonstrasi memasak, dan pengukuran antropometri anak. Para ibu menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya gizi seimbang, mampu menyusun menu harian yang mengandung unsur karbohidrat, protein, sayur, dan buah sesuai dengan prinsip “Isi Piringku”. Mereka juga memahami dampak negatif dari kekurangan gizi pada balita, serta menunjukkan antusiasme dalam mempraktikkan cara pengolahan makanan yang sehat. Selain itu, ibu-ibu mulai rutin menimbang dan memantau pertumbuhan anak mereka di posyandu setempat.

3. Dampak terhadap Masyarakat Desa Sukorejo

Secara umum, kegiatan ini mendapat sambutan positif dari masyarakat desa. Kepala desa, kader, dan ibu-ibu menyatakan kesediaannya untuk melanjutkan kegiatan edukatif serupa secara mandiri. Desa Sukorejo menjadi lebih terbuka terhadap kegiatan kolaboratif dari institusi pendidikan, yang pada akhirnya mempererat hubungan antara perguruan tinggi dan komunitas lokal. Selain itu, berdasarkan pengamatan kader posyandu, terjadi penurunan kasus gizi kurang pada balita di desa ini setelah kegiatan berlangsung. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mulai berdampak nyata terhadap perilaku dan kebiasaan masyarakat dalam hal pemberian makan anak.

4. Kendala yang Dihadapi

Selama pelaksanaan kegiatan, ditemukan beberapa kendala yang memerlukan penanganan khusus. Salah satunya adalah perbedaan tingkat pemahaman dan daya tangkap peserta terhadap materi yang disampaikan, yang disebabkan oleh variasi tingkat pendidikan dan latar belakang ekonomi. Selain itu, tidak semua ibu memiliki akses yang mudah terhadap bahan makanan bergizi karena keterbatasan finansial atau ketersediaan bahan pangan di sekitar rumah. Hal ini menjadi tantangan dalam memastikan keberlanjutan penerapan menu gizi seimbang di tingkat rumah tangga.

5. Strategi Pemecahan Masalah

Untuk mengatasi kendala tersebut, tim pengabdian mengadopsi pendekatan berbasis komunitas. Ibu-ibu yang sudah memahami materi diminta untuk membantu dan membimbing ibu-ibu lain melalui diskusi kelompok dan praktik bersama. Kader posyandu dilibatkan secara aktif sebagai pendamping yang memberikan penyuluhan lanjutan dan pemantauan di lapangan. Selain itu, peserta didorong untuk memanfaatkan pekarangan rumah sebagai sumber pangan mandiri, seperti menanam sayuran atau

beternak ayam sebagai sumber protein hewani yang terjangkau.

6. Hasil Penilaian Keberhasilan Kegiatan

Penilaian terhadap keberhasilan kegiatan dilakukan melalui observasi langsung dan diskusi kelompok. Hasilnya menunjukkan bahwa seluruh peserta mampu memahami dan mempraktikkan penyusunan menu seimbang dengan benar. Ibu-ibu menunjukkan peningkatan antusiasme dan kesadaran dalam menerapkan pola makan sehat di rumah. Selain itu, balita yang ditimbang secara berkala menunjukkan kecenderungan status gizi yang membaik. Perubahan perilaku ini merupakan indikator keberhasilan dari kegiatan pendampingan yang dilakukan.

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pemberian makan balita yang tepat sesuai usia, kebutuhan gizi, serta kondisi kesehatan anak. Melalui pendekatan edukatif yang terstruktur, ibu-ibu balita kini memahami pentingnya penyusunan menu seimbang, variasi bahan makanan, serta teknik pengolahan makanan yang aman dan sesuai dengan kemampuan mengunyah dan menelan anak usia 1–5 tahun. Selain itu, terdapat peningkatan praktik dalam hal menjaga keamanan pangan, termasuk kebersihan bahan makanan dan cara penyajiannya.

Pemberian makan balita merupakan upaya dan cara ibu memberikan makanan pada balita dengan tujuan agar kebutuhan makan balita tercukupi, baik jumlah maupun nilai gizinya. Pola pemberian makan balita dapat diartikan sebagai upaya ibu memberikan makanan kepada anak balita baik penyusunan menu, pemilihan bahan makanan, pengolahan bahan makanan, frekuensi makan (food frequency), cara menyajikan makanan, serta cara pemberian makanan yang bertujuan memenuhi zat gizi yang dibutuhkan dalam proses tumbuh kembangnya [9].

Pemberian makanan balita harus sesuai dengan usia dan kebutuhannya. Pengaturan makan dan perencanaan menu harus disesuaikan dengan usia, kebutuhan gizi dan keadaan kesehatannya. Menu adalah susunan makanan yang dimakan oleh seseorang dalam sekali makan atau dalam sehari. Penyusun pola menu makanan perlu memperhatikan menu seimbang, keanekaragaman hidangan dan kondisi kesehatan. Balita mengalami periode transisi dari makanan bayi ke makanan yang dikonsumsi oleh keluarga, sehingga memerlukan waktu untuk adaptasi. Balita yang usianya memasuki 1 tahun perlu dibuatkan jadwal harian pola makan (food diary) oleh orang tua, sehinggaterbiasa dengan pola makan teratur. Pengaturan penyusunan menu makanan keluarga yang dikonsumsi harus diatur dengan benar agar balita tidak bosan dengan jenis makanan tertentu [10]. Hal yang perlu diperhatikan dalam menyusun menu makanan keluarga, yaitu kandungan gizi harus lengkap sesuai dengan kebutuhan anggota keluarga dan semua bahan makanannya termasuk empat sehat. Empat sehat terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah. Pemenuhan bahan makanan tersebut merupakan usaha penganeekaragaman konsumsi makanan. Balita usia 1-5 tahun dapat mengkonsumsi makanan keluarga, akan tetapi makanan tersebut tidak boleh merangsang lambung, seperti makanan yang pedas dan asam [11].

Keamanan pangan untuk balita tidak hanya menjaga kebersihannya saja, tetapi proses pengolahan makanan juga perlu diperhatikan. Proses pengolahan makanan memberikan beberapa keuntungan, misalnya memperbaiki nilai gizi dan daya cerna, memperbaiki cita rasa maupun aroma, serta memperpanjang daya simpan. Cara pengolahan makanan yang tidak tepat dapat menyebabkan makanan menjadi rusak [12].

Hal yang perlu diperhatikan dalam mengolah bahan makanan disamping kebersihannya juga penyiapannya, misalnya dalam membuat potongan bahan makanan. Hal ini disebabkan karena proses mengunyah dan refleks

menelan balita belum sempurna sehingga anak mudah tersedak. Pemakaian bumbu yang merangsang tidak dianjurkan, karena membahayakan saluran pencernaan balita. Pengolahan makanan untuk balita sebaiknya menghasilkan tekstur lunak dengan kandungan air tinggi, makanan dapat diolah dengan direbus, diungkep, atau dikukus. Pengolahan makanan dengan dipanggang atau digoreng menghasilkan tekstur keras dapat dikenalkan kepada balita tetapi dalam jumlah terbatas. Pengolahan makanan dapat juga dilakukan dengan cara kombinasi misalnya makanan dipanggang atau direbus/diungkep terlebih dahulu kemudian digoreng [13–15].

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Sukorejo menunjukkan hasil yang positif terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku gizi ibu-ibu balita. Setelah dilakukan penyuluhan tentang menu seimbang bagi balita, pemahaman ibu-ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang, manfaat makanan bergizi, serta dampak kekurangan gizi pada anak menjadi lebih baik. Ibu-ibu balita di Desa Sukorejo mampu menyusun dan menyiapkan makanan bergizi untuk anak-anak mereka, serta menunjukkan kemampuan dalam memilih bahan makanan yang sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Selain itu, terjadi perubahan perilaku yang baik, ditunjukkan dengan kebiasaan baru berupa penimbangan balita secara rutin di posyandu dan konsistensi dalam memberikan makanan bergizi kepada anak-anak mereka.

Agar hasil dari kegiatan ini dapat berkelanjutan dan memberikan dampak jangka panjang, diperlukan dukungan dari berbagai pihak. Pertama, kepada pihak Kelurahan Desa Sukorejo disarankan untuk menjalin koordinasi yang rutin dengan petugas puskesmas guna mengadakan penyuluhan berkala mengenai pentingnya gizi pada balita, sehingga pengetahuan masyarakat terus diperbarui. Kedua, kepada tenaga kesehatan diharapkan untuk lebih aktif dalam memberikan pelatihan praktis kepada ibu-ibu balita terkait penyusunan menu dan

pengolahan makanan yang sesuai kebutuhan gizi anak. Ketiga, kepada masyarakat Desa Sukorejo, khususnya ibu-ibu yang telah mengikuti kegiatan dan memiliki keterampilan dalam menyiapkan makanan bergizi, diharapkan dapat berbagi pengetahuan dan mendampingi ibu-ibu lain yang belum memiliki pemahaman yang sama.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada Kepala Desa Sukorejo, Ketua PKK, kader posyandu, dan petugas Puskesmas Tunjungan yang telah memberikan dukungan dan kerja sama yang sangat baik sejak tahap persiapan hingga pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada ibu-ibu balita di Desa Sukorejo yang telah berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari penyuluhan, demonstrasi memasak, hingga pengukuran status gizi balita. Keterlibatan dan antusiasme para ibu menjadi faktor penting dalam keberhasilan program ini.

Tak lupa, apresiasi diberikan kepada mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Blora yang telah menunjukkan dedikasi dan semangat tinggi dalam mendampingi masyarakat serta membantu proses edukasi dan evaluasi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hambali H, Rukman WY, Wajdi M, Hambali U. Gerakan Isi Piringku Penuhi Gizi Sehat Dan Seimbang Anak Usia Dini Di Desa Tellumpunuae Kabupaten Maros. *J Abdimas Indones*. 2021;1(3):124–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
2. Adelia G, Maulinda D, Ningsih SW, Dyna F, Arfina A, Malfasari E. Kampanye Isi Piringku untuk Kejadian Stunting pada Balita. *Heal CARE J Kesehat*. 2022;11(1):186–91. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Kusuma IR, Ambarwati D, Septianawati P. Pendidikan Kesehatan Edukasi Isi Piringku Untuk Pencegahan Stunting Pada Bali. In: *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP*. 2023. p. 1–5. [[View at](#)]

4. Lenzu HM, Nurdan JH, Sianipar BK. Hubungan Kadar Kolesterol Dan Indeks Masa Tubuh Terhadap Kejadian Hipertensi Di Laboratorium Klinik Prodia Bengkulu Tahun 2022. *J Hygeia Public Heal*. 2022;1(1):37-44. DOI: <https://doi.org/10.37676/jhph.v1i1.351>. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
5. Hesti Atasasih HA, Aziz A. Peer Review Pengembangan media poster “isi piringku” sebagai alat bantu edukasi gizi ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting. *J Kesehat Masy*. 2021;(2):226–33. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
6. Nasution SAH, Rahman S. Edukasi Isi Piringku kepada Anak dan Orang Tua sebagai Pencegahan Stunting pada Masyarakat Kelurahan Pasar Merah Barat. *J IMPLEMENTA HUSADA*. 2021;2(4):331–4. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. Rahmanindar N, Zulfiana E, Harnawati RA. Pembentukan Kelompok Ibu Siaga Stunting dalam Pemulihan Balita Gizi Buruk Menggunakan Program Isi Piringku. *J PkM (Pengabdian Kpd Masyarakat)*. 2020;3(4):372–7. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
8. Suprayitno E, Hannan M, Hidayat S, Mulyadi E, Oktavianisya N. Pendampingan Isi Piringku Untuk Mencegah Stunting. 2023; [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
9. Hasanah R, Aryani F, Effendi B. Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita. *J Masy Madani Indones*. 2023;2(1):1–6. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Sinaga R, Tampubolon R, Susanti E, Andarina Y, Sukriyah S, Nikmah S. Penerapan Program Isi Piringku Untuk Mencegah Stunting Pada Balita di Puskesmas Kokonao Distrik Mimika Barat Kabupaten Mimika Tahun 2022. *Pros Konf Nas Pengabdian Kpd Masy dan Corp Soc Responsib*. 2022;5:1–10. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Heryani H, Purwati AE, Setiawan H, Firmansyah A, Solihah R. Edukasi Isi Piringku sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Kolaborasi J Pengabdian Masy*. 2023;3(2):139–44. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Darni J, Wahyuningsih R. Pemberian Edukasi dan Makanan Isi Piringku Kepada Ibu Hamil sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *J Abdimas Kedokt dan Kesehat*. 2023;1(2):70–6. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Pratiwi WR, Asnuddin A. Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupatten Barru. *J Altifani Penelit dan Pengabdian Kpd Masy*. 2023;3(3):450–6. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
14. Putri MPD, Suyasa IPGEA, Budhiapsari PI. Hubungan antara dislipidemia dengan kejadian hipertensi di Bali Tahun 2019. *AMJ (Aesculapius Med Journal)*. 2021;1(1):8-12. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
15. Siahaya A, Haryanto R, Sutini T. Edukasi “Isi Piringku” terhadap pengetahuan dan perilaku pada ibu balita stunting di Maluku. *J Penelit Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal Heal Res Forikes Voice)*. 2021;12:199–202. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]