

Pengaruh Edukasi Gizi "Isi Piringku" terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita dalam Pencegahan Stunting di Desa Wates Magetan

Anas Tasia Eko^{1*}, Sagita Haryati², Eulis Liawati³

¹⁻³ Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKES Bhakti Husada Mulia, Indonesia

*Penulis Korespondensi: anastasiaeko11@gmail.com¹

Abstract. *Stunting remains a critical nutritional issue in Indonesia, largely driven by poor maternal nutritional literacy and inappropriate child-feeding practices in rural areas. This study aimed to analyze the effectiveness of "Isi Piringku" nutritional education on improving mothers' knowledge regarding stunting prevention. A quasi-experimental approach with a one-group pretest-posttest design was conducted in Wates Village, Panekan District, Magetan Regency. Total sampling was employed to recruit twenty mothers of toddlers aged 12–59 months as respondents. Data were collected using a validated 15-item multiple-choice questionnaire before and after a 60-minute visual-based educational session. The descriptive analysis revealed a substantial shift in maternal cognitive outcomes. Prior to the intervention, only 35% of respondents achieved a good knowledge level, while 45% were categorized as moderate, and 20% were poor. Following the intervention, the proportion of mothers with good knowledge escalated dramatically to 75%, while moderate and poor categories decreased to 20% and 5%, respectively. These findings confirm that structural visual education is highly effective in restructuring short-term maternal cognitive understanding of child portion sizes. Practically, this study implies that local health authorities should replicate this visual-based program through active posyandu networks to foster sustainable behavioral changes in household nutritional care.*

Keywords: *Balanced Nutrition; "Isi Piringku"; Maternal Knowledge; Stunting Prevention; Toddler Care*

Abstrak. Abstrak Stunting tetap menjadi masalah gizi kritis di Indonesia yang sebagian besar didorong oleh rendahnya literasi gizi ibu dan praktik pemberian makan anak yang tidak tepat di wilayah pedesaan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi gizi "Isi Piringku" dalam meningkatkan pengetahuan ibu terkait pencegahan stunting. Pendekatan kuasi-eksperimen dengan rancangan one-group pretest-posttest design dilakukan di Desa Wates, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan. Teknik total sampling digunakan untuk merekrut dua puluh ibu balita berusia 12–59 bulan sebagai responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pilihan ganda 15 butir yang telah divalidasi sebelum dan sesudah sesi edukasi berbasis visual selama 60 menit. Hasil analisis deskriptif menunjukkan adanya pergeseran substansial pada capaian kognitif ibu. Sebelum intervensi, hanya 35% responden yang mencapai tingkat pengetahuan baik, sementara 45% dikategorikan cukup, dan 20% kurang. Setelah intervensi, proporsi ibu dengan pengetahuan baik melonjak drastis menjadi 75%, sedangkan kategori cukup dan kurang menurun masing-masing menjadi 20% dan 5%. Temuan ini mengonfirmasi bahwa edukasi visual terstruktur sangat efektif dalam merekonstruksi pemahaman kognitif jangka pendek ibu mengenai porsi makan anak. Secara praktis, penelitian ini memberikan implikasi bahwa otoritas kesehatan setempat harus mereplikasi program berbasis visual ini melalui jaringan posyandu aktif guna mendorong perubahan perilaku pengasuhan gizi rumah tangga yang berkelanjutan.

Kata Kunci: Asuhan Balita; Gizi Seimbang; "Isi Piringku"; Pencegahan Stunting; Pengetahuan Ibu

1. LATAR BELAKANG

Stunting merupakan salah satu manifestasi dari kegagalan pertumbuhan linear anak yang disebabkan oleh akumulasi kekurangan gizi kronis dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini membawa dampak jangka panjang yang merugikan, meliputi penurunan kapasitas kognitif, hambatan perkembangan motorik, rendahnya produktivitas saat dewasa, hingga peningkatan kerentanan terhadap penyakit tidak menular (Sutarto et al., 2021). Salah satu pemicu utama langgengnya kasus stunting di tingkat rumah tangga adalah rendahnya literasi gizi pengasuh yang berkolerasi langsung dengan buruknya pola pengasuhan gizi pada

balita (Saputri & Gizi, 2023). Ibu balita kerap kali belum memahami proporsi nutrisi makro dan mikro yang esensial, sehingga pemenuhan asupan anak didominasi oleh aspek kuantitas makanan tanpa memperhatikan kualitas zat gizi yang seimbang (Devriany & Wulandari, 2021).

Secara nasional, prevalensi stunting di Indonesia masih menjadi agenda prioritas karena berada pada angka 19,8% berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (Kemenkes RI, 2025). Pada lingkup regional Jawa Timur, Kabupaten Magetan dilaporkan berhasil menekan prevalensi stunting secara signifikan hingga mencapai angka 10,4% (Dinkes Magetan, 2025). Kendati demikian, fluktuasi kasus dan risiko tinggi stunting masih membayangi wilayah pedesaan di Kecamatan Panekan, termasuk Desa Wates (Dinkes Magetan, 2025). Karakteristik masyarakat pedesaan yang cenderung mempertahankan pola makan monoton berbasis karbohidrat tinggi tanpa asupan protein hewani yang memadai memperparah risiko keterlambatan tumbuh kembang balita di wilayah tersebut (Putri & Lestari, 2024). Hambatan pengetahuan dan budaya lokal dalam pengolahan makanan menjadi faktor kronis yang menyebabkan intervensi gizi dari posyandu belum sepenuhnya berdampak optimal terhadap perubahan perilaku ibu (Wati, 2023).

Guna mengatasi hambatan pemahaman tersebut, Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan telah meluncurkan panduan gizi seimbang melalui visualisasi kampanye "Isi Piringku". Berbagai ulasan literatur terdahulu menunjukkan bahwa promosi kesehatan yang menggunakan media visual interaktif berbasis "Isi Piringku" mampu mempermudah ibu dalam memformulasikan porsi makan ideal anak yang kaya akan protein hewani, vitamin, dan mineral (Kemenkes RI, 2022). Intervensi edukasi gizi secara intensif juga telah dibuktikan oleh beberapa peneliti efektif dalam mengubah pemahaman konseptual masyarakat menjadi sebuah tindakan praktis yang berkelanjutan (Sari & Wijaya, 2024). Penyelenggaraan edukasi ini krusial dilakukan karena terdapat korelasi positif antara tingkat pengetahuan ibu mengenai pembagian porsi piring makan dengan status gizi aktual anak balitanya (Kusuma et al., 2023).

Meskipun efektivitas konsep "Isi Piringku" telah banyak diteliti, sebagian besar studi terdahulu berfokus pada masyarakat urban dengan akses informasi yang masif atau berpusat pada evaluasi status gizi pasca-intervensi jangka panjang. Masih terdapat kekosongan analisis (gap analysis) terkait bagaimana efektivitas langsung dari intervensi edukasi "Isi Piringku" dalam memicu lompatan pengetahuan jangka pendek pada ibu balita di wilayah sub-urban spesifik seperti Desa Wates, Kecamatan Panekan, yang karakteristik sosial-ekonominya heterogen. Kebaruan (novelty) dari penelitian ini terletak pada pengujian langsung kedalaman

pemahaman ibu pasca-intervensi terstruktur menggunakan alat ukur pre-test dan post-test yang disesuaikan dengan kondisi pangan lokal di Kabupaten Magetan. Urgensi penelitian ini didasarkan pada kebutuhan empiris untuk menyediakan basis data evaluatif bagi pemangku kebijakan lokal dalam merancang program replikasi edukasi gizi yang tepat sasaran. Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pemberian edukasi gizi berbasis "Isi Piringku" dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita sebagai upaya taktis pencegahan stunting di Desa Wates, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan.

2. KAJIAN TEORITIS

Konsep stunting pada balita secara teoretis berakar dari masalah malnutrisi kronis yang berlangsung sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun atau dikenal sebagai periode emas seribu hari pertama kehidupan. Secara konseptual, pertumbuhan linear anak dipengaruhi secara langsung oleh asupan zat gizi harian dan riwayat penyakit infeksi yang diderita anak (Sutarto et al., 2021). Namun, di balik faktor langsung tersebut, terdapat faktor antara yang sangat dominan yaitu pola asuh gizi orang tua yang bersumber dari tingkat literasi dan pengetahuan ibu mengenai pemenuhan nutrisi seimbang (Saputri & Gizi, 2023). Ibu yang memiliki tingkat pengetahuan gizi yang rendah cenderung gagal dalam mengidentifikasi kebutuhan nutrisi makro dan mikro balitanya, sehingga anak rentan mengalami defisit energi dan protein esensial secara berkepanjangan (Devriany & Wulandari, 2021). Oleh karena itu, modifikasi perilaku melalui pengondisian pengetahuan menjadi intervensi hulu yang sangat strategis dalam memutus rantai kejadian stunting di tingkat keluarga.

Dalam upaya meningkatkan pengetahuan tersebut, pendekatan edukasi gizi mengalami pergeseran dari konsep lama yang berfokus pada kuantitas makanan, menjadi panduan praktis "Isi Piringku" yang lebih menekankan pada keseimbangan porsi dan keberagaman jenis zat gizi. Secara teoretis, konsep "Isi Piringku" dirancang sebagai alat bantu visual untuk memudahkan masyarakat memahami komposisi piring makan ideal, di mana setengah porsi piring diisi oleh sayur dan buah, sementara setengah porsi lainnya diisi oleh makanan pokok dan lauk-pauk kaya protein hewani (Kemenkes RI, 2022). Pemberian edukasi mengenai konsep ini kepada ibu balita didasarkan pada teori perubahan perilaku, di mana adopsi perilaku kesehatan yang baru akan lebih menetap apabila didahului oleh kesadaran (awareness) dan pemahaman konseptual yang benar (Sari & Wijaya, 2024). Intervensi

edukasi gizi yang terstruktur bertindak sebagai stimulus yang menstimulasi ranah kognitif ibu, sehingga terjadi rekonstruksi pemahaman mengenai cara mengolah dan menyajikan makanan yang padat gizi bagi anak mereka.

Beberapa penelitian terdahulu yang relevan menjadi acuan penting dan mengonfirmasi validitas landasan teoretis dari intervensi edukasi ini. Studi yang dilakukan oleh Kusuma et al. (2023) menunjukkan bahwa promosi kesehatan intensif mengenai pedoman "Isi Piringku" mampu memicu perubahan signifikan pada tingkat pengetahuan ibu-ibu di komunitas pedesaan mengenai pentingnya pemenuhan protein untuk pencegahan stunting. Sejalan dengan hal tersebut, temuan Putri dan Lestari (2024) menegaskan bahwa peningkatan skor kognitif ibu pasca-edukasi memiliki keterkaitan erat dengan perbaikan pola asuh gizi harian, khususnya dalam menekan kebiasaan pemberian makanan monoton tinggi karbohidrat pada balita. Berbagai literatur ilmiah ini secara konsisten membuktikan bahwa intervensi edukasi gizi merupakan instrumen yang kuat untuk mendongkrak pemahaman ibu secara akseleratif.

Berdasarkan sintesis teori dan telaah kritis terhadap berbagai hasil penelitian empiris sebelumnya, hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan bahwa pemberian intervensi edukasi gizi berbasis konsep "Isi Piringku" memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan skor pengetahuan ibu balita dalam upaya pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan ini diindikasikan melalui adanya perbedaan skor rata-rata yang bernilai positif dan signifikan antara kondisi sebelum intervensi dilakukan (pre-test) dibandingkan dengan kondisi setelah pelaksanaan intervensi edukasi selesai diberikan (post-test). Keberadaan hipotesis kerja ini menjadi fondasi operasional dalam menentukan arah analisis data statistik kuantitatif untuk menguji efektivitas program edukasi yang telah diimplementasikan di lapangan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen (quasi-experimental) dengan rancangan one-group pretest-posttest design untuk mengukur tingkat pengetahuan responden sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) diberikan intervensi edukasi gizi berbasis "Isi Piringku" (Hidayat & Nugroho, 2021). Penelitian dilaksanakan di Desa Wates, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak balita di Desa Wates. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik total sampling, di mana seluruh anggota populasi ibu balita yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi ibu yang memiliki

balita usia 12–59 bulan, hadir secara penuh selama sesi intervensi, serta bersedia mengisi lembar kuesioner awal dan akhir secara lengkap.

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini berupa kuesioner terstruktur yang telah diadopsi dan dimodifikasi dari Pedoman Isi Piringku Kementerian Kesehatan RI (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Kuesioner tersebut memuat butir-butir pertanyaan pilihan ganda yang mencakup materi tentang definisi stunting, porsi ideal zat gizi makro, pentingnya protein hewani, serta pembagian piring makan balita (Devriany & Wulandari, 2021). Sebelum digunakan dalam pengumpulan data riil, instrumen kuesioner ini telah melalui uji validitas dan reliabilitas, dengan hasil nilai Corrected Item-Total Correlation terendah berada di atas nilai r -tabel dan nilai Cronbach's Alpha menunjukkan hasil di atas batas reliabilitas standar, sehingga instrumen dinyatakan valid dan reliabel untuk mengukur domain kognitif responden. Pengumpulan data dimulai dengan pembagian kuesioner pre-test, dilanjutkan dengan pemberian intervensi edukasi gizi menggunakan media presentasi visual dan lembar balik selama 60 menit (Sari & Wijaya, 2024). Setelah pemaparan materi dan sesi tanya jawab selesai, responden diminta kembali mengisi kuesioner yang sama sebagai data post-test (Hidayat & Nugroho, 2021).

Data skor pengetahuan yang terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya dan dilakukan proses pengodean ke dalam program komputer. Analisis data dilakukan secara bertahap meliputi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik demografi responden (usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan) serta distribusi frekuensi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Sementara itu, analisis bivariat diterapkan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai pengaruh intervensi edukasi terhadap perubahan skor pengetahuan. Sebelum uji hipotesis dilakukan, uji normalitas data Shapiro-Wilk dijalankan terlebih dahulu untuk menentukan jenis statistik yang akan digunakan. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji statistik parametrik Paired T-Test apabila data berdistribusi normal, atau uji non-parametrik Wilcoxon Signed-Rank Test apabila data berdistribusi tidak normal, dengan batas signifikansi nilai p lebih kecil dari α 0,05 untuk menarik kesimpulan adanya pengaruh intervensi yang bermakna.kalimat.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pengumpulan data dalam penelitian ini dilaksanakan di Desa Wates, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan. Seluruh rangkaian pengambilan data lapangan, mulai dari pengisian instrumen awal, penyampaian intervensi edukasi gizi seimbang, hingga evaluasi

akhir dilakukan dalam rentang waktu satu hari pelaksanaan kegiatan terstruktur pada masing-masing kelompok sasaran ibu balita. Lokasi penelitian dipusatkan di balai pertemuan desa setempat guna menjamin aksesibilitas responden serta menciptakan lingkungan edukasi yang kondusif. Evaluasi kuantitatif terhadap efektivitas intervensi diukur melalui perbandingan capaian skor kognitif dari total dua puluh responden yang memenuhi kriteria inklusi secara penuh.

Karakteristik Distribusi Pengetahuan Responden

Bagian ini memaparkan profil tingkat pengetahuan ibu balita yang diukur secara objektif melalui lembar kuesioner terstandar. Dinamika perubahan pemahaman kognitif sasaran diringkas secara komprehensif melalui pemetaan frekuensi dan persentase capaian skor sebelum dan sesudah pelaksanaan intervensi edukasi.

Analisis Deskriptif Pengetahuan Ibu Balita

Pengukuran tingkat pengetahuan responden yang dilakukan pada fase awal menunjukkan adanya variasi pemahaman yang cukup lebar mengenai prinsip gizi seimbang dan stunting. Berdasarkan tabulasi data, gambaran objektif mengenai profil kognitif ibu balita sebelum dan sesudah diberikan perlakuan edukatif disajikan secara rinci pada Tabel 2 di bawah ini.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

No	Kategori Pengetahuan	Sebelum Edukasi (F)	Sebelum Edukasi (%)	Sesudah Edukasi (F)	Sesudah Edukasi (%)
1.	Baik	7	35	15	75
2.	Cukup	9	45	4	20
3.	Kurang	4	20	1	5
	Total	20	100	20	100

Berdasarkan sajian data pada Tabel 1, terlihat dengan jelas adanya pergeseran tren tingkat pengetahuan yang positif pasca-intervensi. Sebelum edukasi diberikan, mayoritas ibu balita berada pada kategori pengetahuan cukup sebanyak 9 responden (45%), diikuti kategori baik sebanyak 7 responden (35%), dan kategori kurang sebanyak 4 responden (20%). Namun, setelah diberikan intervensi edukasi gizi berbasis "Isi Piringku", terjadi lonjakan signifikan pada kategori baik menjadi sebanyak 15 responden (75%). Sebaliknya, proporsi ibu dengan pengetahuan cukup menurun menjadi 4 responden (20%), dan responden dengan pengetahuan kurang menyusut drastis hingga menyisakan 1 responden (5%) saja.

Analisis Pengaruh Edukasi "Isi Piringku"

Perubahan proporsi angka kognitif yang ditunjukkan pada hasil deskriptif merefleksikan adanya dampak nyata dari pemberian stimulus informasi di lapangan. Fenomena ini memerlukan ulasan teoretis mendalam guna memahami bagaimana mekanisme pesan visual mampu merekonstruksi pemahaman ibu balita dalam jangka pendek.

Keterkaitan Hasil dengan Konsep Dasar Perubahan Kognitif

Secara konseptual, terjadinya lonjakan drastis pada kategori pengetahuan baik (dari 35% menjadi 75%) membuktikan bahwa intervensi edukasi "Isi Piringku" efektif bertindak sebagai stimulus kognitif yang kuat bagi responden. Sebelum kegiatan, pemahaman ibu balita di Desa Wates yang dominan berada di kategori cukup (45%) mengindikasikan bahwa informasi mengenai pemenuhan gizi yang beredar selama ini masih bersifat umum dan belum menyentuh aspek taktis pembagian porsi makan anak (Wati, 2023). Masuknya materi visual yang terstruktur melalui lembar balik dan presentasi interaktif memberikan kejelasan konseptual baru bagi ibu mengenai pentingnya komposisi zat gizi makro dan mikro (Sari & Wijaya, 2024). Teori perubahan perilaku menegaskan bahwa penambahan wawasan yang didasarkan pada visualisasi konkret akan mempermudah otak responden dalam mengorganisasikan informasi baru, sehingga memicu lompatan skor kognitif secara instan pada fase pasca-tes (Fitriani & Rahmawati, 2021).

Perbandingan dengan Hasil Penelitian Sebelumnya

Temuan dalam penelitian ini sejalan dan memperkuat hasil studi terdahulu yang dilakukan oleh Kusuma et al. (2023), yang juga melaporkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada pengasuh balita di area sub-urban setelah terpapar sosialisasi gerakan "Isi Piringku". Keberhasilan menekan angka responden berkategori kurang dari 20% menjadi hanya 5% dalam penelitian ini juga selaras dengan argumen Anwar dan Siregar (2023) yang menyatakan bahwa edukasi berbasis visual memiliki keunggulan dalam meminimalisasi salah interpretasi pada masyarakat pedesaan dibandingkan metode ceramah satu arah. Namun, hasil penelitian ini sedikit berbeda dengan temuan Nisa et al. (2022) yang menyebutkan bahwa edukasi gizi jangka pendek sering kali kurang efektif pada komunitas dengan tingkat pendidikan heterogen. Perbedaan ini kemungkinan besar dipengaruhi oleh modifikasi materi dalam penelitian ini yang secara sengaja mengintegrasikan contoh pangan lokal Magetan yang mudah dikenali oleh ibu balita di Desa Wates, sehingga pesan yang disampaikan terasa lebih kontekstual dan mudah diserap oleh responden (Utami & Wardani, 2022).

Implikasi Teoritis dan Terapan Hasil Penelitian

Secara teoretis, hasil penelitian ini memberikan kontribusi ilmiah berupa konfirmasi empiris bahwa pengkondisian ranah kognitif short-term memori dapat dicapai secara optimal melalui intervensi visual yang fokus dan padat. Secara praktis dan terapan, temuan ini memiliki implikasi penting bagi pemangku kebijakan di tingkat Kecamatan Panekan dan Puskesmas setempat untuk tidak lagi mengandalkan metode penyuluhan konvensional yang monoton. Keberhasilan model edukasi ini menunjukkan pentingnya replikasi program sejenis dengan memanfaatkan kader posyandu sebagai fasilitator aktif di lapangan (Rahmawati & Sulistyoningrum, 2024). Peningkatan pemahaman ibu yang telah mencapai 75% pada kategori baik ini menjadi modal dasar yang sangat kuat untuk mendorong perubahan perilaku pengasuhan gizi riil di rumah tangga, yang pada jangka panjang akan berkontribusi langsung pada penurunan prevalensi stunting di Kabupaten Magetan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan, penelitian ini menyimpulkan bahwa intervensi edukasi gizi berbasis konsep "Isi Piringku" memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita dalam upaya pencegahan stunting di Desa Wates, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan. Pengaruh nyata tersebut dibuktikan oleh adanya pergeseran tren pemahaman kognitif responden yang sangat drastis, di mana proporsi ibu balita dengan tingkat pengetahuan berkategori baik melonjak tajam dari tiga puluh lima persen sebelum intervensi menjadi tujuh puluh lima persen setelah intervensi diberikan. Sebaliknya, angka responden dengan pengetahuan berkategori kurang berhasil ditekan secara masif hingga menyisakan lima persen saja pada fase pasca-tes. Fakta empiris ini secara otomatis menjawab hipotesis penelitian dan mengonfirmasi bahwa metode penyampaian pesan kesehatan lewat media visual interaktif sangat efektif dalam merekonstruksi pemahaman ibu mengenai porsi ideal zat gizi balita dalam jangka pendek.

Rekomendasi tindakan yang dapat diberikan berdasarkan temuan ini adalah pentingnya bagi institusi puskesmas setempat dan dinas kesehatan terkait untuk mereplikasi serta mengintegrasikan metode edukasi visual "Isi Piringku" ke dalam agenda rutin posyandu secara berkala. Para kader kesehatan di tingkat desa perlu dilatih agar mampu menjadi fasilitator aktif yang menyebarluaskan panduan porsi piring makan ini dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang terjangkau. Selain itu, monitoring pasca-edukasi juga disarankan

untuk memantau apakah lonjakan pengetahuan kognitif ini benar-benar diadopsi oleh ibu menjadi perilaku praktis dalam menyajikan makanan balita di rumah tangga masing-masing.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yang perlu diperhatikan, terutama pada penggunaan desain kuasi-eksperimen satu kelompok (one-group pretest-posttest) tanpa adanya kelompok kontrol pembanding, sehingga peneliti tidak dapat sepenuhnya mengontrol faktor bias eksternal yang mungkin memengaruhi ingatan responden selama jeda tes. Selain itu, evaluasi pengetahuan dalam studi ini baru mengukur dampak kognitif jangka pendek sesaat setelah intervensi dilakukan, belum menjangkau pengukuran retensi ingatan jangka panjang maupun perubahan status gizi aktual pada anak balita. Berdasarkan keterbatasan tersebut, rekomendasi untuk penelitian yang akan datang adalah disarankan untuk menggunakan desain eksperimen murni (true experimental) yang melibatkan kelompok kontrol, serta menerapkan metode tindak lanjut (follow-up) berkala selama beberapa bulan guna mengevaluasi konsistensi pemahaman ibu dan dampaknya yang riil terhadap perubahan status antropometri balita. datang.

DAFTAR REFERENSI

- Anwar, K., & Siregar, R. (2023). Akselerasi Pengetahuan Gizi Ibu Balita Melalui Media Edukasi Berbasis Visual. *Jurnal Gizi Masyarakat*, 11(2), 140-148. doi.org
- Devriany, A., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang “Isi Piringku” dengan Kejadian Stunting Anak Balita Usia 12-59 Bulan. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 45-52. doi.org
- Dinas Kesehatan Kabupaten Magetan. (2025). *Profil Kesehatan Kabupaten Magetan Tahun 2024*. Magetan: Dinkes Magetan.
- Fitriani, A., & Rahmawati, T. (2021). Teori Perubahan Perilaku Kesehatan dan Aplikasinya pada Edukasi Gizi Isi Piringku. *Jurnal Perilaku Kesehatan*, 9(1), 55-63. doi.org
- Handayani, S., Astuti, W., & Wijayanti, T. (2023). Pengaruh Edukasi Konseptual Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan Ibu Serta Status Gizi Balita. *Jurnal Keperawatan Anak*, 14(3), 210-218. doi.org
- Hidayat, R., & Nugroho, A. (2021). Desain Kuasi-Eksperimen dalam Mengukur Efektivitas Promosi Kesehatan Gizi di Pedesaan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(4), 302-311. doi.org
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman Isi Piringku untuk Anak Usia 2-5 Tahun*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2024*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusuma, I. R., Ambarwati, D., & Pratiwi, A. (2023). Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(2), 160-167. doi.org

- Lestari, W., Agustin, R., & Sari, M. (2023). Pemanfaatan Food Model Berbasis Isi Piringku untuk Meningkatkan Keterampilan Ibu Menyusun Menu Balita. *Jurnal Gizi dan Dietetik*, 8(2), 99-107. doi.org
- Marwan, M., Yusuf, M., & Alwi, A. (2022). Faktor Literasi Gizi Orang Tua Terhadap Pola Komposisi Nutrisi Anak. *Jurnal Gizi Klinis Indonesia*, 18(3), 112-120. doi.org
- Nisa, K., Rahayu, S., & Purnomo, H. (2022). Persepsi dan Hambatan Ibu Balita dalam Pemenuhan Gizi Seimbang di Tingkat Rumah Tangga. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 21(1), 34-42. doi.org
- Pratiwi, D. E., & Solikhah, S. (2024). Analisis Kebijakan Hulu Penurunan Stunting Melalui Intervensi Edukasi Pola Asuh. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 18(1), 12-20. doi.org
- Putri, A. E., & Lestari, Y. (2024). Pola Asuh dan Asupan Protein Hewani pada Balita Stunting di Pedesaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(1), 89-97. doi.org
- Rahmawati, A., & Sulistyoningrum, H. (2024). Optimalisasi Peran Kader Posyandu dalam Edukasi Gizi Piring Makanku. *Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kesehatan*, 6(2), 115-123. doi.org
- Sari, N., & Wijaya, H. (2024). Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Media Visual Terhadap Perilaku Pemenuhan Gizi. *Jurnal Promkes*, 12(2), 201-210. doi.org
- Saputri, R., & Gizi, A. (2023). Pengetahuan Ibu, Pola Makan, dan Status Gizi Balita: Studi Kasus Pencegahan Stunting. *Jurnal Nutrisi Indonesia*, 26(2), 74-82. doi.org
- Sutarto, S., Mayasari, D., & Indriyani, R. (2021). Stunting: Faktor Risiko dan Pencegahannya. *Jurnal Agromedicine*, 8(1), 142-148. doi.org
- Utami, S. B., & Wardani, Y. (2022). Potential of Local Food Ingredients in the Implementation of "Isi Piringku" for Rural Toddlers. *Jurnal Pangan dan Gizi*, 12(3), 180-189. doi.org
- Wati, L. (2023). Hambatan Budaya dan Pengetahuan dalam Penerapan Gizi Seimbang Balita. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 22(3), 175-183. doi.org