



JOURNAL OF Public Health Concerns
ISSN 2777-0826 (Print)
ISSN 2776-592X (Online)
DOI: 10.56922



INFORMASI ARTIKEL

Received: February, 27, 2026

Revised: April, 15, 2026

Available online: April, 17, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Efektivitas penyuluhan gizi berbasis prinsip B2SA terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita

Hidayatusy Syukrina Puteri*, Ai Kustiani, Dewi Woro Astuti, Radella Harvidea, Adhi Nurhartanto

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Hidayatusy Syukrina Puteri. *Email: syukrinaputeri@umitra.ac.id

Abstract

Background: Indonesia still faces the serious challenge of triple burden malnutrition, particularly in rural areas such as Hajimena Village, South Lampung. Limited access to nutrition information and suboptimal utilization of local foods are major obstacles to toddler feeding practices. The principle of Diverse, Nutritious, Balanced, and Safe Food (B2SA), as outlined in the "Isi Piringku" concept, presents a strategic approach to address this issue.

Purpose: To evaluate the effectiveness of nutrition counseling and the level of maternal knowledge based on the B2SA principle, utilizing the potential of local foods to meet balanced nutrition needs for toddlers.

Method: The activity was conducted on Wednesday, January 21, 2026, at the Cemara Kebun Bibit Integrated Health Post (Posyandu), Hajimena Village, South Lampung Regency. This study used a one-group pre-test and post-test design. A sample of 36 respondents was drawn using a purposive sampling technique in accordance with the following inclusion criteria: mothers with toddlers aged 6–59 months, willing to participate by signing an informed consent, and participating in the entire activity from start to finish. The intervention consisted of a 120-minute nutrition counseling session through interactive lectures, group discussions, and menu preparation demonstrations using local food ingredients. The assessment instrument used a structured questionnaire on B2SA knowledge and "Isi Piringku" (My Plate) consisting of 10 multiple-choice items with a score of 0–100. Measurements were taken before the counseling session (pre-test) and after the counseling session (post-test). In addition to the questionnaire, a participant observation sheet was used to record participant involvement during the intervention. Comparisons of pre-test and post-test scores were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test at a significance level of $\alpha=0.05$. Percentage changes in knowledge and attitudes were calculated to determine the trend of improvement.

Results: The median level of knowledge of respondents before the counseling session was 9.00, with a range of 2-10 points, and after the counseling session, the median score was 10, with a range of 4-10 points. The statistical test yielded a Z-value of -3.483 with a p-value of 0.001.

Conclusion: The "Isi Piringku" (B2SA)-based nutrition counseling program, utilizing local foods, has been shown to have a positive and significant impact on improving the knowledge of mothers of toddlers. Nutrition education with a participatory, contextual approach, and based on local potential is an effective strategy for accelerating community nutrition improvement.

Efektivitas penyuluhan gizi berbasis prinsip B2SA terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita

Suggestion: Mothers of toddlers are encouraged to apply the "Isi Piringku" (B2SA) principles with local foods (cassava, corn, bananas, fish, and moringa leaves). Community health centers (Puskesmas) and the Health Office are recommended to make this counseling model a priority program for stunting reduction, integrated with integrated health posts (Posyandu) and cadre training.

Keywords: B2SA; Balanced nutrition; Local foods; Maternal knowledge; Nutrition counseling; Toddlers

Pendahuluan: Indonesia masih menghadapi tantangan serius berupa beban gizi tiga kali lipat (*triple burden malnutrition*), terutama di wilayah perdesaan seperti Desa Hajimena, Lampung Selatan. Minimnya akses informasi gizi dan pemanfaatan pangan lokal yang belum optimal menjadi kendala utama dalam praktik pemberian makan balita. Prinsip pangan Beragam, Bergizi, Seimbang, dan Aman (B2SA) yang dituangkan dalam konsep "Isi Piringku" hadir sebagai pendekatan strategis untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Tujuan: Untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan gizi dan tingkat pengetahuan ibu berbasis prinsip B2SA dengan memanfaatkan potensi pangan lokal dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita.

Metode: Kegiatan dilaksanakan pada Rabu, 21 Januari 2026, di Posyandu Cemara Kebun Bibit, Desa Hajimena, Kabupaten Lampung Selatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan one group *pre-test* and *post-test* design. Mendapatkan sampel sebanyak 36 responden yang diambil dengan teknik purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi: ibu memiliki balita usia 6–59 bulan, bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent, dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir. Intervensi berupa penyuluhan gizi berdurasi 120 menit melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan demonstrasi penyusunan menu menggunakan bahan pangan lokal. Instrumen penilaian menggunakan kuesioner terstruktur tentang pengetahuan B2SA dan "Isi Piringku" sebanyak 10 item pilihan ganda dengan skor 0–100). Pengukuran dilakukan sebelum penyuluhan (*pre-test*) dan setelah penyuluhan (*post-test*). Selain kuesioner, digunakan lembar observasi partisipatif untuk mencatat keterlibatan peserta selama intervensi. Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* dianalisis dengan Uji *Wilcoxon Signed Rank* pada tingkat signifikansi $\alpha=0.05$. Perubahan persentase pengetahuan dan sikap dihitung untuk melihat kecenderungan peningkatan.

Hasil: Menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum penyuluhan mendapatkan nilai median sebesar 9.00 dengan rentang nilai 2-10 poin dan setelah penyuluhan mendapatkan nilai median sebesar 10 dengan rentang nilai 4-10 poin. Uji statistik mendapatkan nilai Z sebesar -3.483 dengan *pValue* 0.001.

Simpulan: Program penyuluhan gizi berbasis pendekatan B2SA "Isi Piringku" dengan memanfaatkan pangan lokal terbukti memberikan dampak positif dan signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita. Edukasi gizi dengan pendekatan partisipatif, kontekstual, dan berbasis potensi lokal menjadi salah satu strategi efektif dalam percepatan perbaikan gizi masyarakat.

Saran: Ibu balita diharapkan mengaplikasikan prinsip B2SA "Isi Piringku" dengan pangan lokal (singkong, jagung, pisang, ikan, daun kelor). Puskesmas dan Dinas Kesehatan direkomendasikan menjadikan model penyuluhan ini sebagai program prioritas penurunan stunting, terintegrasi dengan Posyandu dan pelatihan kader.

Kata kunci: Balita; B2SA; Pangan lokal; Pemenuhan gizi seimbang; Pengetahuan ibu; Penyuluhan gizi

Hidayatusy Syukrina Puteri*, Ai Kustiani, Dewi Woro Astuti, Radella Harvidea, Adhi Nurhartanto

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Hidayatusy Syukrina Puteri. *Email: syukrinaputeri@umitra.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i2.2730>

Efektivitas penyuluhan gizi berbasis prinsip B2SA terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita

PENDAHULUAN

Status gizi menjadi penentu fundamental dalam membentuk kualitas sumber daya manusia karena berkaitan erat dengan kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas seseorang (Black, Victora, Walker, Bhutta, Christian, De Onis, & Uauy, 2013). Permasalahan gizi yang dihadapi Indonesia bersifat kompleks dan dikenal dengan istilah triple burden malnutrition, meliputi tingginya angka kekurangan gizi, peningkatan prevalensi kelebihan gizi, serta meluasnya defisiensi mikronutrien di berbagai wilayah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi stunting pada anak di bawah lima tahun mencapai 30.8%, kemudian mengalami penurunan menjadi 24.4% menurut SSGI 2021 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Meskipun terjadi perbaikan, angka tersebut masih melampaui batas maksimal yang ditetapkan WHO, yakni 20%. Kondisi stunting tidak sekadar merepresentasikan hambatan pertumbuhan fisik, melainkan juga berasosiasi dengan gangguan perkembangan kognitif, prestasi akademik yang kurang optimal, serta kerentanan terhadap penyakit tidak menular saat dewasa, yang pada akhirnya mengganggu siklus kemiskinan dan kesenjangan lintas generasi (Victora, Christian, Vdaletti, Domínguez, Menon, & Black, 2021).

Dari perspektif kebijakan, pendekatan edukasi gizi di tanah air terus mengalami penyempurnaan. Slogan "Empat Sehat Lima Sempurna" yang digunakan selama puluhan tahun dinilai kurang merepresentasikan kompleksitas kebutuhan gizi masyarakat. Sebagai respons, Kementerian Kesehatan mengeluarkan Permenkes No. 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang yang kemudian diperkuat dengan konsep Beragam, Bergizi, Seimbang, dan Aman (B2SA). Kerangka ini menawarkan pendekatan yang lebih komprehensif dengan mempertimbangkan variasi pangan, pemenuhan zat gizi, keseimbangan energi, serta aspek keamanan konsumsi. Prinsip B2SA juga sejalan dengan UU No. 18/2012 tentang Pangan dan PP No. 17/2015 tentang Ketahanan Pangan dan Gizi yang mendorong diversifikasi pangan berbasis potensi lokal.

Untuk memudahkan implementasi di tingkat rumah tangga, diperkenalkan panduan visual "Isi Piringku" yang merekomendasikan komposisi porsi makan dengan setengah bagian untuk sayur dan buah, seperempat bagian protein, dan seperempat bagian karbohidrat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Walaupun telah tersedia landasan kebijakan dan panduan teknis yang memadai, penerapan prinsip B2SA di level rumah tangga—khususnya pada keluarga yang memiliki balita—masih menemui berbagai hambatan, baik yang bersifat struktural maupun kultural. Beberapa studi yang dilakukan di sejumlah wilayah Jawa Tengah mengungkapkan bahwa hanya 38.7% ibu balita yang memiliki pemahaman cukup mengenai komposisi "Isi Piringku", sementara praktik konsumsi pangan masih didominasi oleh sumber karbohidrat tunggal seperti beras (Devriany, & Wulandari, 2021, Nurbadriyah, Hasibuan, Khasanah, & Mas' ula, 2025). Faktor ekonomi seperti pendapatan rendah dan akses terhadap pangan hewani yang terbatas menjadi penghambat utama dalam mewujudkan gizi seimbang. Di sisi lain, potensi pangan lokal sebagai solusi berkelanjutan untuk perbaikan gizi belum dimanfaatkan secara maksimal (Nurbadriyah et al, 2025; Annisha, & Husna, 2024) menemukan bahwa sumber karbohidrat lokal seperti ubi jalar, jagung, dan sagu mengandung serat dan mikronutrien yang lebih tinggi dibanding beras. Sementara itu, protein hewani dari ikan air tawar, telur, dan kacang-kacangan dapat menjadi alternatif yang lebih ekonomis (Annisha, & Husna, 2024). Optimalisasi pangan lokal juga berkontribusi pada penguatan ketahanan pangan wilayah dan mengurangi ketergantungan pada pasokan dari luar (Bappenas, 2020). Sebagai pengasuh utama dan penentu pola konsumsi keluarga, kapasitas ibu dalam merencanakan serta menyiapkan makanan sangat memengaruhi kualitas asupan gizi anak (Bhutta, Akseer, Keats, Vaivada, Baker, Horton, & Black, 2020). Posyandu sebagai garda terdepan layanan kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan edukasi dan pendampingan gizi kepada para ibu.

Hidayatusy Syukrina Puteri*, Ai Kustiani, Dewi Woro Astuti, Radella Harvidea, Adhi Nurhartanto

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Hidayatusy Syukrina Puteri. *Email: syukrinaputeri@umitra.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i2.2730>

Efektivitas penyuluhan gizi berbasis prinsip B2SA terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita

Sayangnya, efektivitasnya kerap terkendala oleh materi penyuluhan yang kurang aplikatif, penyampaian yang monoton, serta minimnya penyesuaian dengan kearifan lokal setempat. Kondisi ini mengindikasikan perlunya pendekatan edukasi gizi yang bersifat partisipatif, memanfaatkan sumber daya lokal, serta memperhatikan aspek kesesuaian budaya guna meningkatkan penerimaan dan keberlanjutan program intervensi (Food and Agriculture Organization, 2017).

Desa Hajimena yang terletak di Kabupaten Lampung Selatan memiliki potensi agroekologi yang melimpah untuk produksi pangan lokal, mencakup pisang, singkong, jagung, ikan air tawar, serta beragam sayuran daun. Namun, berdasarkan laporan Dinas Kesehatan setempat dan observasi awal di Posyandu Cemara Kebun Bibit, masih ditemukan kasus balita dengan status gizi kurang serta pola pemberian makan yang belum mengacu pada prinsip B2SA. Sekitar 65% ibu balita di posyandu tersebut mengaku kesulitan menyusun menu beragam akibat keterbatasan pengetahuan dan anggaran (Posyandu Cemara Kebun Bibit, 2023). Bertolak dari permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengimplementasikan penyuluhan gizi interaktif yang berfokus pada penguatan kapasitas ibu dalam menyusun menu "Isi Piringku B2SA" dengan memanfaatkan potensi pangan lokal Desa Hajimena. Intervensi ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang sekaligus mendorong optimalisasi sumber daya pangan lokal sebagai strategi konkret dan berkelanjutan dalam upaya pencegahan stunting serta perbaikan status gizi anak.

METODE

Kegiatan dilaksanakan pada Rabu, 21 Januari 2026, di Posyandu Cemara Kebun Bibit, Desa Hajimena, Kabupaten Lampung Selatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan one group *pre-test* and *post-test* design. Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki balita dan aktif mengikuti kegiatan Posyandu Cemara Kebun Bibit (N=45). Sampel diambil dengan teknik purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi: ibu memiliki balita usia 6–59 bulan, bersedia menjadi responden dengan menandatangani *informed consent*, dan

mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir. Sampel yang memenuhi kriteria berjumlah 36 orang. Kegiatan dipandu oleh Ibu Kepala Desa Hajimena dan didampingi oleh 5 kader posyandu dan 1 petugas Puskesmas Hajimena. Sasaran kegiatan adalah penerapan B2SA pada masyarakat khususnya kepada para ibu dalam upaya pemenuhan keseimbangan gizi pada balita dan keluarga. Intervensi berupa penyuluhan gizi berdurasi 120 menit melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan demonstrasi penyusunan menu menggunakan bahan pangan lokal. Materi mencakup: pengenalan B2SA dan panduan "Isi Piringku" dan pemanfaatan sumber pangan lokal seperti singkong, jagung, pisang, ikan air tawar, daun kelor. Instrumen penilaian menggunakan kuesioner terstruktur tentang pengetahuan B2SA dan "Isi Piringku" sebanyak 10 item pilihan ganda dengan skor 0–100. Pengukuran dilakukan sebelum penyuluhan (*pre-test*) dan setelah penyuluhan (*post-test*). Selain kuesioner, digunakan lembar observasi partisipatif untuk mencatat keterlibatan peserta selama intervensi. Data dianalisis menggunakan program SPSS versi 25.0. Uji normalitas dilakukan dengan *Shapiro-Wilk*. Analisis deskriptif digunakan untuk menyajikan karakteristik responden. Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* dianalisis dengan Uji *Wilcoxon Signed Rank* pada tingkat signifikansi $\alpha=0.05$. Perubahan persentase pengetahuan dan sikap dihitung untuk melihat kecenderungan peningkatan.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan

Hidayatusy Syukrina Puteri*, Ai Kustiani, Dewi Woro Astuti, Radella Harvidea, Adhi Nurhartanto

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Hidayatusy Syukrina Puteri. *Email: syukrinaputeri@umitra.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i2.2730>

Efektivitas penyuluhan gizi berbasis prinsip B2SA terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita

HASIL

Tabel 1. Tingkat pengetahuan responden(N=36)

Variabel	Hasil			
	Pre-test	Post-test	Z	pValue
Nilai pengukuran(Skor)				
Median	9	10		
Min	2	4	-3.483	0.001
Max	10	10		

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum penyuluhan mendapatkan nilai median sebesar 9.00 dengan rentang nilai 2-10 poin dan setelah penyuluhan mendapatkan nilai median sebesar 10 dengan rentang nilai 4-10 poin. Uji statistik mendapatkan nilai Z sebesar -3.483 dengan *pValue* 0.001.

PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan gizi di Posyandu Cemara Kebun Bibit yang berlokasi di Desa Hajimena melibatkan 36 orang ibu yang memiliki anak balita. Seluruh partisipan merupakan ibu dengan anak berusia antara 6 hingga 59 bulan dan terdaftar sebagai anggota aktif posyandu, dengan kelompok umur berkisar 20–42 tahun. Ditinjau dari latar belakang pendidikan, sebagian besar peserta adalah lulusan SMA, disusul oleh tamatan SMP dan beberapa dari perguruan tinggi. Sebagian besar ibu berprofesi sebagai ibu rumah tangga, sementara lainnya bekerja sebagai buruh, pedagang, maupun pelaku usaha mandiri. Karakteristik sosiodemografis tersebut merepresentasikan tipikal masyarakat pedesaan di wilayah Lampung Selatan yang secara umum memiliki keterbatasan akses terhadap informasi terkait gizi serta berada pada kategori ekonomi menengah ke bawah.

Berdasarkan analisis deskriptif, tercatat sebanyak 25 responden (69.4%) mengalami peningkatan skor pemahaman setelah mengikuti kegiatan intervensi. Lima responden (16.7%) memperoleh nilai yang tidak berubah, dengan catatan sebagian dari mereka telah mencapai skor tertinggi sejak pengukuran awal. Adapun lima responden lainnya (13.8%) justru menunjukkan penurunan skor. Kendati demikian, adanya kenaikan nilai terendah dari 2 menjadi 4 mengindikasikan bahwa seluruh partisipan, termasuk mereka yang memiliki pemahaman awal relatif rendah, tetap mendapatkan manfaat dari program penyuluhan ini.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pendekatan penyuluhan yang bersifat partisipatif dan sesuai konteks setempat mampu menjangkau serta meningkatkan pemahaman berbagai kalangan peserta secara merata.

Temuan dari kegiatan ini selaras dengan sejumlah penelitian intervensi edukasi gizi yang pernah dilakukan di berbagai daerah Indonesia. Edukasi mengenai gizi seimbang melalui pendekatan "Isi Piringku" terbukti secara signifikan meningkatkan pemahaman orang tua balita. Studi tersebut menggarisbawahi bahwa keterbatasan akses informasi gizi menjadi alasan utama perlunya intervensi edukatif dengan metode tersebut sebagai langkah preventif dalam penanganan stunting (Elviana, & Maulida, 2025).

Berdasarkan uji statistik mendapatkan nilai Z sebesar -3.483 dengan *pValue* 0.001. Nilai p yang lebih kecil dari taraf signifikansi $\alpha=0.05$ mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara skor pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan demikian, intervensi penyuluhan gizi B2SA "Isi Piringku" berbasis pangan lokal terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu balita di lokasi penelitian.

Konsistensi hasil juga terlihat pada studi yang dilakukan ketika mengimplementasikan intervensi gizi spesifik pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan di wilayah Trenggalek dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan peningkatan

Hidayatusy Syukrina Puteri*, Ai Kustiani, Dewi Woro Astuti, Radella Harvidea, Adhi Nurhartanto

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Hidayatusy Syukrina Puteri. *Email: syukrinaputeri@umitra.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i2.2730>

Efektivitas penyuluhan gizi berbasis prinsip B2SA terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita

pengetahuan gizi yang bermakna pada para agen perubahan—yakni kader posyandu dan bidan desa—dengan skor rata-rata naik dari 63.0 ± 16.2 menjadi 76.8 ± 14.7 . Lebih lanjut, studi tersebut membuktikan bahwa peningkatan kapasitas kader tidak hanya berdampak pada aspek pengetahuan semata, melainkan juga berkontribusi terhadap penurunan prevalensi stunting dari 38.63% menjadi 7.5% di lokasi intervensi (Pudjirahaju, Soelistyorini, Mustafa, & Kristianto, 2025). Hal ini mengindikasikan adanya efek berantai yang positif, mulai dari transfer pengetahuan hingga perbaikan luaran kesehatan masyarakat.

Pendekatan yang memanfaatkan potensi pangan lokal efektif dalam meningkatkan wawasan dan keterampilan ibu dalam mengolah makanan bergizi, sekaligus mendorong komitmen untuk menggunakan sumber daya setempat dalam konsumsi keluarga. Strategi ini dipandang tepat karena mampu mengatasi kendala ekonomi dan ketersediaan pangan yang selama ini menjadi hambatan utama dalam penerapan pola gizi seimbang di kawasan pedesaan (Wulansari, Djuwarno, & Jafar, 2025).

Peningkatan skor pengetahuan secara agregat dari 167 pada saat *pre-test* menjadi 192 pada *post-test*, dengan seluruh peserta mencapai kategori "sangat baik" setelah mengikuti workshop. Temuan ini mengindikasikan bahwa metode workshop yang partisipatif dan dilengkapi dengan media buku saku mampu menciptakan ruang interaksi serta pengalaman langsung yang memadai, sehingga proses transfer pengetahuan dapat berlangsung secara optimal (Sulistiani, Arsad, & Ibrahim, 2025).

Keberhasilan program intervensi ini ditentukan oleh beberapa faktor pendukung yang saling terkait satu sama lain. Faktor pertama adalah penerapan pendekatan partisipatif yang kontekstual melalui integrasi prinsip B2SA, panduan visual "Isi Piringku", dan optimalisasi pangan lokal dalam satu kesatuan program yang aplikatif. Berbagai alat bantu seperti poster dan food model berhasil menjembatani pemahaman ibu-ibu terhadap konsep gizi seimbang yang semula terkesan abstrak menjadi lebih nyata dan mudah dipraktikkan dalam keseharian. Faktor kedua adalah partisipasi aktif para kader posyandu bersama tenaga gizi Puskesmas Hajimena yang sudah mendapat kepercayaan dari masyarakat.

Keberadaan tokoh lokal ini tidak sekadar memperlancar proses transfer ilmu, melainkan juga menciptakan rantai keberlanjutan pasca-program. Peningkatan kapasitas kader sebagai ujung tombak perubahan merupakan investasi strategis berkelanjutan yang memungkinkan dilakukannya deteksi dini serta pendampingan gizi secara konsisten di lingkungan masyarakat. Faktor ketiga adalah sesi praktik menyusun menu B2SA dengan bahan pangan lokal yang mampu membangkitkan rasa percaya diri para ibu bahwa gizi seimbang dapat diwujudkan melalui sumber daya yang tersedia di pekarangan maupun pasar setempat. Strategi yang berpijak pada kearifan lokal ini efektif menggeser anggapan masyarakat yang selama ini mengidentikkan makanan bergizi dengan biaya mahal. Transformasi pola pikir tersebut menjadi landasan esensial bagi terbentuknya kebiasaan konsumsi yang lebih sehat dan berkelanjutan di masa yang akan datang.

SIMPULAN

Program penyuluhan gizi berbasis pendekatan B2SA "Isi Piringku" dengan memanfaatkan pangan lokal terbukti memberikan dampak positif dan signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita. Edukasi gizi dengan pendekatan partisipatif, kontekstual, dan berbasis potensi lokal menjadi salah satu strategi efektif dalam percepatan perbaikan gizi masyarakat. Indikator keberhasilan intervensi ini tidak hanya ditunjukkan oleh peningkatan skor pengetahuan yang berarti, tetapi juga dari antusiasme dan komitmen peserta untuk mempraktikkan pengetahuan tersebut dalam menyusun menu keluarga sehari-hari.

SARAN

Ibu balita diharapkan mengaplikasikan prinsip B2SA "Isi Piringku" dengan pangan lokal (singkong, jagung, pisang, ikan, daun kelor). Kelompok dukungan antar ibu dalam pendampingan diperlukan untuk keberlanjutan perubahan perilaku.

Puskesmas dan Dinas Kesehatan direkomendasikan menjadikan model penyuluhan ini sebagai program prioritas penurunan stunting, terintegrasi dengan Posyandu melalui pelatihan kader.

Hidayatusy Syukrina Puteri*, Ai Kustiani, Dewi Woro Astuti, Radella Harvidea, Adhi Nurhartanto

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Hidayatusy Syukrina Puteri. *Email: syukrinaputeri@umitra.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i2.2730>

Efektivitas penyuluhan gizi berbasis prinsip B2SA terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita

DAFTAR PUSTAKA

- Annisha, D., & Husna, N. (2024). Edukasi Pemanfaatan Pangan Lokal: Upaya Peningkatan Pengetahuan Kebutuhan Gizi Masyarakat Desa Sangat Tertinggal Kabupaten Bireuen. *Jurnal Malikussaleh Mengabdi*, 3(2), 225-230.
- Bappenas. (2020). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2020-2024. Diakses dari: https://perpustakaan.bappenas.go.id/e-library/file_upload/koleksi/migrasi-data-publikasi/file/RP_RKP/Narasi%20RPJMN%20IV%202020-2024_Revisi%2014%20Agustus%202019.pdf
- Bhutta, Z. A., Akseer, N., Keats, E. C., Vaivada, T., Baker, S., Horton, S. E., & Black, R. (2020). How countries can reduce child stunting at scale: lessons from exemplar countries. *The American journal of clinical nutrition*, 112, 894S-904S.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., De Onis, M., & Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The lancet*, 382(9890), 427-451.
- Devriany, A., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang "Celsi Piringku" dengan Kejadian Stunting Anak Balita Usia 12-59 Bulan. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 17-24.
- Elviana, M., & Maulida, L. F. (2025). Optimalisasi Pengetahuan Gizi Seimbang Melalui Penyuluhan Isi Piringku Pada Orang Tua Di Posyandu Balita Desa Wironanggan, Sukoharjo. *Madani: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 11(1), 9-19.
- Food and Agriculture Organization. (2017). Nutrition-Sensitive Agriculture And Food Systems In Practice Options For Intervention. Food And Agriculture Organization Of The United Nations. Diakses dari: <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/7055154c-1ac0-494a-a566-a0b1fbae10f9/content>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Peraturan menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 tahun 2014 Tentang Pedoman gizi seimbang. Diakses dari: <https://peraturan.bpk.go.id/Download/109856/Permenkes%20Nomor%2041%20Tahun%202014.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Diakses dari: <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesdas/ketersediaan-data/riskesdas-2018>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI). Diakses dari: <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/ski/ketersediaan-data/ski-2023>
- Maharani, F., Saleh, A. J., & Nurhartanto, A. (2025). Hubungan tingkat stres dengan asupan gizi makro pada mahasiswa masa new normal. *JOURNAL OF Qualitative Health Research & Case Studies Reports*, 5(1), 36-46.
- Nurbadriyah, M., Hasibuan, R., Khasanah, U., & Mas'ula, L. (2025). Studi Komparatif Pola Makan dan Status Gizi Anak Usia Dini di Wilayah Perkotaan dan Pedesaan Indonesia. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(7), 7692-7699.
- Nurida, L., & Maritasari, D. Y. (2022). Faktor Resiko Kejadian Gizi Kurang Pada Anak Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 3(2).
- Octavia, C., & Winarno, E. (2025). Penyuluhan Gizi Seimbang pada Balita di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia. *Kesejahteraan Bersama: Jurnal Pengabdian dan Keberlanjutan Masyarakat*, 2(1), 191-196.
- Posyandu Cemara Kebun Bibit. (2023). Laporan Bulanan Kesehatan Ibu dan Anak. Bandar Lampung: Puskesmas Hajimena.

Hidayatusy Syukrina Puteri*, Ai Kustiani, Dewi Woro Astuti, Radella Harvidea, Adhi Nurhartanto

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Hidayatusy Syukrina Puteri. *Email: syukrinaputeri@umitra.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i2.2730>

Efektivitas penyuluhan gizi berbasis prinsip B2SA terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi balita

- Pudjirahaju, A., Soelistyorini, D., Mustafa, A., & Kristianto, Y. (2025). Intervensi gizi spesifik pada 1000 Hari Pertama Kehidupan oleh agen perubahan untuk mencegah stunting, meningkatkan perkembangan dan IQ anak di Kabupaten Trenggalek. *Amerta Nutrition*, 9(1), 101-108.
- Rusady, Y. P. (2024). Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang pada Balita. *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(05), 1885-1891.
- Sulistiani, I., Arsad, S. F. M., & Ibrahim, S. A. (2025). Edukasi Gizi dan Pencegahan Prediabetes Anak melalui Pengabdian Masyarakat di Desa Lahumbo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 4(3), 18-25.
- Victora, C. G., Christian, P., Vdaletti, L. P., Gatica-Domínguez, G., Menon, P., & Black, R. E. (2021). Revisiting maternal and child undernutrition in low-income and middle-income countries: variable progress towards an unfinished agenda. *The Lancet*, 397(10282),
- Wirakhmi, I. N., Safitri, M., Purnawan, I., & Azizy, A. W. (2024). Edukasi Pada Ibu Tentang Gizi Seimbang di Posyandu Balita Mugi Sehat Desa Dukuhwaluh. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(5), 406-413.
- Wulansari, I., Djuwarno, E. N., & Jafar, C. P. S. H. (2025). Pemberdayaan Ibu dan Keluarga melalui Makanan Tradisional untuk Menurunkan Risiko Stunting di Desa Pangeya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 4(3),

Hidayatusy Syukrina Puteri*, Ai Kustiani, Dewi Woro Astuti, Radella Harvidea, Adhi Nurhartanto

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Hidayatusy Syukrina Puteri. *Email: syukrinaputeri@umitra.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i2.2730>