

## Peningkatan Derajat Kesehatan Bayi Dan Balita Melalui Kegiatan Healthy Kids Dengan Metode HerOSI (Herbal, Oral Massage, Dan MP-ASI) Untuk Meningkatkan Nafsu Makan

Angger Jati Narasoma<sup>1)</sup>; Istiqomah<sup>2)</sup>; Amelia Fatmawati<sup>3)</sup>; Luluk Az-zahrani<sup>4)</sup>; Marella Rosana<sup>5)</sup>; Mutiara Puspa Anggraini<sup>6)</sup>; Miya Shofa Shofiyana<sup>7)</sup>; Retno Novia Sari<sup>8)</sup>; Fatimah Alkarimah<sup>9)</sup>; Cindy Klaodia Amalia<sup>10)</sup>; Rini Kristiyanti<sup>11)</sup>; Dian Kartikasari<sup>12)</sup>

<sup>1)4)5)7)8)</sup>Program Studi Sarjana Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

<sup>2)9)</sup>Program Studi Sarjana Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

<sup>3)6)10)11)</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

<sup>12)</sup>Program studi sarjana keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

E-mail: [mamabilgis@gmail.com](mailto:mamabilgis@gmail.com)

### Abstract

Anak di bawah usia lima tahun, atau yang sering disebut balita, yaitu mereka yang berusia antara satu hingga lima tahun, atau 12-59 bulan. Masa keemasan mengacu pada era ketika anak-anak berusia di bawah lima tahun. Periode ini merupakan masa dimana pertumbuhan dan perkembangan anak mengalami peningkatan yang pesat. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan peserta mengenai Healthy Kids Dengan Metode HerOSI (Herbal, Oral Massage, Dan MP-ASI) Untuk Meningkatkan Nafsu Makan. Kegiatan ini dilakukan dengan tahapan persiapan, pelaksanaan, tahap edukasi dan evaluasi. Peserta kegiatan berjumlah 13. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu serta kader mengenai pemanfaatan tanaman herbal, pembuatan MP-ASI, dan massage oral untuk meningkatkan nafsu makan pada bayi dan balita. Pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemenuhan nutrisi yang tepat pada bayi dan balita.

**Kata kunci:** *healthy kids; herOSI; nafsu makan*

### Abstract

**[IMPROVING THE HEALTH LEVEL OF BABIES AND TODDLERS THROUGH HEALTHY KIDS ACTIVITIES WITH THE HEROSI METHOD (HERBAL, ORAL MASSAGE, AND MP-ASI) TO INCREASE APPETITE]** *Children under the age of five, or often called toddlers, are those aged between one and five years, or 12-59 months. The golden age refers to the era when children are under the age of five. This period is a time when children's growth and development experience rapid increases. The purpose of this activity is to increase participants' knowledge about Healthy Kids With the HerOSI Method (Herbal, Oral Massage, and MP-ASI) to Increase Appetite. This activity is carried out with stages of preparation, implementation, education and evaluation. There were 13 participants in the activity. The results of the analysis showed that there was an increase in the knowledge and skills of mothers and cadres regarding the use of herbal plants, making MP-ASI, and oral massage to increase appetite in infants and toddlers. This community service is expected to increase awareness of the importance of fulfilling proper nutrition in infants and toddlers.*

**Keywords:** *healthy kids; herOSI; appetite*

### 1. Pendahuluan

Anak di bawah usia lima tahun, atau yang sering disebut balita, yaitu mereka yang berusia antara satu hingga lima tahun, atau 12-59 bulan. Masa keemasan mengacu pada era ketika anak-anak berusia di bawah lima tahun. Periode ini merupakan masa dimana pertumbuhan dan perkembangan anak mengalami peningkatan yang pesat (Nantabah et al., 2019).

Anak usia dua tahun (0-24 bulan) merupakan masa yang rentan dalam tumbuh kembang. Tumbuh kembang yang sehat pada anak membutuhkan konsumsi zat gizi, yang jika tidak

terpenuhi akan berdampak pada status gizi yang menurun. Apabila asupan zat gizi tidak adekuat atau kekurangan gizi pada anak tidak segera ditangani akan menyebabkan peningkatan risiko kesakitan serta kematian anak. Masalah gizi kurang maupun gizi buruk dapat diatasi dengan memberikan asupan gizi yang baik serta kebutuhan gizi anak harus terpenuhi (Shobah & Rokhaidah, 2021).

Prevalensi masalah kesulitan makan menurut klinik perkembangan anak dari *Affiliated program for children development* di *University George Town* mengatakan 6 jenis kesulitan makan yang di alami oleh anak yaitu anak-anak yang mengalami kesulitan makan hanya akan mengonsumsi makanan cair atau makanan yang dihaluskan: 27,3%, kesulitan menelan, menghisap, atau mengunyah: 24,1%, dan pola makan yang aneh: 23,4% tidak menyukai berbagai jenis makanan: 11,1%, mengamuk selama waktu makan: 6,1%, dan menunda makan sendiri. Prevalensi kesulitan makan adalah 33,6%, dengan 44,5% menderita malnutrisi ringan hingga sedang dan 79,2% mengalami kesulitan makan selama lebih dari tiga bulan. Kesulitan makan pada anak merupakan masalah umum yang dihadapi oleh orang tua, dokter, dan petugas kesehatan lainnya (Carolin et al., 2023).

Kesulitan makan pada anak dapat menyebabkan anak tidak nafsu makan, sehingga perlu adanya metode-metode yang digunakan untuk meningkatkan nafsu makan pada anak. Metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan nafsu makan pada anak diantaranya yaitu dengan penggunaan tanaman herbal, oral massage, dan pembuatan Makanan pendamping ASI (MP-ASI). Tanaman herbal mengandung berbagai macam vitamin dan mineral yang dapat membantu mengatasi berbagai macam gangguan kesehatan. Bagian tanaman yang berbeda, termasuk daun, akar, dan bunga, semuanya dapat dimanfaatkan sebagai obat herbal. Tanaman herbal dapat dijadikan pilihan untuk meningkatkan status gizi balita. (Zaini et al., 2025).

Oral Massage adalah sentuhan dan pijatan pada jaringan otot di sekitar mulut untuk melancarkan peredaran darah dan menstimulasi saraf-saraf yang memperlancar refleks menelan, meningkatkan tonus dan gerakan pada organ-organ di sekitar mulut seperti bibir dan pipi. Teknik pijat mulut yang digunakan adalah teknik senyum pertama dengan meletakkan kedua ibu jari di antara kedua alis. Kemudian tekan ibu jari dari pergelangan kedua alis ke bawah melalui ujung hidung menuju pipi lalu gerakkan ke samping dan ke atas seolah-olah membuat bayi tersenyum. (Anggraeni & Susanti, 2021).

Ketika bayi tidak lagi menerima energi dan nutrisi yang cukup dari ASI saja, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), yang melibatkan pemberian makanan selain ASI, harus diterapkan (Sundari, 2022). Makanan yang dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dan mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat dianggap sebagai makanan pendamping ASI yang tepat dan baik. Tepat waktu, bergizi lengkap, cukup dan seimbang, aman, dan diberikan dengan benar merupakan ciri-ciri makanan pendamping ASI yang baik. Risiko diare dan gangguan infeksi lainnya akan meningkat jika anak diberi makanan tambahan sebelum usia enam bulan. (Ni'mah & Sukendra, 2023).

Pemberdayaan keluarga mempunyai peran penting dalam peningkatan derajat kesehatan. Peningkatan derajat kesehatan melalui kegiatan ini tidak hanya diberikan kepada ibu yang memiliki balita, namun juga kader kesehatan posyandu. Kader merupakan garda terdepan dalam program pemberdayaan kesehatan berbasis komunitas, yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan serta keterampilan kepada kader (Widaryanti et al., 2024). Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat dalam upaya meningkatkan nafsu makan balita dengan metode pemanfaatan tanaman herbal, oral motor exercise, dan pembuatan MP-ASI. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan status gizi balita sehingga dapat terhindar dari masalah gizi.

## 2. Metode

- a. Untuk mengevaluasi dan memastikan kebutuhan masyarakat kelompok sasaran, tim pelaksana, bidan desa, dan kader dari setiap dusun di Desa Tenogo berkolaborasi untuk memulai tahap persiapan. Setelah itu, tim pelaksana menyiapkan semua sarana dan prasarana yang dibutuhkan. Selain itu, tim pelaksana juga menjadwalkan kegiatan dan waktu pelaksanaan.
- b. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 30 Januari 2025, pukul 09.00 s/d selesai. Kegiatan ini dihadiri oleh ibu-ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun dan kader Dusun.

- c. Tahap edukasi ini berupa materi yang ditampilkan melalui powerpoint mengenai tanaman herbal untuk meningkatkan nafsu makan, demonstrasi oral motor exercise, dan demonstrasi pembuatan MP-ASI seperti bubur saring, nasi tim, bubur susu, pure, dan finger food.
- d. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Posko KKN Kelompok 2 Desa Tenaga di Dusun Gondang, Kecamatan Paninggaran, Kabupaten Pekalongan, Jawa Tengah.

Rancangan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah berupa penyuluhan dan demonstrasi menggunakan powerpoint MP-ASI yang dilakukan dengan metode tanya jawab kepada objek sasaran penyuluhan. Kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Untuk tahap pertama yaitu tahap persiapan seperti kelengkapan media yang akan digunakan seperti leaflet. Tahap kedua pelaksanaan yaitu jalannya suatu kegiatan dalam penyuluhan. Tahap terakhir yaitu evaluasi dengan cara menanyakan kembali dengan objek sasaran penyuluhan mengenai materi MP-ASI dan tujuan dari kegiatan penyuluhan MP-ASI. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu-ibu yang memiliki balita usia 6-24 bulan di Dusun Gondang, Dusun Bumirasa, Dusun Sitatah Bawah, Desa Tenogo, Kecamatan Paninggaran, Jawa Tengah. Alat yang digunakan dalam kegiatan yaitu menggunakan powerpoint, pantom bayi untuk oral massage, dan peralatan memasak untuk demonstrasi pembuatan MP-ASI. Kegiatan ini dilaksanakan dalam satu periode waktu yaitu pada tanggal 30 Januari 2025 di Posko KKN Kelompok 2 Desa Tenaga di Dusun Gondang, Kecamatan Paninggaran, Kabupaten Pekalongan, Jawa Tengah.

**3. Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan Healthy Health “Peningkatan Derajat Kesehatan Bayi dan Balita dengan Metode HerOSI (Herbal, Oral Massage dan MP-ASI)” telah dilaksanakan pada tanggal 30 Januari 2025. Pada pengabdian ini melibatkan ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita sebanyak 12 orang ibu dan 1 kader posyandu. Kegiatan penyuluhan Kesehatan ini diawali dengan kegiatan pretest.

- a. Edukasi Tanaman Herbal untuk Penambah Nafsu Makan



**Gambar 1.** Edukasi Tanaman Herbal

**Tabel 1.** Pengetahuan Peserta Sebelum Diberikan Penyuluhan Kesehatan

No.	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	1	7,69230769
2.	Cukup	6	46,1538462
3.	Kurang	6	46,1538462
<b>Total</b>		<b>13</b>	<b>100</b>

**Tabel 2.** Pengetahuan Peserta Setelah Diberikan Penyuluhan Kesehatan

No.	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	10	76,9230769
2.	Cukup	2	15,3846154
3.	Kurang	1	7,69230769
<b>Total</b>		<b>13</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1, sebagian besar peserta yang mengikuti kegiatan ini memiliki pengetahuan yang kurang baik dan cukup baik (46,1%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan yang baik (7,6%). Tahap kedua merupakan proses pemberian pengetahuan mengenai tanaman herbal untuk peningkatan nafsu makan pada balita. Tahap ketiga adalah tahap post test, di mana tim pelaksana membagikan kembali kuesioner untuk mengevaluasi pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan kesehatan. Hasil post test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang baik dengan presentase 76,9%.

Salah satu penyebab sulit makan pada balita adalah adanya bakteri jahat dalam tubuh sehingga menekan nafsu makan. Bakteri E.Coli dalam usus manusia mengeluarkan sejumlah protein ClpB setelah mereka mendapatkan asupan yang cukup. Hal ini mempengaruhi isyarat kenyang yang dikirimkan dari lambung ke otak, serta mengaktifkan neuron penanda rasa kenyang yang berdampak pada menurunnya selera makan pada balita. Herbal penambah nafsu makan mengandung minyak atsirin. Minyak atsirin memiliki sifat korelatif, yang dapat mempercepat sekresi empedu sehingga dapat mempercepat pengosongan lambung dan penyerapan lemak dalam usus. Kemudian akan mengeluarkan berbagai hormon yang dapat menimbulkan rasa lapar sehingga dapat meningkatkan nafsu makan. Asam empedu tidak hanya mengemulsikan lemak tetapi juga berfungsi sebagai pengatur hormon nafsu makan (Ali & Ningsih, 2023).

b. Edukasi mengenai Pemberian MP-ASI



**Gambar 2.** Demonstrasi Pembuatan MP-ASI

**Tabel 3** Pengetahuan Peserta Sebelum Diberikan Penyuluhan Kesehatan

No.	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	0	0
2.	Cukup	6	46,1538462
3.	Kurang	7	53,8461538
<b>Total</b>		<b>13</b>	<b>100</b>

**Tabel 4** Pengetahuan Peserta Setelah Diberikan Penyuluhan Kesehatan

No.	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	10	76,9230769
2.	Cukup	3	23,0769231
3.	Kurang	0	0
<b>Total</b>		<b>13</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3, sebagian besar ibu yang memiliki balita memiliki pengetahuan yang kurang baik (53,8%) dan Sebagian lagi memiliki pengetahuan yang cukup baik (46,1%). Tahap kedua merupakan proses pemberian pengetahuan mengenai MP-ASI sebagai langkah transisi dari ASI eksklusif ke makanan keluarga pada balita. Tahap ketiga adalah tahap post test, di mana tim pelaksana membagikan kembali kuesioner untuk menilai pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan kesehatan mengenai MP-ASI. Hasil post test dapat dilihat pada tabel 4.

Pemberian makanan Pendamping ASI berarti memberikan makanan lain sebagai pendamping ASI yang diberikan pada anak usia 6 –24 bulan . Pemberian makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi sehingga bayi dan anak dapat tumbuh kembang dengan optimal Dengan bertambahnya usia anak, anak membutuhkan energi sesuai dengan pertumbuhannya, Jika kekurangan energi, maka pertumbuhan anak akan berhenti dan terlambat. Pada Umumnya makanan mengandung banyak energi. Jenis makanan pokok local misalnya beras, jagung, sagu, umbian dan lain-lain. Untuk memperkaya energi makanan di tambahkan minyak , santan dan lemak ke dalam makanan anak. Hal ini sudah sesuai dengan menu yang di berikan pada anak Selain Karbohidrat di butuhkan juga makanan sumber Protein antara lain sumber protein hewani dan protein nabati. Makanan yang terbuat dari hewan, seperti daging, susu, dan telur, serta makanan olahannya, seperti keju dan yogurt, adalah contoh sumber protein hewani. Zat besi dan vitamin A dapat ditemukan dalam sumber protein hewani. sedangkan makanan olahan seperti tahu dan tempe, serta sumber protein nabati seperti kacang-kacangan (kacang merah, kacang polong, kacang hijau, dan kacang tanah). Untuk mencapai asupan makanan yang seimbang, buah-buahan dan sayuran juga diperlukan. Buah dan sayuran berwarna hiau, kuning, dan mera sangat baik untuk menjaga kesehatan mata anak dan meningkatkan pertahanan tubuh terhadap penyakit (Nita et al., 2024).

c. Edukasi mengenai Oral Motor Exercise



**Gambar 3.** Demonstrasi Oral Massage

**Tabel 5** Pengetahuan Peserta Sebelum Diberikan Penyuluhan Kesehatan

No.	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	1	7,69230769
2.	Cukup	7	53,8461538
3.	Kurang	5	38,4615385
<b>Total</b>		<b>13</b>	<b>100</b>

**Tabel 6** Pengetahuan Peserta Setelah Diberikan Penyuluhan Kesehatan

No.	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	11	84,6153846
2.	Cukup	2	15,3846154
3.	Kurang	0	0
<b>Total</b>		<b>13</b>	<b>100</b>

Adapun pada tabel 3, sebagian besar ibu yang memiliki balita masih kurang (38,4%) sedangkan sebagian besar masuk kedalam kategori cukup (53,8%) dan sebagian kecil sudah baik (7,6%). Pada tahap kedua merupakan pemberian pengetahuan mengenai Oral Motor Exercise. Tahap ketiga adalah posttest yang mendapatkan hasil pada tabel 6.

Oral motor exercise merupakan latihan untuk meningkatkan reflek kemampuan menyusu pada bayi agar tidak kekurangan asi serta tidak bingung puting. Oral motor exercise dapat dilakukan pada bayi yang baru lahir dan dilakukan setiap harinya disaat bayi sebelum disusui (Sursyanita et al., 2024). Kemampuan bayi untuk menghisap dan menelan dapat ditingkatkan dengan memberikan stimulasi oral melalui latihan motorik oral atau oromotorik yang melibatkan gerakan rahang, langit-langit mulut, bibir, dan pipi. Keuntungan latihan motorik oral yaitu dapat memperlancar sirkulasi darah, meningkatkan kerja otot, menstimulasi refleks hisap pada bayi dengan berat badan lahir rendah, merangsang saraf vagus sehingga menimbulkan rasa lapar. Pijat Oral dapat mengurangi ngeces pada bayi dan meningkatkan selera makan pada anak. Pemijatan ini berfungsi menambah tonus saraf vagus (saraf ke-X), yang berperan dalam meningkatkan penyerapan hormon gastrin dan insulin, sehingga proses penyerapan makanan menjadi lebih optimal.

Kegiatan yang dilaksanakan di Posko 2 KKN Desa Tenogo, Dusun Gondang ini adalah penyuluhan dengan sasaran objek penyuluhan adalah ibu yang mempunyai balita usia 6-24 bulan. Metode yang digunakan adalah metode ceramah, diskusi dan tanya jawab oleh sasaran. Media yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah *powerpoint* mengenai materi pemberian tanaman herbal untuk meningkatkan nafsu makan pada anak. Hasil dan pembahasan dalam penyuluhan di Desa Tenogo ini akan dijelaskan berdasarkan tahapan-tahapan berikut

a. Tahapan persiapan

- 1) Menyiapkan laptop, materi, LCD, proyektor, pantom bayi, alat dan bahan untuk pembuatan MP-ASI
- 2) Penyuluhan yang di berikan tentang tanaman herbal, demonstrasi oral massage, dan demonstrasi pembuatan MP-ASI dapat menumbuhkan kesadaran orangtua balita untuk meningkatkan nafsu makan pada anak.
- 3) Kegiatan yang dilakukan berupa memberikan informasi tentang pemberian tanaman herbal, oral massage, dan pembuatan MP-ASI MP-ASI yang benar dan sehat untuk balita guna menunjang pemenuhan gizi yang seimbang pada balita.

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan pada Tanggal 30 Januari 2025 dengan menghadirkan ibu-ibu Dusun Gondang, Dusun Bumirasa, Dusun Sitatah Bawah yang mempunyai bayi dan balita serta kader posyandu.

c. Evaluasi Kegiatan

Tahap evaluasi adalah tahap ketiga dari kegiatan ini. Kegiatan penyuluhan ini menunjukkan bahwa penyuluhan berjalan sesuai rencana. Setiap peserta dapat mengikuti penyuluhan hingga akhir. Para peserta sangat antusias mengikuti penyuluhan dan memperhatikan informasi yang disampaikan.



**Gambar 4.** Foto Bersama Kegiatan Healthy Kids

#### 4. Simpulan dan Saran

Pemanfaatan tanaman herbal, pembuatan MP-ASI, dan massage oral dapat digunakan sebagai alternatif untuk meningkatkan nafsu makan bayi dan balita yang efektif dan aman. Melalui edukasi dan penerapan yang tepat, masyarakat dapat mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk menunjang kesehatan bayi dan balita khususnya dalam hal peningkatan nafsu makan anak. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu serta kader mengenai pemanfaatan tanaman herbal, pembuatan MP-ASI, dan massage oral untuk meningkatkan nafsu makan pada bayi dan balita. Pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemenuhan nutrisi yang tepat pada bayi dan balita. Keikutsertaan kader dapat membantu dan membimbing ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita untuk menerapkan edukasi yang telah diberikan, sehingga keterlanjutan program tetap berlangsung.

#### 5. Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan yang telah membantu mendanai keberlangsungan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Terimakasih kepada dosen pembimbing lapangan yang telah memberikan arahan kepada kami dalam menyusun karya ini. Kami juga mengucapkan terimakasih kepada kader posyandu dan ibu-ibu yang memiliki balita yang telah ikut serta dalam kegiatan penyuluhan yang kami laksanakan.

#### 6. Daftar Pustaka

- Ali, N. A. A., & Ningsih, M. (2023). PEMANFAATAN TANAMAN OBAT PENAMBAH NAFSUMAKAN BERBASIS TRADISIONAL SEBAGAI UPAYAMENINGKATKAN STATUS GIZI PADA BALITA. *Jurnal Ilmiah Sangkareang Mataram*, 10(2), 1–5.
- Anggraeni, F., & Susanti, N. (2021). PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI DELAY DEVELOPMENT (DD) DENGAN MODALITAS NEURO SENSO MOTOR REFLEK DEVELOPMENT AND SYNCHRONIZATION (NSMRD & S) DAN MESSAGE ORAL DI YPAC SURAKARTA. *Jurnal PENA*, 35(2), 28–39.
- Carolin, B. T., Kurniati, D., & Suadah, U. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Citronella Oil Terhadap Nafsu Makan Pada Balita. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 227–234.
- Nantabah, Z. K., A, Z. A., & Laksono, A. D. (2019). Gambaran Akses Pelayanan Kesehatan pada Balita di Indonesia. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 22(1), 54–61. <https://doi.org/10.22435/hsr.v22i1.439>
- Ni'mah, S. M., & Sukendra, D. M. (2023). Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, Dan Praktik Ibu Dalam Pemberian Kejadian Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Singgahan Kabupaten Tuban. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 160–167. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/37707/29087>
- Nita, M. H. D., Sine, J. G. L., Nur, A., & Nenotek, C. R. (2024). Pemberian Makanan

- Pendamping ASI ( MP ASI ) Pangan Local Tinggi Protein Dalam Mencegah Stunting Pada Anak 6 -12 Bulan Di Kelurahan Oesapa Selatan. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 1739–1747.
- Shobah, A., & Rokhaidah. (2021). HUBUNGAN PEMBERIAN MP-ASI DENGAN STATUS GIZI BAYI 6- 24 BULAN. *Indonesian Journal of Health Development Vol.*, 3(1), 201–208.
- Sundari, D. T. (2022). MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI). *Communnity Development Journal*, 3(2), 600–603.
- Sursyanita, R., Prastowo, B., & Setiawan, W. (2024). Penyuluhan Pencegahan Stunting Melalui Oral-Motor Exercise dan Baby Exercise di Posyandu Balita Kusumanegara Tarakan. *HEALTH CARE: JOURNAL OF COMMUNITY SERVICE*, 2(2), 95–101.
- Widaryanti, R., Muflih, M., Rahmayanti, D. R., Bora, F. A., & Halmawati, H. (2024). Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Balita dengan Pijat Tuina dan Edukasi Pemanfaatan Herbal. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 4(1), 343–351. <https://doi.org/10.33379/icom.v4i1.4051>
- Zaini, H., Radhia, M. Z., Sari, E., Asmawati, D., Afnas, N. H., Tyas, D. A., Sadanoer, I. M., & Ulya, R. (2025). Pemanfaatan Tumbuhan Obat Tradisional dalam Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Anak Balita. *JIPM: Jurnal Informasi Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 100–108.