

Pemanfaatan Ikan Kembung untuk MPASI Inovatif Berbasis Pangan Lokal di Desa Terlangu, Brebes

Alfida Nasywa Mukhtar¹, Kurnia Alifah Setia Dewi¹, Waina Wabarobo², Fauzatul Rohmah³, Abdus Solihin⁴, Shafira⁵, Adhelia Rahma N. S⁶, Dede Ibnu Hajar⁷, Septian Adi A⁸, Muhammad Afiq M⁹, M. Nur Ferdi A⁹, Rina Miftakhul J¹⁰, Elisa Jayanti Lestari^{7*}

¹Program Studi S1 Gizi; Universitas Alma Ata,

²Program Studi S1 Kebidanan; Universitas Alma Ata,

³Program Studi S1 Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah; Universitas Alma Ata,

⁴Program Studi S1 Pendidikan Matematika; Universitas Alma Ata,

⁵Program Studi S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar; Universitas Alma Ata,

⁶Program Studi S1 Ekonomi Syariah; Universitas Alma Ata,

⁷Program Studi S1 Manajemen; Universitas Alma Ata,

⁸Program Studi S1 Informatika; Universitas Alma Ata,

⁹Program Studi S1 Pendidikan Agama Islam; Universitas Alma Ata,

¹⁰Program Studi S1 Akuntansi; Universitas Alma Ata

*e-mail: 213200215@almaata.ac.id

Abstrak

Berdasarkan data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, Kabupaten Brebes memiliki prevalensi stunting tertinggi di Jawa Tengah dengan persentase 29,1%. Untuk memberikan wawasan bagi ibu yang memiliki balita, KKN UAA melaksanakan kegiatan pembuatan produk MPASI berbahan dasar ikan kembung sebagai sumber protein hewani. Produk yang dihasilkan adalah Fish Egg Roll, di mana ikan kembung digunakan sebagai pengganti ayam. Penggunaan ikan kembung bertujuan untuk memanfaatkan bahan pangan lokal yang kaya protein pengabdian ini menggunakan metode eksperimen dan analisis untuk mengevaluasi kualitas rasa, aroma, tekstur, dan biaya, serta untuk memperdalam pemahaman tentang pengolahan dan variasi olahan ikan kembung. Ikan kembung dikenal memiliki kandungan protein dan Omega-3 yang tinggi dengan harga terjangkau. KKN-T Alma Ata bekerja sama dengan ibu-ibu yang memiliki balita di sekitar lokasi demonstrasi masak. Kegiatan penyuluhan dan demonstrasi pembuatan Fish egg roll ini mendapatkan respons positif dari masyarakat. Diharapkan setelah kegiatan ini, ibu-ibu dapat menyebarkan informasi dan menerapkan cara pembuatan MPASI yang tepat sesuai usia balita dan memiliki kandungan gizi yang baik dalam menunjang pertumbuhan anak.

Kata Kunci: fish egg roll; ikan kembung; stunting; MPASI

Abstract

Based on data from the Indonesian Nutrition Status Survey (SSGI) in 2022, Brebes Regency has the highest prevalence of stunting in Central Java with a percentage of 29.1%. To provide insight for mothers who have toddlers, KKN UAA carried out activities to make complementary food products made from mackerel as a source of animal protein. The resulting product is Fish Egg Roll, where mackerel is used as a substitute for chicken. The use of mackerel aims to utilize local food ingredients that are rich in protein. This service uses experimental and analytical methods to evaluate the quality of taste, aroma, texture, and cost, as well as to deepen understanding of the processing and variety of mackerel preparations. Mackerel is known to have high protein and Omega-3 content at an affordable price. KKN-T Alma Ata worked with mothers of toddlers around the cooking demonstration

location. The counseling activity and demonstration of making Fish egg roll received a positive response from the community. It is hoped that after this activity, mothers can disseminate information and apply how to make complementary food that is appropriate for the age of toddlers and has good nutritional content in supporting children's growth.

Keywords: fish egg roll; mackerel; stunting; MPASI

1. PENDAHULUAN

Data SSGI tahun 2022 (6) menunjukkan Kabupaten Brebes menempati urutan pertama prevalensi stunting tertinggi di Jawa Tengah dengan persentase 29,1%. *Stunting* adalah kondisi balita dengan tinggi badan di bawah rata-rata usia mereka, diukur dari lebih dari minus dua standar deviasi standar pertumbuhan WHO. Dampak *stunting* mencakup peningkatan risiko sakit, kematian, perkembangan buruk, dan penyakit seperti obesitas, diabetes, serta masalah reproduksi di masa dewasa (8). Penyebab *stunting* diantaranya adalah asupan nutrisi, penyakit infeksi, pola asuh, akses terhadap layanan kesehatan dan sanitasi, kondisi ekonomi, faktor sosial dan budaya, perilaku, dan juga lingkungan (9). Kurangnya kecukupan energi, protein, zat besi, dan seng pada kelompok *stunting* disebabkan oleh terbatasnya konsumsi sumber pangan hewani seperti ikan, ayam, telur, dan daging sapi (7).

Ikan kembung (*Rastrelliger sp.*) adalah salah satu ikan pelagis kecil yang banyak ditemukan di Laut Jawa. Menurut data BPS, produksi ikan kembung tahun 2014 di Kabupaten Brebes sebesar 44.944 kg pertahun dengan nilai produksi Rp 399.645. Di samping hasil produksinya yang cukup melimpah ikan kembung juga memiliki kandungan zat gizi tinggi. Ikan kembung segar memiliki kandungan gizi yang terdiri dari 22 g protein, 1 g lemak, 20 mg kalsium, 200 mg fosfor, 1 g besi, 30 SI vitamin A, dan 0,05 mg vitamin B1 (11). Ikan kembung juga mengandung asam lemak *omega-3* EPA dan DHA yang dapat membantu perkembangan kognitif anak. Kandungan *omega-3* yang terdapat dalam ikan kembung juga relatif lebih banyak bila dibandingkan dengan ikan laut lain seperti ikan salmon. Ikan kembung memiliki kandungan *omega-3* sebanyak 2,2 gram/100 gram ikan, sedangkan pada ikan salmon sebanyak 1,6 gram/100 gram ikan (14). *omega 3*, EPA, DHA secara Alami dapat ditemukan pada ASI, Ikan dan juga minyak ikan . Selain memiliki kandungan gizi yang relatif tinggi, harganya pun tergolong ekonomis.

Berdasarkan penjelasan di atas, dilakukan percobaan untuk menemukan resep MPASI yang tepat, aman dikonsumsi, dan bergizi. *Fish egg roll* dipilih karena tampilannya yang menarik dan kandungan protein yang tinggi, berkat kulitnya yang terbuat dari telur. *Egg roll* juga merupakan makanan yang sudah dikenal luas di masyarakat. *Egg roll* awalnya populer di Jepang dan semakin dikenal di Indonesia karena banyaknya restoran Jepang yang membuka kedai di Indonesia. Biasanya, *egg roll* berbahan dasar daging ayam. Namun, sebagai inovasi baru, daging ayam diganti dengan ikan kembung untuk membuat *fish egg roll*, dengan tujuan menarik minat masyarakat untuk menggunakan ikan sebagai bahan dasar pembuatan MPASI (1).

Makanan pendamping ASI adalah pemberian makanan dan minuman yang diperuntukkan

untuk anak usia 6-24 bulan sebagai upaya memenuhi kebutuhan nutrisinya (13). Pemberian makanan pendamping ASI yang salah dapat menghambat perkembangan dan pertumbuhan bayi. pemberian MPASI yang kurang tepat dapat menyebabkan kekurangan nutrisi dan masalah sensorik oral (1). Tekstur makanan pendamping ASI yang diberikan bertahap disesuaikan usia perkembangan bayi. Pemberian MPASI dimulai dari yang paling halus menuju pengenalan makanan padat seperti nasi atau biskuit (5). Prinsip pemberian makanan pendamping ASI mencakup ketepatan waktu, kecukupan, keamanan, kebersihan, dan pemberian yang responsif. Makanan pendamping ASI diberikan mulai usia 6 bulan, dengan kebutuhan energi yang disesuaikan, yaitu 200 kkal/hari pada usia 6-8 bulan, 300 kkal/hari pada usia 9-11 bulan, dan 550 kkal/hari pada usia 12-24 bulan (10).

2. METODE

Sebagai bagian dari kegiatan KKN-T UAA salah satu program kerja utama/unggulan yang dilaksanakan adalah pembuatan MPASI dengan pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai makanan cegah stunting di Desa Terlangu. Bahan pangan lokal yang digunakan adalah ikan kembung, pemanfaatan ikan kembung sebagai bahan MPASI dipilih karena kandungan protein yang tinggi dan harga yang tergolong terjangkau. Ikan kembung diolah menjadi *Fish Egg Roll*, uji coba pembuatan *Fish egg roll* dilakukan dua kali sebelum hingga menjelang hari-H kegiatan demonstrasi dilakukan. Pembuatan *Fish egg roll* ini ditujukan kepada ibu-ibu yang memiliki balita di sekitar lokasi demonstrasi masak. Sasaran kegiatan ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan yang didapatkan selama mengikuti serangkaian kegiatan dari tim KKN-T, selain itu diharapkan juga ibu-ibu yang memiliki balita dapat menerapkan inovasi *Fish egg roll* yang sudah didemonstrasikan. Kegiatan pembuatan produk *Fish egg roll* dilaksanakan pada hari Sabtu, 14 September 2024 di Mushola Ar-Rosyid Desa Terlangu dan diikuti kurang lebih 50 hadirin.

Dalam proses pembuatan *Fish egg roll* tentu hal pertama yang dilakukan adalah mempersiapkan segala peralatan dan bahan-bahan. Adapun bahan-bahan yang dibutuhkan untuk pembuatan *Fish egg roll* antara lain : ikan kembung, tepung maizena, telur, bawang putih, daun bawang, wortel, lada, garam dan margarin. Kemudian alat yang digunakan antara lain : Kompor, panci pengukus, sendok, mangkuk, *copper*, spatula, kain lap, sarung tangan plastik, piring, pisau, talenan, dan kemasan. Dalam mempersiapkan alat dan bahan demonstrasi masak, mahasiswa KKN-T dibantu oleh ibu penanggung jawab Mushola Ar-Rosyid. Selama proses demonstrasi berlangsung ibu-ibu terlihat sangat antusias. Hal ini dapat dilihat dari keseriusan ibu-ibu dalam memperhatikan langkah-langkah pembuatan *Fish egg roll* dari perwakilan mahasiswa KKN-T. Ibu-ibu yang tidak bergabung dalam pembuatan *Fish egg roll* terlihat ikut memperhatikan prosesnya. Tim KKN-T juga menunjukkan resep yang dibuat pada layar proyektor. Tujuannya adalah agar *Fish egg roll* yang didemonstrasikan dapat dicontoh atau dibuat sendiri dirumah sebagai MPASI.

Keberhasilan yang dicapai dari kegiatan ini adalah berjalan lancarnya kegiatan hingga akhir. Para ibu-ibu sangat antusias ingin ikut langsung pembuatan *Fish Egg Roll*, namun dari tim KKN-T hanya meminta satu ibu-ibu yang dapat membantu proses demonstrasi. Dalam kegiatan proses

pembuatan hingga penyajian, keberhasilan dari pembuatan *Fish egg roll* dilihat dari *Fish egg roll* yang tetap tergulung setelah proses pengukusan dan rasanya yang enak. Analisis kandungan gizi berbasis data dengan metode perhitungan teoritis. Nilai gizi dihitung dengan memperkirakan nilai dari makanan atau dengan menghitung nilai dari berbagai variasi bentuk makanan yang serupa.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahapan dalam proses pembuatan *Fish Egg Roll* ikan kembung terdiri dari berbagai langkah diantaranya:

Langkah pertama adalah menyiapkan bahan yang akan digunakan. : ikan kembung, tepung maizena, telur, bawang putih, daun bawang, wortel, lada, garam dan margarin. Praktek pembuatan *Fish Egg Roll* ikan kembung terdiri dari (a) fillet ikan kembung dan pisahkan dari duri yang masih menempel. (b) Haluskan ikan kembung yang sudah di fillet. (c) Cincang wortel dan iris tipis daun bawang. (d). Campurkan ikan, wortel, daun bawang dengan putih telur dan tepung maizena. (e) haluskan bawang putih. (f) Tambahkan bawang putih yang sudah dihaluskan, garam dan (g) Kocok hingga merata. (h) Dadar tipis adonan menggunakan margarin. (i) Isi kulit dengan adonan ikan. (j) Gulung adonan tersebut. lakukan hingga adonan habis. (k) Kukus gulungan hingga matang. (l) Potong sesuai selera. *Fish egg roll* siap disajikan sebagai MP-ASI. Sebelum melakukan demonstrasi masak, tim KKN-T memberikan penyuluhan terkait pentingnya protein hewani sebagai MPASI (Gambar 1).



Gambar 1. Demonstrasi pembuatan *fish egg roll* bersama Ibu-ibu.

Analisis kandungan gizi berbasis data dengan metode perhitungan teoritis. Nilai gizi dihitung dengan memperkirakan nilai dari makanan atau dengan menghitung nilai dari berbagai variasi bentuk makanan yang serupa. Kandungan gizi *egg roll* dihitung menggunakan aplikasi *nutrisurvey* dengan berat yang telah ditentukan.

Berdasarkan Tabel 1, dalam sekali pembuatan *Fish egg roll* didapatkan energi sebesar 979,7 kkal, protein 74,4 gram, lemak 43 gram dan karbohidrat 66,4 gram. Protein hewani memiliki peran yang signifikan dalam mencegah atau mengurangi risiko *stunting* pada anak balita. Anak-anak balita yang mendapatkan asupan protein hewani yang cukup cenderung lebih terlindungi dari *stunting*. Ini disebabkan oleh kandungan asam amino esensial dalam protein hewani, yang mendukung sintesis

hormon pertumbuhan, sehingga mempercepat pertumbuhan balita dan mencegah terjadinya stunting (15).

Tabel 1. Kandungan gizi fish egg roll

| Bahan | Ikan kembung | Telur | Maizena | Wortel | Daun bawang | Bawang putih | Margarin |
|--------------|--------------|-------|---------|--------|-------------|--------------|----------|
| Gram | 250 | 150 | 60 | 100 | 20 | 20 | 30 |
| Energi (g) | 280.2 | 232.7 | 228.6 | 25.8 | 4.2 | 17.6 | 190.8 |
| Protein (g) | 53.5 | 18.9 | 0.2 | 1 | 0.2 | 0.6 | - |
| Lemak (g) | 5.8 | 15.9 | 0.1 | 0,2 | 0.1 | 0.1 | 21.6 |
| KH (g) | - | 1.7 | 54.8 | 4.8 | 1 | 4.1 | - |
| Vit A (Mg) | 107.5 | 285 | - | 1574 | 19.2 | - | 75 |
| Vit E (Mg) | 2.5 | 3 | - | 0.5 | 0.2 | - | 1.8 |
| Vit B1 (Mg) | 0.1 | 0.1 | - | 0.1 | - | - | - |
| Vit B2 (Mg) | 0.2 | 0.8 | - | 0.1 | - | - | - |
| Vit B6 (Mg) | 0.8 | 0.2 | - | 0.1 | - | 0.6 | - |
| Vit C (Mg) | - | - | - | 7 | 1.4 | 2 | - |
| Kalsium (Mg) | 120 | 75 | 1.2 | 41 | 4 | 8.8 | - |
| Mg (Mg) | 215 | 15 | 1.8 | 18 | 0.4 | 4.4 | - |
| Fosfor (Mg) | 570 | 258 | 7.8 | 35 | 6.4 | 14 | - |
| Iron (Mg) | 2.3 | 1.8 | 0.3 | 2.1 | 0.1 | 0.1 | - |

Ikan kembung (Indian mackerel) termasuk dalam ordo Perciformes, family Scombridae, subfamily Scombridae dan genus *Rastrelliger*. Ikan kembung termasuk jenis *oceanodramus* yang hidup di laut tropis pada rentang kedalaman 20 hingga 90 m (4). Pemilihan ikan kembung sebagai bahan utama pembuatan *Fish egg roll* didasarkan pada kandungan gizi ikan kembung yang relatif tinggi, termasuk kandungan *omega-3* jika dibandingkan dengan ikan lain seperti salmon. Pada ikan kembung terdapat 2,6 g *omega-3* sedangkan pada ikan salmon hanya 1,4 g (12). Asam lemak *omega-3* sangat penting bagi perkembangan anak, terutama selama masa pertumbuhannya, karena dapat mengurangi respons imun dan menurunkan risiko alergi pada bayi. Mengonsumsi asam lemak *omega-3* juga dapat mendukung kesehatan jantung dan berfungsi sebagai agen antiinflamasi (3). selain itu ikan kembung juga termasuk salah satu ikan yang mudah didapatkan dengan harga yang relatif murah.

4. KESIMPULAN

Tim KKN-T Alma Ata bekerja sama dengan ibu-ibu yang memiliki bayi di sekitar lokasi demonstrasi masak untuk memperkenalkan olahan MPASI berbahan ikan kembung dalam bentuk *Fish Egg Roll*. Kegiatan penyuluhan dan demonstrasi pembuatan *Fish egg roll* ini mendapatkan respons positif dari masyarakat. Ikan kembung merupakan salah satu jenis ikan yang memiliki kandungan protein dan *Omega-3* yang tinggi dengan harga terjangkau. Protein dan *Omega-3* merupakan zat gizi yang sangat dibutuhkan dalam proses tumbuh kembang bayi. hal ini menjadi alasan Tim KKN-T memilih ikan kembung sebagai bahan pangan lokal yang digunakan dalam

demonstrasi masak MPASI protein hewani untuk pencegahan *stunting*. Selama kegiatan berlangsung, ibu-ibu menunjukkan antusiasme yang tinggi, mereka ingin ikut langsung dalam proses *Fish Egg Roll*. Kami memilih satu perwakilan ibu-ibu untuk berpartisipasi dalam pembuatan *Fish egg roll* berbahan dasar ikan kembung. Mereka sangat memperhatikan setiap langkah pembuatan yang ditunjukkan. *Fish egg roll* yang dihasilkan tetap tergulung setelah proses pengukusan dan dengan rasa yang enak. *Fish egg roll* yang sudah disiapkan dibagikan kepada ibu-ibu dan anak-anak yang hadir untuk dicicipi, dan mereka memberikan komentar yang positif.



Gambar 2. Foto bersama peserta demonstrasi memasak *fish egg roll*

2. SARAN

Setelah pelaksanaan kegiatan pembuatan *Fish egg roll* berbahan dasar ikan kembung untuk MPASI pencegahan *stunting*, kami berharap dapat memberikan informasi mengenai pembuatan MPASI yang bergizi yang dapat diterapkan oleh ibu-ibu di rumah sebagai panduan untuk MPASI bayi. Selain itu, diharapkan ibu-ibu dapat menyebarkan informasi yang diperoleh selama kegiatan penyuluhan dan demonstrasi masak, serta memberikan manfaat jangka panjang bagi kami sebagai mahasiswa dan masyarakat setempat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Almainur, F., & Chayati, I. (2021). *Pemanfaatan Tepung Ganyong Pada Pembuatan Chicken Egg roll Dengan Saus Tomat Sebagai Diversifikasi Produk Bahan Pangan Lokal Utilization Of Canna Edulis In Making Chicken Egg roll With Tomato Sauce As A Product Diversification Of Local Food Materials*. 1–7.
- [2] Apriliani, A. P., Arifuddin, D., Nesyana Nurmadilla, Fadli Ananda, & Haidir Bima, I. (2023). Analisis Karakteristik dan Pola Pemberian MPASI Anak Usia 6-24 Bulan di Puskesmas Soroako. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(7), 461–470. <https://doi.org/10.33096/fmj.v3i7.270>
- [3] Bulu¹, A., Jutomo², L., & Riwu³, R. (2022). Effect of Omega-3 Fatty Acid Supplementation. *Cendana Medical Journal. Edisi*, 24(2), 227–233.
- [4] Hidayati, A., & , Sumardianto, Fahmi, A. S. (2021). ARAKTERISTIK TERASI IKAN KEMBUNG

- (Rastrelliger sp.) DENGAN PENAMBAHAN SERBUK BIT MERAH (Beta vulgaris L.) SEBAGAI PEWARNA ALAMI. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Perikanan*, 3(1), 6.
- [5] Jamroni, J., & Widayanti, T. (2021). Pengenalan Media Edukasi MP-ASI "PASIpedia" pada Ibu Balita. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(2), 105–114. <https://doi.org/10.37287/jpm.v3i2.493>
- [6] liza munira, syarifah. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSIG) 2022*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [7] Nurkomala, S., Nuryanto, N., & Panunggal, B. (2018). Praktik Pemberian Mpasi (Makanan Pendamping Air Susu Ibu) Pada Anak Stunting Dan Tidak Stunting Usia 6-24 Bulan. *Journal of Nutrition College*, 7(2), 45. <https://doi.org/10.14710/jnc.v7i2.20822>
- [8] Nurva, L., & Maharani, C. (2023). Analisis Pelaksanaan Kebijakan Penanggulangan Stunting: Studi Kasus di Kabupaten Brebes. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 12(02), 74–83.
- [9] Purwani, A. S., Yunia Rachma, A., Hariawan, D. A., Wahyuda, D. Q., Sari, I., Hidayat, K., Rizqi, W., Soraya, M., Dewi, R., Hidayat, M., Septiani, N. H., Kurniasari, Y., & Berdasarkan, A. (2023). Pemanfaatan Tempe Sebagai Bahan Dasar Pembuatan Brownies (Brotela) di Dusun Bromo, Desa Kalinegoro, Magelang Program Studi S1 Ekonomi Syariah, 2 Program Studi S1 Gizi, 3 Program Studi S1 Informatika, 4 Program. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 69–76.
- [10] Rachmah, Q., Muniroh, L., Dominikus Raditya, A., Anisa Lailatul, F., Azizah Ajeng, P., Asri Meidyah, A., Aliffah Nurria, N., Damar Aditya Bayu Sukma, A., Siti, H., & Maria, W. (2022). Peningkatan Pengetahuan Gizi Terkait Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Melalui Edukasi Dan Hands-on-Activity Pada Kader Dan Non-Kader. *Media Gizi Indonesia*, 17(1SP), 47–52. <https://doi.org/10.20473/mgi.v17i1sp.47-52>
- [11] Rahayu, W., Sudarti, S., & Bektiarso, S. (2023). ANALISIS pH DAN MASSA JENIS IKAN KEMBUNG SETELAH DI PAPAR MEDAN MAGNET EXTREMELY LOW FREQUENCY (ELF). *ORBITA: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Fisika*, 9(1), 42. <https://doi.org/10.31764/orbita.v9i1.14127>
- [12] Ratnasari, D., Wening, D. K., Dewi, Y., & Qomariyah, R. N. (2021). Bakso Sapi Ikan Kembung sebagai Alternatif Jajanan Sehat Tinggi Protein untuk Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 3(01), 9–16. <https://doi.org/10.46772/jigk.v3i01.560>
- [13] Rismayani, R., Sari, F., Rismawati, R., Hermawati, D., & Lety Arlenti. (2023). Edukasi Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Sebagai Upaya Peningkatan Daya Tahan Tubuh Balita Di Posyandu Desa Pematang Balam. *Jurnal Besemah*, 2(1), 27–36. <https://doi.org/10.58222/jurnalbesemah.v2i1.117>
- [14] Safitri, R. K. A., Soeyono, R. D., Sulandjari, S., & Sutiadiningsih, A. (2021). Pengaruh Jumlah Ikan dan Maizena terhadap Sifat Organoleptik Nugget Ikan Kembung (Rastrelliger Kanagurta). *Jurnal Tata Boga*, 10(1), 122–128.
- [15] Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Anak Balita. *JRST (Jurnal Riset Sains Dan Teknologi)*, 6(1), 95. <https://doi.org/10.30595/jrst.v6i1.12012>