

ABSTRAK

Permasalahan gizi di Indonesia saat ini telah memasuki masalah gizi ganda yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi berlebih. Anak-anak merupakan kelompok yang rentan terhadap gizi lebih. Keefektifan program *isi piring makanku* yang sangat berpengaruh di Desa Lolowua dengan didukung oleh temuan penelitian sebelumnya dengan teori dari (Firman Maulana Ihsan” 2019) yang dalam penelitian menemukan hasil yang signifikan dan mampu mencapai hasil yang diinginkan peneliti dan sangat berpengaruh pada kejadian stunting di Desa Lolowua Kecamatan Hilisrtangkai Kabupaten Nias. Kesehatan mental remaja dan pernikahan usia dini sangat terkait dengan terjadinya peningkatan kasus stunting di Indonesia. Pernikahan usia dini menjadi salah satu faktor terjadinya kasus stunting karena kurangnya pengetahuan ibu usia muda terkait gizi seimbang. Penedukasian yang dilakukan oleh peneliti efektif dan berpengaruh terhadap kejadian stunting di Desa Lolowua yang dilakukan untuk mengubah perilaku dan tindakan ibu dalam mencegah stunting yang dicegah sejak dini untuk menghasilkan preventif stuntingnya, yang menambah pengetahuan ibu bahwa sehatnya mental, keadaan rasa damai dalam diri yang ditandai dengan keharmonisan, kedamaian, yang terhindar dari stres berkepanjangan, kecemasan, kekhawatiran (Ayundaet al., 2022) Kesehatan mental remaja dan pernikahan usia dini sangat terkait dengan terjadinya peningkatan kasus stunting di Indonesia. Pernikahan usia dini menjadi salah satu faktor terjadinya kasus stunting karena kurangnya pengetahuan ibu usia muda terkait gizi seimbang

Kata Kunci : *Efektif, Piring Makanku, Psikoedukasi, Kesehatan Mental Ibu*