

Idcha Kusma Ristanti, S.Tr.Gz., M.Gz.



Nama Lengkap : Idcha Kusma Ristanti, S.Tr.Gz., M.Gz.
Jenis Kelamin : Perempuan
Program Studi : S1 Gizi
NIP : 199405302024062000
NIDN : 0730059402
NUPTK : 3862772673230272
ID Scopus : [57202611205](#)
ID Sinta : [6908260](#)
ID Google Scholar : [UZDqQvEAAAAJ](#)
CV Unesa : [199405302024062000](#)
E-mail : idcharistanti@unesa.ac.id

Idcha Kusma Ristanti, S.Tr.Gz., M.Gz., lahir di Sidoarjo pada tanggal 30-05-1994 adalah dosen di Universitas Negeri Surabaya. Dalam 1 tahun terakhir, mengampu 9 matakuliah. Sudah melakukan pengabdian sebanyak 2. Sudah mempublikasi Artikel Ilmiah dalam jurnal sebanyak 19. Memiliki karya buku sebanyak 1. Memperoleh HKI sebanyak 4.

Riwayat Pendidikan

Jenjang	Tahun	Bidang Ilmu	Nama Perguruan Tinggi
S-1	- 2016	D4 Gizi Klinis	Poltekkes Kemenkes Malang
S-2	2017-2019	S2 Ilmu Gizi	Universitas Sebelas Maret

Mata Kuliah Diampu

No.	Mata Kuliah
1	Bahasa Inggris
2	Bioetika Kesehatan
3	Biologi Seluler
4	Keamanan Pangan
5	Kimia
6	Manajemen Institusi Layanan Makanan
7	Manajemen Pelayanan Makanan Lanjut
8	Manajemen Penyelenggaraan Makanan
9	Teknologi Pangan

Penelitian

Data Penelitian Dari Non Litabmas

No.	Tahun	Judul
1	2025	EFEKTIFITAS PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS TERHADAP STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR

2	2025	Transformasi Program Makan Bergizi Gratis: Mengurangi Food Waste dengan Permainan Ular Tangga Edukatif Berbasis Teknologi di SMPN 1 Candi Sidoarjo Jawa Timur
3	2025	KUALITAS HIDUP DAN RISIKO SARKOPENIA PASIEN HEMODIALISIS: ANALISIS HUBUNGAN STATUS GIZI BERDASARKAN DIALYSIS MALNUTRITION SCORE DAN ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI, KALSIMUM, VITAMIN D, SERTA MINERAL SUMBER ANTIOKSIDAN
4	2026	Pengaruh Edukasi Keamanan Pangan terhadap Tingkat Pengetahuan, Pola Konsumsi Jajanan, dan Status Gizi pada Siswa SMPN 1 Candi Sidoarjo
5	2026	Pengaruh Pemberian Yoghurt Daun Kelor sebagai Minuman Pendamping MBG terhadap Status Gizi Siswa Penerima Program MBG (Makan Bergizi Gratis)
6	2026	Game-centered approaches: Pendekatan berbasis permainan dalam pendidikan jasmani
7	2026	Interactive Learning Media: Meningkatkan Minat Belajar Pendidikan Jasmani di Era Disrupsi Teknologi
8	2026	Sinergi Kader dan Orang tua dalam Pola Asuh dan Pemberian Makan Anak melalui Program Pondok Gizi Desa Terintegrasi untuk Percepatan Penanganan Stunting di Kabupaten Sintang, Kalimantan Barat

Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Tahun	Judul Pengabdian
1	2025	NUTRIDRAMA: INOVASI LITERASI GIZI MELALUI DRAMA INTERAKTIF DAN KARYA TULIS ILMIAH DALAM MENYINGKAP FOOD TABOO DALAM BUDAYA MAKAN
2	2025	EDUKASI TERKAIT CPPOB (CARA PRODUKSI PANGAN OLAHAN YANG BAIK) PADA SISWA JURUSAN KULINER DI SMKN 4 MADIUN
3	2026	Real Games: Integrasi Virtual Reality dalam Optimalisasi Literasi Gerak Dasar
4	2026	Edukasi Higiene Sanitasi pada Penjamah Makanan Untuk Mendukung Keamanan Pangan di Lingkungan IIBS Baitul Manshurin Malang
5	2026	Optimalisasi Peran Kader Posyandu Melalui Inovasi Teknologi Tepat Guna Nugget ikan kembung layang Berbasis Pangan Lokal Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Malaka, Nusa Tenggara Barat
6	2026	Pendampingan ijin edar dan perbaikan kemasan produk kue jumbreq pada Paguyupan UMKM Jumbreq di Desa Paciran Kabupaten Lamongan
7	2026	Inspirasi Guru: Virtual Movement sebagai bentuk Integrasi Virtual Reality dalam Latihan Psikomotor dalam Optimalisasi Literasi Gerak Dasar Siswa

Publikasi Jurnal

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Vol/No/ Tahun
1	TINJAUAN PELAKSANAAN POSYANDU BERDASARKAN UNSUR-UNSUR MANAJEMEN (6M) DI DUSUN PENJALINAN, DESA GONDANGLEGI KULON		- /-/0
2	Immunological Responses in Female Rats Model with Anemia Treated with Snake Fruit Seed Flour Extract	Journal of Physics: Conference Series 1374 (1), 012038, 2019	- /-/2019

3	EKSTRAK BIJI SALAK PONDOH (<i>Salacca edulis</i> Reinw) SEBAGAI SUPLEMEN ZAT BESI BAGI PENDERITA ANEMIA	ID Patent SID201,905,877, 2019	- /-/2019
4	Buku Ajar Tim Aksi Bergizi	ID Patent EC00,202,135,817, 2021	- /-/2021
5	HUBUNGAN PEMILIHAN BAHAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI PADA IBU HAMIL EMESIS TRIMESTER	Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH) 2 (1), 75-80, 2021	- /-/2021
6	Iron supplement for anemia developed from home industry waste of snake fruit Pondoh (<i>Snake fruit edulis</i> Reinw.)	IOP Conference Series: Earth and Environmental Science 819 (1), 012072, 2021	- /-/2021
7	Hubungan Antara Status Gizi dengan Kejadian ISPA pada Balita	Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia 1 (5), 560-566, 2021	- /-/2021
8	Kegiatan Edukatif "Tim Aksi Bergizi" Pada Remaja di Kabupaten Tuban	ABDIMASNU: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 1 (3), 2021	- /-/2021
9	THE RELATIONSHIP BETWEEN FOOD PARENTING AND SNACKING HABITS WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF SCHOOL-AGE CHILDREN	International Nutrition and Health Administrations Journal 1 (2), 2022	- /-/2022
10	EDUKASI ANEMIA DAN PEMBUATAN JUS BAYAM MERAH PENCEGAH ANEMIA PADA IBU HAMIL	Jurnal Pengabdian Masyarakat Anugerah Bintang (JPMAB) 4 (2), 2023	- /-/2023
11	THE EFFECT OF CONSUMPTION OF BLACK CINCAU ICES ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN PREGNANT WOMEN WITH HYPERTENSION	International Nutrition and Health Administrations Journal 2 (2), 2023	- /-/2023
12	Asupan Serat dan Durasi Tidur dengan Status Gizi Pada Remaja Putri: Fiber Intake and Sleep Duration With Nutritional Status In Female Adolescent	Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi 4 (2), 72-78, 2024	- /-/2024
13	Hubungan asupan protein dengan status gizi pada remaja putri di pondok pesantren, Kabupaten Tuban	Jurnal Mitra Kesehatan 6 (2), 139-147, 2024	- /-/2024
14	Hubungan antara Asupan Natrium, Kalium, Aktivitas Fisik dengan Hipertensi pada Perempuan Usia diatas 45 Tahun	SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat 3 (1), 177-184, 2024	- /-/2024
15	Perbedaan Pemberian Jus Apel Hijau dan Air Rebusan Daun Seledri terhadap Tekanan Darah	Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan	- /-/2024

	Wanita Menopause Hipertensi di Kabupaten Bojonegoro	Masyarakat 3 (1), 1-13, 2024	
16	Peningkatan Pengetahuan Ibu Melalui Pelatihan Pembuatan PMT Rolade Ikan Kembung Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kembangbilo, Kecamatan Tuban	Jurnal Pengabdian Masyarakat Gunung Sari 2 (2), 1-8, 2024	- /-/2024
17	UJI DAYA TERIMA ORGANOLEPTIK COOKIES KURMA DENGAN SUBSTITUSI TEPUNG BEKATUL DAN TEPUNG PISANG KEPOK	Jurnal Teknologi Pangan dan Gizi (Journal of Food Technology and NutritionÂ ..., 2024	- /-/2024
18	Analysis Of Nutritional Content And Organoleptic Quality Of Biscuits Substituting Green Bean Flour (Vigna Radiata) And Carrot Flour (Daucus Carota L.) As A High-Protein SnackÂ ...	International Nutrition and Health Administrations Journal 3 (2), 2024	- /-/2024
19	THE RELATIONSHIP OF FAT INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS IN ADOLESCENT WOMEN OF THE ISLAMIC BOARDING SCHOOL, TUBAN DISTRICT	International Nutrition and Health Administrations Journal 3 (1), 2024	- /-/2024

Karya Buku

No	Judul Buku	Tahun	Penerbit
1	Sistem penyelenggaraan makanan institusi dasar : buku ajar	2025	PT Nuansa Fajar Cemerlang

Hak Kekayaan Intelektual

No	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor
1	METODE PEMBUATAN JELI BIJI SALAK PONDOH (Salacca edulis Reinw) SEBAGAI SUMBER BAHAN PANGAN UNTUK ANEMIA	2019	paten sederhana	SID201905891
2	EKSTRAK BIJI SALAK PONDOH (Salacca edulis Reinw) SEBAGAI SUPLEMEN ZATBESI BAGI PENDERITA ANEMIA	2019	paten sederhana	SID201905877
3	Buku Ajar Tim Aksi Bergizi	2021	hak cipta	EC00202135817
4	KARTU GIZIKU	2023	hak cipta	EC00202363523