
EDUKASI ISI PIRINGKU GUNA CEGAH BALITA STUNTING DI DESA BANYUURIP KECAMATAN BANYUURIP KABUPATEN PURWOREJO

Nurma Ika Zuliyanti

Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan,

Institut Teknologi Bisnis Dan Kesehatan Bhakti Putra Bangsa Indonesia

Jl. Soekarno Hatta Borokulon Banyuurip Purworejo

Email: nurma.iz@ibisa.ac.id

Abastrak

Perkembangan masalah gizi di Indonesia saat ini semakin kompleks, masalah kekurangan dan kelebihan gizi, serta permasalahan kekurangan gizi kronik. Kekurangan gizi kronik merupakan kekurangan gizi dalam jangka waktu lama yang dapat menyebabkan kejadian pendek (stunting) pada balita. Data yang diperoleh di Desa Banyuurip terdapat 2 balita stunting. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk pengetahuan ibu balita dan kader posyandu tentang “isi piringku”cegah stunting. Metode yang digunakan dengan penyuluhan menggunakan metode ceramah dengan menggunakan media power point dan liflet yang berisi penjelasan mengenai konsep isi piringku dan stunting. Hasil pengabdian masyarakat dilihat dari pre dan post test pengetahuan ibu mengenai isi piringku dan stunting pada ibu balita dan kader posyandu mengalami peningkatan. Kesimpulan, ibu balita dan kader posyandu paham tentang pentingnya pemenuhan gizi pada balita agar kejadian stunting dapat dicegah sejak awal.

Kata Kunci: *Isi piringku, Stunting*

Abstract

The development of nutritional problems in Indonesia is currently increasingly complex, problems of deficiency and excess nutrition, as well as problems of chronic malnutrition. Chronic malnutrition is malnutrition over a long period of time which can cause stunting in toddlers. Data obtained in Banyuurip Village showed that there were 2 stunted toddlers. The aim of this community service activity is to increase the knowledge of mothers of toddlers and posyandu cadres about "fill my plate" to prevent stunting. The method used for counseling uses the lecture method using power point media and leaflets which contain an explanation of the concept of the contents of my plate and stunting. The results of community service seen from the pre and post test of mothers' knowledge regarding the contents of my plate and stunting among mothers of toddlers and posyandu cadres have increased. In conclusion, mothers of toddlers and posyandu cadres understand the importance of providing nutrition for toddlers so that stunting can be prevented from the start.

Keywords: *Fill my plate, Stunting*

A. PENDAHULUAN

Perkembangan masalah gizi di Indonesia saat ini semakin kompleks, masalah kekurangan dan kelebihan gizi, serta permasalahan kekurangan gizi kronik. Kekurangan gizi kronik merupakan kekurangan gizi dalam jangka waktu lama yang dapat menyebabkan kejadian pendek (stunting) pada balita (Hasriani et al., 2023). Stunting merupakan bentuk dari kegagalan pertumbuhan (growth faltering). Stunting disebabkan oleh malnutrisi atau kurangnya asupan zat gizi yang berlangsung lama sejak masa kehamilan yang ditandai dengan tinggi badan kurang jika dibandingkan dengan umur. Pada balita. Stunting dapat diketahui dengan melihat indeks PB/U (Panjang Badan/ Umur) atau TB/U (Tinggi Badan/ Umur) kecil dari $-2 S$ (Alisye Siahaya & Sutini, 2020).

World Health Organization (WHO) tahun 2020 melaporkan angka stunting sebesar 21,3% atau sebanyak 144 juta anak dibawah 5 tahun mengalami stunting pada tahun 2019. Jumlah stunting merupakan permasalahan terbesar setelah angka kejadian wasting sebanyak 47 juta anak dan obesitas sebanyak 38.3 juta anak di dunia. Angka kejadian stunting di dunia didominasi oleh Asia sebesar 54% dan Afrika sebesar 40% yang sebagian besar terjadi di beberapa negara berkembang dengan pendapatan menengah hingga rendah. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki prevalensi stunting yang tinggi. Berdasarkan hasil SSGI tahun 2021 angka stunting secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6 persen per tahun dari 27,7 persen tahun 2019 menjadi 24,4 persen tahun 2021. Hampir sebagian besar dari 34 provinsi menunjukkan penurunan dibandingkan tahun 2019 dan hanya 5 provinsi yang menunjukkan kenaikan. Namun angka ini belum memenuhi target RPJMN tahun 2024 sebesar 14%, dan target selanjutnya adalah menurunkan angka stunting sampai kategori rendah atau dibawah 2,5% (Hasriani et al., 2023).

Menurut UNICEF terdapat beberapa faktor yang mampu mempengaruhi stunting pada balita, diantaranya adalah faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor secara langsung yaitu status gizi kurang dan status gizi buruk yang diakibatkan oleh terbatasnya asupan gizi pada tubuh balita yang tidak mengandung zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh (De Onis & Branca, 2016; UNICEF, 2021). Sedangkan menurut Heryani et al., 2023, faktor penentu dari stunting salah satunya adalah kekurangan gizi, dan rendahnya pendidikan ibu. Pendidikan ibu ini merupakan faktor penentu stunting anak yang sangat penting. Beberapa studi mengatakan bahwa kurangnya pendidikan masyarakat tentang kesehatan menjadi faktor penentu terjadinya stunting dan faktor utama terhadap terhambatnya pertumbuhan anak.

Salah satu upaya pencegahan stunting adalah dengan memberikan edukasi tentang gizi dan pola makan sehat kepada masyarakat. Edukasi gizi merupakan salah satu metode dan upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan sehingga terciptanya status gizi optimal. Edukasi gizi adalah pendekatan edukatif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap. Semakin tinggi pengetahuan gizi akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi makanan. Edukasi bisa dilakukan melalui beberapa media dan metode. Edukasi yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah dan memperjelas audiens dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan. Selain itu, media juga dapat membantu edukator dalam menyampaikan materi.

Posyandu merupakan salah satu bentuk upaya kesehatan bersumberdaya masyarakat guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan kepada masyarakat dalam memperoleh informasi dan pelayanan dasar bagi ibu, bayi dan anak balita (Kemenkes, 2012). Edukasi “Isi Piringku” yang dilaksanakan di Desa Banyuurip bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu balita dan kader posyandu dapat mengetahui terkait pengaturan pola makan sesuai dengan komposisi makanan yang sudah dibagi sesuai dengan takaran yang baik untuk dikonsumsi oleh anak sesuai dengan umur.

Sehingga diharapkan ibu balita dan kader posyandu memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang dan tidak terjadi gizi kurang pada balita karena adanya kebiasaan yang salah dalam pemenuhan gizibalita serta perilaku ibu dalam memilih bahan makanan yang tidak benar, jumlah makanan yang tidak cukup dan kurangnya keanekaragaman makanan. Data yang diperoleh di Desa Banyuurip terdapat 2 balita stunting. Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan adanya edukasi”Isi Piringku” cegah stunting kepada ibu balita dan kader posyandu agar dapat memberikan makanan yang tepat sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi balita dan mencegah kejadian stunting

B. METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Banyuurip Purworejo dengan tahapan; Tahap perencanaan dengan pembentukan dan pembekalan team pelaksana mengenai maksud serta koordinasi dengan pihak sekolah mengenai jadwal pelaksanaan kegiatan. Tahap pelaksanaan kegiatan; lokasi Balai Desa Banyuurip Purworejo pada tanggal 04 April 2024 di ikuti oleh 34 ibu balita dan 15 kader posyandu. Langkah pelaksanaan; pendekatan dengan pihak Desa dengan cara perijinan untuk dilakukan pengabdian masyarakat. Kegiatan diawali dengan pre test kemudian kegiatan penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah tanya jawab dan diskusi mengenai Isi piringku dan stunting serta evaluasi dengan post test.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Edukasi Isi Piringku Guna Cegah Balita Stunting Di Desa Banyuurip Kecamatan Banyuurip Kabupaten Purworejo” telah dilaksanakan pada tanggal 04 April 2024 pukul 08.30 WIB sampai selesai di Balai Desa Banyuurip. Kegiatan penyuluhan kesehatan kali ini dihadiri oleh 34 ibu balita dan 15 kader. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan berjalan dengan lancar, antusiasme ibu balita dan kader posyandu baik selama mengikuti semua kegiatan.

Proses kegiatan dimulai dengan pelaksanaan pretest, dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan tentang edukasi isi piringku guna cegah stunting. Dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab interaktif untuk mendiskusikan terkait materi yang disampaikan. Untuk menilai keberhasilan penyuluhan, diakhir sesi peserta dievaluasi dengan posttest dimana soal posttest sama seperti soal pretest. Soal pretest terdiri atas 10 pertanyaan yang berisi materi yang disampaikan.

Tabel 1. Tabulasi Data Hasil Pencapaian Target Luaran Ibu Balita

Indikator	Pre-test		Post-test		
	F	%	F	%	
Pengetahuan ibu balita tentang isi piringku	Baik	4	11.8	18	53
	Cukup	16	47	11	33
	Kurang	14	41.2	5	14
Pengetahuan ibu balita tentang stunting	Baik	6	17.7	19	55.9
	Cukup	13	38.2	12	35.3
	Kurang	15	44.1	3	8.8

Berdasarkan tabel 1. Dari 34 ibu balita yang mengerjakan soal pretest diperoleh hasil rata-rata memiliki pengetahuan tentang isi piringku pad akategori cukup yaitu 47%. Setelah dilakukan edukasi

pad aibu balita, rata-rata berpengetahuan baik sebesar 53%. Pada pengetahuan ibu balita tentang stunting hasil pre test rata-rata pada kategori kurang yaitu 44.1%. Setelah dilakukan post test mengalami kenaikan pengetahuan dengan rata-rata kategori baik 55.9%. Berdasarkan hasil post test bahwa ibu balita sudah paham akan hal yang dilakukan dalam perilaku kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan setelah dilakukan penyuluhan. Dari penilaian tersebut dapat di ketahui bahwa dari hasil penyuluhan kesehatan yang di sampaikan kepada peserta dapat di pahami, di mengerti, peserta tahu, mau dan akan mampu melakukan perilaku sehat di kehidupan sehari-hari.

Tabel 2. Tabulasi Data Hasil Pencapaian Target Luaran Kader Posyandu

Indikator		Pre-test		Post-test	
		F	%	F	%
Pengetahuan kader posyandu tentang isi piringku	Baik	5	33.3	11	73.3
	Cukup	6	40	3	20
	Kurang	4	26.7	1	6.7
Pengetahuan kader posyandu tentang stunting	Baik	7	46.7	13	86.7
	Cukup	5	33.3	2	13.3
	Kurang	3	20	0	-

Berdasarkan tabel 2. Dapat dilihat dari 15 kader posyandu yang mengerjakan soal pretest diperoleh hasil rata-rata memiliki pengetahuan tentang isi piringku pad akategori cukup yaitu 40%. Setelah dilakukan edukasi rata-rata berpengetahuan baik sebesar 73.3%. Pada pengetahuan kader posyandu tentang stunting hasil pre test rata-rata pada kategori baik yaitu 46.7%. Setelah dilakukan post test pengetahuan kader posyandu semakin meningkat dengan rata-rata kategori baik 86.7%. Berdasarkan peningkatan nilai pengetahuan pada kader posyandu diharapkan peran tenaga kesehatan dalam hal ini kader sangat di harapkan dalam merubah perilaku sehat pada ibu balita khususnya terkait dalam cara pemenuhan nutrisi pada kehidupan sehari-hari sebagai upaya pencegahan stunting.

Berdasarkan dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan sasaran ibu balita dan kader posyandu, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan tentang isi piringku sebagai upaya pencegahan stunting. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemberian edukasi memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan pengetahuan sasaran. Kenaikan tersebut akibat dari intervensi penyuluhan yang diberikan yang dimana ibu balita dan kader posyandu belum tahu mengenai isi piringku dan stunting menjadi tahu dan memahami. Pemikiran ini sejalan dengan (Notoatmodjo, 2014) yang menjelaskan pengetahuan adalah suatu kondisi pemahaman seseorang setelah melakukan pengamatan terhadap suatu objek tertentu. Pengamatan menggunakan pancaindra manusia, yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, manusia dapat memperoleh pengetahuan lebih banyak melalui indra penglihatan dan pendengaran.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan stunting adalah memberikan edukasi gizi yang merupakan tujuan dari pembangunan kesehatan yang berkesinambungan dan tertuang dalam Sustainable Development Goals (SDGs)(WHO, 2018). Selain hal tersebut, pencegahan stunting secara efektif dapat dilakukan pada periode 1000 hari kehidupan, praktik pemberian gizi yang seimbang pada saat kehamilan, balita sangat berpengaruh besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita (Heryani et al., 2023). Dalam hal ini ibu balita memerlukan pengetahuan yang terkini karena

pengetahuan sifatnya selalu berkembang. Pengetahuan yang mereka peroleh ini diharapkan dapat diaplikasikan dalam praktik keseharian dalam pemberian makanan bagibalitanya. Peningkatan pengetahuan ibutentang gizi dan stunting pada balita akan menimbulkan hal positif bagi ibu karena ilmu tersebut akan diaplikasikan dalam kehidupannya sehari-hari (Hasriani et al., 2023). Pengetahuan gizi adalah pengetahuan terkait makanan dan zat gizi. Sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi oleh balita dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya adalah tingkat pengetahuan seseorang tentang gizi sehingga dapat mempengaruhi status gizi seseorang.

Hasil pengabdian ini senada dengan hasil penelitian Hasriani, 2023, mengenai Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi PiringkuDi PosyanduCempaka Kabupatten Baru dengan hasil ibu balita menjadi paham tentang pentingnya pemenuhan gizi pada balita agar kejadian stunting dapat dicegah sejak awal.

D. SIMPULAN

Meningkatnya tingkat pengetahuan dan pemahaman ibu balita dan kader posyandu paham tentang pentingnya pemenuhan gizi pada balita agar kejadian stunting dapat dicegah sejak awal.

E. SARAN

Diharapkan dilakukan penyuluhan yang berkelanjutan dan berkesinambungan oleh tentang kesehatan maupun kader berkaitan dengan gizi pada balita.

F. UCAPAN TERIMAKASIH

Kepala Desa Banyuurip, LPMPI IBISA, serta Semua pihak yang terkait dalam menyelesaikan penyusunan Laporan Pengabdian Kepada Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alisye Siahaya, R. H., & Sutini, T. (2020). EDUKASI “Isi Piringku” Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Pada Ibu Balita Stunting Di Maluku. *Ilmu, Fakultas Universitas, Keperawatan Jakarta, Muhammadiyah Indonesia, Jakarta*.
- Hasriani, S., Pratiwi, W. R., & Asnuddin, A. (2023). Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupatten Barru. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 450–456. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i3.404>
- Heryani, H., Purwati, A. E., Setiawan, H., Firmansyah, A., & Solihah, R. (2023). Edukasi Isi Piringku sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 139–144. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i2.241>
- Kemkes, R. (2012). Buku Saku Posyandu.
- Notoatmodjo. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. [https://books.google.co.id/books?id=D9_YDwAAQBAJ&pg=PA369&lpg=PA369&dq=Pr
awirohardjo,+Sarwono.+2010.+Buku+Acuan+Nasional+Pelayanan+Kesehatan++Maternal
+dan+Neonatal.+Jakarta+:+PT+Bina+Pustaka+Sarwono+Prawirohardjo.&source=bl&ots=
riWNmMFyEq&sig=ACfU3U0HyN3I](https://books.google.co.id/books?id=D9_YDwAAQBAJ&pg=PA369&lpg=PA369&dq=Pr+awirohardjo,+Sarwono.+2010.+Buku+Acuan+Nasional+Pelayanan+Kesehatan++Maternal+dan+Neonatal.+Jakarta+:+PT+Bina+Pustaka+Sarwono+Prawirohardjo.&source=bl&ots=riWNmMFyEq&sig=ACfU3U0HyN3I)