EJOIN : JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT
https://ejournal.nusantaraglobal.ac.id/index.php/ejoin
E-ISSN: 2985-5322

SOSIALISASI "ISI PIRINGKU" SEBAGAI PENCEGAHAN STUNTING DI RAUDLATUL ATHFAL TANWIRUT TULAB PAYUNG MAKMUR LAMPUNG TENGAH

Riska Nur Suci Ayu[1], Novriansyah Surahman[2]
[1]Progrom Studi D3 Gizi, Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Indonesia
[2]Ahli Gizi, Puskesmas Payung Rejo Lampung Tengah, Indonesia

Article Information

Article history:

Received November 20, 2023
Approved Desember 03, 2023

Keywords:
Stunting, Edukasi, Isi Piringku

ABSTRACT

Stunting is a chronic condition resulting from nutritional deficiencies that can lead to toddlers having a stature/height shorter than their age would typically indicate. The prevention of stunting can be achieved through the provision of education and the implementation of nutritional fulfillment for children based on the "Isi Piringku" principle. " Isi Piringku" is a component of the recommendations for a healthy diet by fulfilling balanced nutrition that considers the quantity and types of food, including staple foods, animal-based dishes, plant-based dishes, vegetables, and fruits. The target of this socialization is the parents of 60 students. This activity is conducted at Raudlatul Athfal Tanwirut Tulab in the village of Payung Makmur, Central Lampung. The implementation process consists of two stages: the first stage involves delivering a presentation on the " Isi Piringku " concept, and the second stage includes a demonstration/practical session of food plating in accordance with the principles of " Isi Piringku." The outcome of this activity is that participants comprehend the content presented during the discussion session in the socialization stage, as evidenced by their enthusiasm in asking questions related to the conveyed material. As well as understanding the material, as demonstrated by the presentation of menu plating results following the principles of " Isi Piringku " during the demonstration/practical stage. The practical results indicate that the food plating practice conducted by 47 parents (78.3%) was appropriate, while 13 parents (16.7%) did not follow the guidelines. The conclusion drawn is that parents are capable of understanding the implementation of " Isi Piringku " to prevent stunting.

ABSTRAK

Stunting merupakan kondisi kronis akibat kekurangan gizi yang dapat menyebabkan balita memiliki panjang badan/tinggi badan lebih pendek dari usianya. Pencegahan stunting dapat dilakukan

dengan pemberian edukasi dan penerapan pemenuhan gizi anak dengan prinsip Isi Piringku. Isi piringku merupakan bagian dari anjuran makanan sehat dengan memenuhi gizi seimbang yang mempertimbangkan jumlah dan jenis makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran dan buah. Sasaran sosialisasi ini yaitu orang tua dari 60 siswa. Kegiatan ini dilakukan di Raudlatul Athfal Tanwirut Tulab Desa Payung Makmur Lampung Tengah. Tahapan pelaksanaan dilakukan dengan 2 tahapan yaitu tahapan pertama penyampaian materi sosialisasi tentang "Isi Piringku" dan tahapan kedua yaitu demonstrasi/praktik penyajian makanan sesuai prinsip Isi Piringku. Hasil kegiatan ini yaitu peserta memahami isi materi yang disampaikan pada sesi diskusi ditahap sosialisasi yang ditunjukkan dengan antusias peserta dalam memeberikan pertanyaan terkait materi yang disampaikan. Serta pemahan terkait materi yang ditunjukkan dengan hasil penyajian menu dengan prinsip isi piringku pada tahap demonstrasi/praktik. Hasil praktik menunjukkan menunjukkan bahwa praktik penyajian menu makanan yang dilakukan oleh 47 orang tua (78,3%) telah sesuai dan 13 orang tua (16,7%) tidak sesuai. Kesimpulan yang ditunjukkan yaitu para orang tua mampu memahami tentang Isi piringku untuk mencegah stunting dengan melakukan praktik penyajian menu.

© 2023 EJOIN

*Corresponding author email: riskanursuciayu@gmail.com

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang terjadi pada balita yang terjadi akibat kekurangan gizi secara kronis yang menyebabkan balita memiliki panjang badan/tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan umur pada umumnya. Kekurangan gizi secara kronis ini dapat terjadi baik sebelum terjadi masa kehamilan, saat kehamilan ataupun setelah anak dilahirkan. Stunting merupakan salah satu indikator gagal tumbuh yang dapat mengakibatkan beberapa gangguan seperti, gangguan fungsional, terhambatnya perkembangan fisik dan kognitif, terhambatnya perkembangan sosioemosional balita, dan meningkatkan resiko penyakit degenerative di masa yang akan datang (Kemenkes, 2018).

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Provinsi Lampung berada di bawah angka nasional yaitu 15,2 %. Namun angka tersebut masih berapa diatas RPJMN 2020-2024 sebesar 14% (Kemenkes, 2022)

Pencegahan dan penurunan angka stunting dapat dilakukan melalui edukasi. Edukasi merupakan upaya strategis untuk mencegah dan mengatasi kejadian stunting (Permatsari, 2020). Hasil penelitian menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan ibu mengenai asupan gizi pada anak memiliki peranan penting dalam mencegah kejadian stunting (Sinuraya dkk, 2020). Pengetahuan ibu tentang gizi yang akan menentukan perilaku ibu dalam menyediakan makanan untuk keluarga. Pengetahuan gizi ibu yang baik dapat menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anaknya (Anakoda, 2021).

Isi piringku merupakan bagian dari anjuran makanan sehat dengan memenuhi gizi seimbang yang mempertimbangkan jumlah dan jenis makanan yang terdiri dari makanan

pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran dan buah. Isi Piringku menganjurkan untuk mengonsumsi makanan beragam karena tidak semua jenis makanan mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan tubuh. Tubuh setiap hari membutuhkan asupan protein nabati 2-3 porsi, protein hewani 2-3 porsi, makanan pokok 3-8 porsi, sayuran 3-5 porsi, buah 3-5 porsi dan minum air mineral minimal 8 gelas (NN, 2022). Hasil pengabdian yang dilakukan oleh Sinaga dkk (2022) menunjukkan bahwa program isi piringku sangat berpengaruh untuk mencegah stunting pada balita di Puskesmas Kokonao kecamatan Distrik Mimika Barat tahun 2020.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan sosialisasi ini dihadiri oleh kedua orang tua dari 60 siswa. Kegiatan ini dilakukan di Raudlatul Athfal Tanwirut Tulab Desa Payung Makmur Lampung Tengah. Tahapan pelaksanaan dilakukan dengan 2 tahapan yaitu tahapan pertama penyampaian materi sosialisasi dan tahapan kedua yaitu demonstrasi/praktik.. Penyampaian materi dilaksanakan selama 40 menit dan dilanjutkan dengan sesi diskusi kurang lebih 20 menit. Demonstrasi/praktik yang dilakukan oleh orang tua dengan melakukan penyajian menu makanan dengan prinsip Isi Piringku diberikan waktu selama 10 menit. Menu yang disajikan oleh para orang tua merupakan menu yang telah disiapkan dari rumah dengan unsur makanan pokok, nabati, hewani, sayuran dan buah Penyusunan menu Isi Piringku ini dilakukan oleh kedua orang tua siswa. Demonstrasi/praktik penyajian dilakukan dengan tujuan untuk mengevaluasi pemahaman orang tua siswa dalam menerapkan prinsip Isi Piringku.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rangkaian sosialisasi yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa pengetahuan peserta sosialisasi saat penyampaian materi berlangsung tentang isi piringku masih memiliki pengetahuan/pemahaman yang kurang. Hal ini tersampaikan pada saat pemateri menanyakan terkait penyediaan makan anak saat dirumah seperti apa. Para orang tua terutama ibu rata-rata cenderung memberikan komposisi makan yang seadanya yang disebabkan oleh rendahnya ekonomi. Namun hasil sosialisasi dalam rangka pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa orang tua mulai memahami pentingnya prinsip isi piringku dalam menyediakan makan untuk anak. Hal ini ditunjukkan dengan antusias para orang tua baik ayah atau ibu yang bergantian mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan. Pemahaman terkait materi yang disampaikan yaitu kedua orang tua juga ditunjukkan dengan mampu bekerjasama menyajikan makanan dari menu yang telah dibawa dengan menerapkan prinsip Isi Piringku.

Hasil pemahaman berdasarkan evaluasi yang dilakukan melalui demonstrasi/praktik penyajian makanan dengan menerapkan prinsip Isi Piringku ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1
Pemahaman Orang Tua tentang Isi Piringku (Praktik *Platting)*

	Jumlah (n)	**Persentase (%)**
Tidak sesuai	13	21,7%
Sesuai	47	78,3%
	60	100

Sumber: Data Primer, 2022

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan bahwa praktik platting yang dilakukan oleh 47 orang tua (78,3%) telah sesuai, dan 13 orang tua (16,7%) tidak sesuai. Kesuaian penyajian menu dinilai berdasarkan penyajian makanan sesuai prinsip Isi Piringku baik secara jumlah ataupun kelompok jenis makanan. Tidak sesuai berdasarkan penilaian terhadap penyajian makanan yang disajikan kurang/tidak memenuhi prinsip isi piringku baik jumlah ataupun kelompok jenis makanan berdasarkan prinsip Isi Piringku.

Ketidak sesuaian isi piringku yang disajikan berdasarkan hasil pengamatan karena jenis makanan yang disajikan tidak memenuhi prinsip isi piringku. Rata-rata menu atau jenis makanan yang disajikan pada kelompok sayur bukan salah satu dari jenis sayur namun berasal dari olahan karbohidrat/ nabati. Selain itu juga ketidaksesuaikan juga terjadi karena penyajian salah satu jenis makanan dengan jumlah besar seperti nasi serta penempatan dari kelompok makanan yang kurang tepat.

Harapan dari kegiatan ini dilakukan yaitu orang tua siswa mampu menerapkan prinsip Isi Piringku dalam menyiapkan makan anak pada kehidupan sehari-hari. Namun hal ini juga tidak lepas dari peran tenaga kesehatan dan kader dalam membantu merubah perilaku sehat pada orang tua terutama dalam pemenuhan zat gizi setiap hari dalam rangka pencegahan stunting (Hasriani, 2023).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu mampu menambah pemahaman orang tua anak tentang penerapan Isi Piringku dalam membantu mencegah stunting dengan melakukan praktik penyajian menu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada peserta kegiatan yaitu para orang tua siswa, RA Thulab Desa Payung Makmur Lampung Tengah, Puskesmas Payung Rejo yang telah yang telah membantu terlaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Hasriani St, Pratiwi Wilda Reski, Asnuddin. 2023. "Cegah Balita dari Stunting melalui Edukasi Isi Piringku di Posyandu Cempaka Kabupaten Barru." Jurnal Altifani: Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat 3(3)
[2] Kementerian Kesehatan RI. 2022. Buku Saku Hasil Survei SSGI Tahun 2022. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Jakarta
[3] Permatasari Endah TA, Turrahmi H, Illavina. 2020. "Edukasi Gizi Seimbang bagi Kader Posyandu pada Masa Pandemi Covid-19 sebagai Pencegahan Balita Stunting di Kabupaten Bogor." Jurnal As-Syifa Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat 1(2).
[4] Sinuraya RK, Qodrina AH, Amalia R. 2019. "Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Mencegah Stunting." Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Padjajajaran 4(2)
[5] Kementerian Kesehatan RI. 2018. "Cegah Stunting itu Penting." Jakarta: Warta Kesmas Edisi 2.
[6] Suprayitno Emdat, Hannan Mujib, Hidayat Syaifurrahman, et al. 2023. "Pendampingan Isi Piringku untuk Mencegah Stunting." JPMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat 1(2)
[7] Kementerian Kesehatan RI. 2022. "Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022." Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan
[8] Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Bernike, S., Poso, P. D. K., & Palu, P. K. 2021. "Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil Stunting Preventive Behavior during Pregnancy Magdalena Sitorus , Lisda Widianti Longgupa." Jurnal Ilmu Kesehatan, 15(2), 97–104
[9] Sinaga Rosmani, Tampubolon Riyanti, Rosmala Dewi, dkk. 2022. "Penerapan Program Isi Piringku untuk Mencegah Stunting pada Balita di Puskesmas Kokonao Distrik Mimika Barat Kabupaten Mimika Tahun 2022." Prosiding PKM CSR, vol 5
[10] NN. 2022. Buku Saku Isi Piringku : Investasikan Kesehatan Untuk Hari Tua. Universitas Gadjah Mada