
PENERAPAN PROGRAM ISI PIRINGKU UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA BALITA DI PUSKESMAS KOKONAO DISTRIK MIMIKA BARAT KABUPATEN MIMIKA TAHUN 2022

Rosmani Sinaga¹, Riyanti Tampubolon², Rosmala dewi³, Endang Susanti⁴,
Yuli Andarina⁵, Sukriyah⁶ Sri Nikmah⁷
^{1,2,3,4,5}STIKes Mitra Husada Medan

rosmanisinaga@mitrahusada.ac.id

Abstrak

Edukasi Gizi “Isi Piringku” penting bagi balita untuk menerapkan pola makan sehat dan kebutuhan nutrisi harian serta mencegah stunting. Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi balita adalah pengetahuan gizi. dalam pemberian gizi seimbang dalam gerakan mencegah stunting pada balita dalam upaya promosi kesehatan dapat dilakukan melalui pendekatan pendidikan dengan media promosi. Media promosi dijadikan alat bantu untuk mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki ibu balita dan menjadi pedoman bagi masyarakat dalam merubah perilaku kearah gizi seimbang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini terdiri dari 3 yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi, dimulai dengan mengumpulkan peserta yaitu ibu yang memiliki balita. Hasil ditemukan sebelumnya ibu yang memiliki balita menyajikan makanan bergizi, namun jenis dan jumlah tidak sesuai dengan isi piringku. setelah dilaksanakannya kegiatan, penyediaan makan pada balita sudah disesuaikan dengan kebutuhan gizinya, sebagian besar ibu sudah mengaplikasikan isi piringku setiap kali makan (siang dan malam). Kesimpulan : dengan memberikan edukasi pada ibu yang memiliki balita tentang gizi seimbang dan program isi piringku pemahaman ibu mengenai gizi seimbang dan program isi piringku menjadi lebih baik.

Kata Kunci : *Isi piringku, Balita, Stunting*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh multi-faktorial dan bersifat antar generasi. Hasil studi membuktikan bahwa pengaruh faktor keturunan hanya berkontribusi sebesar 15%, sementara unsur terbesar adalah terkait masalah asupan zat gizi, hormon pertumbuhan dan terjadinya penyakit infeksi berulang. Variabel lain dalam pertumbuhan *stunting* yang belum banyak disebut adalah pengaruh paparan asap rokok maupun polusi asap juga berpengaruh terhadap pertumbuhan *stunting*.

Stunting merupakan salah satu target Sustainable Development Goals (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang ditetapkan adalah menurunkan angka *stunting* hingga 40% pada tahun 2025.

Pada tahun 2017, 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita di dunia mengalami *stunting*. Namun angka ini sudah mengalami penurunan jika dibandingkan dengan angka *stunting* pada tahun 2000 yaitu 32,6%. Pada tahun 2017, lebih dari setengah balita *stunting* di dunia berasal dari Asia (55%) sedangkan lebih dari sepertiganya (39%) tinggal di Afrika. Dari 83,6 juta balita *stunting* di Asia, proporsi terbanyak berasal dari Asia Selatan (58,7%) dan proporsi paling sedikit di Asia Tengah (0,9%). (Kemenkes RI 2018). Data prevalensi balita *stunting* yang dikumpulkan *World Health Organization* (WHO), Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/*South-East Asia Regional* (SEAR). Rata-rata prevalensi

balita *stunting* di Indonesia tahun 2005-2017 adalah 36,4% (Kemenkes RI 2018).

Kejadian balita *stunting* merupakan masalah gizi utama yang dihadapi Indonesia. Berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG) dari tiga tahun terakhir, *Stunting* memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, dan gemuk. Prevalensi balita *Stunting* mengalami peningkatan dari tahun 2016 yaitu 27,5% menjadi 29,6% pada tahun 2017. (Kemenkes RI 2018). Prevalensi balita pendek di Indonesia cenderung statis. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 menunjukkan prevalensi balita pendek di Indonesia sebesar 36,8%. Pada tahun 2010, terjadi sedikit penurunan menjadi 35,6%. Namun prevalensi balita pendek kembali meningkat pada tahun 2013 yaitu menjadi 37,2%. Prevalensi balita pendek selanjutnya akan diperoleh dari hasil Riskesdas tahun 2018 yang juga menjadi ukuran keberhasilan program yang sudah diupayakan oleh pemerintah. Di Indonesia masyarakat sering menganggap tumbuh pendek sebagai faktor keturunan. Persepsi yang salah di masyarakat membuat masalah ini tidak mudah diturunkan dan membutuhkan upaya besar dari pemerintah dan berbagai sektor terkait.

Di Indonesia, *stunting* merupakan masalah serius dan juga merupakan masalah gizi utama yang sedang dihadapi (Situasi Balita Pendek (*Stunting*) di Indonesia, 2018). Bila masalah ini bersifat kronis, maka akan memengaruhi fungsi kognitif yakni tingkat kecerdasan yang rendah dan berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Masalah *stunting* memiliki dampak yang cukup serius; antara lain, jangka pendek terkait dengan morbiditas dan mortalitas

pada bayi/balita, jangka menengah terkait dengan intelektualitas dan kemampuan kognitif yang rendah, dan jangka panjang terkait dengan kualitas sumberdaya manusia dan masalah penyakit degeneratif di usia dewasa (Aryastami, 2017; Saputri dan Tumangger, 2019).

Stunting dapat di cegah melalui 1000 hari pertama kehidupan anak, yaitu dengan memastikan kesehatan yang baik dan gizi yang cukup. Terdapat 3 komponen utama dalam menanggulangi stunting antara lain : pola asuh, pola makan, dan air bersih. Oleh karena itu, terkait upaya untuk mengurangi serta menangani prevalensi *stunting*, pemerintah kemudian mengeluarkan kebijakan serta regulasi yang diharapkan dapat berkontribusi pada pengurangan prevalensi *stunting*, salah satunya adalah *program isi piringku* yang diharapkan dapat memperbaiki rendahnya akses terhadap makanan dari segi jumlah dan kualitas gizi terhadap pemberian makan pada balita.

Isi piringku merupakan gerakan makanan sehat dengan gizi seimbang, konsep isi piringku sebagai pengganti dari slogan 4 sehat 5 sempurna. Program isi piringku ini merupakan slogan yang dianggap lebih jelas dibandingkan dengan slogan 4 sehat 5 sempurna yang dirasa kurang efektif dalam melakukan promosi kesehatan. (Kemenkes RI 2017)

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini terdiri dari 3 yaitu tahap persiapan seperti pengurusan surat permohonan izin pengabdian

masyarakat ke Ketua STIKes Mitra Husada Medan selanjutnya izin ke lokasi kegiatan, kemudian tim melakukan pendataan jumlah ibu yang memiliki balita dalam pemberian gizi seimbang dalam Gerakan mencegah stunting pada balita yang ada di lokasi kegiatan. Tahap pelaksanaan yaitu melakukan pemberdayaan kepada ibu dengan memberikan penyuluhan dengan menggunakan alat bantu . Sasaran dalam kegiatan ini yaitu seluruh ibu yang memiliki balita di di wilayah kerja Puskesmas Kokonao Distrik Mimika Barat Kabupaten Mimika yang terdiri sebanyak 30 ibu dan evaluasi yaitu mengukur tingkat pengetahuan ibu sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) dengan menggunakan lembar observasi dan kuesioner tentang pogram isi piring ku dan memberikan laporan ke Ketua STIKes Mitra Husada Medan serta kepada puskesmas Kokonao.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil Observasi dan pembagian kuesioner sebelum dan sesudah dilakukan bahwa :

Variabel	Mean	Std. Deviasi	Sig. (2 tailed)
Program isi piringku sebelum	47,75	9,323	0,001
Program isi piringku sesudah	81,20	4,560	
Mencegah stunting	11,32	2,28717	0,001

sesudah			
Mencegah stunting sebelum	11,58	2,28756	

Dari data tersebut bahwa menunjukkan program isi piringku sangat berpengaruh terhadap untuk mencegah stunting pada balita di Puskesmas Kokonao kecamatan Distrik Mimika Barat tahun 2020. maka dengan itu memperdayakan pendamping untuk melakukan penerapan program isi piringku untuk mencegah terjadinya stunting.

Maka hasil dari hasil pengabdian masyarakat diatas peningkatan variabel program isi piringku terdapat peningkatan nilai yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi, yaitu tingkatan skor yang didapatkan sebagian besar adalah baik dan Tingkat asupan atau konsumsi ditentukan oleh kualitas dan kuantitas hidangan. Kalau susunan hidangan memenuhi kebutuhan tubuh, baik dari sudut kualitas maupun kuantitasnya, maka tubuh akan mendapat kondisi kesehatan gizi sebaik-baiknya, sebaiknya asupan yang kurang baik kualitas dan kuantitasnya, akan memberikan kondisi kesehatan gizi yang kurang. Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya penambahan berat badan pada balita setelah diberikan intervensi yang menunjukkan adanya keadaan yang lebih baik. Peningkatan berat badan sangat dipengaruhi oleh pemberian makanan yang sesuai.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan kepada masyarakat yang belum terpapar dengan edukasi kesehatan ataupun informasi yang dapat untuk mengubah pola makan sehat pada balita . Seperti memberikan edukasi pada

ibu yang memili balita tentang gizi seimbang dan program isi piringku, pengetahuan ibu mendapatkan cukup banyak informasi, dengan demikian pemahaman ibu mengenai gizi seimbang dan program isi piringku menjadi lebih baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami sebagai pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terimakasih kepada pimpinan puskesmas Puskesmas Kokonao kecamatan Distrik Mimika Barat tahun 2020 yang telah memberikan ijin pelaksanaan kegiatan ini, dan kepada semua tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat baik para dosen dan juga mahasiswa.

REFERENSI

- Aguayo, M. V., & Menon, P. (2016). Stop Stunting: Improving Child Feeding, Women's Nutrition And Household Sanitation In South Asia. *Maternal & Child Nutrition*, 3-11.
- Akombi, J., & DKK. (2017). Stunting And Severe Stunting Among Childreb Under-5 In Nlgeria: Amultilevel Nutrion And Sanitation In South Asia. *BMC Pedriatric*, 1-16.
- Aryastami, N. K., & Tarigan, I. (2017). Kajian Kebijakan dan Penaggulangan Masalah Gizi Stunting di Indonesia. *Buletin Penelitian Indonesia*, 1-8.
- Bolte, E. E., & Agaard, K. M. (2020). Turning The "Phage" On Malnutrition And Stunting. *HHS Public Access*, 1-5.
- Jackson, B. D., & Black, R. E. (2017). A Literature Review Of The Effect Of Malaria On Stunting. *The Journal Of Nutrition*

- Supplement: Nutrition Modaling In The Lives Saved Tool, 2163S-8S.*
- Kubuga, C. K., & Hyokyong Grace Hong, W. O. (2019). Hibiscus Sabdariffa Meal Improves Iron Status Of Childbearing Age Women And Prevents Stunting In their Toddlers In Northern Ghana. *Nutriens*, 1-12.
- Larasati, N. N. (2017). *faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita usia 25-59 bulan di posyandu wilayah puskesmas wonosari II*. wonosari: politeknik kesehatan yogyakarta.
- Mugianti, S., & Arif Mulyadi, A. K. (2018). Faktor Penyebab Stunting Usia 25-60 Bulan Di Kecamatan Sukorejo Kota Blitar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 268-278.
- Muhammad, H. F. (2019). Obesitas Sebagai Sekuel Dari Childhood Stunting: Penjelasan Polimorfisme Gen Ghrelin Dan GHSR. *Acta Med Indones- Indones J Intern Med*, 159-164.
- Ni'mah, K., & Nadhiroh, S. R. (2015). Factor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Media Gizi Indonesia*, 13-19.
- Norfal, A. (2019). Program Kemitraan Edukasi Tentang Slogan "Isi Piringku" Dalam Aspek Peningkatan Konsumsi Buah & Sayur Pada Siswa SDN Mawar 8 Kota Banjarmasin. *Al-Khidmah*, 1-8.
- Owino PhD, O., & DKK. (2016). Environmental Enteric Dysfunction And Growth Failure/Stunting In Global Child Health. *Pediatric*, 1-12.
- Perumal, N., & Roth, D. G. (2018). Use And Misuse Of Stunting As A Measure Of Child Health. *The Journal Of Nutrition Issues And Opinion*, 311-315.
- Prakhasita, R. C. (2018). *Hubungan pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja puskesmas tambak wedi surabaya*. surabaya: perpustakaan universitas airlangga.
- Pratama, P. A., & Elfian Zulkarnain, M. R. (2018). Efektifitas Media Promosi " Piring Makanku " Pedoman Gizi Seimbang Sebagai Panduan Sekalai Makan. *E-jurnal Pustaka Kesehatan*, 1-7.
- Purwani, E., & Mariyam. (2013). POLA PEMBERIAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI ANAK USIA 1. *Jurnal Keperawatan Anak*, 30-36.
- Rahmy, H. A., & Nurul Prativa, R. A. (2020). EDUKASI GIZI PEDOMAN GIZI SEIMBANG DAN ISI PIRINGKU. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 162-172.
- RI, K. (2018). Situasi Balita Pendek/Stunting Di Indonesia. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*, Edisi 1 Semester 1.
- Riyanto, S. M. (2018). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.