

Upaya meningkatkan pengetahuan ibu Balita tentang Isi Piringku dan skrining status gizi anak Balita di Desa Bajo Indah, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe: pengabdian masyarakat tahun 2023

Kameriah Gani

Program Studi Diploma Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes
Kemenkes Kendari

Sultan Akbar Toruntju

Program Studi Diploma Tiga Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes
Kemenkes Kendari

Rofiqoh Rofiqoh

Program Studi Diploma Tiga Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes
Kemenkes Kendari

Pemenuhan gizi seimbang masih menjadi tantangan besar, terutama di sektor kesehatan dan masyarakat. Masalah ini berakar dari kondisi ekonomi yang kurang memadai dan pengetahuan gizi yang terbatas. Pembangunan kesehatan dapat dioptimalkan dengan melibatkan masyarakat sebagai unit terkecil, dengan kesamaan tujuan, nilai, dan norma. Pengentasan masalah gizi pada anak balita menjadi prioritas, sejalan dengan agenda Tujuan Pembangunan Berkelanjutan dalam mencapai ketahanan pangan dan gizi yang baik, serta menjamin kehidupan sehat dan meningkatkan kesejahteraan. Upaya yang dapat dilakukan sebagai salah satu landasan penguatan pemenuhan gizi balita melalui pendekatan kepada keluarga. Pendekatan keluarga yang secara aktif melibatkan seluruh anggota keluarga, terutama ibu, dalam upaya perbaikan gizi balita, memungkinkan adanya peran dan partisipasi aktif dari keluarga, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan praktik yang tepat dalam memenuhi kebutuhan gizi balita. Pendekatan tersebut menggunakan konsep program pemerintah dalam perbaikan gizi pada anak melalui Isi Piringku. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi dan memperkaya pengetahuan yang dimiliki ibu Balita sehingga secara jangka panjang dapat memberikan perubahan terhadap pola konsumsi makan seluruh anggota keluarga. Pengetahuan yang dimiliki meliputi cara memilih makanan secara benar, cara memasak, menyimpan bahan makanan serta menyajikan makanan yang bervariasi dan menarik. Pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari di Desa Bajo Indah, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe, dari Mei hingga September 2023. Kegiatan ini mencakup beberapa tahap, yaitu prates untuk mengukur pengetahuan awal ibu balita, edukasi mengenai menu Isi Piringku, pengukuran antropometri balita, demonstrasi pembuatan menu Isi Piringku, serta pascates dan evaluasi. Evaluasi mencakup peningkatan pengetahuan ibu balita tentang Isi Piringku, hasil pengukuran antropometri balita, dan tersedianya menu demonstrasi. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu balita dengan anak usia 1-5 tahun yang sehat dan tidak dalam masa pengobatan medis. Hasil pengukuran status gizi pada anak balita, 22 orang anak (73,3%) status gizi normal, 6 orang anak (20%) stunting dan 2 orang anak (6,7%) kurus. Pada rata-rata peningkatan hasil prates dan pascates pengetahuan Isi Piringku adalah 20%, dari rata-rata prates 70% dan pascates 90%. Diharapkan ibu balita dapat menyiapkan makanan sehari-hari sesuai isi piringku, sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak balita menjadi lebih optimal dan mencapai status gizi yang baik.

Penulis Koresponden: Kameriah Gani (kameriahgani@gmail.com)

Pendahuluan

Pemenuhan gizi seimbang masih menjadi tantangan besar berbagai pihak, dan utamanya pada sektor kesehatan dan masyarakat. Permasalahan masyarakat ini bersumber dari kondisi ekonomi yang kurang memadai serta pengetahuan gizi yang terbatas (1). Masyarakat merupakan unit terkecil dalam pembangunan dan perubahan sosial, dan dengan kesamaan tujuan, nilai, dan norma yang ada di tengah masyarakat, pembangunan kesehatan dapat dioptimalkan (2).

Pengentasan masalah gizi masyarakat dan terutama pada anak balita mendapatkan prioritas utama dalam pembangunan. Hal ini sejalan dengan agenda Tujuan Pembangunan Berkelanjutan/*Sustainable Development Goals* tujuan ke-2 yaitu "*mencapai ketahanan pangan dan gizi yang baik*" dan tujuan ke-3 "*Menjamin Kehidupan yang Sehat dan Meningkatkan Kesejahteraan Seluruh Penduduk Semua Usia*" (3-5).

Permasalahan gizi pada anak balita masih menjadi isu penting di berbagai wilayah di Indonesia, termasuk di Desa Bajo Indah, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe. Gizi yang tidak seimbang dapat berdampak pada terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak, serta meningkatkan risiko penyakit di kemudian hari (6). Hasil penelitian memaparkan bahwa faktor gizi merupakan penentu utama tumbuh kembang anak. Kondisi gizi yang baik pada balita akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa depan.

Upaya yang dapat dilakukan sebagai salah satu landasan penguatan pemenuhan gizi balita melalui pendekatan kepada keluarga. Pendekatan keluarga yang secara aktif melibatkan seluruh anggota keluarga, terutama ibu, dalam upaya perbaikan gizi balita, memungkinkan adanya peran dan partisipasi aktif dari keluarga, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan praktik yang tepat dalam memenuhi kebutuhan gizi balita (7,8). Pendekatan tersebut menggunakan konsep program pemerintah dalam perbaikan gizi pada anak melalui Isi Piringku (9,10). Isi piringku adalah salah satu upaya dalam mewujudkan keseragaman pemahaman ibu balita tentang gizi seimbang. Ibu balita diberikan pemahaman mengenai proporsi yang ideal untuk menu makanan setiap hari terdiri dari 1/2 piring lauk-pauk, 1/4 piring nasi atau umbi-umbian, dan 1/4 piring sayur dan buah (10). Melalui pemahaman tentang isi piringku, diharapkan ibu balita dapat mempraktikkan pemberian makanan bergizi seimbang bagi balitanya.

Dalam memberikan edukasi gizi yang komprehensif, diperlukan kolaborasi lintas sektor dan pelibatan masyarakat sebagai subyek sekaligus obyek yang secara langsung akan melaksanakan program. Pelibatan masyarakat dalam bentuk *community empowerment* menjadi kunci untuk menciptakan perubahan di masyarakat. Dalam memberikan edukasi gizi yang komprehensif, diperlukan kolaborasi lintas sektor dan pelibatan masyarakat sebagai subyek sekaligus obyek yang secara langsung akan melaksanakan program. Pelibatan masyarakat dalam bentuk *community empowerment* menjadi kunci untuk menciptakan perubahan di masyarakat (2,11,12).

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi dan memperkaya pengetahuan yang dimiliki ibu Balita sehingga secara jangka panjang dapat memberikan perubahan terhadap pola konsumsi makan seluruh anggota keluarga. Pengetahuan yang dimiliki meliputi cara memilih makanan secara benar, cara memasak, menyimpan bahan makanan serta menyajikan makanan yang bervariasi dan menarik.

Metode

Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Bajo Indah yang menjadi desa Binaan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Mei-September tahun 2023 dan bertempat di Desa Bajo Indah, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe.

Pelaksanaan pengabmas melalui melalui beberapa tahap.

1. Prates
2. Memberikan edukasi Isi Piringku
3. Pengukuran antropometri Balita
4. Demonstrasi pembuatan menu Isi Piringku
5. Pascates dan evaluasi

Untuk mengevaluasi hasil kegiatan sebagai berikut.

1. Prates untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu balita tentang menu isi piringku
2. Pascates untuk mengetahui berapa persen peningkatan pengetahuan ibu
3. Tersedianya data hasil pengukuran antropometri Balita
4. Tersedia menu demonstrasi Isi Piringku

Peserta kegiatan dengan sasaran utama seluruh ibu Balita di Desa Bajo Indah. Sedangkan sasaran anak yaitu anak dengan rentan usia 1-5 tahun dengan kondisi tidak sedang sakit dan dalam masa pengobatan medis.

Hasil dan Pembahasan



Figure 1. *Pemeriksaan Status Gizi Anak Balita*

Optimalisasi pemantauan status gizi Balita sangat penting dalam masa-masa awal setelah lahir. Pengasuhan ibu yang memiliki pengetahuan pentingnya gizi anak berhubungan dengan status gizi anak. Hal ini disampaikan dalam hasil penelitian Yustiyani (13), bahwa pengetahuan dan perilaku ibu yang baik terhadap pemantauan pertumbuhan anak berhubungan secara signifikan dengan status gizi Balita.

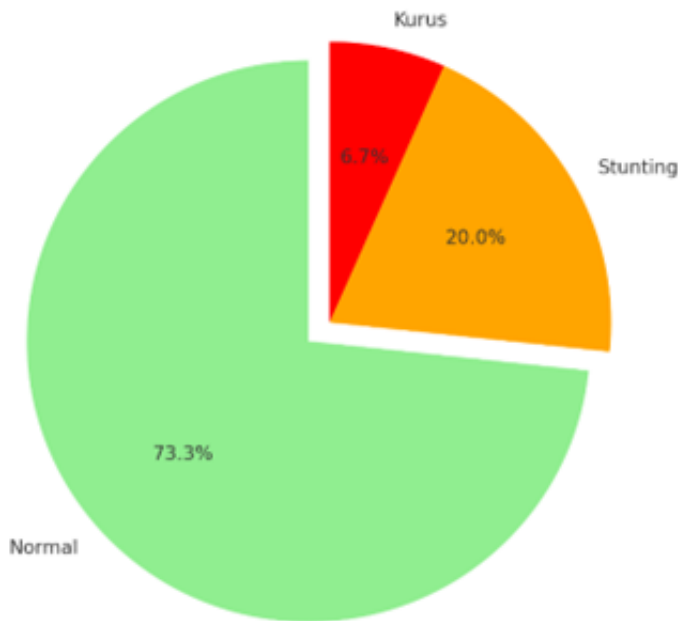


Figure 2. Distribusi Status Gizi pada Anak Balita

Status gizi Balita di Desa Bajo Indah, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe dengan rata-rata memiliki status gizi normal (73,3%). Namun, masih terdapat Balita yang memerlukan perhatian khusus terkait status gizi kurus, dan stunting.

Status gizi Balita di Desa Bajo Indah, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe secara umum menunjukkan status gizi yang normal. Namun, masih terdapat beberapa Balita yang memerlukan perhatian khusus terkait status gizi kurus, dan stunting. Hal ini mengindikasikan perlunya upaya lebih lanjut untuk memantau dan meningkatkan status gizi pada anak Balita di daerah tersebut.

Pemantauan status gizi anak dilakukan secara rutin dan sistematis. Berdasarkan Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu tahun 2011 (14), kegiatan berkala di Posyandu adalah penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan. Bahkan dalam kondisi terjadinya kegawatdaruratan kesehatan sebagaimana adanya pandemi COVID-19 silam, peran Posyandu dilakukan secara *door-to-door* (15).

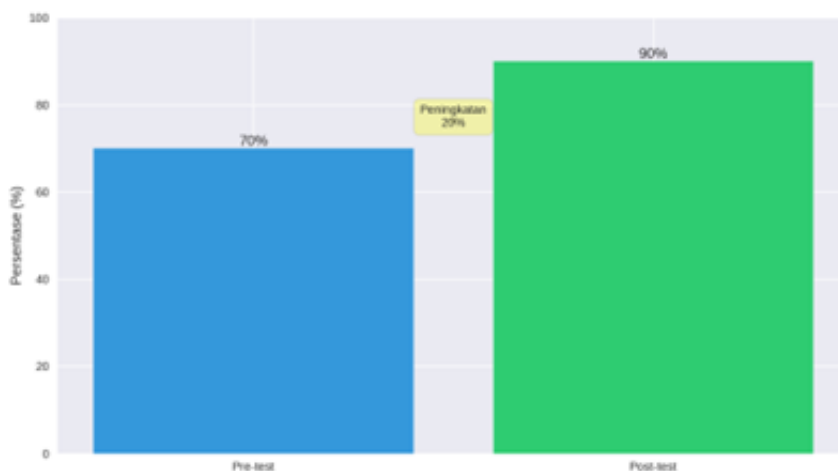


Figure 3. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang Isi Piringku

Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan ibu balita setelah intervensi atau pelatihan. Hal ini mengindikasikan bahwa metode atau materi yang digunakan dalam pelatihan cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang Isi Piringku.

Hasil evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita terkait isi piringku yang cukup signifikan. Pengetahuan ibu balita yang membaik diharapkan dapat berdampak pada perubahan pola konsumsi dan perilaku gizi keluarga sehingga status gizi anak dapat terus dipantau dan ditingkatkan (16). Faktor keluarga, utamanya ibu yang berhubungan secara langsung dengan status tumbuh kembang anak, dan mencegah gangguan pemenuhan nutrisi seperti stunting (17). Dimensi yang diperlukan dalam mengikutsertakan ibu secara aktif dari aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku.



Figure 4. Dokumentasi Pengabdian Masyarakat

Edukasi dan pelatihan kepada ibu Balita yang dapat dilakukan secara terstruktur. Selain melalui pemberdayaan secara langsung kepada ibu Balita, pemberdayaan kepada kader kesehatan juga dapat dilakukan Khoirunnisa et al. menyatakan bahwa edukasi dan pelatihan untuk kader kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilannya (18). Peningkatan pengetahuan dan keterampilan para kader kesehatan ini dapat mendukung ketepatan pemberian edukasi yang dilakukan oleh kader di lingkungan masing-masing.

Implikasi Praktis

Implikasi praktis dari hasil pengabdian masyarakat ini adalah pentingnya kegiatan edukasi dan pembuatan menu isi piringku. Diharapkan ibu balita dapat menyiapkan makanan sehari-hari sesuai isi piringku, sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak balita menjadi lebih optimal dan mencapai status gizi yang baik.

Sumber Pustaka

1. Umanailo MCB. Ketahanan Pangan Lokal Dan Diversifikasi Konsumsi Masyarakat (Studi pada Masyarakat Desa Waimangit Kabupaten Buru). SOCA J Sos Ekon Pertan. 2018 Dec 31;63.
2. Purbadiri AM, Hayati N. Intervention of Multi-Stakeholder Forum for *Puskesmas* Service Improvement in Lumajang District: In: Proceedings of the International Conference on Community Development (ICCD 2020) [Internet]. Malang, Indonesia: Atlantis Press; 2020 [cited 2024 Oct 28]. Available from: <https://www.atlantis-press.com/article/125945236>
3. Bappenas. Goal 2 Tanpa Kelaparan [Internet]. SDGs Indonesia. 2024 [cited 2024 Oct 28].



Available from: <https://sdgs.bappenas.go.id/17-goals/goal-2/>

4. Bappenas. Goal 3 Kehidupan Sehat dan Sejahtera [Internet]. SDGs Indonesia. 2024 [cited 2024 Oct 28]. Available from: <https://sdgs.bappenas.go.id/17-goals/goal-3/>

5. Kementerian PPN/Bappenas. Peta Jalan SDGs Indonesia [Internet]. Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional; 2021. Available from: https://sdgs.bappenas.go.id/website/wp-content/uploads/2021/02/Roadmap_Bahasa-Indonesia_File-Upload.pdf

6. Yarmaliza Y, Farisni TN, Fitriani F, Zakiyuddin Z, Reynaldi F, Syahputri VN. Prilaku Kemandirian Pangan Keluarga sebagai Preventif Stunting di Desa Purwodadi Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya: Prilaku Kemandirian Pangan Keluarga sebagai Preventif Stunting di Desa Purwodadi Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. *Window Health J Kesehat*. 2021 Oct 25;314-25.

7. Octaviana MN, Purwitaningtyas RY. Pelatihan dan Pemberdayaan Wali Siswa dalam Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Status Gizi Pada Anak. *War Pengabdi*. 2019 Mar 30;13(1):36.

8. Rafi'i R. Komunikasi Antar Personal Dalam Membangun Keluarga Harmoni. *J Pendidik Indones Teori Penelit Dan Inov* [Internet]. 2023 Jan 11 [cited 2024 Oct 28];3(1). Available from: <https://jurnal.penerbitwidina.com/index.php/JPI/article/view/420>

9. Firmansyah F. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI. 2018. Isi Piringku. Available from: <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/062511-isi-piringku>

10. Kementerian Kesehatan. Buletin Ayo Sehat. 2024. Isi Piringku, Panduan Kebutuhan Gizi Harian Seimbang. Available from: <https://ayosehat.kemkes.go.id/isi-piringku-kebutuhan-gizi-harian-seimbang>

11. Hayati N. The Role of Community Library Rumah Asa in Empowerment of Communities in Karangkajen Yogyakarta. *Kolok J Pendidik Luar Sekol*. 2020 Apr 30;8(1):54-61.

12. Participative Evaluation and the Quality of Community Empowerment Training of Program Keluarga Harapan (PKH) Companions. *Int J Educ Lit Stud* [Internet]. 2016 May 30 [cited 2024 Oct 28];4(2). Available from: <https://journals.aiac.org.au/index.php/IJELS/article/view/2373/2072>

13. Yustiyani Y. Hubungan antara Karakteristik, Pengetahuan, dan Perilaku Ibu dengan Status Gizi Balita Usia 24-59 Bulan. *J Gizi Kerja Dan Produkt*. 2023 Nov 1;4(2):127-34.

14. Kementerian Kesehatan. Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu. Kementerian Kesehatan; 2011.

15. Widyaningrum R, Parisudha A, Setiawan YW, Jawardi N, Faras NHN. Pemantauan status gizi balita di Kota Yogyakarta: metode pelaksanaan, tantangan, dan persepsi ibu balita tentang posyandu selama pandemi COVID-19. *J Gizi Klin Indones*. 2022 Jul 30;19(1):39-48.

16. Yusniarita Y, Sari WIPE. Pemberdayaan Ibu Balita Dalam Kelas Ibu Balita Untuk Meningkatkan Kemampuan Pemantauan Pertumbuhan Dan Perkembangan Balita. *GEMASSIKA J Pengabdi Kpd Masy*. 2022 Mar 29;6(1):35.

17. Maywita E. Faktor Risiko Penyebab Terjadinya Stunting Pada Balita Umur 12-59 Bulan Di Kelurahan Kampung Baru Kec. Lubuk Begalung Tahun 2015. *J Ris Hesti Medan Akper Kesdam IBB Medan*. 2018 Jun 1;3(1):56.



18. Khoirunnisa K, Kurniawan K, Fitri SUR, Nugraha P, Nur'aeni Y. Optimalisasi Stimulasi Tumbuh Kembang Anak Daerah Pesisir Melalui Pelatihan Kader Kesehatan. JMM J Masy Mandiri. 2023 Jun 3;7(3):2771.

Catatan

Catatan Penerbit

Penerbit PT Karya Inovasi Berkelanjutan menyatakan tetap netral sehubungan dengan buah pikiran yang diterbitkan dan dari afiliasi institusional manapun.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dengan pihak manapun.

Editor

Ainul Rafiq, S.Kep (Ikatan Ilmuwan Indonesia Internasional).

Artikel yang diterbitkan mendapatkan lisensi [Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\)](#), sehingga siapapun dan di manapun memiliki kesempatan yang sama untuk menggali khazanah ilmu pengetahuan dan meningkatkan kesempatan terhadap diskusi ilmiah.