

SOSIALISASI “AKU SUKA PIRINGKU” SDIT AN NAJAH JATINOM KLATEN**Suyami, Puput Risti Kusumaningrum**

Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kesehatan dan Teknologi,
Universitas Muhammadiyah Klaten
E-mail: puputristi89@gmail.com

Abstrak

Data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 didapatkan data bahwa tiga propinsi yang memiliki penurunan prevalensi stunting terbesar antara lain Kalimantan Selatan, Kalimantan Utara dan Sumatera Selatan. Prevalensi stunting di Jawa Tengah masih di angka 20,8% menjadi salah satu propinsi yang penurunannya kecil yaitu diangka 0,1% dari 20,9% di tahun 2021. Prevalensi tertinggi pada balita usia 24-35 bulan dengan angka 25,59%. Tujuan dilakukan pengabdian masyarakat ini adalah agar peserta mampu mengenali tanda gejala, dampak, dan pencegahan stunting serta mampu menyusun, menyiapkan makanan dengan menu gizi seimbang dengan setiap piringnya. Metodologi yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu sosialisasi dan mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan sosialisasi dengan kuesioner tingkat pengetahuan. Hasil yang didapat dari kegiatan ini yaitu pengetahuan peserta meningkat setelah mengikuti sosialisasi.

Abstract

Data from the 2022 Indonesian Nutritional Status Study (SSGI) showed that the three provinces that had the largest reduction in stunting prevalence included South Kalimantan, North Kalimantan and South Sumatra. The prevalence of stunting in Central Java is still at 20.8%, being one of the provinces with a small decline, namely 0.1% from 20.9% in 2021. The highest prevalence is in toddlers aged 24-35 months with a figure of 25.59%. The aim of this community service is so that participants are able to recognize the signs, symptoms and prevention of stunting and are able to organize and prepare food with a balanced nutritional menu on each plate. The methodology used in this activity is socialization and measuring the level of knowledge before and after being given the socialization using a knowledge level questionnaire. The results obtained from this activity were that participants' knowledge increased after participating in the socialization.

Keyword : children, nutrition, stunting

1. PENDAHULUAN

Penerapan pedoman gizi seimbang dalam Isi Piringku sekali makan sangat dianjurkan karena belakangan issue stunting pada balita cukup menyita perhatian masyarakat. *Stunting* bukan hanya akan mengganggu tumbuh kembang secara fisik tetapi juga berpengaruh terhadap kecerdasan anak (Miranti, 2020). Pedoman gizi seimbang diharapkan dapat menjadi pedoman bagi keluarga Indonesia untuk memenuhi kebutuhan gizi dan nutrisi. Dengan adanya pedoman gizi seimbang, diharapkan anak Indonesia tidak mengalami kegemukan, tidak kerempeng dan tidak kekurangan gizi (Ayukarningsih, 2021).

Stunting didefinisikan sebagai indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari minus dua standar deviasi (-2 SD) dari kurva pertumbuhan WHO. *Stunting* (tinggi badan rendah menurut umur) diakui sebagai indikator terbaik untuk pertumbuhan anak yang menunjukkan gangguan gizi kronis (Anwar A, 2014). Saat ini angka stunting di Indonesia turun menjadi 21,6% berdasarkan data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022. Selain

stunting, *trend* status gizi balita di Indonesia yang mengalami penurunan adalah *overweight* yaitu di angka 3,5%. Sedangkan *trend* status gizi balita yang mengalami kenaikan adalah *wasting* 7,7% dan *underweight* sebesar 17,2%. Diantara 3 kabupaten/ kota, Kota Surakarta menjadi salah satu dari 5 kabupaten/ kota yang angka prevalensinya rendah di Jawa Tengah dengan angka 16,2% di tahun 2022. Sedangkan Kabupaten Wonosobo dan Kabupaten Klaten masih berada di angka 22,7% dan 18,2%. Berdasarkan SSIG 2022, pencegahan stunting lebih efektif dibandingkan pengobatan stunting (SSGI, 2022).

Stunting yang tinggi merupakan salah satunya dipengaruhi oleh pola asuh terhadap asupan gizi yang kurang dari makanan yang dikonsumsi selama ibu mengandung dan balita. Kejadian *stunting* pada saat balita dapat memberikan dampak pada kejadian *stunting* usia sekolah dasar antara 6-12 tahun. Anak pada usia sekolah dasar yang mengalami stunting tentu mengalami status nutrisi yang buruk. Pertumbuhan dan perkembangan anak yang mengalami kekurangan asupan gizi dapat membatasi perkembangan penuh potensi fisik dan kognitif mengakibatkan penurunan berat badan pendaftaran sekolah rendah penyakit berulang absensi tinggi putus sekolah dini dan prestasi akademik yang tidak memuaskan.

Kondisi ini kemudian akan berdampak pada kualitas generasi yang rendah sehingga akan berpengaruh pada produktifitas dan daya saing bangsa. Sehingga diperlukan langkah-langkah strategis untuk memenuhi defisit asupan gizi pada usia anak sekolah. Selain upaya meningkatkan kemampuan ekonomi dan kesejahteraan masyarakat diperlukan juga edukasi pemahaman mengenai gizi memperbaiki pola asuh pada pemberian makanan.

Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktek tentang gizi seimbang khususnya mengenai Isi Piringku adalah melalui sosialisasi yaitu sosialisasi tentang “aku suka piringku”. Sosialisasi adalah proses membantu sekelompok orang dalam membentuk kebiasaan makan yang baik serta bertujuan untuk meningkatkan status gizi pada anak dengan cara mengubah perilaku ke arah yang lebih baik (Supriasa, 2013).

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan beberapa tahap yaitu:

- a. Persiapan
 - 1) Pelaksana mengajukan perijinan kepada mitra
 - 2) Pelaksana melakukan koordinasi dengan mitra terkait pelaksanaan kegiatan.
 - 3) Pelaksana mempersiapkan materi yang akan diberikan.
 - 4) Pelaksana mempersiapkan sarana prasarana yang dibutuhkan.
- b. Pelaksanaan
Pelaksana menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan berbagai media yaitu LCD, alat peraga edukatif berupa miniatur buah, sayur, lauk, susu dan materi yang sudah digandakan.
- c. Evaluasi
Evaluasi dilaksanakan sekali yaitu sesaat setelah selesai pelaksanaan pengabdian. Analisis yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat pengetahuan. Sebanyak 200 peserta yang mengikuti kegiatan tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan tanggal 18 Agustus 2023 kepada orang tua atau wali murid sekolah di SDIT An Najah Jatinom Klaten. Hasil sosialisasi didapatkan data sebelum dilakukan sosialisasi dengan pengetahuan kurang. Setelah diberikan sosialisasi kesehatan tingkat pengetahuan responden menjadi meningkat.

Berdasarkan hasil data diatas menunjukkan bahwa pemberian sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan mengenai gizi tentang “Aku Suka Piringku”. Hal ini sesuai dengan teori bahwa pemberian edukasi atau sosialisasi yang dilakukan seorang perawat mengenai pengobatan, gaya hidup yang benar setelah adanya keluhan penyakit yang dideritanya, akan meningkatkan kualitas hidup pasien. Pemberian edukasi atau sosialisasi dapat memperbaiki aktivitas fisik, program pengobatan yang sehat bahkan mengurangi gejala penyakit yang dideritanya baik gejala penyakit yang ringan maupun penyakit berat (Setya, 2015).

Hal- hal yang disosialisasikan dalam proses sosialisasi adalah pengetahuan nilai dan norma serta keterampilan hidup. Dimana pengetahuan nilai dan norma itu di internalisasikan oleh orang yang terlibat dalam proses sosialisasi. Proses internalisasi adalah proses mempelajari atau menerima nilai dan norma sosial sepenuhnya sehingga menjadi bagian dari sistem nilai dan norma yang ada pada dirinya (Depkes, 2012). Notoatmodjo, 2016 mengatakan bahwa pengetahuan adalah hasil dari melihat, mendengar, merasa dan berfikir yang menjadi dasar untuk bersikap dan bertindak. Pengetahuan merupakan landasan utama dan penting bagi tenaga kesehatan dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan (Notoatmodjo, 2016). Perawat sebagai salah satu tenaga medis yang berperan penting dalam pemberian pelayanan keperawatan serta pelayanan asuhan keperawatan yang holistik dan komprehensif dituntut untuk memiliki pengetahuan yang tinggi dalam profesi keperawatan (Amin Yanuar, 2017). Menurut Kozier dan Erbs (2010), penyuluhan kesehatan merupakan aspek besar dalam praktik keperawatan dan bagian penting dari peran dan fungsi perawat sebagai *nursing educator*. Penyuluhan tidak terlepas dari media karena dengan melalui media, pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan tersebut, sehingga dapat memutuskan untuk mengambil kesimpulan dan keputusan ke dalam perilaku yang positif.

Tujuan sosialisasi kesehatan diatas pada dasarnya dapat disimpulkan untuk mengubah pemahaman individu, kelompok, dan masyarakat dibidang kesehatan agar menjadikan kesehatan sebagai sesuatu yang bernilai, mandiri, dalam mencapai tujuan hidup sehat, serta dapat menggunakan fasilitas kesehatan yang ada dengan tepat dan sesuai. Dalam keperawatan tujuan penyuluhan adalah untuk meningkatkan status kesehatan, mencegah timbulnya penyakit dan bertambahnya masalah kesehatan, mempertahankan derajat kesehatan yang sudah ada, memaksimalkan fungsi dan peran pasien selama sakit, serta membantu pasien dan keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan (Suliha, 2012).

Kegiatan yang ada didalam pengabdian masyarakat adalah suatu kegiatan yang bertujuan membantu masyarakat tertentu dalam beberapa aktivitas. Kegiatan ini dalam rangka menyebarluaskan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian pada masyarakat dimaksudkan untuk memberikan solusi terhadap permasalahan nyata yang terjadi pada masyarakat baik dalam kegiatan ekonomi, kebijakan, dan perubahan perilaku (sosial) dan mampu memberi perubahan bagi individu/masyarakat maupun institusi baik jangka pendek maupun jangka panjang. Hal- hal yang disosialisasikan dalam proses sosialisasi adalah pengetahuan nilai dan norma serta keterampilan hidup. Dimana pengetahuan nilai dan norma itu di internalisasikan oleh orang yang terlibat dalam proses sosialisasi. Proses internalisasi adalah proses mempelajari atau menerima nilai dan norma sosial sepenuhnya sehingga menjadi bagian dari sistem nilai dan norma yang ada pada dirinya (Depkes, 2012). Notoatmodjo, 2012 mengatakan bahwa pengetahuan adalah hasil dari melihat, mendengar, merasa dan berfikir yang menjadi dasar untuk bersikap dan bertindak. Pengetahuan merupakan landasan utama dan penting bagi tenaga kesehatan dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

Sosialisasi ini dilakukan kepada orang tua atau wali murid tentang gizi seimbang yang harus disajikan untuk anaknya. Pola makan anak usia sekolah cenderung tinggi makanan jajanan dan rendah buah dan sayuran (L Endro, 2012). Masalah konsumsi pangan yang belum sesuai dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan praktik gizi yang rendah. Sosialisasi untuk anak sekolah diperlukan untuk mengatasi permasalahan tersebut (Hayda, 2017). Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktek tentang gizi seimbang khususnya mengenai Isi Piringku adalah melalui pendidikan kesehatan yaitu penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi adalah proses membantu sekelompok orang dalam membentuk kebiasaan makan yang baik serta bertujuan untuk meningkatkan status gizi masyarakat dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang lebih baik (Supariasa, 2013).

Kegiatan pengabdian ini dimulai pada pukul 13.30 – 16.00 WIB. Kegiatan ini diawali dengan sambutan Kepala Sekolah SDIT An Najah Jatinom Klaten kemudian dilanjutkan dengan sosialisasi oleh tim pengabdian masyarakat. Kegiatan pengabdian ini dihadiri oleh 200 peserta sosialisasi yang terdiri dari orang tua wali murid SDIT An Najah Jatinom Klaten.

Berikut terdapat beberapa foto yang berhasil didokumentasikan pada saat kegiatan berlangsung :



Gambar 1. Pemaparan Materi

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pemberian informasi melalui sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan orang tua atau wali murid tentang “Aku Suka Piringku”. Sehingga dapat dikatakan bahwa sosialisasi berhasil dan bermanfaat karena lebih dari 75% peserta yang mengikuti sosialisasi tersebut dapat menerima materi yang telah diberikan dengan baik.

Kami berharap dengan terlaksananya kegiatan ini kita dapat menerapkan pedoman gizi seimbang dan juga mensukseskan program pemerintah untuk mencegah stunting. Menurut SSGI (2022) Jawa Tengah merupakan salah satu provinsi yang memerlukan perhatian akan

permasalahan stunting dengan angka 20,8% menurut SSGI 2022, yang turun sebanyak 0,1% dari 20,9% di 2021. Oleh karena itu perlu upaya dari semua unsur untuk memberikan edukasi tentang nutrisi gizi seimbang sehingga angka stunting dapat terus ditekan dan bahkan ditiadakan. Karena stunting merupakan masalah serius dalam kesehatan masyarakat karena dapat menyebabkan dampak jangka panjang pada perkembangan fisik dan mental anak, serta berdampak negatif pada produktivitas dan kemampuan anak di masa depan.

Menurut Healthy People 2010, Pendidikan gizi akan meningkatkan pengetahuan gizi anak dan akan membantu sikap anak yang dapat mempengaruhi kebiasaan anak dalam memilih makanan dan snack yang menyehatkan. Orang tua yang menyediakan makan anak perlu pengetahuan dalam pemilihan menu gizi seimbang, sehingga perlu adanya sosialisasi atau penyuluhan kesehatan yang ditujukan kepada orang tua atau wali murid(Nuryanto, 2014).

4. KESIMPULAN

Pedoman gizi seimbang diharapkan dapat menjadi pedoman bagi keluarga Indonesia untuk memenuhi kebutuhan gizi dan nutrisi. Dengan adanya pedoman gizi seimbang, diharapkan anak Indonesia tidak mengalami kegemukan, tidak kerempeng dan tidak kekurangan gizi . Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pemberian informasi melalui sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan orang tua atau wali murid tentang “Aku Suka Piringku”. Sehingga dapat dikatakan bahwa sosialisasi berhasil dan bermanfaat karena lebih dari 75% peserta yang mengikuti sosialisasi tersebut dapat menerima materi yang telah diberikan dengan baik. Kami berharap dengan terlaksananya kegiatan ini kita dapat menerapkan pedoman gizi seimbang dan juga mensukseskan program pemerintah untuk mencegah *stunting*. Rencana pengembangan untuk program sosialisasi “Aku Suka Piringku” adalah melatih kader-kader untuk menjadi salah satu unsur yang dapat menurunkan angka *stunting* terutama di Wilayah Kabupaten Klaten.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar A, D. (2014). Stunting pada Anak Balita di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*.
- Ayukarningsih, Y. A. (2021). Stunting Berhubungan Dengan Perkembangan Anak Balita Di Puskesmas Cibeber Kota Cimahi Indonesia. *Medika Kartika Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*.
- Azmy U, Mundiastuti L. Konsumsi Zat Gizi pada Balita Stunting dan NonStunting di Kabupaten Bangkalan Nutrients Consumption of Stunted and NonStunted Children in Bangkalan. *Amerta Nutr*. 2018;292–8.
- Boundless. (2016, May 26). “*Politics*.”. Retrieved Juny 2016, 01, from Boundless Sociology: <https://www.boundless.com/sociology/textbooks/boundless-sociology-textbook/stratification-inequality-and-social-class-in-the-u-s-9/the-impacts-of-social-class-77/politics-460-4972/>
- Hardiansyah, & Supariasah, I. D. (2017). Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Gizi Bayi dan Balita

- Iseu S, Aisyah AEY. Hubungan Asupan Energi Dan Asupan Protein Dengan Kejadian Stunting Pada Balita (24-59 Bulan) Di Kelurahan Karanganyar Kecamatan Kawalu Kota Tasikmalaya. *J Kesehat komunitas Indones*. 2021;17(1):240–6.
- Miles, M. B., & Huberman, A. Michael. (1992). *Qualitative Data Analysis, ter: Tjetjep Rohendi Rohendi dengan Judul: Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: UI Press.
- Miranti, M. D. (2020). Determinants of the incidence of stunting in the working area of Kinovaro Sigi Health Center. *Enfermeria Clinica*, 30, 246–252.
- Samovar, L., Porter, R., R.Mc Daniel, E., & Roy, C. (2013). *Communication Between Cultures.Eighth Edition*. Wadsworth: Cengage Learning.
- SSGI. (2022). Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2022. *Jakarta: Balitbangkes Kemenkes RI*.
- Suliha. (2012). *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Supariasa i dewa nyoman, Bakri B, Fajar I. Penilaian Status Gizi. edisi revi. Ester M, editor. jakarta: penerbit buku kedokteran; 2016. 333 p
- Würtz, E. (2005). Intercultural Communication on Web sites: A Cross-Cultural Analysis of Web sites from High-Context Cultures and Low-Context Cultures. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 11: 274–299.
- Zahara AP. Faktor resiko kejadian stunting pada balita usia 0-59 bulan di wilayah kerja puskesmas kumanis kabupaten sijunjung. *Ayan*. 2019;8(5):55.