



## EDUKASI DAN SOSIALISASI TENTANG ISI PIRING KU PADA IBU-IBU BALITA POSYANDU

<sup>1\*)</sup> Chyka Febria, <sup>2)</sup> Liza Andriani

<sup>(1)(2)</sup>Program Studi D-III Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

\*Email: chykafebria91@gmail.com

### ABSTRAK

Nagari Tanjung Bungo merupakan nagari lokus stunting dikabupaten lima puluh kota, nagari yang membutuhkan perhatian khusus dan serius dalam hal ini. Berdasarkan survey yang dilakukan, data bayi balita berjumlah 170 orang pada tahun 2020, bayi yang memiliki berat dan tinggi badannya tidak normal (Stunting) berjumlah 15 orang, bayi yang tinggi badannya tidak sesuai umur berjumlah 34 orang, balita yang berat badannya tidak sesuai umur berjumlah 16 orang, balita yang berat badan normal tetapi tinggi badannya tidak sesuai umur berjumlah 28 orang, dan balita yang berat badan dan tinggi badannya sesuai umur berjumlah 77 orang ( Puskesmas, Suliki 2021)., Untuk membantu mengatasi masalah ini bersama gerakan masyarakat mengencangkan edukasi dan sosialisasi tentang isi piringku pada ibu balita, ibu hamil, ibu menyusui. Metode pengabdian yaitu penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan anak, serta memperlihatkan poster isi piring ku pada ibu dan mewawancarai ibu dengan angket. Dari hasil pemerriksaan ada 21 anak yang mengalami stuning, ditemukan permasalahan tertinggi yaitu ibu tidak paham apa itu isi piringku (80%). Pada kegiatan penyuluhan, semua ibu dan anak terlihat antusias dan ikut serta.

**Kata Kunci:** Edukasi dan sosialisasi IPK, Ibu-Ibu Balita

### ABSTRACT

*Nagari Tanjung Bungo is a stunting locus in the district of fifty cities, a nagari that requires special and serious attention in this regard. Based on the survey conducted, the data for infants under five were 170 people in 2020, babies who had an abnormal weight and height (stunting) were 15 people, babies whose height was not according to age were 34 people, toddlers whose weight was not according to age amounted to 16 people, toddlers whose weight is normal but their height doesn't match their age are 28 people, and toddlers whose weight and height are according to age are 77 people (Puskesmas, Suliki 2021)., To help overcome this problem together with the community movement to strengthen education and socialization about the contents of my plate to mothers of toddlers, pregnant women, breastfeeding mothers. The service method is weighing the child's weight and height measurement, and showing the poster of the contents of my plate to the mother and interviewing the mother with a questionnaire. From the results of the examination, there were 21 children who were stunted, the highest problem was found did not understand what was on my plate (80%). In the counseling activities, all mothers and children seemed enthusiastic and participated.*

**Key Word :** education and socialization of the contents of my plate, toddler mothers

### PENDAHULUAN

Status gizi merupakan ukuran keberhasilan untuk memenuhi nutrisi kebutuhan pada anak yang ditunjukkan melalui capaian berat badan terhadap umur.

Status gizi pada balita sangat signifikan sebagai titik tolak kapasitas fisik saat usia dewasa. Faktor-faktor yang paling berpengaruh terhadap status gizi balita bisa dikaji untuk kemudian dirumuskan menjadi rekomendasi yang dapat dijadikan sebagai

*the best guidelines* (Pedoman Terbaik) untuk masyarakat (Sulistyawati, 2019).

*World Health Organization (WHO)* pada tahun 2017 lebih dari setengah kematian balita disebabkan oleh penyakit yang dapat dicegah dan diobati melalui intervensi sederhana dan terjangkau. Anak-anak yang kekurangan gizi, terutama mereka yang kekurangan gizi akut, memiliki risiko kematian yang lebih tinggi. Faktor-faktor yang berhubungan dengan gizi berkontribusi pada sekitar 45% kematian pada anak di bawah usia 5 tahun (WHO, 2017).

Perkembangan masalah gizi di Indonesia menjadi persoalan yang harus di tangani dengan serius. Berdasarkan data di Indonesia belum terjadi penurunan masalah status gizi pada bayi, menurut data Profil Kesehatan Indonesia (2018) persentase bayi usia 0-59 bulan berdasarkan status gizi dengan indeks BB/U di Indonesia gizi buruk 3,90%, gizi kurang 13,80%, gizi baik 79,20%, gizi lebih 3,10% ( Profil Kesehatan Indonesia, 2018).

Berdasarkan Riskesdas 2018 di Sumatera Barat di dapatkan data balita yang mengalami gizi buruk menurut (BB/U) gizi buruk 3,51%, gizi kurang 15,42%, gizi baik 79,46%, gizi lebih 1,61%, berdasarkan prevelensi status gizi menurut (TB/U) sangat pendek 9,66%, pendek 10,48%, dan normal 79,86% (Riskesdas, 2018). Status gizi berdasarkan (BB/U) pada balita yang di dapatkan di Kabupaten Lima Puluh Kota, gizi buruk 2,12%, gizi kurang 16,22%, dan gizi baik 81,67%. Menurut prevelensi status gizi (TB/U) sangat pendek 10,78%, pendek 29,35%, dan normal 59,87% ( Riskesdas, 2018).

Setelah di lakukan survey awal di Nagari Tanjung Bungo tanggal 02 juli 2021 di dapatkan data bayi balita berjumlah 170 orang pada tahun 2020, bayi yang memiliki berat dan tinggi badannya tidak normal (Stunting) berjumlah 15 orang, bayi yang tinggi badannya tidak sesuai umur berjumlah 34 orang, balita yang berat badannya tidak sesuai umur berjumlah 16 orang, balita yang berat badan normal tetapi tinggi badannya tidak sesuai umur

berjumlah 28 orang, dan balita yang berat badan dan tinggi badannya sesuai umur berjumlah 77 orang ( Puskesmas, Suliki 2021).

## METODE

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 02 juli 2021, terhadap 63 Anak balita di nagari tanjung bungo . Metode pengabdian yaitu penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan dan edukasi dan sosialisasi isi piringku pada ibu balita di posyandu nagari tanjung bungo kecamatan suliki kabupaten lima puluh kota.

## HASIL

**Tabel 1 hasil edukasi dan sosialisasi IPK**

No	Edukasi dan sosialisasi IPK	Ya	Tidak
1.	Apa itu isi piringku	20%	80%

Sumber : data primer



**Gambar 1 Pelaksanaan sosialisasi**



**Gambar 2. Proses wawancara**



**Gambar 3. Edukasi tentang porsi isi piringku**

Pada penyuluhan ini dilakukan demonstrasi porsi isi piringku untuk balita dan apa-apa saja isinya untuk sekali makan), yang dipadu dengan gambar yang diperlihatkan ke ibu-ibu. Penyuluhan ini dibantu oleh 3 mahasiswa dari Program Studi Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat. Demonstrasi dilakukan berkali-kali agar ibu paham dan mengerti dan ada juga diminta ibu-ibu balita untuk memperagakan penyuluhan di depan ibu-ibu lainnya.

Materi yang disampaikan dalam penyuluhan ini adalah pentingnya isipiringku dan apa-apa saja isi piringku sesuai usia serta berapa kali diberikan dalam sehari, apa-apa saja variasi makanan yang harus diberikan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak balita.

#### PEMBAHASAN

Dari hasil edukasi dan sosialisasi isi piringku terdapat 80% ibu balita tidak paham apa itu isi piringku, karena banyak hal yang mempengaruhi, mulai dari letak nagari yang jauh dari pusat kota, jaringan seluler yang tidak memadai, pendidikan ibu, pengetahuan, serta gaya hidup dan lingkungan pun juga mempengaruhinya.

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi ini menjadi penting karena merupakan salah satu faktor resiko terjadinya kesakitan dan kematian. Status gizi yang baik bagi seseorang akan berkontribusi terhadap kesehatannya dan juga terhadap kemampuan dalam proses pemulihan (Dinkes Provinsi Jabar 2018).

Apabila balita mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan baik fisik ataupun mental akan menyebabkan rendahnya kualitas sumber daya manusia usia produktif. Masalah ini selanjutnya juga dapat berdampak pada peningkatan resiko penyakit kronis degenerative saat dewasa. Yang tentu saja akan menimbulkan peningkatan pengeluaran negara dalam bidang kesehatan. (Dasman, 2019).

Persamalahan gizi sangat identik dengan pengetahuan dan sikap ibu tentang pola asuh. Beberapa penelitian menemukan bahwa pengetahuan ibu sangat signifikan berdampak terhadap status gizi balita menurut indeks BB/U. Ibu dengan pengetahuan baik cenderung lebih mempunyai anak sehat begitu juga dengan ibu yang bersikap positif. Pengetahuan bertujuan untuk mendapatkan kepastian serta menghilangkan prasangka akibat ketidakpastian dan juga untuk mengetahui dan memahami suatu hal lebih dalam. Kurangnya pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya pemantauan pertumbuhan balita berdampak terhadap berat badan anak saat dilakukan pemantauan atau penimbangan di Posyandu (Maharani, 2019).

Kegiatan penyuluhan berlangsung dengan antusias dari semua anak asuh di Panti Asuhan Waraqil Jannah Panyalaian Kabupaten Tanah Datar yang terlihat dari keikutsertaan mereka dalam demonstrasi dan turut menghafal gerak dan tari yang dijarkan. Pengetahuan ini diharapkan menjadi salah satu sikap yang dapat merubah perilaku sehingga terwujud pola hidup yang lebih bersih dan sehat.

#### SIMPULAN

Dari Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini disimpulkan bahwa pelaksanaan edukasi dan sosialisasi isi piringku pada ibu balita posyandu nagari tanjung bungo kecamatan suliki kabupaten lima puluh kota terdapat permasalahan tertinggi yaitu ibu tidak paham apa itu isi piringku (80%).

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ardhiyanti, Yulrina, dkk. (2014). Panduan *Adoption, Nasution*. 2017. *Penyebab stunting*. Jawa Barat : jurnal kesehatan
- Adoption, Nasution*. 2019. *Keterlambatan kognitif dan kemampuan belajar Balita*. Jurnal kesehatan anak.
- Ariani, W dkk 2017. *Faktor faktor yang mempengaruhi status gizi balita* : Jurnal Ilmiah Kesehatan.

- 
- Cakrawati, 2018. *Prinsip Dasar ilmu gizi*. Jakarta : PT. Gramadia pustaka utama.
- Chamelia, 2017. *Pengetahuan Dan Praktek Keluarga Sadar Gizi Ibu Balita*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 4(4): hal 23-25
- Fikawati, 2016. *Pengukuran Antropometri Pada Tumbuh Kembang Anak*. Surabaya: FK Unair
- Kemenkes, 2017. *Pengaruh Sanitasi terhadap gizi balita*. Jakarta
- Kemenkes RI, 2015. *Penurunan kekebalan tubuh akibat stunting*. Jakarta
- Kemenkes RI, 2016. *Status gizi balita di indonesia*. Jakarta
- Kemenkes RI, 2018. *Penyebab stunting pada balita*. Jakarta
- Marmi, Putri dkk, 2015. *Hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita umur 1-3 tahun*. Erlangga, Jakarta
- Notoatmodjo, 2016. *Defenisi Pengetahuan Ibu tentang Gizi Balita*. Surabaya :FK Unair
- Puskesmas Suliki, 2021. *Data status gizi di kenagarian Tanjung Bungo*. Bidan Desa : Tanjung Bungo.
- Profil kesehatan indonesia, 2018. *Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak Ditingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta : Bakti Husada
- Profil kesehatan indonesia, 2019. *Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak Ditingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta : Bakti Husada
- Riskesdas, 2018. *Balita yang mengalami gizi buruk*. Sumatera Barat : FK Unand
- Setyawati dkk, 2018. *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta : Trans Info Media.
- Sholikhah dkk, 2017. *Gizi dan kesehatan balita peran mikro zinc pada pertumbuhan balita*. Kencana Prenadamedia Group, Jakarta
- Sulistiyawati, M dkk, 2019. *Penjelasan status gizi balita*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta
- Supariasa, I. dkk, 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- WHO, 2017. *Angka kematian bayi balita*. Jakarta
-