

Edukasi Isi Piringku Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Posyandu RW 11 Kelurahan Gunungsimping Cilacap

Sujianti¹, Lia Febriani², Ahmad Subandi³
¹D3 Kebidanan, ²D3 Fisioterapi, ³D3 Keperawatan,
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Al-Irsyad Cilacap
Email: sujianti03@gmail.com

Abstrak

Program Isi Piringku yaitu adalah porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring yang terdiri dari 50 persen buah dan sayur, dan 50 persen sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein. Pendidikan atau promosi kesehatan adalah pendekatan edukatif untuk menghasilkan perubahan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam meningkatkan perbaikan pangan dan status gizi. Kegiatan pengabdian yang dilakukan di Posyandu RW 11 Kelurahan Gunungsimping bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang isi piringku kepada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita. Metode pengabdian berupa penyuluhan tentang isi piringku. Hasil kegiatan pengabdian diperoleh pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan tentang isi piringku terbanyak pengetahuan cukup 42,1% dan terendah pengetahuan baik 26,3%. Pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan, terbanyak pengetahuan baik 73,7% dan terendah pengetahuan kurang 5,3%. Kesimpulan adanya peningkatan pengetahuan ibu. Saran untuk ibu yang memiliki bayi dan balita dengan pengetahuan yang dimiliki untuk menerapkan dalam pemenuhan gizi pada bayi dan balita agar *stunting* dapat di cegah.

Kata Kunci: edukasi tentang isi piringku, ibu memiliki bayi dan balita, *stunting*

Abstract

Isi Piringku program is a portion of food consumed on one plate consisting of 50 percent fruit and vegetables, and the remaining 50 percent consisting of carbohydrates and protein. Health education or promotion is an educational approach to produce changes in individual or community behavior necessary to improve food and nutritional status. The community service activities carried out at Posyandu RW 11, Gunungsimping Village, aimed to increase knowledge about the contents of my plate for mothers who have babies and toddlers as an effort to prevent stunting in babies and toddlers. The service method is in the form of counseling about the contents of my plate in the form of nutrients needed during infancy and toddlerhood. The results of the community service activities obtained by mothers' knowledge before being given counseling about the contents of my plate, the highest was sufficient knowledge at 42.1% and the lowest was good knowledge at 26.3%. Mothers' knowledge after being given counseling about the contents of my plate, the highest was good knowledge at 73.7% and the lowest was poor knowledge at 5.3%. Conclusion: There has been an increase in mothers' knowledge about what's on my plate. Suggestions for mothers with babies and toddlers with good knowledge to implement in fulfilling nutritional needs for babies and toddlers to prevent stunting.

Keywords: education about the contents of my plate, mothers with babies and toddlers, stunting

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah pertumbuhan yang terhambat atau dengan istilah tumbuh pendek. *Stunting* dapat terjadi akibat kegagalan pada saat proses tumbuh kembang seorang anak karena kondisi kesehatan dan asupan gizi yang tidak optimal. *Stunting* sering berkaitan erat dengan kondisi sosial ekonomi, paparan suatu penyakit, dan asupan gizi yang kurang secara kuantitas dan kualitas (Manary & Solomons, 2009). Data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017, secara global 22% anak balita yaitu sekitar 151 juta anak mengalami *stunting* (WHO, 2017). Indonesia menempati urutan kelima prevalensi *stunting* tertinggi pada tahun 2010 – 2016 di tingkat Asia (WHO, 2018). Prevalensi balita *stunting* di Indonesia sebesar 30,8% Dimana terjadi penurunan sebanyak 6,4% dibandingkan tahun 2016 yang mencapai 37,2% (Kemenkes, 2018). Prevalensi *stunting* mencapai 21,4% (Kemenkes, 2018).

Ada beberapa dampak buruk yang ditimbulkan dari masalah *stunting* pada balita, baik pada masa sekarang maupun masa yang akan datang. Dalam jangka pendek, *stunting* dapat mengakibatkan terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi (Sumardilah & Rahmadi, 2019).

Berdasarkan SK Bupati Cilacap Provinsi Jawa Tengah No.440/290/16/tahun 2024 tentang Penetapan Desa/ Kelurahan Prioritas *Stunting* Kabupaten Cilacap Tahun 2025 salah satunya adalah kelurahan Gunungsimping. Kelurahan Gunungsimping merupakan salah satu kelurahan/ desa binaan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Hasil sensus 2020, penduduk Kelurahan Gunungsimping 14.157 jiwa, 67 RT, 14 RW. Data dari Puskesmas Cilacap Tengah I jumlah balita di Kelurahan Gunungsimping tahun 2023 sebanyak 672 anak dengan kasus bayi dan balita *stunting* sebanyak 50 anak (7,4%). Kelurahan ini terletak di Kecamatan Cilacap Tengah berada di tengah kota Cilacap memudahkan masyarakat untuk mendapatkan hal-hal yang dibutuhkan salah satunya adalah mudahnya untuk membeli bubur khusus bayi dan balita yang dijual bebas di sekitar kota Cilacap.

Hasil wawancara kepada bidan desa Gunungsimping dan petugas gizi Puskesmas Cilacap Tengah I pada tanggal 30 Juli 2024 menyampaikan bahwa ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita lebih memilih praktik dan mudah untuk memenuhi kebutuhan bayi dan balitanya dengan membeli bubur khusus bayi dan balita yang banyak di jual bebas di sekitar kota Cilacap tanpa memperhatikan kebutuhan dan variasi makanannya tetapi lebih mengutamakan bahwa anak sudah diberikan makan dan anak tidak lapar. Bayi dan balita yang diberikan bubur tersebut anak dimakan habis tidak seperti saat ibu menyiapkan makanan sendiri, bayi dan balita makanannya tidak habis. Hal ini dilakukan selain alasan di atas juga karena kebanyakan berada di lingkungan perumahan yang tentunya akan saling mempengaruhi dalam kehidupan. Rendahnya tingkat pendidikan ibu menambah kurangnya kesadaran ibu akan pentingnya gizi pada bayi dan balitanya. Salah satu permasalahan yang terjadi di kelurahan ini adalah kesadaran akan pentingnya gizi masih sangat rendah. Gerakan sadar gizi perlu dikampanyekan baik melalui penyuluhan maupun pelatihan penyajian menu makanan sehat untuk kebutuhan bayi dan balita.

Berbagai upaya untuk mencegah dan mengurangi angka *stunting* di Indonesia terus dilakukan oleh pemerintah. Pemerintah berharap masyarakat memiliki kesadaran untuk memperbaiki pola hidup sehingga dapat mencegah kejadian *stunting*. Salah satu upaya yang saat ini sedang digalakkan adalah edukasi tentang Gerakan “Isi Piringku”. Gerakan “Isi Piringku” merupakan program Kementerian Kesehatan Indonesia untuk menggantikan slogan “4 sehat 5 sempurna” sebagai pedoman makanan sehari-hari untuk mencapai status gizi baik (Wahyuni¹, et al., 2022). Konsep isi piringku memperlihatkan porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring terdiri dari 50 persen buah dan sayur, dan 50 persen sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein. Gizi yang seimbang akan menjadi sarana untuk meningkatkan tumbuh kembang balita (Kusuma, Ambarwati, & Septianawati, 2022).

Edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan sehingga terciptanya status gizi optimal. Edukasi gizi adalah pendekatan edukatif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap. Semakin tinggi pengetahuan gizi akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi makanan. Edukasi bisa dilakukan melalui beberapa media dan metode. Edukasi yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah

dan memperjelas *audiens* dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan. Selain itu, media juga dapat membantu edukator dalam menyampaikan materi (Atasasih & Mulyani, 2022).

Edukasi “Isi Piringku” bertujuan untuk mengatur pola makan sesuai dengan komposisi makanan yang sudah dibagi sesuai dengan takaran yang baik untuk dikonsumsi oleh anak sesuai dengan umur. Kurangnya pengetahuan ibu erat kaitannya dengan masalah kekurangan gizi yang dapat dilihat dari adanya kebiasaan yang salah dalam pemenuhan gizi balita. Kurang gizi pada balita dapat disebabkan oleh perilaku ibu dalam memilih bahan makanan yang tidak benar, tersedianya jumlah makanan yang tidak cukup dan kurangnya keanekaragaman makanan yang dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu (Wahyuni1, et al., 2022). Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan adanya edukasi ”Isi Piringku” kepada para orang tua khususnya ibu agar dapat memberikan makanan yang tepat sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi balita dan mencegah kejadian *stunting*.

2. MASALAH

Berdasarkan SK Bupati Cilacap Provinsi Jawa Tengah No.440/290/16/tahun 2024 tentang Penetapan Desa/ Kelurahan Prioritas *Stunting* Kabupaten Cilacap Tahun 2025 salah satunya adalah kelurahan Gunungsimping. Kelurahan Gunungsimping merupakan salah satu kelurahan/ desa binaan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Hasil sensus 2020, penduduk Kelurahan Gunungsimping 14.157 jiwa, 67 RT, 14 RW. Data dari Puskesmas Cilacap Tengah I jumlah balita di Kelurahan Gunungsimping tahun 2023 sebanyak 672 anak dengan kasus bayi dan balita *stunting* sebanyak 50 anak (7,4%). Kelurahan ini terletak di Kecamatan Cilacap Tengah berada di tengah kota Cilacap memudahkan masyarakat untuk mendapatkan hal-hal yang dibutuhkan salah satunya adalah mudahnya untuk membeli bubur khusus bayi dan balita yang dijual bebas di sekitar kota Cilacap.

Hasil wawancara kepada bidan desa Gunungsimping dan petugas gizi Puskesmas Cilacap Tengah I pada tanggal 30 Juli 2024 menyampaikan bahwa ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita lebih memilih praktik dan mudah untuk memenuhi kebutuhan bayi dan balitanya dengan membeli bubur khusus bayi dan balita yang banyak di jual bebas di sekitar kota Cilacap tanpa memperhatikan kebutuhan dan variasi makanannya tetapi lebih mengutamakan bahwa anak sudah diberikan makan dan anak tidak lapar. Bayi dan balita yang

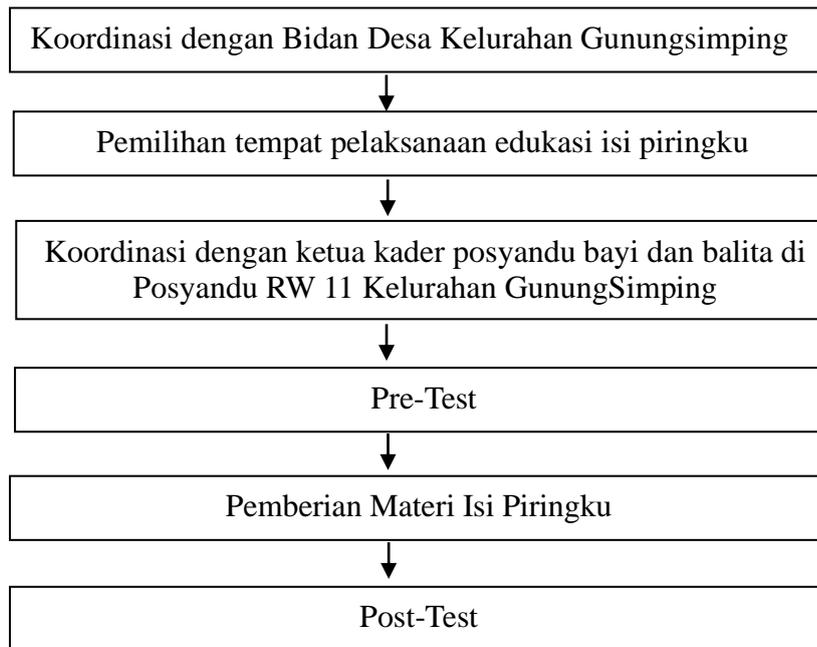
diberikan bubur tersebut anak dimakan habis tidak seperti saat ibu menyiapkan makanan sendiri, bayi dan balita makanannya tidak habis. Hal ini dilakukan selain alasan di atas juga karena kebanyakan berada di lingkungan perumahan yang tentunya akan saling mempengaruhi dalam kehidupan. Rendahnya tingkat pendidikan ibu menambah kurangnya kesadaran ibu akan pentingnya gizi pada bayi dan balitanya. Salah satu permasalahan yang terjadi di kelurahan ini adalah kesadaran akan pentingnya gizi masih sangat rendah.

3. METODE

Pendekatan yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan mitra adalah perlunya dilakukan edukasi pada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita posyandu kelurahan Gunungsimping tentang Isi Piringku untuk meningkatkan pengetahuan ibu sehingga dapat memberikan gizi sesuai kebutuhan bayi dan balita agar tidak terjadi stunting. Adapun kegiatan edukasi sebagai berikut:

- a. Berkoordinasi dengan bidan desa wilayah GunungSimping untuk pemilihan tempat pengabdian masyarakat yaitu Bidan Yuki Amalia, A.Md. Keb dan Selanjutnya berkoordinasi dengan ketua Kader posyandu Kesehatan bayi dan anak RW 11 Kelurahan Gunung Simpang.
- b. Kegiatan:
 1. *Pre test* tentang Isi Piringku pada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita di Posyandu RW 11 Kelurahan Gunungsimping.
 2. Pemberian materi isi Piringku kepada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita.
 3. *Post test* tentang Isi Piringku pada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita di Posyandu RW 11 Kelurahan GunungSimping.

Adapun gambaran umum penerapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:



4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Rangkaian kegiatan pengabdian penyuluhan tentang isi piringku kepada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita di Kelurahan Gunungsimping, Kecamatan Cilacap Tengah, Kabupaten Cilacap dilakukan pada bulan Agustus 2024, bekerja sama dengan Puskesmas Cilacap Tengah I serta Kader Posyandu setempat. Pelaksanaan intervensi ini dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan posyandu Intergrasi Layanan Primer (ILP) yang bertempat di PAUD Surya Amanah Jalam Lombok RW 11 Kelurahan Gunungsimping, Kecamatan Cilacap Tengah, Kabupaten Cilacap.

1) Hasil

- a) Adapun hasil meliputi karakteristik ibu – ibu yang memiliki bayi dan balita di Kelurahan Gunungsimping berdasarkan usia, Tingkat Pendidikan, jenis pekerjaan. Sedangkan karakteristik bayi dan balita meliputi usia, jenis kelamin dan urutan anak dalam keluarga, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5.1. Distribusi Karakteristik Responden

No	Kategori	Jumlah	
		Frekuensi	Prosentase
1	Usia (tahun)		
	<20	0	0
	20-35	13	63,2
	>35	6	36,8
	Jumlah	19	100

2	Pendidikan		
	SD	0	0
	SMP	2	10,5
	SMA	11	57,9
	D3	6	31,6
	Jumlah	19	100
3	Pekerjaan		
	Swasta	3	15,8
	Ibu Rumah Tangga	16	84,2
	jumlah	19	100
4	Usia anak		
	Bayi	6	31,6
	Balita	13	68,4
	Jumlah	19	100
5	Jenis kelamin		
	Laki-laki	9	47,4
	Perempuan	10	52,6
	Jumlah	19	100
6	Anak ke-		
	1	3	15,8
	2,3,4, dst	16	84,2
	Jumlah	19	100

Sumber: data primer tahun 2024

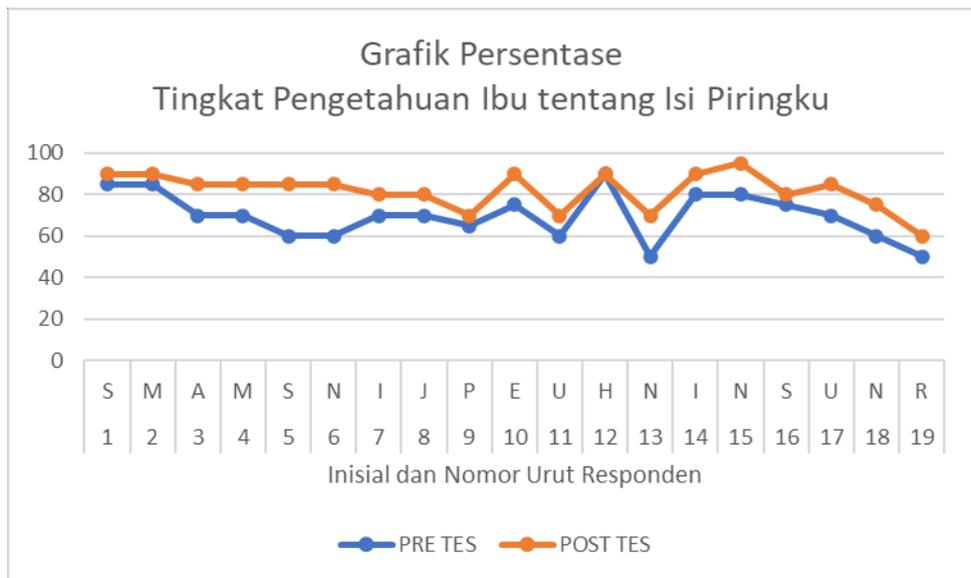
Berdasarkan tabel 5.1. bahwa usia terbanyak usia 20-35 tahun sebesar 16 orang (63,2%), pekerjaan terbanyak adalah ibu rumah tangga sebanyak 16 orang (84,2%), pendidikan terbanyak adalah SMA sebanyak 11 orang (57,9%), Usia anak terbanyak pada usia balita sebanyak 13 anak (68,4%), Jenis kelamin anak terbanyak adalah Perempuan sebanyak 10 anak (52,6%), dan urutan anak dalam keluarga terbanyak adalah anak kedua dan seterusnya sebesar 16 anak (84,2%).

a) Nilai Pengetahuan Ibu tentang Isi Piringku

	Nilai Terendah	Nilai Tertinggi	Rata-Rata
Pre Test	50	90	69,7
Post Test	60	95	81,8

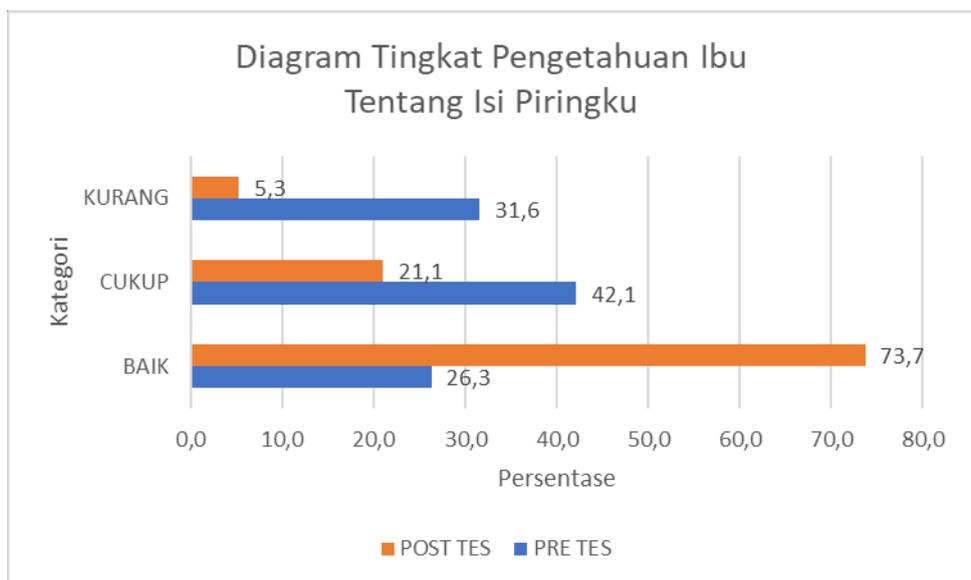
Sumber : data primer tahun 2024

Berdasarkan hasil *pre test* terhadap 19 ibu yang memiliki bayi dan balita didapatkan hasil bahwa nilai terendah adalah 50 dan nilai tertinggi 90 dengan nilai rata-rata 69,7. Hasil *post test* yang dilakukan adalah nilai terendah 60 dan nilai tertinggi adalah 95 dengan nilai rata-rata 81,8.



Sumber: data primer tahun 2024

Tabel 5.2 Tingkat pengetahuan ibu yang memiliki bayi dan balita pre dan post penyuluhan di Posyandu RW 11 Kelurahan Sidanegara Tahun 2024



Sumber: data primer tahun 2024

Berdasarkan hasil *pre test* terhadap 19 ibu yang memiliki bayi dan balita didapatkan hasil bahwa Tingkat Pengetahuan ibu tentang isi piringku terbanyak pada kategori pengetahuan cukup sebesar 42,1% dan terendah Tingkat pengetahuan kategori baik sebesar 26,3% dan hasil post tes didapatkan hasil bahwa Tingkat Pengetahuan ibu tentang isi piringku

terbanyak pada kategori pengetahuan baik sebesar 73,7% dan terendah Tingkat pengetahuan kategori kurang sebesar 5,3%.



Gambar 1. Edukasi Isi Piringku, di POsyandu ILP, RW 11 Kelurahan Gunungsimping Cilacap Bersama dengan tim puskesmas Cilacap Tengah I dan Kader Kesehatan

2) Pembahasan

a. Tingkat pengetahuan ibu tentang *stunting* sebelum dilakukan penyuluhan

Sebelum diberi penyuluhan terdapat sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup tentang isi piringku sebesar 42,1%. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Hal yang dimaksud tahu di sini adalah semakin sering individu ataupun seseorang mendapatkan informasi, maka semakin tinggi pula pengetahuan yang di dapat (Notoatmodjo, 2012). Hal ini membuktikan bahwa mayoritas responden kurang mendapatkan informasi tentang isi piringku.

Upaya pencegahan *stunting* pada bayi dan balita. Menurut asumsi peneliti, kurangnya pengetahuan orang tua tentang isi piringku dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor usia dan pendidikan. Kurangnya informasi yang diperoleh responden dapat disebabkan karena keterbatasan kemampuan seseorang dalam menangkap dan mengingat materi yang telah disampaikan oleh bidan atau kader maupun kurangnya informasi yang diberikan oleh petugas kesehatan tentang isi piringku. Notoadmodjo (2012) menyatakan

bahwa tahu diartikan sebagai kemampuan untuk mengingat suatu materi yang telah dipelajari/ diterima sebelumnya, termaksud diantaranya adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh karena itu ibu yang memiliki bayi dan balita perlu diberikan informasi dasar mengenai isi piringku sebagai Upaya pencegahan stunting pada bayi dan balita menggunakan bahasa yang mudah dimengerti.

Ibu dengan pengetahuan yang kurang baik (cukup dan kurang) berisiko lebih besar terjadinya jika dibandingkan dengan pengetahuan ibu yang baik. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi yaitu pendidikan, pekerjaan, umur, sedangkan factor eksternal yaitu lingkungan dan social budaya (Notoatmodjo, 2012). Hal ini sejalan dengan penelitian Suryagustina dkk pada tahun 2018 yang menyatakan bahwa kurangnya informasi sangat memengaruhi Tingkat pengetahuan ibu. Menurut Pariani (2015) apabila ibu paham tentang isi piringku maka ibu paham melakukan pencegahan *stunting* sejak dini pada bayi maupun balita.

Faktor lain yaitu Sumber informasi dan kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru, seperti televisi, radio, surat kabar, penyuluhan, dan lain-lain, (Notoatmodjo, 2012). Pendidikan ibu juga merupakan hal dasar bagi tercapainya perkembangan dan pertumbuhan yang baik pada balita. Tingkat Pendidikan ibu tersebut terkait dengan kemudahan ibu dalam menerima informasi tentang perkembangan dan pertumbuhan balita. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan lebih mudah menerima informasi dari luar, dibandingkan dengan ibu yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah, (Notoatmodjo, 2012).

Pendidikan terakhir ibu terbanyak Sekolah Menengah Atas (SMA), jika seseorang memiliki pendidikan yang lebih tinggi akan semakin mudah juga menerima informasi atau memperoleh informasi dari luar. Selain itu usia seseorang juga mempengaruhi pengetahuan, sebab jika memiliki umur yang cukup maka akan memiliki pola pikir dan pengalaman yang matang pula.

b. Tingkat pengetahuan ibu tentang *stunting* sebelum dilakukan

penyuluhan

Menurut peneliti dari 19 responden terdapat 11 responden berpengetahuan baik (73.7%) setelah dilakukan penyuluhan, perlu diketahui bahwa penyuluhan sangat bagus untuk menambah wawasan. memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas, dan salah satu sumber informasi yang berperan penting bagi pengetahuan yaitu media massa. Hal ini disebabkan adanya kegiatan penyuluhan sebagai penambah informasi serta sumber informasi untuk orang tua. Penyuluhan adalah suatu kegiatan mendidik, sesuatu kepada individu ataupun kelompok, memberi pengetahuan, informasi – informasi dan berbagai kemampuan agar dapat membentuk sikap dan perilaku hidup yang seharusnya. Hakekatnya penyuluhan merupakan suatu kegiatan nonformal dalam rangka mengubah masyarakat menuju keadaan yang lebih baik, (Notoatmodjo, 2012). Adanya penyuluhan diharapkan dapat memperoleh pengaruh terhadap perilaku sasaran penyuluhan. Untuk mencapai suatu hasil yang optimal penyuluhan harus disampaikan menggunakan metode yang sesuai dengan jumlah sasaran (Notoatmodjo, 2014).

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Rachmawati (2019) salah satunya pengalaman. Pengalaman akan mempengaruhi pengetahuan. Seseorang yang telah mempunyai pengalaman terhadap suatu permasalahan, maka dia akan mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya, sehingga dijadikan sebagai pengetahuan. Responden yang memiliki anak lebih dari 1 sebanyak 84,2%, hal ini menunjukkan bahwa Sebagian besar responden sudah memiliki pengalaman dalam merawat anak untuk memenuhi kebutuhan gizinya sebagai antisipasi pencegahan stunting pada bayi dan balita sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu.

Tingkat pengetahuan cukup tersebut dipengaruhi salah satunya oleh usia yang mayoritas adalah 20-35 tahun (63,2%). Hasil penelitian ini didukung pernyataan Budiman dan Riyanto (2013), menyebutkan bahwa usia 31-40 tahun merupakan kelompok usia dewasa (matang). Semakin dewasa usia seseorang semakin berkembang daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan meningkat. Semakin bertambahnya usia seseorang maka akan mempengaruhi tingkat perkembangan dan proses berpikirnya sehingga

pengetahuan yang diperolehnya semakin baik, hal ini disebabkan karena ada penyesuaian diri pada situasi yang baru (Motto, Maslomon, dkk 2013).

Dilihat dari adanya kegiatan penyuluhan yang sudah dilakukan, orang tua yang hadir di posyandu RW 11 Kelurahan GunungSimping Cilacap Tengah sangat berantusias mengikuti acara penyuluhan dari awal hingga akhir terselesainya acara, diawal acara sebelum dilakukan penyuluhan orang tua diminta untuk mengisi kuesioner kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan, setelah selesai orang tua diminta untuk mengisi kembali kuesioner tahap ke dua dan ternyata kelihatan sekali perbedaan hasil kuesioner sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan

5. KESIMPULAN

- a. Pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan tentang isi piringku terbanyak pengetahuan cukup sebesar 42,1% dan terendah pengetahuan baik sebesar 26,3%.
- b. Pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan tentang isi piringku terbanyak pengetahuan baik sebesar 73,7% dan terendah pengetahuan kurang sebesar 5,3%.

DAFTAR PUSTAKA

Atasasih, H., & Mulyani, S. (2022). *Sosialisasi isi piringku pada remaja putri sebagai upaya pencegahan stunting*. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 116–121. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.4685>

Badan Pusat Statistik Kabupaten Cilacap, Data sensus Tahun 2020. *Diperoleh :* <https://cilacapkab.bps.go.id/id/statistics-table/1/Mjk5IzE=/jumlah-penduduk-kecamatan-cilacap-tengah-dan-rasio-jenis-kelamin-rjk-menurut-desa-hasil-sensus-penduduk-2020.html>

Kemenkes, Riset Kesehatan Dasar 2018. *Badan Peneltiian dan Pengembangan Kesehatan Diakses dari litbang.depkes.go.id*

Kemenkes RI (2018) “*Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia,*” *Kementerian Republik Indonesia*, hal. 1163–1178

Kemenkes RI (2018) ‘Buletin Stunting’, *Kementerian Kesehatan RI*, 301(5), pp.1163–1178.

- Kementerian PPN/ Bappenas (2018a) *Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten / Kota*.
- Kementerian PPN/Bappenas (2018b) *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting)*
- Kusuma, I. R., Ambarwati, D., & Septianawati, P. (2022). *Pendidikan Kesehatan Edukasi Isi Piringku untuk Pencegahan Stunting pada Balita. Seminar Nasional LPPM Universitas Muhammadiyah Purwokerto*
- Manary MJ, Solomons NW. 2009. *Gizi Kesehatan Masyarakat, Gizi dan Perkembangan Anak. Jakarta: Buku Kedokteran ECG;*
- Sumardilah, D. S. dan Rahmadi, A. (2019) “*Risiko Stunting Anak Baduta (7-24 bulan)*,” *Jurnal Kesehatan*, 10(1), hal. 93. doi:10.26630/jk.v10i1.1245
- Wahyuni1, T., Syswianti, D., Suazini, E. R., Handayani, T. P., Humaeroh, L., Linda, et al. (2022). *Edukasi "isi Piringku" untuk Balita di PAUD Al-Azmi Kecamatan Cilawu Garut. Jurnal Dedikasi*, 3(2), 99-103.
- WHO. (2018). *Prevalence of insufficient physical activity*.
[https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-insufficient-physical-activity-among-adults-aged-18-years-\(age-standardized-estimate\)-\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-insufficient-physical-activity-among-adults-aged-18-years-(age-standardized-estimate)-(-))
- SK Bupati Cilacap Propinsi Jawa Tengah No.440/290/16/Tahun 2024 Tentang *Penetapan Desa/ Kelurahan Prioritas Stunting Kabupaten Cilacap Tahun 2024*