

EDUKASI ISI PIRINGKU PADA BALITA DAN PENCEGAHAN STUNTING SEJAK DINI MELALUI POLA ASUH BALITA YANG TEPAT

Dewi Puspito Sari¹, Nur Ani², Titik Haryanti³, Rise Vivid Ardhiyanto⁴, Wulan Ramadhany⁵

Koresponden: Dewi Puspito Sari

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Kesehatan, Universitas Veteran Bangun Nusantara

¹email: sari.puspito.dp@gmail.com

²email: aninurk3@gmail.com

³email: haryanti.titik@gmail.com

⁴email: ardhiyanto086@gmail.com

⁵email: sari.puspito.dp@gmail.com

dikirim: 16 April 2025 diterima: 08 Juni 2025 dipublikasikan: 27 Juli 2025

DOI: <https://doi.org/10.47942/jpttg.v6i2.1992>

Abstrak: Prevalensi stunting di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2021-2023 tercatat sebesar 7,11%, 8,10%, dan 6,77% secara berturut-turut. Meskipun angka ini telah berada di bawah target nasional sebesar 14% pada tahun 2024, Prevalensi stunting di Kecamatan Nguter sebesar 13,63%. Diperlukan upaya pencegahan stunting melalui isi piringku dan pola asuh balita. Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan pemahaman dan meningkatkan keterampilan kepada mitra tentang isi piringku dan pola asuh balita yang tepat. Pengabdian dilaksanakan pada bulan Februari – April 2024 dengan mitra sasaran adalah Kader Kesehatan di desa Plesan. Metode pengabdian antara lain identifikasi kebutuhan mitra, penemuan masalah, persiapan instrumen, pengurusan perijinan, penyuluhan, pendampingan dan praktik serta evaluasi. Hasil kegiatan peserta memahami materi sosialisasi yang ditunjukkan dengan antusias peserta dalam memberikan pertanyaan terkait materi dan mampu mempraktikkan penyajian menu isi piringku. Kesimpulan yang ditunjukkan yaitu kader kesehatan di desa Plesan memahami konsep isi piringku dan memahami langkah-langkah pencegahan stunting dengan pola asuh yang tepat.

Kata Kunci: Stunting, Isi Piringku, Edukasi Pola Asuh balita, Pengetahuan

Abstract: The prevalence of stunting in Sukoharjo Regency in 2021-2023 was recorded at 7.11%, 8.10%, and 6.77% respectively. Although this figure is below the national target of 14% in 2024, the prevalence of stunting in Nguter District is 13.63%. Efforts to prevent stunting are needed through isi piringku and toddler parenting patterns. The purpose of this service is to provide understanding and improve skills to partners about isi piringku and early stunting prevention. The service was carried out in February - April 2024 with the target partners being Health Cadres in Plesan Village. The service methods include identifying partner needs, finding problems, preparing instruments, managing permits, counseling, mentoring and practice, and evaluation. The results of the activity were that participants understood the socialization material as shown by the enthusiasm of the participants in asking questions related to the material and being able to practice serving the isi piringku menu. The conclusion shown is that health cadres in Plesan

village understand the concept of the contents of my plate and understand the steps to prevent stunting with the right parenting patterns.

Keywords: Stunting, Fill My Plate, Educating Toddler Parenting Patterns, Knowledge

Pendahuluan

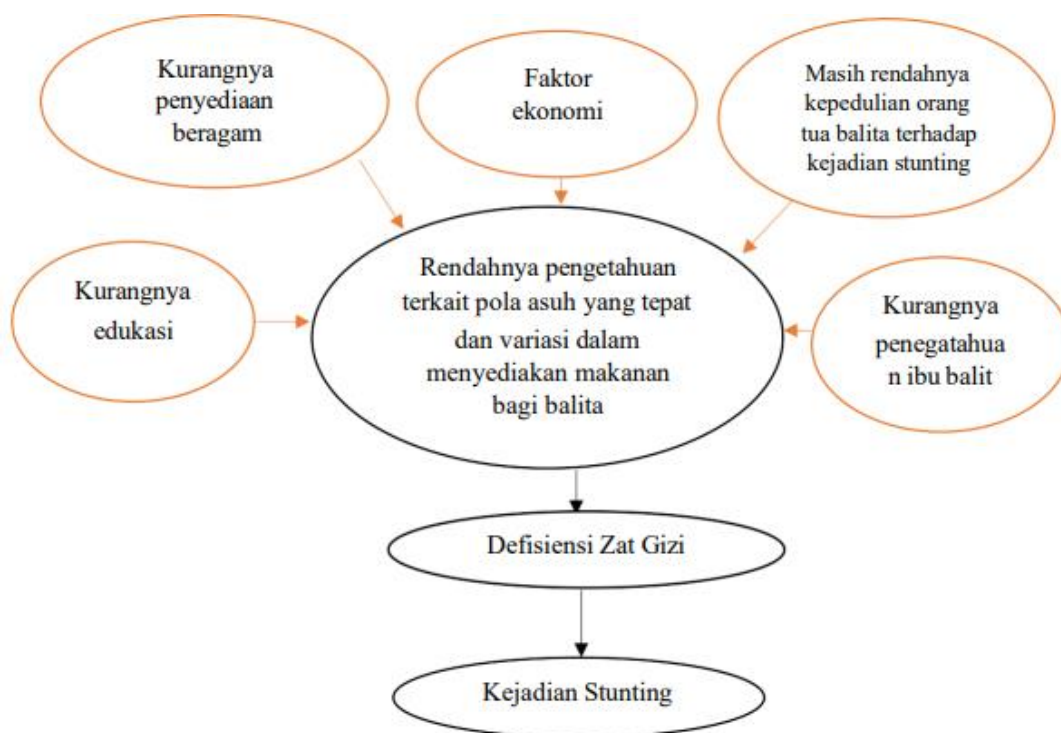
Stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan pada anak yang terjadi akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang, yang mengakibatkan anak memiliki tinggi badan yang lebih rendah dari standar usia yang seharusnya. (Rahayu and Khairiyati, 2014; Adila, 2021; Andi Muthiyah A AM, 2023; Handoyo *et al.*, 2023; Salsabila, Dewi Noviyanti and Pertiwi Dyah Kusudaryati, 2023; Novitry *et al.*, 2024) Menurut data Survei Status Gizi Nasional tahun 2022, jumlah prevalensi tentang stunting di Indonesia tercatat sebesar 21,6%. (Handoyo, Joko and Fitri, 2024) Angka tersebut menunjukkan penurunan sebesar 24,4% dibandingkan tahun sebelumnya, namun masih tergolong tinggi, mengingat target yang ditetapkan untuk tahun 2024 adalah 14%. (Ardhiyanto *et al.*, 2024) Prevalensi *underweight* mengalami peningkatan dari 16,3% menjadi 17%. Masalah stunting terus menjadi tantangan utama yang belum berhasil diatasi di negara berkembang. Kekurangan gizi dalam jangka waktu lama dapat mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan fisik yang menyebabkan stunting. (Maineny, Longulo and Endang, 2022) Kondisi ini dapat meningkatkan risiko kematian, menghambat perkembangan kognitif, serta mengganggu fungsi motorik dan keseimbangan tubuh. (Prabhakara, 2010; Rahayu and Khairiyati, 2014; Darmawan, 2019; Adila, 2021; Montolalu *et al.*, 2022; Andi Muthiyah A AM, 2023; Ardhiyanto *et al.*, 2024; Handoyo, Joko and Fitri, 2024) Permasalahan gizi menjadi isu yang sangat penting bagi masyarakat dan keluarga dalam upaya meningkatkan kondisi nutrisi pada balita. Berbagai faktor yang menjadi pengaruh kurangnya gizi meliputi pola pengasuhan yang kurang optimal, terutama dalam pemberian ASI eksklusif, yang sering kali dipengaruhi oleh rendahnya tingkat pengetahuan ibu, pola asuh ibu yang tidak tepat dan kondisi sanitasi lingkungan yang tidak memadai, serta terbatasnya akses terhadap layanan kesehatan. (Salsabila, Dewi Noviyanti and Pertiwi Dyah Kusudaryati, 2023; Ardhiyanto *et al.*, 2024) Pola asuh ibu berdampak signifikan terhadap tumbuh kembang balita, terutama dari segi kesehatan fisik dan kognitif. Ibu berperan penting dalam pemenuhan gizi, menjaga kebersihan, dan stimulasi tumbuh kembang balita. Permasalahan pola asuh ibu, seperti minimnya pemahaman gizi, kebersihan, atau kurang perhatian emosional, dapat meningkatkan risiko kekurangan gizi, infeksi, dan keterlambatan perkembangan anak. (Maineny, Longulo and Endang, 2022; Eldrian *et al.*, 2023) Provinsi Jawa Tengah merupakan wilayah dengan prevalensi stunting >20% pada tahun 2023, jumlah tersebut melebihi 14% dari target pemerintah. Sementara itu, angka prevalensi stunting di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2021-2023 tercatat sebesar 7,11%, 8,10%, dan 6,77% secara berturut-turut. (Ardhiyanto *et al.*, 2024) Meskipun angka ini telah berada di bawah target nasional sebesar 14% pada tahun 2024, Kecamatan Nguter masih menunjukkan prevalensi yang cukup tinggi, yaitu sebesar 13,63%. (Ardhiyanto *et al.*, 2024) Hal ini menunjukkan bahwa stunting di Kecamatan Nguter merupakan masalah yang perlu mendapat perhatian dan penanganan yang lebih serius. Desa Plesan merupakan salah satu wilayah di Kecamatan Nguter yang menjadi mitra dalam program pengabdian ini. Permasalahan yang

dihadapi oleh mitra adalah rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang, pola asuh balita, dan langkah pencegahan stunting. Pemerintah melakukan upaya pencegahan stunting, salah satunya dengan diperkenalkannya konsep "Isi Piringku" agar tercapainya gizi seimbang. Secara umum, "Isi Piringku" menggambarkan porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring yang terdiri dari 50 persen buah dan sayur, dan 50 persen sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein. Kampanye "Isi Piringku" juga menekankan untuk membatasi gula, garam, dan lemak dalam konsumsi sehari-hari. Dalam perkembangan ilmu gizi yang baru, pedoman "4 Sehat 5 Sempurna" berubah menjadi pedoman gizi seimbang yang terdiri dari 10 pesan tentang menjaga gizi. (Ardhiyanto *et al.*, 2024) Tingkat keragaman makan menentukan kecukupan asupan gizi karena 6 zat gizi utama yang diperlukan tubuh (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air) terkandung dalam beragam bahan pangan. Tidak satu pun bahan pangan yang mengandung keenam zat gizi tersebut secara sempurna. Keenam zat gizi tersebut terkandung dalam berbagai kelompok bahan pangan yang dikelompokkan menjadi bahan makanan serealialia dan umbi, kacang-kacangan, ikan, buah-buahan, telur, sayur serta susu dan olahannya. Hasil penelitian menyatakan bahwa di Indonesia sendiri, sebuah studi di 33 provinsi mengungkapkan bahwa keragaman makan pada sarapan anak sangat rendah. Dari 6 kelompok bahan pangan, sebagian besar anak (72,3%) hanya mengonsumsi 1 kelompok bahan pangan yakni serealialia. Hanya 49,6% anak mengonsumsi kombinasi 3 kelompok bahan pangan yang terdiri dari serealialia, lauk hewani dan lemak. Studi di Kota Semarang menunjukkan bahwa 43,1% siswa di sebuah SD memiliki keragaman makan yang rendah selama bulan puasa. (12–16) Salah satu faktor yang memengaruhi pola makan anak sekolah dasar adalah pola asuh dari orangtua dari segi persiapan dan penyediaan makan. Studi kasus pada sebuah SD di Semarang diketahui bahwa penyebab rendahnya keragaman makan anak adalah kurangnya variasi makanan yang dimasak oleh ibu. Rendahnya pola asuh orang tua ini dilatarbelakangi salah satunya oleh rendahnya pengetahuan orangtua terkait keragaman makan di antaranya mengenai porsi sayur dan buah. Kondisi Mitra di Desa Plesan sebagian besar ibu rumah tangga, yang menjadi pengasuh utama anak-anak, belum sepenuhnya memahami konsep "Isi Piringku," yaitu pedoman penyajian makanan bergizi seimbang yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Akibatnya, banyak keluarga yang masih mengabaikan kebutuhan nutrisi balita sehingga risiko stunting cukup tinggi.(11)

Edukasi tentang "Isi Piringku" menjadi salah satu langkah strategis dalam mendukung pencegahan stunting balita di Desa Plesan. Hasil riset membuktikan program "Isi Piringku" secara signifikan mampu meningkatkan pengetahuan orangtua terkait keragaman makan dari aspek sayur dan buah. Di Banjarmasin, edukasi "Isi Piringku" menggunakan media power point saja cukup untuk meningkatkan pengetahuan orangtua. Hal yang sama terjadi di Maluku, di mana pengetahuan ibu meningkat setelah edukasi. Namun, edukasi yang diberikan terbatas pada substansi gizi, belum merangkul sisi parenting dalam hal konsultasi anak agar mau makan beragam. Pelaksanaan program ini sejalan dengan implementasi Indikator Kinerja Utama (IKU) dosen berkegiatan di luar kampus yang secara tidak langsung mendorong keterlibatan Perguruan Tinggi untuk terlibat langsung dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Melalui kegiatan ini, pengabdian tidak hanya berkontribusi dalam memberikan solusi nyata terhadap permasalahan masyarakat, tetapi juga membangun kolaborasi dengan masyarakat. Fokus pengabdian kepada masyarakat dalam program ini diarahkan pada pemberdayaan Masyarakat untuk mengatasi stunting melalui pendekatan edukasi yang

berkelanjutan sehingga harapannya adalah pengetahuan dan keterampilan mitra mengalami peningkatan. Sebagai upaya mendukung keberhasilan program, edukasi akan didukung dengan media pendukung berupa leaflet dan video edukasi, tentang "Isi Piringku." Selain itu, keterlibatan tokoh masyarakat, kader posyandu, dan tenaga kesehatan Desa Plesan akan diperkuat untuk memastikan keberlanjutan program. Program "Isi Piringku" bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada ibu balita tentang penyusunan menu sehat dan langkah-langkah pencegahan stunting sejak dini. Kegiatan ini juga diharapkan dapat meningkatkan keterampilan ibu dalam menyediakan makanan bergizi sesuai dengan kebutuhan balita serta memberikan informasi mengenai pentingnya pola asuh yang mendukung pertumbuhan anak secara optimal.

Permasalahan utama mitra beserta dampak dan faktornya tergambar pada pohon masalah (gambar 1). Masalah utamanya adalah rendahnya keragaman makan yang diberikan kepada balita. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa 70% orang tua balita stunting Didesa Plesan memiliki pola asuh yang kurang baik dan belum mengetahui keragaman makan yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air sangat menentukan kecukupan asupan gizi yang berpengaruh pada kejadian stunting. Rendahnya pengetahuan inimenyebabkan rendahnya asupan serat dan vitamin-mineral yang berdampak pada dan undernutrition (defisiensi zat gizi mikro) dan kejadian stunting.



Gambar 1. Kondisi Permasalahan Mitra

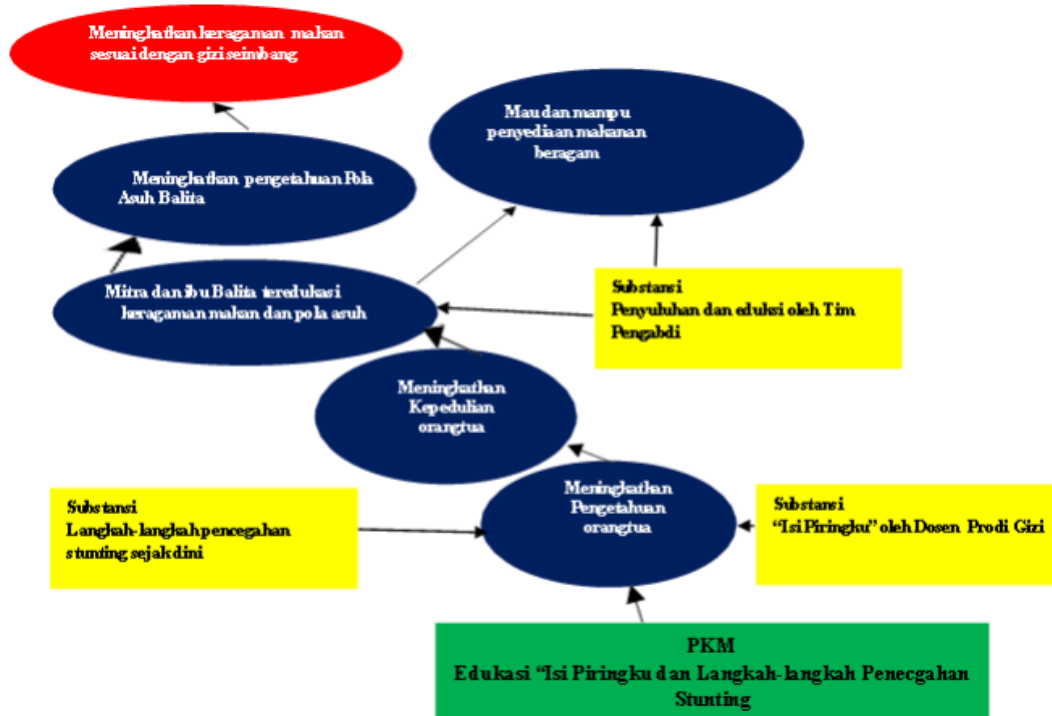
Berdasarkan gambar 1 diatas diperoleh prioritas masalah mitra adalah:

1. Penyebab langsung kejadian stunting di desa Plesan adalah rendahnya keragaman makan yang diberikan pada balita stunting sehingga makanan yang diperloeh balita sehari-hari cenederung hanya sayur bening secara dominan selama 1 minggu belum tentu balita diberikan protein hewani, sedangkan seyogyanya balita sangat membutuhkan protein hewani

dan lemak, ketidak seimbangan ini dikarenakan karena kurangnya edukasi tentang pentingnya inovasi dan keragaman makanan pada balita sehingga mencapai gizi seimbang. Faktor lain yang menyebabkan kondisi stunting adalah rendahnya kepedulian orang tua balita terhadap kejadian stunting. Orang tua balita masih menganggap stunting bukan masalah kesehatan yang krusial dikarenakan balita masih dalam kondisi tidak mengalami perubahan atau cacat secara fisik dan mental. Faktor ekonomi juga memicu kondisi tersebut, Sebagian besar di Desa Plesan orang tua balita stunting yang bekerja adalah ibu sehingga anak diasuh oleh mbah atau bapak yang memiliki pola asuh kurang tepat dalam arti lain adalah pola pengasuhan tidak sesuai dengan zamannya. Sehingga sub pokok permasalahan yang dihadapi mitra adalah diperlukan edukasi terkait isi piringku yang sejalan dengan program Kemenkes RI untuk penyediaan keanekaragaman makanan dan memenuhi gizi seimbang sebagai upaya untuk pencegahan stunting dan mencapai target prevalensi stunting secara Nasional,

2. Kurangnya edukasi dari Mitra kepada ibu balita juga menjadi penyebab tingginya kasus stunting di desa Plesan, karena mitra kesulitan untuk mengedukasi. Orang tua balita masih meyakini terkait pola pengasuhan pada masa lalu yang diterapkan saat ini. Kondisi ini juga menjadi penyebab rendahnya pengetahuan ibu terhadap pola pengasuhan balita, sehingga Rendahnya pengetahuan orangtua secara ilmiah ini terbukti menjadi faktor yang melandasi masih ada temuan kasus stunting di Desa Plesan. Sub pokok permasalahan mitra yang kedua adalah terkait edukasi pola asuh yang tepat untuk balita hal ini dikarenakan tidak semua ibu balita membaca dan memahami penjelasan dan informasi yang tertuang dalam Buku KIA, sehingga sangat diperlukan penjelasan secara detail point-pont yang diperlukan terkait pola asuh yang benar dan tepat menurut Kemenkes RI sebagai bentuk upaya langkah-langkah pencegahan stunting di Desa Plesan.

Solusi yang ditawarkan dalam kegiatan ini adalah melakukan edukasi “Isi Piringku dan piringku pada balita dan langkah-langkah pencegahan stunting sejak dini di Desa Plesan, Nguter, Sukoharjo” maka diharapkan peningkatan orangtua terkait keragaman makanan yang diberikan pada balita. Solusi dalam kegiatan pengabdian ini terbagi menjadi 2, yaitu terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang inovasi dan atau variasi keanekaragaman penyediaan bahan makanan dan peningkatan pengetahuan ibu terkait stunting. Secara ringkas tergambar dalam gambar pohon solusi dibawah ini:

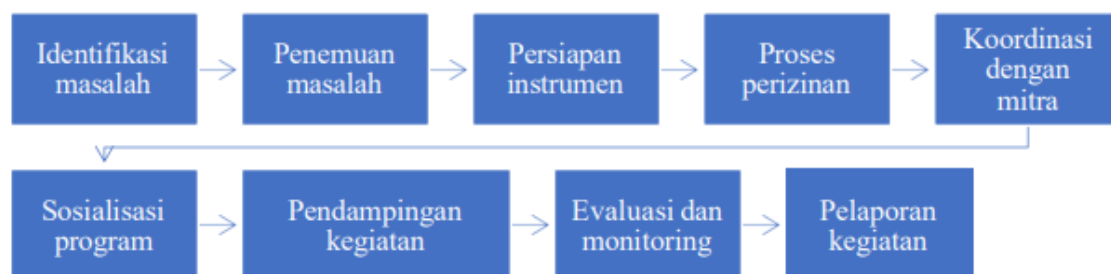


Gambar 2. Pohon Solusi

Metode

1. Penetapan Baseline Mitra

Metode pelaksanaan yang akan dilaksanakan pada program ini secara keseluruhan tersaji pada Gambar 3. Secara ringkas metode yang dilakukan adalah; identifikasi kebutuhan mitra, penemuan masalah, kemudian dilanjutkan dengan persiapan instrument pengabdian, pengurusan perijinan, kooridnasi dengan mitra. Substansi kegiatan ini adalah tahap kegiatan penyuluhan yang berkaitan dengan isi piringku dan Langkah-langkah pencegahan stunting sejak dini, kegiatan pendampingan dilanjutkan dengan evaluasi pada saat kegiatan penyuluhan berlangsung dan keberlanjutan program. Tahap terakhir adalah pelaporan.



Gambar 3. Penetapan *baseline* mitra

2. Langkah-langkah strategis mengukur permasalahan atau kebutuhan mitra

Adapun langkah-langkah strategis yang akan dilakukan adalah sebagai berikut; diskusi untuk menentukan tujuan dan langkah-langkah program, melakukan koordinasi dengan mitra yaitu

kader posyandu dan Kepala Desa Plesan, membuat rancangan program yang menarik, mudah dipahami, dan diterapkan oleh mitra, melakukan penyuluhan dan sosialisasi awal mengenai konsep “Isi Piringku” dan kaitannya dengan pencegahan stunting, memberikan edukasi mengenai pemilihan bahan makanan bergizi dan seimbang sesuai konsep “Isi Piringku” untuk balita, melakukan pelatihan penyusunan menu sehat balita yang mudah diterapkan oleh keluarga di Desa Plesan, melakukan pendampingan dalam penerapan program di Desa Plesan. 8. Melakukan evaluasi berhasil atau tidaknya program dan memperoleh umpan balik dari mitra, yaitu kader posyandu Desa Plesan.

3. Langkah Strategis untuk Merealisasikan Program

(1) Identifikasi masalah: Proses identifikasi masalah yang ada di Desa Plesan dilakukan dengan survei lokasi. (2) Setelah melakukan identifikasi, ditemukan bahwa masalah utama di Desa Plesan adalah kurangnya pengetahuan kader posyandu tentang penyusunan menu sehat balita yang sesuai dengan konsep “Isi Piringku” dan pentingnya langkah pencegahan stunting sejak dini. (3) Persiapan instrumen: Menyiapkan segala kebutuhan untuk pelaksanaan program, termasuk koordinasi kegiatan serta proses perizinan dengan mitra agar kegiatan dapat terarah dan terorganisir dengan baik. (4) Sosialisasi mengenai konsep “Isi Piringku”, manfaat gizi seimbang, dan langkah pencegahan stunting untuk balita. (5) Pelatihan mitra dalam penyusunan menu bergizi seimbang menggunakan bahan lokal yang mudah didapat. (6) Praktik langsung penyusunan dan pembuatan menu sehat bersama kader posyandu Desa Plesan. (7) Evaluasi dan monitoring: Dilakukan pemantauan secara berkala untuk mengukur tingkat keberhasilan program melalui pretest dan post-test kepada kader posyandu serta observasi penerapan oleh masyarakat terutama ibu yang memiliki balita. (8) Pembuatan laporan dan publikasi.

4. Hasil Monitoring dan evaluasi

Monitoring dan evaluasi selama pelaksanaan program, termasuk dalam persiapan alat, bahan, dan kebutuhan lainnya. Kehadiran dan antusiasme mitra dalam mengikuti pelatihan akan menjadi salah satu indikator. Selain itu, hasil kerja berupa peningkatan pengetahuan dan kemampuan kader maupun ibu yang memiliki balita dalam menyusun menu bergizi serta penerapan konsep “Isi Piringku” di Desa Plesan dalam praktik Menyusun menu isi piringku.

Hasil

Kegiatan sosialisasi yang telah terlaksana menunjukkan antusias peserta dalam bertanya terkait materi kegiatan sehingga peningkatan pengetahuan peserta bertambah melalui kegiatan sosialisasi (Oktaviana *et al.*, 2024) Berdasarkan diskusi dengan mitra Sebagian besar ibu balita belum mengetahui dan menerapkan isi piringku dan belum menerapkan pola asuh balita dengan benar. Sebagian besar ibu balita memberikan komposisi makan yang seadanya yang disebabkan oleh faktor ekonomi. Kegiatan sosialisasi telah memberikan informasi kepada kader tentang konsep isi piringku dan pentingnya prinsip isi piringku dalam menyediakan makan untuk anak. Pemahaman terkait materi yang disampaikan dapat diukur melalui praktik dalam membuat konsep isi piringku.



Gambar 4. Kegiatan sosialisasi dan praktik isi piringku

Hasil pemahaman tingkat pengetahuan tentang stunting dan pola asuh balita yang tepat ditunjukkan pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Tingkat pengetahuan tentang stunting dan pola asuh

Tingkat pengetahuan tentang stunting dan pola asuh	Sebelum edukasi	Sesudah edukasi (%)
Baik	13 (39,4%)	28 (84,84%)
kurang	20 (60,6%)	5 (15,16%)
Total	33 (100%)	33 (100%)

Tabel 1. menunjukkan bahwa sebelum kegiatan sosialisasi isi piringku dan pola asuh balita peserta kegiatan memiliki tingkat pengetahuan pada kategori baik sebesar 39,4%, namun setelah diberikan sosialisasi terdapat peningkatan persentase tingkat pengetahuan peserta pada kategori baik sebesar 84,84%.

Hasil pemahaman berdasarkan evaluasi yang dilakukan melalui praktik penyajian makanan dengan menerapkan prinsip Isi Piringku ditunjukkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Kesesuaian menyusun menu dengan konsep isi piringku

Kesesuaian menyusun menu dengan konsep isi piringku	Jumlah (n)	Persentase (%)
Sesuai	30	90,9%
Tidak sesuai	3	9,1%
Total	33	100

Tabel 2. menunjukkan praktik isi piringku yang dilakukan oleh 33 peserta, terdapat 30 (90,9%) yang telah sesuai menyusun konsep menu isi piringku.

Pembahasan

Pola asuh ibu mencakup berbagai tindakan dalam merawat anak, seperti pemberian ASI, mengajarkan kebiasaan makan dengan baik, menyajikan yang makanan bergizi, serta menjaga kebersihan makanan serta lingkungan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Hasil penelitian telah banyak membuktikan Ibu dengan pola asuh kurang baik dapat meningkatkan risiko 0,1 kali terjadi stunting. (Salsabila, Dewi Noviyanti and Pertiwi Dyah Kusudaryati, 2023) Selain itu pengaturan pemberian makan anak sangat dipengaruhi oleh peran ibu, yang pada akhirnya berdampak pada pertumbuhan dan risiko stunting melalui pola asuh. Pola asuh yang baik mendukung pertumbuhan anak secara optimal, membentuk kepribadian, serta mencegah risiko stunting. (Salsabila, Dewi Noviyanti and Pertiwi Dyah Kusudaryati, 2023; Ardhiyanto *et al.*, 2024)

Stunting didefinisikan sebagai kondisi anak yang memiliki ukuran tinggi badan pendek atau sangat pendek dari standar usianya, yaitu berada di bawah -2 SD sesuai grafik pertumbuhan WHO dikarenakan kurangnya asupan gizi yang memadai serta ada infeksi yang berulang terjadi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. Kondisi tersebut berpotensi berdampak terhadap pola asuh yang pada akhirnya menjadi kondisi stunting. Tingkat pengetahuan ibu dalam pola asuh adalah faktor penting yang berpengaruh pada kesehatan dan perkembangan anak, terutama dalam pencegahan stunting. (Montolalu *et al.*, 2022)

Konsep isi piringku merupakan salah satu cara efektif untuk mencegah stunting dengan memenuhi kebutuhan gizi yang seimbang sesuai panduan "Isi Piringku" yang disarankan oleh Kementerian Kesehatan RI. Panduan ini terdiri dari komponen utama, yaitu Makanan Pokok, Lauk Hewani, Lemak (minyak/santan), Sayur, dan Buah. Hasil kegiatan terdapat perubahan signifikan dari tingkat pengetahuan kurang menjadi baik dari materi tentang stunting dan konsep isi piringku. (Ardhiyanto *et al.*, 2024) (Ayu *et al.*, 2024) (Rifda Husna Arifah, 2024) Hal ini menunjukkan bahwa sosialisasi terbukti berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan implementasi dari perubahan tingkat pengetahuan tersebut adalah praktik dalam menyusun menu makan bagi balita dengan konsep isi piringku. Peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting dan konsep isi piringku dapat memberikan dampak positif bagi tumbuh kembang anak. Sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi oleh balita dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya adalah tingkat pengetahuan ibu.

Kesimpulan

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan perubahan tingkat pengetahuan ibu sebelum dan

sesudah sosialisasi sebesar 39,4% menjadi 84,84%. Keterampilan mitra dalam menyusun konsep isi piringku dibuktikan dari hasil kegiatan dimana terdapat 90,9% peserta sesuai menyusun menu makan dengan konsep isi piringku.

Ucapan terima kasih/Acknowledgements (Arial, size 12)

Tim Pengabdian mengucapkan terimakasih kepada LLPM Universitas Veteran Bangun Nusantara atas dukungan dalam pendanaan kegiatan Pengabdian, Tim Pengabdian dari Tim Dosen dan Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat dan ilmu Kesehatan Universitas Veteran Bangun Nusantara. Kepala Desa Plesan yang telah memberikan izin dan mendukung pelaksanaan program. Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo yang berperan sebagai stakeholder dalam memberikan arahan dan dukungan teknis untuk keberlanjutan program di wilayah lain. Kepala Puskesmas Nguter yang mendukung upaya pencegahan stunting melalui kerja sama pelaksanaan program di tingkat local. Kader Posyandu sebagai mitra utama yang menyebarluaskan edukasi tentang “Isi Piringku” dan pencegahan stunting kepada Masyarakat, kelompok PKK yang membantu dalam implementasi program melalui kegiatan ibu-ibu desa yang fokus pada pengelolaan gizi keluarga, serta masyarakat Desa Plesan sebagai target utama, masyarakat, khususnya orang tua balita yang telah berpartisipasi dalam program untuk memastikan keberhasilan penerapannya.

Daftar Referensi (Arial, size 12)

- Adila, N.T.H. (2021) ‘The Hubungan Infeksi Saluran Pernafasan Akut dengan Kejadian Stunting’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), pp. 273–279. Available at: <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.605>.
- Andi Muthiyah A AM (2023) ‘literature review : Korelasi kejadian ISPA terhadap Stunting’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), pp. 728–733.
- Ardhiyanto, R.V. *et al.* (2024) ‘HUBUNGAN KEBERADAAN COLIFORM DALAM AIR MINUM’, *Jurnal kesehatan masyarakat*, 2(2), pp. 212–226.
- Ayu, R.S. *et al.* (2024) ‘Jurnal Pengabdian Teknologi Tepat Guna Edukasi Pengenalan Obat Pada Ibu-Ibu Posyandu Angrek Desa Gajahan Kecamatan Colomadu Kabupaten Karanganyar Koresponden : Astri Charolina Jurnal Pengabdian Teknologi Tepat Guna Pendahuluan Metode Preparation Introduction Implementasion Discusion’, 5(3), pp. 210–214.
- Darmawan, D. (2019) *profil kesehatan Indonesia 2019*, *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Eldrian, F. *et al.* (2023) ‘Hubungan Riwayat Penyakit Infeksi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Puskesmas Cipadung Kota Bandung’, *Jurnal Manajemen Kesehatan*, 9(1), pp. 80–89.
- Handoyo, E. *et al.* (2023) ‘Faktor Risiko Lingkungan Yang Berhubungan Dengan Stunting Pada Anak Di Indonesia: Literatur Review Environmental Risk Factors Associated With Child Stunting in Indonesia: Literature Review’, *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 10(2), pp. 159–174.

- Handoyo, E., Joko, T. and Fitri, Y.P. (2024) 'Faktor Risiko Lingkungan yang Berhubungan dengan Stunting pada Balita di Kelurahan Periuk Jaya Kota Tangerang', 5(1), pp. 29–40. Available at: <https://doi.org/10.24853/mjnf.5.1.29-40>.
- Maineny, A., Longulo, O.J. and Endang, N. (2022) 'Hubungan Riwayat Penyakit Infeksi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Umur 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Marawola Kabupaten Sigi', *Jurnal Bidan Cerdas*, 4(1), pp. 10–17. Available at: <https://doi.org/10.33860/jbc.v4i1.758>.
- Montolalu, F.C. *et al.* (2022) 'Hubungan Personal Hygiene Dan Sanitasi Rumah Tangga Dengan Kasus Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan', *Mega Buana Journal of Public Health*, 1(1), pp. 11–21. Available at: <https://jurnal.stikes-megabuana.ac.id/index.php/MBJPH>.
- Novitry, F. *et al.* (2024) 'Hubungan Air Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim Tahun 2023', *Jurnal Kesehatan dan Pengelolaan Lingkungan*, 5(1), pp. 1–12. Available at: <http://journal2.uad.ac.id/index.php/jkpl/index>.
- Oktaviana, A. *et al.* (2024) 'Jurnal Pengabdian Teknologi Tepat Guna Pelatihan Pembuatan Sabun Cair Cuci Tangan dari Teh Hijau pada Ibu PKK Desa Kranggan , Polanharjo , Klaten Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan dan Perekonomian Masyarakat Jurnal Pengabdian Teknologi Tepat Guna Pendah', 5(1), pp. 42–50.
- Prabhakara, G. (2010) *Health Statistics (Health Information System), Short Textbook of Preventive and Social Medicine*. Available at: https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5.
- Rahayu, A. and Khairiyati, L. (2014) 'Risiko Pendidikan Ibu Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak 6-23 Bulan (Maternal Education As Risk Factor Stunting of Child 6-23 Months-Old)', *Journal of Nutrition and food research*, 37(Ci), pp. 129–136.
- Rifda Husna Arifah (2024) 'Tingkat Pengetahuan Ibu-Ibu PKK di Desa Glonggong tentang Rimpang Kencur (*Kaempferia galanga* L.) sebagai Pereda Batuk', *Jurnal Pengabdian Teknologi Tepat Guna*, 5(2), pp. 116–121. Available at: <https://doi.org/10.47942/jpttg.v5i2.1736>.
- Salsabila, S., DEWI NOVIYANTI, R. and Pertiwi Dyah Kusudaryati, D. (2023) 'Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-36 Bulan Di Wilayah Puskesmas Sangkrah', *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 19(No.2), pp. 143–152. Available at: <https://doi.org/10.26576/profesi.v19no.2.103>.