



## **Sosialisasi Isi Piringku : Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita dengan Pemanfaatan Daun Kelor**

**Rizki Setyo Putro Robawa**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Aisah Putri Maharani**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Fira Fatma Salsabila**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Puspita Dwi Firnanda**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Intan Permatasari Fitri Agustine**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Putri Amabel Carissa Pradana**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Condro Widodo**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

Alamat: Jl. Rungkut Madya, Gn. Anyar, Kec. Gn. Anyar, Surabaya, Jawa Timur 60294

Korespondensi penulis: [rizkirobawa@gmail.com](mailto:rizkirobawa@gmail.com)

**Abstrak.** *The problem of stunting among toddlers in Indonesia is still a big challenge that needs to be addressed immediately. The condition of stunting, which occurs due to a lack of nutritional intake in the womb and a lack of public knowledge about good child rearing patterns, has the potential to disrupt children's physical and cognitive development in the long term. This community service program is carried out with the aim of preventing stunting in toddlers through the socialization of "Fill My Plate" which uses Moringa leaves as a source of nutrition. The socialization was carried out in RW 06, Dukuh Sutorejo Village, Mulyorejo District, Surabaya City, and was attended by pregnant and breastfeeding mothers. The methods used include observation, socialization with presentation of material and cooking demonstrations, as well as implementation evaluation. The results show high enthusiasm from participants and increased understanding of the importance of balanced nutrition in preventing stunting. It is hoped that this program can be expanded to other areas so that more people can benefit from the information provided.*

**Keywords:** *Stunting, Nutrition, Toddlers*

**Abstrak.** Masalah stunting pada balita di Indonesia masih menjadi tantangan besar yang perlu segera diatasi. Kondisi stunting yang terjadi akibat kurangnya asupan gizi sejak dalam kandungan dan minimnya pengetahuan masyarakat tentang pola asuh anak yang baik, berpotensi mengganggu perkembangan fisik dan kognitif anak dalam jangka panjang. Program pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan untuk mencegah stunting pada balita melalui sosialisasi "Isi Piringku" yang memanfaatkan daun kelor sebagai sumber nutrisi. Sosialisasi dilaksanakan di RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo, Kecamatan Mulyorejo, Kota Surabaya, dan diikuti oleh ibu hamil dan menyusui. Metode yang digunakan meliputi observasi, pelaksanaan sosialisasi dengan pemaparan materi dan demonstrasi memasak, serta evaluasi pelaksanaan. Hasilnya menunjukkan antusiasme yang tinggi dari peserta dan peningkatan pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting. Program ini diharapkan dapat diperluas ke wilayah lain agar lebih banyak masyarakat mendapatkan manfaat dari informasi yang diberikan.

**Kata Kunci:** *Stunting, Gizi, Balita.*

## **PENDAHULUAN**

Permasalahan mengenai kurang gizi di Indonesia dirasa masih menjadi tantangan yang sulit untuk ditangani pemerintah. Salah satu permasalahan kesehatan terkait gizi

yang sering ditemui yakni stunting. Stunting merupakan salah satu wujud dari gagalnya tumbuh kembang dan kurangnya gizi pada anak. Keadaan yang sudah lama terjadi, bukan secara tiba-tiba. Permasalahan stunting ini masih menjadi momok besar bagi negara dan merupakan hal yang sangat penting untuk diselesaikan karena menjadi perhatian yang serius. Bahaya kesehatan akibat stunting dapat berlangsung bukan hanya terkait pertumbuhan fisik saja, akan tetapi juga dapat mempengaruhi kecerdasan kognitif, perilaku dan kesehatan secara keseluruhan. Stunting ini dapat terjadi akibat dari rendahnya asupan gizi saat bayi masih dalam kandungan sang ibu dan minimnya pemahaman ibu terkait pola asuh makan anak (Heryani et al., 2023). Hal lain juga yang menjadi akibat dari terhambatnya pertumbuhan anak adalah kurangnya pemahaman dan pendidikan mengenai kesehatan dalam masyarakat.

Menurut data Kepala Pusat Riset Kesehatan Masyarakat dan Gizi (PRKMG), Organisasi Riset Kesehatan Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN), prevalensi stunting di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami kenaikan dan penurunan atau fluktuatif. Berdasarkan data prevalensi balita stunting yang diberitahukan oleh World Health Organization (WHO), pada tahun 2020 negara Indonesia merupakan angka yang tertinggi kedua di lingkup Asia Tenggara dengan prevalensi yang mencapai angka 31,8%. Tingkat stunting ini mengalami peningkatan di tahun 2010-2013, dan kemudian mengalami penurunan pada tahun 2014-2018. Pada tahun 2021, hasil dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan bahwa terjadi penurunan prevalensi stunting yakni sebesar 3.3% menjadi 24.4%, dan pada tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 21,6 % (Hatijar, 2023).

Permasalahan stunting dalam masyarakat dapat dicegah dengan melakukan pemberian edukasi mengenai pola makan sehat untuk gizi seimbang pada ibu hamil juga para ibu yang memiliki balita. Pemberian edukasi tersebut penting untuk dilakukan, karena gizi yang seimbang pada kehidupan awal memiliki pengaruh pada kualitas dalam perkembangan anak. Pengetahuan yang memadai mengenai gizi oleh sang ibu, sangat penting untuk diketahui karena akan berdampak pada perkembangan generasi berikutnya (Margawati & Astuti, 2018). Edukasi ini dapat dilakukan dengan melakukan sosialisasi kepada masyarakat.

Dukuh Sutorejo adalah sebuah kelurahan di wilayah Kecamatan Mulyorejo, Kota Surabaya, Provinsi Jawa Timur. Kegiatan pengabdian ini akan dilakukan di Dukuh Sutorejo karena adanya penemuan permasalahan terkait tingginya kasus Stunting yang masih menjadi tantangan. Permasalahan ini muncul karena masih minimnya edukasi terkait pencegahan Stunting dan risiko apa saja yang diperoleh karena mengabaikan pencegahan Stunting. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan petugas posyandu dan ibu-ibu Kader Surabaya Hebat yang menaungi posyandu keluarga di RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo, permasalahan Stunting masih dianggap remeh oleh warga setempat karena adanya pemikiran bahwa Stunting disebabkan oleh faktor genetik. Hal ini menimbulkan masalah untuk negara karena pemikiran tersebut membuat negara menjadi sulit mengatasi tingkat penurunan angka stunting di Indonesia. Maka dari itu, mahasiswa KKN Kelompok 8 - Gelombang I UPN Veteran Jawa Timur, ingin membantu permasalahan terkait stunting melalui pemberian sosialisasi di daerah tersebut.

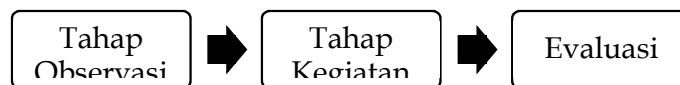
Upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan melakukan sosialisasi kepada masyarakat khususnya RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo, Kecamatan Mulyorejo, Kota Surabaya. Sosialisasi ini dilakukan dengan mengambil tema Upaya Pencegahan Stunting dengan Pemanfaatan Daun Kelor. Sosialisasi ini dilakukan dengan memberikan pengajaran mengenai pengertian stunting, ciri-ciri balita stunting, dan upaya pencegahan stunting. Selain itu, sosialisasi ini juga memaparkan informasi mengenai khasiat daun kelor juga cara pengolahan daun kelor itu sendiri untuk dikonsumsi.

## **METODE PENELITIAN**

Metode awal yang digunakan dalam kegiatan ini adalah observasi. Dimulai dari saat melakukan survey lokasi pada RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo, tim pelaksana mendapatkan informasi bahwa pada RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo terdapat beberapa warga yang dahulu pernah terindikasi stunting. Walau saat ini masyarakat yang berada di RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo sudah dinyatakan bebas stunting, namun sosialisasi tentang upaya pencegahan stunting dianggap penting untuk pengetahuan warga setempat agar lebih *aware* dengan kasus stunting.

Metode selanjutnya yaitu tahap pelaksanaan. Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan pada tanggal 03 Agustus bertepatan dengan dilaksanakannya POSGA (Posyandu Keluarga) yang bertempat di Balai RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo. Hal ini dilakukan agar warga dapat memanfaatkan waktunya secara bersamaan, sehingga penyampaian sosialisasi dianggap lebih efektif. Pada tahap pelaksanaan kegiatan ini, pemateri juga menyampaikan informasi mengenai daun kelor yang memiliki banyak manfaat dalam melengkapi nutrisi tubuh. Tak hanya itu, tim pemateri juga memberikan cara pengolahan daun kelor sehingga warga terutama ibu-ibu dapat memanfaatkan daun kelor dengan lebih efektif.

Tahapan terakhir yaitu evaluasi. Pada tahap ini tim pelaksana melakukan evaluasi kegiatan yang telah berlangsung, yaitu sosialisasi upaya pencegahan stunting pada balita dengan memanfaatkan daun kelor. Hal ini diharapkan dapat memperbaiki kinerja tim pelaksana dalam kegiatan lainnya.



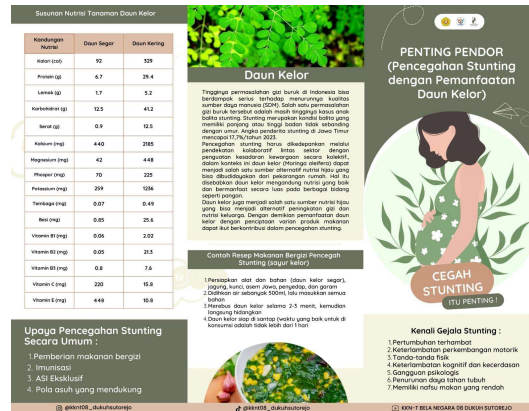
**Gambar 1.** Metode Pelaksanaan

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan Sosialisasi dilakukan dengan mengusung tema “Isi Piringku : Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita dengan Pemanfaatan Daun Kelor”. Sosialisasi ini diawali dengan melakukan koordinasi juga pengurusan perizinan kepada Ibu Novita selaku Ibu Ketua RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo, Kecamatan Mulyorejo Surabaya. Setelah melakukan koordinasi dengan pimpinan RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo, didapati kesepakatan bahwa sosialisasi akan dilaksanakan di hari Sabtu, tanggal 03 Agustus 2024. Tanggal tersebut bertepatan dengan kegiatan Posga (Posyandu Keluarga) yang merupakan agenda dari posyandu RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo. Kegiatan sosialisasi ini akan dihadiri oleh seluruh warga RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo.

Sosialisasi Isi Piringku ini dilaksanakan untuk memberikan perubahan pola pikir masyarakat terkait pentingnya mencegah stunting dengan memanfaatkan daun kelor. Isi piringku menjadi salah satu bagian dalam anjuran pengkonsumsian makanan sehat untuk pemenuhan gizi yang seimbang dengan mempertimbangkan jenis makanan yang dalam hal ini berupa daun kelor sebagai media untuk pencegahan stunting. Stunting tidak akan dapat diatasi apabila sudah telat terjadi pada balita maupun anak-anak, sehingga perlu untuk dilakukan pencegahan.

Sosialisasi ini dihadiri oleh  $\pm 15$  ibu hamil dan menyusui. Pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari dua tahap yakni penyuluhan dengan pemaparan informasi mengenai gejala dan upaya pencegahan stunting serta demo masak terkait cara pengolahan masakan daun kelor untuk dikonsumsi. Tahap Pertama dilakukan dengan pemberian materi mengenai pengetahuan mengenai gejala stunting, alasan terjadinya stunting pada balita, sekaligus upaya pencegahan dari stunting itu sendiri. Seluruh pemaparan materi tersebut dilakukan dengan presentasi lisan dengan *PowerPoint* dan memanfaatkan leaflet yang dibagikan kepada para audiens yang dalam hal ini yakni ibu-ibu RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo. Leaflet tersebut berisi informasi mengenai gejala stunting, manfaat dan kandungan dari daun kelor, juga contoh resep pengolahan daun kelor.



**Gambar 2.** Leaflet Sosialisasi Pendor



**Gambar 3.** Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi Isi Piringku

Kemudian, tahap kedua yang dilakukan yakni penyuluhan juga demo masak terkait khasiat daun kelor serta manfaatnya apabila dikonsumsi oleh ibu hamil dan menyusui. Pemaparan mengenai tahapan pengolahan daun kelor yakni sebagai berikut.

1. Persiapan alat dan bahan (daun kelor segar), jagung, , bawang putih, kunci, penyedap, dan garam.
2. Didihkan air sebanyak 500ml, lalu masukkan semua bahan
3. Masak daun kelor selama 2-3 menit, kemudian langsung hidangkan



**Gambar 4.** Olahan Daun Kelor  
(sumber: cookpad.com)

Selama proses sosialisasi upaya pencegahan stunting dengan pemanfaatan daun kelor, terlihat antusiasme dari ibu-ibu RW 06 Kelurahan Dukuh Sutorejo. Audiens dapat dibalang cukup responsif karena beberapa pertanyaan yang diajukan bisa langsung dijawab oleh mereka.

Untuk menilai pemahaman dan keterampilan peserta, di akhir pelatihan dilakukan evaluasi melalui kuesioner yang disebarkan menggunakan *google form*. Kuesioner evaluasi ini menggunakan skala *Likert* dengan rentang skor 1 hingga 5, yaitu Sangat Tidak Setuju (1), Tidak Setuju (2), Netral (3), Setuju (4), dan Sangat Setuju (5), seperti yang terlihat pada Gambar 2.



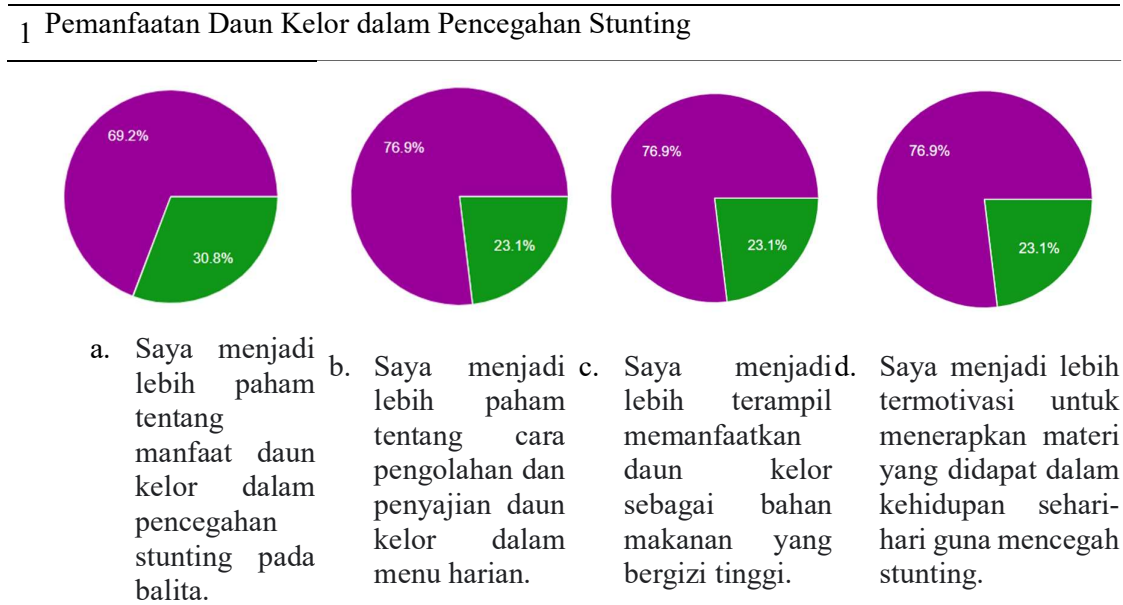
**Gambar 5.** Keterangan Jawaban pada Kuisisioner Evaluasi

Dari Tabel 1, diketahui bahwa 69.2% peserta menanggapi dengan jawaban Sangat Setuju, yang berarti bahwa sosialisasi ini membuat para peserta lebih paham akan manfaat



daun kelor dalam pencegahan stunting pada balita (1a). Selain itu, 76.9% peserta menanggapi dengan jawaban Sangat Setuju bahwa peserta dapat lebih memahami cara pengolahan dan penyajian daun kelor dalam menu harian (1b), lebih terampil dalam memanfaatkan daun kelor sebagai bahan makanan yang bergizi tinggi (1c), serta peserta semakin termotivasi untuk menerapkan materi yang didapat dalam kehidupan sehari-hari guna mencegah stunting pada balita (1d).

Tabel 1. Hasil Evaluasi 1: Pemanfaatan Daun Kelor dalam Pencegahan Stunting



## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai sosialisasi Isi Piringku sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita dengan Pemanfaatan Daun Kelor, maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaannya berjalan dengan cukup baik dan mendapatkan antusiasme yang tinggi dari masyarakat. Pada kegiatan ini dihadiri oleh seluruh warga RW.06 yang telah terdaftar pada posyandu keluarga. Sosialisasi ini juga membahas tentang makanan dengan gizi seimbang yang dapat digunakan sebagai upaya pencegahan stunting.

Diharapkan program sosialisasi ini dapat diperluas ke wilayah lain agar lebih banyak masyarakat yang mendapatkan manfaat dari informasi mengenai pencegahan stunting dengan pemanfaatan daun kelor. Selain itu, perlu adanya pendampingan dan pelatihan lanjutan bagi masyarakat untuk memastikan mereka dapat menerapkan materi yang telah dipelajari secara konsisten. Pengembangan resep-resep menu harian berbasis daun kelor yang mudah diikuti oleh masyarakat juga penting dilakukan agar mereka lebih tertarik dan termotivasi untuk mengadopsi bahan pangan ini dalam kehidupan sehari-hari. Terakhir, evaluasi berkala terhadap penerapan hasil sosialisasi ini perlu dilakukan untuk memastikan program ini benar-benar efektif dalam mengurangi angka stunting di masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, M. W., & Wahyunita Do Toka. (2022). Penyuluhan Tentang “Isi Piringku” Sebagai Acuan Pola Hidup Sehat di Puskesmas Gambesi Kota Ternate. *Jurnal Pengabdian Meambo*, 1(2), 212–217. <https://doi.org/10.56742/jpm.v1i2.36>
- Aulia Chairani, Yanti Harjono Hadiwiardjo, Melly Kristanti, & Isniani Ramadhani Sekar Prabarini. (2024). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang dan Pengenalan Isi Piringku pada Siswa Remaja SMA Islam. *SEGARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 60–64. <https://doi.org/10.33533/segara.v1i2.7301>
- Febriana Sulistya Pratiwi. (2022). No Title הכי קשה לראות את מה שבאמת לנגד העיניים. הארץ, 2(8.5.2017), 2003–2005. <https://dataindonesia.id/sektor-riil/detail/angka-konsumsi-ikan-ri-naik-jadi-5648-kgkapita-pada-2022>
- Hambali, H., Rukman, W. Y., Wajdi, M., & Hambali, U. (2021). Gerakan Isi Piringku Penuhi Gizi Sehat Dan Seimbang Anak Usia Dini Di Desa Tellumpanuae Kabupaten Maros. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 1(3), 124–128. <https://doi.org/10.53769/jai.v1i3.132>
- Hatijar, H. (2023). The Incidence of Stunting in Infants and Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 224–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.1019>
- Heryani, H., Purwati, A. E., Setiawan, H., Firmansyah, A., & Solihah, R. (2023). Edukasi Isi Piringku sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 139–144. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i2.241>
- Lestari, D. A., Hartono, R., & Rauf, S. (2021). Edukasi Virtual Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Berat Badan Balita. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, XVI(2), 199–206.
- Margawati, A., & Astuti, A. M. (2018). Pengetahuan ibu, pola makan dan status gizi pada anak stunting usia 1-5 tahun di Kelurahan Bangetayu, Kecamatan Genuk, Semarang. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), 82–89. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.2.82-89>
- Miftakhuljannah, A., & Nugraheni, N. (2024). Edukasi Isi Piringku Sebagai Pencegahan Stunting di Indonesia Terhadap Sustainable Development Goals (SDGs). *Nanggroe: Jurnal ...*, 3(1), 10–14. <https://jurnal.penerbitdaarulhuda.my.id/index.php/NJPC/article/view/1875%0Ahttps://jurnal.penerbitdaarulhuda.my.id/index.php/NJPC/article/download/1875/1936>

- Nita, V., & Mayangsari, A. (2023). Edukasi Isi Piringku pada Anak usia dini dengan media permainan food model terhadap perilaku pemilihan makanan. *Jikes: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 60–65. <http://qjurnal.my.id/index.php/jik/article/view/741>
- Puteri, F. J. (2023). Peningkatan Gizi Anak Sekolah Dengan Gerakan Isi Piringku Pada Kelas 5 SDN 82 Kota Bengkulu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira ...*, 1–7. <http://journal-mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/584%0Ahttp://journal-mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/download/584/464>
- Ramadhani, A. I., Sukoco, L. A., & Sari, Y. (2023). Penyuluhan Ibu Balita Stunting-Wasting tentang Isi Piringku Kaya Protein Hewani Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Juwangi Kabupaten Boyolali. *Jurnal Abdidas*, 4(4), 318–323. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v4i4.815>
- Ritonga, N., Hidayah Nasution, N., Hidayah, A., Ramadhini, D., Wari Harahap, Y., Arisyah Siregar, Y., & Batubara, N. (2024). Edukasi dan Demonstrasi Pengolahan Isi Piringku (Sop Daun Kelor ) Dalam Atasi Stunting. *ABDINE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 120–125. <https://doi.org/10.52072/abdine.v4i1.865>
- Siahaya, A., Rohadi, H., & Titin, S. (2021). Edukasi “Isi Piringku” Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Pada Ibu Balita Stunting di Maluku. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(5), 199–202. <https://www.forikes-ejournal.com/ojs-2.4.6/index.php/SF/article/view/sf12nk137/12nk137>
- Suprayitno, E., Hannan, M., Hidayat, S., Mulyadi, E., & Oktavianisya, N. (2023). Pendampingan Isi Piringku Untuk Mencegah Stunting. *JPMAS : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 1–5. <https://jurnal.alungcipta.com/index.php/jpmas/article/view/127>