

Edukasi Isi Piringku Sebagai Pencegahan Stunting di Indonesia Terhadap Sustainable Development Goals (SDGs)

Aulia Miftakhuljannah¹, Nursiwi Nugraheni²

¹²Program Studi PPG Prajabatan PGSD, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Email: ppg.auliamiftakhuljannah99230@program.belajar.id¹, nursiwi@mail.unnes.ac.id²

Abstrak

Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh kegiatan isi piringku sebagai pencegahan stunting di Indonesia terhadap *Sustainable Development Goals* (SDGs). Lokasi penelitian di SD Negeri Lemponsari Semarang. Sampel berupa seluruh siswa kelas 1 sampai 6 di SD Negeri Lemponsari Semarang. Pemberian edukasi yang ada mengacu pada teori *Beaviour Centered Design* (BCD). Strategi komunikasi yang digunakan berupa perubahan perilaku yang menggunakan penggabungan *Behaviour Communication*. Pelaksanaan tatap muka secara menyenangkan. Hasil penelitian didapatkan bahwa kegiatan edukasi isi piringku di SD Lemponsari Semarang berlangsung antusias dan mendapat respon secara baik bagi peserta kegiatan dengan melibatkan wali murid dalam pembuatan bekal gizi seimbang untuk anak.

Kata Kunci: *Edukasi, Isi Piringku, Stunting, SDGs*

Article Info

Received date: 18 March 2024

Revised date: 25 March 2024

Accepted date: 04 March 2024

PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tingkat stunting di Indonesia masih berada di angka 21,6% pada tahun 2023 masih dibawah target rata-rata sebesar 14%. Pencapaian penurunan angka stunting pada tahun 2024 adalah diangka 14% sesuai dengan target pemerintah yang tertuang dalam Perpres (peraturan presiden) nomor 72 tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting (Zaleha & Idris, 2022). Sehingga masih kurang maksimal pencegahan stunting di Indonesia supaya penurunan angka stunting dapat tercapai di angka 14%.

Ketercapaian penurunan angka stunting juga didukung oleh pemerintah dan seluruh masyarakat serta lembaga pendidikan sebagai upaya untuk mencapai target nasional dan *Sustainable Development Goals* (SDGs) pada tahun 2030 (Bizikova et al., 2020). Tanpa stunting memiliki keterkaitan dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu tanpa kelaparan dan segala bentuk malnutrisi serta ketahanan pangan yang harus tercapai pada tahun 2030 (Ali & Aboelmaged, 2022).

Stunting merupakan penghambat pertumbuhan anak yang ditunjukkan oleh tinggi badan yang kurang dari usianya. Stunting tidak hanya tentang tinggi badan anak yang kurang, namun stunting dapat menyebabkan terganggunya perkembangan fisik dan kognitif (kecerdasan) yang tidak optimal. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian sebelumnya bahwa anak yang stunting memiliki IQ 5-11 poin di bawah IQ rata-rata anak normal di sekolah (Tampy, 2020).

Sekolah dapat menjadi sarana dalam mencapai penurunan stunting (Kurniasari & Salshabilla, 2023). Selain dalam Peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021, sekolah sebagai lembaga pendidikan ikut serta dalam memberikan berbagai kegiatan edukasi yang dapat memberikan pesan terkait upaya untuk menurunkan angka stunting di Indonesia. Salah satu nya adalah adanya program kegiatan isi piringku di Sekolah Dasar. Sekolah Dasar (SD) merupakan tempat anak-anak memperoleh dasar pengetahuan yang esensial untuk jenjang selanjutnya. Sehingga perkembangan karakter, kognitif dan keterampilan siswa perlu ditunjang dengan pemenuhan gizi seimbang di masa awal pertumbuhannya.

Isi piringku adalah pedoman dari kementrian keehatan terkait konsumsi makanan sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Menurut Mohammad et al., (2024), edukasi isi piringku di sekolah dasar merupakan suatu kegiatan yang memberikan pengetahuan terkait konsumsi makanan dengan pedoman gizi seimbang (dalam 1 piring berisi 1/3 lauk pauk, 1/3 buah, 2/3 makanan pokok berupa

karbohidrat, dan 2/3 sayur). Seluruh siswa dari kelas 1 sampai 6 diberitahukan untuk membawa makanan dan piring melamin dengan pedoman isi piringku. Hal tersebut merupakan edukasi baik untuk siswa maupun untuk orang tua siswa agar mengetahui pedoman gizi seimbang dalam sekali konsumsi

Tidak hanya itu saja, dalam isi piringku terdapat informasi untuk membatasi gula, garam dan lemak dalam konsumsi sehari-hari. Sehingga diharapkan orang tua dan para siswa dapat menerapkan edukasi isi piringku dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, kesehatan juga menjadi salah satu indikator dalam penilaian Indeks Pembangunan Manusia (IPM) atau *Human Development Index* (HDI). Pembangunan kesehatan Indonesia tahun 2020- 2024 mengacu pada Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) nomor 13 tahun 2022 tentang Perubahan Rencana Strategi Kementerian tahun 2020-2024 terkait pencapaian target nasional dan *Sustainable Development Goals* (SDGs) pada bidang kesehatan yang baik dan kesejahteraan pada tujuan ke-3. Tanpa stunting juga berkaitan pada tercapainya Tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) ke-2 dan ke-3 (Argento et al., 2020).

Tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) ke-3 yaitu tentang kehidupan sehat dan sejahtera. Kehidupan yang sehat tentunya didukung oleh asupan nutrisi yang cukup sesuai masa pertumbuhannya (Hanifah et al., 2024). Penyebab stunting yang ditemukan di Sekolah Dasar (SD) disebabkan karena kurangnya edukasi terkait stunting dan pencegahannya yang dibuktikan dengan masih banyak nya siswa dan orang tua di SD Negeri Lemponsari Semarang yang memahami bahwa konsumsi harian yang terpenting adalah nasi sebagai sumber karbohidrat tanpa mempertimbangkan hal lain yang dikonsumsi.

Hal tersebut selaras dengan penelitian sebelumnya terkait pengaruh edukasi terhadap pengetahuan anak sekolah dasar tentang isi piringku. Orang tua menjadi peranan penting dalam tumbuh kembang anaknya (Wati et al., 2022). Terdapat penelitian sebelumnya juga terkait pengaruh penyuluhan program isi piringku terhadap pengetahuan ibu dan anak. Sehingga hal tersebut selaras dengan edukasi isi piringku dalam pencegahan stunting di Indonesia terhadap *Sustainable Development Goals* (SDGs) dimana edukasi yang diberikan oleh siswa secara tidak langsung membuat orang tua siswa memahami tentang gizi seimbang.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada bulan februari 2024 kepada seluruh siswa kelas 1 sampai 6 di SD Negeri Lemponsari Semarang. Proses kegiatan awal yaitu pemberian pemaparan berupa apa itu stunting, dan hubungan isi piringku terhadap pencegahan stunting untuk tercapainya target Nasional 2024 dan tujuan SDGs tahun 2030 (Wudil et al., 2022). Masih pada hari yang sama, memberikan arahan terkait menu harian makanan yang keesokan harinya harus disiapkan untuk dibawa ke sekolah sesuai program isi piringku yang telah dipaparkan penerimanya.

Kegiatan ini berlanjut pada keesokan harinya dengan mengumpulkan siswa di lapangan serta siswa membawa menu makanan yang disiapkan dari rumah. Para Guru mengecek seluruh menu makanan yang telah di bawa para siswa tiap satu kelas. Setelah itu, melakukan arahan terkait pentingnya isi piringku bagi konsumsi harian siswa terhadap perkembangan dan pencegahan stunting pada anak (Simamora et al., 2019).

Proses evaluasi edukasi isi piringku sebagai kegiatan pendampingan program gizi seimbang menggunakan metode pengambilan data berupa tes dan angket (Arimbawa, 2020). Tes berupa soal sederhana terkait isi piringku dan angket pernyataan respon difokuskan pada 4 aspek yaitu materi, penyajian, edukasi pelatihan, dan evaluasi. Sedangkan ketercapaian keberhasilan yaitu respon para siswa terkait pengetahuan giziseimbang dalam konsumsi sehari-hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kegiatan isi piringku di Sekolah Dasar merupakan kegiatan yang dapat memberikan edukasi atau pengetahuan terkait gizi seimbang untuk mencegah stunting terhadap tercapainya tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) (Thakur et al., 2022). Edukasi ini secara tidak langsung memberikan pengetahuan juga bagi orang tua sebagai seseorang yang menyiapkan menu makanan bagi anak. Menekankan bahwa pentingnya menu makanan sesuai gizi seimbang di usia perkembangan anak (Sjamsuddin & Surtimanah, 2023). Pemberian edukasi yang ada mengacu pada teori *Behaviour Centered Design* (BCD). Strategi komunikasi yang digunakan berupa perubahan perilaku yang menggunakan penggabungan *Behaviour Communication*. Pelaksanaan secara tatap

muka secara menyenangkan.

Beaviour Communication adalah proses interaktif dengan tujuan mencapai perubahan perilaku positif antara individu, kelompok maupun masyarakat (Soekatri et al., 2020). Sasaran kegiatan ini adalah agar orang tua dan para siswa mengetahui pentingnya gizi seimbang untuk mencegah stunting terhadap tercapainya salah satu tujuan SDGs dan target nasional. Tidak hanya itu, secara tidak langsung juga memberikan pengetahuan terkait pentingnya makanan yang dikonsumsi harian terhadap tumbuh kembang para siswa. Gizi yang baik untuk anak sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang baik dari ibu dalam pemilihan makanan bergizi serta seimbang (Taqwin et al., 2020).

Awal kegiatan yang dilakukan yaitu para siswa diminta menggambar makanan dalam satu piring yang sering mereka makan sehari-hari untuk sarapan dengan penanda porsi terbanyak dan terkecil dari masing-masing bahan makanan yang mereka konsumsi. Hasilnya, banyak sekali siswa yang menggambarkan jumlah kandungan nasi paling banyak pada piring dan belum adanya pemenuhan sayur maupun buah di dalam nya serta menggabungkan karbohidrat dengan karbohidrat sebagai lauk seperti konsumsi mie instan dengan nasi. Setelah itu, dilanjutkan pemaparan berupa pengertian stunting, dan hubungan isi piringku terhadap pencegahan stunting untuk tercapainya target Nasional 2024 dan tujuan SDGs pada tahun 2030 (Susiatiningsih & Wardhani, 2024).

Kegiatan selanjutnya meminta para siswa untuk membawa piring melamin dan bekal makanan sesuai pedoman isi piringku yang telah dipaparkan pemateri. Setelah itu, keesokan harinya seluruh siswa dikumpulkan di lapangan sekolah untuk makan bersama dengan bekal yang telah mereka bawa dari rumah. Seluruh siswa antusias mengikuti kegiatan tersebut dibuktikan dengan tidak ada siswa yang tidak membawa bekal makanan.

Setelah tertata rapi, para siswa mulai memindahkan bekal ke piring melamin yang telah dibawanya. Berdasarkan hasil pengamatan, para siswa telah membawa apa yang diminta sesuai perintah dengan pedoman isi piringku. Komposisi dalam satu piring sudah sesuai dengan pedoman gizi seimbang untuk tumbuh kembang anak.



Gambar 1. Kegiatan Isi Piringku

Pelaksanaan Edukasi Isi Piringku Menurut Fitriani (2021), terdapat edukasi pada pedoman isi piringku yaitu dalam 1 piring berisi 1/3 lauk pauk, 1/3 buah, 2/3 makanan pokok berupa karbohidrat, dan 2/3 sayur. Para siswa juga dianjurkan untuk membatasi konsumsi gula maksimal 4 sdm (sendok makan), garam 1sendok teh, dan lemak/minyak sebanyak 5 sendok makan per harinya (Sugiharto et al., 2021). Berdasarkan Umasugi (2021), edukasi adalah pemberian pengetahuan tentang hal tertentu sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman terhadap seseorang maupun masyarakat (Sari et al., 2022).

Edukasi dapat memberikan banyak manfaat untuk kehidupan. Edukasi dapat mengasah keterampilan individu diantaranya keterampilan akademik, keterampilan sosial, keterampilan komunikasi, dan keterampilan teknis. Edukasi isi piringku di Sekolah Dasar diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para siswa dan secara tidak langsung memberikan peningkatan pengetahuan dan keterampilan wali murid sebagai orang tua dalam menyiapkan gizi seimbang bagi anak (Febriani et al., 2020).

Pencegahan adalah suatu proses, cara, tindakan mencegah atau menaham sesuatu hal agar sesuatu tersebut tidak terjadi. *Sustainable Development Goals* (SDGs) termasuk dalam komitmen global dan nasional sebagai upaya untuk mensejahterakan masyarakat mencakup 17 tujuan dan sasaran global tahun 2030 yang dideklarasikan oleh negara maju dan berkembang pada Sidang Umum PBB bulan September 2015 (Ahmed et al., 2021). 17 Tujuan SDGs adalah (1) Tanpa Kemiskinan; (2) Tanpa Kelaparan; (3) Kehidupan Sehat dan Sejahtera; (4) Pendidikan Berkualitas; (5) Kesenjangan Gender; (6) Air Bersih dan Sanitasi Layak; (7) Energi Bersih dan Terjangkau; (8) Pekerjaan Layak dan Pertumbuhan Ekonomi; (9) Industri, Inovasi dan Infrastruktur; (10) Berkurangnya Kesenjangan; (11) Kota dan Permukiman yang Berkelanjutan; (12) Konsumsi dan Produksi yang Bertanggung Jawab; (13) Penanganan Perubahan Iklim; (14) Ekosistem Lautan; (15) Ekosistem Daratan; (16) Perdamaian, Keadilan dan Kelembagaan yang Tangguh; (17) Kemitraan untuk Mencapai Tujuan (Daher-Nashif et al., 2020).

SIMPULAN

Kegiatan edukasi isi piringku untuk mencegah stunting di Indonesia terhadap *Sustainable Development Goals* (SDGS) di Sekolah Dasar menghasilkan adanya peningkatan dan antusias dari para siswa dan kerjasama yang baik dari wali murid selaku orang tua dalam pemberian bekal yang telah sesuai program isi piringku terkait gizi seimbang. Diharapkan orang tua selalu memperhatikan asupan bagi anak sesuai dengan gizi seimbang. Tanpa stunting berpengaruh terhadap tercapainya tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGS) pada tujuan ke-2 yaitu tanpa kelaparan dan segala bentuk malnutrisi serta ketahanan pangan yang harus tercapai pada tahun 2030 dengan adanya pengetahuan gizi seimbang dapat mengurangi kasus stunting di Indonesia. SDGs pada tujuan ke-3 yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala usia, tanpa stunting mampu meningkatkan kehidupan yang lebih sehat dan meningkatkan kesejahteraan bagi semua kalangan (Green et al., 2021).

REFERENSI

- Ahmed, A. A., Nazzal, M. A., & Darras, B. M. (2021). Cyber-physical systems as an enabler of circular economy to achieve sustainable development goals: A comprehensive review. *International Journal of Precision Engineering and Manufacturing-Green Technology*, 1-21.
- Ali, I., & Aboelmaged, M. G. S. (2022). Implementation of supply chain 4.0 in the food and beverage industry: perceived drivers and barriers. *International Journal of Productivity and Performance Management*, 71(4), 1426-1443.
- Argento, D., Einarson, D., Mårtensson, L., Persson, C., Wendin, K., & Westergren, A. (2020). Integrating sustainability in higher education: a Swedish case. *International Journal of Sustainability in Higher Education*, 21(6), 1131-1150.
- Bizikova, L., Jungcurt, S., McDougal, K., & Tyler, S. (2020). How can agricultural interventions enhance contribution to food security and SDG 2.1?. *Global FoodSecurity*, 26, 100450.
- Daher-Nashif, S., & Bawadi, H. (2020). Women's health and well-being in the united nations sustainable development goals: A narrative review of achievements and gaps in the gulf states. *International journal of environmental research and public health*, 17(3), 1059.
- Febriani, A. D. B., Daud, D., Rauf, S., Nawing, H. D., Ganda, I. J., Salekede, S. B., ... & Sarmila, B. (2020). Risk factors and nutritional profiles associated with stunting in children. *Pediatric gastroenterology, hepatology & nutrition*, 23(5), 457.
- Fitriani, A. (2021). Edukasi Isi Piringku Kepada Guru dan Orangtua untuk Meningkatkan Keragaman Makanan dari Aspek Sayur dan Buah pada Siswa SD di Jakarta. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(5), 2755-2769.
- Hanifah, A. N., Pannyiwi, R., Wahyuni, T., & Ramli, R. (2024). Knowledge of Balanced Nutrition among High School Students in Makassar City South Sulawesi. *International Journal of Health Sciences*, 2(1), 273-280.
- Kurniasari, I., & Salshabilla, A. (2023, December). Designing Learning Materials Oriented Towards Project-based Learning on Statistics for 7th-grade Students. In *International Joint Conference on Arts and Humanities 2023 (IJCAH 2023)* (pp.1935-1954). Atlantis Press.
- Mohamad, S. N., Akolo, I. R., Napu, D. D., & Sarif, S. (2024). Edukasi dan Sosialisasi Isi Piringku pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Al-Falah Kabupaten Gorontalo. *Pandawa: Pusat Publikasi*

- Hasil Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 114-121.
- Sari, F. K., Nabawiyah, H., Kharisma, K., Rahmatul, M., & Alifitria, S. (2022). Edukasi Isi Piringku Untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas 4, 5, Dan 6 Madrasah Ibtidaiyah Nurussalam Mantingan Ngawi. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 3989-3994.
- Simamora, V., Santoso, S., & Setiyawati, N. (2019). Stunting and development of behavior. *International Journal of Public Health Science*, 8(4), 427-431.
- Sjamsuddin, I. N., & Surtimanah, T. (2023). Analysis of Healthy Lifestyles According to Digital Health Literacy in Adolescent Girls Aged 11-19 Years. *International Journal of Health Literacy and Science*, 1(2), 15-24.
- Soekatri, M. Y., Sandjaja, S., & Syauqy, A. (2020). Stunting was associated with reported morbidity, parental education and socioeconomic status in 0.5–12-year-old Indonesian children. *International journal of environmental research and public health*, 17(17), 6204.
- Sugiharto, S., Hey, C. C., Supinganto, A., & Uly, N. (2021). Healthy eating: A concept analysis. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 4(1), 18-27.
- Susiatiningsih, R. H., & Wardhani, C. A. (2024). Lokalitas dalam Globalisasi: Upaya Pencerahan Akan Konsep Localizing SDGs Desa di Kecamatan Adiwerna Kabupaten Tegal. *Dedikasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 434-448.
- Sweileh, W. M. (2020). Bibliometric analysis of scientific publications on “sustainable development goals” with emphasis on “good health and well-being” goal (2015– 2019). *Globalization and health*, 16, 1-13.
- Tahangnacca, M., Amiruddin, R., & Syam, A. (2020). Model of stunting determinants: A systematic review. *Enfermería Clínica*, 30, 241-245.
- Tampy, S. T. (2020). The associations between anemia, stunting, low birthweight, and cognitive ability in Indonesian children: an analysis from Indonesian family life survey.
- Taqwin, T., Ramadhan, K., Hadriani, H., Nasrul, N., Hafid, F., & Efendi, F. (2020). Prevalence of stunting among 10-year old children in Indonesia. *Journal of Global Pharma Technology*, 12(2), 768-773.
- Thakur, A. K., Mandal, K. G., Mohanty, R. K., & Uphoff, N. (2022). How agroecological rice intensification can assist in reaching the Sustainable Development Goals. *International Journal of Agricultural Sustainability*, 20(2), 216-230.
- Umasugi, M. T. (2021). Sosialisasi dan Edukasi Pemberian Vaksin Sebagai Upaya Trust Pada Masyarakat Kota Ambon. *Journal of Human and Education (JAHE)*, 1(2), 5-7
- Wati, K., Kartini, A., & Rahfiludin, M. Z. (2022). Determinant Factors: Literature Review Study on Stunting Incidence in Toddlers. *International Journal of Health, Education & Social (IJHES)*, 5(2), 8-20.
- Wudil, A. H., Usman, M., Rosak-Szyrocka, J., Pilař, L., & Boye, M. (2022). Reversing years for global food security: A review of the food security situation in Sub-Saharan Africa (SSA). *International Journal of environmental research and PublicHealth*, 19(22), 14836.
- Zaleha, S., & Idris, H. (2022). Implementation of stunting program in Indonesia: A narrative review. *Indonesian Journal of Health Administration*, 10(1), 143-151.