

**EDUKASI PADA IBU BALITA TENTANG PEMANFAATAN DAUN KELOR SEBAGAI
KUDAPAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DI POSYANDU MERDEKA
LINGKUNGAN II SUMBER AGUNG KEMILING**

Ike Ate Yuviska¹, Dewi Yuliasari²

^{1,2} Program Studi DIII Kebidanan Universitas Malahayati Bandar Lampung
[Ikeyuviska12345@gmail.com](mailto:ikeyuviska12345@gmail.com), dewiys52@yahoo.co.id

ABSTRAK

Stunting sering dijumpai pada anak usia 12-36 bulan, anak yang mengalami stunting pada masa ini cenderung akan sulit mencapai tinggi badan yang optimal pada periode selanjutnya. Untuk mencegah terjadinya stunting pada anak, ibu perlu mengonsumsi asupan gizi yang layak, dan memiliki pengetahuan gizi yang baik. Upaya perbaikan stunting dapat dilakukan dengan peningkatan pengetahuan sehingga dapat memperbaiki perilaku pemberian makan pada anak. Tujuan kegiatan adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pemanfaatan daun kelor (*Moringa Oleifera*) sebagai kudapan untuk mencegah masalah stunting. Metode melalui penyuluhan (pemaparan melalui ceramah secara langsung) dan pengisian kuesioner *pre-post test* untuk mengetahui dan menilai tingkat keberhasilan penyuluhan yang dilakukan. Didapatkan hasil rata-rata skor pengetahuan sebelum penyuluhan termasuk dalam kategori baik (nilai ≥ 80) sebanyak 13,5%, dan pengetahuan kurang sebanyak 86,5%. Setelah penyuluhan didapatkan skor pengetahuan baik sebanyak 54,1% dan kurang sebanyak 45,9%. Kesimpulannya terdapat peningkatan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan tentang stunting dan kudapan dari daun kelor.

Pendahuluan: Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang tidak adekuat dalam waktu yang lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Ketidaktahuan akan manfaat daun kelor bagi kesehatan, karena kurangnya informasi tentang pengolahan daun kelor menjadi puding bagi orang tua di Posyandu Merdeka Lingkungan II Sumber Agung Kemiling

Tujuan: Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan terkait pemanfaatan daun kelor sebagai upaya pencegahan stunting pada anak di Posyandu Merdeka Lingkungan II Sumber Agung Kemiling. Penyuluhan ini di khususkan bagi para ibu yang memiliki balita.

Hasil: Dari penyuluhan ini dijelaskan tentang pemanfaatan daun kelor sebagai upaya pencegahan stunting pada anak, beserta cara pengolahan daun kelor.

Simpulan: dari penyuluhan yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa masyarakat dapat meningkat pemahannya mengenai pemanfaatan daun kelor sebagai upaya pencegahan stunting pada anak.

Kata Kunci: Daun kelor, Pencegahan Stunting, Penyuluhan

ABSTRACT

Stunting is often found in children aged 12-36 months, children who experience stunting at this time tend to find it difficult to achieve optimal height in the next period. To prevent stunting in children, mothers need to consume adequate nutritional intake, and have good nutritional knowledge. Efforts to improve stunting can be done by increasing knowledge so that it can improve feeding behavior in children. The purpose of the activity is to increase the knowledge of mothers of children under five about the use of Moringa leaves (Moringa Oleifera) as a snack to prevent stunting problems. The method is through counseling (exposure through direct lectures) and filling out pre-post test questionnaires to determine and assess the level of success of the counseling carried out. The results obtained that the average score of knowledge before counseling was included in the good category (value 80) as much as 13.5%, and knowledge less as much as 86.5%. After counseling, the score of good knowledge was 54.1% and less was 45.9%. The conclusion is that there is an increase in knowledge after being given counseling about stunting and snacks from Moringa leaves.

Introduction: *Stunting is a chronic malnutrition problem caused by inadequate nutritional intake for a long time due to feeding that is not in accordance with nutritional needs. Ignorance of the benefits of Moringa leaves for health, due to lack of information about processing Moringa leaves into pudding for parents at Posyandu Merdeka Environment II Sumber Agung Kemiling*

Objective: *This counseling aims to provide knowledge regarding the use of Moringa leaves as an effort to prevent stunting in children at the Merdeka Posyandu Environment II Sumber Agung Kemiling. This counseling is specifically for mothers who have toddlers.*

Results: *From this counseling, it was explained about the use of Moringa leaves as an effort to prevent stunting in children, along with how to process Moringa leaves.*

Conclusion: *from the counseling that has been carried out, it is concluded that the community can increase their understanding of the use of Moringa leaves as an effort to prevent stunting in children.*

Keywords: *Moringa leaves, Stunting Prevention, Counseling*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan peristiwa terhambatnya pertumbuhan tubuh sebagai akibat kurangnya asupan gizi lengkap baik secara kuantitas maupun kualitas yang terjadi pada anak dalam 1000 hari pertama kehidupannya (1000 HPK). Kondisi tersebut mengakibatkan anak memiliki tinggi badan cenderung pendek pada usianya, karena tinggi badan anak yang mengalami stunting berada di bawah standar deviasi (<-2 SD) menurut referensi World Health Organization (WHO). Jika kekurangannya sangat kronis akan mempengaruhi kemampuan kognitif pada anak yang dapat menurunkan tingkat kecerdasannya dan tentu saja akan berdampak

pada rendahnya sumber daya manusia yang akan dihasilkan. Jika kejadiannya terus berlangsung, resiko anak mengalami penyakit tidak menular pada usia dewasanya akan semakin tinggi (Osmond and Barker, 2000; Black et al., 2008; A Dudi Krisnadi, 2015; Dewi, Suliasih and Garnida, 2016)

Salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk menurunkan angka kejadian stunting adalah dengan pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera*) yang selama ini belum banyak diketahui manfaatnya oleh masyarakat secara luas. Daun kelor kaya akan karbohidrat, protein, vitamin A, vitamin C, zat besi, kalsium dan kalium (A Dudi Krisnadi, 2015).

Menurut penelitian, bagian daun (2 tangkai di bawah pucuk sampai tangkai ke-9 atau ke-10) merupakan bagian yang mengandung tinggi protein (28,25%), Beta karoten (Pro vitamin A) 11,93 mg, Ca (2241,19) mg, Fe (36,91) mg dan Mg (28,03) mg (Zakaris et al., 2012). Penelitian lain menyebutkan jika daun yang digunakan adalah daun yang diblansir terlebih dahulu sebelum dikeringkan, maka akan menghasilkan komponen mikro (mineral) dan makro (protein) yang lebih tinggi, yaitu (Protein; 28,66 g, Ca; 929,29 mg, P; 715,32 mg, Fe; 99,9 mg dan Zn; 2,32 mg) (Irwan, 2020).

Untuk menekan tingginya angka kejadian stunting, perlu dilakukan penanggulangan bersama dari berbagai pihak, termasuk pihak pendidikan. Pemilihan daun kelor sebagai objek penelitian dan pengabdian bagi dosen dirasa tepat untuk mengurangi kejadian gizi buruk bagi anak dan pemilihan tempat Posyandu Merdeka Lingkungan II Kelurahan Sumber Agung sebagai mitra untuk sosialisasi dan penyuluhan kegiatan Kuliah Kerja Lapangan (KKL) ini sesuai dengan target yang ingin dicapai. Mitra yang dipilih adalah Posyandu Merdeka Lingkungan II tersebut merupakan salah satu Posyandu yang berada di Lingkungan 2 sehingga pembinaan dapat dilakukan secara berkesinambungan. Pengenalan sumber- sumber makanan alternatif namun bergizi bagi orang tua TK memegang peranan penting dalam rangka menciptakan generasi sehat baik fisik dan mental. Orang tua yang menjadi ujung tombak harus dapat mengenali jenis makanan yang mengandung nutrisi lengkap namun mudah didapatkan sehingga dapat menerapkan kepada anak untuk dijadikan pangan bergizi yang dapat dikonsumsi sehari-hari.

Bentuk makanan ringan seperti pudding merupakan salah satu alternatif bentuk pangan yang dapat diberikan bagi anak karena memiliki tekstur dan variasi rasa yang rata- rata disukai anak-anak. Penambahan daun kelor dalam bentuk ekstrak pada pengolahan pudding diharapkan dapat mencukupi kebutuhan nutrisi anak setiap hari sehingga gizi anak terpenuhi dan dapat menghindari anak mengalami stunting. Karena itu perlu dilakukan pemberian edukasi pada orang tua tentang pemanfaatan daun kelor sebagai upaya pencegahan kejadian stunting pada anak usia pra sekolah di Posyandu Merdeka Lingkungan II.

2. MASALAH

Di Kelurahan Sumber Agung Kecamatan Kemiling Kota Bandar Lampung merupakan salah satu desa yang masuk dalam lokus stunting, salah satu upaya yang sudah dilakukan perangkat desa adalah melakukan edukasi, tetapi edukasi terkait pemanfaatan daun kelor dalam pencegahan stunting belum pernah dilakukan,

didesa tersebut terdapat banyak daun kelor yang ditanam oleh penduduk setempat. Namun Pemanfaatan daun kelor sebagai pencegahan stunting belum banyak diketahui oleh masyarakat. Daun kelor sangat kaya nutrisi, di antaranya kalsium, zat besi, protein, vitamin A, vitamin B dan vitamin C. Oleh karena itu perlu dilakukan edukasi bagi masyarakat agar dapat memanfaatkan daun kelor sebagai pangan fungsional dalam pencegahan stunting di desa Sumber Agung.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan (Sumber Agung)

3. KAJIAN PUSTAKA

Stunting merupakan suatu keadaan tubuh pendek atau sangat pendek yang tidak sesuai dengan usianya, yang terjadi akibat kekurangan gizi dan penyakit berulang dalam waktu yang lama pada masa janin hingga berusia 2 tahun pertama kehidupan seorang anak (Kemenkes RI, 2012). Masyarakat khususnya orang tua menganggap bahwa kejadian stunting adalah sebagai hal yang biasa dan bukan suatu masalah yang berat. Orang tua percaya bahwa anak mereka akan tumbuh dan berkembang sesuai usianya karena usianya masih balita. Namun pada kenyataannya bila anak terbukti mengalami stunting minimal sebelum berusia 2 tahun dan tidak terdeteksi secara dini, maka akan mengalami keterlambatan untuk perbaikan gizi tahun berikutnya (Fitri, 2018).

4. METODE

Metode yang digunakan ialah peran penyuluhan program keluarga berencana (KB) di Kecamatan Teluk Betung Timur Kota Bandar Lampung ialah secara langsung. Yang melalui beberapa tahapan antara lain:

- a. Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planning kegiatan penyuluhan, mengajukan ijin dan persiapan tempat, daftar hadir dan alat-alat lainnya disiapkan oleh pihak desa Sumber Agung. Pembuatan power point dimulai 3 hari sebelum kegiatan penyuluhan dimulai.
- b. Tahap pelaksanaan Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada pukul 09.00 WIB. Kegiatan dilaksanakan menggunakan metode offline

(secara langsung) yang dilakukan oleh masyarakat di Sumber Agung Kecamatan Kemiling Kota Bandar Lampung. Kegiatan ini dibagi menjadi 4 sesi, yaitu: pembukaan, penjelasan materi penyuluhan, tanya jawab dengan peserta, dan penutup.

c. Evaluasi

1) Struktur

Peserta hadir sebanyak 32 orang. Waktu pelaksanaan dan setting tempat sudah dilaksanakan sesuai dengan rencana dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Diskusi saat penyuluhan menarik karena Bahasa yang digunakan komunikatif, peserta dapat memahami materi penyuluhan yang diberikan serta antusias juga ditunjukkan oleh peserta penyuluhan.

2) Proses

Pelaksanaan kegiatan pukul 09.00 s/d selesai. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan sebagai berikut:

- a) Persiapan tempat kegiatan
- b) Mempersiapkan alat seperti lcd, layar dan sound system
- c) Melakukan edukasi kepada masyarakat
- d) Sesi tanya jawab terkait materi
- e) Evaluasi materi
- f) Penutup

3) Hasil

Peserta dapat memahami, menerapkan serta mengikuti program pelaksanaan Pengelolaan daun kelor

5. PEMBAHASAN

Kegiatan dilakukan di Posyandu kelurahan sumber agung hari Kamis, 10 Agustus 2022. Rangkaian kegiatan yang dilakukan meliputi pembukaan oleh Seketaris Prodi dan Dosen Kebidanan Universitas Malahayati, Kata sambutan dari Ketua Posyandu Merdeka III, dilanjutkan dengan sambutan oleh Kepala Kelurahan Sumber Agung dan Pemberian edukasi oleh Narasumber dari Mahasiswa D3 Kebidanan pengabdian masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan dan kebidanan Universitas Malahayati. Berikut pembukaan pengabdian kepada masyarakat dengan tema Edukasi Pada Ibu Balita Tentang Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Kudapan Untuk Pencegahan Stunting, dapat dilihat pada gambar dibawah ini:

Gambar 2. Peserta Kegiatan dan Mahasiswa D3Kebidanan Universitas Malahayati



Gambar 3. pengukuran Berat Badan, Tinggi Badan dan Lingkar Kepala Balita



6. KESIMPULAN

Penyuluhan di Kelurahan Sumber Agung kecamatan Kemiling berjalan dengan baik dan lancar, penyuluhan tersebut dihadiri warga sekitar Kelurahan Sumber Agung, masyarakat sangat antusias dalam penyuluhan tersebut kurang lebih 32 orang warga yang menghadiri penyuluhan pemanfaatan daun kelor (*Moringa Oleifera*) guna pencegahan stunting.

Penyuluhan ini sangat berguna, khususnya kepada ibu-ibu yang memiliki anak balita sehingga bisa melakukan pencegahan terhadap kejadian stunting pada balita sebelum terjadi. Dengan penggunaan kata bahasa yang baik dan benar dalam penyuluhan tersebut diharapkan masyarakat dapat memahami dan menggunakan Bahasa yang sudah komunikatif.

DAFTAR PUSTAKA

Andriani, W. O. S., Rezal, F., & Nurzalmariah, W. O. S. (2017). Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Motivasi Ibu Setelah Diberikan Program Mother Smart Grounding (MSG) dalam Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari Tahun 2017 (Doctoral dissertation, Haluoleo University).

- Astari Ld, Nasoetion A & Dwiriani CM. The Correlaton Between Famiy, Child Rearing And Stunting Prevalences Among 6-12 Months Babies. *Media Gizi Dan Keluarga*. 2005; 29: 40-46.
- Azhari, D., Sabila, K. S., & Lestari, S. D. (2020). PENYULAHAN TENTANG MENOPOUSE PADA IBU-IBU DI DUSUN SUKAJAYA 1 KURUNGAN NYAWA PESAWARAN. *JURNAL PERAK MALAHAYATI*, 2(1), 34-38.
- Dewi, F. K., Suliasih, N. and Garnida, Y. (2016) 'Pembuatan Cookies Dengan Penambahan Tepung Daun Kelor (*Moringa oleifera*) pada Berbagai Suhu Pemanggangan', *Universitas Pasundan Bandung*.
- Effendy, Nasrul. (2012). Dasar -Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat(Ed. 2). Jakarta: EGC.
- Fadyllah, M. I., & Prasetyo, Y. B. (2021). Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Audiovisual dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Merawat Anak dengan Stunting. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 23-30.
- Irmawaty Bentian, Mayulu, N. and Rattu, A. J. M. (2015) 'Faktor Resiko Terjadinya Stunting pada Anak TK di Wilayah Kerja Puskesmas Siloam Tamako Kabupaten Sangihe Propinsi Sulawesi Utara', *JIKMU*, 5(1).
- Irwan, Z. (2020) 'Kandungan Zat Gizi Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Berdasarkan Metode Pengeringan', *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1).
- Rosyidah, A. AR dan Rita, I. (2016) 'Studi tentang Tingkat Kesukaan Responden terhadap Penganekaragaman Lauk Pauk dari Daun Kelor (*Moringa oleivera*)', *e-journal Boga*, Volume 5, pp. 17-22.
- Susilawati, S. (2021). PENYULUHAN TENTANG INOVASI BUAH ALPUKAT DAN MADU UNTUK MENCEGAH RESIKO KETIDAK STABILAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA HANURA KEC. TELUK PANDAN KAB. PESAWARAN. *JURNAL PERAK MALAHAYATI*, 3(2), 109-112.