

EDUKASI TENTANG PEMANFAATAN DAUN KELOR (*MORINGA OLEIFERA*) GUNA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA CENRANA KEC PANCA LAUTANG

Indirwan Hasanuddin^{1*}, Jumiarsih Purnama AL², Sulaeman S³, Muhammad
Ardianto Rodin⁴, St. Nurbaya⁵, Nur Laela⁶, Suparta⁷

¹⁻⁷ Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Email Koresponden: indirwan.hasanuddin02@gmail.com

Disubmit: 23 Maret 2022 Diterima: 12 April 2022 Diterbitkan: 01 Agustus 2022
DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6418>

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kesehatan yang harus diperhatikan dan ditangani sejak dini, karena berdampak sangat panjang untuk kehidupan seseorang. Selain itu, stunting dapat berpengaruh pada anak balita pada jarak panjang yaitu mengganggu kesehatan, pendidikan serta produktifitasnya dikemudian hari Balita stunting cenderung akan sulit mencapai potensi baik secara pertumbuhan dan perkembangan yang optimal baik secara fisik maupun psikomotor. Konsumsi daun kelor merupakan salah satu alternatif untuk mengatasi kasus stunting. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kepada ibu-ibu balita didesa cenrana dalam memanfaatkan daun kelor sebagai salah satu alternative dalam pencegahan stunting. Target yang diharapkan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu-ibu balita dan masyarakat tentang sadar stunting, meningkatkan partisipasi masyarakat dalam pemberdayaan potensi lokal untuk perbaikan gizi anak balita. Metode pelaksanaan yakni melaksanakan penyuluhan dengan memberikan materi meliputi pengertian stunting, penyebab balita stunting, cara mencegah stunting, serta manfaat daun kelor untuk mencegah stunting. Hasil evaluasi dari kegiatan ini adalah terlihat ibu-ibu balita bias mengerti manfaat daun kelor untuk pencegahan stunting. Setelah kegiatan ini diharapkan ibu-ibu balita dan masyarakat desa cenrana dapat memanfaatkan daun kelor tersebut dalam kehidupan sehari-hari agar mengurangi masalah stunting.

Kata Kunci: Daun Kelor, Ibu-Ibu Balita, Stunting.

ABSTRACT

Stunting is a health problem that must be considered and handled early because it has a very long impact on a person's life. In addition stunting can affect children under five at a long distance namely interfering with their health education and productivity in the future. Stunting toddlers tend to find it difficult to reach their potential both in terms of optimal growth and development both physically and psychomotor. Consumption of Moringa leaves is an alternative to overcome stunting cases. The purpose of this activity is to increase knowledge to mothers of toddlers in the village of cenrana in utilizing

Moringa leaves as an alternative in preventing stunting. The expected target of this activity is to increase the knowledge of mothers of children under five and the community about stunting awareness increase community participation in empowering local potential to improve nutrition for children under five. The method of implementation is to carry out counseling by providing material including the understanding of stunting the causes of stunting for toddlers how to prevent stunting and the benefits of Moringa leaves to prevent stunting. The results of the evaluation of this activity showed that mothers of toddlers could understand the benefits of Moringa leaves for stunting prevention. After this activity it is hoped that mothers of toddlers and the community of Cenrana village can use the Moringa leaves in their daily lives to reduce stunting problems.

Keywords: Moringa Leaves, Mothers Toddler, Stunting.

1. PENDAHULUAN

Usia di bawah lima tahun merupakan periode emas dalam menentukan kualitas sumber daya manusia yang dilihat dari segi pertumbuhan fisik maupun kecerdasan, sehingga hal ini harus didukung oleh status gizi yang baik. Seorang anak yang mengalami stunting pada masa ini cenderung akan sulit mencapai tinggi badan yang optimal pada periode selanjutnya. Hal ini dapat menyebabkan gangguan perkembangan fungsi kognitif dan psikomotor, penurunan intelektual, peningkatan risiko penyakit degeneratif serta penurunan produktivitas di masa mendatang (Astari, 2005). Menurut Offor et al., (2014) melaporkan setidaknya terdapat 300 penyakit yang dapat disembuhkan menggunakan suplemen berbahan dasar tanaman kelor. Diperkuat oleh Gopalakrishnan et al., (2016) yang menyatakan bahwa kandungan nutrisi daun kelor berfungsi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dalam tubuh, sehingga keseimbangan nutrisi akan terpenuhi dengan mengonsumsi daun kelor. Adapun keluhan penyakit yang dapat diobati dengan tanaman kelor diantaranya: gangguan penglihatan, penumpukan lemak pada liver, beri-beri, dermatitis, kulit kering, rambut pecah-pecah, pendarahan gusi, anemia, osteoporosis, dan mengatasi gangguan pertumbuhan pada anak/ stunting (Jimenez et al., 2017).

Upaya perbaikan stunting dapat dilakukan dengan peningkatan pengetahuan sehingga dapat memperbaiki perilaku pemberian makan pada anak. Salah satu upaya peningkatan pengetahuan untuk merubah perilaku pemberian makan pada anak yaitu dengan penyuluhan gizi. Daun kelor memiliki kandungan gizi yang tinggi antara lain kandungan protein 22,7%, lemak 4,65%, karbohidrat 7,92%, dan kalsium 350-50 mg (Nweze et al., 2014).

Penyuluhan gizi tentang makanan yang baik untuk mencegah stunting sangat diperlukan bagi ibu untuk bisa diterapkan pada anak balitanya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak Balita adalah dengan memberikan makanan tambahan berupa kudapan/jajanan atau snack sehat yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi Balita. Kudapan anak Balita ini bisa menggunakan bahan pangan lokal karena keterjangkauan harga serta ketersediaan bahan tersebut di lingkungan sekitar rumah tangga. Bahan pangan lokal yang berpotensi menjadi bahan makanan kudapan untuk anak balita yaitu daun kelor (*Moringa Oleifera*), diantaranya pembuatan bubur dengan tambahan

daun kelor.

Daun kelor digunakan sebagai bahan pangan untuk mengatasi masalah kekurangan gizi pada anak-anak dan ibu hamil dalam upaya untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Rahayu & Nurindahsari, 2018).

Negara seperti Afrika dan Asia memanfaatkan daun kelor untuk dikonsumsi sebagai suplemen gizi, bagi ibu hamil dan anak dalam usia pertumbuhan (Misra dan Misra, 2014). Salah satu yang paling menonjol dari kandungan tanaman kelor yaitu antioksidan, kandungan antioksidan sangat diperlukan oleh tubuh untuk menjaga sistem kekebalan dan imun tubuh agar terhindar dari penyakit. Kandungan antioksidan kelor terdapat pada daunnya yaitu tanin, steroid, triterpenoid, flavonoid, saponin, antarquinon, dan alkaloid (Kasolo et al, 2010, dalam Hardiati, 2015).

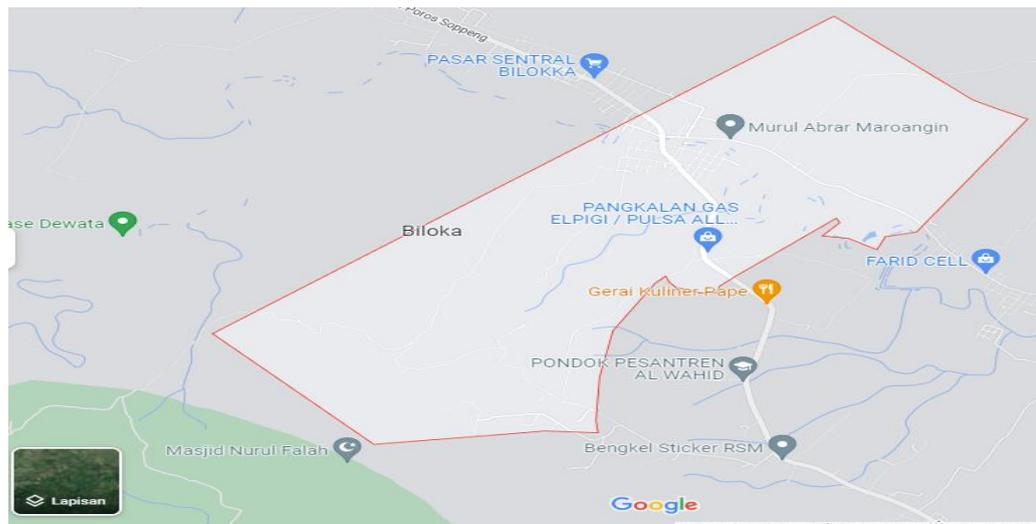
Hasil penelitian (Suryagustina, S., Araya, W., & Jumielsa, J., 2018) Berdasarkan uji Wilcoxon (p value $0,000 < 0.05$). Yang artinya adanya pengaruh pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting terhadap pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting. Penyuluhan kesehatan berfungsi sebagai upaya untuk menyampaikan informasi atau pengetahuan kepada masyarakat. Seseorang akan mengalami perubahan perilaku setelah di berikan pengetahuan (Notoadmodjo, 2014).

Berdasarkan uraian di atas, permasalahan yang dapat dirumuskan antara lain bagaimana meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan daun kelor (*Moringa Oleifera*) sebagai makanan untuk mencegah masalah stunting. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu-ibu Balita sebagai penyedia makanan bagi anak balitanya.

2. MASALAH

Permasalahan yang muncul adalah masih banyak

Di desa Cenrana Kecamatan Panca Lautang Kabupaten Sidrap 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, di desa 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 cenrana.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

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 PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan implementasi dari kerjasama antara dosen dari kampus ITKeS Muhammadiyah Sidrap dan pihak Desa Cenrana. Adapun metode pelaksanaannya yaitu:

- a. Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planning kegiatan penyuluhan, mengajukan ijin dan persiapan tempat dan alat-alat lainnya disiapkan oleh pihak desa cenrana. Pembuatan power point dimulai 3 hari sebelum kegiatan penyuluhan dimulai.
- b. Tahap pelaksanaan Kepala desa cenrana mengarahkan warga untuk berkumpul di kantor desa untuk menghadiri acara penyuluhan.
- c. Evaluasi.
 - 1) Struktur

Peserta hadir sebanyak 27 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

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilakukan di aula desa cenranapada hari Kamis, 17 Maret 2022. Rangkaian kegiatan yang dilakukan meliputi pembukaan oleh Dekan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan ITKeS Muhammadiyah Sidrap, Kata sambutan dari Kepala LPPM ITKeS Muhammadiyah Sidrap, dilanjutkan dengan sambutan oleh Kepala Desa Cenrana dan Pemberian edukasi oleh Narasumber dari team dosen pengabdian masyarakat fakultas keperawatan dan kebidanan ITKeS Muhammadiyah Sidrap.

Berikut pembukaan pengabdian kepada masyarakat dengan tema pemanfaatan daun kelor (*Moringa Oleifera*) guna pencegahan stunting, dapat dilihat pada gambardibawah ini:



Gambar 2. Peserta Kegiatan dan Team Dosen



Gambar 3. Pembukaan Kegiatan

Setelah pembukaan dan kata sambutan dilakukan pemberian edukasi oleh Pemateri, seperti pada gambar dibawah ini:



Gambar 4. Melakukan Edukasi

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah berupa penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan sasaran (ibu Balita) dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pemanfaatan daun kelor (*Moringa Oleifera*) sebagai MP-ASI untuk mencegah masalah stunting. Kegiatan penyuluhan ini menggunakan metode ceramah yakni penyampaian materi yang menjelaskan bagaimana definisi stunting, efek/dampak, serta penanganan stunting terutama melalui pemberian MP-ASI dari daun kelor (*Moringa Oleifera*).

Antusias peserta mengikuti pemberian edukasi dapat dilihat dari gambar dibawah ini:



Gambar 5. Peserta Menyimak Penjelasan Narasumber

Hasil evaluasi menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan peserta mengenai pemanfaatan daun kelor (*Moringa Oleifera*) guna pencegahan stunting setelah diberikan edukasi. Kriteria evaluasi bahwa peserta dapat menjelaskan kembali beberapa pertanyaan yang diajukan secara lisan.

Peningkatan pengetahuandapat dilakukan salah satunya melalui pendidikan kesehatan.Penyuluhan kesehatan dianggap suatu upaya untuk menjembatani adanya kesenjangan antara informasi kesehatan dan juga prakteknya.Apabila informasi kesehatan yang dimiliki telah benar maka kemudian akan menjadikan suatu motivasi untuk menerapkan informasi tersebut (Nugrahaeni,2018).

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang di lakukan oleh Wahyuningsih, R., & Darni, J. (2021) menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilaksanakan penyuluhan gizi tentang kudapan berbahan daun kelor untuk mencegah anak stunting. Berdasarkan hasil kegiatan ini telah didapatkan bahwasanya penyuluhan sangat berperan penting dalam peningkatan pencegahan stunting pada anak balita. Fungsi penyuluhan dalam pendidikan adalah sebagai upaya untuk menyampaikan informasi atau pesan pesan tentang kesehatan (Notoatmodjo, 2014).

Sejalan dengan penelitian Andriani (2017) pendidikan kesehatan melalui edukasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu untuk mencegah stunting. Meningkatnya pengetahuan terjadi karena kemauan ibu untuk mengikuti dan mengetahui manfaat dari edukasi tersebut. Dengan keefektifan penyuluhan tersebut ibu-ibu Balita dapat memperoleh pengetahuan mengenai stunting sehingga dapat meningkatkan motivasi pencegahan terjadinya stunting pada balita.

Menurut hasil penelitian yang dilakaukan oleh (Flora, R., et al, 2021) yang mengatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah di beri edukasi kesehatan dalam memanfaatkan bahan lokal yaitu daun kelor sebagai pangan fungsional untuk mencegah stunting pada anak.

Berdasarkan wawancara pelaksana pengabdian masyarakat kepada para peserta, setelah mengikuti kegiatan ini peserta merasa senang dan merasa pengetahuannya sangat banyak bertambah terkait dengan pemanfaatan

daun kelor sebagai salah satu sayuran yang dapat mencegah terjadinya stunting. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Hidayati, 2018) bahwa Pendidikan kesehatan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi suatu proses pendidikan yang berdampak padatercapainya suatu hasil pendidikan yang optimal. Pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi proses belajar, melalui pemberian pendidikan kesehatan terhadap seseorang maka dapat meningkatkan pengetahuan, sertamampu meningkatkan kemampuan perilaku untuk mencapai sehat (Fadyllah, M. I., & Prasetyo, Y. B, 2021).

Menurut (Effendy, 2012) mengungkapkan bahwa tujuan dari pemberian pendidikan kesehatan adalah agar tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya stunting pada anak balita. Peningkatan pengetahuan terjadi dikarenakan adanya kemauan dalam diri ibu untuk mengikuti dan mengetahui upaya pencegahan stunting. Berdasarkan hal tersebut kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi pemanfaatan daun kelor sangat penting dilakukan agar kejadian balita stunting bisa di atasi.

6. KESIMPULAN

Penyuluhan di Desa Cenrana kecamatan Panca Lautang berjalan dengan baik dan lancar, penyuluhan tersebut dihadiri warga sekitar Desa Cenrana, masyarakat sangat antusias dalam penyuluhan tersebut kurang lebih 27 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.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, W. O. S., Rezal, F., & Nurzalmariah, W. O. S. (2017). Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Motivasi Ibu Sesudah 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.
- 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.
- Flora, R., Febri, F., Yuliana, I., Sari, D. M., Yuliarti, Y., Appulembang, Y. A., ... & Aguscik, A. (2021). Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Minuman Siap Saji Untuk Pencegahan Stunting di Kecamatan Tuah Negeri. In Prosiding Seminar Nasional Unimus (Vol. 4).
- Gopalakrishnan, L., Doriya, K., & Kumar, D.S. (2016). Moringa oleifera: A review on nutritive importance and its medicinal application. *Journal Food Science and Human Wellnes*. 5:49-56
- Hidayati (2018). Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Kabupaten Ngada. *Crit Med Surg Nurs J*.(2):55-61.
- Jimenez, M.V., Manal, M.A., & Maria, L.V. (2017). Review: Bioactive Components in Moringa oleifera Leaves protect against Chronic Disease. *Anntioxidants*. 6(91):1-13.
- KemenkesRI. (2013). Riset kesehatan dasar 2013. 1-306.
- Kementrian Kesehatan RI. 2012. Buku Kesehatan Ibu dan Anak. Kementerian Kesehatan dan JICA. Jakarta
- Misra, S., & Misra, M. K. (2014). Nutritional evaluation of some leafy vegetable used by the tribal and rural people of south Odisha, India. *Journal of Natural Product and Plant Resources*, 4, 23-28.
- Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
- Nugrahaeni, D.E. (2018). Pencegahan balita gizi kurang melalui penyuluhan media lembar balik gizi . 113-124. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2.i1.2018.113-124>.
- Nweze, N.O, & Nwafor, F.I. (2014). Phytochemical, Proximate And Mineral Composition Of Leaf Extracts Of Moringa Oleifera Lam. *Journal of Pharmacy and Biological Science*, 9, 99-103.
- Offor, I.F., Ehiri, R.C., & Njoku, C.N. (2014). Proximate analysis and heavy metal composition of dried Moringa oleifera leaves from Oshiri Onicha L.G.A. Ebonyi State, Nigeria. *IOSR Journal of Environmental Science, Toxicology and Food Technology*. 8:57-62.
- Rahayu, T. B., & Nurindahsari, Y. A. W. (2018). Peningkatan status gizi balita melalui pemberian daun kelor (*Moringa oleifera*).
- Suryagustina, S., Araya, W., & Jumielsa, J. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Di Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 9(2), 582-591.
- Wahyuningsih, R., & Darni, J. (2021). Edukasi pada Ibu Balita tentang Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) sebagai Kudapan untuk Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 2(2), 161-165.