



EDUCATION ON THE USE OF MORINGA LEAF PUDDING IN PREVENTING STUNTING IN TODDLERS IN MONCONGLOE BULU VILLAGE, MAROS

Edukasi Pemanfaatan Puding Daun Kelor Dalam Mencegah Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Moncongloe Bulu, Kab Maros

Marliah, Misrawati, Risma

Prodi D.III Kebidanan, Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan Universitas Megarezky

Email: marliahliarocket@gmail.com

History Article

Received: tgl-bln-thn;

Accepted: tgl-bln-thn

Published: tgl-bln-thn

Published by: Program Studi Gizi

Abstract

Stunting is an event of stunted body growth as a result of a lack of complete nutritional intake both in quantity and quality that occurs in children in the first 1000 days of life (1000 HPK). This condition causes children to tend to be short in height for their age, because the height of children who are stunted is below the standard deviation (<-2 SD) according to World Health Organization (WHO) references. One alternative that can be used to reduce the incidence of stunting is by using Moringa oleifera leaves, the benefits of which have not been widely known by the wider community. Moringa leaves are rich in carbohydrates, protein, vitamin A, vitamin C, iron, calcium and potassium. The aim of the community service activities carried out is to provide information and increase knowledge regarding Moringa leaf pudding for additional nutrition, to all mothers, especially mothers who have stunted toddlers who are in the Moncongloe Bulu area, Moncongloe sub-district, Maros district. This counseling is carried out using the lecture method. and ask questions to participants. The activity was carried out on July 22 2023 with the number of participants (mothers with babies) who came to visit and carry out examinations at the health center, namely 16 people. The results obtained from this activity are all that we provide education on the use of Moringa leaf pudding to prevent stunting. The participants gave good responses and one participant even asked for further activities regarding demonstrators in processing Moringa leaf pudding

Keywords: Education, Stunting, Moringa Leaves

Abstrak

*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). 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. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah untuk memberi informasi dan penambahan ilmu*

pengetahuan mengenai puding daun kelor untuk penambahan nutrisi, kepada seluruh ibu khususnya ibu yang memiliki balita Stunting yang berada di Wilayah moncongloe Bulu, Kecamatan Moncongloe, kab maros, Penyuluhan ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab pada peserta. Kegiatan dilakukan tanggal 22 Juli 2023 dengan jumlah peserta (ibu yang memiliki bayi) yang datang berkunjung dan melakukan pemeriksaan di puskesmas yaitu 16 orang. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah semua yang kami berikan edukasi pemanfaatan puding daun kelor untuk mencegah kejadian stunting. Para peserta memberikan respon yang baik bahkan salah seorang peserta meminta untuk kegiatan selanjutnya mengenai demonstran dalam pengolahan puding daun kelor

Kata Kunci: Edukasi, Stunting, Daun Kelor



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

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 (Dewi, F.K., Suliasih, N. And Garnida. Y, 2016)

Salah satu penyebab terjadinya *stunting* adalah asupan nutrisi yang kurang seimbang, kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi, terbatasnya layanan kesehatan dan masih kurangnya akses kepada makanan bergizi dan kurangnya akses air bersih dan sanitasi (Haryani, Astuti, & Sari, 2021). Patofisiologi *stunting* karena adanya *envronmental enteric dysfunction* (EED) di mana kondisi kurang gizi, malabopsi nutrisi serta terjadinya radang menyebabkan gangguan pada struktur dan fungsi usus halus sehingga berdampak pada gangguan penyerapan nutrisi yang akan berpengaruh pada tumbuh kembang anak (Vonaesch et al., 2018) kondisi pandemi Covid-19 yang berdampak pada aspek ekonomi berpengaruh juga terhadap pemenuhan nutrisi dan gizi anak (Melyani & Alexander, 2021) Penelitian yang dilakukan di Iran menunjukkan bahwa status gizi anak juga berpengaruh terhadap perkembangan kesehatan mental anak (Rucklidge & Kaplan, 2016) yaitu pada perkembangan emosional dan sosial. (Papotot, Rompies, & Salendu, 2021)

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 (Meta Rikandi, Dkk, 2022). Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu jenis tanaman tropis yang mudah dikembangbiakkan pada semua jenis tanah karena tidak memerlukan perawatan yang intensif dan memiliki tingkat toleransi kekeringan yang sangat berbeda

dengan tanaman lain. Dengan karakteristik yang dimiliki oleh tumbuhan kelor ini dapat menjadikannya mudah ditanam dimana saja khususnya di lahan-lahan marginal agar dapat dimanfaatkan dengan baik (Diya Sri Widiyanti, 2021)

Kandungan nutrisi yang lengkap pada daun kelor tersebut dapat dijadikan sebagai alternatif sumber nutrisi lengkap yang dapat ditambahkan dalam pengolahan makanan bagi anak dalam masa pertumbuhan. Sebuah penelitian menyebutkan bahwa penggunaan 2-3 g daun kelor yang dicampurkan ke dalam makanan balita yang mengalami gizi kurang dapat menaikkan bobot badan yang lebih tinggi dibanding balita yang diberi 1 butir telur per harinya (Irwan Z, 2020).

Tingginya angka kejadian *stunting* sebagai akibat kurangnya asupan gizi yang cukup, serta keinginan untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas dengan tubuh yang kuat dan kecerdasan yang mampu bersaing di zamannya, menjadikan pengabdian tertarik untuk memberikan alternatif solusi yang kemudian dilakukan dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat. Pemanfaatan daun kelor yang banyak mengandung protein, mineral dan vitamin menjadi alternatif yang sangat potensial untuk disosialisasikan bagi masyarakat terutama yang berhubungan langsung dengan dunia anak. Daun kelor yang selama ini tidak banyak terjamah namun mengandung zat gizi lengkap, dapat dijadikan bahan tambahan atau campuran pada berbagai jenis pengolahan makanan yang kemudian diberikan kepada anak-anak. (Solang, M., Baderan, D.W.K., & Kumaji, S.S, 2019)

Bentuk makanan ringan seperti *pudding* merupakan salah satu alternatif bentuk pangan yang dapat diberikan bagi anak karena 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 Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi pemberian Puding Daun Kelor Untuk Mencegah Kejadian *Stunting* pada balita di Desa Moncongloe Bulu.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan mengumpulkan responden dalam hal ini adalah ibu yang memiliki bayi dan balita *Stunting* dan dalam pelaksanaannya tetap menerapkan protokol Kesehatan. Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu :

1. Menentukan lokasi dan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
2. Meminta izin kepada kepala Desa Moncongloe Bulu sebagai lokasi yang akan kami kunjungi untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat.
3. Koordinasi dengan bidan desa Dan Kader terkait kegiatan pengabdian kepada masyarakat
4. Pemaparan materi oleh ketua TIM mengenai Edukasi Pemanfaatan Puding Kelor dalam mencegah kejadian *stunting* pada balita

Kegiatan Penyuluhan ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi, tanya jawab dengan memberikan edukasi Pemanfaatan Puding daun kelor dalam mencegah kejadian *stunting* pada balita, Tujuannya untuk menambah dan meningkatkan pengetahuan peserta tentang Manfaat pemberian puding daun kelor untuk mencegah kejadian *stunting*.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 22 Juli 2023 di wilayah kerja moncongloe Bulu, Puskesmas Jumpandang Baru dengan sasaran seluruh ibu khususnya ibu yang memiliki bayi dan balita Stunting yang ada di wilayah kerja moncongloe bulu, pada saat melakukan kegiatan yaitu berjumlah 16 orang. Pada kegiatan ini peserta diberikan edukasi tentang pemanfaatan Puding Daun kelor dalam mencegah kejadian stunting, para peserta di berikan kesempatan untuk bertanya apabila ada yang tidak dimengerti atau belum diketahui terkait materi yang disampaikan



Gambar 1. Kegiatan Edukasi salah satu peserta



Gambar 2. Pembagian Puding Daun Kelor



Gambar 3. Puding Daun Kelor

Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah peserta dalam hal ini adalah para ibu yang memiliki balita stunting sangat menerima dan memberikan respon yang baik hal ini terlihat dari peserta yang meminta untuk diadakan kegiatan selanjutnya mengenai demonstran dalam pengolahan Puding daun kelor.

Tanaman Kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu jenis tanaman tropis yang mudah tumbuh di daerah tropis seperti Indonesia. Tanaman kelor merupakan tanaman perdu dengan ketinggian 7-11 meter dan tumbuh subur mulai dari dataran rendah sampai ketinggian 700 m di atas permukaan laut. Kelor dapat tumbuh pada daerah tropis dan subtropis pada semua jenis tanah dan tahan terhadap musim kering dengan toleransi terhadap kekeringan sampai 6 bulan (Mendieta-Araica et al, 2013).

Program kegiatan pengabdian masyarakat ini mencakup edukasi tentang *stunting*, pencegahan dan penatalaksanaan, edukasi tentang manfaat daun kelor sebagai asupan nutrisi yang sehat pendamping ASI serta demonstrasi pembuatan puding daun kelor. Daun kelor atau yang memiliki nama latin *Moringa Oleifera* adalah tanaman yang mengandung vitamin dan bisa digunakan untuk mengatasi masalah gizi pada anak. Daun kelor mengandung vitamin C, A, kalsium, kalium dan zat besi yang kualitasnya jauh lebih baik dari vitamin dan mineral yang ada dalam jeruk, wortel, bayam dan susu (Widowati, Isnawati, Alegantina, & Retiaty, 2019) selain itu daun kelor juga terbukti dapat meningkatkan imunitas tubuh (Proverawati & Nuriya, 2021) selain itu daun kelor juga mengandung arginin dan histidin, protein penting yang bisa dikonsumsi bayi untuk proses pertumbuhannya (Letlora, Sineke, & Purba, 2020).

Pengetahuan yang baik tentang *stunting* dan memudahkan mendapatkan jenis makanan, sayuran bergizi yang murah namun bernilai gizi tinggi dapat meningkatkan *awareness* para ibu dalam memberikan asupan nutrisi pada anaknya terutama dalam 100 hari pertama kelahiran. Daun kelor adalah jenis daun yang mudah didapat di sekitar kita, sehingga harapannya para ibu mampu menyediakannya bagi anak balita.

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema Edukasi pemanfaatan puding daun kelor dalam mencegah kejadian stunting pada balita di desa moncongloe Bulu, sebagai peserta adalah ibu-ibu khususnya ibu yang memiliki bayi dan balita Stunting setelah kegiatan ini terlihat terjadinya peningkatan pengetahuan peserta mengenai manfaat pemberian puding daun kelor terhadap Kejadian Stunting, hal ini terbukti adanya umpan balik peserta pada saat penyuluhan dan salah seorang peserta meminta untuk diadakan kegiatan penyuluhan selanjutnya mengenai demonstran pembuatan Puding daun kelor tersebut.

Untuk membentuk perilaku yang baik dalam keluarga terkait peningkatan gizi seperti terjadinya Stunting, dibutuhkan kegiatan penyuluhan dan pendampingan berkelanjutan yang bersifat kontinu, oleh karena itu diharapkan tenaga kesehatan bekerja sama dengan para kader terlatih untuk menjalankan perannya secara terus menerus khususnya dalam membina sasaran dalam pemberian edukasi terkait implementasi pemberian *puding daun kelor* terhadap kejadian stunting pada bayi. Selain itu perlu pembinaan kepada para kader agar memperoleh pembaruan ilmu pengetahuan dan keterampilan khususnya mengenai pemberian *puding daun kelor* terhadap kejadian stunting dengan pengetahuan mengenai hal tersebut responden memiliki bekal yang

cukup dalam memberdayakan masyarakat, misalnya dengan mengadakan demonstrasi pengolahan puding daun kelor.

Daftar Pustaka

- Aryastami, I.K., Tarigan, I. 2017. Kajian Kebijakan dan Penanggulangan Masalah Gizi Stunting di Indonesia. Badan Litbang Kementerian Kesehatan RI, Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 45, No. 4. Jakarta.
- Basri, N., Sididi, M., & Sartika. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita (24-36 Bulan). *Window of Public Health Journal*, 416-425. <https://doi.org/10.33096/woph.v1i5.98>
- 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.
- Diya Sri widiyanti. 2021. Penanggulangan masalah Stunting balita melalui pemberian makanan tambahan (PMT) Puding Kelor Di Desa Kutogirang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat siliwangi*. Volume 7 No 2. P-ISSN 2477-6629. E-ISSN 26154773
- Firmansyah, F. (2020). *Pengendalian Stunting di Era Pandemi COVID-19*. Kementerian Kesehatan RI. <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/060912-pengendalian-stunting-diera-pandemi-covid-19>
- Irwansyah, I., Ismail. D., Hakimi. M. 2017. Kehamilan remaja dan kejadian stunting anak usia 6 – 23 bulan di Lombok Barat. (*BKM Journal of Community Medicine and Public Health*) Volume 32 Nomor 6.
- Irwan, Z. (2020) 'Kandungan Zat Gizi Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Berdasarkan Metode Pengeringan', *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1).
- Isnan, W. (2017). Ragam Manfaat Tanaman Kelor (*Moringa Olieifera Lamk*) Bagi Masyarakat. *Info Teknis Eboni*, 14 (1), Pp. 63-75. Doi: <https://doi.org/10.20886/Buleboni.5096>
- Meta rikandi, Dkk (2022). Pemanfaatan Daun Kelor sebagai upaya pencegahan kejadian stunting pada anak usia pra sekolah di TK Aisyiyah 6 Padang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol 6 No 1*. Doi:<https://doi.org/10/30787/gemassika.V6i1.781>.
- Mutia, A. (2021). Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi ke-2 di Asia Tenggara. Retrieved March 19, 2022, from <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/25/prevalensi-stunting-balita-indonesia-tertinggi-ke-2-di-asia-tenggara>
- Solang, M., Baderan, D. W. K., & Kumaji, S. S. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penanganan Balita Stunting Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Sumber Protein Dan Zink Berbasis Kerang Di Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(2), 85. <https://doi.org/10.24114/jpkm.v25i2.14517>.
- Osmond, C. and Barker, D. J. P. (2000) 'Fetal, infant, and childhood growth are predictors of

coronary heart disease, diabetes, and hypertension in adult men and women',
Environmental Health Perspectives, 108(SUPPL. 3). doi: 10.1289/ehp.00108s3545

Papotot, G. S., Rompies, R., & Salendu, P. M. (2021). Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak. *Jurnal Biomedik : Jbm*, 13(3), 266–273.