

Penyuluhan Pemberian Puding Daun Kelor terhadap Balita Stunting Usia 2 tahun di Desa Nyalabu Daya Kabupaten Pamekasan

Lailatul Ainiyah¹, Yulia Paramita Rusady²

^{1,2} Universitas Islam Madura, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Lailatul Ainiyah

E-mail: lailatulaini1134@gmail.com

Abstrak

Stunting disebabkan oleh kekurangan gizi kronis sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun. Daun kelor mengandung berbagai mikronutrien penting seperti vitamin A, C, dan zat besi yang berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Penyuluhan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas puding daun kelor dalam meningkatkan status gizi balita. Metode yang digunakan adalah demonstrasi pembuatan pudding daun kelor. Hasil penyuluhan menunjukkan pemberian daun kelor secara teratur dapat membantu mencegah terjadinya stunting pada anak balita. Potensi daun kelor sebagai sumber nutrisi sangat besar. Selain untuk mencegah stunting, daun kelor juga dapat bermanfaat untuk meningkatkan daya tahan tubuh kandungan antioksidan yang tinggi dapat melindungi tubuh dari kerusakan sel dan memperkuat sistem kekebalan tubuh. Menjaga kesehatan pencernaan yaitu serat dalam daun kelor membantu menjaga kesehatan pencernaan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi daun kelor dapat membantu menurunkan risiko penyakit kronis seperti diabetes dan penyakit jantung. Disimpulkan bahwa puding daun kelor dapat menjadi salah satu alternatif untuk mengatasi anemia dan kekurangan vitamin A pada balita, sehingga berkontribusi pada pencegahan stunting.

Kata kunci - puding daun kelor, stunting, gizi balita, nutrisi anak

Abstract

Stunting is caused by chronic malnutrition from the womb until the age of two years. Moringa leaves contain various important micronutrients such as vitamins A, C and iron which play a role in children's growth and development. This counseling aims to increase the effectiveness of Moringa leaf pudding in improving the nutritional status of toddlers. The method used is to strengthen the making of Moringa leaf pudding. The results of the counseling show that giving Moringa leaves regularly can help prevent stunting in toddlers. The potential of Moringa leaves as a source of nutrition is very large. Apart from preventing stunting, Moringa leaves can also be useful for increasing body endurance. The high antioxidant content can protect the body from cell damage and strengthen the immune system. Maintains digestive health, namely the fiber in Moringa leaves helps maintain digestive health. This shows that consuming Moringa leaves can help reduce the risk of chronic diseases such as diabetes and heart disease. It was concluded that Moringa leaf pudding could be an alternative to treat anemia and vitamin A deficiency in toddlers, thereby contributing to the prevention of stunting.

Keyword - moringa leaf pudding, stunting, toddler nutrition, child nutrition

PENDAHULUAN

Stunting adalah pertumbuhan dan perkembangan gangguan di mana anak-anak lebih pendek merupakan masalah penting yang dihadapi dunia terkait gizi. Stunting berisiko meningkat kesakitan dan kematian anak. Stunting masih menjadi masalah terbesar untuk perkembangan dan kemajuan bangsa 31 sebagaimana mestinya anak menjadi aset penting dalam perkembangan bangsa dan negara di masa yang akan datang.

Stunting merupakan kegagalan dalam tumbuh kembang anak. Stunting disebabkan oleh kurang gizi kronis yang terjadi dalam 1000 hari kehidupan. Gizi buruk pada balita merupakan salah satu permasalahan pokok bangsa Indonesia karena berdampak pada rendahnya kualitas sumber daya manusia. Perbaikan gizi diperlukan untuk menghindari masalah tersebut yang diberikan pada anak usia 6-24 bulan. Stunting merupakan kegagalan dalam tumbuh kembang anak. Stunting disebabkan oleh kurang gizi kronis yang terjadi dalam 1000 hari kehidupan. Gizi buruk pada balita merupakan salah satu permasalahan pokok bangsa Indonesia karena berdampak pada rendahnya kualitas sumber daya manusia. Perbaikan gizi diperlukan untuk menghindari masalah tersebut yang diberikan pada anak usia 6-24 bulan.

Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu jenis tanaman yang mudah tumbuh didaerah tropis dan subtropis di semua jenis tanah. World Health Organization (WHO) telah menginformasikan bahwa mengkonsumsi tanaman kelor menjadi alternatif yang dapat digunakan untuk memperbaiki masalah gizi (*malnutrisi*). Tanaman kelor memiliki kandungan gizi yang tinggi. Terdapat tanaman yang mengandung zat gizi sangat tinggi mulai dari zat gizi makro hingga zat gizi mikro yang bermanfaat bagi kesehatan masyarakat. *Moringa oleifera* merupakan komoditas yang banyak tumbuh di Indonesia yang berpotensi sebagai makanan pendamping ASI yang ekonomis dan murah. *Moringa oleifera* telah banyak digunakan oleh sejumlah komunitas, seperti sebuah penelitian yang dilakukan di 32 Lamongan melaporkan bahwa penambahan *Moringa oleifera* untuk makanan bayi membuat peningkatan positif indeks massa tubuh menjadi nilai rata-rata sekitar 13-14 anak dari 30 responden yang menyatakan bahwa daun kelor memiliki kandungan nutrisi yang berfungsi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dalam tubuh sehingga keseimbangan nutrisi dapat terpenuhi. Tanaman tersebut adalah *Moringa oleifera* atau yang lebih sering disebut pohon kelor. Salah satu manfaat yang dapat diambil dari pohon kelor terdapat pada daunnya. Daun kelor memiliki berbagai kandungan gizi yang sangat bermanfaat bagi kesehatan seperti fenol, kalsium, zat besi, fosfor, magnesium, seng, protein, vitamin A, vitamin B, vitamin C, dan asam askorbat yang lebih tinggi daripada sayuran lainnya.

METODE

Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Tentang pencegahan stunting pada balita usia 2 tahun. Di Dusun barat Desa Nyalabuh daya Kecamatan Pamekasan, Yang Dilaksanakan Pada Hari Sabtu 06, Juli 2024. Dari 25 Ibu Yang Hadir Semuanya Mengikuti Pre-Test Dengan Baik. Dalam Rangka Mencapai Tujuan tersebut, Program Pengabdian Masyarakat Di Dusun barat Desa Nyalabuh daya Dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap pertama tahap sosialisasi dengan bidan desa nyalabuh untuk mendukung penyuluhan ini. Tahap persiapan yaitu mulai dari kegiatan, lokasi, presentasi, penyusunan materi sampai ijin pelaksana. Tahap kegiatan dibuat semenarik mungkin yang di dalamnya juga mengandung motivasi dan pembelajaran dan arahan yang diharapkan dapat ter sampaikan dengan baik. Kegiatan penyuluhan ini dalam bentuk pemberian materi tentang pencegahan stunting antara lain pengertian stunting, tujuan stunting dan pencegahan stunting.

Stunting pada masa anak-anak berdampak pada tinggi badan yang pendek dan penurunan pendapatan saat dewasa, rendahnya angka masuk sekolah dan penurunan berat lahir keturunannya kelak. World bank pada 2006 juga menyatakan bahwa stunting yang merupakan

malnutrisi kronis yang terjadi di rahim dan selama dua tahun pertama kehidupan anak dapat mengakibatkan rendahnya inteligensi dan turunnya kapasitas fisik yang pada akhirnya menyebabkan penurunan produktivitas, perlambatan pertumbuhan ekonomi, dan perpanjangan kemiskinan. Selain itu, stunting juga berdampak pada sistem kekebalan tubuh yang lemah dan kerentanan terhadap penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung dan kanker serta gangguan reproduksi maternal di masa dewasa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah desain penelitian eksperimen semu (Quasy experiment study) dengan menggunakan rancangan One group pre and post test design. Dimana sebelum dilakukan intervensi pemberian olahan daun kelor, baik kelompok eksperimen dan kontrol dilakukan pengukuran balita terkait tinggi badan dan berat badan dengan maksud untuk mengetahui keadaan kelompok sebelum intervensi. Kemudian setelah dilakukan intervensi, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan pengukuran kembali untuk menganalisis olahan daun kelor untuk perbaikan status gizi balita. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini diambil dengan total sampling, yaitu mengambil semua sampel yang menjadi populasi. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari atas objek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak umur 12 – 60 bulan yang tercatat bulan Agustus tahun 2024 di desa nyalabu daya Kabupaten pamekasan dengan jumlah balita sebanyak 25 balita. Dalam penelitian ini yang menjadi responden adalah ibu atau orang terdekat yang mengasuh anak usia 12-60 bulan yang telah ditetapkan sebagai sampel. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel dependend dan variabel Independen. Variabel Independen yaitu Olahan daun kelor berupa Sayur kelor sebanyak 10 gram/hari yang dikonsumsi 3x sehari (pagi,siang,malam), puding kelor dengan takaran 100 gram yang dikonsumsi pada pagi dan siang hari dan nugget daun kelor dengan kandungan 15gram yang dikonsumsi selama 3 kali sehari (pagi,siang,malam) yang dibuat tanpa tambahan bahan pengawet yang kemudian diberikan kepada balita selama 3 bulan. Pemberian olahan daun kelor ini diberikan pada kelompok perlakuan dan tidak pada kelompok kontrol. Setiap orang tua atau pengasuh yang menemani anak dalam satu hari diberikan lembar checklist yang isinya mengecek apakah balita mengkonsumsi olahan daun kelor pada pagi, siang dan malam hari. Variabel Dependen yaitu status gizi balita (stunting) yang diperoleh dengan mengukur tinggi badan balita berdasarkan umur (TB/U).



Gambar 1.
Penyuluhan stunting

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa pemberian olahan daun kelor selama penelitian yang dilakukan pengukuran satu kali seminggu selama 1 bulan didapatkan balita yang dalam kelompok perlakuan yang mengkonsumsi olahan daun kelor selama satu bulan yang di pantau dengan menggunakan lembar checklist kepatuhan mengkonsumsi olahan daun kelor terdapat perbedaan Tinggi badan / Umur sebelum dan sesudah pemberian olahan daun kelor. Dan didapatkan bahwa balita yang stunting pada kelompok perlakuan berubah status gizinya menjadi status gizi normal. Maka dengan demikian, perlu dilakukan kegiatan persuasif kepada kader dan ibu balita agar meningkatkan jumlah konsumsi daun kelor baik dalam wujud sayursayuran maupun dalam berbagai olahan daun kelor yang lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Penulisan karya tulis ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Diploma kebidanan dan Informasi Kesehatan pada Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Madura. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, cukup sulit bagi saya untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Basri H, Hadju V, Zulkifli A, Syam A, Indriasari R. (2021). Effect of moringa oleifera supplementation during pregnancy on the prevention of stunted growth in children between the ages of 36 to 42 months. *Journal of Public Health Research*, (10), 2207.
- Dr.Siti Patimah,S.K.M., M. K. (2021). Stunting Mengancam Human Capital (Yulianti Titis (ed.); 1st ed.). deepublish.Kemendes RI. (2018). Buletin Stunting. Kementerian Kesehatan RI, 301(5), 1163–1178.Kemendes RI. (2018). Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Kementerian Kesehatan RI, 20.
- Hasanuddin, I., AL, J. P., S, S., Rodin, M. A., Laela, N., Nurbaya, S., & Suparta, S. (2022). Edukasi Tentang Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Guna Pencegahan Stunting di Desa Cenrana Kec Panca Lautang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(8), 2458–2466
- Merina, D., Septiyono, E. A., & Arum, A. P. (2021). Keripik Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Produk Unggulan Desa Klampokan , Bondowoso , Jawa Timur dalam Mencegah Stunting Kelor (*Moringa Oleifera*) Chips As A Leading Product of Klampokan Village , Bondowoso , West Java in Preventing Stunting. 5(3), 274–281.
- Nugrawati, N., Ekawati, N., Sartika, D., & Wijaya, A. (2021). Edukasi Tentang Pemanfaatan Daun Kelor Guna Pencegahan Stunting Pada Kader Posyandu di Kecamatan Maros Baru Kabupaten 39 Maros. *Journal of Training and Community Service Adpertisi*, 1(2).
- Nuraina, Azizah, C., Fonna, P. A., Rizkyan, M. A., Zaki, R., & Firdaus, M. R. (2021). Ju
- Rahayu, T. B., Anna, Y., & Nurindahsari, W. (2018). Peningkatan Status Gizi Balita Melalui Pemberian Daun Kelor (*Moringa Oleifera*). *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(2), 87–91. <https://doi.org/10.36569/jmm.v9i2.14>
- Safrina, & Enda, S. P. (2022). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dengan Risiko Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 78–90.
- Saputra, R. A., Santoso, U., Heiriyani, T., Jumar, J., Wahdah, R., Syarifuddin, N. A., Putri, K. A., Navira, A., & Aisyah, N. (2021). The Miracle Tree: Manfaat Kelor Terhadap Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian ILUNG (Inovasi Lahan Basah Unggul)*, 1(2), 54. <https://doi.org/10.20527/ilung.v1i2.3959>

- Syahfitri, & Susanti, D. (2022). Efektivitas Penambahan Daun Kelor pada Nugget Cumi-Cumi untuk Pencegahan Stunting di Desa Padang Kecamatan Manggeng. *Jurnal Sosial Dan Teknologi (SOSTECH)*, 2(2), 174–181. Wadu, J., Linda, A. M., Retang, E. U. K., & Saragih, E. C. (2021). Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Bahan Dasar Produk Olahan Makanan Di Kelurahan Kambaniru. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 87. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i2.4270>
- Widiyanti, D. S., Fauzi, R., & Afarona, A. (2021). Penanggulangan Masalah Stunting Balita Melalui Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Puding Kelor Di Desa Kutogirang. *Jurnal Pengabdian Siliwangi Volume*, 7(2), 67–70. Z. Suhaemi, Husmaini, E. Yerizal, & N. Yessirita. (2021). Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa oleifera*) dalam Fortifikasi Pembuatan Nugget. *Jurnal Ilmu Produksi Dan Teknologi Hasil Peternakan*, 9(1), 49–54.