

EDUKASI KELUARGA DALAM PEMANFAATAN DAUN KELOR UNTUK PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI PADA BALITA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Eva Martini¹, Sri Kurnia Dewi², Ricko Dwi Haryanto³

¹Prodi DIII Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Indonesia

²Prodi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Indonesia

³Prodi S1 Keperawatan Stikes Permata Nusantara, Indonesia

evamartini480@ummi.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: *Stunting* merupakan masalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak akibat dari kekurangan gizi yang kronis. Dampak *stunting* jangka panjang adalah anak akan mengalami kehilangan produktifitas ketika dewasa. Intervensi yang perlu dilakukan untuk mencegah *stunting* dimulai dengan pemenuhan kebutuhan nutrisi. Memberikan makanan tambahan menggunakan bahan lokal yang mempunyai keterjangkauan harga serta ketersediaan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi dalam meningkatkan pengetahuan keluarga dalam pemanfaatan daun kelor sebagai upaya pencegahan *stunting*. Metode penyuluhan yang digunakan yaitu kegiatan ceramah menggunakan media poster, sesi tanya jawab, *pretest dan posttest*. Pengabdian dilakukan oleh tim di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Tipar Kota Sukabumi. Peserta kegiatan sosialisasi adalah ibu yang memiliki balita yang datang ke posyandu berjumlah 35 orang. Evaluasi pada kegiatan ini dengan melakukan *posttest* berjumlah 15 soal. Evaluasi kegiatan ini menunjukkan keberhasilan telah terpenuhi dengan adanya peningkatan pengetahuan peserta sebesar 22% berdasarkan hasil pre-test 43% dan posttest 65%.

Kata Kunci: Balita; Daun Kelor; Pencegahan *Stunting*.

Abstract: *Stunting* is a problem of growth and development disorders in children as a result of chronic malnutrition. The long-term impact of *stunting* is that children will experience a loss of productivity when they grow up. Interventions that need to be carried out to prevent *stunting* start with meeting nutritional needs. Providing additional food using local ingredients that have affordable prices and availability. This community service activity aims to provide education in increasing family knowledge in the use of moringa leaves as an effort to prevent *stunting*. The counseling method used was lecture activities using poster media, question and answer sessions, *pretest and posttest*. The service was carried out by the team at the Posyandu Working Area of the Tipar Health Center, Sukabumi City. The participants of the socialization activity were mothers who had toddlers who came to the posyandu totaling 35 people. Evaluation in this activity by conducting a *posttest* totaling 15 questions. The evaluation of this activity showed that the success had been fulfilled with an increase in participants' knowledge by 22% based on the results of the pre-test 43% and the posttest 65%.

Keywords: Toddler; Moringa Leaves; Stunting Prevention.



Article History:

Received: 25-05-2024

Revised : 15-07-2024

Accepted: 16-07-2024

Online : 07-08-2024



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Stunting merupakan masalah kesehatan yang terjadi di Indonesia. Indonesia berupaya menurunkan angka kejadian *stunting* pada tahun 2025. Program perbaikan nutrisi, mengakhiri kelaparan, meningkatkan pertanian merupakan salah satu tujuan dari pembangunan berkelanjutan yang bersinergis dengan upaya penurunan *stunting*. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) menunjukkan tahun 2022 di Indonesia kejadian *stunting* sebesar 21,6% (Rokom, 2023). Angka kejadian *stunting* yang menduduki peringkat ke 5 di dunia dan kedua tertinggi di Asia Tenggara yaitu Indonesia (Informatika, 2022).

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak terjadinya masalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Ciri dari anak dengan *stunting* memiliki tinggi badan yang kurang sesuai usianya. WHO telah memiliki standar untuk perhitungan pertumbuhan anak (Nirmalasari, 2020). Dampak pendek dari *stunting* adalah perkembangan otak yang terhambat sehingga anak sulit untuk berkonsentrasi di dalam pembelajaran dan mempunyai IQ yang rendah serta ketika dewasa mudah terserang penyakit tidak menular serta kehilangan produktifitas.

Stunting usia balita pada umumnya sering tidak disadari oleh keluarga dan setelah usia anak 2 tahun baru terlihat dan berdampak pada kemampuan kognitif dan produktifitas jangka panjang. Faktor ibu, faktor anak dan faktor lingkungan merupakan faktor-faktor penyebab *stunting*. Faktor ibu antara lain kesiapan ibu menjelang kehamilan, gizi ibu saat hamil. Faktor anak seperti berat badan saat dilahirkan, asupan ASI, gizi anak, imunisasi. Faktor lingkungan seperti sosial ekonomi yang kurang, pendidikan keluarga yang kurang terutama Pendidikan ibu (Nirmalasari, 2020). Setelah mengetahui adanya faktor-faktor yang menjadi penyebab *stunting*, sehingga akan mengetahui intervensi yang akan dilakukan.

Intervensi untuk mencegah *stunting* dimulai dari gizi ibu sebelum dan pada masa kehamilan dan pasca melahirkan. Intervensi lain pada anak yaitu dilakukan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari balita serta MP-ASI. Sebanyak 60% tidak mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif pada usia 0-6 bulan. Di usia 0-24 bulan sebanyak 2 dari 3 anak tidak mendapatkan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). MP-ASI berfungsi membentuk imunitas tubuh anak dan memenuhi kebutuhan nutrisi pada anak (Sutarto; Mayasari, Diana; Indriyani, 2018). Di wilayah pedesaan Indonesia *stunting* terjadi akibat kurangnya zat gizi mikro dan makro yang dibutuhkan pada saat pemberian MP-ASI (Beal et al., 2018).

Stunting pada balita dipengaruhi oleh tingkat pendapatan dan tingkat pendidikan orangtua yang rendah. Orangtua dengan tingkat pendapatan yang tinggi dapat membeli jenis aneka ragam makanan yang berbeda kandungan zat gizinya, sehingga status gizi anak akan menjadi baik Bishawakarma (2011) dalam (Zurhayati & Hidayah, 2022). Di masyarakat

masih terdapat stigma bahwa makanan bergizi adalah makanan yang mahal. Upaya yang dilakukan dalam pencegahan *stunting* pada balita adalah memberikan makanan tambahan. Makanan tambahan menggunakan bahan baku dengan kearifan lokal yang berada di lingkungan sekitar rumah tangga. Bahan makanan tersebut adalah daun kelor (*Moringa oleifera*) (Wahyuningsih & Darni, 2021). Daun kelor memiliki kandungan gizi kandungan protein 22,7%, lemak 4,65%, karbohidrat 7,92% dan kalsium 350-500 mg (Nzewe, 2014 dalam Wahyuningsih & Darni, 2021). Kandungan Daun kelor yaitu Vitamin C, Kalium, Vitamin A, Kalsium dan Protein (Crop et al., 2018).

Upaya untuk dapat memperbaiki status gizi pada balita yaitu dengan perubahan perilaku pemenuhan kebutuhan nutrisi pada balita. Perubahan perilaku dapat dapat dicapai dengan peningkatan pengetahuan melalui edukasi (penyuluhan). Peran orangtua merupakan kunci untuk menghasilkan generasi bangsa yang sehat dan tangguh. Orangtua memiliki peranan penting dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi anak, agar anak dapat tumbuh secara optimal sesuai dengan tahap tumbuh kembangnya (Munawaroh et al., 2022). Ketika mengetahui faktor penyebab terjadinya *stunting* maka upaya pencegahan *stunting* dapat dilakukan. Peningkatan kesadaran dan pemenuhan gizi seimbang merupakan salah satu upaya pencegahan *stunting* pada balita (Syifa, 2021). Selain pencegahan di tatanan pemerintah dan komunitas, tatanan paling kecil di tatanan keluarga. Oleh karena itu, keluarga mempunyai kesadaran dan pencegahan agar *stunting* tidak terjadi pada lingkungan keluarga. Sehingga perlu adanya penyuluhan kesehatan terhadap keluarga guna peningkatan pengetahuan. Peran keluarga khususnya ibu mempengaruhi dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi gizi seimbang pada balitanya. Dengan kecukupan gizi yang seimbang maka akan mencegah terjadinya *stunting* (Widari et al., 2021). Peningkatan pengetahuan melalui edukasi pemanfaatan Daun kelor (*Moringa Oliefera*) sebagai pemenuhan gizi sebagai upaya pencegahan anak dengan *stunting*.

Edukasi pemanfaatan daun kelor sebagai upaya pencegahan *stunting* pada balita di wilayah Tipar Kota Sukabumi menjadi bentuk pemberdayaan masyarakat dalam lingkungan kecil yaitu keluarga. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah adanya peningkatan sofeskill keluarga melalui edukasi tentang kandungan gizi daun kelor serta edukasi keluarga tentang beragam olahan daun kelor yang dapat digunakan untuk pemenuhan kebutuhan nutrisi sebagai upaya pencegahan *stunting*.

B. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini melibatkan lima orang dalam satu tim yang bekerja sama dengan kepala desa dan Puskesmas Tipar Kota Sukabumi. Jumlah keseluruhan sasaran pada kegiatan penyuluhan berjumlah 35 orang. Penyuluhan menggunakan metode ceramah, pemberian

materi mengenai *stunting* serta pemanfaatan daun kelor dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi dalam upaya pencegahan *stunting*. Penyampaian materi penyuluhan menggunakan Poster. Tahapan-tahapan penyuluhan antara lain:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan diantaranya survey lapangan. Survey ini dilakukan untuk mengetahui permasalahan yang ada dilapangan terkait issue kesehatan. *Stunting* merupakan permasalahan kesehatan yang terjadi di daerah Puskesmas Tipar. Setelah mengetahui permasalahan di daerah tersebut, maka dibentuklah pembagian kerja untuk mempermudah pelaksanaan pengabdian masyarakat. Tim membuat proposal dan membuat perizinan kepada perangkat desa dan Puskesmas Tipar. Setelah perizinan selesai, maka Tim mengidentifikasi kebutuhan yang diperlukan di daerah tersebut, seperti tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat, sasaran, konsumsi, media dan materi penyuluhan. Kemudian tim bekerja sama dengan Puskesmas dan kader setempat untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan adalah pretest, penyampaian materi, dan sesi tanya jawab. Sebelum memulai kegiatan, peserta melakukan *pretest* terlebih dahulu. Jumlah soal pada *pretest* adalah 15 soal. Soal *pretest* terdiri dari 7 soal mengenai *stunting* dan 8 soal mengenai kandungan gizi daun kelor, manfaat daun kelor dan jenis olahan daun kelor. Peserta diberikan waktu selama 10 menit untuk mengerjakan soal *pretest*. Setelah selesai mengerjakan soal *pretest* maka Tim memberikan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan menggunakan media poster. Materi yang diberikan saat penyuluhan yaitu mengenai *stunting*, kandungan gizi dan manfaat daun kelor serta jenis olahan dari daun kelor. Setelah selesai melaksanakan sesi penyuluhan maka sesi selanjutnya adalah sesi tanya jawab. Peserta terlihat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan. Terlihat dengan peserta yang antusias bertanya mengenai materi yang diberikan pada saat sesi tanya jawab.

3. Tahap Evaluasi

Kegiatan ini diantaranya *Posttest* (pengukuran akhir) untuk mengukur sejauh mana pemahaman dari keluarga mengenai materi penyuluhan. Jumlah soal pada *posttest* adalah 15 soal, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Prosedur Pelaksanaan Pengabdian

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang telah dicapai dari kegiatan pengabdian masyarakat dijelaskan sebagai berikut:

1. Persiapan Kegiatan

Kegiatan persiapan diantaranya survei dilakukan langsung ke lapangan. Tim melakukan diskusi dengan kepala desa dan puskesmas setempat mengenai masalah kesehatan yang terdapat di daerah tersebut. *Stunting* masih menjadi masalah utama dalam bidang kesehatan. Penurunan angka *stunting* dimulai dengan pemberian intervensi berupa pemenuhan nutrisi bagi balita sebagai upaya pencegahan *stunting*. Hal tersebut menjadi topik dalam pengabdian masyarakat ini. Langkah berikutnya yaitu persiapan ijin, kordinasi lokasi dan acara serta pengumpulan data-data *stunting* yang berkordinasi dengan puskesmas setempat. Tim melakukan pembuatan proposal, anggaran yang dibutuhkan, penyediaan kuesioner pretest dan posttest, spanduk, poster, materi penyuluhan.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini diantaranya pretest sebagai pengukuran awal pengetahuan serta penyampaian materi. Pada tanggal 15 Januari 2024, mulai pukul 08.30-11.00 WIB dilaksanakan penyuluhan pemberian edukasi pemanfaatan daun kelor untuk memenuhi kebutuhan nutrisi sebagai upaya pencegahan *stunting*. Kegiatan dilakukan di dua posyandu yang berbeda. Setiap peserta yang hadir diwajibkan mengisi daftar hadir terlebih dahulu sebelum acara di mulai. Setelah peserta berkumpul dan sebelum acara penyuluhan di mulai, terlebih dahulu peserta mengisi pretest mengenai *stunting* yang terdiri dari 15 pertanyaan dengan option Pilihan Ganda (PG), dan diisi dalam waktu 10 menit.

Selanjutnya, acara penyuluhan di mulai, tim memberikan edukasi mengenai pengertian *stunting*, kandungan gizi daun kelor, serta

pemanfaatan daun kelor untuk berbagai olahan sebagai pemenuhan kebutuhan nutrisi sebagai upaya pencegahan *stunting* pada balita. Media persentasi menggunakan poster. Setelah sesi pemberian materi selesai dilaksanakan, sesi selanjutnya adalah tanya jawab. Sesi ini digunakan untuk peserta yang belum memahami materi yang telah disampaikan. Proses kegiatan ditujukan pada Gambar 2, Gambar 3 dan Gambar 4.



Gambar 2. Kegiatan *Pretest*



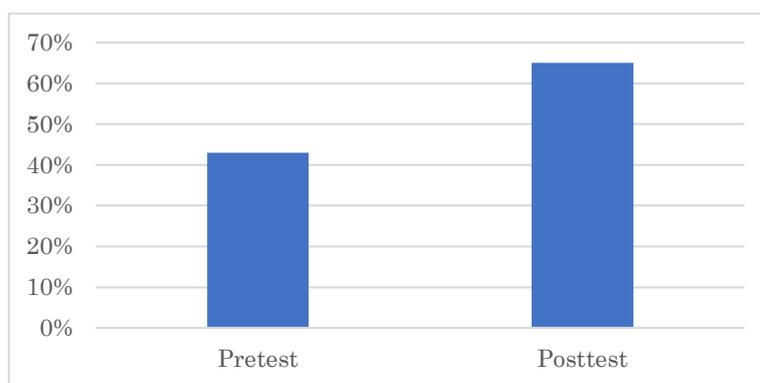
Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 4. Kegiatan *Posttest*

3. Evaluasi Kegiatan

Kegiatan evaluasi dilakukan untuk mengukur seberapa jauh pemahaman peserta terhadap materi penyuluhan yang telah diberikan. Pengukuran kegiatan evaluasi yaitu kehadiran peserta, peningkatan pengetahuan yang dilihat dari pretest dan posttest, serta antusiasme peserta penyuluhan. Sesi terakhir yaitu pengerjaan *posttest* untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa kegiatan edukasi pemanfaatan daun kelor telah mencapai penilaian keberhasilan yang ditentukan, yaitu jumlah peserta yang hadir mencapai 70%, ibu balita mengerjakan pretest dan posttest, serta antusiasme mengikuti proses penyuluhan. Peningkatan pengetahuan mencapai 22%. Peningkatan pengetahuan ditunjukkan pada Gambar 5.



Gambar 5. Grafik Persentase Peningkatan Nilai Pretest dan Posttest Peserta

Terdapat peningkatan pengetahuan pada peserta penyuluhan. Dari grafik terlihat hasil pada saat pretest pengetahuannya 43%, sedangkan pada akhir materi dilakukan posttest terjadi peningkatan pengetahuan menjadi 67%. Penyuluhan ini memberikan dampak positif bagi peserta. Penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap pada masyarakat (Hasanah et al., 2019). Pada penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab. Sesi diskusi digunakan untuk peserta yang belum paham mengenai materi yang disampaikan. Menurut Salasa & Lumongga (2019) terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap dari intervensi melalui penyuluhan dengan metode ceramah. Di harapkan setelah kegiatan penyuluhan ini para orangtua dapat memanfaatkan daun kelor untuk di gunakan sebagai makanan dalam upaya pencegahan *stunting*.

Penyuluhan sebagai upaya pencegahan *stunting* bukan hanya pada orangtua yang mempunyai balita saja, tetapi pada saat remaja putri, sebelum hamil dan pasca melahirkan. Hal ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Rhasiqah (2024) dalam upaya pencegahan *stunting*. Setelah kegiatan penyuluhan diharapkan ibu dapat mengalami peningkatan pengetahuan dan dapat merubah sikap pola kebiasaan dalam penyajian makanan untuk anak balita. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budianto & Akbar (2023) yang menyatakan terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu tentang *stunting* terhadap pola pemberian nutrisi pada balita.

Selama kegiatan penyuluhan berlangsung, terdapat kendala yang di hadapi. Pertama, saat di posyandu pertama jumlah yang datang ke posyandu jumlahnya kurang berkaitan dengan jumlah balita yang memang sedikit. Untuk menanggulangi hal tersebut penyuluhan dilakukan di dua posyandu. Kendala yang kedua peserta yang datang ke posyandu tidak tepat waktu, sehingga acara mengalami keterlambatan. Untuk mengatasi kendala tersebut, sambil menunggu peserta yang lain, maka dilakukan terlebih dahulu penimbangan pada balita.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan pemanfaatan daun kelor sebagai upaya pencegahan *stunting* di Wilayah Tipar Kota Sukabumi berjalan baik. Peserta turut berpartisipasi untuk menambah pengetahuan mengenai pemanfaatan daun kelor. Dengan jumlah kehadiran mencapai 70%, peserta aktif bertanya pada sesi tanya jawab, dan hasil pretest serta posttest yang mengalami peningkatan pengetahuan. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan memiliki kekurangan. Penyuluhan tidak bisa dilakukan dalam satu waktu. Perlu diadakan kegiatan pemberdayaan masyarakat dalam pembuatan produk berbahan baku daun kelor. Kegiatan tersebut dilakukan sebagai upaya dalam memenuhi kebutuhan nutrisi balita agar terjadinya penurunan angka kejadian *stunting*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Sukabumi yang telah memberikan dukungan berupa pemberian hibah dana agar pelaksanaan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar. Terima kasih kepada seluruh perangkat dan masyarakat wilayah Tipar Kota Sukabumi yang telah mengizinkan, memfasilitasi, serta memberikan informasi demi kelancaran acara pengabdian masyarakat, serta semua pihak yang membantu terwujudnya acara ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child *stunting* determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, *14*(4), 1–10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Budianto, Y., & Akbar, M. A. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang *Stunting* dengan Pola Pemberian Nutrisi pada Balita. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, *5*(3), 1315–1320. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1726>
- Crop, A., Society, S., Gandji, K., Chadare, F. J., Idohou, R., Salako, V. K., & Assogbadjo, A. E. (2018). *Status And Utilisation Of Moringa oleifera Lam : A Review*. *26*(1), 137–156.
- Hasanah, U., Dharma, A., & Metro, W. (2019). *The Effect Of Health Education On Changes In Community Knowledge And Attitudes In Mental Disorders*. 87–94.
- Informatika, D. K. dan. (2022). Indonesia Peringkat 5 di Dunia, *Stunting* Disebut Bukan Hanya Urusan Pemerintah. *Narasi Tunggal*.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, *3*(2), 47. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Nirmalasari, N. O. (2020). *Stunting* Pada Anak: Penyebab dan Faktor Risiko *Stunting* di Indonesia. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, *14*(1), 19–28. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>
- Rhasiqah, D. A. (2024). Edukasi Ibu Hamil Dan Ibu Dengan Balita Melalui Sosialisasi Pencegahan *Stunting*. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, *8*(2), 1598. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i2.21251>
- Rokom. (2023). Prevalensi *Stunting* di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. *Sehat*

Negriku Sehat Bangsaku.

- Sutarto; Mayasari, Diana; Indriyani, R. (2018). *Stunting*, Faktor Resiko dan Pencegahannya. *J Agromedicine*, *5*, 243–243. <https://doi.org/10.1201/9781439810590-c34>
- Syifa. (2021). Gerakan Lazismu dan Nasyyatul Aisyiyah dalam Peningkatan Gizi Seimbang dan Cegah *Stunting*. *Muhammadiyah Cahaya Islam Berkemajuan*.
- 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. <https://doi.org/10.32807/jpms.v2i2.687>
- Widari, N. P., Dewi, E. U., & Astuti, E. (2021). Peningkatan Peran Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* Pada Balita. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(2), 55–59. <https://doi.org/10.47560/pengabmas.v2i2.305>
- Zul Salasa, Namora Lumongga, E. S. (2019). Pengaruh penyuluhan metode ceramah dan diskusi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang PHBS di sekolah dasar negeri 065014. *KPKB*. <https://www.neliti.com/publications/14398/pengaruh-penyuluhan-dengan-metode-ceramah-dan-diskusi-terhadap-peningkatan-penge>
- Zurhayati, & Hidayah, N. (2022). Faktor yang berhubungan dengan Kejadian *Stunting* pada Balita. *Journal of Midwifery Science*, *6*(1), 1–10.