

Pemberdayaan kader posyandu melalui diversifikasi pangan lokal pada ibu hamil

Nuristha Febrianti¹, Fitri¹, Lailatul Mukaromah², Fanissa Nur Ramadani D.¹, Ni Komang Mariasih³

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara

²Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara

³Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara

Penulis korespondensi : Nuristha Febrianti

E-mail : tita@uwn.ac.id

Diterima: 19 Agustus 2024 | Direvisi: 09 September 2024 | Disetujui: 10 September 2024 | © Penulis 2024

Abstrak

Stunting adalah masalah gizi kronis yang terjadi pada anak-anak akibat kekurangan gizi terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Di Kabupaten Sigi prevalensi angka stunting sebesar 26,4%, dengan Desa Tinggede sebagai salah satu desa dengan stunting tertinggi. Kegiatan ini bertujuan untuk mencegah stunting melalui edukasi gizi dan diversifikasi pangan lokal di Desa Tinggede. Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang stunting dan pelatihan diversifikasi pangan lokal pada kader, dengan fokus pada pengolahan daun kelor menjadi 10 menu jenis makanan bergizi. Hasil menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta tentang pentingnya gizi dan cara mengolah daun kelor menjadi berbagai makanan yang bergizi. Meskipun hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan yang minimal, antusiasme peserta menunjukkan kesadaran akan pentingnya diversifikasi pangan lokal. Dalam jangka panjang, diharapkan kegiatan ini dapat menurunkan angka stunting di Desa Tinggede dengan memperbaiki pola makan dan meningkatkan konsumsi makanan bergizi.

Kata kunci: daun kelor; diversifikasi pangan; stunting.

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that occurs in children as a result of malnutrition especially in the First 1000 Days of Life (HPK). In Sigi Regency, the prevalence of stunting is 26.4%, with Tinggede Village as one of the villages with the highest stunting. This activity aims to prevent stunting through nutrition education and diversification of local food in Tinggede Village. Activities are carried out by providing mentoring on stunting and local food diversification training, focusing on the processing of moringa leaves into 10 nutritious food types menus. Results showed that there was an increase in participants' knowledge and skills about the importance of nutrition and how to process moringa leaves into a variety of nutritious foods. Although pre-test and post-test results showed minimal improvement, participants' enthusiasm indicated an awareness of the importance of diversifying local food. In the long term, it is hoped that this activity can reduce stunting rates in Tinggede Village by improving diet and increasing consumption of nutritious food.

Keywords: moringa leaves; food diversification; stunting.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan penyakit yang terjadi pada anak di bawah usia lima tahun akibat kekurangan gizi, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang terjadi saat bayi masih dalam kandungan, awal setelah lahir. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting antara lain pola asuh orang tua yang buruk, termasuk ketidaktahuan akan kesehatan dan gizi ibu sebelum, selama, dan setelah

kehamilan. Faktor yang secara tidak langsung mempengaruhi prevalensi stunting antara lain faktor sosial ekonomi seperti pendapatan keluarga dan jumlah anggota keluarga (Febrianti, Hardianti and Masfufah, 2024). Pengetahuan atau Pendidikan orang tua yang rendah dapat menyebabkan anak kekurangan gizi dan terjadinya stunting. Hal ini menunjukkan bahwa faktor dari orang tua menjadi penyebab utama kejadian stunting yang dapat dilihat dari kondisi Ibu saat hamil (Eva Lestari, Zahroh Shaluhayah and Mateus Sakundarno Adi, 2023).

Stunting yang merupakan bagian dari masalah malnutrisi beban ganda mempunyai dampak yang sangat merugikan baik terhadap kesehatan maupun produktivitas perekonomian baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, stunting dikaitkan dengan perkembangan sel otak yang pada akhirnya menyebabkan kecerdasan kurang optimal. Artinya, kemampuan kognitif anak menurun dalam jangka panjang, yang pada akhirnya menurunkan produktivitas dan menghambat pertumbuhan ekonomi (Sugiyanto, Bagenda and Sumarlan, 2024).

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi masyarakat yang perlu segera ditangani salah satunya di Kabupaten Sigi. Di Kabupaten Sigi prevalensi angka stunting turun menjadi 26,4%. Salah satu Desa di Kabupaten Sigi dengan angka kejadian stunting tertinggi yaitu Desa Tinggede. Berdasarkan hasil pemantauan Status Gizi (Profil Puskesmas Tinggede). Prevelensi stunting di wilayah kerja puskesmas Tinggede yaitu sebanyak 10 balita stunting dan 6 ibu hamil yang mengalami KEK. Selain itu di Desa Tinggede juga memiliki program pemberian susu formula pada balita stunting yang di kerjakan oleh kader posyandu dan puskesmas serta kepala desa. Kelompok ini memiliki kegiatan yang berfokus dalam kegiatan posyandu seperti pencacatan, penimbangan dan pengukuran balita serta ibu hamil .

Upaya yang dilakukan pemerintah dalam pencegahan stunting yaitu melalui Pilar Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting, Komitmen dan Visi Kepemimpinan, Kampanye Nasional dan Komunikasi Perubahan Perilaku, Konvergensi Program Pusat, Daerah dan Desa, serta Ketahanan Pangan dan Gizi. Salah satu program ketahanan pangan dan gizi yaitu diversifikasi pangan lokal. Diversifikasi pangan lokal adalah upaya penganekaragaman konsumsi pangan pada suatu kelompok masyarakat. Upaya diversifikasi pangan lokal yang di lakukan mencakup inovasi cara memodifikasi hingga cara pengelohannya. Manfaat dari diversifikasi pangan lokal yaitu meningkatkan konsumsi makanan masyarakat yang beranekaragam guna memenuhi kebutuhan gizi (Eva Lestari, Zahroh Shaluhayah and Mateus Sakundarno Adi, 2023).

Pangan lokal yang terdapat di Desa Tinggede adalah daun kelor. Kelor (*Moringa oleifera*) salah satu jenis tanaman yang sangat kaya akan zat gizi, beberapa penelitian sebelumnya telah dilakukan menganalisis kandungan gizi daun kelor terdapat protein 5.1 g, lemak 1.6 g, karbohidrat 14.3 g, serat 8.2 g, dan besi 6.0 mg. Selain itu, kandungan gizi lain daun kelor meliputi vitamin C, vitamin E, isothiocynate, niaziminin A, 3-caffeoylquinic, 5 caffelquinicacid, epicatechin, dan o-coumaric acid, serta terdapat senyawa flavonoid Pemanfaatan daun kelor di masyarakat Desa Tinggede masih tergolong rendah karena daun kelor hanya diolah menjadi sayur bening atau sayur santan saja. Hal ini menyebabkan masyarakat menjadi bosan terhadap makanan tersebut sehingga pemenuhan asupan gizi tidak tercukupi bagi masyarakat (Irwan, 2020).

Berdasarkan permasalahan yang terjadi pada mitra di Desa Tinggede, tim pengabdian memberikan solusi untuk mengurangi angka stunting di Desa Tinggede dengan melakukan penyuluhan stunting dan diversifikasi pangan lokal. Tujuan dari pelatihan keanekaragaman pangan lokal ini adalah untuk mengajarkan masyarakat bagaimana mengolah daun kelor menjadi berbagai makanan yang menarik dan bergizi, sehingga masyarakat tidak bosan hanya dengan satu cara pengolahan saja.

METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tinggede, Kecamatan Marawola, Kabupaten Sigi, pada 25 Mei 2024. Sasaran kegiatan ini adalah kader posyandu Desa Tinggede. Kegiatan yang dilakukan meliputi penyuluhan tentang stunting dan diversifikasi pangan lokal yaitu daun kelor. Penyuluhan dilakukan di Kantor Desa Tinggede dengan menggunakan media presentasi serta pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Materi penyuluhan mencakup pengertian, faktor risiko, dampak, dan pencegahan stunting. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah, diskusi, dan pelatihan praktis.

Kegiatan diversifikasi pangan lokal meliputi pembuatan 10 menu yang berbahan dasar daun kelor. Kegiatan ini dilakukan agar kader memiliki referensi baru untuk pembuatan Makanan Tambahan berupa makanan kudapan yang akan dibagikan kepada ibu hamil. Menu yang diajarkan meliputi puding kelor, mie kelor, nugget kelor, kerupuk kelor, keripik kelor, cake kelor, kue lupur kelor, cookies kelor, stick kelor dan teh daun kelor. Bahan dan cara pembuatan menu dijelaskan dalam Modul sebagai panduan yang dapat diikuti oleh kader. Setelah kader membuat 10 jenis menu tersebut, kader akan memberikan ke ibu hamil untuk mengevaluasi rasa dari makanan tersebut. Indikator keberhasilan kegiatan ini adalah kehadiran minimal 90% peserta dalam pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Tinggede Kabupaten Sigi fokus pada pemeliharaan dan diversifikasi pangan lokal dengan daun kelor. Kegiatan ini bertujuan untuk mengurangi angka stunting di desa Tinggede dengan meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat khususnya di kalangan kader posyandu, ahli gizi dan ibu hamil tentang pentingnya gizi dan pemanfaatan pangan lokal secara optimal.



Gambar 1. Sosialisasi program dan penyuluhan stunting

Gambar 1 merupakan proses kegiatan penyuluhan stunting yang dilakukan di Kantor Desa Tinggede yang dihadiri oleh Kepala Desa, petugas gizi Puskesmas Tinggede dan kader desa. Penyuluhan gizi dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan menyadarkan masyarakat akan pentingnya gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Penyuluhan ini menekankan pentingnya pola asuh yang baik, informasi tentang kesehatan ibu sebelum, selama dan setelah kehamilan, serta peran faktor sosial ekonomi dalam mempengaruhi status gizi anak. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan orang tua dapat lebih aktif dalam pencegahan stunting dengan meningkatkan gizi dan pelayanan kesehatan anak (Suriyanti Simamora and Kresnawati, 2021).

Tabel 1. Hasil pre-test dan post-test

Responden	Jenis kelamin	Persentase (%)		Peningkatan	Keterangan
		Pre-test	Post-test		
1	P	90	90	0	Tetap
2	P	80	90	10	Meningkat
3	P	80	90	10	Meningkat
4	P	40	80	40	Meningkat
5	P	70	80	10	Meningkat
6	P	80	80	0	Tetap
7	P	90	100	10	Tetap
8	P	90	80	-10	Menurun
9	P	90	80	-10	Menurun
10	P	80	80	0	Tetap
11	P	80	80	0	Tetap
12	P	80	90	10	Meningkat

Responden	Jenis kelamin	Persentase (%)		Peningkatan	Keterangan
		Pre-test	Post-test		
13	P	90	90	0	Tetap
14	P	80	80	0	Tetap
15	P	100	100	0	Tetap
16	P	100	100	0	Tetap
17	P	70	90	20	Meningkat
18	P	100	90	-10	Menurun
19	P	50	60	10	Meningkat
20	P	60	60	0	Tetap
21	P	80	80	0	Tetap
22	P	90	90	0	Tetap
23	P	90	90	0	Tetap
24	P	80	60	-20	Menurun
25	P	60	80	20	Meningkat
26	P	100	100	0	Tetap
27	P	80	90	10	Meningkat
Nilai Rata-Rata		81	84	4	

Berdasarkan pemaparan tabel 1 diatas, tingkat pengetahuan berdasarkan hasil pre-test yang dilakukan sebelum penyuluhan didapatkan 4 orang sasaran sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai upaya penanganan stunting yang dibuktikan dengan tingkat pengetahuan responden sebanyak 81% dari total responden sebanyak 27 orang. Namun, hasil observasi yang didapatkan masih banyaknya sasaran yang memiliki tingkat pengetahuan yang masih sedikit tentang upaya penanganan stunting. Setelah pemberian materi penyuluhan terkait upaya penanganan stunting dilakukan post-test dan didapatkan peningkatan pengetahuan sasaran sebanyak 84%.

Pengetahuan merupakan sebuah rasa ingin tahu hingga menyebabkan terjadinya perubahan tindakan pada seseorang. Pengetahuan diperoleh melalui tiga sumber yaitu pengalaman pribadi yang terjadi secara langsung, terpaparnya informasi di lingkungan, dan mendapatkan pendidikan formal atau non formal (pelatihan, pengarahan, diskusi, penyuluhan, dan lain sebagainya). Pengetahuan mengenai upaya penanganan stunting merupakan aspek penting untuk menjamin penurunan angka stunting di Indonesia. Jika orang tua diberikan pengetahuan mengenai upaya penanganan stunting yang baik, maka dapat membuat orang tua tersebut memahami bahaya stunting dan cara menanganinya. Berdasarkan hasil analisis tersebut, penyuluhan yang telah dilakukan menunjukkan peningkatan pengetahuan sasaran (Mangondo and Pelima, 2018).



Gambar 2. Pelatihan diversifikasi pangan lokal dari daun kelor

Di Indonesia, semakin banyak dikembangkan makanan yang berbahan dasar lokal. Hal ini dikarenakan kandungan gizi pada pangan lokal yang banyak, sehingga diperlukan kreativitas dalam pengolahan pangan agar ibu hamil tertarik untuk mengonsumsi pemberian makanan tambahan (Putri,

Sulastri and Apsari, 2023). Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya stunting adalah ketidaktahuan orang tua atau rendahnya pendidikan sehingga mengakibatkan rendahnya pengetahuan gizi. Ketidaktahuan akan gizi dapat menyebabkan seseorang salah dalam memilih bahan makanan dan cara penyajiannya. Namun sebaliknya, ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung akan menerapkan kebiasaan makan sehat pada anaknya agar kebutuhan gizinya terpenuhi (Amin, Firdaus and Murtafiah, 2021). Mematuhi nutrisi yang tepat, baik makro maupun mikro, sangat penting untuk menghindari atau mengurangi risiko tersebut. Kualitas dan kuantitas yang baik merupakan bahan penting dalam pangan karena mengandung sumber zat gizi makro dan mikro yang berperan dalam pertumbuhan linier. Pemberian makanan kaya protein, kalsium, vitamin A dan zinc dapat meningkatkan tinggi badan anak (Hamer, Bryan Maliki and Mapruhah, 2022).

Gambar 2 menunjukkan proses pelatihan diservikasi pangan lokal berbahan dasar kelor Bersama ibu kader Desa Tinggede. Pelatihan diversifikasi pangan lokal ini diikuti oleh 15 peserta yang terdiri dari kader posyandu, ahli gizi dan ibu hamil. Tim pengabdian mendemonstrasikan pengolahan pangan berbahan dasar daun kelor. Pelatihan ini mencakup cara mengolah daun kelor menjadi berbagai menu makanan bergizi. Secara tidak langsung pelatihan ini untuk meningkatkan keterampilan kader dalam diversifikasi pangan lokal guna pencegahan stunting. Dalam pelatihan ini peserta mendapatkan informasi mengenai manfaat daun kelor dan berbagai resep yang bisa dibuat dengan menggunakan bahan tersebut. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan konsumsi daun kelor dalam menu sehari-hari masyarakat sehingga lebih memenuhi kebutuhan gizinya (Bobihu et al., 2023).

Antusiasme dan partisipasi aktif peserta menunjukkan bahwa mereka sadar akan pentingnya diversifikasi pangan dan manfaat daun kelor bagi kesehatan. Kegiatan ini dapat menambah pengetahuan dan keterampilan kader posyandu untuk memberikan edukasi kepada masyarakat akan pentingnya pola makan seimbang dan cara pangan lokal yang inovatif. Dampak jangka panjang yang diharapkan adalah penurunan angka stunting di Desa Tinggede melalui perbaikan gizi dan peningkatan konsumsi makanan bergizi. Kegiatan pengabdian ini juga menunjukkan pentingnya kolaborasi antara berbagai pihak, termasuk peneliti, profesional kesehatan, dan komunitas lokal, dalam mengatasi masalah gizi dan kesehatan di tingkat lokal. Dengan kerja sama yang baik, upaya-upaya untuk mengatasi penurunan diharapkan dapat lebih efektif dan berkelanjutan.



Gambar 3. Pendampingan kader posyandu

Gambar 3 menunjukkan proses setelah pasca pelatihan dengan mendampingi bu kader untuk membagikan menu ke ibu hamil yang sudah dibuat sebelumnya. Kegiatan pendampingan ini dilakukan untuk memberikan evaluasi terkait rasa serta informasi tambahan terkait manfaat gizi dari makanan berbasis daun kelor dan untuk mendukung kader dalam memberikan edukasi kepada masyarakat Desa Tinggede. Pendampingan juga mencakup pembentukan kelompok komunitas yang saling mendukung dalam mempromosikan diversifikasi pangan lokal.

Diharapkan dari kegiatan ini, tindakan sasaran dalam penerapan upaya penanganan stunting juga akan baik. Demikian pula sebaliknya, sasaran dengan tingkat pengetahuan rendah maka tindakan dalam penerapan upaya penanganan stunting akan cenderung kurang baik. Sasaran yang memiliki pengetahuan tinggi tentang upaya penanganan stunting akan mempunyai kemampuan untuk menerapkan kemampuan dalam pencegahan stunting sehingga diharapkan jumlah anak yang

Pemberdayaan kader posyandu melalui diversifikasi pangan lokal pada ibu hamil

stunting akan berkurang.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Tinggede, Kabupaten Sigi, menunjukkan bahwa penyuluhan gizi dan diversifikasi pangan lokal dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat mengenai pentingnya gizi dan cara pemanfaatan pangan lokal, seperti daun kelor. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam mengolah daun kelor menjadi berbagai makanan bergizi, meskipun hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang minimal. Salah satu kelebihan dari kegiatan ini adalah antusiasme dan partisipasi aktif peserta, yang menandakan adanya kesadaran akan pentingnya diversifikasi pangan lokal. Namun, kekurangan yang dihadapi adalah peningkatan pengetahuan yang tidak signifikan, yang disebabkan oleh keterbatasan pada saat penyuluhan dan pelatihan. Untuk pengembangan selanjutnya, kegiatan serupa dapat diperluas dengan melibatkan lebih banyak peserta dan tenaga ahli. Selain itu, diperlukan evaluasi berkelanjutan untuk mengukur dampak jangka panjang dari kegiatan ini terhadap penurunan angka stunting dan peningkatan kualitas gizi masyarakat. Upaya pencegahan stunting diharapkan dapat lebih efektif dan berkelanjutan dengan berkolaborasi yang lebih baik antar berbagai pihak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada Universitas Widya Nusantara atas dukungan dan bantuan dana yang diberikan untuk kegiatan pengabdian kami di Desa Tinggede. Tanpa bantuan dan dukungan finansial dari Universitas Widya Nusantara, kami tidak akan dapat melaksanakan kegiatan ini dengan lancar dan sukses. Kami sangat menghargai kepercayaan dan kesempatan yang diberikan kepada kami untuk memberikan kontribusi positif bagi masyarakat melalui kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Amin, S., Firdaus, A.M. and Murtafiah, W. (2021) 'Pelatihan Materi Gizi Seimbang Pada Ibu Rumah Tangga Untuk Peningkatan Status Gizi', *Jurnal Terapan Abdimas*, 6(2), pp. 102–109. Available at: <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/JTA/article/view/7425%0Ahttp>
- Bobihu, D.A.H. *et al.* (2023) 'Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Anak Balita Berbasis Pangan Lokal Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) di desa Daenggune , kecamatan Kinovaro , kabupaten Sigi kelompok anak balita umur 0-5 tahun . Pemenuhan gizi setiap anak ditujukan untuk yang berperan d', 4(2), pp. 126–134.
- Eva Lestari, Zahroh Shaluhiah and Mateus Sakundarno Adi (2023) 'Intervensi Pencegahan Stunting pada Masa Prakonsepsi : Literature Review', *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(2), pp. 214–221. Available at: <https://doi.org/10.56338/mpkki.v6i2.2994>.
- Febrianti, N., Hardianti and Masfufah (2024) 'Edukasi Pola Makan Gizi Seimbang dan Pemberian PMT di Desa Lempe', 3(2), pp. 51–55. Available at: <https://doi.org/10.33860/jpmsh.v3i2.3852>.
- Hamer, W., Bryan Maliki, B. and Mapruhah, A. (2022) 'Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Akan Pentingnya Pemenuhan Gizi Dalam Mencegah Stunting Di Desa Sukamaju Kecamatan Labuan Kabupaten Pandeglang', *Jurnal Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), pp. 14–20. Available at: <https://doi.org/10.59066/jppm.v1i2.27>.
- Irwan, Z. (2020) 'Kandungan Zat Gizi Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Berdasarkan Metode Pengeringan', *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1), pp. 66–77. Available at: <http://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/m>.
- Mangondo, P. and Pelima, R. V (2018) 'Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Tentang Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Tinggede Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi', pp. 46–51.
- Putri, R.A., Sulastri, S. and Apsari, N.C. (2023) 'Pemanfaatan Potensi Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting', *Ijd-Demos*, 5(1). Available at: <https://doi.org/10.37950/ijd.v5i1.394>.
- Sugiyanto, Bagenda, E.. and Sumarlan (2024) *Epidemiologi Stunting dan Masa Depan Generasi Emas*.
- Suriyany Simamora, R. and Kresnawati, P. (2021) 'Pemenuhan Pola Makan Gizi Seimbang Dalam

Pemberdayaan kader posyandu melalui diversifikasi pangan lokal pada ibu hamil

Penanganan Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Rawalumbu Bekasi', *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 11(1), pp. 34-45. Available at: <https://doi.org/10.52643/jbik.v11i1.1345>.