



Journal of Human And Education

Volume 4, No. 3, Tahun 2024, pp 471-477

E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876

Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Peduli Stunting Dengan Pelatihan Pengolahan Makanan Dari Daun Kelor Bagi Kader Kesehatan Di Desa Tonasa Kecamatan Sanrobone Kabupaten Takalar

Nurul Husnah¹, Andi Tenri Abeng², Sitti Hadriyanti Hamang³

Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan Masyarakat,

Universitas Muslim Indonesia^{1,2,3}

Email: nurul.husnah@umi.ac.id^{1*}

Abstrak

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang dialami anak akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai selama 1000 hari pertama kehidupan seorang anak, sejak pembuahan sampai usia dua tahun. Seorang anak didefinisikan sebagai stunting jika tinggi badan menurut usianya lebih dari dua standar deviasi, di bawah ketetapan Standar Pertumbuhan Anak WHO. *World Health Organization* (WHO) stunting pada anak adalah salah satu hambatan paling signifikan bagi perkembangan manusia, secara global mempengaruhi sekitar 162 juta anak di bawah usia 5 tahun. Salah satu masalah kesehatan yang terdapat di Desa Tonasa yang merupakan salah satu kelurahan dalam wilayah Kecamatan Sanrobone Kabupaten Takalar yaitu masih tingginya angka kejadian stunting. Data tahun, 2022) ditemukan ada sekitar 101 orang anak yang dinyatakan mengalami stunting. Bertolak dari permasalahan ini diperlukan adanya pemahaman masyarakat tentang makanan bergizi dan penanggulangan stunting. Hasil pretest pengetahuan yang meliputi stunting, daun kelor dan olahannya didapatkan hasil pengetahuan Baik 6 orang (40%), Cukup 8 orang (53%) dan Kurang 7 orang (46%), setelah pretest dilakukan langkah selanjutnya adalah pemberian edukasi mengenai stunting, daun kelor dan olahannya. Setelah informasi diberikan langkah selanjutnya post test dengan hasil pengetahuan Baik 20 orang (100%), Cukup 0 orang (0%), dan Kurang 0 orang (0%). Langkah selanjutnya adalah membentuk demonstrasi langsung mengenai pengolahan makanan dengan daun kelor agar informasi yang didapatkan dapat lebih mudah untuk mempraktikkan ke ibu-ibu masyarakat desa Tonasa, Kecamatan Sanrobone, Kabupaten Takalar.

Kata Kunci: *Penyuluhan, Pencegahan, Stunting, Kesehatan, Masyarakat*

Abstract

Stunting is a growth and development disorder experienced by children due to poor nutrition, recurrent infections, and inadequate psychosocial stimulation during the first 1000 days of a child's life, from conception until the age of two. A child is defined as stunted if his or her height is more than two standard deviations below the WHO Child Growth Standards. World Health Organization (WHO) stunting in children is one of the most significant barriers to human development, globally affecting an estimated 162 million children under the age of 5. One of the health problems in desa Tonasa, which is one of the kelurahan in Kecamatan Sanrobone, Kabupaten Takalar, is the high incidence of stunting. Data from, 2022) found that there were about 101 children who were declared stunted. Starting from this problem, it is necessary to understand the community about nutritious food and stunting prevention. Pretest results of knowledge that includes stunting, moringa leaves and preparations obtained good knowledge of 6 people (40%), enough 8 people (53%) and less 7 people (46%), after pretest done the next step is the provision of education about stunting, moringa leaves and preparations. After the information is given the next step is post test with good knowledge of 20 people (100%), Enough

Copyright: Nurul Husnah, Andi Tenri Abeng, Sitti Hadriyanti Hamang

0 People (0%), and less 0 People (0%). The next step is to form a direct demonstration of food processing with moringa leaves so that the information obtained can be easier to practice to the women of the Kelurahan Tonasa community, Kecamatan Sanrobone, Kabupaten Takalar .

Keywords: Counseling, Prevention, Stunting, Health, Community

PENDAHULUAN

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat pemula merupakan inisiatif yang dirancang oleh Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat (LPkM) di Universitas Muslim Indonesia. Program ini berfungsi sebagai wadah penerapan ilmu pengetahuan dari berbagai disiplin untuk mengatasi masalah pragmatis dalam kehidupan masyarakat, terutama di desa. Pendekatan yang digunakan bersifat interdisipliner dan lintas sektoral. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat pemula, dosen dan masyarakat dapat memperoleh pengalaman belajar yang nyata dalam pembangunan desa. Selain itu, program ini bertujuan menjamin keterkaitan antara dunia akademik teoritis dan dunia praktis. Setiap orang tua pasti menginginkan anak yang sehat dengan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Namun, sayangnya, masih banyak orang tua yang kurang memahami pentingnya mencukupi kebutuhan gizi, sehingga stunting pada anak menjadi salah satu masalah kesehatan global.

Menurut *World Health Organization* (WHO), stunting pada anak adalah salah satu hambatan paling signifikan bagi perkembangan manusia, yang secara global mempengaruhi sekitar 162 juta anak di bawah usia 5 tahun. WHO menyatakan bahwa stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang dialami anak akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan kurangnya stimulasi psikososial selama 1000 hari pertama kehidupan, mulai dari pembuahan hingga usia dua tahun. Seorang anak dikategorikan mengalami stunting jika tinggi badannya menurut usia lebih dari dua standar deviasi di bawah Standar Pertumbuhan Anak WHO.

Gangguan pertumbuhan memiliki dampak negatif yang signifikan pada anak. Ini termasuk penurunan perkembangan kognitif, fisik, bahasa, dan sensorik-motorik, serta penurunan kapasitas produktif dan kesehatan yang buruk, termasuk risiko kelebihan berat badan di masa kanak-kanak. Selain itu, stunting memiliki efek jangka panjang pada individu dan masyarakat, seperti kognisi dan kinerja pendidikan yang buruk, upah rendah saat dewasa, kehilangan produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit kronis terkait gizi di masa dewasa, seperti diabetes. Salah satu cara untuk mencegah stunting adalah dengan memberikan pendampingan pada pemberian ASI eksklusif dan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI).

WHO merekomendasikan fortifikasi atau penambahan nutrisi ke dalam makanan. Kelor, atau merunggai (*Moringa oleifera*), adalah sejenis tumbuhan dari suku Moringaceae yang dikenal dengan berbagai nama, seperti limaran, marungga, moringa, ben-oil (dari minyak yang bisa diekstrak dari bijinya), drumstick (karena bentuk rumah benihnya yang panjang dan ramping), horseradish tree (dari bentuk akarnya yang mirip tanaman horseradish), dan malunggay di Filipina. Kelor merupakan tanaman yang dapat tumbuh dengan cepat, berumur panjang, berbunga sepanjang tahun, dan tahan terhadap kondisi panas ekstrem. Tanaman ini berasal dari daerah tropis dan subtropis di Asia Selatan dan biasa digunakan sebagai bahan pangan dan obat di Indonesia. Selain itu, biji kelor juga digunakan sebagai penjernih air dalam skala kecil.

Tanaman kelor memiliki tinggi antara 7-11 meter, dengan batang berkayu (*lignosus*) yang tegak, berwarna putih kotor, dan memiliki kulit tipis serta permukaan kasar. Percabangannya simpodial dengan arah cabang yang tegak atau miring, cenderung tumbuh lurus dan memanjang. Daun kelor adalah daun majemuk, bertangkai panjang, tersusun berseling, dengan anak daun gasal (*imparipinnatus*), dan helai daun muda berwarna hijau muda. Buahnya berbentuk panjang bersegi tiga dengan panjang 20-60 cm; buah muda berwarna hijau dan berubah menjadi cokelat saat tua, dengan biji yang bulat berwarna coklat kehitaman, dan tanaman ini berbuah setelah berumur 12-18 bulan. Akar tunggangnya berwarna putih dan membesar seperti lobak. Perbanyakannya bisa dilakukan secara generatif (biji) maupun vegetatif (stek batang). Kelor dapat tumbuh di dataran rendah maupun tinggi hingga ketinggian 1000 meter di atas permukaan laut, dan sering ditanam sebagai tapal batas atau pagar di halaman rumah atau ladang.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menganjurkan bayi dan anak-anak dalam masa pertumbuhan untuk mengonsumsi daun kelor. Dalam perbandingan per gram, daun kelor mengandung: 7 kali vitamin C pada jeruk, 4 kali kalsium pada susu, 4 kali vitamin A pada wortel, 2 kali protein pada susu, dan 3 kali potasium pada pisang. WHO juga menobatkan kelor sebagai pohon ajaib setelah melakukan studi dan menemukan bahwa tumbuhan ini memberikan manfaat kesehatan yang murah selama 40 tahun terakhir di negara-negara termiskin di dunia.

Copyright: Nurul Husnah, Andi Tenri Abeng, Sitti Hadriyanti Hamang

Pohon kelor tersebar luas di padang-padang Afrika, Amerika Latin, dan Asia. National Institute of Health (NIH) pada 21 Maret 2008 menyatakan bahwa pohon kelor "telah digunakan sebagai obat oleh berbagai kelompok etnis asli untuk mencegah atau mengobati lebih dari 300 jenis penyakit." Tradisi pengobatan Ayurveda kuno di India menunjukkan bahwa 300 jenis penyakit dapat diobati dengan daun *Moringa oleifera*.

Hasil analisis kandungan nutrisi menunjukkan bahwa daun kelor memiliki potensi yang sangat baik untuk melengkapi kebutuhan nutrisi tubuh. Dengan mengonsumsi daun kelor, keseimbangan nutrisi dalam tubuh dapat terpenuhi, sehingga membantu meningkatkan energi dan ketahanan tubuh. Selain itu, daun kelor juga berkhasiat untuk mengatasi berbagai keluhan akibat kekurangan vitamin dan mineral, seperti gangguan penglihatan karena kekurangan vitamin A, penumpukan lemak pada hati karena kekurangan Choline, beri-beri karena kekurangan vitamin B1, kulit kering dan pecah-pecah karena kekurangan vitamin B2, dermatitis karena kekurangan vitamin B3, pendarahan gusi karena kekurangan vitamin C, osteoporosis karena kekurangan kalsium, anemia karena kekurangan zat besi, serta rambut pecah-pecah dan gangguan pertumbuhan pada anak karena kekurangan protein.

Dengan adanya informasi tentang analisis kandungan nutrisi dari daun kelor, maka diperlukan pemanfaatan tanaman kelor sebagai salah satu upaya untuk menangani masalah kesehatan, khususnya stunting. Upaya ini dapat dilakukan melalui pembinaan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan penyuluhan kepada keluarga, terutama para ibu, mengenai peningkatan gizi anak dengan memanfaatkan berbagai tanaman yang tumbuh di sekitar tempat tinggal mereka, terutama tanaman kelor. Dengan demikian, penggunaan daun kelor dapat membantu mencegah peningkatan angka penderita stunting.

Desa Tonasa adalah salah satu kelurahan di wilayah Kecamatan Sanrobone, Kabupaten Takalar, yang juga merupakan desa binaan dari Universitas Muslim Indonesia. Desa Tonasa memiliki topografi dataran rendah dan dikelilingi oleh perkebunan seperti padi, jagung, cabai, dan tanaman lainnya. Suhu udara di desa ini pada siang hari rata-rata berkisar antara 35°C, sementara pada malam hari berkisar antara 20° - 25°C, dengan curah hujan sekitar 2,562 mm per tahun. Desa Tonasa terletak sekitar 44-45 KM dari Kota Makassar, dan memiliki luas wilayah sekitar 384 KM².

Berdasarkan data tahun 2022, Desa Tonasa memiliki sekitar 101 orang anak yang mengalami stunting. Untuk mengatasi masalah ini, penting untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang makanan bergizi serta melakukan penanganan terhadap stunting dengan memanfaatkan daun kelor sebagai bahan baku aneka olahan bergizi bagi anak-anak di desa tersebut. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan yang konkret untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman langsung dari masyarakat, terutama kader, dalam pengolahan makanan bergizi dari tanaman kelor. Pelatihan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada lebih banyak masyarakat desa, terutama para ibu, sehingga mereka dapat memanfaatkan potensi tanaman kelor secara optimal untuk meningkatkan gizi anak-anak dan mengurangi jumlah kasus stunting.

Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah memberikan pendampingan kepada kader di Desa Tonasa, Kecamatan Sandro Bone, melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan pembuatan serta pengolahan makanan dari daun kelor. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka tentang keberadaan makanan bergizi yang dapat diolah dari tanaman kelor, sehingga dapat memberikan kontribusi dalam pemenuhan gizi bagi pertumbuhan anak-anak dan balita.

METODE

Diharapkan dengan adanya pelatihan mengenai pengolahan makanan dari daun kelor dan pemberian informasi tentang stunting pada balita, akan membuka wawasan dan meningkatkan pengetahuan bagi kader dan masyarakat secara luas. Adapun metode yang akan dilakukan meliputi:

A. Sosialisasi & Pemberian Informasi

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat UMI, kami menargetkan 15 – 20 kader kesehatan.

1) Metode yang akan dipakai dalam kegiatan ini yaitu :

a. Ceramah

Metode ini digunakan untuk menyajikan materi-materi yang berbentuk pengetahuan dan pemahaman tentang kandungan dan manfaat Daun Kelor serta stunting

b. Tanya jawab

Tanya jawab dilakukan apabila ada pertanyaan atau materi yang belum dipahami oleh kader

2) Materi yang disampaikan mencakup :

Copyright: Nurul Husnah, Andi Tenri Abeng, Sitti Hadriyanti Hamang

- a. Informasi tentang stunting
- b. Daun Kelor
- c. Rese dan olahan daun kelor

B. Pelatihan Pengolahan Makanan dari Daun Kelor

Pelatihan ini dilakukan untuk mengajarkan bagaimana cara mengolah Daun kelor menjadi makanan tambahan yang bernilai gizi tinggi dan disukai anak-anak.

C. Pemberian leaflet/Buku Panduan

Setelah diberikan informasi serta pelatihan maka selanjutnya Kader akan dibekali *Leaflet* buku saku tentang manfaat dan kelor serta aneka olahannya, sehingga kader akan lebih mudah untuk menyebarkan informasi yang telah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Survei

Survey yang dilakukan melibatkan aparat desa setempat sebagai mitra kerja. Kader yang dipilih diharapkan mampu menyampaikan edukasi kepada ibu-ibu di Desa Tonasa, terutama yang memiliki balita. Survey awal dan sosialisasi akan dilakukan pada bulan September 2022.

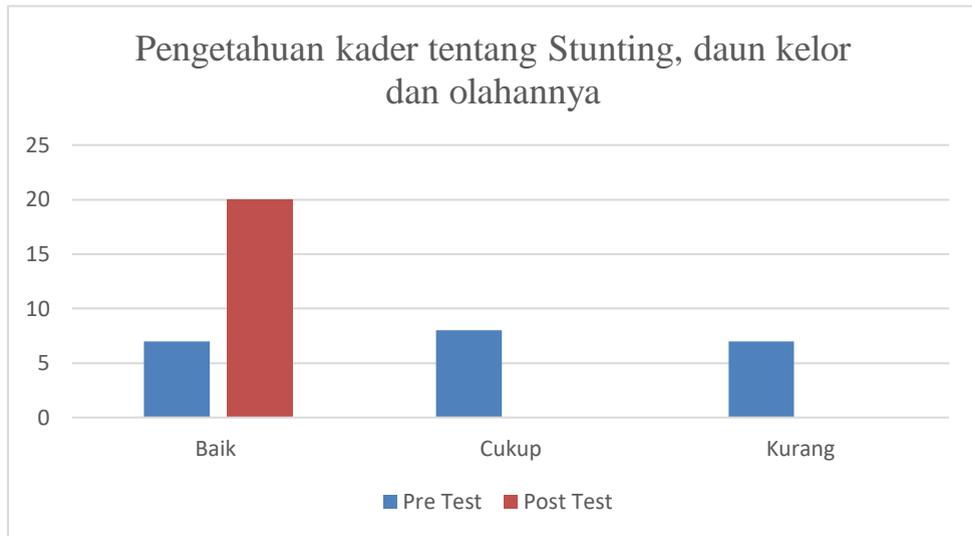
Tanggal 28 Nopember 2022 dilakukan juga pre test untuk mengetahui pengetahuan serta pemahaman kader terhadap stunting, daun kelor dan pengolahannya. Tes ini dilakukan pada 20 orang kader dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 15 pertanyaan dimana 10 pertanyaan tentang stunting, 5 Pertanyaan tentang kelor dan pengolahannya. Adapun hasil dari pretest yang dilakukan adalah : Baik : 6 orang, Cukup : 8 orang dan Kurang : 7 orang.



B. Pemberian Edukasi dan Pelatihan

Setelah dilakukan pre test maka selanjutnya adalah dilakukan pemberian edukasi serta pelatihan yang terdiri dari materi stunting, daun kelor dan pengolahan daun kelor. Materi stunting ini berisi mengenai pengertian stunting, penyebab, ciri, dampak buruk dan penanganan stunting. Untuk materi daun kelor dan pengolahannya terdiri dari morfologi, manfaat dan aneka olahan daun kelor. Pada akhir pemberian materi dibuka sesi Tanya jawab dan ada beberapa kader yang bertanya terkait materi yang disampaikan diantaranya apakah stunting itu bersifat genetik, apakah olahan daun kelor dapat diolah menjadi makanan ringan yang disukai anak-anak. Setelah sesi pertanyaan dilakukan praktik pengolahan daun kelor bagi kader dilaksanakan. Seluruh kader perhatikan secara langsung proses pengolahannya.

Tahap selanjutnya adalah melakukan post test, pertanyaan post test sama dengan pertanyaan pre test yang terdiri dari 15 pertanyaan yang terdiri dari stunting, daun kelor dan pengolahannya. Adapun hasil dari post test yang dilakukan pada 20 kader yaitu : Baik : 20 orang, Cukup : 0 orang, Kurang : 0 orang.



Tabel : Hasil Pre test dan Post Test kader kesehatan dan kebidanan



Gambar 2 : Penyuluhan Stunting, Daun Kelor dan Olahannya

C. Demonstrasi pengolahan daun kelor

Setelah dilakukan pemberian edukasi langkah selanjutnya adalah demonstrasi langsung pengolahan daun kelor, para kader diperlihatkan alat dan bahan yang digunakan dalam proses pengolahan makanan dari daun kelor, resep pertama yakni cara pembuatan pudding kelor lalu resep pembuatan stik kelor. Kader antusias dan ikut serta dalam proses pengolahan makanan tersebut.

Dengan pemberian demonstrasi langsung dan melibatkan langsung kader dalam pengolahan daun kelor ini diharapkan mereka dapat lebih mudah untuk memahami teknik dan cara pengolahannya, serta dapat mengedukasi langsung ibu-ibu di desa Tonasa kecamatan Sanrobone Kabupaten Takalar.



Gambar 3 : Demonstrasi Pengolahan Daun Kelor

SIMPULAN

Permasalahan yang dihadapi adalah belum adanya kerjasama dengan Pembina teknis terkait yaitu puskesmas yang menjalankan kegiatan berkaitan dengan Gizi Balita Disamping itu sarana dan prasarana yang memadai untuk untuk konsultasi mengenai permasalahan yang berkaitan dengan stunting, gizi balita, dan pengolahan bahan makan bergizi yang mudah diperoleh di daerah setempat. Terjadinya peningkatan pemahaman dimana pada hasil pretest yang dilakukan pada 20 kader kesehatan dan kebidanan yang diberikan kuesioner dengan 15 pertanyaan yang terdiri dari 10 pertanyaan tentang stunting, 5 pertanyaan tentang daun kelor dan pengolahannya dengan hasil pretest kader yaitu 40% memiliki pengetahuan baik, 53% pengetahuan cukup, dan 46% pengetahuan kurang. Setelah diberikan edukasi dan pelatihan tingkat pemahaman kader yaitu 100% baik. Terlaksananya pendemonstrasian pengolahan daun kelor berupa puding kelor dan stik kelor dengan melibatkan langsung kader kesehatan dan kebidanan Desa Tonasa Kabupaten Takalar berjumlah 20 kader.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis haturkan kepada rektor Universitas Muslim Indonesia melalui LPkM yang telah menyediakan dana Pengabdian dosen pemula UMI, terimakasih pula kami haturkan kepada pimpinan Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI dan semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian and *World food Programme*. (2015). *Peta Katahan dan Keretantanan Pangan Indonesia*.
- Fransiana,T, 2020. Pelatihan pembuatan aneka makanan dari daun kelor sebagai usaha pemberantasan stunting. *Jurnal pengabdian masyarakat desa*.
- Hariyanto Tanto & Jupriyono. (2017). Peningkatan Kemampuan masyarakat dalam pengembangan pangan berbahan dasar tanaman Kelor Di RW 8 Kelurahan Bareng Kota Malang. *Jurnal Idaman*,1(1), 24-26.
- <https://www.popmama.com/kid/1-3-years-old/jemima/penjelasan-stunting-menurut-who-dan-cara-mengatasinya/11> diakses ada 13 juni 2022
- [https://www.google.com/search?safe=strict&hl=en&q,file:///C:/Users/My%20PC/Downloads/173-37-436-2-10-20180126%20\(3\).pdf](https://www.google.com/search?safe=strict&hl=en&q,file:///C:/Users/My%20PC/Downloads/173-37-436-2-10-20180126%20(3).pdf)
- I. W. A. A. Okayana dkk, 2022. Optimalisasi Penggunaan Tepung Daun Kelor (*Moringa Oleifera Lam*) Terhadap Kualitas Pie Susu, *Jurnal Kuliner* Vol.2 No.1, e-ISSN: 2809-5561.
- Kementerian Kesehatan. RI (2010). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Desa, Pembangunan Derah tertinggal dan Transmigrasi. 2017. *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*. Direktur Jendral Pembangunan dan Pemberdayaan Masyarakat Desa.
- Sugita,I Made. 2019. Pangan nusantara olahan kelor : gizi, Manfaat dan pengembangan untuk Peningkatan gizi dan penurunan stunting Propinsi bali. *Diseminarkan Untuk Percepatan*

Pengentasan Kemiskinan dan Penurunan Stunting Melalui Pengembangan Agribisnis & Agrowisata Kelor, di Gedung IGK Pujia Eks Pelabuhan Buleleng, Singaraja Buleleng Bali
Tulus Tumbuhan. (2010). *Ketahanan Pangan Di Indonesia Inti Permasalahan Dan Alternatif Solusinya*. Pusat Studi Industri dan UKM: Jakarta: Universitas Trisakti Kadin
Youtube.com, 2022, Aneka resep olahan daun kelor.