

## EDUKASI STUNTING DAN PEMBUATAN PUDING DAUN KELORPADA IBU BADUTA DAN IBU HAMIL

Sri Syatriani<sup>1\*</sup>, Hardianti<sup>2</sup>, Wahyu Suciati<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

<sup>2</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

\*Alamat Korespondensi: syatrianisri@gmail.com

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Stunting diakibatkan karena kurangnya asupan zat gizi maupun penyakit infeksi yang berlangsung kronis. Salah satu upaya dalam pencegahan Stunting adalah dengan pemanfaatan tanaman lokal sebagai bahan pangan. Tanaman Kelor (*Moringa Oleifera*) merupakan salah satu bahan pangan yang banyak ditemukan termasuk di desa Tanammawang dan memiliki sejuta manfaat untuk kesehatan. Upaya penanggulangan stunting di Provinsi Sulawesi Selatan belum mencapai target penurunan stunting. Anak yang kekurangan asupan gizi akan berdampak pada keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan otak, tulang, dan gangguan emosi.

**Tujuan:** Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang stunting dan upaya pencegahannya melalui edukasi dan praktek pembuatan olahan daun kelor dengan pudding.

**Metode:** Kegiatan pengabdian yang dilakukan adalah edukasi tentang pencegahan stunting dan pembuatan pudding daun kelor pada ibu baduta. yang dilakukan di Desa Tanammawang Dusun Sarroanging 1 Kecamatan Bontoramba Kabupaten Jeneponto Sulawesi Selatan.

**Hasil:** Kegiatan ini dilakukan di Dusun Sarroanging 1 Desa Tanammawang adalah kegiatan edukasi, cara pembuatan, dan pembagian pudding daun kelor dengan sasaran objek kegiatan ini adalah ibu dan anak baduta dan balita. Kegiatan ini dihadiri 16 ibu beserta baduta dan balita.

**Kesimpulan:** Kegiatan edukasi, cara pembuatan, dan pembagian pudding daun kelor dengan sasaran objek kegiatan ini adalah ibu, anak baduta dan ibu hamil. Setelah pelaksanaan sosialisasi pada kegiatan pengabdian masyarakat maka terjadi peningkatan pemahaman dan pengetahuan ibu baduta dan ibu hamil tentang manfaat daun kelor untuk pencegahan stunting pencegahan stunting dengan perbaikan gizi untuk baduta dan ibu hamil serta peningkatan keterampilan ibu baduta dan ibu hamil membuat pudding daun kelor.

**Kata kunci:** Edukasi stunting, Pembuatan pudding daun kelor, Baduta dan balita

### PENDAHULUAN

Stunting merupakan permasalahan gizi yang harus segera dituntaskan di Indonesia agar menghasilkan generasi cerdas dan berkualitas. Pemerintah mengupayakan untuk percepatan penurunan angka stunting di Indonesia dengan mengeluarkan Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang percepatan penurunan stunting. Stunting yang terjadi di desa Tanammawang dusun Sarroanging 1 disebabkan kurangnya pengetahuan masyarakat khususnya orang tua tentang gizi untuk kesehatan anak (Jamroni 2021).

Masa baduta merupakan masa yang rentan mengalami masalah gizi, salah satunya adalah stunting. Stunting adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Stunting

mengakibatkan kondisi gagal tumbuh pada balita karena adanya kekurangan gizi kronis sehingga pertumbuhan anak tidak sesuai dengan usianya, tinggi badan anak cenderung lebih pendek (kerdil)

Prevalensi balita stunting di Indonesia menempati urutan 5 terbesar di dunia, Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, terdapat 30,8% balita di Indonesia yang mengalami stunting. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan angka prevalensi stunting di Indonesia pada 2022 sebesar 21,6%, tahun 2021 sebesar 24,4%, atau menurun 6,4% dari angka 30,8% pada 2018.

Prevalensi stunting di Sulawesi Selatan menurut hasil Riset Kesehatan Dasar mengalami fluktuasi, 2010 sebesar 36,7%, 2013 meningkat menjadi 40,9% tetapi pada 2018 mengalami penurunan yang cukup berarti yaitu 35,6%. Hasil pemantauan SSGI 2019 terus mengalami penurunan hingga 30,59%, 2021 pemerintah Sulawesi Selatan berhasil menekan prevalensi stunting hingga 27,4%, 2022 menurun sedikit menjadi 27,2%. Angka prevalensi stunting 2022 tertinggi di Kabupaten Jeneponto sebesar 39,8%, yang menjadikan Kabupaten Jeneponto sebagai salah satu lokus stunting di Sulawesi Selatan.

Gizi merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan tumbuh kembang anak yang optimal. Kekurangan gizi yang terjadi pada periode emas tersebut dapat menyebabkan berbagai masalah, salah satunya adalah masalah gagal tumbuh sehingga anak menjadi lebih pendek (stunting) dari standar. Salah satu upaya dalam pencegahan Stunting adalah dengan pemanfaatan tanaman lokal sebagai bahan pangan. Tanaman Kelor (*Moringa Oleifera*) merupakan salah satu bahan pangan yang memiliki sejuta manfaat untuk kesehatan yang memiliki sumber protein tinggi, sedangkan daun kelor (*moringa oleifera*) merupakan sumber bahan makanan yang memiliki nilai gizi tinggi. Kandungan gizi daun kelor kering mengandung lebih dari 40 antioksidan alami, protein 26,2 g, kalsium 2.095 mg, besi 27,1 mg, dan  $\beta$ -karoten 16800 mg (Nurdin, Sunandar, dan Ariyana 2022).

Stunting pada balita merupakan hasil akumulasi dari beberapa faktor, yaitu riwayat asupan dan non-asupan. Salah satu dari faktor non-asupan yang dapat meningkatkan risiko adalah kondisi sosial ekonomi. Tingkat ekonomi keluarga berkaitan dengan akses terhadap pangan dan kesehatan keluarga termasuk juga balita. Sedangkan, faktor dari asupan yaitu riwayat konsumsi energi dan beberapa zat gizi seperti protein dan zat besi yang berhubungan dengan terjadinya stunting. Anak usia 12-24 bulan dengan asupan energi dan protein yang rendah atau kurang dari kebutuhan akan meningkatkan resiko mengalami terjadinya stunting. Penyebab terjadinya stunting adalah asupan nutrisi yang kurang seimbang, kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi, terbatasnya layanan kesehatan dan masih kurangnya akses kepada makana bergizi dan kurangnya akses air bersih dan sanitasi.

Gangguan gizi Kesehatan yang muncul selama periode 1000 HPK menyebabkan efek permanen, jangka panjang, dan berdampak antargenerasi. Dengan demikian, masa 1000 HPK dianggap sebagai masa kritis yang dikenal sebagai "*the window of opportunity* atau *golden age* periode dari pertumbuhan dan perkembangan anak yang sangat menentukan kehidupan selanjutnya. Periode ini adalah periode dari nol kehamilan sampai anak berusia dua tahun Stunting harus ditanggulangi

sejak dini untuk memutus rantai epidemi stunting. Calon pengantin wanita adalah calon ibu yang menjadi garda terdepan dalam kesehatan keluarganya terutama kesehatan anak-anaknya, sehingga penting bagi calon ibu hamil untuk mengetahui apa saja yang berhubungan dengan gizi anak 1000 HPK. Wanita yang tengah mempersiapkan kehamilan, penting bagi mereka untuk mengetahui tentang gizi seimbang sejak awal kehamilan sampai anak usia dua tahun agar bayi lahir sehat serta terhindar dari berbagai masalah gizi.

Stunting menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan organ tubuh tidak optimal. Dalam jangka pendek, stunting menyebabkan gagal tumbuh, hambatan perkembangan kognitif dan motorik, dan tidak optimalnya ukuran fisik tubuh serta gangguan metabolisme. Dalam jangka panjang, stunting menyebabkan menurunnya kapasitas intelektual. Gangguan struktur dan fungsi saraf dan sel-sel otak yang bersifat permanen dan menyebabkan penurunan kemampuan menyerap pelajaran di usia sekolah yang akan berpengaruh pada produktivitasnya saat dewasa. Selain itu, kekurangan gizi juga menyebabkan gangguan pertumbuhan (pendek dan atau kurus) dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes melitus, hipertensi, jantung koroner, dan stroke.

Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi stunting adalah pemanfaatan daun kelor sebagai bahan makanan yang mengandung banyak protein sehingga dapat mencegah atau mengatasi stunting. Bentuk kegiatan yang dapat dilakukan adalah pemberian edukasi atau penyuluhan manfaat daun kelor pada ~~baduta~~ sehingga ibu-ibu dapat mengetahui manfaat daun kelor untuk mengatasi stunting dan ibu-ibu mampu membuat makanan berbahan dasar daun kelor untuk baduta dan balita mereka.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah edukasi dengan metode ceramah atau sosialisasi tentang pencegahan dan penanggulangan stunting serta pedoman gizi seimbang pada anak dan pembuatan pudding daun kelor yang diakhiri dengan pembagian puding daun kelor. Pengabdian dilakukan di Dusun Sarroaging 1 Desa Tanammawang Kecamatan Bontoramba Kabupaten Jeneponto pada tanggal 5 juni 2023. Partisipasi mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah keikutsertaan ibu baduta dan ibu hamil dalam kegiatan edukasi dan pembuatan pudding daun kelor. Keberhasilan kegiatan diukur dari antusias para ibu baduta dan ibu hamil yang mengikuti kegiatan, adanya respon positif dari kepala dusun dan juga kefokusannya dalam mendengar sosialisasi, memperhatikan cara pembuatan puding daun kelor serta meningkatnya pengetahuan ibu baduta dan ibu hamil tentang pencegahan stunting serta ibu mampu membuat pudding daun kelor. Setelah memberikan edukasi kepada ibu baduta dan ibu hamil dilakukan evaluasi kegiatan, untuk mengetahui ibu baduta dan ibu hamil tersebut memahami tentang materi manfaat daun kelor untuk pencegahan stunting.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan edukasi, cara pembuatan, dan pembagian pudding daun kelor dilakukan di Dusun Sarroanging 1 Desa Tanammawang. Sasaran kegiatan adalah ibu baduta dan ibu hamil sebanyak 16 orang. Berikut ini tahapan kegiatan edukasi dan pembuatan pudding daun kelor:

### 1. Persiapan Kegiatan

- a. Koordinasi kepada kepala Puskesmas Bulusibatang
- b. Mempersiapkan bahan-bahan yang digunakan
  - 1) Daun kelor
  - 2) Nutrijel/Agar-agar
  - 3) Gula pasir
  - 4) Air
  - 5) Tepung maizena
  - 6) Susu kental manis
- c. Memetakan lokasi untuk menentukan titik koordinat kegiatan
- d. Menentukan jadwal kegiatan
- e. Menyusun kebutuhan sarana dan prasarana

### 2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan dengan menghadirkan 16 ibu yang mempunyai baduta dan ibu hamil yang tinggal di Dusun Sarroanging 1 Desa Tanammawang. Kegiatan ini berupa kegiatan edukasi, cara pembuatan, dan pembagian pudding daun kelor yang benar dan sehat untuk baduta dan ibu hamil agar dapat menunjang pemenuhan gizi yang seimbang dan penting untuk tumbuh kembang baduta dan balita. Kegiatan ini berjalan sesuai dengan perencanaan. Seluruh peserta dapat mengikuti kegiatan hingga selesai. Peserta terlihat memperhatikan edukasi, cara pembuatan pudding daun kelor serta berperan aktif dalam pembuatan pudding daun kelor.

Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat membuat perubahan bagi ibu untuk memahami pentingnya dari pemberian pudding daun kelor yang benar dan sehat untuk baduta dan balita untuk menunjang pemenuhan gizi yang seimbang dan penting untuk tumbuh kembang baduta dan balita sehingga menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas.

### 3. Evaluasi Kegiatan

Tahap ketiga pada kegiatan ini adalah tahap evaluasi untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu baduta dan ibu hamil tentang pencegahan stunting dan manfaat daun kelor untuk mencegah stunting serta meningkatkan keterampilan ibu baduta dan ibu hamil membuat pudding daun kelor. Evaluasi dilakukan dengan memberikan kuesioner mengukur kepada ibu baduta dan ibu hamil untuk mengukur sejauh mana pengetahuan ibu terkait

pengecegan stunting dan manfaat daun kelor untuk pengecegan stunting. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu tentang upaya pengecegan stunting dan manfaat daun kelor untuk pengecegan stunting sebesar 10% dan peningkatan keterampilan ibu baduta dan ibu hamil membuat pudding daun kelor ditandai dengan adanya ibu baduta dan ibu hamil yang membuat pudding daun kelor untuk anak baduta dan untuk mereka konsumsi.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian yang dilakukan di Dusun Sarroanging 1 Desa Tanammawang adalah kegiatan edukasi stunting, cara pembuatan dan pembagian pudding daun kelor dengan sasaran adalah ibu dan anak baduta dan ibu hamil. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan terjadi peningkatan pemahaman dan pengetahuan ibu baduta dan ibu hamil tentang manfaat daun kelor untuk pengecegan stunting serta peningkatan keterampilan ibu baduta dan ibu hamil membuat pudding daun kelor.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih diucapkan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar dan Kepala Desa Tanammawang atas dukungannya terhadap pelaksanaan pengabdian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Jamroni. 2021. “Jurnal Peduli Masyarakat Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Untuk Pemenuhan Nutrisi Pada Balita Stunting.” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM)* - *Aphelion* 3(September): 207–12.  
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>.
- Nurdin, Nasrayanti, Sunandar, and Ariyana. 2022. “Olahan Daun Kelor Untuk Perbaikan Status Gizi Balita Dalam Upaya Pencegahan Stunting.” *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* 1(4): 453–59.
- Kemenkes RI, Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, <https://kesmas.kemkes.go.id>