

CETING DELOR “CEGAH STUNTING DENGAN DAUN KELOR”

Iskandar Zulkarnaen^{1*}, Andi Sani Silwanah², Rania Ngaja²

^{*1}Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

²Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

Alamat Korespondensi: iskandarzul43@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam 1000 hari kehidupan yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak berada di bawah standar Indonesia masuk dalam kategori wilayah dengan masalah stunting yang tinggi karena memiliki angka stunting lebih 30- 39%. Kelor mengandung sangat banyak khasiat karena kandungan dan manfaatnya ada disetiap bagian tanamannya baik untuk kesehatan.

Tujuan: Untuk mendeskripsikan pengetahuan tentang pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu cara pencegahan stunting di desa Bajiminasa.

Metode: Metode yang digunakan dengan mengukur dengan menggunakan pre-test sebelum kegiatan edukasi dan post-test setelah diberikan penyuluhan.

Hasil: Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang di ikuti oleh 10 responden dapat di nyatakan bahwa hasil pengukuran tentang stunting dan pemanfaatan daun kelor sebelum penyuluhan dilakukan diketahui sebanyak 2 (20%) ibu tingkat pengetahuannya dikategorikan baik dan kategori cukup 8 (80%) dan setelah melakukan penyuluhan diketahui sebanyak 10 (100%) ibu tingkat pengetahuannya baik dan cukup tidak ada/nol (0%).

Kesimpulan: Berdasarkan presentase tersebut dapat disimpulkan bahwa penyuluhan yang dilakukan terindikasi berhasil terhadap ibu terkait stunting dan pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu pencegahan stunting.

Kata kunci: Stunting, Pengetahuan, Daun kelor

PENDAHULUAN

Balita Pendek (Stunting) adalah status gizi yang didasarkan pada indeks PB/U atau TB/U dimana dalam standar antropometri penilaian status gizi anak, hasil pengukuran tersebut berada pada ambang batas (Z-Score) <-2 SD sampai dengan -3 SD (pendek/ stunted) dan <-3 SD (sangat pendek / severely stunted). Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Hutabarat, 2020). Balita stunting di tentukan sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Balita di kategorikan pendek dan sangat pendek berdasarkan Panjang Badan menurut Umur (PB/U) dan Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) (Nuraina et al., 2021). Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak di bawah standar. Gangguan ini disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang selama 1000 hari kehidupan anak. (Ahmad et al., 2023). 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 (Ridhani W.S et al., 2022).

Stunting disebabkan oleh berbagai macam faktor, antara lain kondisi kesehatan dan gizi ibu sebelum, saat kehamilan serta setelah persalinan. Kondisi kesehatan ibu sebelum kehamilan yang berpengaruh terhadap terjadinya stunting adalah usia ibu yang masih terlalu muda/ usia remaja (Nurfardiansyah Bur et al., 2022). Masa balita 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 (Budury et al., 2022).

Jumlah balita yang mengalami stunting terus meningkat. Menurut data tahun 2017, 22,2% balita, atau sekitar 150,8 juta balita di dunia, mengalami stunting. Menurut data tahun 2019, lebih dari setengah balita yang mengalami stunting di dunia tinggal di Asia (50,4%) dan 40% di Afrika. Pada tahun 2020, ada 149,2 juta balita di bawah usia 5 tahun yang mengalami stunting. Angka ini sedikit lebih rendah dari angka stunting global tahun 2017. Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018, jumlah balita di Indonesia yang mengalami stunting mencapai 30,8 persen. Ini menempatkan Indonesia dalam kategori wilayah dengan masalah stunting yang tinggi dengan angka stunting lebih dari 30 hingga 39 persen. Menurut hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, prevalensi balita stunting di Indonesia sebesar 24,4%. Pada tahun 2021, prevalensi balita stunting di Indonesia akan mencapai 24,4% (Ahmad et al., 2023).

Stunting tergolong kedalam salah satu permasalahan di Indonesia yang belum terselesaikan. Berdasarkan Asian Development Bank menunjukkan bahwa Indonesia yang tertinggi kedua di Asia Tenggara terkait anak penderita stunting usia di bawah lima tahun (balita) dengan prevalensinya mencapai 31,8% pada 2020. Sementara itu, berdasarkan buku saku “Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kabupaten/Kota Tahun 2021” menunjukkan bahwa Provinsi Aceh berada di peringkat ketiga nasional sebagai daerah paling tinggi balita mengalami stunting dengan prevalensi kejadian stunting pada tahun 2021 adalah sebesar 33,2% dari keseluruhan kabupaten/kota di Aceh. Salah satu kabupaten/kota di Aceh yang tak luput dari kejadian stunting adalah Kota Langsa. Data menunjukkan prevalensi balita stunting di Kota Langsa pada tahun 2021 adalah sebesar 25,5%. Prevalensi balita stunting di Kota Langsa tergolong rendah dibandingkan kabupaten/kota lainnya yang ada di Aceh. Meskipun demikian, kejadian stunting tetap menjadi suatu permasalahan yang menjadi prioritas utama pada pemerintahan Kota Langsa. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya Peraturan Walikota Langsa No. 14 Tahun 2020 tentang Pencegahan dan Penanganan Stunting Terintegrasi di Kota Langsa. Peraturan tersebut dimaksudkan sebagai panduan, arahan serta acuan dalam pencegahan dan penanganan stunting di Kota Langsa. Pada peraturan tersebut, dalam hal melakukan pencegahan dan penanganan stunting, walikota melibatkan berbagai pihak termasuk pemerintahan gampong atau desa di wilayah Kota Langsa (Amelia et al., 2023).

Stunting disebabkan oleh faktor multidimensi, yaitu kurangnya asupan makanan bergizi, yang berdampak pada tingkat kecerdasan, kerentanan terhadap penyakit, menurunkan produktivitas, menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan kesenjangan. Stunting disebabkan oleh kurang gizi kronis yang terjadi dalam 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Penelitian

mengungkapkan bahwa kegagalan tumbuh kembang pada periode 1000. HPK dapat mengakibatkan gangguan kesehatan. Kualitas manusia ditentukan sejak janin sehingga ibu hamil harus menjaga asupan gizi agar pembentukan, pertumbuhan dan perkembangan janin optimal (Amelia et al., 2023). Anak yang memiliki tingkat kecerdasan yang tidak maksimal akibat kejadian stunting pada akhirnya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan, dan memperlebar ketimpangan di suatu Negara (Nugrawati et al., 2021).

Negara seperti Afrika dan Asia memanfaatkan daun kelor untuk dikonsumsi sebagai suplemen gizi, bagi ibu hamil dan anak dalam usia pertumbuhan. Salah satu yang paling menonjol dari kandungan tanaman kelor yaitu antioksidan, kandungan antioksidan sangat diperlukan oleh tubuh untuk menjaga sistem kekebalan dan imun tubuh agar terhindar dari penyakit. Kandungan antioksidan kelor terdapat pada daunnya yaitu tanin, steroid, triterpenoid, flavonoid, saponin, antarquinon, dan alkaloid (Hasanuddin et al., 2022).

Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu jenis tanaman yang sudah tidak asing bagi masyarakat, banyak tumbuh di daerah tropis, dikenal sebagai tanaman multifungsi. Daunnya dan buahnya sering dijadikan sayuran, sedangkan batangnya sebagai pagar tanaman, kulit batang dan akarnya sering dijadikan obat tradisional (Asmawati et al., 2022). Daun kelor dapat dijadikan sebagai alternatif yang potensial untuk mencukupi kebutuhan gizi ibu hamil karena pada daun kelor terdapat 14 kalori dan nutrisi antara lain berupa karbohidrat, protein, zat besi, kalium, magnesium, vitamin C, vitamin A, kalsium, dan asam folat. Selain itu, terdapat pula serat, vitamin B, fosfor, tembaga, zinc, dan selenium. Protein dan asam folat adalah nutrisi yang sangat dibutuhkan untuk ibu hamil dan mempengaruhi perkembangan anak di masa kehamilan (Amelia et al., 2023). Kelor mengandung sangat banyak khasiat karena kandungan dan manfaatnya ada di setiap bagian tanamannya baik untuk kesehatan. Nilai gizi dari daun kelor yang tinggi dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu menyusui dan balita dalam masa pertumbuhan (Safirah Awanis et al., 2023).

Selain itu bagian-bagian tanaman kelor juga mengandung banyak nutrisi yang baik dan yang bisa dimanfaatkan secara luas pada berbagai macam bidang seperti: pangan, kesehatan, kecantikan dan lingkungan, sehingga sangat wajar jika mendapat julukan *Tree for Life* (Widiyanti et al., 2021). Berdasarkan permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan edukasi terkait pemanfaatan daun kelor guna pencegahan stunting di Desa Bajiminasa.

METODE

Metode pengabdian masyarakat yang kami lakukan yaitu dengan ceramah dengan media edukasi pamflet dan leaflet sebelum pelaksanaan memaparkan materi kami membagikan kuesioner pre-test dan sesudah memaparkan materi kami membagikan kembali kuesioner post-test. Penyuluhan ini berupa pemaparan materi pada ibu yang berjumlah 10 responden dengan menggunakan media brosur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pegabdian masyarakat yang dilakukan berupa edukasi dengan untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait stunting dan manfaat daun kelor. Kegiatan penyuluhan ini menggunakan metode ceramah dalam menjelaskan tentang CETING DELOR “Cegah Stunting dengan daun kelor” yang berisi pengertian, penyebab dan gejala stunting serta manfaat daun kelor. Penyuluhan terkait CETING DELOR “Cegah Stunting dengan daun kelor”. Penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 31 Mei 2024. Penyuluhan terkait CETING DELOR “Cegah Stunting dengan daun kelor” dan Penyuluhan ini dihadiri sebanyak 10 orang ibu.



Gambar 1. Penyuluhan terkait CETING DELOR “Cegah Stunting dengan Daun Kelor”

Kegiatan ini diawali dengan pembagian kuesioner pre-test, yang dimana setelah pembagian kuesioner pre-test tersebut akan dilanjutkan dengan penjelasan materi yang menggunakan metode ceramah dan tanya jawab. Setelah memberikan penjelasan tentang materi kemudian dibagikan kuesioner post-test dimana kuesioner ini nantinya akan menjadi tolak ukur tingkat pengetahuan ibu saat sebelum dan setelah menerima penjelasan materi. Implikasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat peningkatan pengetahuan ibu terkait stunting dan manfaat daun kelor. Diharapkan setelah dilakukannya kegiatan ini, para ibu dapat mencegah stunting pada anak dengan memanfaatkan daun kelor sebagai salah satu cara mencegah stunting. Sebelum penyuluhan dibagikan terlebih dahulu kuesioner pre-test dan sesudah penyuluhan dibagikan kembali kuesioner post-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu terkait stunting dan manfaat daun kelor. Dari pembagian kuesioner tersebut didapatkan:

Tabel 1. Tingkat pengetahuan ibu terkait stunting dan manfaat daun kelor

Kategori	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Baik	2	20	10	100
Cukup	8	80	0	0
Jumlah	10	100	10	100

Sumber: Data Primer

Dari tabel 1, Hasil sebelum dilakukan penyuluhan yaitu (20%) ibu yang memiliki tingkat pengetahuan yang dikategorikan baik sedangkan 8 (80%) diantaranya kategori cukup. Maka penyuluhan terkait CETING DELOR “Cegah Stunting dengan Daun Kelor” sangat penting untuk dilakukan, dan setelah dilakukan penyuluhan tersebut maka didapatkan hasil 10 (100%) ibu dikategorikan baik dan untuk kategori cukup tidak ada. Oleh karena itu kami menemukan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada ibu setelah diberikan penyuluhan tersebut.



Gambar 2. Pengisian Kuesioner Pre-test dan Post-test

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini sangat efektif, sehingga adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan pada ibu terkait CETING DELOR “Cegah Stunting dengan Daun Kelor” sebagai salah satu metode pencegahan stunting pada anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada bapak Kepala Desa Bajiminasa beserta jajaran tokoh dan masyarakat yang ikut serta dalam proses pelaksanaan pengabdian kami di desa Bajiminasa untuk menambah pengetahuan ibu terkait CETING DELOR “Cegah Stunting dengan Daun Kelor” sebagai salah satu metode pencegahan stunting pada anak. Serta kami mengucapkan terima kasih kepada peserta kegiatan yaitu ibu-ibu yang telah meluangkan waktu untuk mengikuti kegiatan kami.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Z. F., Dulahu, W. Y., & Aulia, U. (2023). Sosialisasi dan Konseling Pencegahan Stunting Serta Pemberian Makanan Tambahan berbahan Daun Kelor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society*, 2(1), 14–21. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v2i1.18442>
- Amelia, Nurviana, Wibowo Gustia Sara, Sari, P. R., Muliani, F., & Nabilla, U. (2023). Pelatihan dan Pendampingan Inovasi Produk dari Daun Kelor untuk Mencegah Stunting di Desa Sungai Pauh Pusaka. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(1), 66. <http://jurnal.unmabanten.ac.id/index.php/jppm>

- Asmawati, A., Marianah, M., Ihromi, S., Sari, D. A., & Nurhayati, N. (2022). Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Alternatif Pencegahan Gizi Buruk Dan Stunting Pada Ibu-Ibu Rumah Tangga Di Desa Selat Kabupaten Lombok Barat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(2), 1402. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i2.7269>
- Budury, S., Purwanti, N., & Fitriyani, A. (2022). Edukasi Tentang Stunting Dan Pemanfaatan Puding Daun Kelor Dalam Mencegah Stunting. (8.5.2017), 2003–2005. <https://dataindonesia.id/sector-riil/detail/angka-konsumsi-ikan-ri-naik-jadi-5648-kgkapita-pada-2022>
- 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. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6418>
- Hutabarat, E. N. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- 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 Maros. 1(2). <http://jurnal.adptersi.or.id/index.php/JTCSA/submissions>
- Nuraina, Azizah, C., Fonna, P. A., Rizkyan, M. A., Zaki, R., & Firdaus, M. R. (2021). Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera) Untuk Pemenuhan Nutrisi Pada Balita Stunting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 3(September), 207–212. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Nurfardiansyah Bur, Septiyanty Septiyanty, & Yusriani Yusriani. (2022). Program Kemitraan Masyarakat Kelompok Kader dalam Pencegahan Stunting Melalui Promosi Puding Daun Kelor Sebagai Alternatif Makanan Sehat. *KREATIF: Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2(4), 79–89. <https://doi.org/10.55606/kreatif.v2i4.753>
- Ridhani W.S, H., Rahadita, K., Winarsih, S., Rizqy, M., Abidin, Z., Achmad, A., & Taufikurrhman, T. (2022). Pemanfaatan Ekstrak Daun Kelor Pada Produk Olahan Puding Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Pohsangit Tengah. *NeuroQuantology*, 2(5), 3668–3675. https://www.researchgate.net/profile/Ilham-Arief-3/publication/361106495_Exclusive_Breastfeeding_as_an_Effort_to_Prevent_Stunting_in_Toddlers/links/629d56de6886635d5cc2f10e/Exclusive-Breastfeeding-as-an-Effort-to-Prevent-Stunting-in-Toddlers.pdf
- Safirah Awanis, Natasya, S. A., Sari, A., Lubis, S. L., & Ramadhan2, Z. (2023). Pembuatan Puding Daun Kelor Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Kuta Baru Safirah. 1(1), 41–46.
- Widiyanti, D. S., Fauzi, R., & Afarona, A. (2021). Penanggulangan Masalah Stunting Balita Melalui Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Puding Kelor Di Desa Kutogirang. *Jurnal.Unsil.Ac.Id*, 7(2), 67–70. <http://jurnal.unsil.ac.id/index.php/jps/article/view/3511>