

Edukasi pada Ibu Balita tentang Pemanfaatan Daun Kelor untuk Pencegahan Stunting di Desa Talang Bukit Muaro Jambi

Tuhu Perwitasari^{1*}, Suci Rahmani Nurita², Armina³

^{1, 2} Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, STIKes Baiturrahim Jambi

³Program Studi S1 Keperawatan dan Profesi Ners, STIKes Baiturrahim Jambi

Jl.Prof M Yamin, SH No.30 Lebak Bandung-Jambi, 36135, Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi: tuhuperwitasari@gmail.com

Abstract

Moringa leaves as an alternative local food to fulfill toddler nutrition in preventing stunting. Moringa is a plant that has not been fully utilized. The nutritional content of Moringa includes essential amino acids, excellent protein, phenolic amino acids, a source of vitamins and β-carotene. The target of this community service activity is mothers who have a total of 56 toddlers. There is still a lack of mother's knowledge about the use of Moringa leaves for stunting prevention. Providing health education that is carried out is about Education on the Utilization of Moringa Leaves for the prevention of stunting in Talang Bukit Village using demonstration and lecture methods through leaflet and power point media. After education there was an increase in knowledge of 68.75% about the use of Moringa leaves for stunting prevention.

Keywords: education, moringa leaves, stunting

Abstrak

Daun kelor sebagai salah satu pangan lokal alternatif pemenuhan gizi balita dalam mencegah terjadinya stunting. Kelor merupakan tanaman yang masih belum banyak dimanfaatkan secara maksimal. Kandungan gizi pada kelor seperti asam amino esensial, protein yang sangat baik, asam amino *fenolat*, sumber vitamin dan β -karoten. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu-ibu yang memiliki balita berjumlah 56. Masih kurangnya pengetahuan ibu tentang pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan stunting. Pemberian pendidikan kesehatan yang dilakukan yaitu tentang Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor Untuk pencegahan stunting di Desa Talang Bukit dengan menggunakan metode demonstrasi dan ceramah melalui media *leaflet* dan power point. Setelah dilakukan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan sebanyak 68,75 % tentang pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan stunting.

Kata Kunci: daun kelor, edukasi, stunting

PENDAHULUAN

Periode emas pada anak terjadi pada usia dibawah lima tahun. Masa balita sangat rentan mengalami masalah gizi salah satunya adalah stunting. *World Health Organization* (WHO) menyatakan stunting dikondisikan dengan nilai Z-score tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi (SD). Dari hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 masih terdapat 30,8% balita di Indonesia yang mengalami stunting.¹

Stunting memiliki dampak yang sangat panjang untuk kehidupan seseorang yaitu diantaranya adalah mengganggu kesehatan, pendidikan serta produktifitas dimasa

mendatang. Balita dengan stunting cenderung sulit mencapai potensi baik secara pertumbuhan dan perkembangan yang optimal baik secara fisik maupun psikomotor.¹

Hasil penelitian mengatakan asupan nutrisi yang tidak seimbang, kurangnya pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi, terbatasnya layanan kesehatan dan masih kurangnya akses makanan bergizi dan air bersih juga sanitasi menjadi penyebab terjadinya stunting.²

Peningkatan pengetahuan ibu menjadi upaya yang efektif dalam pencegahan stunting. Perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan makan anak dapat berubah setelah dilakukan penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi tentang makanan yang baik untuk pencegahan stunting sangat diperlukan bagi ibu sehingga dapat memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Upaya yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak balita dengan memberikan makanan tambahan berupa kudapan, snack atau jajanan sehat. Kesehatan dan kelangsungan hidup anak pada dasarnya tidak dapat dipisahkan dari kesehatan ibu. Asupan gizi yang rendah sangat di pengaruhi oleh pola asuh makan yang tidak tepat. Pola asuh makan sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak.⁶

Penggunaan pangan lokal yang terjangkau harga serta ketersediaan di lingkungan rumah tangga. Daun kelor merupakan salah satu bahan pangan lokal yang banyak di temukan di lingkungan desa talang bukit tetapi masih kurang di manfaatkan untuk pemenuhan gizi terutama untuk kudapan yang enak, bergizi dan di sukai anak-anak. Daun kelor segar mengandung gizi yang tinggi antara lain protein 22,7%, lemak 4,65%, karbohidrat 7,92% dan kalsium 350-50 mg.⁵

Hasil survei yang dilakukan pada 10 ibu yang memiliki balita di Desa Talang Bukit belum mengetahui tentang pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan stunting. Dari 10 ibu yang memiliki balita hanya 2 ibu yang pernah memberikan anaknya daun kelor dengan diolah sebagai sayur bening dan belum ada yang pernah mengolah daun kelor sebagai kudapan atau jajanan yang sehat untuk balitanya. Sebagian besar ibu balita mengenal tanaman kelor hanya sebagai tanaman pagar dan tidak pernah mengolahnya bahkan ada 3 ibu yang belum pernah mengenal tanaman kelor, sehingga penulis tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Edukasi pada Ibu Balita Tentang Pemanfaatan Daun Kelor untuk Pencegahan Stunting di Desa Talang Bukit.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Talang Bukit dengan metode pelaksanaan sebagai berikut:

- a. Tahap persiapan diawali dengan pre plening kegiatan penyuluhan, mengajukan izin dan persiapan tempat dan alat yang akan digunakan. Pembuatan power point dan *leaflet*.
- b. Tahap pelaksanaan dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini pada bulan Juli 2022 yang bertempat di Posyandu Mawar dan melalui grup whatshap pada kelompok yasinan yang ada di Desa Talang Bukit.
- c. Tahap Evaluasi sasaran yang hadir saat kegiatan di posyandu sebanyak 35 orang. Waktu pelaksanaan dan setting tempat sudah sesuai dengan rencana. Diskusi saat kegiatan penyuluhan sangat komunikatif dan antusias, peserta dapat memahami materi penyuluhan. Karena ada beberapa ibu yang tidak hadir di posyandu maka *leaflet* juga dikirimkan melalui grup whatshap kelompok yasinan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Posyandu Mawar Desa Talang Bukit dengan tema Pemanfaatan Daun Kelor Untuk pencegahan stunting menggunakan media *leaflet* dan

powerpoint. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita dalam pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan *stunting*. Metode yang digunakan adalah ceramah dan menyebarkan *leaflet* pada grup whatshap kelompok yasinan dengan materi yang di sampaikan pengertian *stunting*, penyebab *stunting*, dampak *stunting* pada anak, cara pencegahan *stunting*, kandungan gizi daun kelor, cara pengolahan daun kelor.

Hasil evaluasi menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan peserta mengenai pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan *stunting* setelah diberikan edukasi. Peserta dapat menjawab pertanyaan yang diberikan secara lisan tentang materi yang telah diberikan dari hasil *pretest* dan *posttest* yang terdiri dari 12 pertanyaan.

Tabel 1. Perubahan pengetahuan pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan *stunting* di Desa Talang Bukit

Variabel	Pre-edukasi	Post-edukasi	Perubahan/Beda
			Skor rata2
Pengetahuan	3,75	12	8,25

Tabel 1 menggambarkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu sebanyak 8,25 setelah mengikuti edukasi tentang pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan *stunting*.

Berdasarkan hasil *Pretest* dan *posttest* terjadi peningkatan pengetahuan ibu Tentang Pemanfaatan Daun Kelor Untuk untuk pencegahan *stunting*, setelah diberikan edukasi, dimana pada hasil *pre-test* didapatkan hasil hanya 31,25% pertanyaan yang dijawab dengan baik oleh ibu sedangkan sebagian besar ibu belum dapat menjawab dengan baik, namun setelah diberikan edukasi dan diberikan *post-test* didapatkan hasil 100% pertanyaan dapat dijawab dengan baik oleh ibu. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan hasil *post-test* setelah dilakukan edukasi. Sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan menunjukkan semakin baiknya pemahaman ibu maka akan dapat mengembangkan dan memberikan asupan gizi terbaik untuk anak dengan menjamin nilai gizi yang terkandung dalam setiap makanan yang di berikan kepada anaknya.⁸

Setiap ibu selalu ingin dapat memberikan nutrisi terbaik untuk bayinya tetapi terkadang ibu masih belum banyak yang memanfaatkan tanaman lokal yang ada di sekitarnya seperti kelor. Kekawatiran yang sering di alami ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi balita sehingga sering menjadi penyebab ibu memberikan pola asuh makan yang kurang baik seperti meberikan jajanan yang kurang sehat untuk balitanya susu formula dan makanan pendamping ASI (MP-ASI) sebelum anak berusia 6 bulan.³

Perhatian dan dukungan ibu terhadap anak dalam pemberian makan, persiapan dan penyimpanan makanan akan mendukung pertumbuhan anak. Peran keluarga terutama ibu sangat menentukan tumbuh kembang anak. Dukungan yang diberikan oleh ayah dalam pemberian makanan tambahan (PMT), pengambilan keputusan terkait kesehatan anak dan dukungan praktis dalam keseharian akan dapat meningkatkan jumlah asupan gizi anak terutama pada anak yang mengalami gizi kurang. Faktor yang mempengaruhi asupan nutrisi diantaranya adalah jenis MP-ASI yang diberikan, frekuensi pemberian, nafsu makan anak, waktu pemberian MP-ASI yang tidak sesuai umur dan pengasuhan makan yang diberikan boda anak.⁶



Gambar 1. Foto bersama kepala desa dan perangkat desa



Gambar 2. Foto kegiatan



Gambar 3. Leaflet edukasi

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan stunting melalui pendidikan kesehatan pada warga telah berjalan lancar. Ibu yang terlibat antusias dalam mengikuti kegiatan edukasi yang dilaksanakan dan bertanya apa yang mereka belum mengerti. Kegiatan ini memberikan pengalaman yang baik kepada ibu untuk memberikan pola asuh makan yang baik, menghadapi dan mengatasi masalah dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi balita

SARAN

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat diharapkan ibu-ibu agar lebih aktif mengikuti kegiatan yang diadakan di desa (kelompok PKK, Yasinan, Posyandu, dan lain-lain) yang memberikan pengetahuan dalam meningkatkan keyakinan ibu untuk dapat menyelesaikan masalah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada kepala desa talang bukit, perangkat desa, kader posyandu dan seluruh peserta juga pada STIKes Baiturrahim Jambi yang mendanani kegiatan pengabdian masyarakat ini, Ketua PPPM yang memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat serta tim PKM dan peserta berpartisipasi dalam pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Badan Penelitian & Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.

2. Haryani, S., Astuti, A. P., & Sari, K. (2021). Pencegahan stunting melalui pemberdayaan masyarakat dengan komunikasi informasi dan edukasi di wilayah Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 30-39.
3. Symond, D. (2016). *Pengaruh Suplementasi Makanan Berbasis Lokal dan Optimalisasi Dukungan Ayah Terhadap Perubahan Kadar Albumin, Hemoglobin, Immunoglobulin A, dan Antropometri Pada Anak Gizi Kurang Di Kabupaten Padang Pariaman*. Disertasi. Universitas Andalas. Padang
4. Merina. ND, Septiyono. EA, Arum. AP. 2021. *Keripik Kelor (Moringa Oleifera) Sebagai Produk Unggulan Desa Klampokan, Bondowoso, Jawa Timur Dalam Mencegah Stunting*. Jurnal Panrita Abdi, Juli 2021, Volume 5, Issue 3
5. Nweze, N.O & Nwafor, F.I. 2014. *Phychemical, Proximate and Mineral Composition of Leaf Extracts Of Moringa Oleifera Lam*. Journal Of Pharmacy and Biological Science.9.99-103
6. Perwitasari. T, Masrul, Irawati. N. 2019. *Hubungan Pola Asuh dengan Pertumbuhan Anak 6-24 Bulan (Studi Perbandingan Antara Suku Melayu Jambi Dan Suku Jawa Di Kabupaten Muaro Jambi Propinsi Jambi)*. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, Volume 19, Nomor 1
7. Wahyuningsih. R, Darni. J. 2021. *Edukasi pada Ibu Balita Tentang Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera) Sebagai Kudapan Untuk Pencegahan Stunting*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo, Volume 2 Nomor 2
8. Yuliani, DA. Purwati. Rofiqoch, I. 2021. *Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai MP-ASI*. Jurnal ABDIMAS-HIP Vol 2 No 2 Agustus 2021