

Utilization of Moringa Leaves to Prevent Stunting in the Kasiyan Timur Village, Jember Regency

Pemanfaatan Daun Kelor untuk Mencegah *Stunting* di Desa Kasiyan Timur Kabupaten Jember

Sadam Sadewo, A. Tsani Sabhan Febrian, Eka Cemara Zevira, Khalia Hamdasi Syakirin
Kalvin Edo Wahyudi

**Program Studi Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur
Jalan Raya Rungkut Madya, Surabaya 60294, Indonesia**

Email: 21041010091@student.upnjatim.ac.id

Abstract - *Stunting is a serious health problem in developing countries, including Indonesia, which negatively affects children's growth and development. Although the prevalence of Stunting in Indonesia has decreased from 32.68% in 2010 to 27.67% in 2019, this figure is still relatively high. In Jember District, the prevalence of Stunting has been reduced from 34.9% to 29.7%, but Kasiyan Timur Village still faces significant challenges with 48 under-fives identified as stunted. The purpose of this community service activity is to provide education related to Stunting in East Kasiyan Village, Jember Regency. In this community service activity, the community was given education about the importance of balanced nutrition, and additional food from moringa leaves.*

Key words: *Stunting, Malnutrition, Child Growth*

Abstrak - *Stunting* adalah masalah kesehatan serius di negara berkembang, termasuk Indonesia, yang berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Meskipun prevalensi *stunting* di Indonesia mengalami penurunan dari 32,68% pada 2010 menjadi 27,67% pada 2019, angka ini masih tergolong tinggi. Di Kabupaten Jember, prevalensi *stunting* telah berhasil dikurangi dari 34,9% menjadi 29,7%, namun Desa Kasiyan Timur masih menghadapi tantangan signifikan dengan 48 balita teridentifikasi mengalami *stunting*. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah memberikan edukasi terkait *stunting* di Desa Kasiyan Timur, Kabupaten Jember. Dalam kegiatan ini, masyarakat diberi edukasi tentang pentingnya nutrisi gizi seimbang, dan pemberian makanan tambahan dari daun kelor.

Kata kunci : *Stunting, Gizi Buruk, Pertumbuhan Anak*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu masalah kesehatan yang cukup banyak ditemukan pada negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Menurut data *World Health Organization* (WHO), Indonesia masuk ke dalam negara dengan prevalensi tinggi di regional Asia Tenggara [1]. Masalah ini merupakan masalah rumit yang dihadapi oleh Indonesia karena jumlahnya tidak sedikit. Namun, pemerintah juga sudah menyiapkan berbagai macam cara untuk mengatasi masalah *stunting*.

Kasus *stunting* yang ada di Indonesia mengalami penurunan. Dari 32,68% pada tahun 2010 menjadi 27,67% pada tahun 2019. Survei Kementerian Kesehatan yang terbaru menunjukkan bahwa angka *stunting* di Indonesia menjadi sebesar 24,4%. Meskipun terjadi penurunan, tetapi angka tersebut masih

tergolong tinggi. Dari data tersebut pemerintah berharap terus terjadi penurunan hingga di bawah 14% pada tahun 2024 [2].

Stunting merupakan masalah kesehatan pada anak dengan tinggi badan yang lebih pendek apabila dibandingkan dengan orang lain seusianya. Pendek atau disebut *stunting* adalah suatu kondisi retardasi pertumbuhan linier dengan defisit dalam panjang badan sebesar -2/lebih, berdasar pada standar pertumbuhan *World Health Organization/National Center for Health Statistic* (WHO/NCS) [3]. *Stunting* biasa dipengaruhi oleh stress yang berlangsung dalam kurun waktu lama. Hal ini juga disebabkan oleh adanya infeksi dan asupan makanan yang diberikan kepada balita buruk sehingga tidak terimbangi oleh kejar tumbuh. Kondisi ini menggambarkan adanya defisiensi gizi kronis

yang mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan anak.

Kondisi *stunting* terjadi dikarenakan beberapa faktor, yaitu mulai dari gizi buruk, kurangnya pengetahuan sang ibu mengenai kesehatan dan pertumbuhan anak, masih terbatasnya fasilitas kesehatan, dan masih banyaknya kesulitan dalam mendapatkan makanan bergizi. *Stunting* ini juga menimbulkan beberapa dampak yaitu terhambatnya pertumbuhan otak pada anak, terganggunya pertumbuhan fisik pada anak, dan juga adanya gangguan metabolisme tubuh [4] [5].

Menurut data Survei Kesehatan Indonesia 2023 Pemerintah Kabupaten Jember telah berhasil menurunkan prevalensi *stunting* dari 34,9% menjadi 29,7%. Selain itu menurut data posyandu khususnya pada Desa Kasiyan Timur Kabupaten Jember terdapat 48 balita yang mengalami *stunting*. Hal ini menjadi perhatian khusus beberapa elemen pemerintah yang menangani masalah *stunting* ini. Salah satunya yaitu kegiatan posyandu. Dalam kegiatan posyandu inilah nantinya anak yang mengalami *stunting* akan diperhatikan khusus kesehatannya dan diberikan beberapa solusi. Berdasarkan uraian diatas maka diperlukan beberapa cara untuk mencegah masalah *stunting*, salah satunya melalui kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk komunikasi, sosialisasi, dan edukasi.

2. METODE PELAKSANAAN

Program sosialisasi *stunting* ini dilaksanakan dengan metode pendekatan partisipatif artinya bahwa mitra binaan akan secara aktif dilibatkan ke dalam setiap tahapan kegiatan pembinaan. Kegiatan pembinaan meliputi sosialisasi *stunting*, edukasi kesehatan gizi, dan pemberian makanan tambahan pada balita yang mengalami *stunting*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah pertama yang dilaksanakan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu observasi lokasi sosialisasi, proses pembuatan puding daun kelor, kegiatan sosialisasi, pembagian brosur terkait gizi yang terkandung pada daun kelor, serta pembagian makanan yaitu puding daun kelor guna meningkatkan gizi kepada balita dan ibu hamil.

Observasi Lokasi Sosialisasi

Lokasi sosialisasi yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Kolaboratif #3 Desa Kasiyan Timur berada di Posyandu Lemuru 69 Dusun Krajan 1. Posyandu Lemuru 69 dipilih sebagai tempat sosialisasi karena melihat banyaknya

anak yang terkena *stunting* di wilayah tersebut sehingga kegiatan bisa sangat efektif.

Proses Pembuatan Puding Daun Kelor

Proses pembuatan puding daun kelor, memerlukan alat berupa panci, kompor gas, sendok, baskom, centong dan blender. Bahannya adalah daun kelor, daun pandan, bubuk agar-agar, susu cair, kelapa muda, garam, telur, gula, santan kara, air dan pewarna makanan. Puding dibuat dalam tiga lapisan.

Proses pembuatan lapisan pertama dimulai dengan mencuci hingga bersih daun kelor. Menghaluskan daun kelor, pandan serta air 700 ml atau setara dengan 3 gelas air dengan *blender*, lalu disaring. Sementara itu dikocok 3 butir telur, dimasukkan 10 sdm gula (dapat ditakar sesuai selera), santan kara 2 bungkus, sejumput garam, satu setengah pewarna makanan hijau. Campuran ini ditambahkan bubuk agar-agar dan daun kelor yang sudah disaring dan diaduk sampai merata. Adonan dimasak hingga mendidih, diaduk hingga berbentuk lumut sempurna. Matikan kompor, adonan dituang ke dalam *cup*, setelah itu didiamkan di suhu ruang dan jangan diaduk.

Lapisan kedua dibuat dengan memasukkan bubuk agar-agar, sejumput garam, 5 sdm gula dan 600 ml susu cair evaporasi ke dalam panci, lalu diaduk hingga merata. Adonan dipanaskan hingga mendidih dengan menggunakan api sedang. Kompor dimatikan, adonan dituang pada *cup* yang telah diisi dengan lapisan puding pertama.

Lapisan ketiga dibuat dengan memasukkan daging kelapa muda ke dalam *cup* yang berisi lapisan puding pertama dan kedua. Sementara itu, masukkan bubuk agar-agar, 5 sdm gula, 1 lembar daun pandan dan air 600 ml ke dalam panci. Diaduk-aduk hingga merata. Adonan dimasak dengan api sedang setelah itu aduk hingga adonan mendidih. Matikan kompor, lalu aduk adonan hingga uapnya hilang. Tuangkan adonan tersebut ke dalam *cup* yang telah berisi kelapa muda. Puding daun kelor siap disajikan (Gambar 1). Cara pembuatan puding ini disusun dalam pamflet untuk nantinya dibagikan pada para peserta sosialisasi (Gambar 2).



Gambar 1. Output Puding Daun Kelor



Gambar 2. Pamflet Cara Pembuatan Puding Daun Kelor

Sosialisasi Terkait Gizi Daun Kelor

Kegiatan sosialisasi dilakukan oleh mahasiswa KKN Kolaboratif #3 Desa Kasiyan Timur yang kuliah di program studi keperawatan dan didampingi oleh bidan setempat. Kegiatan sosialisasi ini mengundang 84 peserta yang terbagi menjadi 2 yakni 80 balita dan 4 ibu hamil. Sosialisasi dan pembagian brosur dilaksanakan pada tanggal 9 Agustus 2024. Pada sosialisasi ini membahas manfaat yang bisa didapatkan apabila balita dan ibu hamil rutin mengkonsumsi daun kelor. Sebelum pemberian materi, ibu hamil dan ibu dari balita yang mengikuti posyandu diberikan masing-masing satu pamflet/brosur (Gambar 3).

Di Indonesia tersedia berbagai macam tanaman yang memiliki manfaat bagi kesehatan masyarakat, namun masyarakat Indonesia banyak yang tidak mengetahui hal tersebut. Salah satu tanaman yang memiliki banyak manfaat adalah *Moringa Oleifera* atau daun kelor. Daun kelor merupakan tanaman herbal yang dijumpai di hampir semua daerah tropis di Indonesia. Pemanfaatan daun kelor sering kali diabaikan oleh masyarakat Indonesia [6].

Daun kelor disampaikan memiliki banyak nilai gizi serta sumber vitamin hingga mineral yang baik untuk manusia. Kelor merupakan sayuran yang lumayan populer dan sering ditemui di Indonesia, memiliki daun hijau berbentuk bundar lonjong. Sayuran ini juga kaya akan senyawa anti inflamasi, antioksidan, dan asam amino. Selain itu, tanaman ini juga mengandung vitamin dan mineral tingkat tinggi seperti zat besi, kalsium, vitamin A, B, C dan E [7]. Kandungan vitamin C dan E yang tinggi mampu meningkatkan fungsi otak. Hal ini sangat baik bagi balita [8]. Kelor memiliki kalsium yang tergolong tinggi apabila dibandingkan dengan susu, yaitu 4 kali lebih besar apabila masih berbentuk daun segar (440 mg/100 g) [9]. Zat-zat tersebut merupakan nutrisi yang diperlukan

untuk menunjang pertumbuhan tulang dan otot, serta dapat meningkatkan perkembangan pada otak sang bayi.

Peserta sosialisasi tampak antusias mendengarkan serta bertanya mengenai manfaat daun kelor serta cara pengolahan menjadi puding dan makanan lainnya. Sosialisasi tersebut mendapat respon baik dari masyarakat desa, karena mereka merasa mendapatkan pengetahuan baru untuk menjaga kesehatan tumbuh kembang balitanya.



Gambar 3. Pamflet Sosialisasi Manfaat Daun Kelor

Pemberian Makanan Tambahan Puding Daun Kelor

Anak yang mengalami *stunting* gagal mencapai tinggi badan yang normal dan tidak sesuai dengan anak seusianya. *Stunting* tidak hanya berdampak pada fisik saja, tapi juga dapat menyebabkan kecerdasan dan produktivitas terhambat. Nantinya anak yang mengalami *stunting* tersebut akan menjadi beban negara [10]. *Stunting* di Kabupaten Jember kebanyakan disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang diberikan oleh ibu yang dimulai saat ibu tersebut hamil dan juga pada saat anak sudah lahir. Oleh karena itu, sosialisasi terhadap *Pemberian Makanan Tambahan* (PMT) harus digencarkan mulai dari sekarang.

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah pemberian makanan dalam bentuk kudapan pada balita yang aman serta memiliki mutu tinggi untuk pemenuhan gizi. PMT terbagi menjadi dua, yaitu PMT pemulihan dan PMT penyuluhan [11]. Pada kegiatan ini, PMT dilakukan dalam sosialisasi, dalam bentuk puding daun kelor (Gambar 4). Hal ini didasari temuan bahwa banyak anak balita yang kurang suka dengan sayur yang dimakan bersama dengan nasi. Dengan begitu, diberikan solusi yang lain agar balita tersebut gemar memakan sayur. Sayur daun kelor diolah menjadi puding yang banyak diminati anak balita. Puding daun kelor juga bisa disimpan di dalam lemari pendingin guna

menggantikan es krim yang lebih banyak gula dan minim gizi di dalamnya.



Gambar 4. Sosialisasi dan Pemberian Makanan Tambahan

4. PENUTUP

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada sosialisasi edukasi mengenai gizi seimbang dan praktek dalam pembuatan makanan tambahan dengan daun kelor akan menjadi langkah awal untuk mengurangi angka *stunting* di desa. Untuk memastikan bahwa program sosialisasi pencegahan *stunting* di Desa Kasiyan Timur bertahan untuk ke depannya, perlu dilakukan tindakan lanjutan yang melibatkan pemantauan dan evaluasi secara berkala. Selain itu, perlu adanya kerja sama yang lebih intensif dari berbagai pihak terkait, seperti pemerintah desa.

PENGHARGAAN

Rasa terima kasih disampaikan kepada Pemerintah Desa Kasiyan Timur dan Posyandu Lemuru 69 yang telah memberikan dan membantu selama kegiatan sosialisasi berlangsung. Ucapan terima kasih juga diberikan kepada Dr. Nanik Hariyana, S.Pd., M.M. dan Calvin Edo Wahyudi, S.Sos., M.KP. yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam pembuatan jurnal.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Inatsaa Septivani, D. Arsyia Arshita, and A. Adiwidya Permana, "Kebijakan Dalam Upaya Penanggulangan Stunting Pada Balita Di Kabupaten Solok, Provinsi Sumatera Barat Effort To Manage Stunting In Children In Solok Regency, West Sumatera Province," *Jurnal Ilmiah Riset dan Pengembangan*, vol. 8, no. 5, 2023.
- [2] A. Fauziyah, R. Rachmi, V. Mahdalena, and L. Handayani, "Penyuluhan Pencegahan Stunting pada Balita di Daerah Jakarta Selatan," *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, vol. 4, no. 1, pp. 22–26, Jun. 2023, doi: 10.36590/jagri.v4i1.522.
- [3] N. Ruaida, "Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) Di Indonesia," *Global Health Science*, vol. 3, no. 2, 2018.
- [4] N. Oktia, N. Dokter, and R. Bsmi, "Stunting Pada Anak: Penyebab Dan Faktor Risiko Stunting Di Indonesia," *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, vol. 14, no. 1, p. 19, 2020, doi: 10.20414/Qawwam.v14i1.2372.
- [5] M. D. P. Nazidah, R. Fauziah, R. Hafidah, J. Jumiatmoko, and N. E. Nurjanah, "Pengaruh Stunting pada Kognitif Anak Usia Dini," *Yinyang: Jurnal Studi Islam Gender dan Anak*, pp. 59–72, Jun. 2022, doi: 10.24090/yinyang.v17i1.4964.
- [6] A. Tjong, Y. A. Assa, and D. S. Purwanto, "Kandungan Antioksidan Pada Daun Kelor (Moringa Oleifera) dan Potensi Sebagai Penurun Kadar Kolesterol Darah," *Journal e-Biomedik*, vol. 9, no. 2, 2021, doi: 10.35790/ebm.9.2.2021.33452.
- [7] C. Angelina, Y. R. Swasti, and F. Sinung Pranata, "Peningkatan Nilai Gizi Produk Pangan Dengan Penambahan Bubuk Daun Kelor (Moringa Oleifera): Review Increased Nutritional Value of Food Products with the Addition of Moringa Leaf Powder: A Review," *Jurnal Agroteknologi*, vol. 15, no. 01, 2021.
- [8] S. Zuhdi *et al.*, "Pengembangan Produk Unggulan Color (Cokelat Daun Kelor) Sebagai Upaya Kudapan Inovatif Bernilai Gizi," *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian kepada Masyarakat*, vol. 1, no. 1, pp. 124–136, 2023.
- [9] Y. Rahmi, Y. A. Wani, T. S. Kusuma, S. C. Yuliani, G. Rafidah, and T. A. Azizah, "Profil Mutu Gizi, Fisik, dan Organoleptik Mie Basah dengan Tepung Daun Kelor (Moringa Oleifera)," *Indonesian Journal of Human Nutrition*, vol. 6, no. 1, pp. 10–21, Jun. 2019, doi: 10.21776/ub.ijhn.2019.006.01.2.
- [10] E. Noorhasanah, E. Noorhasanah¹, and I. Tauhidah², "Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan," *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, vol. 4, no. 1, 2021, doi: 10.26594/jika.4.1.2021.
- [11] Y. Nelista and P. N. Fembi, "Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan Berbahan Dasar Lokal Terhadap Perubahan Berat Badan Balita Gizi Kurang," *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 2, no. 3, 2021.