

Sosialisasi dan Konseling Pencegahan Stunting Serta Pemberian Makanan Tambahan berbahan Daun Kelor

Zul Fikar Ahmad^{1*}, Wirda Y Dulahu², Ulfa Aulia³

^{1,3} Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Jl. Jenderal Sudirman No. 06 Kota Gorontalo 96128, Indonesia

² Jurusan Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Jl. Jenderal Sudirman No. 06 Kota Gorontalo 96128, Indonesia

* Penulis Korespondensi. Email: zulfikar@ung.ac.id

ABSTRAK

Stunting dapat mempengaruhi dan menghambat proses tumbuh kembang anak. Memberikan makanan pendamping dengan kandungan gizi yang cukup dan seimbang pada saat balita sangat menunjang proses tumbuh kembang balita. Metode yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah pemberian sosialisasi terkait pencegahan dan percepatan penurunan stunting serta pemberian makanan tambahan berbahan dasar daun kelor. Berdasarkan data yang didapatkan di Desa Panggulo Barat, terdapat 33 balita dimana 3 balita beresiko stunting. Percepatan penurunan stunting melalui sosialisasi dan pembuatan serta pembagian makanan tambahan berbahan dasar daun kelor merupakan bentuk usaha yang dapat dilakukan untuk mencegah dan menurunkan angka kejadian stunting. Sosialisasi dan pemberian makanan tambahan berbahan kelor diberikan kepada masyarakat yang memiliki risiko stunting maupun masyarakat yang menderita stunting. Kegiatan berlangsung selama 1 minggu dimulai dari tahap persiapan hingga pelaksanaan kegiatan. Kegiatan berlangsung dengan baik dan diikuti oleh masyarakat kelompok sasaran dan di dukung oleh aparat desa.

Kata Kunci:

Bolu Kelor, Stunting, Sosialisasi

Diterima:
03-01-2023

Disetujui:
11-01-2023

Online:
18-01-2023

ABSTRACT

Stunting can affect and hinder the process of child development. Providing complementary foods with adequate and balanced nutritional content when toddlers really support the growth and development process of toddlers. The method used in this service is the provision of socialization regarding the prevention and acceleration of stunting reduction and the provision of additional food made from Moringa leaves. Based on the data obtained in Panggulo Barat Village, there are 33 toddlers where 3 toddlers are at risk of stunting. Accelerating the reduction of stunting through outreach and the production and distribution of additional food made from moringa leaves is a form of effort that can be carried out to prevent and reduce the incidence of stunting. Socialization and provision of additional food made from moringa is given to people who are at risk of stunting and people who suffer from stunting. The activity lasts for 1 week starting from the preparation stage to the implementation of the activity. The activity went well and was attended by the target group community and supported by village officials.

Keywords:

Moringa Leaves Cake; Socialization; Stunting

Received:
2023-01-03

Accepted:
2023-01-11

Online:
2023-01-18

Copyright © 2023 Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society

1. Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang terjadi pada anak serta dapat memberikan dampak buruk kepada kualitas hidup dalam usaha mencapai tumbuh kembang yang optimal. Stunting dapat mempengaruhi dan menghambat proses tumbuh kembang anak. Memberikan makanan pendamping dengan kandungan gizi yang cukup dan seimbang pada saat balita sangat menunjang proses tumbuh kembang balita. Makanan pendamping ASI (MP-ASI) dapat berupa bubur pabrikan atau makanan yang dibuat sendiri dengan menambahkan zat gizi lain dari berbagai jenis bahan makanan. Stunting atau tubuh pendek pada anak-anak adalah akibat dari kekurangan gizi kronis atau kegagalan pertumbuhan pada masa lalu dan digunakan sebagai salah satu indikator jangka panjang untuk gizi kurang pada anak. [1] 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). [2]

Jumlah balita yang mengalami stunting masih tinggi. Data tahun 2017 menunjukkan 22,2% balita atau sekitar 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting. Data tahun 2019 menunjukkan lebih dari setengah balita yang mengalami stunting di dunia tinggal di Asia (50,4%) dan 40% tinggal di Afrika. Jumlah anak di bawah usia 5 tahun yang mengalami stunting tahun 2020 sebanyak 149,2 juta. Angka ini menurun sedikit dari angka stunting di dunia tahun 2017. Adapun balita di Indonesia yang mengalami stunting berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018 mencapai 30,8%. Indonesia masuk dalam kategori wilayah dengan masalah stunting yang tinggi karena memiliki angka stunting lebih 30- 39%. [3]

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi balita stunting di Indonesia sebesar 24,4%. Prevalensi balita stunting pada tahun 2021 mengalami penurunan jika dibandingkan dengan tahun 2019 yang sebesar 27,67%. Untuk Provinsi Gorontalo sendiri memiliki prevalensi balita stunting sebesar 29%. Kabupaten Bone Bolango memiliki prevalensi kejadian balita stunting sebesar 25,1%, dan terendah di Provinsi Gorontalo. [4]

Pendidikan ibu merupakan modal utama dalam menunjang ekonomi keluarga juga berperan dalam penyusunan makan keluarga, serta pengasuhan dan perawatan anak. Bagi keluarga dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan lebih mudah menerima informasi kesehatan khususnya dibidang gizi, sehingga dapat menambah pengetahuannya dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pendidikan yang dimiliki wanita bukan hanya bermanfaat bagi penambahan pengetahuan dan peningkatan kesempatan kerja yang dimilikinya, tetapi juga merupakan bekal atau sumbangan dalam upaya memenuhi kebutuhan dirinya serta mereka yang tergantung padanya. Wanita dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih baik taraf kesehatannya. Jika pendidikan ibu dan pengetahuan ibu rendah akibatnya ia tidak mampu untuk memilih hingga menyajikan makanan untuk keluarga memenuhi syarat gizi seimbang. Hal ini senada dengan hasil penelitian di Meksiko bahwa pendidikan ibu sangat penting dalam hubungannya dengan pengetahuan gizi dan pemenuhan gizi keluarga khususnya anak, karena ibu dengan pendidikan rendah antara lain akan sulit menyerap informasi gizi sehingga dapat berisiko mengalami resiko stunting. [5]

Penyebab secara langsung masalah gizi pada anak termasuk stunting adalah rendahnya asupan gizi dan status kesehatan. Penurunan stunting menitikberatkan pada penanganan penyebab masalah gizi, yaitu faktor yang berhubungan dengan ketahanan

pangan khususnya akses terhadap pangan bergizi (makanan), lingkungan sosial yang terkait dengan praktik pemberian makanan bayi dan anak (pengasuhan), akses terhadap pelayanan kesehatan untuk pencegahan dan pengobatan (kesehatan), serta kesehatan lingkungan yang meliputi tersedianya sarana air bersih dan sanitasi (lingkungan). [6], [7] Selain itu, polah asuh ibu juga memainkan peran penting dalam meningkatkan risiko kejadian stunting. Semakin buruk pola asuh ibu dan keluarga, semakin besar risiko kejadian stunting. [8]

Pemerintah terus mengupayakan berbagai program untuk menanggulangi masalah stunting, diantaranya adalah dengan melakukan aksi konvergensi. Secara umum aksi konvergensi terbagi menjadi dua yaitu intervensi gizi spesifik untuk mengatasi penyebab langsung dan intervensi gizi sensitif untuk mengatasi penyebab tidak langsung. Selain mengatasi penyebab langsung dan tidak langsung, diperlukan prasyarat pendukung yang mencakup komitmen politik dan kebijakan untuk pelaksanaan, keterlibatan pemerintah dan lintas sektor, serta kapasitas untuk melaksanakan. Penurunan stunting memerlukan pendekatan yang menyeluruh, yang harus dimulai dari pemenuhan prasyarat pendukung. [9] Beberapa upaya lain yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan sosialisasi tentang pencegahan stunting dan pemenuhan gizi dalam rentang 1000 HPK. [10], [11] Sosialisasi tentang stunting dapat dilakukan secara online dan offline. [12] Beberapa hasil riset menunjukkan bahwa pemanfaatan media online atau sumber informasi kesehatan lainnya berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan ibu. [13], [14]

Upaya lainnya adalah dengan mengkonsumsi panganan lokal yang bernilai gizi tinggi. Salah satunya adalah dengan mengkonsumsi daun kelor. Hasil riset menunjukkan bahwa dengan banyak mengkonsumsi daun kelor, akan menurunkan risiko stunting pada balita. [15] Kurangnya pengetahuan dalam pemanfaatan daun kelor menjadi salah satu penyebab masyarakat tidak memanfaatkan daun kelor. Budaya pemanfaatan daun kelor di masyarakat juga menjadi faktor pemanfaatan daun kelor. Warisan pengolahan daun kelor yang belum beragam menjadikan masyarakat hanya mengolah daun kelor menjadi sayur, padahal daun kelor dapat dimanfaatkan atau diolah menjadi bahan lain seperti teh, tepung, puding/ agar-agar, masker dan lain-lain [16]. Berdasarkan uraian tersebut maka kami melakukan pengabdian dalam upaya untuk percepatan penurunan stunting melalui sosialisasi dan pembuatan serta pembagian makanan tambahan berbahan dasar daun kelor.

2. Metode Pelaksanaan

Metode yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah pemberian sosialisasi terkait pencegahan dan percepatan penurunan stunting serta pemberian makanan tambahan berbahan dasar daun kelor. Kegiatan tersebut diberikan kepada masyarakat yang memiliki risiko stunting maupun masyarakat yang menderita stunting. Kegiatan berlangsung selama 1 minggu dimulai dari tahapan persiapan hingga pelaksanaan kegiatan dengan rincian sebagai berikut:

1. Melakukan sosialisasi pencegahan dan percepatan penurunan stunting di Aula kantor Desa Panggulo Barat yang telah dilaksanakan pada tanggal 30 November 2022 yang dihadiri masyarakat Panggulo Barat.
2. Melakukan pembuatan dan pembagian makanan tambahan bolu dari daun kelor yang telah dilaksanakan pada tanggal 27 Desember 2022.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Berdasarkan data yang didapatkan di Desa Panggulo Barat, terdapat 33 balita dimana 3 balita beresiko stunting. Untuk dusun yang tidak terdapat stunting yaitu dusun 1 dan dusun 3, sedangkan untuk dusun 2 terdapat anak yang beresiko stunting berjumlah 1 orang dan dapat diberikan perhatian yang lebih dan beberapa cara untuk pencegahannya agar tidak termasuk ke dalam kategori stunting. Kegiatan dimulai dari tahap observasi stunting untuk mengidentifikasi jumlah balita stunting. Kemudian menyusun materi yang akan dibawakan saat sosialisasi pencegahan dan percepatan penurunan stunting. Kemudian mengundang peserta sosialisasi pencegahan dan percepatan penurunan stunting dan selanjutnya masuk pada tahapan pelaksanaan sosialisasi.

Salah satu hal yang perlu diperhatikan dalam pencegahan stunting adalah dengan memperbaiki pola asuh. Pola asuh terdiri dari pemenuhan nutrisi pada anak sejak hari pertama kehamilan hingga usia dua tahun. Maka dari itu, ibu perlu memperhatikan nutrisi pada makanan yang dikonsumsi anak. Karena masih dalam tahap pertumbuhan, anak perlu mengonsumsi makanan yang kaya nutrisi. Pada pengabdian ini kami mengolah daun kelor menjadi jajanan yang disukai anak-anak. Daun kelor di olah menjadi kue bolu kemudian di bagikan ke pada masyarakat yang membutuhkan sebagai wujud upaya penurunan angka stunting dengan memanfaatkan bahan makanan yang mudah ditemukan di lingkungan mereka dan lebih ekonomis serta disukai anak-anak.

Pembahasan

Stunting merupakan kondisi dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding dengan tinggi badan orang lain pada umumnya. Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh stunting diantaranya ada dua yaitu dampak jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh, dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, obesitas, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua [17]



Gambar 1. Observasi Stunting



Gambar 2. Sosialisasi dan Konseling pencegahan dan percepatan penurunan stunting



Gambar 3. Pembuatan Dan Pembagian Makanan Tambahan Bolu Kelor

Sosialisasi terkait stunting merupakan salah satu bentuk upaya pencegahan stunting. Hal ini senada (Kemenkes RI, 2018) yang menyatakan bahwa melalui pendidikan yang ditunjukkan kepada ibu dalam perubahan perilaku peningkatan

kesehatan dan gizi keluarga [18]. Stunting itu merupakan sebuah siklus dimana memiliki sifat terus berlanjut tanpa henti disebut juga dnegan antargenerasi, siklus ini dapat dihentikan apabila dilakukan tindakan yang tepat [19]

Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah guna mencegah dan mengatasi stunting. Salah satu diantaranya adalah dengan memanfaatkan daun kelor. Kelor disebut sebagai tanaman paling ekonomis dan mengandung nilai gizi yang sangat baik sehingga dapat dijadikan sebagai alternatif dalam mengatasi permasalahan gizi. Di beberapa negara khususnya bagian Afrika, potensi pemanfaatan daun kelor dalam bahan pangan mulai meningkat. Misalnya di Nigeria, daun kelor dimanfaatkan sebagai fortifikasi makanan dari jagung, kedelai, dan kacang tanah, serta sebagai penambah makanan seperti amala (adonan yang terbuat dari tepung ubi dan tepung pisang raja), ogi (bubur jagung), roti, biskuit, keju, dan sup, serta yoghurt. Pemanfaatan ini digunakan sebagai alternatif dalam mengatasi permasalahan gizi yaitu malnutrisi[20]. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gias Anjar Sasmita menyatakan bahwa daya terima biskuit dengan penambahan daun kelor berdasarkan warna, aroma, tekstur, dan rasa yang paling disukai panelis adalah biskuit dengan penambahan daun kelor 10 g (F1). Berdasarkan uji laboratorium, biskuit daun kelor F1 per porsi (35 g) mengandung energi 140,53 kkal, protein 5,28 g, lemak 1,72 g dan zat besi 1,25 mg. Per porsi biskuit daun kelor F1 dapat memenuhi kebutuhan energi, protein dan zat besi balita dari makanan selingan, namun belum dapat memenuhi kebutuhan lemak [21].

Berdasarkan hasil uji organoleptik Penambahan tepung daun kelor berpengaruh nyata terhadap warna, rasa dan tekstur, dan tidak berpengaruh terhadap aroma. uji kimia Penambahan tepung daun kelor dapat mempengaruhi kandungan vitamin C dan kalsium pada bolu kukus. Semakin banyak substitusi tepung daun kelor maka semakin meningkat kadar kalsium dan vitamin C pada bolu kukus daun kelor [22]

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pencegahan dan percepatan penurunan stunting serta pembuatan dan pembagian makanan tambahan berbahan daun kelor . Kegiatan berlangsung selama 1 minggu dimulai dari tahap persiapan hingga pelaksanaan kegiatan. Kegiatan berlangsung dengan baik dan diikuti oleh masyarakat kelompok sasaran dan di dukung oleh aparat desa. , Kegiatan diikuti oleh 33 balita dimana 3 balita beresiko stunting. Diharapkan instansi terkait rutin memberikan popialisasi maupun interfensi lainnya guna mendukung upaya pencegahan dan percepatan penurunan stunting.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kami ucapkan kepada pemerintah desa Panggulo Barat, masyarakat, serta berbagai pihak yang telah mendukung kegiatan yang kami laksanakan terutama mahasiswa KKN-PK Universitas Negeri Gorontalo Desa Panggulo Barat.

Referensi

- [1] A. Ulfa *et al.*, "GENITRI: Jurnal Pengabdian Edukasi dan Pembagian VCO dan Biskuit Blondo untuk Meningkatkan Tinggi Badan dan Berat Badan Balita," *Genitri J. Pengabd. Masy. Bid. Kesehat.*, vol. 1, no. 02, pp. 104–109, 2022.
- [2] K. Rahmadhita, "Permasalahan Stunting dan Pencegahannya," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 11, no. 1, pp. 225–229, 2020, doi: 10.35816/jiskh.v11i1.253.
- [3] M. I. Penelitian, P. Iptek, and A. Ernawati, "Jurnal Litbang: Media Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Health Promotion Media to Increase Mother ' s Knowledge about Stunting," vol. 18, no. 2, pp. 139–152, 2022.
- [4] Kemenkes, "Survei Status Gizi Indonesia," Jakarta, 2021.
- [5] D. K. Asahan, "Jurnal Bangun Abdmas Upaya Percepatan Penurunan Stunting Jurnal Bangun Abdmas," vol. 1, no. 2, pp. 98–104, 2022, doi: 10.56854/ba.v1i2.124.
- [6] Bappenas, "Rencana Aksi Nasional Dalam Rangka Penurunan Stunting. Rembuk Stunting," Jakarta, 2018.
- [7] Z. F. Ahmad and S. S. I. Nurdin, "Faktor Lingkungan dan Perilaku Orang Tua Pada Balita Stunting di Kabupaten Gorontalo," *Jakiyah J. Ilm. Umum dan Kesehat. Aisyiyah*, vol. 4, no. 2, pp. 87–96, 2019.
- [8] S. S. I. Nurdin, D. N. O. Katili, and Z. F. Ahmad, "Faktor ibu, pola asuh anak, dan MPASI terhadap kejadian stunting di kabupaten Gorontalo," *J. Ris. Kebidanan Indones.*, vol. 3, no. 2, pp. 74–81, 2019.
- [9] Bappenas, "Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi Di Kabupaten/ Kota," Jakarta, 2018.
- [10] R. Rahmawati *et al.*, "Sosialisasi Pencegahan Stunting Untuk Meningkatkan Sumber Daya Manusia Unggul," *J. Pembelajaran Pemberdaya. Masy.*, vol. 1, no. 2, pp. 79–84, 2020.
- [11] B. F. Rahmiati, "Upaya Perbaikan Status Gizi Balita Melalui Sosialisasi Menu Mp-Asi Sesuai Usia Balita Di Kecamatan Gunungsari," *JPMB J. Pemberdaya. Masy. Berkarakter*, vol. 2, no. 2, pp. 138–145, 2019.
- [12] Z. F. Ahmad, "The E-Learning Utilization On Attitudes And Behavior Of Diarrhea Prevention During Pandemic," *Turkish J. Comput. Math. Educ.*, vol. 12, no. 6, pp. 231–236, 2021.
- [13] R. Puspitarini, N. K. Putri, and L. Permana, "Mendesain Intervensi Kesehatan dengan Memanfaatkan WhatsApp untuk Mencegah Stunting pada Balita Selama Masa Pandemi COVID-19," *J. Kesehat. Komunitas*, vol. 8, no. 3, pp. 536–545, 2022.
- [14] E. Prasetya, S. S. I. Nurdin, and Z. F. Ahmad, "Hubungan Pemanfaatan Sumber Informasi Dengan Sikap Wanita Usia Subur Tentang Kesehatan Reproduksi," *Madu J. Kesehat.*, vol. 10, no. 1, pp. 1–8, 2021.
- [15] H. Mulyati and I. O. Hutagaol, "Formulasi Biskuit Sumber Energi Dan Protein dari Tepung Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) dan Tulang Ikan Sidat (*Anguila Sp*) untuk Baduta Stunting," *Ghidza J. Gizi Dan Kesehat.*, vol. 4, no. 1, pp. 11–21, 2020.
- [16] Z. Lestari and A. P. Indra, "Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Cinta Rakyat Percut Sei Tuan," vol. 9, pp. 39–47, 2022.
- [17] N. K. T. Dharmayani *et al.*, "Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Sosialisasi Hidup Sehat dan Makanan Bergizi di Desa Tirtanadi Kecamatan Labuhan Haji," *J. Pengabd. Inov. Masy. Indones.*, vol. 1, no. 2, pp. 70–74, 2022, doi: 10.29303/jpimi.v1i2.1482.
- [18] N. Fitri *et al.*, "Strategi Gerakan Cegah Stunting Menggunakan Metode Sosialisasi di Desa Darakunci, Kabupaten Lombok Timur," *J. Pengabd. Inov. Masy. Indones.*,

- vol. 1, no. 2, pp. 80-86, 2022, doi: 10.29303/jpimi.v1i2.1471.
- [19] J. Bakti, B. Bangsa, S. Nurhidayah, H. Basri, I. Suarlan, and C. Batujaya, "Penguatan perubahan perilaku dalam percepatan penurunan stunting," vol. 01, pp. 210-218, 2022.
- [20] S. Embuai *et al.*, "Pengembangan Produk Daun Kelor Melalui Fortifikasi Dalam Upaya Penanganan Stunting," *Moluccas Heal. J.*, vol. 2, no. 3, pp. 1-6, 2020.
- [21] G. A. S. Rustamaji and R. Ismawati, "Daya Terima Dan Kandungan Gizi Biskuit Daun Kelor Sebagai Alternatif Makanan Selingan Balita Stunting," *J. Gizi Unesa*, vol. 01, no. 01, pp. 31-37, 2021.
- [22] R. Aksal, "Uji Organoleptik dan Analisis Kandungan Vitamin C dan Kalsium pada Bolu Kukus Daun Kelor (*Moringa oleifera*)," 2020.