



SOSIALISASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PENINGKATAN GIZI PEMANFAATAN KELOR PADA KADER PKK DESA GUNUNGAN

Yayan Suherlan¹, Gracia Widi Palimirma Budi Santosa¹

¹Universitas Sebelas Maret

Corresponding author: gracia.wpbs@gmail.com

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu PKK di Desa Gunungan dalam upaya pencegahan stunting pada anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan mengundang bidan dari Puskesmas Manyaran sebagai pembicara utama didukung dengan mahasiswa KKN 32 sebagai pembicara kedua. Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui metode sosialisasi serta pendistribusian stek kelor. Partisipasi dan antusiasme ibu-ibu PKK dalam kegiatan sosialisasi sangat baik, penyampaian materi terkait pencegahan stunting oleh bidan dari Puskesmas Manyaran diterima dengan baik oleh ibu-ibu PKK. Dampak dari kegiatan sosialisasi diharapkan mampu menambah pengetahuan ibu-ibu PKK dalam menjaga dan meningkatkan gizi anak serta memanfaatkan olahan daun kelor sebagai salah satu cara dalam mencegah stunting. Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting diharapkan dapat berkelanjutan serta stek kelor yang didistribusikan oleh mahasiswa KKN 32 dapat dikelola oleh ibu-ibu PKK maupun warga di Desa Gunungan untuk ditanam dan dikembangbiakkan sehingga diharapkan tanaman kelor dapat tumbuh serta dimanfaatkan sebagai olahan masakan guna menambah gizi pada anak.

Kata kunci: gizi, kelor, stunting.

Pendahuluan

Stunting merupakan gangguan tumbuh kembang yang terjadi kepada anak yang diakibatkan oleh gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai (World Health Organization, 2015). Sedangkan menurut Kementerian Kesehatan, 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. Stunting dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. Stunting juga dapat diartikan sebagai sebuah kondisi gagal tumbuh kembang anak yang terjadi pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang diakibatkan oleh kekurangan gizi kronik.

Faktor yang menjadi penyebab stunting dapat dibagi menjadi dua kelompok yaitu faktor langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung dari stunting adalah pemberian kolostrum dan ASI eksklusif, penyakit infeksi anak, dan pola konsumsi anak. Sedangkan penyebab tidak langsungnya adalah akses dan ketersediaan bahan makanan serta sanitasi dan kesehatan lingkungan (Rosha et al., 2020).

Stunting terjadi apabila tidak diimbangi dengan catch-up growth (tumbuh kejar) mengakibatkan menurunnya pertumbuhan, meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental. Stunting dibentuk oleh growth yang tidak memadai yang mencerminkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan optimal,



hal tersebut mengungkapkan bahwa kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal dapat mengalami stunting bila pemenuhan kebutuhan selanjutnya tidak terpenuhi dengan baik. Berdasarkan data yang dikumpulkan oleh WHO pada tahun 2020, terdapat sebanyak 22% atau sekitar 149,2 juta balita di dunia mengalami stunting (World Health Organization, 2021). Sedangkan untuk di Indonesia, berdasarkan data yang diperoleh Asian Development Bank, pada tahun 2022 persentase Prevalence of Stunting Among Children Under 5 Years of Age di Indonesia sebesar 31,8%. Berdasarkan data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, balita yang stunting di Indonesia di tahun 2021 mencapai angka 24,4% (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Provinsi Jawa Barat menjadi salah satu penyumbang tingginya angka stunting di Indonesia dengan persentase sebesar 24,5% (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Salah satu daerah di Jawa Barat yang memiliki angka stunting yang tinggi adalah Kabupaten Bandung. Pada tahun 2021 terdapat 20.461 orang balita yang menderita stunting atau sebanyak 8,85% kasus stunting di Kabupaten Bandung (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2022).

Sebagai bentuk respon terhadap tingginya angka stunting yang terjadi di Indonesia, pemerintah dan pihak-pihak terkait harus memberikan upaya untuk menurunkan angka stunting. Upaya yang dilakukan pemerintah untuk mencegah stunting adalah dengan mengadakan beberapa program yaitu peningkatan gizi masyarakat melalui program pemberian makanan tambahan (PMT) untuk meningkatkan status gizi anak. Kedua, peningkatan kualitas sanitasi lingkungan dengan prioritas desa yang tingkat prevalensi stuntingnya tinggi. Ketiga, pembuatan jamban individu sehat. Keempat, pembangunan infrastruktur. Selain dari pemerintah, Kemenkes juga memberikan upaya untuk pencegahan stunting, yaitu dengan pemberian TTD (Tablet Tambah Darah) bagi para remaja putri, pemberian makanan tambahan berupa protein hewani pada anak usia 6-24 bulan seperti telur, ikan, ayam, daging dan susu, serta melakukan pemeriksaan kehamilan dan pemberian makanan tambahan pada ibu hamil guna mencukupi kandungan gizi dan zat besi pada ibu hamil.

Selain upaya dari pemerintah dan Kemenkes, terdapat alternatif pencegahan stunting yang dapat dimulai dari masyarakat itu sendiri, yaitu dengan pemanfaatan tanaman kelor. Tanaman kelor merupakan tanaman perdu dengan ketinggian 7–11-meter dan tumbuh subur mulai dari dataran rendah sampai ketinggian 700 meter di atas permukaan laut. WHO menetapkannya sebagai bahan makanan super food, karena nilai gizi yang sangat tinggi. Selain super food, tanaman kelor juga disebut sebagai bahan makanan fungsional (Winarno, 2018). Tanaman kelor merupakan salah satu bahan pangan yang memiliki sejuta manfaat untuk kesehatan yang memiliki sumber protein tinggi dan memiliki nilai gizi tinggi yang memberikan pengaruh terhadap peningkatan status gizi balita.

Menurut penelitian, bagian daun kelor merupakan bagian yang mengandung protein tinggi (28,25%), beta karoten (Pro vitamin A) 11,93 mg, Ca (2241,19) mg, Fe (36,91) mg dan Mg (28,03) mg (Zakariset al,2012). Penelitian lain menyebutkan jika daun yang digunakan adalah daun yang diblansir terlebih dahulu sebelum dikeringkan, maka akan menghasilkan komponen mikro (mineral) dan makro (protein) yang lebih tinggi, yaitu (Protein; 28,66 g, Ca; 929,29 mg, P; 715,32 mg, Fe; 99,9 mg dan Zn; 2,32 mg) (Irwan, 2020). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syahfitri,dkk (2022) menjelaskan bahwa ada peningkatan asupan Fe dan kadar HB sebelum dan sesudah pemberian intervensi cookies tepung daun kelor pada balita gizi kurang gizi.

Menurut penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hamzah (2019) menyatakan kelor mudah didapat dan tanpa mengeluarkan biaya yang tinggi mampu memulihkan malnutrisi pada anak-anak secara cepat. Masyarakat pada umumnya mengkonsumsi kelor sebatas pelengkap dalam masakan sehari-hari dengan proses yang sederhana seperti direbus atau ditumis sebagai



sayur. Purba (2020) dalam penelitiannya menyatakan walaupun kelor dikenal sebagai tumbuhan yang sangat bermanfaat, masih banyak masyarakat Indonesia yang belum memanfaatkannya padahal daun kelor dapat diolah menjadi berbagai varian makanan dan minuman yang mempunyai nilai ekonomi yang tinggi seperti puding kelor, nugget kelor, es krim kelor, teh kelor, stik kelor, dan sebagainya.

Program Kelompok 32 KKN UNS Desa Gunungan, Kecamatan Manyaran, Kabupaten Wonogiri memperkenalkan kepada masyarakat melalui ibu-ibu Kader PKK tentang manfaat dan kandungan gizi kelor yang tinggi, yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan dasar pengolahan makanan. Kegiatan yang dilakukan berupa sosialisasi pencegahan stunting dengan memanfaatkan tanaman kelor. Dengan adanya sosialisasi ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ibu-ibu Kader PKK agar meningkatkan pengetahuan mengenai kandungan daun kelor yang dapat bermanfaat untuk mencegah stunting. (langsung ditulis menyambung di bagian bawah abstract, tidak harus di halaman baru). Pendahuluan memuat latar belakang permasalahan atau analisis situasi, tujuan dan manfaat, dan landasan teori yang diperlukan.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh mahasiswa KKN 32 UNS dengan bentuk sosialisasi dalam sebuah acara pertemuan rutin ibu-ibu PKK di Balai Desa Gunungan. Mahasiswa KKN 32 UNS mengisi sosialisasi di tengah agenda PKK dengan menggaet Bidan dari Puskesmas Manyaran sebagai pembicara. Mahasiswa KKN 32 UNS menjelaskan hal-hal yang berkaitan dengan kebijakan yang dilakukan pemerintah dalam upaya menanggulangi stunting salah satunya dengan menerbitkan Peraturan Presiden Nomor 10 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting. Selain itu, mahasiswa KKN 32 UNS juga menjelaskan terkait dengan alternatif pencegahan stunting yaitu olahan daun kelor yang dapat membantu meningkatkan gizi pada anak. Bidan sebagai pembicara utama dalam agenda sosialisasi tersebut turut menjelaskan stunting dan masalah gizi anak secara rinci disertai dengan peran orang tua maupun lingkungan terhadap pertumbuhan gizi. Sebagai bentuk solusi pencegahan stunting, mahasiswa KKN 32 UNS membagikan 100 batang stek kelor kepada ibu-ibu PKK, Balai Desa, dan Kebun Darwis yang terletak dekat dengan balai. Sebelum dibagikan stek kelor tersebut dikelola oleh mahasiswa KKN 32 UNS dengan perawatan kurang lebih selama dua minggu di halaman belakang posko KKN dengan media tanam polybag.

Hasil, Pembahasan, dan Dampak

Hasil

Desa Gunungan terletak di Kecamatan Manyaran Kabupaten Wonogiri. Desa ini terdapat 12 Dusun. Mahasiswa KKN 32 UNS melakukan kunjungan setiap Dusun tersebut. Setelah kunjungan dilakukan, maka diperoleh informasi mengenai stunting di mana setiap dusun terdapat 2 sampai 4 anak terkena stunting. Hal ini mulai dari pertumbuhan anak yang tidak sama dengan umurnya sampai kurangnya gizi anak. Maka dari itu Mahasiswa KKN 32 UNS memberikan penjelasan mengenai pencegahan stunting dengan olahan dari daun kelor. penjelasan tersebut dilakukan melalui sosialisasi dengan sasaran ibu-ibu PKK di Desa Gunungan. Kemudian dilanjutkan pembagian 100 batang stek kelor kepada ibu-ibu PKK, Balai Desa, dan Kebun Darwis yang terletak dekat dengan balai.



Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi Stunting dan Penanaman Kelor
Sumber: Dokumentasi Kegiatan, 2023

Pembahasan

Desa Gunungan setiap dusunnya terdapat 2 sampai 4 anak terkena stunting. Hal ini menjadi pemikiran bagi Mahasiswa KKN 32 UNS dalam menghadapi permasalahan tersebut. Dalam menghadapi masalah tersebut Mahasiswa KKN 32 UNS mengadakan sosialisasi stunting. Sosialisasi tersebut dilakukan dengan menggaet Bidan Puskesmas Manyaran. Dihadiri oleh Ibu-ibu PKK pada acara tersebut. penjelasan sosialisasi tersebut mengenai pengertian stunting, kerangka hukum stunting, strategi perbaikan gizi masyarakat, koordinasi penyelenggaraan di tingkat desa, penanaman pohon kelor sampai pada pemanfaatannya. Stunting adalah suatu kondisi status gizi kurang yang bersifat kronik pada masa pertumbuhan dan perkembangan sejak awal kehidupan (Retno Wahyuningsih dan Joyeti Darni, 2021). Jadi stunting merupakan suatu keadaan yang terjadi pada anak dengan ditandai perlambatan pertumbuhan sampai dengan kurang gizi. Kerangka hukum pada stunting yaitu Undang-Undang Kesehatan nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan menyebutkan, arah perbaikan gizi adalah meningkatnya mutu gizi perorangan dan masyarakat melalui, perbaikan pola konsumsi makanan yang sesuai dengan gizi seimbang; perbaikan perilaku sadar gizi, aktivitas fisik, dan kesehatan; peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi yang sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi; dan peningkatan sistem kewaspadaan pangan dan gizi. Undang-Undang tentang Pangan nomor 18 tahun 2012 yang menetapkan kebijakan di bidang pangan untuk perbaikan status gizi masyarakat. Pemerintah dan Pemerintah Daerah menyusun Rencana Aksi Pangan dan Gizi setiap 5 (lima) tahun (Ni Ketut Aryastami dan Ingan Tarigan, 2017). Dalam menghadapi stunting tersebut terdapat strategi perbaikan gizi, dimana strategi tersebut meliputi perbaikan pola konsumsi makanan yang sesuai dengan gizi seimbang, perbaikan perilaku sadar gizi, aktivitas fisik, dan Kesehatan, peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi yang sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi, peningkatan sistem kewaspadaan pangan dan gizi. Koordinasi penyelenggaraan di tingkat Desa yaitu Tim Percepatan Penurunan Stunting tingkat desa bertugas mengoordinasikan dan mengevaluasi penyelenggaraan Percepatan Penurunan Stunting di tingkat desa.. Tim Percepatan Penurunan Stunting tingkat desa melibatkan

1. Tenaga kesehatan paling sedikit mencakup bidan, tenaga gizi, dan tenaga kesehatan lingkungan;
2. Penyuluh Keluarga Berencana dan/atau Petugas Lapangan Keluarga Berencana;
3. Tim Penggerak Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (TP-PKK);



4. Pembantu Pembina Keluarga Berencana Desa (PPKBD) dan/ atau Sub-PPKBD/ Kader Pembangunan Manusia (KPM), kader, dan/atau unsur masyarakat lainnya.

Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan jenis tanaman tropis yang sudah tumbuh dan berkembang di Indonesia. Seluruh bagian dari tanaman kelor dapat dimanfaatkan sebagai bahan pangan maupun obat-obatan (Alwi Saputra, dkk, 2020). Pohon kelor memiliki nutrisi penting 1000 hari kehidupan, mudah dikonsumsi, mudah ditanam, dan mudah dalam perawatan dan cepat tumbuh. Daun kelor ini mampu diolah menjadi makanan seperti sayur kelor, telur kelor, sampai bothok kelor. Mahasiswa KKN 32 UNS melakukan penanaman mandiri batang stek kelor dalam *polybag*. Penanaman tersebut dilakukan dengan beberapa tahapan. Tahapan-tahapan penanaman stek kelor ini yaitu :

1. Siapkan batang kelor yang sudah dipotong dengan panjang 30-50 cm, dengan diameter 3-5 cm.
2. Letakkan batang pada media tanam/*polybag* yang diisi campuran tanah dan pupuk kompos.
3. Letakkan media tanam di tempat teduh dan disiram secara teratur.

Daun kelor memiliki manfaat yang baik bagi kesehatan karena pada daun kelor terdapat kandungan gizi yang tinggi dan variative. Daun kelor juga memiliki kandungan gizi yang tinggi diantaranya protein 22,7%, lemak 4,65%, karbohidrat 7,92%, dan kalsium 350-50 mg (Nuraina, dkk, 2021). Hal ini dapat disimpulkan bahwasanya daun kelor dapat menjadi alternatif dalam pencegahan stunting.

Dampak

Dampak dari pelaksanaan sosialisasi pencegahan Stunting dan Pembagian Stek Kelor pada PKK Desa Gunungan adalah tersalurkannya informasi mengenai kebijakan yang dilakukan pemerintah atas percepatan penurunan stunting dan nutrisi yang terkandung dalam daun kelor serta terdistribusinya 100 stek kelor kepada masyarakat khususnya Kader PKK di Desa Gunungan. Pembagian stek kelor diharapkan dapat menjadi bahan untuk mengembangkan tanaman kelor di desa Gunungan.

Penutup

1. Program kerja “Sosialisasi Pencegahan Stunting dan Penanaman Stek Kelor” dilakukan secara langsung/luring pada hari Senin, 11 Agustus 2023 yang diikuti oleh kader ibu-ibu PKK Desa Gunungan.
2. Tujuan dari program ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu PKK di Desa Gunungan dalam upaya pencegahan stunting pada anak.
3. Hasil dari program ini adalah ibu-ibu PKK dapat memahami dan mengetahui upaya pencegahan stunting pada anak dengan konsumsi daun kelor sebagai olahan pangan dan pembagian 100 batang stek kelor kepada ibu-ibu PKK, Balai Desa, dan Kebun Darwis yang terletak dekat dengan balai desa
4. Keberlanjutan dari program kerja ini adalah warga masyarakat mampu dan mengetahui tentang upaya pencegahan stunting dengan konsumsi olahan pangan daun kelor sebagai tanaman yang mudah tumbuh dan mudah ditemui di sekitar lingkungan. Penanaman kelor juga nantinya dapat dijadikan sumber bahan pangan bagi warga masyarakat.



Ucapan Terima Kasih

1. Tuhan yang Maha Esa.
2. UPKKN LPPM Universitas Sebelas Maret (UNS) yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan KKN periode Juli – Agustus 2023.
3. Kepala desa dan jajaran perangkat Desa Gunungan, Kecamatan Manyaran, Kabupaten Wonogiri.
4. Jajaran perangkat Desa Gunungan
5. Ibu Dewi Puspitasari selaku narasumber dalam program “Sosialisasi Pencegahan Stunting dan Penanaman Kelor”
6. Bapak Suwanto dan Keluarga
7. Warga Desa Gunungan
8. Teman-teman Kelompok 32 KKN UNS yang teristimewa yaitu Adinda Rizky Fajri, Amedyana Putri Rinjani, Dody Setyawan, Fahma Ayu Kori Saputri, Olivia Allyana, Ririh Titis Yusriyyah, Raihan Muslim Ramadhan, dan Ridhwan Listiyo Nugroho.

Referensi

- Aryastami, N. K., & Tarigan, I. 2017. Kajian Kebijakan dan Penanggulangan Masalah Gizi Stunting di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 45(4), 233-240.
- Dinas Kesehatan Jawa Barat. 2022. Persentase balita stunting berdasarkan kabupaten/kota di Jawa Barat. Bandung: Dinas Kesehatan Jawa Barat.
- Hamzah, H. dan Yusuf. N., R. 2019. Analisis Kandungan Zat Besi (Fe) Pada Daun Kelor (*Moringa Oleifera* Lam.) Yang Tumbuh dengan Ketinggian Berbeda di Daerah Kota Baubau. *Indonesia Journal of Chemistry Research*, 6(2), 88–93.
- Irwan, Z. 2020. Kandungan Zat Gizi Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Berdasarkan Metode Pengerangan. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1).
- Kemendes RI. 2018. Buletin Stunting. *Kementerian Kesehatan RI*, 301(5), 1163–1178.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. Buku saku hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Nuraina, N., Azizah, C., Rizkyan, M. A., Zaki, R., & Firdaus, M. R. (2021). Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) untuk Pemenuhan Nutrisi pada Balita Stunting. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(4), 473-480.
- Purba, E. C. 2020. Kelor (*Moringa oleifera* Lam.): Panfaatan Dan Bioaktivitas. *Prolife*, 7(1), 1–12.
- Rosha, B. C., Susilowati, A., Amaliah, N., & Permanasari, Y. 2020. Penyebab langsung dan tidak langsung stunting di lima kelurahan di Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor (Study kualitatif kohor tumbuh kembang anak tahun 2019). *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(3), 169-182.
- Sandjojo, E. putro. 2017. Buku saku desa dalam penanganan stunting. *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*, 42.
- Saputra, A., Arfi, F., & Yulian, M. 2020. Literature Review: Analisis Fitokimia Dan Manfaat Ekstrak Daun Kelor (*Moringa oleifera*). *AMINA*, 2(3), 114-119.
- Syahfitri, & Susanti, D. 2022. Efektivitas Penambahan Daun Kelor pada Nugget Cumi-Cumi untuk Pencegahan Stunting di Desa Padang Kecamatan Manggeng. *Jurnal Sosial Dan Teknologi (SOSTECH)*, 2(2), 174–181.



- Wahyuningsih, R., & Darni, J. 2021. Edukasi pada ibu balita tentang pemanfaatan daun kelor (*moringa oleifera*) sebagai kudapan untuk pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 2(2), 161-165.
- World Health Organization, 2021. Stunting prevalence among children under 5 years of age (%). [online] Available at: <<https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicatordetails/GHO/gho-jme-stunting-prevalence>>
- World Health Organization, 2015. Stunting in a nutshell. [online] Available at: <<https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>>
- Winarno, F. 2018. Tanaman Kelor (*Moringa oleifera*): Nilai Gizi, Manfaat, dan Potensi Usaha. Gramedia Pustaka Utama.
- Zakaris. 2012. Penambahan tepung daun kelor pada menu makanan sehari-hari dalam upaya penanggulangan gizi kurang pada anak balita. *Media Gizi Pangan*, 13(1).