

**PERAWAT MENGABDI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)**

**Vol. 1 No.2 (Oktober 2022) pp. 82-89**

<http://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/pmkep/index>

**p-ISSN : xxxx-xxxx e-ISSN : xxxx-xxxx**

---

**UPAYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN SUPLEMEN MAKANAN BERGIZI BERBAHAN DAUN KELOR**

Nova Ari Pangesti<sup>1\*</sup>, Dita Ayu Nur Saputri<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi DIII Keperawatan, Akper Pemkab Purworejo, Jawa Tengah, Indonesia, 54152

E-mail Correspondence:nopheexcellent@gmail.com\*

---

**Info Artikel:**

Diterima : 12 Oktober 2022

Diperbaiki : 26 Oktober 2022

Disetujui : 28 Oktober 2022

**Kata Kunci: Stunting, Suplemen Makanan, Gizi, Daun Kelor**

**Keywords:**

**Stunting, Dietary Supplements, Nutrition, Moringa Leaf**

**Abstrak:** Kematian pada anak di bawah 5 tahun hampir setengahnya disebabkan oleh kekurangan gizi dan mengalami stunting. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi stunting pada balita yaitu dengan mengaplikasikan sebuah makanan dari produk olahan yang ada menjadi makanan yang menarik perhatian anak dan bergizi tinggi. Hasil studi pendahuluan di Desa Krandegan, Kec. Bayan, Kabupaten Purworejo masih ditemukan sejumlah 10 balita dengan stunting. Berdasarkan latar belakang di atas maka pengabdian bertujuan mengadakan Pendidikan Kesehatan Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Suplemen Makanan Bergizi Berbahan Daun Kelor. Pendidikan Kesehatan ini menggunakan metode ceramah, audiovisual dan diskusi tanya jawab. Alat yang digunakan adalah media ppt, lcd, dan video. Kegiatan pengabdian diikuti oleh 30 ibu balita, ibu hamil dan kader posyandu. Hasil Pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan menjadi 100% peserta paham tentang Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Suplemen Makanan Bergizi Berbahan Daun Kelor sehingga dinyatakan berhasil.

**Abstract:** Almost half of deaths in children under 5 years are caused by malnutrition and stunting. One way that can be done to overcome stunting in toddlers is by applying a food from existing processed products into food that attracts children's attention and is highly nutritious. The results of the preliminary study in Krandegan Village, Kec. Bayan, Purworejo Regency, 10 children under five with stunting were still found. Based on the above background, the service aims to conduct Health Education on Stunting Prevention Efforts through the Provision of Nutritious Food Supplements Made from Moringa Leaves. This Health Education method uses lectures, audiovisuals and question and answer discussions. The tools used are ppt, lcd, and video media. The service activity was attended by 30 mothers of children under five, pregnant women and posyandu cadres. The results of this community service show an increase to 100% of participants understanding about Stunting Prevention Efforts Through Providing Nutritious Food Supplements Made from Moringa Leaves so that it is declared successful.

## **Pendahuluan**

Stunting atau pendek didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada bayi (0- 11 bulan) dan anak balita (12-59 bulan) akibat dari kekurangan gizi kronis terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan sehingga anak terlalu pendek untuk usianya (Arnita dkk, 2020). Balita adalah anak yang telah menginjak usia diatas 1 tahun atau lebih terkenalnya usia anak di bawah 5 tahun. Pada usia balita pertumbuhan anak sangat pesat sehingga memerlukan pola asuh orang tua (Munir, 2021).

Kematian pada anak di bawah 5 tahun hampir setengahnya disebabkan oleh kekurangan gizi. Kekurangan gizi menempatkan anak-anak pada risiko yang lebih besar untuk meninggal akibat infeksi umum, meningkatkan keparahan infeksi tersebut, dan menunda pemulihan. Jutaan anak-anak dan remaja Indonesia tetap terancam dengan tingginya angka anak yang bertubuh pendek dan kurus serta 'beban ganda' malnutrisi dimana terjadinya kekurangan dan kelebihan gizi. Pemicunya terjadi karena minimnya pengetahuan dan praktik pengasuhan anak serta pemberian makan anak yang tidak memadai juga turut menyebabkan tingginya angka gizi buruk (Unicef, 2022).

Pada tahun 2021 angka stunting secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6 persen per tahun dari 27,7 persen tahun 2019 menjadi 24,4 persen tahun 2021. Hampir sebagian besar dari 34 provinsi menunjukkan penurunan dibandingkan tahun 2019 dan hanya 5 provinsi yang menunjukkan kenaikan. Hal tersebut menunjukkan bahwa implementasi dari kebijakan pemerintah mendorong percepatan penurunan stunting di Indonesia telah memberi hasil yang cukup baik. Saat ini, Prevalensi stunting di Indonesia lebih baik dibandingkan Myanmar (35%), tetapi masih lebih tinggi dari Vietnam (23%), Malaysia (17%), Thailand (16%) dan Singapura (4%) (Kemenkes RI, 2021).

Dari fenomena yang terjadi di atas salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi stunting pada balita yaitu dengan mengaplikasikan sebuah makanan dari produk olahan yang ada menjadi makanan yang menarik perhatian anak. Salah satu produk olahan yang dapat digunakan yaitu daun kelor. Kelor merupakan bahan pangan yang kaya akan zat gizi makro dan mikro (Rahayu dkk, 2018). Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu spesies tumbuhan dalam *family Moringaceae* yang tahan tumbuh di daerah kering tropis. Spesies ini

merupakan salah satu tanaman yang sangat bermanfaat, karena semua bagian dari tanaman seperti daun, bunga dan akar. Daun kelor dapat dijadikan sebagai alternatif sumber protein dan kalsium yang potensial untuk mencukupi kebutuhan gizi ibu hamil karena mengandung protein 3 kali lebih tinggi dari susu bubuk full cream atau 9 kali protein yoghurt dan kalsium, 17 kali lebih tinggi dibandingkan kalsium pada susu (Nuraina dkk, 2019).

Menurut Sukenti dkk (2020) daun kelor dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembuatan es krim. Hal itu dilakukan karena Es krim merupakan salah satu produk pangan yang digemari semua orang, baik dari anak-anak maupun dewasa. Pembuatan es krim menggunakan penambahan daun kelor dapat menambah kandungan gizinya, terutama protein dan kalsium. Makanan lain yang dapat dibuat dari produk olah daun kelor yaitu nugget ayam kelor, sop daun kelor cookies emping kelor (Santi dkk, 2020).

Hasil studi pendahuluan di Desa Krandegan, Kec. Bayan, Kabupaten Purworejo masih ditemukan sejumlah 10 balita dengan stunting per September tahun 2022. Berdasarkan fenomena tersebut dan banyaknya manfaat yang dimiliki dari daun kelor terhadap pemenuhan gizi anak maka penulis berinisiatif untuk melakukan pendidikan kesehatan dengan judul “Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Suplemen Makanan Bergizi Berbahan Daun Kelor” sebagai Langkah awal untuk memberikan informasi dalam mengaplikasikan daun kelor menjadi bahan olahan yang bermanfaat bagi pemenuhan gizi anak.

## **Metode**

Kegiatan Pendidikan Kesehatan Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Suplemen Makanan Bergizi Berbahan Daun Kelor telah dilaksanakan pada bulan Oktober di Desa Krandegan, Kecamatan Bayan, Kabupaten Purworejo pada tanggal 12 Oktober 2022 pukul 10.00-12.00 WIB. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini dengan Ceramah untuk memberikan pemahaman kepada peserta Pendidikan Kesehatan dan pemutaran video terkait stunting dan Langkah pembuatan nugget kelor serta sop daun kelor. Selanjutnya dilakukan Diskusi/Tanya Jawab atau pada saat diakhir acara. Media yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah power point, LCD, dan video untuk memberikan materi pendidikan kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada

masyarakat diikuti oleh peserta sejumlah 30 orang yang terdiri dari para ibu-ibu balita, kader posyandu dan ibu hamil.

### **Hasil dan Pembahasan**

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini kami mendapatkan banyak dukungan yang baik dari Warga desa dan Ibu-Ibu balita, ibu hamil dan kader posyandu serta didampingi oleh bidan desa di wilayah Desa Krandegan, Kecamatan Bayan, Kabupaten Purworejo. Kader posyandu dan peserta telah bekerja sama dengan baik selama proses kegiatan berlangsung. Kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang pencegahan stunting menggunakan daun kelor berlangsung selama 2 jam. Dalam pendidikan kesehatan ini diberikan penjelasan materi tentang penjelasan materi definisi stunting, upaya-upaya pencegahan stunting termasuk peningkatan status gizi, manfaat daun kelor dan pengolahan suplemen makanan bergizi berbahan daun kelor. Metode ceramah merupakan proses transfer informasi dari pengajar kepada sasaran belajar. Pengajar dalam hal ini adalah pengabdian, pengabdian menyampaikan materi menggunakan bahasa yang mudah dan dapat dimengerti oleh peserta. Hasil dari kegiatan ini adalah seluruh peserta antusias mengikuti kegiatan sampai akhir sesi.

Pada sesi akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, yaitu sesi evaluasi. Pada sesi ini menggunakan metode tanya jawab atau diskusi tentang materi-materi pendidikan kesehatan yang telah diberikan. Pada umumnya hanya memanfaatkan daun kelor sebagai makanan yang diolah menjadi sayur bening. Oleh karena itu, pentingnya pendidikan kesehatan pengolahan pangan perlu diterapkan yang bertujuan untuk meningkatkan kandungan gizi serta nilai tambah dari komoditas pangan agar lebih berdaya guna bagi kebutuhan manusia.

*Stunting* adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak lebih pendek untuk usianya (kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal kehidupan setelah lahir, tetapi baru tampak setelah anak berusia 2 tahun). Menurunnya prevalensi stunting pada tahun 2021 lalu memberikan motivasi untuk mengajak masyarakat untuk mengenal tentang pentingnya pencegahan stunting dan cara mengaplikasikan bahan olahan menjadi produk sebagai pemenuhan gizi anak.

Daun kelor merupakan salah satu bahan alam yang dapat dimanfaatkan sebagai pemenuhan gizi anak. Menurut Rahayu dkk (2018) Daun kelor memiliki kandungan betakaroten 4 kali wortel, 3 kali potassium, pisang, 25 kali zat besi bayam, 7 kali vitamin C jeruk, 4 kali kalsium susu, 2 kali protein yougurt. Daun kelor digunakan sebagai pangan untuk mengatasi masalah kekurangan gizi pada anak-anak dan upaya untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Daun kelor memiliki kandungan gizi yang tinggi dan mudah didapatkan di lingkungan sekitar, namun masih sangat kurang beragam dalam pemanfaatannya. 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.

Menurut Sukenti dkk (2020) kandungan didalam ekstrak daun tanaman ini dapat menyebabkan nafsu balita meningkat dan pemenuhan gizi balita lebih terpenuhi untuk pertumbuhan dan perkembangan. Dari beragam variasi makanan produk olahan tanaman ini maka hal ini dapat menjadi nilai positif daun kelor untuk memenuhi protein yang dibutuhkan balita untuk mencegah stunting (Santi dkk, 2020; Sukenti dkk, 2020). Hasil penelitian (Hermansyah et al., 2014) menunjukkan terdapat pengaruh pemberian daun kelor terhadap status gizi balita berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Sedangkan hasil penelitian (Muliawati et al., 2019) juga menunjukkan bahwa ada perbedaan rerata kenaikan tinggi badan dengan pemberian ekstrak moringa oleifera pada balita dengan nilai T sebesar 3,526 dan signifikansi 0,042 dengan p-value < 0,05.

Adapun Hasil evaluasi yang didapatkan disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan	Evaluasi Pengetahuan Sebelum Pendidikan Kesehatan	Evaluasi Pengetahuan Setelah Pendidikan Kesehatan
Pendidikan Kesehatan tentang Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Suplemen Makanan Bergizi Berbahan Daun Kelor	10 orang (50%) menjawab benar tentang upaya pencegahan stunting melalui pemberian suplemen makanan bergizi berbahan daun kelor	30 orang (100%) menjawab benar tentang upaya pencegahan stunting melalui pemberian suplemen makanan bergizi berbahan daun kelor

Berdasar tabel 1 tampak bahwa adanya peningkatan hasil yang baik sebelum dan setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat. Adanya peningkatan menjadi 100% peserta paham dengan benar menjawab benar tentang

Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Suplemen Makanan Bergizi Berbahan Daun Kelor. Hal ini menunjukkan bahwa Pendidikan Kesehatan dengan metode video dapat dipahami dan diterima dengan baik oleh masyarakat. Menurut Notoatmojo, (2018) informasi yang disampaikan melalui media video mempengaruhi peningkatan pengetahuan karena pesan yang disampaikan melalui audiovisual dimana indra yang lebih berperan adalah pengelihatn dan pendengaran sehingga pesan mudah dipahami dan tersampaikan dengan baik.

Hasil penelitian (Nopa et al., 2019) menunjukkan terdapat pengaruh edukasi melalui media video terhadap pengetahuan mengenai pneumonia pada balita di Puskesmas Caringin Kota Bandung. Hal ini sejalan dengan penelitian (Ramadhanty & Rokhaidah, 2021) menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai  $P=0,000$  yang memiliki arti terdapat perbedaan nilai rata-rata pengetahuan ibu tentang stunting sebelum dan sesudah diberikan edukasi keshatan dengan media audiovisual. Media audio visual memiliki beberapa kelebihan dari pada media lainnya. yaitu informasi dapat diberikan kepada masyarakat luas, populasi yang banyak, serta tidak memerlukan peralatan yang rumit dalam penyampaian informasi. Kelebihan media audio visual lainnya informasi yang hasilkan adalah berupa suara dan gambar yang apat diterima oleh indera pendengaran dan penglihatan sekaligus yang akan membuat responden lebih mudah mencerna atau memahami isi informasi. Media audio visual juga memiliki beberapa fungsi dalam pemberian Pendidikan kesehatan yaitu fungsi edukasi, fungsi sosial, serta fungsi ekonomis (Asmuji & Faridah, 2018). Dokumentasi kegiatan Pendidikan Kesehatan ini ditunjukkan pada Gambar 1.





Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

### **Kesimpulan**

Pendidikan Kesehatan Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Suplemen Makanan Bergizi Berbahan Daun Kelor yang dilakukan di Desa Krandegan, Kec Bayan, Kabupaten Purworejo berjalan dengan baik dan lancar. Sebanyak 30 peserta hadir dan aktif mengikuti kegiatan pengabdian hingga selesai dan aktif bertanya. Hasil pengabdian menunjukkan 100% peserta paham tentang definisi stunting, upaya-upaya pencegahan stunting termasuk peningkatan status gizi, manfaat daun kelor dan pengolahan suplemen makanan bergizi berbahan daun kelor. Oleh karena itu, Pendidikan Kesehatan Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Suplemen Makanan Bergizi Berbahan Daun Kelor disimpulkan berhasil dan efektif untuk membantu orang tua dalam mencegah terjadinya stunting dan menjaga status gizi balita.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terimakasih disampaikan kepada kepala Desa dan masyarakat Krandegan, Kec Bayan, Kabupaten Purworejo yang telah berperan serta aktif dalam program Pendidikan Kesehatan ini serta kepada Direktur Akper Pemkab Purworejo yang telah bersedia mendanai seluruh kebutuhan selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung.

## Referensi

- Arnita dkk. (2020). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi*. 9(1), 6-14. <https://doi.org/https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.149>
- Hermansyah, H., Hadju, V., & Bahar, B. (2014). Moringa Leaves Extract on Food Intake and Weight Gain of Pregnant Women Working in Informal Sector. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(3), 192-201.
- Kemendes RI. (2021). *Penurunan Prevalensi Stunting tahun 2021 sebagai Modal Menuju Generasi Emas Indonesia 2045*. 27 Desember 2021.
- Muliawati, D., Sulistyawati, N., & Utami, F. S. (2019). Manfaat Ekstrak Moringa Oleifera Terhadap Peningkatan Tinggi Badan Balita. *Prosiding Seminar Nasional Karya Husada Yogyakarta*, 46-55.
- Nopa, P. S., Ria, A., & Liliek, F. (2019). Pengaruh Edukasi melalui Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Keluarga tentang Pneumonia pada Balita. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 2(2), 69.
- Nuraina dkk. (2019). Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera) untuk Pemenuhan Nutrisi pada Balita Stunting. *Jurnal.Globalhealthsciencegroup ...*, 10(2), 123-131.
- Rahayu dkk. (2018). Peningkatan Status Gizi Balita Melalui Pemberian Daun Kelor (Moringa Oleifera). *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(2), 87-91. <https://doi.org/10.36569/jmm.v9i2.14>
- Ramadhanty, T., & Rokhaidah, R. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Balita Di Posyandu Melati 1 Kelurahan Pisangan Timur, Jakarta Timur. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(2), 58. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i2.3173>
- Santi dkk. (2020). Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu dalam Pembuatan PMT Berbahan Dasar Kelor sebagai Upaya Percepatan Pencegahan Stunting. *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 18(2), 77-89. <https://doi.org/10.33369/dr.v18i2.12056>
- Sukenti dkk. (2020). Produk Inovasi Es Krim Kelor (Moringa oleifera Lam.) sebagai Upaya Pencegahan Stunting Desa Jatisela, Kecamatan Gunung Sari, Lombok Barat. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1). <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v3i1.392>
- Unicef. (2022). *Malnutrition*. May 2022.