

EDUKASI TENTANG STUNTING DAN PEMANFAATAN PUDING DAUN KELOR DALAM MENCEGAH STUNTING

Syiddatul Budury^{1*}, Nunik Purwanti², Andikawati Fitriasari³

¹⁻³Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Email korespondensi: syiddatbr@unusa.ac.id

Disubmit: 07 Juni 2022

Diterima: 24 Juni 2022

Diterbitkan: 01 Oktober 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.6896>

ABSTRAK

Anak yang kekurangan asupan gizi akan berdampak pada keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan otak, tulang, dan gangguan emosi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan pada ibu tentang *stunting* dan manfaat pemberian daun kelor pada anak. Kegiatan ini diikuti oleh 17 ibu yang memiliki anak balita di RW 16 Pepe Sidoarjo. Kegiatan dilakukan dalam dua tahap, tahap pertama memberikan pengetahuan tentang *stunting* dan asupan gizi untuk anak, tahap kedua melakukan demonstrasi cara membuat puding daun kelor. Tingkat pengetahuan ibu tentang *stunting* dan gizi anak diukur dengan menggunakan kuesioner. Dari hasil pengukuran sebelum diberikan edukasi didapatkan 10 responden yang pengetahuan kurang dan setelah kegiatan terdapat 2 responden yang pengetahuannya cukup. Orang tua penting untuk mengetahui jenis asupan gizi yang baik untuk anak, makanan yang perlu diberikan tidak harus mahal karena banyak makanan di sekitar kita yang terbukti secara ilmiah mempunyai kandungan nutrisi yang baik untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

Kata Kunci: Anak, Kelor, *Stunting*

ABSTRACT

Children who lack nutritional intake will have an impact on delays in growth and development of the brain, bones, and emotional disorders. The purpose of this activity is to provide knowledge to mothers about stunting and the benefits of giving Moringa leaves to children. This activity was attended by 17 mothers with toddlers in RW 16 Pepe Sidoarjo. The activity was carried out in two stages, the first stage was to provide knowledge about stunting and nutritional intake for children, the second stage was to demonstrate how to make Moringa leaf pudding. Mother's level of knowledge about stunting and child nutrition was measured using a questionnaire. From the measurement results before being given education, it was found that 10 respondents had less knowledge and after the activity there were 2 respondents who had sufficient knowledge. It is important for parents to know the type of good nutritional intake for children, the food that needs to be given does not have to be expensive because there are many foods around us that are scientifically proven to have good nutritional content to help optimal growth and development of children.

Keywords: Children, Kelor, *Stunting*

1. PENDAHULUAN

Masa balita merupakan masa yang rentan mengalami masalah gizi, salah satunya adalah *stunting*, *stunting* adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur ((Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018)). Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, terdapat 30,8% balita di Indonesia yang mengalami *stunting*.

Stunting pada balita merupakan hasil akumulasi dari beberapa faktor; faktor riwayat asupan dan non-asupan. Salah satu dari faktor non-asupan yang dapat meningkatkan resiko adalah kondisi sosial ekonomi. Tingkat ekonomi keluarga berkaitan dengan akses terhadap pangan dan kesehatan keluarga termasuk juga balita. Sedangkan, faktor dari asupan yaitu riwayat konsumsi energi dan beberapa zat gizi seperti protein dan zat besi yang berhubungan dengan terjadinya *stunting*. Anak usia 12-24 bulan dengan asupan energi dan protein yang rendah atau kurang dari kebutuhan akan meningkatkan resiko mengalami terjadinya *stunting* (Wellina, Kartasurya, & Rahfiludin, 2016)

Stunting menjadi salah satu masalah kesehatan di Indonesia. Asian Development Bank melaporkan bahwa Indonesia menduduki peringkat tertinggi kedua di Asia Tenggara untuk anak dengan penderita *stunting* dibawah lima tahun dengan prevalensi mencapai 31.8% pada tahun 2022 (Mutia, 2021). Pada tingkat Jawa Timur terdapat 653 ribu balita yang mengalami *stunting* (BKKBN, 2022)

Salah satu penyebab terjadinya *stunting* adalah asupan nutrisi yang kurang seimbang, kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi, terbatasnya layanan kesehatan dan masih kurangnya akses kepada makana bergizi dan kurangnya akses air bersih dan sanitasi (Haryani, Astuti, & Sari, 2021). Patofisiologi *stunting* karena adanya environmental enteric dysfunction (EED) di mana kondisi kurang gizi, malabopsi nutrisi serta terjadinya radang menyebabkan gangguan pada struktur dan fungsi usus halus sehingga berdampak pada gangguan penyerapan nutrisi yang akan berpengaruh pada tumbuh kembang anak (Vonaesch et al., 2018) kondisi pandemi Covid-19 yang berdampak pada aspek ekonomi berpengaruh juga terhadap pemenuhan nutrisi dan gizi anak (Melyani & Alexander, 2021) Penelitian yang dilakukan di Iran menunjukkan bahwa status gizi anak juga berpengaruh terhadap perkembangan kesehatan mental anak (Rucklidge & Kaplan, 2016) yaitu pada perkembangan emosional dan sosial. (Papotot, Rompies, & Salendu, 2021)

RW 16 Desa Pepe berada di kecamatan Sedati, Kabupaten Sidoarjo, di RW 16 terdapat 17 Ibu yang mempunyai anak usia di bawah 5 tahun sebagian besar dari ibu bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan usia yang berada di rentang 20 - 40 tahunan.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Pada tahun 2020 jumlah anak yang mengalami *stunting* di Sidoarjo menempati angka tertinggi di Jawa Timur dengan jumlah kasus 24. 439 anak (Amaluddin, 2020) sedang pada tahun 2022 mengalami penurunan dengan jumlah anak sebesar 5.239 anak dr 66.353 yang melakukan pemeriksaan (Dinas Kesehatan Kabupaten Sidoarjo, 2021). Berdasarkan data tersebut maka kami ingin mengidentifikasi bagaimana tingkat pengetahuan ibu tentang *stunting* dan asupan nutrisi bagi anak?



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

Stunting adalah suatu gangguan pertumbuhan yang *irreversible* yang sebagian besar dipengaruhi oleh asupan nutrisi yang tidak adekuat dan infeksi berulang selama 1000 hari pertama kehidupan (World Health Organization (WHO), 2014). Penyebab *stunting* terbanyak adalah kelainan non endokrin yaitu infeksi kronis, gangguan nutrisi, kelainan gastrointestinal, pola asuh ibu dan faktor sosial ekonomi keluarga (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2009)

Program kegiatan pengabdian masyarakat ini mencakup edukasi tentang *stunting*, pencegahan dan penatalaksanaan, edukasi tentang manfaat daun kelor sebagai asupan nutrisi yang sehat pendamping ASI serta demonstrasi pembuatan puding daun kelor. Daun kelor atau yang memiliki nama latin *Moringa Oleifera* adalah tanaman yang mengandung vitamin dan bisa digunakan untuk mengatasi masalah gizi pada anak. Daun kelor mengandung vitamin C, A, kalsium, kalium dan zat besi yang kualitasnya jauh lebih baik dari vitamin dan mineral yang ada dalam jeruk, wortel, bayam dan susu (Widowati, Isnawati, Alegantina, & Retiaty, 2019) selain itu daun kelor juga terbukti dapat meningkatkan imunitas tubuh (Proverawati & Nuriya, 2021) selain itu daun kelor juga mengandung arginin dan histidin, protein penting yang bisa dikonsumsi bayi untuk proses pertumbuhannya (Letlora, Sineke, & Purba, 2020)

Pengetahuan yang baik tentang *stunting* dan memudahkan mendapatkan jenis makanan, sayuran bergizi yang murah namun bernilai gizi tinggi dapat meningkatkan *awareness* para ibu dalam memberikan asupan nutrisi pada anaknya terutama dalam 100 hari pertama kelahiran. Daun kelor adalah jenis daun yang mudah didapat di sekitar kita, sehingga harapannya para ibu mampu menyediakannya bagi anak balita.

4. METODE

Kegiatan ini dilakukan dengan dua cara, yang pertama adalah dengan menggunakan metode edukasi atau penyuluhan tentang *stunting* dan asupan nutrisi bagi balita, edukasi tentang manfaat daun kelor dan metode demonstrasi yaitu dengan membuat puding daun kelor. Kegiatan ini diikuti oleh 17 ibu di RW 16 desa Pepe Sidoarjo yang memiliki anak yang berusia di bawah 5 tahun.

Tahapan pelaksanaan meliputi

a. Pra Kegiatan

- 1) Koordinasi strategi pelaksanaan dengan membuat proposal kegiatan dan pembagian tugas
- 2) Pembuatan media berupa leaflet, poster dan kuesioner
- 3) Menyiapkan bahan untuk pembuatan puding daun kelor
- 4) Koordinasi dengan kader mengenai tempat pelaksanaan dan teknis pelaksanaan

b. Kegiatan

- 1) Pencatatan peserta yang hadir
- 2) Pembagian kuesioner pre dan pasca edukasi
- 3) Pelaksanaan edukasi dan demonstrasi pembuatan puding daun kelor
- 4) Diskusi dan tanya jawab

c. Pasca Kegiatan

- 1) Rekapitulasi data

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Tabel 1. Karakteristik Ibu peserta kegiatan dan tingkat pengetahuan Ibu tentang *stunting* dan asupan nutrisi anak di RW 16 Pepe Sidoarjo Februari 2022 (N=17)

Variabel	f	Prosentase (%)
Pekerjaan		
• Ibu Rumah Tangga	14	82.35
• Pegawai Swasta	3	17.65
Usia		
• 20-30 Tahun	9	52.94
• 31-41 Tahun	8	47.06
Umur Balita		
• 1-3 Tahun	10	58.82
• 3-5 Tahun	7	41.17
Status Gizi Anak (Tinggi badan / BB)		
• Baik	13	76.47
• Kurang	4	23.53
Tingkat pengetahuan (Pre Test)		
• Baik	2	11.76
• Cukup	5	29.41

• Kurang	10	58.82
Tingkat Pengetahuan (post Test)		
• Baik	15	88.23
• Cukup	2	11.76
• Kurang	0	0



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

b. Pembahasan

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa 82.35 % ibu adalah ibu rumah tangga dengan rentang usia 20-30 tahun (52.94%) dan memiliki anak 58.82 % berada di usia 1-3 tahun dan yang memiliki status gizi kurang terdapat 4 orang anak. Untuk tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan terdapat 10 ibu yang memiliki pengetahuan kurang dan sesudah penyuluhan terdapat 2 orang ibu yang memiliki pengetahuan yang cukup. Status gizi yang kurang pada anak mencakup berat badan yang tidak sesuai dengan umur. Pengetahuan ibu tentang gizi adalah hal yang penting dan mendasari bagaimana anak akan tumbuh dan berkembang terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan. Informasi mengenai stunting bisa didapatkan melalui berbagai macam media seperti, media sosial, televisi, banner atau poster di puskesmas atau rumah sakit, serta terpaparnya informasi dari petugas kesehatan. Pengetahuan ibu yang baik tentang asupan gizi anak akan memberi pengaruh pada pola makan balita, tidak hanya tentang kuantitas makanan tetapi juga kualitas makanan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan di

Yogyakarta bahwa pengetahuan ibu tentang gizi berhubungan dengan insiden terjadinya *stunting* pada anak usia toddler (Amalia, Lubis, & Khoeriyah, 2021) penelitian serupa yang dilakukan di Bali juga menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi akan berhubungan dengan terjadinya *stunting* pada anak (Murti, Budiani, & Darmapatni, 2020) Asupan nutrisi yang mengandung daun kelor tidak hanya direkomendasikan pada bayi dan balita, namun juga pada ibu yang sedang menyusui karena hasil penelitian yang dilakukan oleh Sinaga menyebutkan bahwa kandungan fitosterol dalam daun kelor terbukti dapat meningkatkan produksi Air Susu Ibu (Putri, Sinaga, Sinaga, Surbakti, & Rumodang, 2022) kondisi akan berdampak pada kecukupan nutrisi pada bayi yang masih mengkonsumsi ASI. Penelitian terbaru yang dilakukan Mandasari tentang pemberian ekstrak daun kelor yang dikombinasi dengan royal jelly berpengaruh pada peningkatan berat badan dan panjang badan bayi baru lahir (Mandasari, 2022) yang akan mengurangi risiko terjadinya *stunting*. Kejadian *stunting* pada balita berisiko mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan motorik, mental, produktivitas dan intelektual yang menurun dan peningkatan risiko penyakit infeksi, sehingga kondisi *stunting* perlu segera dicegah dan ditangani demi mewujudkan generasi penerus bangsa yang sehat dan kuat. Pemberian berbagai macam olahan daun kelor seperti puding, es krim, terbukti dapat memperbaiki status gizi pada anak karena mengandung anti oksidan, vitamin dan mineral. Mengonsumsi olahan daun kelor sebagai makanan pendamping ASI bagi anak adalah upaya alternatif penatalaksanaan kekurangan protein dan kalori pada anak sehingga anak tidak mengalami *stunting*.

6. KESIMPULAN

Pengetahuan ibu tentang *stunting* dan asupan gizi pada balita menunjukkan adanya peningkatan setelah diberikan edukasi. Kondisi ini diharapkan dapat berpengaruh dalam pemberian jenis makanan dan pola makan anak. Pengetahuan ibu yang baik dan penerapan pemberian MPASI daun kelor dapat meminimalisir terjadinya *stunting* pada anak.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, I. D., Lubis, D. P. U., & Khoeriyah, S. M. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Kejadian Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(2), 146-154. <https://doi.org/https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.153>
- Amaluddin. (2020). Sidoarjo Tertinggi Kasus Stunting di Jatim. Retrieved from Medcom.Id website: <https://www.medcom.id/nasional/daerah/GKdO4YEK-sidoarjo-tertinggi-kasus-stunting-di-jatim>
- BKKBN. (2022). BKKBN Jatim â€“ UNICEF Percepat Penurunan Stuting. Retrieved June 20, 2022, from <https://kominfo.jatimprov.go.id/read/umum/bkkbn-jatim-unicef-percepat-penurunan-stuting#:~:text=Di Provinsi Jawa Timur%2C setidaknya,jumlah anak yang mengalami stunting.>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sidoarjo. (2021). Sosialisasi Gencar, Angka

- Kasus Stunting di Kabupaten Sidoarjo, Mulai Menurun. Retrieved from [Http://Dinkes.Sidoarjokab.Go.Id/](http://Dinkes.Sidoarjokab.Go.Id/) website: <http://dinkes.sidoarjokab.go.id/2021/09/08/sosialisasi-gencar-angka-kasus-stunting-di-kabupaten-sidoarjo-mulai-menurun/>
- 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.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2009). Pedoman Pelayanan Medis jilid 1. In *Archives of Disease in Childhood* (Vol. 25).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar. In *Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia* (Vol. 7). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Letlora, J. A. S., Sineke, J., & Purba, B. (2020). Bubuk Daun Kelor Sebagai Formula Makanan Balita Stunting. *Jurnal GIZIDO*, 12(2), 105-112.
- Mandasari, M. (2022). *Pengaruh Pemberian Suplemen Kapsul Ekstrak Daun Kelor (Moringa Oleifera Leaves) Plus Royal Jelly Terhadap Berat Badan Bayi* Retrieved from [http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/15278/%0Ahttp://repository.unhas.ac.id/id/eprint/15278/2/P102182007_tesis_bab 1-2.pdf](http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/15278/%0Ahttp://repository.unhas.ac.id/id/eprint/15278/2/P102182007_tesis_bab%201-2.pdf)
- Melyani, & Alexander. (2021). Dampak covid-19 (kemiskinan, pemenuhan gizi anak, imunisasi) terhadap status gizi balita tahun 2020. *Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 10(2), 132-139.
- Murti, L. M., Budiani, N. N., & Darmapatni, M. W. G. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi balita dengan Kejadian Stunting Anak Umur 36-59 Bulan Di Desa Singakerta Kabupaten Gianyar. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(2), 63-69. Retrieved from [http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1080/3/BAB II.pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1080/3/BAB%20II.pdf)
- Mutia, A. (2021). Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi ke-2 di Asia Tenggara. Retrieved March 19, 2022, from <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/25/prevalensi-stunting-balita-indonesia-tertinggi-ke-2-di-asia-tenggara>
- Papotot, G. S., Rompies, R., & Salendu, P. M. (2021). Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak. *Jurnal Biomedik : Jbm*, 13(3), 266-273.
- Proverawati, A., & Nuriya, N. (2021). Seduhan Daun Kelor (Moringa Oliefera) Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh : Mini Review. *Jurnal of Bionursing*, 3(3), 207-213.
- Putri, N. M., Sinaga, K., Sinaga, A., Surbakti, imran saputra, & Rumodang. (2022). *Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kelor Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas*. 1, 146-157.
- Rucklidge, J. J., & Kaplan, B. J. (2016). Nutrition and Mental Health. *Clinical Psychological Science*, 4(6), 1082-1084. <https://doi.org/10.1177/21677026166641050>
- Vonaesch, P., Randremanana, R., Gody, J. C., Collard, J. M., Giles-Vernick, T., Doria, M., ... Gouandjika-Vassilache, I. (2018). Identifying the etiology and pathophysiology underlying stunting and environmental enteropathy: Study protocol of the AFRIBIOTA project. *BMC Pediatrics*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12887-018-1189-5>
- Wellina, W. F., Kartasurya, M. I., & Rahfiludin, M. Z. (2016). Faktor risiko

- stunting pada anak umur 12-24 bulan. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 5(1), 55-61.
<https://doi.org/10.14710/jgi.5.1.55-61>
- Widowati, L., Isnawati, A., Alegantina, S., & Retiaty, F. (2019). Potensi Ramuan Ekstrak Biji Klabet dan Daun Kelor sebagai Laktagogum dengan Nilai Gizi Tinggi. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 29(2), 143-152.
<https://doi.org/10.22435/mpk.v29i2.875>
- World Health Organization (WHO). (2014). Global Nutrition Targets 2025. *Canadian Pharmaceutical Journal*, 122(2), 74-76, 78.