

SOSIALISASI PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN STUNTING MELALUI PENINGKATAN GIZI IBU HAMIL DENGAN MENGGUNAKAN *MORINGA OLEIFERA*

Andi Mutmainna¹, Sugirah Nour Rahman², Andi Trisnowali³, Reski Anugrah⁴, Chintya Prastisya⁵, Ardina Muhijratul Annisa⁶
Universitas Muhammadiyah Bone^{1,3,4,5,6}, Universitas Negeri Makassar²
bahtiarandimutmainna@gmail.com, sugirah.nour.rahman@unm.ac.id

Abstrak

*Stunting merupakan suatu kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga tubuh anak lebih pendek dibandingkan usianya. Stunting pada anak terjadi dikarenakan anak memiliki kekurangan gizi yang terjadi sejak anak berada dalam kandungan dan pada masa awal kehidupan setelah lahir, akan tetapi baru tampak setelah anak berusia 2 tahun. Stunting dapat diatasi dengan tanaman daun kelor (*moringa oleifera*). Metode yang digunakan adalah ceramah atau sosialisasi. Adapun hasil sosialisasi yang dilaksanakan di Desa Labuaja, kec. Kahu, Kab. Bone. yaitu memberikan pengetahuan yang lebih kepada ibu hamil mengenai tanaman daun kelor dan juga terkait masalah stunting dan bagaimana mengatasi stunting dengan daun kelor atau *moringa oleifera*.*

Kata kunci: *Moringa Oleifera; Stunting; Gizi Ibu Hamil.*

Abstract

Stunting is a condition of failure to thrive in children under five due to chronic malnutrition so that the child's body is shorter than his age. Stunting in children occurs because children have malnutrition that occurs since the child is in the womb and in the early days after birth, but only appears after the child is 2 years old. Stunting can be overcome by using moringa oleifera leaves. The method used is lecture or socialization. As for the results of the socialization carried out in the village of Labuaja, kec. Kahu, Bone City. namely providing more knowledge to pregnant women about moringa oleifera leaves and also related to the problem of stunting and how to overcome stunting with Moringa leaves or Moringa oleifera.

Keywords: *moringa oleifera, stunting, nutrition for pregnant women.*

Artikel disubmit: 15-09-2023 disetujui tanggal: 19-11-2023 Artikel Dipublish: 24-11-2023

Corresponden Author: Sugirah Nour Rahman e-mail: sugirah.nour.rahman@unm.ac.id

DOI: <http://dx.doi.org/10.31851/dedikasi.v6i2.13628> 

PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga tubuh anak lebih pendek dibandingkan usianya (Dos Santos et

al., 2022). Stunting pada anak terjadi dikarenakan anak memiliki kekurangan gizi yang terjadi sejak anak berada dalam kandungan dan pada masa awal kehidupan setelah lahir, akan tetapi baru tampak setelah

WAHANA DEDIKASI

anak berusia 2 tahun (Rohmawati & Witcahyo, 2019). Sementara itu, kejadian stunting akan berdampak pada gangguan perkembangan fisik, mental, intelektual serta kognitif anak (Dos Santos et al., 2023). Anak yang mengalami stunting hingga usia 5 tahun akan sangat sulit untuk disembuhkan dan akan berdampak hingga dewasa serta meningkatkan risiko keturunan dengan berat badan lahir yang rendah (BBLR) (Kusumaningrum et al., 2022). Stunting tergolong kedalam salah satu permasalahan di Indonesia yang belum terselesaikan (Nasriyah & Ediyono, 2023). Berdasarkan Asian Development Bank menunjukkan bahwa Indonesia yang tertinggi kedua di Asia Tenggara terkait anak penderita stunting usia di bawah lima tahun (balita) dengan prevalensinya mencapai 31,8% pada 2020 (Wibowo & Sari, 2023).

Seorang anak dinyatakan stunting apabila indeks Panjang badan dibandingkan dengan umur (PB/U) atau tinggi badan diandingkan dengan umur (TB/U) dengan batas (z-score) kurang dari -2SD menurut WHO, 2015; BKKBN, 2018 (Sofais et al.,

2019). Stunting secara spesifik dapat berawal dari ibu mengandung (Kartinawati, 2022). Kondisi gizi ibu hamil, sebelum hamil bahkan setelahnya akan menentukan pertumbuhan janin (Nuradhiani, 2022). Ibu hamil yang kekurangan gizi akan berisiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah, dan ini merupakan penyebab utama stunting (Khoeroh et al., 2017). Stunting menggambarkan adanya masalah gizi kronis, dipengaruhi kondisi ibu, masa janin, bayi, dan balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita (Claudia et al., 2022).

Daun kelor adalah tanaman yang kaya akan sumber protein, zat besi, vitamin C, dan nutrisi penting lainnya. Daun kelor memiliki manfaat yang besar, murah dan mudah didapatlan (Hartati & Sunarsih, 2021).

Pada tahun 1999, Fuglie LJ pertama kali mempublikasikan hasil penelitian tentang kandungan nutrisi kelor yang tertuang dalam buku “The Miracle Tree Natural Nutrition for the Tropics”. Menurut hasil penelitiannya, daun kelor serbuk mengandung 10 kali vitamin A yang

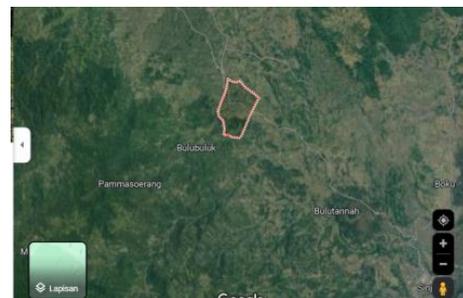
WAHANA DEDIKASI

ada pada wortel, 25 kali zat besi pada bayam, 17 kali kalsium pada susu, 9 kali protein pada yogurt dan 15 kali potasium pada pisang (Rismawati et al., 2021).

Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) memiliki nama latin *Moringa oleifera*. Ini merupakan tanaman dari suku Moringaceae (Syatriani & Suciati, 2023). Kelor memiliki batang bisa sampai 7-11 meter, bentuk daun bulat telur berukuran kecil yang bersusun majemuk, bertangkai panjang tersusun berseling, beranak daun gasal, helai daun saat muda berwarna hijau muda (Arisman et al., 2022). Bunganya berwarna putih kekuningan beraroma harum, pelepahnya berwarna hijau. Sedang buahnya berbentuk segitiga memanjang (Parrotta, 2004). Kelor bisa ditanam dengan cara stek dan biji. Tumbuhan ini dapat dijadikan alternative sumber protein yang mengandung protein (2x lebih banyak dari yogurt), kandungan potasium (3x lebih banyak dari pisang), dan kandungan vitamin A (4x lebih banyak dari wortel) sehingga sangat penting untuk di konsumsi balita penderita stunting

dalam memenuhi kebutuhan vitaminnya. (Nurvitasari et al., 2023).

Pada anak usia 12-36 bulan sering kita jumpai permasalahan stunting (Syatriani & Suciati, 2023), dimana anak yang mengalami stunting pada masa ini cenderung akan sulit mencapai tinggi badan yang optimal pada periode perkembangan selanjutnya (La Ode Alifariki, 2020). Untuk mencegah terjadinya stunting pada anak, ibu perlu mengonsumsi asupan gizi yang layak serta memiliki pengetahuan gizi yang baik (Kartinawati, 2022).



Gambar 1. Desa Labuaja

Palattae sebuah kelurahan di wilayah Kecamatan Kahu sebagai salah satu wilayah di kabupaten Bone yang masuk sebagai lokasi fokus stunting. Dengan luas daerah 3,11 Km² dan jumlah penduduk sebanyak 1.659 jiwa yang terletak di Kabupaten Bone menjadikan desa ini

WAHANA DEDIKASI

tidak terlepas dari salah satu desa yang memiliki status bayi dan ibu hamil beresiko stunting. Upaya pencegahan dan penanggulangan stunting pada anak di wilayah kelurahan Palattae dapat dioptimalisasi dengan peningkatan pengetahuan sehingga dapat memperbaiki perilaku pemberian makan pada anak. Model solusi yang diberikan dalam kegiatan ini yaitu kegiatan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita terkait kebutuhan Gizi selama kehamilan dengan mengonsumsi olahan *Moringa Oleifera* dalam mencegah masalah stunting.

Sosialisasi pencegahan dan penanggulangan stunting melalui peningkatan gizi ibu hamil dengan mengonsumsi *moringa aloevera* dilakukan karena di desa labuaja memiliki data 3 dari 21 ibu hamil mengalami kondisi stunting, ini dikarenakan kurangnya kesadaran ibu hamil di desa tersebut untuk mengonsumsi makanan yang dibutuhkan oleh ibu hamil dan kurangnya edukasi dari pihak

pemerintah tentang bahaya stunting dan pentingnya gizi bagi ibu hamil.

BAHAN DAN METODE

Metode melalui penyuluhan/pemaparan dan edukasi melalui ceramah secara langsung dan pengisian kuesioner pre dan posttest untuk mengetahui tingkat keberhasilan penyuluhan yang dilakukan (Moleong, 2017). Pelaksanaan kegiatan pengabdian dimulai pada tingkat observasi awal hingga menghasilkan luaran yang berlangsung selama 8 bulan.

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2023, di desa labuaja Kecamatan Kahu, Kab. Bone. Kegiatan ini dihadiri oleh pegawai Puskesmas dan Bidan desa Labuaja (sebagai mitra) dan masyarakat desa Labuaja dan sekitarnya umumnya, ibu hamil yang berdomisili di desa Labuaja dan sekitarnya (sebagai peserta). Total peserta yang hadir 10 ibu hamil dari 21 total ibu hamil di desa Labuaja. Ketidakhadiran 11 ibu hamil tersebut dikarenakan tidak berdomisili di desa labuaja, diantaranya 3 tinggal jauh dari puskesmas, 5 tidak sempat hadir, dan 1 orang dikarenakan memilih untuk

WAHANA DEDIKASI

tidak menggunakan jasa kesehatan daerah setempat dan memilih persalinan di rumah dengan menggunakan jasa dukun beranak.

Hasil dari pengabdian ini menjadi patokan atau tolak ukur dalam mengetahui sejauh mana pemahaman ibu hamil dan menyusui dalam mengolah daun kelor dalam pencegahannya terhadap stunting. Data diperoleh dari wawancara langsung kepada peserta yang hadir dan melalui soal pre dan posttest.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil sosialisasi ini respon dari peserta terutama ibu hamil lebih paham tentang kegunaan daun kelor (*moringa oleifera*). Selain itu, ibu hamil di desa labuaja juga mengerti apa itu stunting, bahaya stunting pada ibu hamil dan janinnya, bagaimana mencegah stunting pada ibu hamil, serta bagaimana menyajikan daun kelor sebagai hasil olahan yang lebih menarik. Beberapa ibu hamil di desa labuaja menjadi inisiator untuk membuat olahan dari daun kelor seperti puding, tepung dari daun kelor dan diolah menjadi kue dan mie. Hal tersebut direspon baik oleh masyarakat di desa Labuaja. Sehingga

meningkatkan kesehatan ibu hamil khususnya dan masyarakat sekitar umumnya. Selain meningkatkan gizi ibu hamil, hasil olahan tersebut menjadi bonus pendapatan ekonomi bagi keluarga.

Ibu hamil di desa Labuaja Kec. Palattae ini memiliki antusias dan kesadaran dalam menjaga dan merawat bayi dalam kandungan maupun yang sudah dilahirkan untuk tetap terpenuhi gizinya. Sosialisasi pencegahan stunting melalui konsumsi daun kelor memberi banyak manfaat pada ibu hamil dan menyusui, salah satu manfaat yang langsung dapat dirasakan pada ibu hamil setelah mengonsumsi daun kelor yang diolah dengan sederhana yaitu Kadar Hb dalam tubuhnya meningkat sehingga imunitas ibu hamil terjaga serta bayi dalam kandungan sehat seperti yang terdapat dalam (Sugarni et al., 2022). Sedangkan pada ibu menyusui selain kadar Hb dalam darah meningkat, produksi air susu ibu juga meningkat sehingga kebutuhan ASI bayi tiap harinya dapat terpenuhi dan tidak memerlukan bantuan dari susu formula. Terpenuhnya ASI bayi tiap

WAHANA DEDIKASI

hari membuat bayi tumbuh sehat dan cerdas (I'arah et al., 2023), selain itu mengurangi pengeluaran orang tua akan kebutuhan asi yang tak terpenuhi dan digantikan oleh susu formula (Dewi & Rosmiyati, 2023). Kandungan Gizi yang ada dalam ASI memenuhi semua kebutuhan gizi bayi dibandingkan dengan kandungan gizi dalam susu formula. Dalam sosialisasi yang dilakukan ini diberikan pula edukasi kepada ibu hamil dan ibu menyusui tentang manfaat dan kandungan ASI dan dibandingkan dengan susu formula. Kegiatan edukasi ini diyakini mampu merubah pandangan calon ibu, ibu hamil dan ibu menyusui untuk lebih memperhatikan ASI, namun jika melihat pada iklan di Televisi dan iklan pada portal iklan online lainnya, untuk memenuhi kebutuhan ASI dan Gizi untuk ibu hamil dan menyusui tidak sedikit mengeluarkan uang. Hal ini membuat masyarakat kelas menengah ke bawah sulit untuk memenuhi kebutuhan gizinya saat hamil dan menyusui. Di samping itu kurangnya pengalaman dan kreativitas ibu dalam mengolah daun kelor membuat ibu di rumah menjadi

bosan dengan olahan daun kelor yang monoton dalam bentuk sayur saja.

Dengan mengikuti sosialisasi ini, ibu hamil dan ibu menyusui sudah dapat informasi dan edukasi dalam mengolah daun kelor sehingga memberikan solusi menghadapi kebosanan ibu hamil dan ibu menyusui untuk mengonsumsi daun kelor. Olahan daun kelor yang diberikan tidak mengurangi kualitas kenikmatan rasa dan tidak menghilangkan kandungan gizi yang diperlukan oleh ibu hamil dan ibu menyusui (Surbakti et al., 2022). Selain itu, edukasi penting yang disampaikan untuk ibu hamil bagaimana mengolah daun kelor dengan tidak menggunakan bahan makanan yang berlebih yang dapat mengganggu manfaat daun kelor untuk ibu hamil dan ibu menyusui. Ibu hamil dan ibu menyusui sangat perlu diperhatikan oleh semua kalangan karena dari situlah generasi bangsa lahir dan apabila kebutuhan gizinya terpenuhi maka bayi yang dilahirkan sehat dan mengurangi bayi stunting di Negara kita. Ibu sehat bayi sehat generasi bangsa sehat.

WAHANA DEDIKASI



Gambar 2. Kegiatan foto Bersama ibu hamil dan menyusui desa Labuaja

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2023, di desa labuaja Kecamatan Kahu, Kab. Bone. Untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pemanfaatan rebusan air daun kelor sebagai upaya pencegahan stunting merupakan salah satu tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian ini. Kegiatan dilakukan dalam bentuk pendidikan kesehatan, Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan ini respon dari peserta ibu hamil lebih paham tentang kegunaan daun kelor dan juga stunting. Pemahaman ibu hamil dan ibu menyusui tentang pentingnya pencegahan stunting melalui daun kelor dapat menjadikan ibu hamil dan ibu menyusui di desa Labuaja lebih memperhatikan kondisinya dan kebutuhan dirinya agar tidak beresiko stunting.

Pengolahan daun kelor dalam berbagai macam makanan menarik membuat ibu hamil dan menyusui dapat dengan senang menikmati daun kelor dengan berbagai macam jenis olahan tanpa mengurangi nilai gizi yang dibutuhkan oleh ibu hamil dan ibu menyusui, selain itu memanfaatkan daun kelor sebagai salah satu sumber gizi utama ibu hamil dan ibu menyusui dapat mengurangi beban ekonomi keluarga, khususnya pada masyarakat menengah ke bawah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, A., Dos Santos, M. H., Okilanda, A., Noviarini, T., Hasnah, H., Ishar, A. A., Walinga, A. N. T., & Putra, D. D. (2022). Konsep Pendidikan Jasmani dalam Membangun Karakter Era 5.0. *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 5(2), 372–378.
- Claudia, J. G., Mohamad, S., Umar, P. S., Abdul, N. A., & Rasyid, P. S. (2022). *Lokal pada ibu hamil dan ibu balita dalam upaya pencegahan stunting*. 6(6), 4449–4458.
- Dewi, K. P., & Rosmiyati, R. (2023). Inovasi Cemil Depelor (Cegah Anemia Ibu Hamil Dengan Penanaman Daun Kelor)” Dan “Pedal Asik (Penanaman Daun Kelor Untuk Asi Eksklusif)”

WAHANA DEDIKASI

- Desa Pasir Sakti Kecamatan Pasir Sakti Kabupaten Lampung Timur Tahun 2023. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 21–29.
- Dos Santos, H. A., Rahman, S. N., Dos Santos, M. H., Badaru, B., & Amrin, M. A. (2023). Physical Education, Sport and Health as Intervention Stunting Prevention in Taraweang Village. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(2), 593–603.
- Dos Santos, H. A., Rahman, S. N., Hammado, N., Fitri, A. U., & Kamaruddin, I. (2022). Sosialisasi model jari manis (remaja puteri mencegah stunting). *J-abdi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(5), 4961–4966.
- Hartati, T., & Sunarsih. (2021). *Konsumsi ekstrak daun kelor dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil*. 3, 101–107.
- I'annah, F. C., Hasan, R., Putri, H. H., & Zulfa, I. (2023). Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuputih. *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(04), 902–907.
- Kartinawati, K. T. (2022). Penyuluhan Gizi Seimbang pada Ibu Hamil untuk Pencegahan Stunting di Desa Ban, Karangasem, Bali. *Warmadewa Minesterium Medical Journal*, 1(2), 39–44.
- Kusumaningrum, S., Anggraini, M. T., & Faizin, C. (2022). *Hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil*.
- La Ode Alifariki, S. K. (2020). *Gizi Anak dan Stunting*. Penerbit LeutikaPrio.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif*.
- Nasriyah, N., & Ediyono, S. (2023). Dampak kurangnya nutrisi pada ibu hamil terhadap risiko stunting pada bayi yang dilahirkan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 161–170.
- Nuradhiani, A. (2022). Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui Pemberian Edukasi pada Ibu Hamil. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 3(1), 51–55.
- Nurvitasari, R. D., Cahyaningrum, D. G., Utami, E. S., & Nur, M. (2023). *Pendidikan Kesehatan tentang Pemanfaatan Rebusan Air Daun Kelor (Moringa oleifera) pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Pencegahan Stunting*. 2(1), 46–53.
- Parrotta, J. A. (2004). *Moringa oleifera. Enzyklopädie der Holzgewächse: Handbuch und Atlas der Dendrologie*, 1–8.
- Rismawati, Jana, V. ajiul, Lathifa,

WAHANA DEDIKASI

- neneng siti, & Sunarsih. (2021). *Manfaat kapsul daun kelor dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil*. 7(2), 229–233.
- Sugarni, M., Wulan, W., Rohmawati, W., Musrif, F., Wulandari, B. A., & Lestari, D. R. (2022). Penyuluhan kesehatan tentang pentingnya konsumsi daun kelor bagi ibu hamil di wilayah kerja puskesmas watopute. *JICS: Journal Of International Community Service*, 1(02 November), 74–79.
- Surbakti, I. S., Sinaga, A., Sinaga, K., Sitorus, R., Pakpahan, I. L., & Yanti, W. N. (2022). Peningkatan pendidikan kesehatan pada ibu nifas tentang manfaat rebusan daun kelor terhadap kelancaran produksi asi di desa bangun rejo kec. Tanjung morawa. *J-MAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 247–258.
- Syatriani, S., & Suciati, W. (2023). Edukasi stunting dan pembuatan puding daun kelor pada ibu baduta dan ibu hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gerakan Aksi Sehat (GESIT)*, 3(2), 107–111.
- Wibowo, S. G., & Sari, R. P. (2023). *Pelatihan dan Pendampingan Inovasi Produk dari Daun Kelor untuk Mencegah Stunting di Desa Sungai Pauh Pusaka*. *Training and Assistance of Product Innovation from Moringa Leaves to Prevent Stunting in Desa Sungai Pauh Pusaka*. 8(1), 66–75.