

Pencegahan Stunting Dengan Pengolahan Daun Kelor Menjadi Puding Oleh Mahasiswa KKN 136 UINSU Di Desa Tanjung Mulia

Fathia Hanifah¹, Fina Safitri Nasution², Muhammad Arfie Munawar³, Mutia Aliza⁴, Namira Syaharani⁵, Predy Ady Rey Ritonga⁶, Syukriah⁷

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Fatiahhanifah94@gmail.com¹, finanasution1012@gmail.com²,
arfiemuhammad11@gmail.com³, mutiaaliza8@gmail.com⁴,
namirasyaharani01@gmail.com⁵, predyadyrayr@gmail.com⁶,
syukriah@uinsu.ac.id⁷

ABSTRAK. Pencegahan stunting merupakan salah satu prioritas utama pembangunan nasional di Indonesia, dengan tujuan menurunkan prevalensi stunting menjadi 14% pada tahun 2024. Penelitian dengan metode Deskriptif Kuantitatif, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu yang memiliki balita, mengenai manfaat daun kelor dalam mencegah stunting. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 16 ibu bayi balita. Penelitian pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa KKN 136 UINSU di Desa Tanjung Mulia meliputi edukasi langsung melalui penyebaran poster, diskusi, dan demonstrasi pembuatan puding daun kelor. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 93,75% peserta memahami pengolahan daun kelor, dan 87,5% peserta mengetahui takaran konsumsi yang tepat. Sebelum edukasi, 10 dari 16 ibu balita tidak mengetahui manfaat daun kelor, namun setelah kegiatan, 15 dari 16 peserta memahami cara pengolahan dan manfaatnya. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi yang baik untuk mencegah stunting pada anak.

Keywords: Pencegah Stunting, Daun Kelor

ABSTRACT. Stunting prevention is one of the national development priorities in Indonesia, with the aim of reducing the prevalence of stunting to 14% by 2024. Research using a Quantitative Descriptive method, this research aims to increase public knowledge, especially pregnant women and mothers with toddlers, regarding the benefits of Moringa leaves. in preventing stunting. The sample used in this research was 16 mothers of toddlers. Community service research carried out by KKN

136 UINSU students in Tanjung Mulia Village included direct education through distributing posters, discussions and presentations on making Moringa leaf pudding. The evaluation results showed that 93.75% of participants understood the processing of Moringa leaves, and 87.5% of participants knew the correct consumption dosage. Before the education, 10 out of 16 mothers of toddlers did not know the benefits of Moringa leaves, but after the activity, 15 out of 16 participants understood how to process it and its benefits. This activity is expected to increase public awareness about the importance of good nutrition to prevent stunting in children.

Keywords: Preventing Stunting, Moringa leaves

PENDAHULUAN

Stunting adalah bentuk malnutrisi (PE/mikronutrien) paling umum yang menyerang bayi sebelum dan sesudah kelahiran, bergantung pada ukuran tubuh ibu, pola makan ibu selama hamil, dan pertumbuhan janin. Indonesia merupakan negara dengan prevalensi stunting tertinggi kelima. Bayi/balita yang mengalami stunting (bayi dibawah usia 2 tahun) memiliki tingkat kecerdasan yang kurang optimal dan mungkin lebih mudah terserang penyakit serta berisiko menurunnya produktivitas di kemudian hari. Pada akhirnya, stunting menghambat pertumbuhan ekonomi secara luas, meningkatkan kemiskinan dan memperlebar kesenjangan. Keterlambatan yang terjadi mengakibatkan berkurangnya pertumbuhan apabila tidak diimbangi dengan *catch-up growth*.

Masalah stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan peningkatan risiko kesakitan, kematian, dan gangguan perkembangan motorik dan intelektual. Stunting terjadi akibat ketidakmampuan mencapai pertumbuhan optimal ditunjukkan dengan stunting dan pertumbuhan yang tidak memadai. Hal ini menunjukkan bahwa sekelompok bayi baru lahir dengan berat badan normal mungkin mengalami keterlambatan perkembangan jika kebutuhannya di kemudian hari tidak terpenuhi secara memadai (Dermawan et al., 2022).

Menurut gerakan “Cegah Stunting”, ada lima pesan yang digunakan untuk melaksanakan pencegahan stunting: (1) remaja putri sebaiknya mengonsumsi satu tablet produk darah per minggu. Ibu hamil sebaiknya minum satu tablet setiap hari (minimal sembilan puluh tablet selama hamil); (2) ibu hamil harus rutin menjalani minimal enam kali tes kehamilan, termasuk dua kali tes USG yang dilakukan oleh dokter; dan (3) bayi berusia lebih dari enam bulan harus mengonsumsi protein hewani setiap hari. (4) memantau tumbuh kembang bayi dibawah usia 5 tahun di Posyandu dan melakukan vaksinasi setiap bulannya. (5) ASI eksklusif 6 bulan sampai usia

2 tahun (Nurlaili & Pertiwi, 2024).

Gangguan tumbuh kembang atau Malnutrisi kronis adalah suatu kondisi yang berlangsung dalam jangka waktu lama, tidak seperti malnutrisi akut. Anak-anak penderita stunting seringkali dianggap memiliki tubuh normal seperti anak-anak seusianya. Keterlambatan pertumbuhan pada anak dibawah usia 5 tahun umumnya kurang mendapat perhatian (184 artikel). Usia balita merupakan usia emas dimana pertumbuhan fisik dan kecerdasan menilai tingkat kualitas sumber daya manusia, sehingga gizi yang baik harus mendukung hal tersebut. Anak yang menderita stunting pada periode ini cenderung mengalami kesulitan mencapai tinggi badan optimal pada periode berikutnya. Hal ini dapat menyebabkan berkurangnya fungsi intelektual, kemungkinan lebih tinggi terkena penyakit degeneratif, perkembangan kognitif dan psikomotorik yang buruk, dan produktivitas yang lebih rendah di kemudian hari. Upaya penanggulangan stunting dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan untuk memperbaiki perilaku gizi anak, serta memberikan tambahan gizi seperti mengkonsumsi daun kelor agar kebutuhan gizi anak dapat tercukupi. Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu dari jenis tanaman yang mudah tumbuh di semua jenis tanah di daerah tropis dan subtropis. Organisasi World Health (WHO) mengumumkan bahwa konsumsi tanaman kelor merupakan salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk memperbaiki masalah gizi (malnutrisi). Tanaman kelor mengandung unsur hara yang tinggi (Sriyanah et al., 2022).

Keterbelakangan pertumbuhan dapat disebabkan oleh kekurangan gizi pada saat hamil, gizi buruk pada saat hamil, bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif sampai usia 6 bulan, pemberian MPASI yang terlambat, penyerapan zat gizi yang kurang baik dari segi kualitas maupun kuantitas MPASI termasuk penyakit yang dapat menyerang. Menurut Hendraswari dkk, faktor risiko terjadinya stunting pada anak antara lain asupan energi dan protein yang buruk, ISPA, dan diare. Stunting dapat menimbulkan dampak jangka pendek dan jangka panjang jika tidak segera diatasi. Dampaknya antara lain peningkatan angka kesakitan dan kematian, penurunan tumbuh kembang dan kemampuan belajar anak, peningkatan risiko infeksi dan penyakit degeneratif, peningkatan penyimpanan lemak di bagian tengah tubuh, serta penurunan metabolisme energi dan lemak, resistensi insulin, serta peningkatan risiko penyakit. Risiko diabetes, hipertensi, dislipidemia, penurunan kapasitas kerja, kondisi reproduksi buruk, dan obesitas pada usia 2 tahun pada orang dewasa. Sementara itu, sekitar 15-17% kematian anak di seluruh dunia disebabkan oleh stunting (Ode Nadziyran Urufia & Yaumil

Bay Thaifur, 2024) (Ode Nadziyran Urufia & Yaumil Bay Thaifur, 2024).

Penanggulangan stunting di Indonesia merupakan salah satu prioritas pembangunan nasional yang dituangkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020. Pada tahun 2024, pemerintah ingin menurunkan prevalensi stunting menjadi 14%. Dalam upaya mengurangi prevalensi stunting, pemerintah melakukan investasi besar pada program untuk mencapai hal tersebut. Upaya pemerintah adalah mencegah penyakit langsung (intervensi gizi spesifik) dan menurunkannya menjadi penyakit tidak langsung (intervensi gizi sensitif). Sasaran utama inisiatif ini adalah masyarakat hingga usia 1000 hari kelahiran (HPK): ibu hamil, ibu menyusui, dan anak usia 0 hingga 2 tahun. Saat ini terdapat kelompok sasaran utama: anak-anak berusia 24–59 bulan, remaja, dan wanita usia subur (Werdaningtyas, 2024).

METODE

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan untuk memberikan edukasi langsung yang melibatkan mahasiswa untuk turun langsung kepada warga dengan penyampaian melalui pembagian poster, pembagian contoh produk, dan diskusi serta tanya jawab. Instrumen yang digunakan berupa penggunaan poster sebagai media edukasi, serta pengumpulan data menggunakan angket berupa kuesioner pretest dan posttest. Pembuatan puding daun kelor diolah langsung oleh mahasiswa di posko untuk selanjutnya dibagikan sebagai contoh hasil pengolahan daun kelor. Angket kuisisioner di perlukan untuk mengetahui pemahaman dan pengetahuan warga desa tanjung mulia terhadap manfaat daun kelor. Kegiatan ini dilaksanakan dari tanggal 24-25 Agustus 2024 di Desa Tanjung Mulia. Penelitian dengan metode Deskriptif Kuantitatif, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu yang memiliki balita, mengenai manfaat daun kelor dalam mencegah stunting. Responden yang dibutuhkan adalah ibu hamil dan ibu yang memiliki balita yang terdata untuk mengikuti kegiatan di desa Tanjung Mulia berjumlah 16 Orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelompok KKN 136 UINSU melaksanakan proyek pengabdian ini untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pemanfaatan daun kelor untuk mencegah stunting pada anak di Desa Tanjung Mulia, khususnya pada ibu hamil. Berikut tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian yang dilaksanakan:

a. Persiapan kegiatan

Persiapan yang dilakukan dalam kegiatan ini diantaranya melakukan koordinasi dengan kepala desa bahwa edukasi akan dilaksanakan langsung di rumah warga dengan melakukan pengedukasian dengan penyebaran poster serta penjelasan manfaat daun kelor. Pembuatan puding sebagai produk yang akan dibagikan kepada warga desa tanjung mulia juga merupakan bagian dari proses persiapan kegiatan. Persiapan tersebut mulai dari pembelian alat dan bahan serta proses pembuatan sehingga mendapat hasil akhir berupa puding.

Tahapan pembuatan Puding

1. Alat dan Bahan (Foto)

- 100 gram daun kelor segar
- 1 bungkus agar -agar plain
- 100 gram gula pasir
- 1 liter susu cair

2. Cara Pengolahan (Foto)

- Cuci bersih daun kelor dan rebus sebentar.
- Blender daun kelor yang sudah direbus dengan sedikit susu hingga halus.
- Masak agar-agar, gula, vanili dan sisa susu hingga mendidih sambil diaduk.
- Masukkan bubur daun kelor, aduk rata.
- Tuang ke dalam cetakan, dinginkan hingga set.
- Sajikan dingin dan pudding daun kelor siap dikonsumsi

Gambar 1.
Proses pengolahan Daun Kelor



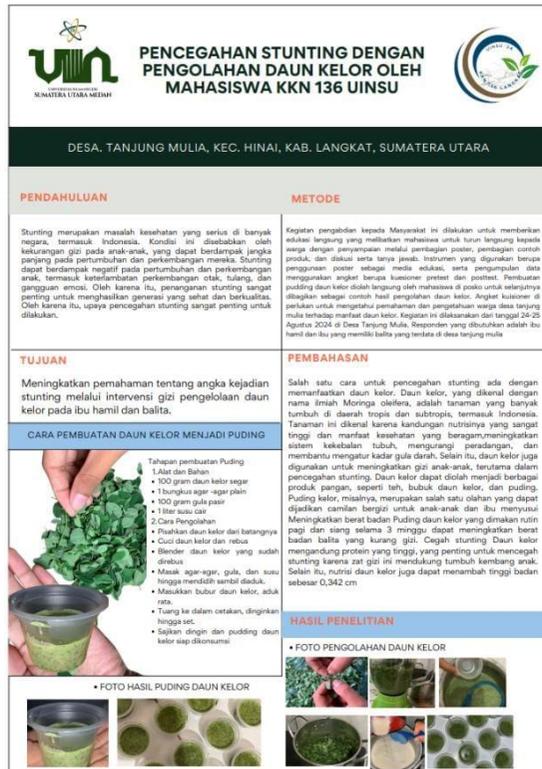
Selain melakukan pembuatan pudding daun kelor diperlukan juga pendataan Lokasi rumah warga yang akan didatangi untuk pelaksanaan edukasi. Data warga yang diperlukan yaitu ibu hamil dan ibu yang memiliki anak balita, pemerolehan data tersebut dibantu oleh pihak desa dan ibu PKK yang menjalankan posyandu tiap minggunya. Penentuan jadwal juga dipertimbangkan dan dapat diperkirakan akan selesai selama dua hari. Beriringan dengan persiapan kebutuhan dan proses turun lapangan untuk pelaksanaan edukasi.

b. Pelaksanaan kegiatan

Dalam pelaksanaan Edukasi yang dilakukan adalah dengan menyampaikan isi poster yang berisi:

- Manfaat daun kelor
- Cara pembuatan Puding Daun Kelor
- Latar belakang pengolahan daun kelor

Gambar 2.
Poster Edukasi Pencegahan Stunting dengan Pengolahan Daun Kelor



Edukasi tersebut di laksanakan di Seluruh desa Tanjung Mulia dengan cara mahasiswa turun langsung ke rumah warga untuk memberikan edukasi di tiap rumah warga yang memiliki anak balita atau ibu hamil. Proses pelaksanaan kegiatan edukasi ini mencakup 16 rumah dari 8 dusun yang tersebar di desa tanjung mulia. Pembagian tugas pada setiap anggota kelompok KKN 136 UINSU membantu menyelesaikan kegiatan dan mendapat data yang akurat karena langsung mendatangi warga.

Gambar 3.
Penedukasian kepada Masyarakat



Data yang di dapat dari hasil pengumpulan data melalui angket pretest dan posttest diolah dan disimpulkan di dalam table hasil jawaban dari pertanyaan yang diberikan.

a) Pre Test edukasi puding daun kelor

NO	Pertanyaan Pre Test	Jumlah Peserta yang Memahami	Jumlah Peserta yang Belum Memahami
1	Pernakah anda mendengar stunting?	16 Peserta	0 Peserta
2	Pernakah mengikuti edukasi stunting?	3 Peserta	13 Peserta
3	Pernakah anda mendengar bahwa daun kelor bermanfaat baik dalam pencegahan stunting?	6 Peserta	10 Peserta
4	Tahukah anda bagaimana cara mengolah daun kelor untuk dikonsumsi dalam pencegahan stunting?	6 Peserta	10 Peserta

b) Post Test edukasi puding daun kelor

NO	Pertanyaan Post Test	Jumlah Peserta yang Memahami	Jumlah Peserta yang Belum Memahami
1	Apakah anda memahami terkait dengan pengolahan daun kelor untuk mencegah stunting?	15 Peserta	1 Peserta
2	Apakah anda sudah mengetahui bagaimana takaran makan daun kelor setiap hari?	14 Peserta	2 Peserta
3	Apakah anda tertarik untuk mengolah daun kelor untuk dimanfaatkan dalam mencegah stunting?	14 Peserta	2 Peserta
4	Tahukah anda bagaimana cara mengolah daun kelor untuk dikonsumsi dalam pencegahan stunting?	15 eserta	1 Peserta

Hasil data *pretest* menunjukkan dari 16 peserta yang didata, 100% mengetahui dan pernah mendengar tentang stunting. Namun, hanya 3 peserta (18,75%) yang memahami materi edukasi tentang stunting, sementara 13 peserta lainnya (81,25%) kurang memahaminya. Dari jumlah tersebut, hanya 6 peserta (37,5%) yang memahami manfaat daun kelor dalam pencegahan stunting, dan 6 peserta (37,5%) yang tahu cara mengolah daun kelor untuk dikonsumsi sebagai upaya pencegahan stunting.

Hasil data *posttest* dari 16 peserta yang mengikuti, 93,75% (15 peserta) memahami pengolahan daun kelor untuk mencegah stunting, sementara 6,25% (1 peserta) belum memahaminya. Sebanyak 87,5% (14 peserta) memahami takaran konsumsi daun kelor per hari, dan jumlah yang sama tertarik untuk mengolah daun kelor dalam upaya pencegahan stunting. Selain itu, 93,75% (15 peserta) memahami cara mengolah daun kelor untuk dikonsumsi, sedangkan 6,25% (1 peserta) masih belum memahaminya.

c. Evaluasi kegiatan

Dari hasil penelitian yang dilakukan saat membuat *pretest* 10 dari 16 ibu balita **belum** mengetahui edukasi manfaat daun kelor dalam membantu tumbuh kembang anak dan **belum pernah** membuat puding daun kelor. Setelah dilakukannya edukasi dan dilakukannya *posttest*, 15 dari 16 ibu balita sudah memahami manfaat daun kelor dan resep Puding Daun Kelor. Balita kemudian diberikan puding yang terbuat dari daun kelor.

Dengan demikian diharapkan kegiatan ini dapat mengedukasi lebih banyak lagi ibu hamil dan ibu balita dalam memanfaatkan daun kelor yang mudah didapat untuk membantu tumbuh kembang anak dengan makanan yang disukai anak yaitu puding yang mempunyai rasa manis dan mempunyai manfaat yang sangat baik dalam membantu pertumbuhan generasi kualitas.

KESIMPULAN

Kegiatan yang dijalankan oleh kelompok KKN 136 UINSU dapat dikatakan berhasil berjalan efektif. Terlihat adanya peningkatan pengetahuan setelah dijalankannya edukasi pemanfaatan daun kelor untuk pencegahan stunting pada anak. Dari hasil edukasi masyarakat yang belum pernah mengolah daun kelor menjadi puding tertarik untuk mengolahnya. Puding daun kelor ini sendiri juga dapat menjadi alternatif bagi anak yang tidak menyukai sayur agar dapat menikmati sayur dengan cara yang berbeda.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh narasumber yang telah berkontribusi dalam penulisan artikel ini. Keberhasilan dan kualitas artikel ini tidak lepas dari wawasan, pengetahuan, dan pengalaman yang telah dibagikan oleh masing-masing narasumber. Kami sangat menghargai waktu dan dedikasi yang telah diberikan, serta komitmen untuk berbagi informasi yang bermanfaat. Semoga kerjasama ini dapat terus berlanjut dan memberikan dampak positif bagi pembaca serta pengembangan pengetahuan di dalam artikel ini yang berjudul Pencegahan stunting dengan pengolahan daun kelor menjadi puding oleh Mahasiswa KKN 136 UINSU di Desa Tanjung Mulia.

DAFTAR PUSTAKA

- Dermawan, A., Mahanim, M., & Siregar, N. (2022). Upaya Percepatan Penurunan Stunting Di Kabupaten Asahan. *Jurnal Bangun Abdimas*, 1(2), 98–104. <https://doi.org/10.56854/ba.v1i2.124>
- Nurlaili, H., & Pertiwi, N. F. A. (2024). Penguatan Peran Kader Dalam Upaya Percepatan Penurunan Angka Stunting Di Desa Sidoagung, Kebumen. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 219–224. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i2.1628>
- Ode Nadziyran Urufia, W., & Yaumil Bay Thaifur, A. R. (2024). Edukasi Pencegahan Stunting Melalui Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa oleifera*) di SD Negeri 2 Nganganaumala Stunting Prevention Education Through the Utilization of *Moringa oleifera* Leaf at Nganganaumala 2 Elementary School C O R R E S P O N D I N G A U T H O R. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(2), 1029–1040. <https://doi.org/10.56338/jks.v1i1.483>
- Sriyanah, N., Syaiful, Efendi, S., Harmawati, Malik, M. Z., & Wijaya, I. K. (2022). Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Alarrae Kecamatan Tanralili Kabupaten Maros. *Psnpkm*, 2(April), 24–27.
- Werdaningtyas, R. (2024). Pengaruh edukasi gizi seimbang dan pemanfaatan daun kelor sebagai pencegahan stunting. *Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5138–5147. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/3231>