

PEMANFAATAN TANAMAN LOKAL SEBAGAI PANGAN FUNGSIONAL BAGI BALITA STUNTING

R.Flora^{1*}, M. Zulkarnain², N.A.Fajar¹, H.Hasyim, I. Yuliana¹, KZ. Nisya¹, R. Tanjung³, S.Martini⁴, Aguscik⁴

¹ Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang

²Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Palembang

³Prodi D-III Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Medan, Medan

⁴Prodi D-III Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palembang, Palembang

Corresponding author: rostikaflora@gmail.com

ABSTRAK: Daun kelor merupakan salah satu tanaman lokal yang banyak tumbuh di daerah tropis. WHO telah memperkenalkan kelor sebagai salah satu pangan alternatif untuk mengatasi masalah gizi (malnutrisi). Kandungan zat besi pada daun kelor lebih tinggi daripada sayuran lainnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam memodifikasi sumber makanan yang dapat diberikan kepada anak dengan memanfaatkan bahan lokal, yaitu daun kelor. Kegiatan ini diikuti oleh 25 orang ibu yang mempunyai anak balita di wilayah kerja puskesmas Pondok Meja Kecamatan Mestong Kabupaten Muaro Jambi. Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan pemeriksaan status gizi balita, menganudang ibu untuk menghadiri kegiatan penyuluhan tentang pencegahan stunting dan peragaan pembuatan cookies berbahan daun kelor. Hasil pengukuran status gizi didapatkan bahwa, 28,6% anak balita mengalami stunting. Pengukuran aspek kognitif yang dinilai sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting. Setelah kegiatan peragaan pembuatan cookies daun kelor terjadi peningkatan motivasi ibu dalam mengelola sumber makanan yang berasal dari bahan lokal untuk mencegah terjadinya stunting.

Kata Kunci: stunting, daun kelor, bahan lokal, cookies

ABSTRACT: Moringa leaf is one of the local plants that grows in the tropical country. WHO has introduced Moringa as an alternative food to overcome nutritional problems (malnutrition). The iron content in Moringa leaves is higher than other vegetables. This community service activity aims to increase mother's knowledge in modifying food sources that can be given to children by utilizing local ingredients, such as Moringa leaves. This activity was attended by 25 mothers who have children under five years old in the working area of the Pondok Meja Health Center, Mestong District, Muaro Jambi Regency. Community service activities began with checking the nutritional status of toddlers, inviting mothers to attend counseling activities on stunting prevention and demonstrations of making cookies made from Moringa leaves. The results of the measurement of nutritional status showed that, 28.6% of children were stunted. Measurement of cognitive aspects assessed before and after counseling activities showed an increase in mother's knowledge in stunting prevention. After the demonstration of making Moringa leaf cookies, there was an increase in mother's motivation in managing food sources derived from local ingredients to prevent stunting.

Keywords: stunting, Moringa leaves, local ingredients, cookies

PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu keadaan tubuh pendek atau sangat pendek yang tidak sesuai dengan usianya, yang terjadi akibat kekurangan gizi dan penyakit berulang dalam waktu yang lama pada masa janin hingga

berusia 2 tahun pertama kehidupan seorang anak. Balita pendek atau *stunting* dapat diketahui apabila seorang balita sudah diukur panjang atau tinggi badannya, kemudian dibandingkan dengan standar, dan hasilnya berada dibawah normal (Kemenkes RI. 2012).

Stunting juga dijadikan sebagai penanda beberapa gangguan patologis terkait dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas, hilangnya potensi pertumbuhan fisik, menurunnya perkembangan saraf, dan juga fungsi kognitif, serta peningkatan risiko penyakit kronis di masa depan. Aspek tersebut mencerminkan pada anak yang tidak hanya mengalami kegagalan dalam pencapaian potensi pertumbuhan linearnya karena kondisi kesehatan yang kurang optimal, nutrisi dan perawatan yang tidak memadai, namun mereka juga mengalami kerusakan fisik dan kognitif parah yang tidak dapat diubah yang menyertai pertumbuhan yang terhambat (De Onis M., F. Branca, 2016).

Masyarakat khususnya orang tua anak menganggap bahwa kejadian *stunting* adalah sebagai hal yang biasa dan bukan suatu masalah yang berat. Orang tua percaya bahwa anak mereka akan tumbuh dan berkembang sesuai usianya karena usianya masih balita. Namun pada kenyataannya bila anak terbukti mengalami *stunting* minimal sebelum berusia 2 tahun dan tidak terdeteksi secara dini, maka akan mengalami keterlambatan untuk perbaikan gizi tahun berikutnya (Fitri, 2018). Kejadian *stunting* pada anak balita memerlukan perhatian khusus karena berkaitan dengan risiko penurunan kemampuan intelektual anak, produktivitas dan juga peningkatan risiko penyakit degeneratif dimasa yang akan datang (Kusuma & Nuryanto, 2013).

Stunting dipengaruhi oleh kekurangan asupan zat gizi makro dan mikro dalam jangka waktu yang lama, selain itu dipengaruhi oleh faktor lingkungan, sosial ekonomi dan intrauterine growth retardation (IUGR) (Mointero *et al*, 2010). Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, prevalensi balita stunting di Indonesia sebesar 37,2%, yang berarti terjadi peningkatan jika dibandingkan tahun 2010 yaitu sebesar 35,6%. Pada tahun 2010-2013 prevalensi stunting di wilayah pedesaan lebih tinggi dibandingkan di perkotaan yaitu sebesar 40,0% dan wilayah perkotaan sebesar 31,5 %, sedangkan pada tahun 2013 di wilayah pedesaan adalah 42,1%, dan wilayah perkotaan sebesar 32,5% (Balitbagkes, 2013).

Di Indonesia terdapat 260 daerah prioritas stunting, salah satunya adalah Kabupaten Muaro Jambi dengan 13,15% prevalensi stunting (Kemenkes RI & BPS, 2019). Pada bulan Februari 2021 dari 22 puskesmas yang ada di Kabupaten Muaro Jambi tercatat sebanyak 1148 balita yang mengalami stunting, dan angka tersebut naik menjadi 1166 pada bulan Agustus 2021 dari 155 desa yang ada di Kabupaten Muaro Jambi (Dinkes Kabupaten Muaro Jambi, 2021). Berdasarkan data profil kesehatan Kabupaten Muaro Jambi didapatkan bahwa, capaian program kesehatan di Kabupaten Muaro Jambi masih rendah. Hal ini tentunya berdampak terhadap angka kejadian stunting di Kabupaten Muaro Jambi. Menurut Bardonoso dkk (2015), penyakit infeksi, seperti ISPA dan diare berkaitan dengan dengan kejadian stunting pada anak-anak usia 12-48 bulan yang tinggal di daerah miskin dan pedesaan.

Hasil penelitian yang kami dapatkan pada tahun 2022 terhadap 189 anak balita di Kecamatan Mestong, 28,6% anak mengalami stunting. Data karakteristik ibu yang kami peroleh sebagian besar penduduk bekerja sebagai petani dan berpenghasilan rendah. Kondisi ini tentu tidak dapat dibiarkan, karena anak adalah masa depan bangsa. Ibu sebagai orang yang terdekat dan memberikan asuhan pada anak harus berperan besar dalam meningkatkan kesehatan anak (Flora, 2021). Data yang kami peroleh, di desa Sebapo belum pernah dilakukan upaya peningkatan pengetahuan ibu dalam mengenali tanda-tanda stunting dan cara pencegahan stunting serta pemanfaatan tanaman lokal yang dapat digunakan sebagai pangan fungsional dalam mencegah stunting.

Di desa Sebapo banyak terdapat daun kelor yang ditanam oleh penduduk setempat. Pemanfaatan daun kelor sebagai bahan pangan fungsional belum banyak diketahui oleh masyarakat, selama ini daun kelor hanya dimanfaatkan sebagai sayuran. Daun kelor sangat kaya nutrisi, di antaranya kalsium, zat besi, protein, vitamin A, vitamin B dan vitamin C. Negara seperti Afrika dan Asia memanfaatkan daun kelor untuk dikonsumsi sebagai suplemen gizi, bagi ibu hamil dan anak dalam usia pertumbuhan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam memodifikasi sumber makanan yang dapat diberikan kepada balita dalam pencegahan stunting dengan memanfaatkan bahan lokal, yaitu daun kelor .

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Jum'at, tanggal 18 Maret 2022 dan diikuti oleh 25 orang ibu yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pondok Meja, Desa Sebapo Kecamatan Mestong Kabupaten Muaro Jambi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kelanjutan dari kegiatan penelitian Hibah Kompetitif Universitas Sriwijaya.

Adapun kegiatan yang dilakukan berupa:

- a. Pengukuran status gizi menggunakan antropometri untuk mendata balita stunting dengan cara mengukur tinggi badan balita, selanjutnya dibandingkan dengan standar baku WHO.
- b. Penyuluhan tentang pencegahan stunting, meliputi definisi stunting, faktor penyebab stunting, dampak stunting, cara pencegahan dan penanggulangan stunting.
- c. Demonstrasi cara pembuatan makanan tinggi zat besi, cookies daun kelor.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengukuran status gizi
Hasil pengukuran status gizi didapatkan bahwa 28,6% balita mengalami stunting (Tabel 1).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Balita

Status Gizi	n	%
a. Normal	135	71,4
b. Stunting	54	28,6
Jumlah:	189	100



Gambar 1. Pengukuran status gizi

2. Pendidikan Kesehatan Tentang Upaya Pencegahan stunting pada balita.

Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada ibu bertujuan untuk meningkatkan aspek kognitif ibu terhadap upaya pencegahan dan penanggulangan stunting pada balita.

Peningkatan aspek kognitif ibu berupa:

- Ibu mengetahui tujuan dilakukannya pendidikan kesehatan tentang upaya pencegahan stunting pada balita
- Ibu mengetahui manfaat dilakukannya pendidikan kesehatan tentang upaya pencegahan stunting pada balita
- Ibu mengetahui upaya pencegahan stunting balita

Adanya peningkatan aspek kognitif diketahui dari hasil pre test dan post test yang dilakukan. Berdasarkan Tabel 2 didapatkan bahwa terjadi peningkatan aspek kognitif sebesar 71,1%. Hal ini menunjukkan bahwa ibu memahami cara pencegahan dan penanggulangan stunting pada balita. Pendidikan kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan aspek kognitif ibu.

Tabel 2. Hasil Pre Test dan Post Test Penilaian Aspek Kognitif Ibu

Pengetahuan	Rerata	% Kenaikan
a. Pre Test	52	71,1%
b. PostTest	89	



Gambar 2. Kegiatan Pendidikan Kesehatan

3. Demonstrasi Cara Pembuatan Cookies Daun Kelor

Dilakukan demonstrasi pembuatan cookies kaya zat besi dengan memanfaatkan tanaman lokal yang banyak tumbuh di Kecamatan Mestong, yaitu daun kelor. Kelor dikenal di seluruh dunia sebagai tanaman bergizi dan WHO telah memperkenalkan kelor sebagai salah satu pangan alternatif untuk mengatasi masalah gizi (malnutrisi). Di Afrika dan Asia daun kelor direkomendasikan sebagai suplemen yang kaya zat gizi untuk ibu menyusui dan anak pada masa pertumbuhan. Semua bagian dari tanaman kelor memiliki nilai gizi, berkhasiat untuk kesehatan dan manfaat di bidang industri.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, daun kelor diolah menjadi cookies daun kelor. Adapun resepnya, sebagai berikut:

Tabel 1. Resep dan Rincian Harga Cookies Daun Kelor

1 resep = 45 cookies				
Nama Bahan	Jumlah per resep	Harga per resep (Rp)	Harga Pasar (Rp)	Keterangan
Tepung terigu rendah protein	60 gram	750	12.500	1 kg
Margarin	40 gram	1.400	7.000	200 gr
Telur	1 btr	2.000	2.000	1 btr
Susu bubuk	12 gram	1.500	3.500	1 sch/ 27 gr
Gula halus	15 gram	420	7.000	250 gr
Maizena	7 gram	280	4.000	100 gr
Baking powder	1/2 sdt	361	6.500	45 gr
Tepung Daun Kelor	3 gram	-	-	-
Chocochip	50 gram	4.500	13.500	150 gr
Total		10.461	56.000	
		10.500		

Cara Membuat :

- Siapkan mangkuk lalu tuang margarin, kuning telur, dan gula halus. kemudian aduk hingga rata

2. Campurkan bahan lainnya lalu aduk hingga adonan menjadi berwarna hijau dan dapat dibentuk
3. Timbang adonan *cookies* 3-4 gram lalu cetak dengan *cookies* cutter dan susun di atas loyang yang telah dioleskan margarin
4. Panggang adonan dalam oven dengan suhu 190⁰ C selama 12 menit
5. Angkat dan dinginkan sejenak, *cookies* bisa di kreasikan sesuai selera dan siap disajikan.



Gambar 3. Proses pembuatan cookies



Gambar 4. Cookies yang telah dikemas dan siap dikonsumsi

Pada kegiatan demonstrasi ini, ibu terlihat begitu antusias memperhatikan cara pembuatan cookies. Ibu menyatakan senang mendapatkan informasi tentang cara membuat makanan yang kaya akan zat besi dengan memanfaatkan tanaman lokal.

KESIMPULAN

- a. Proporsi kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pondok Meja sebanyak 54 orang (28,6%) dari 189 orang balita yang dilakukan pengukuran status gizi.
- b. Terjadi peningkatan aspek kognitif sebesar 71,1% pada ibu setelah pemberian pendidikan kesehatan tentang cara pencegahan stunting pada balita.
- c. Ibu yang mempunyai balita termotivasi memanfaatkan sumber tanaman lokal (daun kelor) sebagai salah satu sumber makanan tinggi zat besi.



Gambar 5. Pemberian Cinderamata Gambar 6. Tim Pelaksana

UCAPAN TERIMAKASIH

Kegiatan pengabdian masyarakat ini didanai dari Hibah Pengabdian Masyarakat Universitas Sriwijaya Tahun 2022. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. 2012. Buku Kesehatan Ibu dan Anak. Kementerian Kesehatan dan JICA. Jakarta.
2. De Onis M., F. Branca. 2016. Childhood Stunting : A Global Perspective. [online]. Tersedia: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/mcn.12231>
3. Fitri. I. 2018. Nifas Kontrasepsi Terkini Dan Keluarga Berencana Yogyakarta : Gosyen Publishing.
4. Kusuma K, Nuryanto. Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak 2-3 Tahun (Studi di Kecamatan Semarang Timur). J Nutr Coll. 2013;2(4):523– 30.
5. Monteiro, C.A., M.H.D. Benicio., W.L. Conde., S. Konno., A.L. Lovadino., A.JD. Barros., dan C.G. Victora. 2010. Narrowing Socioeconomic Inequality in Child Stunting: the Brazilian Experience, 1974-2007. Bull World Health Organ 2010, 88: 305-311.
6. Balitbangkes. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013.. Kemenkes. Jakarta : 252-253
7. Profil Keseharan Kabupaten Muaro Jambi
8. Flora R. Stunting Dalam Kajian Molekuler, 2021, Unsri Press
9. Bardosono, S., Sastroamidjojo, S., & Lukito, W. 2007. Determinants of Child Malnutrition during the 1999 Economic Crisis in Selected Poor Areas of Indonesia. Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition

