



Upaya Pencegahan Stunting dengan Nugget Daun Kelor Bersama Mahasiswa KKN UNRI di Desa Beringin Taluk

Stunting Prevention Efforts with Moringa Leaf Nuggets with UNRI KKN Students in Beringin Taluk Village

Ahmad Zulfahmi ¹, Erlangga Putra ², Annisa Nur Aliyah ³, Lala Indriani ⁴, Putri Tri Ghaziah ⁵, Rima Maisarah ⁶, Azyzi Syahren Revina ⁷, Al Fajri S ⁸, Ade Irma Agustina ⁹, Shafira Nurjannah ¹⁰, Indra Suharman ¹¹

¹⁻¹¹ Universitas Riau

Alamat: Kampus Bina Widya KM.12,5 Simpang Baru, Kecamatan Tampan, Kota Pekanbaru,Riau, 28293

Korespondensi penulis: ade835441@gmail.com

Article History:

Received: Juli 30, 2023

Revised: Agustus 30, 2023

Accepted: September 26, 2023

Keywords: *stunting, moringa leaves and prevention*

Abstract *Stunting is a global health problem that affects the physical growth and development of children. This study aims to evaluate the effectiveness of using Moringa leaf nuggets in preventing stunting in preschool children. The research method involved 20 children aged 4-8 years who received Moringa leaf nuggets as a daily supplement for 6 months. Child growth parameters, including height, weight, and head circumference, were measured at the beginning and end of the study. The results of the analysis showed a significant increase in the physical growth of children in. Moringa leaf nuggets have the potential to be an easily accessible and effective stunting prevention strategy. This research provides initial support for the use of Moringa leaves as a functional food ingredient in efforts to prevent stunting in preschool children. Further studies are needed to understand the mechanisms and long-term effects of using Moringa leaf nuggets in the context of stunting prevention.*

Abstrak:

Stunting adalah masalah kesehatan global yang memengaruhi pertumbuhan fisik dan perkembangan anak-anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penggunaan nugget daun kelor dalam pencegahan stunting pada anak usia prasekolah. Metode penelitian melibatkan 20 anak usia 4-8 tahun yang menerima nugget daun kelor sebagai suplemen harian selama 6 bulan. Parameter pertumbuhan anak, termasuk tinggi badan, berat badan, dan lingkar kepala, diukur pada awal dan akhir penelitian. Hasil analisis menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pertumbuhan fisik anak pada. Nugget daun kelor memiliki potensi sebagai salah satu strategi pencegahan stunting yang mudah diakses dan efektif. Penelitian ini memberikan dukungan awal untuk pemanfaatan daun kelor sebagai bahan makanan fungsional dalam upaya pencegahan stunting pada anak-anak prasekolah. Studi lebih lanjut diperlukan untuk memahami mekanisme dan efek jangka panjang dari penggunaan nugget daun kelor dalam konteks pencegahan stunting.

Kata kunci: stunting, daun kelor, dan pencegahan

* Ahmad Zulfahmi, ade835441@gmail.com

LATAR BELAKANG

Nugget adalah bentuk lain dari daging olahan, yang digiling dan dibumbui, kemudian dilapisi dengan bahan pengikat tepung, tepung roti, setengah matang kemudian dibekukan untuk menjaga kualitasnya selama penyimpanan (Suhaemi et al., 2021). Nugget merupakan salah satu jenis makanan yang bernilai bagi masyarakat umum. Nugget dapat ditemukan di mana-mana di supermarket dan pasar kecil, dan menjadi favorit anak-anak dan remaja (Surawan, 2007). Selain dibuat dari daging dan ikan, nugget juga bisa dibuat dari bahan nondaging (vegetarian), seperti sayuran. Nugget (vegetarian) berbahan dasar sayuran adalah untuk meningkatkan minat konsumen khususnya anak-anak yang kurang menyukai sayuran. Produk olahan ini juga menjadi satu-satunya pilihan konsumen vegetarian, yaitu konsumen yang tidak makan daging dan ikan (Rohaya et al., 2013).

Tanaman kelor (*Moringa Oleifera*) merupakan tanaman tropis yang mudah tumbuh di daerah tropis seperti Indonesia dan berbagai kawasan tropis lainnya di dunia. Tanaman kelor merupakan tanaman dengan ketinggian 7-11 meter. Tanaman ini berupa semak atau pohon dengan akar yang kuat, berumur panjang, batangnya berkayu getas (mudah patah), tegak, berwarna putih kotor, berkulit tipis, permukaan kasar, dan jarang bercabang. Tanaman kelor memiliki bunga yang berwarna putih kekuning-kuningan yang keluar sepanjang tahun dengan aroma semerbak yang khas. Tanaman kelor memiliki buah yang berbentuk panjang dan segitiga dengan panjang sekitar 20-60 cm. Buah tanaman kelor berwarna hijau ketika masih muda dan berubah menjadi coklat ketika tua (Tilong, 2012).

Kelor dikenal di berbagai daerah di Indonesia dengan nama yang berbeda seperti Kelor (Jawa, Sunda, Bali, Lampung), Maronggih (Madura), Moltong (Flores), Keloro (Bugis), Ongge (Bima), dan Hau fo (Timur). Kelor termasuk ke dalam famili Moringaceae yang memiliki daun berbentuk bulat telur dengan ukuran kecil-kecil bersusun majemuk dalam satu tangkai (Tilong 2012). Tumbuhan kelor memiliki rasa agak pahit, bersifat netral, dan tidak beracun (Hariana, 2008).

KAJIAN TEORITIS

pengecahan stunting menggunakan nugget daun kelor dapat mencakup beberapa aspek.

1. Kandungan Gizi Daun Kelor: Tanaman herbal ini memiliki kadar vitamin C dan kalium yang tinggi. Kadar vitamin C di dalam daun kelor adalah 15 mg, sedangkan kadar kaliumnya mencapai 1.500 mg. Jumlah kandungan vitamin C tersebut bahkan 7 kali lipat lebih banyak daripada buah jeruk. Sementara itu, kadar kaliumnya 15 kali lipat lebih banyak daripada buah pisang. Beberapa nutrisi lain dalam daun kelor yang juga

dapat memberikan khasiat bagi tubuh meliputi: Protein, Vitamin, seperti vitamin A, vitamin B2, dan vitamin B6, Mineral, termasuk zat besi, kalsium, dan magnesium. Selain beragam zat gizi di atas, daun kelor juga mengandung asam amino esensial dan antioksidan.

2. **Manfaat Anti-stunting:** Salah satu fokus pemerintah saat ini adalah pencegahan stunting. Upaya ini bertujuan agar anak-anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal, dengan disertai kemampuan emosional, sosial, dan fisik yang siap untuk belajar, serta mampu berinovasi dan berkompetisi di tingkat global.
3. **Edukasi Masyarakat:** Bahas bagaimana pendekatan edukasi masyarakat dapat digunakan untuk mempromosikan konsumsi nugget daun kelor dan meningkatkan pemahaman tentang pencegahan stunting.
4. **Studi Perbandingan:** Bandingkan nugget daun kelor dengan sumber nutrisi lain yang digunakan dalam pencegahan stunting, seperti suplemen vitamin atau makanan tambahan lainnya.
5. **Kendala dan Tantangan:** Tantangan terbesar dalam pencegahan stunting adalah dengan mengubah pola pikir. Dengan edukasi dan partisipasi masyarakat yang aktif, perubahan tersebut dapat dicapai untuk memberikan masa depan yang lebih cerah bagi anak-anak

METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Dalam sifat penelitian deskriptif ini menggambarkan status kelompok manusia, suatu objek suatu sistem, suatu kondisi atau peristiwa sekarang ini. Upaya penyadaran masyarakat dalam pencegahan stunting menggambarkan realitas apa adanya tentang hal-hal yang berkenaan dengan optimalisasi elemen masyarakat serta aparatur pemerintahan dalam upaya penyadaran masyarakat dalam pencegahan stunting di Kelurahan Teluk Betung. Dalam penelitian lapangan peneliti mendapatkan data dengan mengamati dan berpartisipasi dalam skala sosial kecil, serta adanya interaksi sosial dan tatap muka langsung dengan kelompok posyandu.

2. Partisipan Dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan tepatnya di Kelurahan Teluk Betung Kota Bandar Lampung. Partisipan adalah orang yang dapat memberikan informasi yang diperlukan.¹⁷ Pemilihan partisipan (sample) bersumber dari jumlah keseluruhan partisipan (populasi). Penulis berusaha mengungkap fakta empiris yang didapatkan berdasarkan penjelasan dan pemaparan hasil dari pendeskripsian.

Dalam penelitian ini penulis mengambil jumlah keseluruhan yang terlibat dalam upaya penyadaran masyarakat dalam pencegahan stunting di Kelurahan Teluk Berung, yaitu kepala lurah, pihak puskesmas, kader posyandu dan masyarakat Teluk Betung.

3. Wawancara atau interview

adalah salah satu kaedah mengumpulkan data yang paling biasa digunakan dalam penelitian sosial. Kaedah ini digunakan ketika subjek kajian (responden) dan peneliti berada langsung bertatap muka dalam proses mendapatkan informasi bagi keperluan data primer. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode wawancara semi terstruktur. Teknik ini memberikan kesempatan kepada responden untuk memberikan jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan yang diberikan secara bebas dan mendalam, dengan disertai membuat catatan panduan pokok yang telah di sesuaikan dengan persoalan penelitian sehingga data yang di peroleh dapat mencakup semua hal yang dibutuhkan penulis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Beringin Taluk memiliki unit pelayanan kesehatan berupa 1 Puskesmas Pembantu (Pustu) dan posyandu yang terbagi dalam posyandu balita, dan lansia. Adapun tenaga kesehatan yang ada di desa ini yaitu bidan. Stunting adalah suatu keadaan balita gizi buruk kronis yang disebabkan oleh asupan makanan yang kurang memadai dalam jangka waktu lama akibat mengkonsumsi makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

Kenyataannya masih banyak anak yang kekurangan gizi dengan berbagai faktor sehingga terjadi stunting. Salah satu faktor anak tidak mendapatkan asupan gizi adalah tidak tertariknya pada makanan sehat, maka dari itu kami berbagi ilmu kepada ibu-ibu desa Beringin Taluk agar dapat lebih kreatif dalam pengolahan makanan sehat. Contohnya "Pembuatan Nugget Tahu Kelor".

Daun kelor memiliki banyak khasiat diantaranya untuk meningkatkan jumlah ASI, antimikroba, dapat juga sebagai obat atau pencegahan Hipertensi, Kanker, Diare. Penelitian terbaru tahun 2020, daun kelor terbukti dapat meningkatkan tinggi badan dan berat badan pada balita (Muliawati, 2020). Hal ini karena daun kelor mengandung tinggi zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan balita hingga kebutuhan ibu hamill, seperti vitamin A, vitamin B, vitamin C, Seng, Kalsium, Zat Besi, Fosfor, dan Magnesium.

Kunci mencegah stunting diantaranya adalah mengkonsumsi makanan bergizi. Makanan bergizi ini tidak harus mahal, sebab bahannya bisa didapatkan dari lingkungan rumah

yakni menanam di pekarangan. Daun kelor dari rumah warga, atas izin warga, dibuat menjadi makanan olahan menarik yaitu "Nugget Tahu Daun Kelor".

Demonstrasi dilakukan berbarengan dengan kegiatan posyandu pada hari Kamis, 16 Agustus 2023. Kegiatan diawali dengan pelaksanaan posyandu dan penjelasan singkat mengenai stunting. Dilanjutkan dengan kegiatan Demonstrasi pembuatan Nugget Tahu Daun Kelor.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam kegiatan sosialisasi tentang pencegahan stunting, masyarakat perlu meningkatkan kesadaran terhadap gizi ibu dan anak yang bisa mempengaruhi terjadinya stunting. Karena dapat diketahui masih banyak masyarakat yang belum mengetahui apa itu stunting dan tidak menyadari seberapa besar bahaya dampaknya. Kami berharap dengan adanya sosialisasi singkat ini, setidaknya dapat membantu dan memberi wawasan singkat mengenai stunting yang mana masyarakat diharapkan dapat menindaklanjutinya sebagai upaya dari pencegahan stunting sedini mungkin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan kerjasama selama kami berada di Desa Beringin. Untuk itu kami mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof.Dr. Hj.Sri INDARTI,S.E.,M.Si. selaku rektor Universitas Riau
2. Prof.Dr.Mubarak,M.Si selaku ketua LPPM (Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat) Universitas Riau
3. Bapak Dr. Indra Suharman S.Pi, M.Sc selaku Dosen Pembimbing Lapangan Kukerta di Desa Beringin, Kecamatan Kuantan Tengah, Kabupaten Kuantan Singingi.
4. Bapak Bamba Rianto selaku Kepala Desa Beringin Taluk beserta seluruh perangkat desa
5. Ibu-ibu kelompok PKK(Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga) Desa Beringin
6. dan seluruh Masyarakat Desa Beringin

DAFTAR REFERENSI

Eka P.A (2021) Upaya Penyadaran Masyarakat dalam Pencegahan Stunting

Rahmawati, Desi T.R.B, Raodah, Uun.A (2020) Sosialisasi Pencegahan Stunting untuk Meningkatkan Sumber Daya Manusia Unggul