



Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor Bagi Pencegahan Stunting di Desa Jatireja

Rindi Antika^{1*}, Lisa Kustina², Tika Karlina³, Novia Verosa⁴, Marsih Indriyani⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Pelita Bangsa

*E-mail: rindiantika112110426@mhs.pelitabangsa.ac.id

ABSTRAK

Stunting adalah masalah kesehatan yang serius di Indonesia, yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak. Meskipun telah terjadi penurunan tingkat kejadian stunting, angka tersebut masih berada di atas target yang ditetapkan. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Jatireja, Cikarang Timur, Kabupaten Bekasi, tentang pentingnya pencegahan stunting melalui pemanfaatan daun kelor. Kegiatan ini melibatkan ibu-ibu, remaja, dan anak-anak dalam penyuluhan mengenai stunting dan pemberian makanan bergizi berupa pudding daun kelor. Hasil program menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai stunting dan gizi seimbang. Edukasi yang diberikan diharapkan dapat membantu mencegah stunting di masa depan, dengan mengaplikasikan pengetahuan tentang manfaat daun kelor sebagai sumber nutrisi yang dapat diolah menjadi makanan sehari-hari. Program ini menekankan pentingnya peran masyarakat dalam pencegahan stunting melalui pola asuh yang baik dan pemanfaatan sumber daya lokal.

Kata kunci: Daun Kelor, Pencegahan Stunting, Stunting

ABSTRACT

Stunting is a serious health problem in Indonesia, which has an impact on children's physical growth and brain development. Although there has been a decrease in the incidence of stunting, the figure is still above the set target. This community service program aims to increase the awareness of the people of Jatireja Village, East Cikarang, Bekasi Regency, about the importance of stunting prevention through the use of moringa leaves. This activity involves mothers, adolescents, and children in counseling about stunting and providing nutritious food in the form of moringa leaf pudding. The results of the program showed an increase in participants' knowledge about stunting and balanced nutrition. The education provided is expected to help prevent stunting in the future, by applying knowledge about the benefits of moringa leaves as a source of nutrients that can be processed into daily food. This program emphasizes the importance of the role of the community in preventing stunting through good parenting and the use of local resources.

Keywords: Moringa Leaves, Stunting Prevention, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting tetap menjadi masalah kesehatan yang umum terjadi di dunia. Pada saat ini, diperkirakan lebih dari 160 juta anak balita mengalami stunting, dan jika tidak ada penanganan yang memadai, jumlah ini diperkirakan akan bertambah dengan 127 juta kasus baru pada tahun 2025 di seluruh dunia (Azizah, 2023). Stunting adalah masalah kekurangan gizi yang berkelanjutan dikarenakan oleh asupan makanan yang tidak cukup untuk jangka waktu yang lama yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi anak (Rahmadhita, 2020). Stunting juga adalah masalah gizi kronis yang ditandai karena kondisi tinggi badan dibawah standar usianya (Firdanti et al., 2021). Stunting merupakan kondisi di mana pertumbuhan anak terganggu karena kekurangan gizi yang dimulai sejak bayi masih di dalam kandungan kemudian berlanjut setelah kelahiran, dan gejalannya biasanya baru muncul saat anak berusia dua tahun (Madhe et al., 2021).



Menurut Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang percepatan penurunan stunting, stunting merupakan gangguan tumbuh kembang anak yang diakibatkan oleh kekurangan gizi kronis serta infeksi berulang, yang ditandai dengan tinggi badan yang berada di bawah standar yang ditetapkan oleh kementerian kesehatan. Definisi menurut WHO stunting sebagai masalah pertumbuhan serta perkembangan bagi anak yang dikarenakan kekurangan gizi dalam jangka panjang serta infeksi yang terjadi, dengan ditandai tinggi badan yang lebih rendah dari standar yang seharusnya (Deviana, 2021).

Masalah kesehatan serius di Indonesia salah satunya adalah stunting. Meskipun jumlah anak yang terkena stunting sudah menurun, menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, angkanya masih di 21,5%, jauh dari target sebesar 14% yang ingin dicapai pada 2024, penurunan ini hanya sekitar 0,8% dari tahun sebelumnya (Rokom, 2024). Penyebab stunting di Indonesia meliputi gizi yang buruk, lingkungan yang tidak memadai, kesehatan ibu yang kurang baik, kurangnya pengetahuan tentang gizi, serta masalah sosial ekonomi dan ketidaksetaraan (Lestari, 2023).

Beberapa Penyebab utama stunting yaitu kurangnya asupan gizi yang dibutuhkan anak, pola asuh yang kurang baik karena kurangnya pengetahuan, lingkungan yang kurang memadai seperti minimnya akses air bersih, serta terbatasnya fasilitas kesehatan untuk ibu menyusui, ibu hamil, serta balita (Suryani et al., 2023). Rendahnya pengetahuan dan pendidikan ibu, serta pendapatan keluarga yang rendah juga bisa menjadi faktor utama penyebab stunting (Tanzil & Hafriani, 2021). Tidak adanya pengetahuan ibu tentang nutrisi yang baik dan kurangnya dukungan mereka terhadap perawatan gizi anak-anak mungkin menjadi faktor penyebab stunting pada balita (Ekayanthi & Suryani, 2019) Menurut penelitian yang dilakukan (Nirmalasari, 2020) menunjukkan bahwa risiko stunting di Indonesia seringkali berkaitan dengan faktor-faktor seperti kurangnya pendidikan terutama pada ibu, status sosial-ekonomi yang rendah dan rendahnya pendapatan keluarga. Stunting bisa dihindari, dan dapat dikurangi dengan melakukan langkah-langkah pencegahan dan meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya di kalangan anak-anak, remaja, dan ibu hamil (Noviasty et al., 2020).

Salah satu cara untuk mencegah stunting yaitu dengan memberikan edukasi gizi kepada orang tua tentang bagaimana memenuhi kebutuhan nutrisi anak mereka (Naulia et al., 2021). Dengan pengetahuan orang tua yang memadai, diharapkan mereka dapat menjadi lebih inovatif dan kreatif dalam mencari cara agar dapat memenuhi kebutuhan nutrisi keluarga. Salah satu caranya yaitu dengan memanfaatkan daun kelor sebagai sumber nutrisi hijau. Daun kelor (*Moringa oleifera*) dapat ditemukan di kalangan masyarakat terutama di daerah tropis, dan telah menyebar luas di Indonesia (Tjong et al., 2021). Daun kelor mempunyai banyak kandungan gizi yang luar biasa seperti zat besi yang tinggi, vitamin C, vitamin A, kalsium, protein, dan kalium (Rani et al., 2019).

Daun kelor bisa ditanam di perkarangan rumah dan dijadikan alternatif untuk meningkatkan gizi keluarga dengan cara mengolah daun kelor menjadi berbagai jenis makanan seperti pudding, pancake, dan berbagai olahan makanan lainnya yang dapat membantu mencegah stunting (Moedjiherwati et al., 2023). Beberapa penelitian menunjukkan dengan konsumsi daun kelor dapat membantu pencegahan stunting (Sriyanah et al., 2022). Penelitian lain juga mengungkapkan pemberian ekstrak daun kelor bagi ibu hamil pada trimester ketiga dapat mengurangi risiko stunting (Khairoh et al., 2024).

Stunting di Kabupaten Bekasi, menurut Dinas Kesehatan tercatat sekitar 2.900 balita terindikasi mengalami stunting, jika dibandingkan dengan jumlah balita yang terdata secara keseluruhan yaitu lebih dari 245.000 balita, angka tersebut dianggap rendah (Faisal, 2024). Namun, jumlah balita yang mengalami stunting masih dapat dikurangi atau dicegah agar tidak semakin bertambah. Dalam rangka mengurangi angka stunting ini, program ini dilakukan oleh Mahasiswa KKN Universitas Pelita Bangsa (UPB) adalah dengan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu upaya dalam pencegahan stunting, khususnya di Desa Jatireja, Cikarang Timur, yang merupakan salah satu desa di Kabupaten Bekasi, Provinsi Jawa Barat.



METODE

Kegiatan edukasi pemanfaatan penggunaan daun kelor untuk mencegah stunting dilakukan pada tanggal 3 dan 13 Agustus 2024 di posyandu 2 dan 9 Desa Jatireja. Sasaran kegiatan ini merupakan anak-anak, remaja dan ibu-ibu. Kegiatan ini dilakukan agar meningkatnya pengetahuan para ibu tentang stunting dan pencegahannya, kegiatan ini dilakukan meliputi beberapa tahapan, yaitu:

1. Kegiatan pengabdian diawali dengan rencana kegiatan di posyandu, Mahasiswa KKN Desa Jatireja terlebih dahulu mendiskusikan program kerja yang akan dilaksanakan dengan posyandu dan ketua lapangan.
2. Mahasiswa KKN Desa Jatireja melakukan pelatihan untuk penyuluhan stunting dan meminta izin kepada bidan dan pemimpin untuk memberikan makanan bergizi berupa pudding daun kelor kepada anak-anak, remaja, dan ibu-ibu di Desa Jatireja.
3. Pada tahap perencanaan akhir, Mahasiswa KKN Desa Jatireja bersiap membagikan materi terkait stunting dan menyiapkan pudding daun kelor untuk dibagikan kepada peserta posyandu. Mahasiswa KKN melaksanakan tahap ketiga dengan melakukan kegiatan penyuluhan Bersama bidan desa dan kader yakni memberikan edukasi kepada ibu-ibu mengenai stunting, membagikan brosur mengenai stunting, dan memberikan makanan bergizi berupa pudding daun kelor kepada peserta posyandu.
4. Setelah berdiskusi tentang manfaat daun kelor dalam mencegah stunting dan pemberian makanan bergizi berupa pudding daun kelor, peserta posyandu diberi kesempatan untuk bertanya mengenai apa yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Daun kelor (*Moringa oleifera L*) adalah tanaman asli Indonesia yang dikenal sebagai salah satu *superfood*. *Superfood* adalah jenis makanan yang sangat kaya akan kandungan gizi, baik dari segi jumlah, variasi, maupun jenis zat gizinya dibandingkan makanan lain. Sementara itu, daun kelor juga dikenal sebagai makanan fungsional karena banyak berbagai manfaatnya bagi Kesehatan (Budiani *et al.*, 2020). Oleh karena itu daun kelor telah banyak digunakan sebagai sumber nutrisi tambahan dalam makanan pendamping karena kandungan gizinya yang kaya dan potensinya untuk membantu kesehatan, terutama dalam membantu pertumbuhan anak (Suhartini *et al.*, 2018). Agar dapat membantu untuk mengatasi masalah kesehatan yang disebabkan oleh kekurangan gizi, WHO menyarankan daun kelor sebagai alternatif makanan yang membantu untuk mengatasi masalah tersebut. Daun kelor mengandung kaya akan nutrisi serta kandungan gizi daun kelor meningkat ketika diproses menjadi bubuk, dibandingkan dengan daun kelor dalam keadaan mentah (Letlora *et al.*, 2020).

Pelaksanaan program penyuluhan pencegahan stunting serta pemberian makanan bergizi berupa pudding daun kelor di posyandu 2 dan 9 di Desa Jatireja oleh Mahasiswa KKN Universitas Pelita Bangsa menunjukkan adanya peningkatan ibu dan remaja terkait stunting. Penyuluhan ini berhasil memberikan pemahaman terkait stunting dan manfaat daun kelor bagi pencegahan stunting. Dalam kegiatan pemberian makanan bergizi, ibu-ibu serta remaja menerima makanan sederhana namun bergizi, yang dapat dengan mudah diolah di rumah. Dengan begitu yang diharapkan dapat mencegah stunting yang berdampak pada penurunan angka stunting dan pentingnya gizi dalam perumbuhan anak, serta menunjukkan bahwa dengan edukasi yang tepat dan pemanfaatan sumber daya lokal, pencegahan stunting dapat dilakukan secara efektif.

Penyuluhan Tentang Stunting

Pada pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang peran daun kelor dalam pencegahan stunting. Dengan mendapatkan informasi yang memadai tentang kesehatan, terutama tentang pencegahan stunting, sangat penting agar tahu apa yang harus



dilakukan dan dihindari (Rasmaniar *et al.*, 2022). Penyuluhan ini mencakup penjelasan mengenai stunting, mulai dari pengertiannya, penyebab yang umum terjadi, hingga ciri-ciri anak yang mengalami stunting. Selain itu, materi juga menjelaskan bagaimana daun kelor dapat dimanfaatkan sebagai solusi alami untuk mencegah stunting, terutama karena kandungan gizi yang tinggi dalam daun kelor. Untuk mempermudah penyampaian informasi, peserta posyandu diberikan brosur yang berisi rangkuman materi, yang diharapkan pengetahuan ini dapat membantu mencegah stunting di masyarakat Desa Jatireja.



Gambar 1. Penyuluhan dan pemberian brosur



Gambar 2. Foto bersama ibu-ibu posyandu

Pemberian Makanaan Bergizi Berupa Pudding Daun Kelor

Program pemberian makanaan bergizi bertujuan untuk memberikan edukasi serta pemahaman mengenai berbagai jenis makanan bergizi yang terjangkau dan mudah diakses. Untuk mengurangi dan



mencegah stunting pada anak, dapat dilakukan dengan cara memberikan makanan tambahan (PMT) yang berasal dari berbagai sumber kandungan gizi tinggi, yang mudah diakses dan terjangkau oleh masyarakat (Asmawati *et al.*, 2022). Pembuatan PMT bisa dengan cara menambahkan daun kelor untuk mencukupi kebutuhan nutrisi tubuh pada anak (Hasanuddin *et al.*, 2022). Oleh karena itu, kami menyediakan pudding berbahan dasar daun kelor, yang dikemas dalam cup dan dibagikan kepada ibu-ibu, anak-anak, serta remaja yang berpartisipasi. Contoh makanan sederhana ini mudah dibuat dan dapat diolah menjadi sumber nutrisi yang membantu mencegah stunting dengan harapan mendukung perkembangan anak yang sehat sejak dalam kandungan serta menjaga kesehatan ibu melalui konsumsi makanan bergizi.



Gambar 3. Pembagian pudding daun kelor



Gambar 4. Foto bersama ibu-ibu posyandu



KESIMPULAN

Stunting menjadi masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia dengan tingkat kejadian 21,5% pada tahun 2023, yang masih jauh dari target 14% pada tahun 2024. Penyebab utama stunting di Indonesia meliputi gizi yang buruk, lingkungan yang tidak memadai, kesehatan ibu yang kurang baik, kurangnya pengetahuan tentang gizi, serta masalah sosial ekonomi dan ketidaksetaraan. Stunting telah diidentifikasi oleh pemerintah sebagai gangguan pertumbuhan yang diakibatkan karna kekurangan gizi dan infeksi berulang. Untuk menanggulangi masalah ini, berbagai upaya dilakukan, termasuk program pengabdian masyarakat yang berfokus untuk penyuluhan pencegahan stunting yang salah satu upayanya adalah pemanfaatan daun kelor sebagai sumber nutrisi untuk keluarga. Program ini dilakukan oleh mahasiswa KKN Universitas Pelita Bangsa, yang melibatkan ibu-ibu, anak-anak, serta remaja di Desa Jatireja dalam edukasi dan penyuluhan mengenai stunting, serta pemberian makanaan bergizi berupa pudding daun kelor sebagai contoh penerapan pencegahan stunting. Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat dapat lebih memahami pentingnya gizi seimbang yang baik dalam mencegah stunting, dan agar menerapkan pengetahuan ini dalam kehidupan sehari-hari agar mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Universitas Pelita Bangsa atas dukungan dana dan kepada seluruh pihak yang telah berperan serta dalam kegiatan ini. Khususnya kepada posyandu 2 dan 9 Desa Jatireja serta masyarakat setempat atas kesempatan dan dukungannya yang memungkinkan terlaksanya program ini dengan baik dan lancar

DAFTAR PUSTAKA

- Asmawati, Marianah, Ihromi, S., Sari, D. A., & Nurhayati, N. (2022). EDUKASI PEMANFAATAN DAUN KELOR SEBAGAI ALTERNATIF PENCEGAHAN GIZI BURUK DAN STUNTING PADA IBU-IBU RUMAH TANGGA DI DESA SELAT KABUPATEN LOMBOK BARAT. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(2), 1402–1410. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i2.7269>
- Azizah, R. E. (2023, March 31). Stunting : Permasalahan Pahit Yang Harus Diatasi. Kementerian Keuangan Republik Indonesia.
- Budiani, D. R., Muthmainah, M., Subandono, J., Sarsono, S., & Martini, M. (2020). Pemanfaatan Tepung Daun Kelor (*Moringa Oleifera*, Lam) sebagai Komponen Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Padat Gizi. *Jurnal Abdidas*, 1(6), 789–796. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i6.163>
- Deviana, J. (2021). Permasalahan Stunting di Indonesia dan Penyelesaiannya. Kementerian Keuangan Republik Indonesia.
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Mencegah Stunting Pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10, 312–320.
- Faisal, Y. (2024, May 14). 2.900 Balita di Kabupaten Bekasi Terindikasi Mengalami Stunting. *JPNN.Com Jabar*.
- Firdanti, E., Anastya, Z., Khonsa, N., & Maulana, R. (2021). Permasalahan Stunting Pada Anak Di Kabupaten Yang Ada Di Jawa Barat. 13220.
- Hasanuddin, I., AL, J. P., S, S., Rodin, M. A., Nurbaya, S., Laela, N., & Suparta. (2022). Edukasi Tentang Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Guna Pencegahan Stunting di Desa Cenrana Kec Panca Lautang. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 5(8), 2458–2466. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6418>



- Khairoh, M., Ummah, K., & Rachmayanti, S. N. (2024). Pengaruh Pemberian Ekstrak Moringa Oleifera pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 16(1), 255–261. <https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index>
- Lestari, T. R. P. (2023). STUNTING DI INDONESIA: AKAR MASALAH DAN SOLUSINYA. XV, 21–25.
- Letlora, J. A. S., Sineke, J., & Purba, R. B. (2020). BUBUK DAUN KELOR SEBAGAI FORMULA MAKANAN BALITA STUNTING (Vol. 12, Issue 2).
- Madhe, M. T., Susaldi, Agustina, N., Masturoh, A., Rahmawati, & Aurima, J. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Indonesia. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(2), 43–48. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i3.23>
- Moedjiherwati, T., Octavianti, M., Handrianti, A., & Handayani, B. (2023). Pemanfaatan Daun Kelor bagi Pencegahan Stunting di Desa Surianeun Kabupaten Padeglang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 3, 8–14. <http://seandanan.fisip.unila.ac.id/index.php/seandanan/>
- Naulia, R. P., Hendrawati, & Saudi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 95–101.
- Nirmalasari, N. O. (2020). STUNTING PADA ANAK: PENYEBAB DAN FAKTOR RISIKO STUNTING DI INDONESIA. *Journal for Gender Mainstreaming*, 14(1), 19. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>
- Noviasty, R., Indriani, M., Rahayu, F., & Firdaus. (2020). EDUWHAP REMAJA SIAP CEGAH STUNTING DALAM WADAH KUMPUL SHARING REMAJA. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 494–501. <http://logista.fateta.unand.ac.id>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. Juni, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- Rani, K. C., Ekajayani, N. I., Dermasetiawan, N. K., & Dewi, A. D. R. (2019). KANDUNGAN NUTRISI TANAMAN KELOR (1st ed.). Fakultas Farmasi Universitas Surabaya.
- Rasmaniar, R., Nurlaela, E., Ahmad, A., & Nurbaya, N. (2022). Pendidikan Teman Sebaya Melalui Pemberdayaan Kader Posyandu Remaja Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Remaja Tentang Manfaat Gizi dalam Pencegahan Stunting . *Health Information : Jurnal Penelitian*, 14, 76–88.
- Rokom. (2024, July 25). Peringatan HAN 2024 Jadi Momentum Lindungi Anak dari Stunting dan Polio. Sehat Negriku Sehatlah Bangsaku.
- Sriyanah, N., Syaiful, Efendi, S., Hermawati, Malik, Muh. Z., & Wijaya, I. K. (2022). EDUKASI PEMANFAATAN DAUN KELOR DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI DESA ALARAE KECAMATAN TANRALILI KABUPATEN MAROS. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat, 2, 23–26. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/PSNPKM>
- Suhartini, T., Zakaria, Pakhri, A., & Mustamin. (2018). KANDUNGAN PROTEIN DAN KALSIUM PADA BISKUIT FORMULA TEMPE DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG DAUN KELOR (MORINGA OLEIFERA). *Media Gizi Pangan*, 25, 64–68.
- Suryani, K., Rini, M. T., Hardika, B. D., & Widiastari, N. K. (2023). Analisis Faktor Penyebab Kejadian Stunting. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 6(1), 8–12. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v6i1.112>
- Tanzil, L., & Hafriani. (2021). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA STUNTING PADA BALITA USIA 24-59 BULAN. *Jurnal Kebidanan*, 7(1), 25–31.
- Tjong, A., Assa, Y. A., & Purwanto, D. S. (2021). Kandungan Antioksidan Pada Daun Kelor (Moringa Oleifera) dan Potensi Sebagai Penurun Kadar Kolesterol Darah. *EBiomedik*, 9, 248–254. <https://doi.org/10.35790/ebm.9.2.2021.33452>