

SOSIALISASI PENGGUNAAN DAUN KELOR UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DI DESA JANTI TULANGAN SIDOARJO

Arida Azka Nurina Ichwan¹, Syaifu Umar Achmadi², Elpi Nainggolan³, Nur Sayidah⁴, Jhosua Soputra⁵, Moch Sabdan Adji Syahputra⁶, Vivin Andriani^{7*}

¹ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (Arida Azka Nurina Ichwan)

email: ichwanarida@gmail.com

² Fakultas Teknik dan Sains, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (Syaifu Umar Achmadi)

email: syaifuumar10@gmail.com

³ Fakultas Teknik dan Sains, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (Elpi Nainggolan)

email: elpinainggolan2020@gmail.com

⁴ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (Nur Sayidah)

email: nursayidah95@gmail.com

⁵ Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas PGRI Adi Buana (Jhosua Soputra)

email: jhosuasoputra@gmail.com

⁶ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (Moch Sabdan Adji Syahputra)

email: mochdandanadjisyahputra@gmail.com

⁷ Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (Vivin Andriani)

email: v.andriani@unipasby.ac.id

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang mengancam kualitas generasi penerus. Salah satu upaya pencegahan *stunting* adalah melalui pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya gizi, seperti daun kelor. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk menggali efektivitas sosialisasi penggunaan daun kelor dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat di Desa Janti, Tulangan, Sidoarjo. Data dikumpulkan melalui penyuluhan, demonstrasi pengolahan daun kelor, dan diskusi interaktif dengan peserta. Dari hasil sosialisasi menunjukkan bahwa kegiatan ini mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kandungan gizi daun kelor dan perannya dalam mencegah *stunting*. Kesadaran akan pentingnya gizi seimbang melalui konsumsi daun kelor diharapkan berkontribusi pada pembentukan generasi penerus yang sehat dan berkualitas. Dengan demikian, sosialisasi penggunaan daun kelor menjadi strategi penting dalam upaya pencegahan *stunting*.

Kata kunci: gizi, *stunting*, daun kelor, generasi penerus, sosialisasi

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that threatens the quality of future generations. One of the efforts to prevent *stunting* is through the use of local foods that are rich in nutrients, such as moringa leaves. This study used qualitative methods to explore the effectiveness of dissemination the use of moringa leaves in increasing the knowledge of the community in Janti Village, Tulangan, Sidoarjo. Data was collected through educational sessions, demonstrations of moringa leaf processing, and interactive discussions with participants. The results of the dissemination activities indicate that these initiatives have successfully enhanced the community's understanding of the nutritional content of moringa leaves and their role in preventing *stunting*. Awareness of the importance of balanced nutrition through the consumption of moringa leaves is expected to contribute to the development of a healthy and high-quality future generation. Thus, the dissemination of moringa leaf usage serves an important strategy in *stunting* prevention efforts.

Keywords: nutrition, *stunting*, moringa leaves, future generations, socialization

1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan gizi utama di Indonesia karena berpengaruh langsung terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Kondisi ini dapat memengaruhi perkembangan kognitif dan psikomotor, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya kualitas SDM yang dihasilkan, kemampuan intelektual di bawah rata-rata, serta meningkatnya risiko penyakit

degeneratif seperti diabetes melitus, stroke, hipertensi, dan penyakit jantung koroner. *Stunting* merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang menyebabkan anak-anak memiliki tinggi badan lebih pendek dibandingkan teman sebaya, hal ini merupakan masalah penting yang dihadapi dunia terkait dengan masalah gizi (Sulistyaningsih et al., 2021).

Stunting merupakan kondisi kegagalan tumbuh pada balita sehingga berdampak pada tinggi badan anak yang tidak sesuai dengan usianya. Faktor utama penyebab *stunting* adalah kekurangan gizi kronis terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan balita. *Stunting* merupakan masalah gizi utama yang akan berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi dalam masyarakat. Selain itu, *stunting* dapat berpengaruh pada anak balita pada jangka panjang yaitu mengganggu kesehatan, pendidikan serta produktifitasnya di kemudian hari. Anak balita *stunting* cenderung akan sulit mencapai potensi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal baik secara fisik maupun psikomotorik

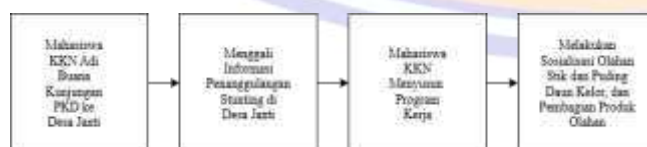
Penurunan *stunting* penting dilakukan sedini mungkin untuk menghindari dampak jangka panjang yang merugikan seperti terhambatnya tumbuh kembang anak. *Stunting* mempengaruhi perkembangan otak sehingga tingkat kecerdasan anak tidak maksimal. Hal ini berisiko menurunkan produktivitas pada saat dewasa. *Stunting* juga menjadikan anak lebih rentan terhadap penyakit. Anak *stunting* berisiko lebih tinggi menderita penyakit kronis di masa dewasa.

Kegiatan yang diupayakan pemerintah dalam perbaikan gizi untuk pencegahan *stunting* atau balita pendek adalah intervensi di bidang kesehatan melalui kegiatan seperti imunisasi, Pemberian Makanan Tambahan Ibu Hamil (PMT Bumil), PMT Balita, dan pemantauan tumbuh kembang Balita di Posyandu. Selain pemberian PMT dari pemerintah, untuk memenuhi kebutuhan gizi, dapat juga diberikan makanan atau minuman tambahan yang tinggi zat gizi. Pengembangan pemulihan makanan tambahan diprioritaskan berdasarkan bahan makanan atau pangan lokal. Bahan pangan lokal yang berpotensi menjadi bahan makanan tambahan pada balita yaitu daun kelor (*Moringa Oleifera*) karena daun kelor mempunyai nilai gizi yang tinggi (Hasanuddin et al. 2022). Nilai Gizi yang tinggi daun kelor, terutama kandungan vitamin (A, C, E) dan mineral (Kalsium dan zat besi) yang dapat membantu tumbuh kembang optimal balita dan ibu hamil.

Dari Penjelasan di atas, Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) melakukan sosialisasi dan penyuluhan yang mengangkat tema "**Sosialisasi Penggunaan Daun Kelor Untuk Pencegahan *Stunting* Di Desa Janti Tulangan Sidoarjo**". Melalui pengolahan yang tepat, seperti pembuatan puding dan stik daun kelor, kandungan gizi dapat tetap terjaga. Puding ini memiliki tekstur lembut, proses pembuatan yang mudah, serta dapat disimpan dalam lemari pendingin untuk jangka waktu yang lama. Oleh karena itu, puding daun kelor menjadi inovasi baru sekaligus alternatif jajanan sehat yang sesuai untuk anak-anak (Puspita et al., 2023).

2. METODE PELAKSANAAN

Sebelum melakukan pemaparan tentang manfaat olahan puding daun kelor dan membagikan stik dan puding tersebut, terdapat beberapa tahapan yang harus dijalani. Pertama, dilakukan kunjungan ke Pos Kesehatan Desa (PKD) untuk mengumpulkan informasi terkait pencegahan *stunting* di Desa Janti, Tulangan. Dari kunjungan tersebut, dipeloreh hasil observasi dan tanya jawab kepada ibu-ibu bahwa ibu-ibu masih minim pengetahuan tentang pencegahan *stunting*. menyusun rencana program KKN ADI BUANA SURABAYA bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat di Desa Janti, Tulangan, Sidoarjo mengenai pentingnya pemberian gizi seimbang pada anak, salah satunya melalui pemaparan manfaat olahan daun kelor yang diolah menjadi stik dan puding sebagai hidangan.



Gambar 1 Tahapan Pelaksanaan Program Kerja
Yaitu Sosialisasi Penggunaan Daun Kelor
Untuk
Pencegahan *Stunting* Di Desa Janti Tulangan

Metode pelaksanaan program sosialisasi olahan daun kelor unik dan sehat ada tiga tahapan rancang utama untuk pencegahan *stunting* di Desa Janti, Kecamatan Tulangan, Kabupaten Sidoarjo.

1) Sosialisasi dan penyuluhan



Gambar 2 Sosialisasi dan
Penyuluhan Daun Kelor

Kegiatan diawali dengan sosialisasi kepada masyarakat mengenai konsep dan manfaat daun kelor. Materi sosialisasi mencakup kandungan daun kelor seperti gizi tinggi, protein, kalsium, zat besi, vitamin A, Vitamin C, dan juga mengandung antioksidan guna untuk mencegah kenaikan angka *stunting* pada anak.

- 2) Demonstrasi pembuatan stik dan puding daun kelor
Tim pelaksana melakukan pemaparan langsung di balai desa janti. *Audience* diperlihatkan video langkah-langkah pembuatan stik dan puding.
- 3) Pengemasan guna menaikkan nilai jual
Setelah pemaparan, *Audience* diajarkan untuk membuat logo untuk sebuah *product*. Tim pelaksana mendampingi untuk memantau proses ini untuk memastikan logo sesuai prosedur. Sehingga dapat menarik konsumen khususnya anak-anak.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan informasi yang ada, diketahui bahwa angka penderita *stunting* di Indonesia terbilang tinggi. Dari permasalahan tersebut, mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas PGRI Adi Buana Surabaya di Desa Janti melakukan sosialisasi guna pencegahan *stunting* untuk generasi penerus Desa Janti guna memberikan pengertian dan pemanfaatan daun kelor kepada ibu - ibu PKK, dengan olahan berupa puding dan stik.

Untuk cara pembuatan puding dan stik dari daun kelor sebagai berikut:

- A. Adapun bahan-bahan yang diperlukan dalam pembuatan puding kelor ialah sebagai berikut:
 - a. SKM putih 2 bungkus
 - b. Agar-agar *plain* 2 bungkus
 - c. Vanilli secukupnya
 - d. Kelor 100 Gr
 - e. 4 lembar daun pandan
 - f. Gula pasir 4 Gr

g. Air secukupnya

Cara Pembuatan Puding

- a) Cuci bersih daun kelor;
- b) Haluskan daun 100 Gr daun kelor dengan 4 lembar daun pandan dan sedikit air menggunakan copper;
- c) Saring untuk mendapatkan ekstrak daun kelor;
- d) Campurkan ekstrak daun kelor, daun pandan, 2 agar-agar *plain*, gula, air, dan 2 SKM ke dalam panci;
- e) Rebus campuran tersebut sambil diaduk hingga mendidih;
- f) Tuang adonan puding ke dalam cup atau cetakan yang sudah disiapkan;
- g) Diamkan hingga uap panas menghilang;
- h) Masukkan ke dalam kulkas hingga mengeras;
- i) Tambahkan fla diatas puding jika ingin tampilan yang lebih menarik (opsional);
- j) Sajikan puding daun kelor dalam keadaan dingin.



Gambar 3. Puding kelor

B. Berikut bahan-bahan yang diperlukan dalam pembuatan stik kelor sebagai berikut:

- a. Daun kelor 100 Gr
- b. Tepung terigu 500 Gr
- c. Tepung tapioka 3 Sdm
- d. Bawang putih 5 siung
- e. Penyedap rasa secukupnya
- f. Garam secukupnya
- g. 1 bungkus santan instan
- h. 1 kuning telur
- i. Mentega atau margarin secukupnya

Cara Pembuatan Stik :

- a) Pisahkan daun kelor dari batangnya;
- b) Cuci daun kelor hingga bersih;
- c) Haluskan 100 Gr daun kelor menggunakan copper;
- d) Campurkan 500 Gr tepung terigu, 3 SDM tepung tapioka, 1 bungkus santan, 1 kuning telur, mentega;
- e) Tuangkan ekstrak daun kelor, uleni hingga adonan kalis;
- f) Pipihkan adonan hingga tipis, dan beri sedikit tepung;
- g) Cetak adonan membentuk memanjang;
- h) Goreng hingga warna kuning keemasan (*goldenbrown*);
- i) Hidangkan atau kemas stik daun kelor menggunakan plastik kedap udara.



Gambar 4 Stik Daun Kelor

Kegiatan sosialisasi olahan daun kelor di Desa Janti Tulangan dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu-ibu, mengenai pentingnya gizi seimbang untuk pencegahan *stunting* pada anak. *Stunting* merupakan masalah gizi kronis yang ditandai dengan terhambatnya pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak yang diakibatkan karena kurangnya asupan gizi. Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan, masih banyak masyarakat yang kurang memahami pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya nutrisi, salah satunya daun kelor.

Daun kelor dipilih sebagai bahan utama dalam sosialisasi ini karena kandungan gizinya sangat tinggi dan mudah didapatkan di lingkungan masyarakat, semua bagian pohon kelor dapat dimakan salah satunya yaitu daunnya. Dalam 100 gr daun kelor segar, terkandung protein 6,7 gr dan zat besi 0,7gr yang berperan penting dalam pertumbuhan anak (Ismawati & Anjar Sasmita Rustamaji, 2021). Melalui kegiatan ini, masyarakat tidak hanya diberikan penjelasan mengenai manfaat daun kelor, tetapi juga diperkenalkan dengan berbagai inovasi olahan unik dan sehat yang berbahan dasar daun kelor. Beberapa contoh olahan yang diperkenalkan antara lain puding kelor, stik kelor, serta camilan sehat berbahan dasar kelor yang mudah dibuat di rumah.

Sosialisasi ini dilaksanakan dengan memberikan penjelasan melalui materi, tat cara pengolahan dan pembagian produk dari olahan daun kelor. Sehingga dapat memahami secara teoritis sekaligus mempraktikkan pengolahan dari daun kelor menjadi makanan sehat. Keterlibatan ibu-ibu rumah tangga dalam kegiatan ini diharapkan mampu menumbuhkan kesadaran akan pentingnya penggunaan pangan lokal yang bergizi tinggi, murah, dan mudah diperoleh. Selain itu, olahan daun kelor yang unik dan bervariasi dapat menarik minat anak-anak untuk mengonsumsi makanan sehat tanpa merasa bosan.

Dengan adanya sosialisasi ini, masyarakat Desa Janti Tulangan memperoleh wawasan baru bahwa pencegahan *stunting* dapat dilakukan sejak dini melalui pola makan bergizi, salah satunya dengan memanfaatkan daun kelor. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta antusias dan mampu mengolah daun kelor menjadi berbagai produk makanan yang lebih menarik dan bernilai gizi tinggi. Hal ini diharapkan dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga angka *stunting* di Desa Janti Tulangan dapat ditekan dan tumbuh kembang anak dapat optimal.

6. SIMPULAN

Sosialisasi ini terbukti memberikan dampak positif untuk memberikan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang untuk mencegah *stunting* pada anak. Daun kelor yang kaya akan protein, vitamin, mineral, dan antioksidan dapat menjadi alternatif pangan lokal yang mudah diperoleh.

Melalui penyampaian materi dan penampilan video pengolahan makanan sehat berbahan dasar daun kelor menjadi lebih inovatif dalam memanfaatkan daun kelor sebagai bahan pangan sehari-hari. Olahan kelor yang dibuat secara unik dan bervariasi, seperti puding dan stik kelor, juga mampu menarik minat anak-anak untuk mengonsumsi makanan bergizi.

Dengan demikian, kegiatan sosialisasi ini dapat menjadi langkah yang strategis dalam menekan angka *stunting*, sekaligus mendorong pemanfaatan potensi pangan lokal sebagai sumber gizi yang berkelanjutan bagi masyarakat di Desa Janti Tulangan.

7. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis sangat berterima kasih kepada Ibu Vivin Andriani S.Si., M.Sc. sebagai dosen pembimbing lapangan (DPL) yang mana telah memberikan arahan, pengalaman, ilmu, dan pengetahuannya sehingga mampu menyusun dan menyelesaikan artikel penelitian untuk luaran kegiatan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) dengan baik dan tepat waktu.

Penulis juga menyadari bahwa dalam kegiatan sosialisasi ini mendapatkan bantuan serta dukungan dari pihak yang terkait sehingga dengan ketulusan hati hati yang terdalam mengucapkan banyak terima kasih kepada Bapak Joko Santoso sebagai kepala serta jajaran pengurus Desa Janti, Tulangan, Sidoarjo.

Penulis sangat berterimakasih kepada *Audience* yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi pada kegiatan sosialisasi penggunaan daun kelor guna pencegahan *stunting* di Desa Janti, Kecamatan Tulangan, Kabupaten Sidoarjo.

8. REFERENSI

- Ismawati, R., & Anjar S.R. G. (2021). Daya Terima Dan Kandungan Gizi Biskuit Daun Kelor Sebagai Alternatif Makanan Selingan Balita Stunting. *Jurnal Gizi*, 1(1), 31–37.
- Puspita, A. D., Astani, A. D., Sundu, R., Ilmu, T., & Samarinda, K. (2023). Puding Daun Kelor Dan Chicken Nugget Buah Naga Untuk. *Jurnal Abdi Masyarakat* 2(c), 39–47.
- Sulistyaningsih, E., Dewanti, P., & Pralampita, P. W. (2021). Pembentukan Model Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) dan Kader Siaga Stunting sebagai Upaya Pemberdayaan Masyarakat Desa Sukogidri-Jember dalam Mengatasi Stunting. *Jurnal ABDINUS : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 5(2), 344–351.