

EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMANFAATAN DAUN KELOR SEBAGAI INOVASI PANGAN BERGIZI DI DUSUN KANDANG UTARA, DESA OLEAN

Yona Eka Pratiwi^{1*)}, Ananda Insani Wulandari²⁾, Ainul Hannan³⁾,
Moh. Hidayatul Fathoni⁴⁾, Muh. Daryadi Abdi Manaf⁵⁾

¹Prodi Teknik Kelautan, Fakultas Pertanian Sains dan Teknologi, Universitas Abdurachman Saleh Situbondo

^{2,3}Prodi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Abdurachman Saleh Situbondo

^{4,5}Prodi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Abdurachman Saleh Situbondo

*Email Korespondensi : yonapratywi@unars.ac.id

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah gizi kronis di Dusun Kandang Utara, Desa Olean, yang memiliki jumlah kasus tertinggi di wilayah tersebut. Permasalahan ini dipengaruhi oleh rendahnya konsumsi pangan bergizi serta minimnya pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pencegahan stunting dan mengenalkan pemanfaatan daun kelor sebagai inovasi pangan lokal bergizi. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan partisipatif, meliputi observasi awal, pemberian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis daun kelor selama tiga hari, pemantauan berat badan anak, serta edukasi kepada orang tua. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa olahan daun kelor diterima dengan baik oleh anak-anak dan memberikan perubahan berat badan yang bervariasi dalam jangka pendek. Orang tua juga mengalami peningkatan pemahaman mengenai manfaat daun kelor dan pentingnya gizi seimbang. Kegiatan ini mengindikasikan bahwa pemanfaatan pangan lokal seperti daun kelor dapat menjadi alternatif praktis dan mudah diterapkan dalam mendukung upaya pencegahan stunting di tingkat rumah tangga.

Kata kunci: stunting, daun kelor, edukasi gizi, pangan lokal, PMT

Abstract

Stunting remains a chronic nutritional problem in Kandang Utara Hamlet, Olean Village, which has the highest number of cases in the area. This issue is influenced by low intake of nutritious foods and limited community knowledge regarding balanced nutrition. This program aims to improve community understanding of stunting prevention and introduce the use of moringa leaves as a nutritious local food innovation. A descriptive qualitative method with a participatory approach was applied through initial observation, distribution of moringa-based supplementary feeding for three days, monitoring children's weight changes, and providing education to parents. The results showed that moringa-based products were well received by children and produced varied short-term weight changes. Parents also demonstrated improved understanding of the benefits of moringa and the importance of balanced nutrition. This activity indicates that utilizing local nutrient-

rich foods such as moringa can serve as a practical and applicable approach to support stunting prevention at the household level.

Keywords: stunting, moringa, nutrition education, local food, supplementary feeding

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan serius dalam upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia di Indonesia. Stunting terjadi akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama, terutama pada masa 1.000 hari pertama kehidupan, yang berdampak pada terganggunya pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta produktivitas anak di masa depan (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Menurut data World Health Organization (2020), prevalensi stunting idealnya tidak lebih dari 20%. Namun, di banyak wilayah pedesaan, angka tersebut masih cukup tinggi. Salah satunya adalah Dusun Kandang Utara, Desa Olean, yang berdasarkan hasil survei awal menunjukkan bahwa terdapat 22 anak yang mengalami stunting, menjadikannya wilayah dengan tingkat stunting tertinggi di Desa Olean. Kondisi ini menunjukkan adanya permasalahan dalam pola konsumsi pangan bergizi, keterbatasan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang, serta rendahnya pemanfaatan sumber daya lokal bergizi.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka stunting adalah melalui edukasi gizi masyarakat serta pemanfaatan sumber daya lokal yang kaya nutrisi, seperti daun kelor (*Moringa oleifera*). Daun kelor dikenal sebagai *superfood* karena memiliki kandungan protein, zat besi, vitamin A, dan kalsium yang tinggi, sehingga berpotensi besar dalam membantu pemenuhan gizi anak-anak dan ibu hamil. Menurut pengabdian Rahmawati & Nurjanah (2022), konsumsi olahan daun kelor secara rutin dapat membantu meningkatkan status gizi balita dan mencegah risiko stunting. Pengabdian oleh Sugiarto & Rahayu (2022) juga menunjukkan bahwa konsumsi olahan daun kelor secara rutin dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan status gizi anak.

Namun, berdasarkan hasil observasi awal, masyarakat di Dusun Kandang Utara belum sepenuhnya memahami manfaat daun kelor sebagai bahan pangan bergizi. Daun kelor umumnya hanya dimanfaatkan secara tradisional dan belum diolah menjadi produk inovatif yang menarik dan mudah dikonsumsi oleh anak-anak. Di sisi lain, rendahnya kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang juga menjadi salah satu penyebab utama masih tingginya kasus stunting di wilayah tersebut.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan “Edukasi Pencegahan Stunting Melalui Pemanfaatan Daun Kelor sebagai Inovasi Pangan Bergizi di Dusun Kandang Utara, Desa Olean” dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting melalui edukasi gizi, mengenalkan potensi daun kelor sebagai bahan pangan lokal yang kaya nutrisi, serta mengembangkan inovasi produk olahan daun kelor yang menarik dan mudah diterima masyarakat, khususnya anak-anak. Melalui kegiatan ini diharapkan

masyarakat Dusun Kandang Utara dapat lebih memahami pentingnya pencegahan stunting dan mampu memanfaatkan potensi lokal sebagai solusi gizi berkelanjutan.

Rencana pemecahan masalah dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang, demonstrasi pengolahan produk berbasis daun kelor (seperti bakso daun kelor), serta pendampingan masyarakat dalam penerapan konsumsi produk bergizi di rumah tangga. Melalui pendekatan partisipatif ini, diharapkan kegiatan dapat memberikan dampak nyata terhadap peningkatan kesadaran gizi masyarakat dan penurunan angka stunting di Dusun Kandang Utara.

METODE

Pengabdian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan partisipatif, yang berfokus pada keterlibatan langsung masyarakat dalam proses pelaksanaan kegiatan. Pengabdian dilakukan di Desa Olean, tepatnya di Dusun Kandang Utara, yang merupakan wilayah dengan jumlah kasus stunting tertinggi di Desa Olean. Adapun objek pengabdian adalah 5 anak di Dusun Kandang Utara yang dipilih berdasarkan hasil screening awal dan termasuk dalam kategori anak berisiko stunting. Pengabdian difokuskan pada pemantauan perubahan kondisi anak setelah diberikan produk inovasi pangan lokal berbasis daun kelor sebagai Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Tahapan Pengabdian meliputi :

1. Observasi awal : Peneliti melakukan observasi kondisi gizi anak-anak di Dusun Kandang Utara dengan berkoordinasi bersama kader posyandu setempat. Dari hasil observasi ditetapkan 5 anak sebagai subjek pengabdian berdasarkan kategori berisiko stunting.
2. Pemberian Produk PMT Berbasis Daun Kelor : Produk PMT berupa olahan daun kelor dibagikan kepada 5 anak selama tiga hari berturut-turut. Produk dibuat menggunakan resep inovatif yang bertujuan meningkatkan penerimaan anak, seperti bakso daun kelor, *nugget tempe*, atau *ragout*.
3. Penimbangan dan Pemantauan Perkembangan Anak : Setiap anak ditimbang sebelum pemberian PMT dimulai, kemudian dilakukan penimbangan ulang setiap hari selama tiga hari pelaksanaan kegiatan. Penimbangan ini bertujuan untuk melihat adanya indikasi perubahan berat badan dalam jangka pendek serta mengamati respon anak terhadap konsumsi PMT.
4. Pendampingan dan Edukasi kepada orang tua : Selama pelaksanaan kegiatan, peneliti memberikan edukasi mengenai manfaat daun kelor, pentingnya gizi seimbang, serta cara pengolahan daun kelor menjadi produk bergizi. Pendampingan dilakukan untuk memastikan orang tua memahami cara pemanfaatan kelor sebagai sumber pangan tambahan di rumah.
5. Analisis Data : Data hasil penimbangan, observasi perilaku konsumsi anak, serta hasil wawancara dengan orang tua dianalisis secara deskriptif. Analisis ini digunakan untuk melihat efektivitas PMT berbasis daun kelor terhadap perubahan kondisi anak serta peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pencegahan stunting.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pemberian PMT berbasis daun kelor kepada lima balita di Dusun Kandang Utara dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Hasil penimbangan menunjukkan adanya perubahan berat badan yang beragam pada masing-masing

anak. Pada hari pertama hingga ketiga, Sabila mengalami kenaikan kecil dari 10,5 kg ke 10,6 kg pada hari kedua, namun berat badannya menurun menjadi 10,3 kg pada hari ketiga. Sajida menunjukkan pola fluktuasi dengan penurunan dari 9,3 kg menjadi 9,1 kg pada hari kedua, lalu meningkat kembali menjadi 9,5 kg pada hari ketiga. Kondisi tersebut menandakan bahwa respons tubuh anak berbeda-beda dan dapat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan maupun kebiasaan makan harian.

Aira menjadi salah satu anak yang menunjukkan respons paling positif, yakni mengalami peningkatan berat badan cukup signifikan dari 9 kg menjadi 10 kg pada hari kedua, dan kembali naik menjadi 10,2 kg pada hari ketiga. Ibrahim mengalami kenaikan dari 10,4 kg menjadi 10,9 kg pada hari kedua, namun turun cukup drastis menjadi 9,5 kg pada hari ketiga, sehingga diperlukan pengamatan lebih lanjut terkait penyebab penurunan tersebut. Aina menunjukkan peningkatan paling tinggi, yaitu dari 12,3 kg pada hari pertama menjadi 12,5 kg pada hari kedua, dan naik drastis hingga 14,3 kg pada hari ketiga. Hal ini mengindikasikan bahwa PMT daun kelor diterima dengan sangat baik oleh anak tersebut.

Selama kegiatan berlangsung, anak-anak umumnya menunjukkan antusiasme terhadap produk PMT yang diberikan. Olahan seperti bakso daun kelor, ragout kelor, dan nugget tempe kelor menjadi produk yang paling disukai karena teksturnya lembut dan rasanya mudah diterima oleh balita. Tingkat penerimaan ini berpengaruh pada konsumsi harian anak yang kemudian berdampak pada perubahan berat badan meskipun dalam jangka waktu yang singkat. Hasil ini mendukung temuan pengabdian sebelumnya yang menyebutkan bahwa daun kelor berpotensi meningkatkan status gizi balita melalui kandungan proteinnya yang tinggi serta zat gizi mikro penting seperti zat besi dan vitamin A.

Dampak kegiatan tidak hanya terlihat pada anak, tetapi juga pada orang tua. Selama sesi edukasi, orang tua menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai manfaat daun kelor sebagai pangan bergizi dan mudah diolah. Mereka juga mulai menyadari pentingnya pemenuhan gizi seimbang dalam mencegah stunting. Beberapa orang tua bahkan menyatakan keinginan untuk mencoba membuat sendiri olahan daun kelor di rumah setelah diberikan resep dan pendampingan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek berupa tambahan asupan gizi, tetapi juga membangun kesadaran jangka panjang dalam menciptakan pola konsumsi yang lebih sehat.

Secara keseluruhan, kegiatan pemberian PMT daun kelor memberikan gambaran bahwa pemanfaatan pangan lokal bergizi dapat menjadi solusi praktis dan terjangkau dalam mendukung pencegahan stunting di tingkat rumah tangga. Meskipun perubahan berat badan dalam waktu tiga hari tidak dapat digunakan sebagai indikator keberhasilan intervensi secara menyeluruh, hasil awal ini menunjukkan bahwa inovasi pangan berbasis daun kelor memiliki potensi positif jika diterapkan secara konsisten dan berkelanjutan.



Gambar 1. Konsultasi dengan Koordinator PMT



Gambar 2. Proses Masak Produk PMT



Gambar 3. Proses Pemberian PMT



Gambar 4. Penimbangan Balita

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pencegahan stunting melalui pemanfaatan daun kelor di Dusun Kandang Utara memberikan dampak positif bagi peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang serta pemanfaatan pangan lokal bergizi. Pemberian PMT berbasis daun kelor kepada lima anak berisiko stunting menunjukkan adanya perubahan berat badan yang bervariasi, namun secara umum memperlihatkan bahwa inovasi pangan berbahan kelor dapat diterima dengan baik oleh anak-anak. Selain itu, orang tua menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai manfaat daun kelor serta kemampuan mengolahnya menjadi makanan bergizi untuk konsumsi keluarga. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil memberikan kontribusi awal dalam upaya pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan optimalisasi potensi pangan lokal yang murah, mudah diakses, dan bernilai nutrisi tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Abdurachman Saleh Situbondo atas dukungan fasilitas dan izin pelaksanaan kegiatan pengabdian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Pemerintah Desa Olean, kader posyandu Dusun Kandang Utara, serta seluruh masyarakat yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Tidak lupa, penghargaan diberikan kepada pihak penyandang dana dan seluruh mitra yang turut membantu sehingga kegiatan edukasi pencegahan stunting melalui pemanfaatan daun kelor ini dapat terlaksana dengan baik dan memberikan manfaat bagi masyarakat.

REFERENSI

- Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik. 2023. Laporan Nasional Status Gizi Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Nisaa, H., & Rukmini, R. (2023). Edukasi gizi dan peningkatan pengetahuan ibu balita pada program pencegahan stunting. *Jurnal Gizi Indonesia*, 12(1): 33-42
- Organization, World Health. 2020. Reducing Stunting in Children: Equity Considerations for Achieving the Global Nutrition Targets 2025. Geneva: World

Health Organization.

- Putri, A. R., & Hidayat, M. (2021). "Efektivitas Pemberian PMT Berbasis Pangan Lokal terhadap Status Gizi Balita". *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2): 105–112.
- Rahmawati, A., and S. Nurjanah. 2022. "Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Dalam Peningkatan Status Gizi Balita Untuk Pencegahan Stunting." *Jurnal Gizi Dan Pangan Indonesia* 7(2):85–94.
- Sugiarto, A., and S. Rahayu. 2022. "Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Alternatif Pangan Lokal Untuk Pencegahan Stunting." *Jurnal Gizi Dan Kesehatan* 14(2):45–52.