

PENGARUH EDUKASI GIZI SEIMBANG DAN PEMANFAATAN DAUN KELOR SEBAGAI PENCEGAHAN *STUNTING*

Rizky Werdaningtyas^{1*}, Trias mahmudiono²

Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Indonesia^{1,2}

*Corresponding Author : rizky.werdaningtyas-2020@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini berangkat dari permasalahan *stunting* yang menunjukkan kondisi naik-turun (dinamis) baik di Dunia maupun di Indonesia perlu disikapi secara serius. Hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2021 menunjukkan prevalensi *stunting* di Indonesia pada 2021 sebesar 24,4%, atau menurun 6,4% dari angka 30,8% pada tahun 2018. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang pengaruh edukasi gizi dan pemanfaatan daun kelor terhadap pencegahan *stunting*. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode lapangan yakni melalui edukasi langsung dan demo pembuatan bahan makanan pendamping ASI, penelitian ini menggunakan metode desain kuantitatif. dengan instrument penelitian yang digunakan yaitu kuesioner yang dilakukan dalam dua tahapan yaitu pada saat sebelum kegiatan dilakukan dan setelah kegiatan dilakukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi mempengaruhi pengetahuan ibu mengenai *stunting* dan upaya pencegahannya. Hasil pre-test menunjukkan bahwa 7 dari 12 ibu memiliki pengetahuan dengan kategori sedang dengan presentase kumulatif yaitu 58.3. Selanjutnya, 5 dari 12 lainnya berkategori baik dengan angka kumulatif mencapai 41.7. Setelah diberikan edukasi dan pelatihan pembuatan makanan berbahan dasar daun kelor dan dilakukan post-test maka hasilnya menunjukkan bahwa dari jumlah (N) yaitu 12 orang, semuanya memiliki pengetahuan yang baik. dengan presentase validasinya adalah 100.0. Kesimpulannya edukasi gizi seimbang dan pemanfaatan daun kelor mempengaruhi secara signifikan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang sebagai pencegahan *stunting*

Kata kunci : edukasi gizi, pemanfaatan daun kelor, pencegahan *stunting*

ABSTRACT

This research starts from the problem of stunting which shows that conditions of ups and downs (dynamic) both in the world and in Indonesia need to be addressed seriously. The results of Basic Health Research in 2021 show that the prevalence of stunting in Indonesia in 2021 is 24.4%, or a decrease of 6.4% from 30.8% in 2018. The aim of this research is to find out about the influence of nutrition education and utilization. Moringa leaves to prevent stunting. This research was carried out using field methods, namely through direct education and demonstrations on making breastmilk complementary food ingredients, this research uses a quantitative design method, with the research instrument used, namely a questionnaire which was carried out in two stages, namely before the activity was carried out and after the activity was carried out. The research results show that nutrition education influences mothers' knowledge about stunting and efforts to prevent it. The pre-test results showed that 7 out of 12 mothers had knowledge in the medium category with a cumulative percentage of 58.3. Furthermore, 5 of the other 12 were in the good category with a cumulative figure reaching 41.7. After being given education and training in making food made from Moringa leaves and carrying out a post-test, the results showed that of the number (N), namely 12 people, all of them had good knowledge. with the validation percentage being 100.0. Education on balanced nutrition and the use of moringa leaves significantly influence mother's knowledge as a prevention of stunting.

Keywords : nutrition education, utilization of moringa leaves, prevention of stunting

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada balita masih menjadi masalah utama dalam tatanan kependudukan. Permasalahan gizi pada balita diantaranya *stunting*, wasting dan overweight (J et al., 2022). *Stunting* telah menjadi isu kesehatan secara internasional maupun nasional. Semenjak 25 tahun

lalu, kejadian *stunting* telah mengalami penurunan dari angka 255 juta menjadi 156 juta di seluruh dunia (Agustina et al., 2023). *Stunting* adalah suatu kondisi status gizi kurang yang bersifat kronik pada masa pertumbuhan dan perkembangan sejak awal kehidupan (Wahyuningsih & Darni, 2021). *Stunting* juga didefinisikan sebagai suatu kondisi dimana keadaan tubuh pendek atau sangat pendek yang didasarkan pada indeks Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) dengan ambang batas (zscore) antara -3 SD sampai dengan < -2 SD (Wijaya, 2022). *Stunting* mengakibatkan dampak yang begitu besar, dalam periode *golden age stunting* bisa menyebabkan perkembangan fisik anak menjadi terganggu dan perkembangan otak anak menjadi tidak optimal (Tengah, 2023).

Secara global, *stunting* menurun sekitar 1,8% per tahun atau hanya akan berkurang 18% dalam 10 tahun ke depan, hasil ini masih jauh dari target yang diharapkan oleh Majelis Kesehatan Dunia. Pada tahun 2017, 55% balita *stunting* di dunia berasal dari Asia dan 39% berasal dari Afrika. Dari 83,6 juta balita *stunting* di Asia, 58,7% berasal dari Asia Selatan dan 0,9% berasal dari Asia Tengah (0,9%). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), pada regional Asia Tenggara atau *South-East Asia Regional* (SEAR), Indonesia memiliki prevalensi *stunting* sebesar 36,4% sejak 2005-2017 (Mawar et al., 2022). Meskipun demikian namun prevalensi *stunting* anak balita di Indonesia cenderung statis.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2021 menunjukkan prevalensi *stunting* di Indonesia pada 2021 sebesar 24,4%, atau menurun 6,4% dari angka 30,8% pada tahun 2018. Berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2015, prevalensi *stunting* di Indonesia adalah 29%. Angka ini mengalami penurunan pada tahun 2016 menjadi 27,5%, namun kembali meningkat menjadi 29,6% pada tahun 2017. Di tahun 2019 angka prevalensi *stunting* nasional turun menjadi 27,67%. Meski terlihat ada penurunan angka prevalensi, tetapi *stunting* dinilai masih menjadi permasalahan serius di Indonesia karena angka prevalensi masih di atas 20% (Nurdin et al., 2022).

Penanganan *stunting* di Indonesia merupakan salah satu prioritas pembangunan nasional yang dijelaskan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020–2024, target pemerintah ialah menurunkan prevalensi *stunting* menjadi 14% pada tahun 2024. Dalam upaya penurunan prevalensi *stunting* ini pemerintah banyak mengeluarkan program untuk mewujudkannya. Upaya yang dilakukan pemerintah ialah mencegah dan mengurangi gangguan secara langsung (intervensi gizi spesifik) hingga gangguan secara tidak langsung (intervensi gizi sensitif). Sasaran prioritas upaya ini ialah orang-orang terlibat dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yaitu ibu hamil, ibu menyusui dan anak usia 0–2 tahun. Sedangkan sasaran pentingnya ialah anak usia 24–59 bulan, remaja dan wanita usia subur (J et al., 2022).

Stunting dapat disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu kurangnya asupan makanan bergizi, infeksi berulang, seperti diare dan cacangan, praktik perawatan yang buruk, serta kurangnya akses terhadap fasilitas pelayanan kesehatan terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan seorang anak. Selain itu, faktor kesehatan dan status gizi ibu pun berdampak pada gizi bayinya (Agustina et al., 2023). Kondisi *stunting* bersifat tidak dapat kembali sehingga upaya signifikan yang dapat dilakukan untuk mencegah yakni melalui edukasi kepada orang tua sejak dini (Vinci & Bachtiar, 2022). Cara yang dapat digunakan yaitu dengan memberikan edukasi gizi dan pemanfaatan daun kelor untuk mencegah *stunting* (Emylisa et al., 2023).

Edukasi berpengaruh terhadap pengetahuan dan upaya pencegahan *stunting*. Berdasarkan hasil tersebut diharapkan upaya preventif di masyarakat dapat dilakukan dengan optimal dan berkesinambungan. (Mardiyati et al., 2022). Temuan Suryati dan Supriyadi menunjukkan bahwa bertambahnya pengetahuan tentang kebutuhan gizi balita akan semakin menambah pengetahuan mengenai pencegahan *stunting* pada balita (Simanjuntak et al., 2022). Melalui kegiatan edukasi gizi maka diharapkan masyarakat terkhusus kaum Ibu, akan semakin meningkat kesadaran dan pengetahuannya akan pentingnya pemenuhan gizi serta terjadi perubahan pola hidup/kebiasaan untuk mengkomsumsi makanan yang bergizi. Kurangnya tingkat

pengetahuan ibu tentang *stunting* dan pengetahuan ibu berhubungan dengan kejadian *stunting* (Mawar et al., 2022).

Selain penyuluhan/edukasi gizi tentang makanan yang baik untuk mencegah *stunting* sangat diperlukan bagi ibu untuk bisa diterapkan pada anak balitanya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak Balita adalah dengan memberikan makanan tambahan berupa kudapan/jajanan atau snack sehat yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi Balita. Kudapan anak Balita ini bisa menggunakan bahan pangan lokal karena keterjangkauan harga serta ketersediaan bahan tersebut di lingkungan sekitar rumah tangga. Bahan pangan lokal yang berpotensi menjadi bahan makanan kudapan untuk anak balita yaitu daun kelor, diantaranya pembuatan bubuk dengan tambahan (Hasanuddin et al., 2022). Kelor atau yang dikenal sebagai *Moringa oleifera* merupakan salah satu species dalam *Family Moringaceae* (Silalahi, 2020).

Nugget menjadi makanan olahan yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat. Bahkan sebanyak 86,7% anak usia 12 – 24 bulan dilaporkan mengonsumsi makanan olahan nugget, sosis, dan bakso (Rostika et al., 2019). Sebagian besar konsumen (98,67%) juga menunjukkan minat yang tinggi untuk mengonsumsi nugget yang mengandung protein dan kandungan mineral yang lebih tinggi. Hal ini menunjukkan adanya permintaan yang tinggi akan kebutuhan makanan bergizi dan enak (Bonfim et al., 2020).

Daun kelor merupakan salah satu bahan pangan lokal yang banyak ditemukan di lingkungan desa talang bukit tetapi masih kurang dimanfaatkan untuk pemenuhan gizi terutama untuk kudapan yang enak, bergizi dan disukai anak-anak. Daun kelor segar mengandung gizi yang tinggi antara lain protein 22,7%, lemak 4,65%, karbohidrat 7,92% dan kalsium 350-50 mg (Perwitasari et al., 2023). Produk olahan dari daun kelor sangatlah beragam, seperti olahan minuman teh daun kelor, bubuk daun kelor, dan juga nugget daun kelor. Daun kelor memiliki kandungan senyawa fitosterol yang merupakan senyawa yang tidak dapat larut di dalam air. Oleh karena itu, dalam pengolahan nugget daun kelor harus menggunakan daun kelor yang segar dengan memanfaatkan semua bagian dari daun (Ridhani W.S et al., 2022).

Menurut Hasanuddin bahwa nutrisi pada daun kelor mampu memenuhi kebutuhan nutrisi dalam tubuh sehari-hari. Produk olahan daun kelor sangatlah beragam, mulai dari sayur, teh daun kelor, tepung daun kelor, serta nugget. Daun kelor mempunyai kandungan senyawa fitosterol, senyawa yang tidak larut di dalam air. Oleh sebab itu, dalam pengolahan nugget daun kelor harus menggunakan daun kelor yang masih segar dan memanfaatkan seluruh bagian daun (Arifin et al., 2024). Oleh karena itu, sebaiknya berdiskusi dengan tenaga medis atau ahli gizi untuk merancang program penggunaan nutrasetikal daun kelor yang sesuai dan efektif dalam upaya mengatasi *stunting* pada anak-anak. Daun kelor mengandung beragam nutrisi penting seperti protein, vitamin A, vitamin C, zat besi, kalsium, magnesium, dan asam amino esensial. Nutrisi ini penting untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat, terutama pada anak-anak yang mengalami *stunting* (Iverson, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut maka penelitian ini menjadi penting dilakukan untuk mengetahui terkait pengaruh edukasi gizi dan pemanfaatan daun kelor. Penelitian ini secara khusus dilakukan di Desa Kalimas, Situbondo Hasil dari penelitian ini nantinya diharapkan dapat menjadi gambaran tentang pentingnya edukasi gizi kepada ibu sejak hamil sehingga dapat mencegah *stunting* melalui pola makan yang sehat. Selain itu, menjadi penting bagi orang tua memberikan makanan yang sehat dan dapat mencegah anak dari *stunting* melalui pemanfaatan kelor. Oleh karena itu maka, kedua point tersebut baik edukasi gizi dan pemanfaatan daun kelor menjadi objek utama dalam penelitian ini yang diharapkan mampu mencegah *stunting*.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang pengaruh edukasi gizi dan pemanfaatan daun kelor terhadap pencegahan *stunting*.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan instrumen penelitiannya adalah kuesioner yang akan dibagikan pada saat bersamaan dengan kegiatan di lapangan. Setidaknya terdapat dua pendekatan yang digunakan dalam melaksanakan kegiatan, yang pertama adalah dengan menggunakan metode edukasi, atau penyuluhan tentang stunting dan pemberian asupan nutrisi bagi balita. Yang kedua yaitu edukasi manfaat daun kelor dan metode demonstrasi yaitu dengan cara membuat olahan pudding berbahan dasar daun kelor. Kegiatan ini diikuti oleh 12 ibu (N= 12) yang berasal dari RW 10, Desa Kalimas, Situbondo. Para ibu yang mengikuti kegiatan edukasi dan pengolahan daun bayam ini adalah mereka yang memiliki anak dengan usia dibawah lima tahun.

Setidaknya terdapat lima program unggulan Desa Kalimas dalam meningkatkan kesehatan masyarakat diantaranya; Program Gemerlap Pascalin, Program Laduni, Program Pencegahan Pernikahan Dini dan Anemia (Prima), Program Konselor Gizi Madani, dan Program Formulasi Pangan. Dari kelima program tersebut, Program Formulasi Pangan menjadi konsen dalam penelitian ini berkaitan dengan pengaruh edukasi gizi seimbang dan pemanfaatan daun kelor sebagai upaya pencegahan *stunting* khususnya di Desa Kalimas. Oleh karena itu maka adapun tahapan pelaksanaannya meliputi: Pra kegiatan, antara lain; (a) Koordinasi strategi pelaksanaan dengan membuat proposal kegiatan dan pembagian tugas, (b) Pembuatan media berupa *leaflet*, poster dan kuesioner, (c) Menyiapkan bahan untuk pembuatan nugget daun kelor, dan (d) Koordinasi dengan pelaksana mengenai tempat pelaksanaan dan teknis pelaksanaannya. Kegiatan, antara lain; (a) Pencatatan peserta yang hadir, (b) Pembagian kuesioner pre dan pasca edukasi, (c) Pelaksanaan edukasi dan demonstrasi pembuatan nugget daun kelor, dan (d) Diskusi dan proses tanya jawab. Pasca kegiatan yaitu dengan rekapitulasi data.

HASIL

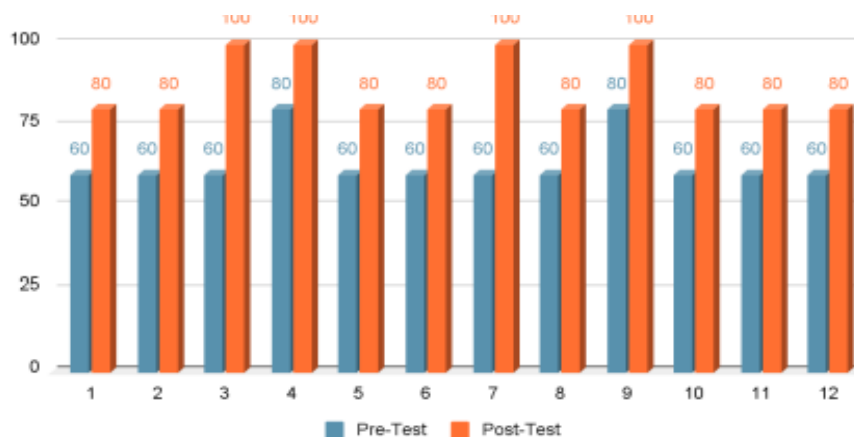
Berdasarkan hasil penelitian dilapangan menunjukkan bahwa penyediaan makanan cemilan yang tersebar di Desa Kalimas memiliki nilai gizi rendah serta tingkat anak balita yang mengkonsumsi makanan tersebut masih cukup tinggi jumlahnya. Formulasi Pangan merupakan program utama yang dibuat bertujuan untuk mengintervensi para ibu melalui proses edukasi gizi serta pengolahan makanan local untuk kebutuhan penambahan gizi bagi anak Pada saat pelaksanaan Program Formulasi Pangan, dilakukan *pre-test* terlebih dahulu lalu dilanjutkan dengan edukasi isi piringku dengan media modul dan *leaflet*, lalu melakukan demo masak sambal diiringi dengan tanya jawab terkait materi. Selanjutnya pada saat pengukusan produk yang sudah hamper jadi, dilakukan *post-test*, dan setelah *post-test* dan demo masak maka ibu-ibu dapat mencoba hasil masakan yang telah didemokan dan disiapkan juga agar dapat dibawa pulang oleh ibu-ibu yang hadir.



Gambar 1. Sosialisasi dan Demo Pembuatan Nugget Berbahan Dasar Daun Kelor

Proses pencegahan *stunting* di Desa Kalimas dilakukan melalui sosialisasi tentang makanan bergizi kepada para ibu baik ibu hamil, menyusui maupun yang memiliki anak dibawah usia 5 tahun. Hal ini sebagai bagian dari langkah nyata pencegahan *stunting*. Selain dari proses edukasi, para ibu yang hadir juga diajak untuk demo masak makan bergizi sebagai makanan pendamping ASI yang salah satunya berbahan dasar daun kelor. Hal ini bertujuan agar ke depannya para ibu dapat secara mandiri memanfaatkan sumberdaya lokal yang dimiliki untuk pencegahan *stunting* kepada anak sejak dini. Selanjutnya, penelitian ini juga menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur sejauh mana pemahaman para ibu mengenai *stunting* dan pentingnya mengkonsumsi makanan bergizi sebagai langkah pencegahannya.

Adapun hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan kepada 12 ibu yang hadir dapat dilihat pada diagram berikut ini:



Gambar 2. Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Formulasi Pangan

Dari diagram 2, dapat dilihat bahwa sejak awal (*pre-test*) para ibu yang dapat rata-rata memiliki pengetahuan yang cukup mengenai formulasi pangan yakni diangka 60. Bahkan dua dari 12 ibu yang hadir memiliki pengetahuan diatas rata-rata yakni 80. Pasca dilakukan edukasi gizi terhadap para ibu yang datang, hasil *post tes* juga menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan yang jika dirata-rata diangka 90. Secara spesifik hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil *Pre-Tes* dan *Post Test* Formulasi Pangan

| No | Nama (Inisial) | <i>Pre-Tes</i> | <i>Post-Test</i> | Hasil |
|----|----------------|----------------|------------------|-----------|
| 1 | RD | 60 | 80 | Meningkat |
| 2 | SNF | 60 | 80 | Meningkat |
| 3 | SDU | 60 | 100 | Meningkat |
| 4 | FM | 80 | 100 | Meningkat |
| 5 | SM | 60 | 80 | Meningkat |
| 6 | VA | 60 | 80 | Meningkat |
| 7 | YA | 60 | 100 | Meningkat |
| 8 | S | 60 | 80 | Meningkat |
| 9 | J | 80 | 100 | Meningkat |
| 10 | HR | 60 | 80 | Meningkat |
| 11 | JS | 60 | 80 | Meningkat |
| 12 | AF | 60 | 80 | Meningkat |
| | Rata-Rata | 63 | 86 | - |

Berdasarkan test, hasil semua nilai peserta mengalami peningkatan setelah edukasi. Hal ini menandakan adanya peningkatan pengetahuan dari para peserta terhadap isi piringku dan

formula pangan. Para peserta juga telah mendapat menu dari hasil yang dimasak yang mana ini selaras dengan tujuan dari Program Formulasi Pangan yang telah diterapkan. Selain dari pengukuran pengetahuan para ibu yang datang melalui kuesioner yang dibagikan, peneliti juga mengukur karakteristik dan tingkat pengetahuan 12 ibu yang hadir tentang *stunting* dan asupan gizi untuk anak di Desa Kalimas.

Hasil tersebut didapatkan dari Tes Kolmogorov Smirnov (K-S) yang mana test ini bertujuan untuk membandingkan distribusi kumulatif empiris dari data dengan distribusi kumulatif yang diharapkan dari distribusi normal. Selain itu, karena jumlah sampel (N) berukuran kecil yang digunakan maka dilakukan Tes Shapiro-Wilk dengan tujuan untuk menghitung statistik (W) berdasarkan koefisien korelasi antara data dan nilai-nilai yang diurutkan dari distribusi normal. Hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai sig hasil saphiro wilk pada kedua kelompok data > 0.050 . Adapun dari hasil uji normalitas tersebut maka dapat dinyatakan bahwa data berdistribusi normal.

Selanjutnya untuk mengetahui tentang tingkat pengetahuan dari para ibu yang datang terhadap *stunting* sebelum dan sesudah edukasi dilakukan, maka akan dilakukan uji validasi dengan kategori sedang dan baik.

Tabel 2. Kategori Tingkat Pengetahuan

| Kategori | Nilai |
|----------|---------|
| Kurang | < 55 |
| Sedang | 56 – 75 |
| Baik | 76 -100 |

Berdasarkan hasil validasi yang dilakukan terhadap tingkat pengetahuan ibu (N) dan daun kelor dalam mencegah *stunting* dilihat dari sebelum kegiatan (*pretest*) edukasi sampai dilakukannya post-test setelah edukasi dilakukan sebagaimana ditunjukkan pada hasil berikut:

Tabel 3. Nilai Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi

| Kategori | Pretest | | Posttest | |
|----------|---------|------|----------|-----|
| | n | % | n | % |
| Kurang | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Sedang | 7 | 58.3 | 0 | 0 |
| Baik | 5 | 41.7 | 12 | 100 |

Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya edukasi. Hasil pre-test menunjukkan bahwa 7 dari 12 ibu memiliki pengetahuan dengan kategori sedang dengan presentase kumulatif yaitu 58.3. Selanjutnya, 5 dari 12 lainnya berkategori baik dengan angka kumulatif mencapai 41.7. *Pretest* dilakukan dengan tujuan agar hasil penelitian dapat lebih akurat dan dapat membantu peneliti dalam mengevaluasi efektivitas dari intervensi. Kemudian hasil uji yang dilakukan setelah kegiatan edukasi, maka diketahui bahwa dari jumlah (N) yaitu 12 orang, semuanya memiliki pengetahuan yang baik. dengan presentase validasinya adalah 100.0. Hasil p-value yang sangat kecil yakni sebesar 0,000 menggambarkan bahwa perbedaan tersebut tidak dapat disebabkan oleh kebetulan, melainkan oleh efek dari edukasi yang telah diberikan.

Tabel 4. Perbedaan Nilai Rata-Rata Hasil Pretest dan Posttest

| Hasil | Mean | N | Nilai Devinition | P-Value |
|----------|-------|----|------------------|---------|
| Pretest | 63.33 | 12 | 7.785 | |
| Posttest | 86.67 | 12 | 9.847 | 0,000 |

Peningkatan rata-rata nilai pengetahuan dari 63,33 menjadi 86,67 merupakan bukti nyata bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi yang dilakukan dengan tingkat

pengetahuan ibu. Secara tidak langsung, hasil ini juga menjelaskan bahwa, melalui edukasi yang diberikan, dapat mempengaruhi penyediaan makanan oleh para ibu kepada anaknya baik saat hamil maupun setelah melahirkan. Dengan begitu maka dapat meningkatkan gizi pada anak dan mencegah *stunting*. Mengacu dari hasil penelitian serupa yang ditulis oleh Badury menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan kejadian *stunting* anak, dimana ibu yang memiliki pengetahuan gizi balita yang kurang berpeluang memiliki risiko 4,8 kali lebih besar anaknya mengalami *stunting* daripada ibu yang memiliki pengetahuan gizi balita yang baik (Badury et al., 2022).

PEMBAHASAN

Pengetahuan gizi masyarakat sangat penting terutama ibu yang memiliki balita untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anaknya, sehingga diharapkan tenaga kesehatan khususnya bidan dapat meningkatkan pengetahuan gizi ibu melalui penyuluhan dalam upaya menekan kejadian *stunting* anak (Murti et al., 2020).

Asupan nutrisi yang mengandung daun kelor tidak hanya direkomendasikan pada bayi dan balita, namun juga pada ibu yang sedang menyusui karena hasil penelitian yang dilakukan oleh Sinaga menyebutkan bahwa kandungan fitosterol dalam daun kelor terbukti dapat meningkatkan produksi Air Susu Ibu. kondisi akan berdampak pada kecukupan nutrisi pada bayi yang masih mengkonsumsi ASI. Penelitian terbaru yang dilakukan Mandasari tentang pemberian ekstrak daun kelor yang dikombinasi dengan royal jelly berpengaruh pada peningkatan berat badan dan panjang badan bayi baru lahir yang akan mengurangi risiko terjadinya *stunting* (Mandasari, 2022).

Kajian *stunting* pada balita beresiko mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan motorik, mental, produktivitas dan intelektual yang menurun dan meningkat risiko penyakit infeksi. Oleh karena itu maka kondisi *stunting* perlu dicegah dan segera ditangani demi mewujudkan generasi penerus bangsa yang sehat dan kuat. Pemberian berbagai macam olahan daun kelor seperti nugget terbukti dapat memberikan status gizi pada anak karena kandungan anti oksidan, vitamin dan mineral. Mengonsumsi daun kelor sebagai makan pendamping ASI bagi anak merupakan upaya alternatif penatalaksana kekurangan protein dari kalori pada anak sehingga anak tidak mengalami *stunting*.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa edukasi gizi secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan *stunting*. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang bervariasi antara kategori sedang dan baik. Setelah intervensi edukasi, semua peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan hingga kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang dilakukan sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya gizi dalam mencegah *stunting*. Edukasi ini memberikan dampak nyata yang tidak hanya terukur secara statistik tetapi juga relevan dalam konteks praktis sehari-hari, mengingat pentingnya peran ibu dalam menyediakan asupan gizi yang tepat bagi anak-anak mereka.

Peningkatan rata-rata nilai pengetahuan ibu setelah edukasi mengindikasikan bahwa informasi yang diberikan selama sesi edukasi berhasil dicerna dan dipahami dengan baik oleh para ibu. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya korelasi antara pengetahuan gizi ibu dan kejadian *stunting* pada anak. Dengan pengetahuan yang lebih baik, ibu diharapkan mampu membuat keputusan yang lebih bijak terkait asupan nutrisi untuk anak-anak mereka, baik selama kehamilan maupun masa kanak-kanak. Oleh karena itu, program edukasi gizi seperti ini sangat penting untuk diimplementasikan secara luas sebagai upaya pencegahan *stunting* yang efektif.

Kelebihan dari penelitian ini adalah metode yang sistematis dan valid dalam mengukur peningkatan pengetahuan, serta penggunaan uji statistik yang tepat untuk memastikan

distribusi data normal. Hasil yang konsisten dan signifikan menunjukkan bahwa edukasi gizi memiliki dampak yang jelas dan dapat diukur. Namun, kelemahannya adalah ukuran sampel yang kecil, yang mungkin tidak sepenuhnya mewakili populasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian ini tidak mengukur dampak jangka panjang dari edukasi terhadap perubahan perilaku dan hasil kesehatan anak, sehingga diperlukan studi lanjutan untuk mengevaluasi efek berkelanjutan dari intervensi tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan di atas, maka secara keseluruhan dapat ditarik kesimpulan bahwa edukasi gizi mempengaruhi pengetahuan ibu mengenai *stunting* dan upaya pencegahannya. Hasil pre-test menunjukkan bahwa 7 dari 12 ibu memiliki pengetahuan dengan kategori sedang dengan presentase kumulatif yaitu 58.3. Selanjutnya, 5 dari 12 lainnya berkategori baik dengan angka kumulatif mencapai 47.7. Setelah diberikan edukasi dan pelatihan pembuatan makanan berbahan dasar daun kelor dan dilakukan post-test maka hasilnya menunjukkan bahwa dari jumlah (N) yaitu 12 orang, semuanya memiliki pengetahuan yang baik. dengan presentase validasinya adalah 100.0. Dengan hasil tersebut maka diketahui terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi dan pembuatan makanan berbahan dasar daun kelor yang dilakukan dengan tingkat pengetahuan ibu sebagai langkah awal pencegahan *stunting*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada seluruh pihak, baik yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penelitian dan penyusunan artikel ini. Semoga kebaikan bapak/ibu dibalas oleh Allah Subhanahu wa Ta'ala. Penulis pertama berkontribusi dalam merancang penelitian, mengumpulkan dan menganalisis data, serta menyusun artikel ini, sedangkan penulis kedua dalam artikel ini berkontribusi dalam membimbing, memberi saran dan koreksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, H. R., Rukmasari, E. A., Hendrawati, S., & Ramhhanie, G. G. (2023). *Pencegahan Stunting Melalui Sosialisasi Dan Edukasi Prevention of Stunting Through Socialization and Education*. 5(September), 23–29.
- Arifin, A. S., Ardan, A., Hakim, R. N., Rahmadani, S., Ibrahim, J. A., Khatima, K., Cahyaningsih, R., Bafadal, U., Wahyuliani, E., Nugraha, T., & Zulfah S, A.-Z. (2024). Pemanfaatan Olahan Daun Kelor untuk Menekan Angka *Stunting* di Kelurahan Limbangan Wetan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(1), 41–47. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.1949>
- Bonfim, B. de C., Monteiro, M. L. G., Santos, A. F. G. N. dos, Vilar, J. dos S., & Conte-Junior, C. A. (2020). Nutritional Improvement and Consumer Perspective of Fish Nuggets with Partial Substitution of Wheat Flour Coating by Fish (*Priacanthus arenatus*, Cuvier, 1829) Waste Flour. *Journal of Aquatic Food Product Technology*, 29(1), 28–42. <https://doi.org/10.1080/10498850.2019.1693462>
- Emylisa, D. A., Suryani, N., Fathullah, D. M., & Yudistira, S. (2023). Edukasi Gizi Seimbang dan Kesehatan Reproduksi Melalui Media Whatsapp terhadap Pengetahuan Remaja dalam Upaya Pencegahan *Stunting*. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(4), 293–300. <https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.4.293-300>
- Hasanuddin, I., AL, J. P., S, S., Rodin, M. A., Laela, N., Nurbaya, S., & Suparta, S. (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>
- Iverson, D., Ahda Sabila, Yuwanda, A., Zhafira, B., Indriani, M., Imelda, R., C., & Hermawai, S., P. (2024). Upaya Meningkatkan Status Gizi Balita Untuk Pencegahan *Stunting* Melalui Pemberdayaan Kader Posyandu Dengan Nutrasetikal Daun Kelor. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(02), 7823–7830.
- J, R. F., Huljannah, N., & Rochmah, T. N. (2022). *Stunting* Prevention Program in Indonesia: A Systematic Review. *Media Gizi Indonesia*, 17(3), 281–292. <https://doi.org/10.20473/mgi.v17i3.281-292>
- Mardiyati, N. L., Pristianto, A., Shodikin, A. A., Pangastuti, N. A., Amalia, N. D., & Dewi, N. (2022). Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan *Stunting* Untuk Anak Pra Sekolah. *Bengawan : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 61–68. https://doi.org/10.46808/jurnal_bengawan.v2i2.63
- Mawar, Sugiatmi, Purbaningrum, D. G., Divania YP, & Faizal, K. (2022). Edukasi Gizi Sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* Di Desa Mekar Jaya Rumpin Kabupaten Bogor. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LP UMJ*, 1–6. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/download/14941/7917>
- Badury, S., Purwanti, N., & Fitriyani, A. (2022). Edukasi Tentang *Stunting* dan Pemanfaatan Puding Daun Kelor Dalam Mencegah *Stunting*. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(10).
- Murti, L. M., Budiani, N. N., Widhi, M., & Darmapatni, G. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Kejadian *Stunting* Anak Umur 36-59 Bulan. *The Journal Of Midwifery*, 8(2), 3–10.
- Nurdin, N., Sunandar, & Ariyana. (2022). Olahan Daun Kelor Untuk Perbaikan Status Gizi Balita dalam Upaya Pencegahan *Stunting*. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 453–459. <https://doi.org/10>
- Perwitasari, T., Nurita, S. R., & Armina, A. (2023). Edukasi pada Ibu Balita tentang Pemanfaatan Daun Kelor untuk Pencegahan *Stunting* di Desa Talang Bukit Muaro Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(2), 230. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i2.458>
- Ridhani W.S, H., Rahadita, K., Winarsih, S., Rizqy, M., Abidin, Z., Achmad, A., & Taufikurrhman, T. (2022). Pemanfaatan Ekstrak Daun Kelor Pada Produk Olahan Puding Sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* Di Desa Pohsangit Tengah. *NeuroQuantology*, 2(5), 3668–3675. https://www.researchgate.net/profile/Ihham-Arief-3/publication/361106495_Exclusive_Breastfeeding_as_an_Effort_to_Prevent_Stunting_in_Toddlers/links/629d56de6886635d5cc2f10e/Exclusive-Breastfeeding-as-an-Effort-to-Prevent-Stunting-in-Toddlers.pdf
- Rostika, R., Nikmawati, E. E., & Yulia, C. (2019). Pola Konsumsi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada Bayi Usia 12-24 Bulan. *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 8(1), 63–73. <https://doi.org/10.17509/boga.v8i1.19238>.
- Silalahi, M. (2020). Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa oleifera* Lam) sebagai Bahan Obat Tradisional dan Bahan Pangan. *Majalah Sainstekes*, 7(2), 107–116. <https://doi.org/10.33476/ms.v7i2.1703>
- Simanjuntak, M., Yuliati, L. N., Rizkillah, R., & Maulidina, A. (2022). Pengaruh Inovasi Edukasi Gizi Masyarakat Berbasis Social Media Marketing terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku dalam Upaya Pencegahan *Stunting*. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 15(2), 164–177. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.2.16>
- Tengah, J., Diwanti, D., P., Safitri, M., D., & Riani, E., N (2023). Pemanfaatan Tanaman Kelor Sebagai Upaya Penurunan Angka Kejadian *Stunting* Dan Peningkatan Kesejahteraan Masyarakat di Desa Telaga Gening, Jawa Tengah. *JMM: Jurnal Masyarakat Mandiri*,

7(5), 3–10.

- Vinci, A. S., & Bachtiar, A. (2022). Efektivitas Edukasi Mengenai Pencegahan *Stunting* Kepada Kader: Systematic Literature Review. *Jurnal Endurance*, 7(1). <https://doi.org/10.22216/jen.v7i1.822>
- Wahyuningsih, R., & Darni, J. (2021). Edukasi Pada Ibu Balita Tentang Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Sebagai Kudapan Untuk Pencegahan *Stunting*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 2(2), 161. <https://doi.org/10.32807/jpms.v2i2.687>
- Wijaya, F. G. (2022). Upaya Pencegahan *Stunting* pada Balita dan Anak di Indonesia Berbasis Keluarga , Masyarakat , dan Teknologi pada Masa Pandemi COVID-19 : Literature Review. *Researchgate.Net*, June. https://www.researchgate.net/profile/FigliaWijaya/publication/361399475_Upaya_Pencegahan_Stunting_pada_Balita_dan_Anak_di_Indonesia_Berbasis_Keluarga_Masyarakat_dan_Teknologi_pada_Masa_Pandemi_COVID-19_Literature_Review/links/62ae1f09938bee3e3f3f212a/Upa