

INOVASI MP-ASI DENGAN PEMANFAATAN DAUN KELOR UNTUK MEMENUHI KEBUTUHAN MAKRO DAN MIKRO NUTRIEN SEBAGAI UPAYA MENCEGAH STUNTING DI DESA TANJUNG PERING

Fitrya¹⁾, Miksusanti²⁾, Mokhamad Yusup Nur Khakim³⁾, Muharni⁴⁾, Harmida⁵⁾

^{1,2)} Jurusan Farmasi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Sriwijaya

³⁾ Jurusan Fisika Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Sriwijaya

^{4,5)} Jurusan Biologi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Sriwijaya

fitrya@unsri.ac.id

Abstract

Stunting has become a national health issue because Indonesia is the country with the third highest incidence of stunting in the world. Ogan Ilir is one of the districts in South Sumatra with a stunting prevalence rate above the national level, which is 24.9 per cent. Data from the Ministry of Health reports that 40% of children aged 6-24 months are not given a variety of foods, and 28% do not get enough meal frequency, resulting in high stunting rates. One of the priority targets of the stunting prevention acceleration program is pregnant women, breastfeeding mothers and children aged 0-23 months. The efforts are to provide quality and appropriate complementary foods (MPASI). The provision of complementary foods aims to complement the provision of breast milk to get used to a healthy diet and ensure that children do not experience non-communicable diseases in the future. Moringa oleifera plant is a potential biological resource to overcome macro and micronutrient deficiencies because moringa leaves are rich in vitamins and minerals. In addition to containing vitamins A, B, C, D and E, moringa leaves also contain minerals such as calcium, potassium, zinc, magnesium, iron, and copper. In addition, moringa leaves contain flavonoid compounds that are effective antioxidants. Using moringa leaves as MPASI is very good for meeting nutritional imbalances. Educational activities were carried out on Wednesday, September 18, 2024, coinciding with the Pos Yandu activities in Tanjung Pering village. The activity was attended by 30 participants: pregnant women, young mothers with toddlers and Posyandu cadres. In this activity, they were taught about innovations in making complementary foods for breast milk by utilizing moringa leaves rich in nutrients and minerals. This activity is expected to prevent stunting in the family environment and become a driving force for reducing stunting rates in the Ogan Ilir area. This activity helps increase public knowledge about the benefits of moringa leaves as MPASI and preventing stunting.

Keywords: Moringa leaves, M-PASI innovation, Stunting prevention, Tanjung Pering.

Abstrak

Stunting telah menjadi isu kesehatan nasional karena Indonesia merupakan negara dengan kejadian stunting tertinggi ketiga di dunia. Ogan Ilir adalah salah satu kabupaten di Sumatera Selatan dengan angka prevalensi stunting di atas nasional, yakni 24,9 persen. Data kementerian kesehatan melaporkan bahwa 40% anak usia 6-24 bulan tidak diberi makanan yang beragam dan 28% tidak mendapat frekwensi makan yang cukup mengakibatkan tingginya angka stunting. Salah satu sasaran prioritas program percepatan pencegahan stunting adalah ibu hamil, ibu menyusui dan anak usia 0 – 23 bulan. Upaya yang dilakukan adalah dengan memberikan makanan pendamping ASI (MPASI) yang berkualitas dan tepat. Pemberian makanan pendamping ASI bertujuan melengkapi pemberian ASI dan untuk membiasakan pola makan yang sehat dan memastikan anak-anak tidak mengalami penyakit tidak menular dikemudian hari. Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) adalah sumber daya hayati yang potensial untuk mengatasi kekurangan makro dan mikro nutrisi; karena daun kelor kaya akan vitamin dan mineral. Selain mengandung vitamin A, B, C, D dan E; daun kelor juga mengandung mineral seperti kalsium, potasium, zinc, magnesium, besi, dan tembaga. Selain itu daun kelor juga mengandung senyawa flavonoid yang berkhasiat sebagai

antioksidan. Pemanfaatan daun kelor sebagai MPASI sangat baik untuk memenuhi ketidakseimbangan gizi. Kegiatan edukasi telah dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 18 September 2024, bertepatan dengan kegiatan Pos Yandu di desa Tanjung Pering. Kegiatan diikuti oleh 30 orang peserta terdiri dari ibu hamil, ibu muda yang memiliki balita dan kader Posyandu. Pada kegiatan ini diajarkan tentang inovasi cara membuat makanan pendamping ASI dengan memanfaatkan daun kelor yang kaya kandungan gizi dan mineral. Kegiatan ini diharapkan dapat mencegah stunting di lingkungan keluarga dan menjadi motor penggerak penurunan angka stunting di daerah Ogan Ilir. Kegiatan ini bermanfaat menambahkan pengetahuan masyarakat tentang manfaat daun kelor sebagai MPASI dan mencegah stunting.

Keywords: Daun kelor, Inovasi M-PASI, Pencegahan stunting, Tanjung Pering.

PENDAHULUAN

Stunting telah menjadi isu kesehatan nasional karena Indonesia merupakan negara dengan kejadian stunting tertinggi ketiga di dunia. Upaya pemerintah dalam menurunkan angka stunting dirumuskan dalam Roadmap pencegahan Stunting 2018-2024 oleh Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia, 2020. Di Sumatera Selatan terdapat empat daerah yang memiliki angka prevalensi stunting di atas nasional, yakni Muara Enim (22,8 persen), Musi Rawas (25,4 persen), Banyuasin (24,8 persen), dan Ogan Ilir (24,9 persen)(Kompas.go.id).

Data kementerian kesehatan melaporkan bahwa lebih dari 40 % bayi di Indonesia sudah dikenalkan MPASI sebelum usia 6 bulan, sementara 40% anak usia 6-24 bulan tidak mendapat makanan yang beragam. Anak-anak ini mendapat asupan makanan yang kurang berkualitas atau kurang bergizi. Sekitar 29% anak tidak mengonsumsi vitamin A dan 29% tidak mengonsumsi makanan kaya zat besi setiap harinya (Kementerian Sekretariat Negara RI, 2020). Ada beberapa faktor penyebab stunting, misalnya dari lingkungan, faktor ekonomi, fasilitas kesehatan, pola asuh dan pola makan. Ibu yang harus bekerja untuk membantu perekonomian keluarga merupakan faktor yang berperan menimbulkan stunting karena

seringkali tidak memiliki cukup waktu untuk menyiapkan MPASI yang tepat. Hal ini menyebabkan anak-anak seringkali makan tanpa pengawasan, makan pada waktu yang tidak tepat atau terlambat karena beban kerja ibu. Salah satu upaya untuk menurunkan angka stunting adalah memberikan edukasi serta asupan gizi cukup bagi ibu menyusui, dan anak di balita (Rahmayanti dkk 2022; Rufaridah dkk, 2023).

Oleh karena itu kegiatan ini dirancang untuk memberikan edukasi kepada masyarakat khususnya ibu hamil dan menyusui tentang inovasi membuat makanan pendamping ASI (MPASI) dengan daun kelor di desa Tanjung Pering. Desa Tanjung Pering adalah salah satu desa di Kecamatan Inderalaya Utara, Kabupaten Ogan Ilir yang angka stuntingnya masih tinggi sehingga menjadi sasaran penurunan angka stunting baik oleh pemerintah daerah maupun kabupaten. Daun kelor dilaporkan mengandung nutrisi dan mineral seperti vitamin A, C, D dan E serta mineral kalium, kalsium dan zink yang sangat dibutuhkan untuk perkembangan anak, serta metabolit sekunder yang berkhasiat antioksidan sehingga sangat baik diberikan pada anak sebagai MPASI.

METODE

Kegiatan dilaksanakan dengan metode penyuluhan atau edukasi dan demonstrasi. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan adalah :

1. Diskusi dengan kepala desa Tanjung Pering untuk mengidentifikasi masalah.
2. Merancang kegiatan edukasi MPASI, mengidentifikasi peserta yaitu ibu hamil dan memiliki balita
3. Menyusun jadwal kegiatan.
4. Pembuatan spanduk, makalah dan liflet tentang cara mengolah daun kelor menjadi berbagai macam MPASI.
5. Pelaksanaan kegiatan berupa edukasi, demonstrasi dan diskusi mengenai stunting dan pemanfaatan daun kelor.
6. Demonstrasi cara membuat nugget, puding, ek krim dan telur dadar dari daun kelor.
7. Evaluasi kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahun 2024, pemerintah Indonesia menargetkan penurunan prevalensi stunting pada balita menjadi 14%. Berbagai upaya dilakukan untuk mencapai target tersebut, termasuk merancang berbagai program percepatan penurunan angka stunting. Pemerintah membuat Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi tahun 2020-2024 dan mencanangkan MPASI sebagai salah satu upaya pencegahan stunting. Kabupaten Ogan Ilir adalah salah satu daerah tingkat dua yang masih memiliki angka stunting lebih tinggi dari nasional. Salah satu desa di Ogan Ilir adalah desa Tanjung Pering yang juga merupakan desa binaan Universitas Sriwijaya. Oleh karena itu kegiatan edukasi “Pemanfaatan Daun

Kelor (*Moringa Oleifera*) Untuk Memenuhi Kebutuhan Makro Dan Mikro Nutrien” dilaksanakan di desa Tanjung Pering sebagai upaya turut berperan aktif mendukung program pemerintah menurunkan angka stunting.

Data statistik regional melaporkan bahwa jumlah pasangan usia subur di kecamatan Indralaya Utara pada tahun 2020 adalah 2.845 (<https://oganalirkab.bps.go.id>). Jika pasangan ini memiliki anak pada satu-dua tahun berikutnya maka anak-anak mereka berada pada rentang usia bayi-balita pada tahun 2023-2024. Oleh karena itu, kecamatan Indralaya Utara layak menjadi sasaran kegiatan pelaksanaan aksi konvergensi pencegahan stunting di kabupaten Ogan Ilir. Sebagai salah satu desa binaan Universitas Sriwijaya di Kabupaten Ogan Ilir, Desa Tanjung Pering menjadi target kegiatan karena letaknya yang bersebelahan dengan kampus UNSRI. Sebagian besar penduduk bekerja sebagai petani dan peternak, namun ada juga yang bekerja sebagai buruh. Sedangkan kaum perempuan banyak yang bekerja sebagai buruh tani atau pembuat kerupuk. Ibu yang bekerja seringkali tidak memiliki cukup waktu untuk menyiapkan MPASI yang tepat. Hal ini menyebabkan anak-anak seringkali makan tanpa pengawasan, makan pada waktu yang tidak tepat (Idrus, 2023; Rahmi dkk, 2022) terlambat karena beban kerja ibu. Selain itu, meskipun tidak tergolong desa dengan pendapatan terendah namun pengetahuan masyarakat khususnya ibu-ibu tentang pentingnya menyediakan MPASI yang berkualitas masih rendah. Oleh karena itu kegiatan edukasi tentang inovasi MPASI ini diharapkan dapat berkontribusi mencegah stunting di desa Tanjung Pering.



Gambar 1. Tanaman (Daun) Kelor Daun
(courtesy of operaqqlounge.com)

Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 18 September 2024 bersamaan dengan kegiatan Pos Yandu. Kegiatan diikuti oleh 30 orang peserta terdiri dari 3 ibu hamil, 17 ibu yang memiliki bayi dan balita serta 10 orang tenaga kader Pos Yandu. Selain itu kegiatan dihadiri oleh tenaga kesehatan dari puskesmas Indralaya. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh kepala desa (Gambar 2), dilanjutkan dengan edukasi tentang pentingnya makanan berkualitas untuk pertumbuhan dan



Gambar 2. Pembukaan acara oleh kepala desa (kiri) dan tim pelaksana (kanan)

Tanaman kelor merupakan salah satu solusi alternatif untuk memenuhi ketidak-seimbangan nutrisi pada balita. Daun kelor mengandung vitamin A 10x lebih banyak dari wortel, kalsium 15x lebih banyak dari pisang; kalsium 4x lebih baik dari susu dan protein 2x lebih baik dari yogurt. Karena kandungan gizinya yang sangat baik, WHO telah memperkenalkan sebagai salah satu

perkembangan anak disertai penjelasan tentang resiko yang akan dialami dimasa depan jika anak mengalami stunting (Gambar 3). Selain itu juga dijelaskan akibat stunting terhadap perkembangan kemampuan kognitif dan kecerdasan anak serta cara pencegahan stunting.

Materi utama yang disampaikan pada kegiatan edukasi adalah inovasi MPASI dengan memanfaatkan daun kelor. Daun kelor dilaporkan mengandung berbagai macam nutrisi seperti vitamin dan mineral. Kandungan mineral didalam daunkelor yaitu kalsium, potasium, zinc, magnesium, besi, dan tembaga. Selain berbagai vitamin (A, B, D, D dan E), daun kelor juga mengandung metabolit sekunder seperti flavonoid dan fenolik sehingga sangat baik diberikan pada anak sebagai MPASI (Asyakari dkk, 2023; Idrus dkk, 2023; Jannah dkk, 2023).

pangan alternatif yang potensial untuk memenuhi kebutuhan makro dan mikro nutrien (Idrus dkk, 2023; Jannah dkk, 2023). Setelah edukasi, kegiatan dilanjutkan dengandemosntrasi membuat nugget dan puding dari daun kelor. Demonstrasi ini dimaksudkan untuk memberi percontohan langsung agar peserta lebih mudah memahami dan dapat merasakan makanan yang dihasilkan. (Gambar 4).



Gambar 3. Edukasi dan Demonstrasi membuat nugget oleh tim yang diikuti peserta.

Kegiatan demonstrasi ini sangat menarik minat peserta karena dapat belajar secara langsung dan selama proses demonstrasi ini terjadi diskusi antara peserta dan tim pelaksana terkait masalah stunting seperti gejala stunting, penyebab dan akibatnya.

Selain itu peserta juga banyak

bertanya tentang kandungan daun kelor dan manfaat yang dapat diperoleh, karena selama ini masyarakat hanya memanfaatkan daun kelor untuk dimasak menjadi sayur. Padahal daun kelor adalah tanaman yang mudah ditemukan di sekitar rumah warga, namun belum memahami inovasinya.



Gambar 4. Puding dan nugget daun kelor

Daun kelor dapat diolah menjadi berbagai macam olahan makanan. Tidak hanya sebagai makanan utama seperti sayur, daun kelor juga dapat dibuat menjadi jajanan seperti bakwan, klepon atau sebagai dessert seperti puding dan es krim. (Jannah dkk, 2022). Untuk mengetahui pemahaman peserta terhadap materi, pada akhir kegiatan dilakukan monitoring melalui tanya jawab dan kuis. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang stunting,

penyebab dan akibatnya serta cara pencegahannya. Selain itu juga nampak peningkatan pengetahuan warga terkait kandungan gizi dan manfaat daun kelor untuk memenuhi kebutuhan mikro dan makro nutrien. Jika sebelumnya mereka hanya mengetahui bahwa daun kelor untuk dimasak menjadi sayur, dengan edukasi ini mereka menjadi lebih tahu bahwa daun kelor dapat dibuat berbagai makanan sebagai MPASI. Hasil evaluasi kegiatan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil survey kegiatan pengabdian.

No.	PERNYATAAN	Persentase
1	Peningkatan pengetahuan tentang penyebab dan akibat stunting	100 %
2	Peningkatan pemahaman tentang cara mencegah stunting	90 %
3	Peningkatan pengetahuan tentang manfaat daun kelor	90 %
4	Tertarik untuk membuat makanan dengan inovasi dari daun kelor.	87 %
5	Merasakan manfaat dari ilmu dan praktek yang diberikan.	100 %
6	Akan berupaya memberikan makanan terbaik untuk anak guna mencegah stunting setelah edukasi.	100 %
7	Sepakat bahwa stunting harus dicegah sedini mungkin	100 %

Peningkatan angka stunting di Indonesia termasuk tinggi, terutama pada anak usia 6-24 bulan. Oleh karena itu pemberian MPASI tepat waktu sangat diperlukan untuk mencegah stunting. Kantor regional UNICEF Asia Timur dan Pasifik telah mengembangkan kerangka aksi untuk pemberian MPASI. Kerangka tersebut menggambarkan perilaku pengasuhan, budaya yang berkembang serta pengetahuan masyarakat merupakan faktor-faktor yang menentukan praktik dan kualitas MPASI pada anak. Selain itu terdapat faktor sistem makanan, kesehatan, perlindungan sosial dan sistem air bersih, sanitasi yang ikut memengaruhi (Kementerian Kesehatan RI 2022; Kementerian Sekretariat Negara 2020).

Selain ibu hamil dan balita, terdapat sasaran penting lain dari edukasi ini yaitu, wanita usia subur dan remaja puteri. Namun karena kegiatan ini dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan Pos Yandu, tidak ada peserta remaja yang hadir. Terdapat dua kelompok prioritas pencegahan stunting, yaitu intervensi spesifik dan intervensi sensitif (Akbar dan Huriah 2022; Rahmi dkk, 2022). Yang dimaksud intervensi spesifik adalah intervensi pada penyebab langsung stunting. Umumnya sasaran intervensi ini adalah sektor kesehatan seperti: 1) Kecukupan asupan makanan dan gizi;

2) Pemberian makan, perawatan dan pola asuh; dan 3) Pengobatan infeksi/penyakit. Sementara itu intervensi sensitif adalah intervensi pada penyebab tidak langsung dan berada di luar sektor kesehatan. Intervensi gizi sensitif mencakup:

- Kemudahan akses makanan bergizi
- Peningkatan kesadaran, komitmen dan praktik pengasuhan gizi ibu dan anak
- Kemudahan akses pelayanan kesehatan yang berkualitas; dan
- Peningkatan penyediaan air bersih dan sarana sanitasi (Kementerian Sekretariat Negara RI, 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan edukasi dan demonstrasi yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan :

1. Penyuluhan tentang penyebab stunting, akibat dan cara pencegahannya meningkatkan pengetahuan dan minat masyarakat untuk berperan mencegah stunting di lingkungan keluarganya.

2. Pengetahuan tentang kandungan gizi dan manfaat daun kelor menarik minat masyarakat untuk memanfaatkannya sebagai makanan untuk memenuhi makro dan mikro nutrin pada anak.

3. Demosntrasi cara mengolah daun kelor sebagai inovasi MPASI, meningkatkan pengetahuan dan minat masyarakat untuk menyediakan beragam makanan sebagai MPASI untuk mencegah stunting.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih disampaikan kepada LPPM UNSRI yang telah mendanai kegiatan ini melalui Anggaran DIPA Badan Layanan Umum Universitas Sriwijaya Tahun Anggaran 2024 Sesuai dengan SK Rektor Tanggal 10 Juli 2024 Nomor : 0007/UN9/SK.LP2M.PM/2024.

DAFTAR PUSTAKA

Akbar NI dan Huriah T. Modul Pencegahan Stunting. **2022**. Yogyakarta hal 4-15.

Asykari HA, Siti N, Aliyah N, Laras K, Ade A, Andita FS, dkk. **2023**. Pemberdayaan Pangan Lokal Melalui Inovasi Pengolahan MP-ASI dan Modifikasi PMT sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Rejosari, Kangkung, Kendal. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)*, 3(6): 1677-1688. <https://doi.org/10.54082/jamsi.998>

Idrus AA, Maulana ZR, Ria I, Lalu PP, Afrijal, Annisa ZZ, Al Zahwa SU, Merlina, Dayu YA, Febrian R, Nurmayani, Naufal ZB. **2023**. Upaya Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Pada Masyarakat Guna Terwujudnya Desa Sehat di Desa Tanjung Luar. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6(1): 288-292.

<https://doi.org/10.29303/jpmpi.v6i1.3427>.

Jannah EL, Aenun J, Ayu N, I Gede FY, Iffa KF, Made DD, dkk. **2023**. Pembuatan Prod; Euk Nutrisi dan MPASI melalui Pemanfaatan Sumber Daya Alam Daun Kelor (Moringa oleifera) sebagai Langkah Mengatasi dan Mencegah Stunting di Desa Selong Belanak. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6 (2):94-99. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v6i2.4069>

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, WHO dan UNICEF. **2022**. Kerangka Aksi Makanan Pendamping ASI.

Kementrian Sekretariat Negara Republik Indonesia, **2020**, Peta Jalan Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024. *Sekretariat Wakil Presiden*. Hal 1-3.

Rahmi FJ, Najla H, Thinni NR. **2022**. Program Pencegahan Stunting Di Indonesia: *A Systematic Review*. **2022**. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*. 17(3): 281-292. <https://doi.org/10.204736/mgi.v17i3.281-292>

Rahmayanti BM, Ruth SPT, Dita AS, Sahrul R. **2022**. Upaya Percepatan Pencegahan dan Penurunan Stunting Melalui Program Pendampingan Keluarga di Desa Pakuan Kecamatan Narmada.. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5 (4): 175-180. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v5i4.2415>.

Rufaridah A, Asmita D, Wuri K, Sri M, Lailatul H. **2023**. Inovasi Pembuatan Makanan

Fitrya,dkk. Inovasi Mp-Asi Dengan Pemanfaatan Daun Kelor Untuk Memenuhi...

Pendamping ASI untuk
Pencegahan Stunting pada 1000
Hari Pertama Kehidupan.
*Masyarakat Berdaya dan
Inovasi*, 4 (2): 147-153.