

## **Pemanfaatan Daun Kelor Untuk Mengatasi Stunting DiKelurahan Cibeureum: Solusi Lokal Untuk Gizi Anak**

**Dwi Lailasari<sup>1</sup>, Maudy Isniarti<sup>2</sup>, Mimi Mardiksta Emalia<sup>3</sup>, Mochamad Fitra Palama<sup>4</sup>,  
NasyaLuthfiah Suwito<sup>5</sup>, Nisa Komalasari<sup>6</sup>, Nita Zulfia<sup>7</sup>, Rayhan Ary Nugraha<sup>8</sup>, Selvy  
Lavia Putri Pricilla<sup>9</sup>, Fikfik Taufik<sup>10</sup>**

*<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10</sup> Universitas Muhammadiyah Bandung, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Dwi Lailasari

**E-mail:** [dwi.lailasari04@gmail.com](mailto:dwi.lailasari04@gmail.com)

### **Abstrak**

*Stunting adalah bentuk kekurangan gizi paling umum (PE/mikronutrien), Stunting akan terjadi pada anak balita usia 1.000 hari pertama kehidupan (HPK) yang mengalami gagal tumbuh yang disebabkan oleh kekurangan gizi sehingga anak-anak lebih rentan atau mudah sakit, hal ini menyebabkan berbagai kelainan pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu stunting dipengaruhi oleh kondisi ibu, ukuran ibu, nutrisi selama hamil, dan pertumbuhan janin. Dalam penelitian ini juga digunakan metode literature review dimana penelitian berfokus pada pencarian jurnal yang memiliki tema yang sama. Selain itu metode yang digunakan pada Dalam pembuatan jurnal ini, peserta KKN BKKBN 04 menggunakan metode edukasi secara langsung kepada masyarakat dan disertai dengan observasi secara ke masyarakat. Penggunaan daun kelor menghasilkan nilai gizi yang tinggi dimana gizi ini sangatlah dibutuhkan oleh anak terutama anak pada 1000 hari pertama kehidupan. Melihat nilai gizinya yang baik, penggunaan daun kelor dapat digunakan sebagai upaya mencegah stunting pada anak. Berdasarkan analisis yang dilakukan didapatkan bahwa kandungan gizi dari daun kelor dapat membantu pencegahan dan penanganan stunting di kelurahan Cibeureum. Selain itu perlu juga sosialisasi mengenai manfaat daun kelor secara lebih masif di kelurahan Cibeureum*

**Kata kunci** - Stunting, Daun Kelor, Pengabdian Masyarakat, Pendidikan

### **Abstract**

*Stunting is the most common form of malnutrition (PE/micronutrients), stunting occurs in children under 1,000 days of age (HPK) who experience growth failure caused by malnutrition, making children more vulnerable or susceptible to disease, resulting in various growth and developmental abnormalities. In addition, stunting is influenced by maternal conditions, maternal size, nutrition during pregnancy and fetal growth. This research also uses the literature review method, where the research focuses on finding journals that have the same topic. In addition, the method used in producing this journal, KKN BKKBN 04 participants used the method of direct education to the community and accompanied by observation to the community. The use of Moringa leaves produces high nutritional value which is needed by children, especially children in the first 1000 days of life. Given its high nutritional value, the use of Moringa leaves can be used as an effort to prevent stunting in children. Based on the analysis conducted, it is found that the nutritional content of Moringa leaves can help prevent and treat stunting in Cibeureum village. In addition, it is also necessary to socialise the benefits of moringa in the village of Cibeureum.*

**Keywords** - Stunting, Moringa, Communities-Base Service, Education

## PENDAHULUAN

Stunting adalah bentuk kekurangan gizi paling umum (PE/mikronutrien), yang mempengaruhi bayi sebelum lahir dan awal setelah lahir, terkait dengan ukuran ibu, nutrisi selama hamil, dan pertumbuhan janin. Menurut Sudiman dalam Ngaisyah dalam Dermawan dkk., (2022), stunting pada anak balita adalah salah satu indikator status gizi kronis yang dapat menunjukkan masalah sosial ekonomi secara keseluruhan di masa lalu dan dapat memberikan dampak yang sulit diperbaiki pada dua tahun pertama kehidupan anak. Status ekonomi orang tua dan ketahanan pangan keluarga merupakan faktor sosial ekonomi yang mempengaruhi stunting (Dermawan dkk., 2022). Stunting akan terjadi pada anak balita usia 1.000 hari pertama kehidupan (HPK) yang mengalami gagal tumbuh yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis (Kementerian PPN/Bappenas, 2018 dalam Rahman dkk.,2023). Karena anak-anak lebih rentan atau mudah sakit, hal ini menyebabkan berbagai kelainan pertumbuhan dan perkembangan. Masalah perkembangan tubuh dan otak tidak jarang terjadi pada anak stunting. Anak-anak yang dianggap stunting dapat memiliki tubuh yang lebih pendek atau lebih tinggi dari standar nasional yang tercantum dalam Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Hasilnya akan berdampak pada produktivitas dan munculnya penyakit kronis saat dewasa (Rahman dkk., 2023). Stunting membahayakan kualitas sumber daya manusia Indonesia karena mengganggu pertumbuhan fisik dan menyebabkan penyakit pada anak-anak (Khairani, 2020).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan penurunan prevalensi stunting nasional sebesar 6,4% selama periode 5 tahun, yaitu dari 37,2% (2013) menjadi 30,8% (2018). Menurut hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019, prevalensi stunting pada balita turun menjadi 27,7% pada tahun 2019, menunjukkan penurunan 3.1% pada tahun sebelumnya. Meskipun angka stunting telah menurun sejak tahun 2013, angka tersebut tetap tinggi (Indonesia, 2020). Karena banyaknya tantangan yang dihadapi dalam penerapan kebijakan penurunan stunting di Indonesia, penurunan stunting secara cepat menjadi tantangan yang sulit dicapai. Antara hambatan tersebut termasuk masalah koordinasi dan survei antar instansi pemerintah, beberapa kebijakan yang tidak mencapai sasaran, masalah standarisasi pelayanan kesehatan dan pelatihan tenaga kesehatan, dan masalah tata kelola, seperti cara terbaik untuk memaksimalkan pemanfaatan anggaran pusat daerah hingga desa untuk menysasar stunting. Selain itu, stunting adalah masalah gizi jangka panjang yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi yang cukup dalam jangka waktu yang lama, yang mengganggu tumbuh kembang anak. Perbaikan pola makan dan pola pengasuhan, sanitasi yang sehat dan bersih, peningkatan kualitas gizi makanan, dan program pemerintah untuk mengurangi stunting adalah semua hal yang diperlukan untuk memerangi stunting. Di Indonesia, penanggulangan stunting terus dilakukan dan digalakkan oleh pemerintah, meskipun kebijakan penurunan stunting menghadapi tantangan (Prasetya, 2024).

Telah banyak penelitian yang meneliti penggunaan daun kelor sebagai upaya pencegahan stunting. Daun kelor telah banyak dikolaborasi dengan berbagai bahan pangan yang ada seperti tempe, ikan patin, dan lain sebagainya. Begitu pula jenis makanannya daun kelor telah digunakan sebagai bahan baku pembuatan nugget, dimsum, dan lain sebagainya. Melihat tingginya kandungan gizi dari daun kelor ini menjadikan alasan yang besar yang melatarbelakangi penggunaan daun kelor sebagai bahan tambahan pangan yang bergizi. Meski demikian edukasi mengenai kandungan daun kelor pada masyarakat belumlah masif karena dalam pelaksanaannya daun kelor masih sering disangkut pautkan dengan hal-hal mistis di kalangan masyarakat umum. Hal ini perlu ditindak lanjuti lebih dalam lagi dalam pensosialisasian manfaat dan kandungan daun kelor kepada masyarakat umum.

Kelor atau *moringa oleifera* dikenal sebagai *miracle tree* atau pohon ajaib karena secara alami merupakan sumber nutrisi berkhasiat dan obat yang kandungannya melebihi kandungan tanaman biasa. Tanaman kelor dapat tumbuh dan berkembang dengan baik di lingkungan tropis seperti Indonesia. Moringa dapat digunakan sebagai suplemen makanan lokal untuk ibu hamil untuk mengurangi anemia

dan pertumbuhan terhambat pada anak. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa tanaman kelor dapat meningkatkan tingkat zat besi dalam tubuh ibu hamil. Kelor juga dapat membantu mengurangi stres, meningkatkan kuantitas ibu menyusui, mencegah anemia, dan menambah berat badan ibu hamil. Studi yang dilakukan oleh Basri et al. (2021 dalam Hanif & Berawi, 2022) menunjukkan bahwa intervensi kelor memiliki efek yang berbeda pada anak-anak yang berusia antara 6 dan 24 bulan. Studi tersebut menemukan bahwa tidak ada intervensi yang konsisten yang berdampak pada stunting pada usia 0 hingga 24 bulan. Oleh karena itu, penelitian ini menilai dampak intervensi kelor selama kehamilan pada stunting pada anak-anak berusia 36 hingga 42 bulan (Basri, et al., 2021 dalam (Hanif & Berawi, 2022).

## **METODE**

Metode yang digunakan pada Dalam pembuatan jurnal ini, peserta KKN BKKBN 04 menggunakan metode edukasi secara langsung kepada masyarakat dan disertai dengan observasi secara ke masyarakat. Dalam kegiatan observasi kami melakukan sebuah tahapan pelaksanaan kegiatan praktik belajar lapangan yang diawali dengan kegiatan analisis situasi ataupun survei di tempat kegiatan, kemudian menentukan sasaran yang ditinjau untuk mengkaji permasalahan yang ada di lingkungan tersebut, selain itu Pada tahapan ini juga dilakukan proses perizinan kepada Kelurahan setempat dan juga kepala Kelurahan setempat untuk melakukan seminar stunting. Serta dilakukan identifikasi masalah yang ada di wilayah tersebut. Teknik observasi ini digunakan untuk mengamati dan mendeskripsikan tingkah laku subjek untuk mendapatkan informasi yang kami butuhkan. Selain itu kami juga melakukan wawancara kepada kader stunting yang ada di kelurahan untuk memperoleh data yang lebih akurat mengenai kasus stunting yang ada di Kelurahan Cibeureum, Cimahi Selatan.

Dalam penelitian ini juga digunakan metode *literature review* dimana penelitian berfokus pada pencarian jurnal yang memiliki tema yang sama atau yang membahas mengenai penggunaan daun kelor yang didapatkan melalui Google Scholar. Setelah meninjau literatur, temuan penelitian menunjukkan berbagai variabel penelitian yang berkaitan dengan pemenuhan gizi pencegahan stunting.

Pencarian literatur ditentukan berdasarkan kesesuaian tema yang diambil dengan literatur yang ada yaitu stunting dan daun kelor beserta pengaplikasiannya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Memenuhi kebutuhan nutrisi Balita dengan makanan tambahan seperti kudapan, jajanan, atau snack sehat dapat membantu. Kudapan anak balita ini dapat dibuat dengan bahan-bahan lokal karena murah dan mudah ditemukan. Daun kelor (*Moringa oleifera*) adalah makanan lokal yang baik untuk anak balita. Salah satu upaya pencegahan stunting ialah dengan memberikan edukasi pada orang tua khususnya Ibu untuk bisa mengatur isi piring dengan gizi seimbang salah satunya dengan memanfaatkan daun kelor untuk menjadi bahan pangan tambahan bagi anak. Salah satu upaya yang dilakukan dalam mensosialisasikan daun kelor yaitu dengan pemberian PMT (Pemberian Makanan Tambahan) yang diberikan pada saat Posyandu pada anak. Dalam pelaksanaannya daun kelor dikolaborasi dengan bahan pangan lainnya untuk menghasilkan jenis makanan yang beragam. Salah satu contohnya adalah pembuatan dimsum yang menggunakan daun kelor sebagai pengganti daun bawang seperti gambar 1 dan 2



**Gambar 1.**  
Bahan baku dimsum



**Gambar 2.**  
Proses pembuatan dimsum

Bagian daun tanaman kelor telah banyak diteliti karena kandungan gizinya dan manfaatnya untuk pandangan kesehatan. Variasi nutrisi termasuk vitamin A, vitamin B, protein, kalsium, zat besi, dan vitamin C (Misra & Misra, 2014; Oluduro, 2012 dalam Marhaeni, 2021). Daun kelor memiliki kandungan zat gizi yang tinggi, dengan 17,2 mg/100 g (Yameogo et al., 2011 dalam Marhaeni, 2021). Selain itu, daun kelor juga mengandung berbagai macam asam amino. Ini termasuk asam aspartat, asam glutamat, alanin, valin, leusin, isoleusin, histidin, lisin, arginin, venilalanin, triptofan, sistein, dan methionin (Simbolan et al., 2007 dalam Marhaeni, 2021). Disebabkan oleh kandungan asam askorbat, flavonoid, phenolic, dan karatenoid daun kelor, daun kelor segar memiliki kandungan fenol 3.4%, sedangkan daun kelor yang telah diekstrak memiliki kandungan 1.6% (Foild et al., 2007 dalam Marhaeni, 2021). Daun kelor segar juga memiliki kandungan gizi yang tinggi, termasuk protein 22,7%, lemak 4,65%, karbohidrat 7,92%, dan kalsium 350 hingga 500 mg (Nweze et al., 2014 dalam Wahyuningsih & Darni, 2021). Selain itu, daun kelor memiliki kandungan asam amino lengkap, antioksidan yang tinggi, dan antimikroba (Das, et al., 2012 dalam Wahyuningsih & Darni, 2021).

Untuk membuat dimsum dibutuhkan bahan seperti daging ayam, dan daging ikan kembung. Kandungan gizi daging ayam yang baik mencakup kadar air 74,86%, protein 23,20 %, lemak 1,65 %, dan kalori 114 kkal (Rosyidi et al., 2009 dalam Bollyn et al., 2023). Sedangkan untuk Ikan kembung (*Rasrelliger sp.*) segar memiliki kadar protein 18,54%, lemak 0,59%, karbohidrat 2,91%, air 76,47%, dan abu 1,48% (Azri, 2014 dalam Andira et al., 2022). Ikan kembung memiliki beberapa keuntungan, seperti harganya yang terjangkau dan nilai gizinya yang tinggi. Mereka mengandung air (71,4 gram), energi (kal) 125, protein (g) 721,3, lemak (g) 3,4, karbohidrat (9 gram) 2,2, kalsium (mg) 136, fosfor (mg) 69, besi (mg) 0,8, natrium (mg) 214, tembaga (mg) 0,20, dan seng (mg) 1,1 (Nalendrya et al., 2016 dalam Andira et al., 2022).

Dalam pelaksanaannya daun kelor ini digunakan sebagai PMT yang berbentuk dimsum. Dimsum daun kelor ini memiliki kandungan protein yang tinggi dan juga karbohidrat. Ini menunjukkan bahwa penggunaan daun kelor menghasilkan nilai gizi yang tinggi dimana gizi ini sangatlah dibutuhkan oleh anak terutama anak pada 1000 hari pertama kehidupan. Melihat nilai gizinya yang baik, penggunaan daun kelor dapat digunakan sebagai upaya mencegah stunting pada anak. Stunting sendiri salah satu penyebabnya merupakan kurangnya nutrisi pada 1000 hari pertama kehidupan. Oleh karena itu upaya pemenuhan gizi bagi anak harus sangat diperhatikan oleh orang tua agar anaknya terhindar dari risiko stunting. Dalam pemenuhan gizi orang tua yang telah tereduksi dapat dengan lebih leluasa mengkombinasikan daun kelor menjadi bagian dari makanan anak. Karena pentingnya pemenuhan gizi seimbang dilakukanlah sosialisasi kepada para Ibu di PAUD Aster mengenai menu bergizi seimbang seperti pada gambar 3.



**Gambar 3.**  
Edukasi menu bergizi

Selain nilai gizinya yang tinggi, daun kelor juga mudah ditemukan di wilayah kelurahan cibeureum sehingga hal ini perlu dimanfaatkan. Selain itu tanaman kelor juga mudah dibudidayakan di wilayah kelurahan Cibeureum. Pemerintah setempat juga menggemakan pembudidayaan tanaman kelor sebagai komoditas atau ciri khas dari kelurahan Cibeureum.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis yang dilakukan didapatkan bahwa kandungan gizi dari daun kelor dapat membantu pencegahan dan penanganan stunting di kelurahan Cibeureum. Selain itu perlu juga sosialisasi mengenai manfaat daun kelor secara lebih masif di kelurahan Cibeureum. Dari hasil kegiatan yang telah dilakukan pemanfaatan daun kelor di lingkungan kelurahan Cibeureum telah diaplikasikan dalam pemberian PMT yang dilakukan sebagai upaya pencegahan stunting di lingkungan kelurahan Cibeureum.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih diberikan kepada para anggota kelompok yang telah berkontribusi terhadap kegiatan pengabdian masyarakat melalui KKN. Ucapan terimakasih juga diberikan kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) kami juga pihak terkait seperti BKKBN dan masyarakat sekitar di wilayah kelurahan Cibeureum.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Andira, A., Sumartini, Hutapea, J., Soleha, S. P., & Amalia, A. R. (2022). Fortifikasi Ikan Kembung (*Rastrelliger sp*) Terhadap Karakteristik Dan Nutrisi Mie Basah. 2022(SemanTECH), 94–103.
- Bollyn, F., Luju, M. T., & Achmadi, P. C. (2023). Evaluasi Penambahan Tepung Buah Pare (*Momordica charantia*) Sebagai Imbuhan Pakan Terhadap Kualitas Fisik Dan Kimia Daging Ayam Pedaging. 11(July), 82–93.
- Conyers, D. (1994). *Perencanaan Sosial di Dunia Ketiga: Suatu Pengantar*, Yogyakarta: GadjahMada University Press.
- Dermawan, A., Mahanim, M., & Siregar, N. (2022). Upaya percepatan penurunan stunting di kabupaten asahan. *Jurnal Bangun Abdimas*, 1(2), 98–104.
- Hanif, F., & Berawi, K. N. (2022). Literature review: Daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai makanan sehat pelengkap nutrisi 1000 hari pertama kehidupan. *Jurnal Kesehatan*, 13(2),398–407.
- Indonesia, K. S. N. R. (2020). *Peta Jalan Percepatan Pencegahan Stunting Indonesia 2018-2024*. TP2AK

- Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia*, 1–24.
- Marhaeni, L. S. (2021). Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Sumber Pangan Fungsional Dan Antioksidan. *13(2)*, 40–53.
- Prasetya, L. K. B. (2024). Tantangan Menuju Prevalensi Stunting 14%: Mengapa Penurunan Prevalensi Stunting Dalam 2 Tahun Terakhir (Tahun 2021 Dan 2022) Sangat Kecil Di Indonesia? *Jurnal Keluarga Berencana*, 1–7.
- Rahman, H., Rahmah, M., & Saribulan, N. (2023). Upaya Penanganan Stunting di Indonesia: Analisis Bibliometrik Dan Analisis Konten. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa*, 8(1), 44–59.
- Subroto, E., Tensiska, dan Indiarso. R. (2014). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan dalam upaya Mendukung Ketahanan Pangan di Desa Girijaya dan Mekarjaya, Kecamatan Cikajang, Kabupaten Garut. *Dharmakarya*. 13(1) 1-4.
- Suwahyono, N. (2004). *Pedoman Penampilan Majalah Ilmiah Indonesia*. Jakarta: Pusat Dokumentasi dan Informasi Ilmiah, LIPI.
- 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), 161–165.