
**EDUKASI PEMANFAATAN KELOR DAN IKAN LELE SEBAGAI ALTERNATIF
PERBAIKAN STATUS GIZI BALITA STUNTING**

Oleh

Sa'adah Handayani¹⁾, Resty Himma Muliani²⁾, Nina Maria Desi³⁾, Ratna Dewi Handayani⁴⁾,
Fitriana Rakhimah⁵⁾**ABSTRACT**

Published Online
September, 20, 2024
This online publication has been
corrected

Authors

1) Universitas Muhammadiyah
Tegal
Email:
saadah.handayani15@gmail.com

doi: -

Correspondence to: Name :

Sa'adah Handayani:
Universitas
Muhammadiyah Tegal
Address:
Email: Admisi.pol
muh@gmail.com
saadah.handayani15@gmail.com
Phone: 08156950111

Background: The urgent nutrition problem in Indonesia is closely related to stunting in children. Indonesia itself is a tropical country that has a diversity of plants that are rich in nutrients of economic value, one of which is Moringa (*Moringa oleifera*). Despite being rich in nutrients, people dislike the consumption of moringa because it has a strong odor caused by protease enzymes. Various elements of macro and micro nutrients in moringa leaves are not widely known by the Indonesian people, this is important in an effort to increase knowledge about the benefits and modification techniques of moringa leaves to be combined with animal protein from catfish into processed nuggets that can prevent and improve the nutritional status of stunting toddlers..

Method: The methods used in this activity giving pretest about the benefits of moringa and *Clarias Gariepinus*, providing knowledge to cadres about stunting and how to prevent it, discussion and question and answer about the material that has been presented, Administering post-test assessments as a way to evaluate activities .

Results Wilcoxon test results there is an effect of cadre knowledge about the benefits of moringa, *clarias gariepinus* with stunting with a p value of 0.000. **Conclusion:** This community service improvement activity has significant results in increasing knowledge for posyandu cadres from less knowledge as much as 75% (pretest) to good knowledge 25% (posttest).

Keywords: Stunting, toddlers, moringa and *Clarias Gariepinus*.

PENDAHULUAN

Tanaman kelor berasal dari India dan Arab yang bertanah kering dan gersang dan kemudian menyebar ke berbagai tempat, termasuk tempat tropis dengan curah hujan yang tinggi seperti Indonesia. Tanaman kelor (*Moringa Oleifera*) biasa disebut Remunggay di Bengkulu, dan daunnya disebut sebagai "pohon miracle". Pohon berukuran tinggi 12 meter dengan diameter 30 cm ini dikenal sebagai "pohon miracle". (Zaki, 2020). Anak daun tanaman kelor berwarna hijau sampai hijau kecokelatan dan memiliki bentuk bundar atau bundar terbalik atau kecil, berbentuk telur, dan bersirip tak sempurna sebesar ujung jari, panjangnya antara 1 hingga 3 cm dan lebarnya antara 4 hingga 1 cm. Ujungnya halus, tepinya rata dan pangkalnya membulat (Isnan & M, 2017). *Moringa Oleifera* mengandung 90 jenis nutrisi alami, termasuk vitamin dan mineral, 36 senyawa anti inflamasi, 46 antioksidan kuat melindungi tubuh dari radikal bebas, dan 18 asam amino, yang mencakup delapan asam esensial yang dibutuhkan tubuh untuk menghasilkan sel baru. *Moringa Oleifera* mempunyai sejumlah besar bahan kimia, termasuk ssparagin, asam glutamat, alanin, valin, leusin, isoleusin, histidin, lisin, arginin, venilalanin, triftopan, sisten, dan methionin adalah semua asam amino

asprat. Selain itu, daun kelor mengandung makroelemen seperti mangan, kalsium, magnesium, sodium, fosfor, dan magnesium, serta provitamin A, vitamin B, dan vitamin C. (Zaki, 2020).



Gambar 1.1 *Moringa Oleifera*

Moringa Oleifera jika didesa di Indonesia sendiri banyak digunakan sebagai tapal di sekitar batas rumah dan kebun dan penyangga tumbuhan merambat. Bahkan masyarakat Indonesia belum menyadari begitu banyak manfaat yang didapatkan dari tanaman kelor ini, tanaman ini digunakan dalam ilmu pangan untuk mengobati gizi buruk, terutama untuk bayi dan ibu menyusui. Hasil riset menyebutkan pemberian nuget kelor kombinasi ikan lele selama 14 hari dengan dosis 2x150 gr/hari secara rutin terhadap 16 balita gizi kurang mampu meningkatkan berat badan masing-masing balita 0,2 ons (Handayani, 2024).

Pentingnya peningkatan pengetahuan masyarakat terutama ibu yang memiliki balita inilah, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan terhadap kader posyandu yang

merupakan ujung tombak dan pilar dalam menjalankan program kesehatan pemerintah. Berdasarkan survei yang dilakukan, sebagian besar kader posyandu di Desa Mejasem Timur Kabupaten Tegal mempunyai pengetahuan kurang tentang manfaat kelor untuk kesehatan balita. Untuk menanggulangi stunting, pemerintah sedang gencar melakukan program kampanye pemenuhan gizi dan pencegahan stunting di sekitar 1000 HPK. Membantu program peningkatan kesehatan ibu dan anak adalah salah satu pemenuhan tugas dosen dalam Tridharma.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 8 Agustus 2024 di Posyandu RW 3 Desa Mejasem Timur yang diikuti 20 kader Posyandu, Bidan Desa, Dosen, dan mahasiswa Prodi D III Kebidanan Universitas Muhammadiyah Tegal. Kegiatan pengabdian dimulai yaitu persiapan dan perizinan dengan staf Desa Mejasem Timur dan Puskesmas Kramat Kabupaten Tegal, tindakan dan evaluasi program. Pelaksanaan program dilakukan dalam 4 tingkatan yaitu 1) Pemberian pretest tentang manfaat kelor dan ikan lele; 2) Memberikan pengetahuan kepada kader tentang stunting dan cara

mencegahnya; 3) Diskusi dan tanya jawab tentang materi yang telah disampaikan; 4) Memberi penilaian setelah tes sebagai cara untuk mengevaluasi kegiatan. Kuesioner sebelum dan setelah tes terdiri dari sepuluh pertanyaan tentang manfaat kelor dan ikan lele serta cara mencegah stunting. Hasil analisis menunjukkan bahwa kuesioner dikategorikan sebagai pengetahuan baik apabila memiliki nilai lebih dari enam puluh. Jika nilainya kurang dari enam puluh, kuesioner dikategorikan sebagai pengetahuan kurang. Uji statistik non parametrik Wilcoxon digunakan untuk menguji peningkatan pengetahuan karena hasil keuaran uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Persiapan dan perijinan dengan pihak terkait

Kegiatan pengabdian dimulai dengan persiapan dan perizinan ke staf desa Mejasem Timur dan Puskesmas Kramat Kabupaten Tegal. Kegiatan sosialisasi olahan makanan bagi balita yang tinggi protein nabati dan hewani yang bernilai ekonomis dengan memanfaatkan tanaman lokal kelor dan ikan lele sebagai upaya pencegahan dan perbaikan gizi balita stunting kepada Puskesmas Kramat dan bidan desa serta

dosen mahasiswa Prodi D III Kebidanan Universitas Muhammadiyah Tegal. Pihak puskesmas, yang mengelola Posyandu, menyambut baik kegiatan ini.

2. Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu

Sebelum dilakukan pengisian materi tentang pemanfaatan tanaman lokal daun kelor kombinasi ikan lele kepada para kader posyandu di Desa Mejasem Timur sebagai upaya pencegahan dan perbaikan gizi balita stunting, dilakukan terlebih dahulu pretest kepara para kader tentang pengetahuan manfaat daun kelor dan ikan lele. Kuesioner pretest dibantu dibagikan oleh mahasiswa prodi D III Kebidanan dan pengisian materi oleh Dosen Prodi D III Kebidanan Sa'adah Handayani, S.ST.,M.Kes. pemberian materi dilakukan diikuti sesi diskusi dan tanya jawab tentang materi dan masalah Posyandu terbaru. Pada tahap evaluasi, peserta diminta untuk mengisi post-test untuk mengetahui pengaruh kegiatan ceramah terhadap pengetahuan anggota staf. Pengetahuan adalah salah satu komponen penting yang memengaruhi perilaku anggota staf dalam melakukan tugas. Pengetahuan merupakan satu dari tiga domain yang mempengaruhi perilaku manusia. Pengetahuan

memainkan peran penting dalam membentuk tindakan seseorang, karena berdasarkan pengalaman dan penelitian, perilaku yang didasarkan pada pengetahuan lebih tahan lama daripada perilaku yang tidak didasarkan pada pengetahuan (Soekidjo, 2014).



Gambar 2.1 Pengisian materi pemanfaatan kelor dan ikan lele, stunting

Tabel 2.1 Frekuensi pengetahuan kader posyandu Sebelum Dan Sesudah

Pengetahuan	Pre	%	Post	%
Kurang	15	75	2	10
Baik	5	25	18	90
Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 2.1 diketahui bahwa dari total 20 responden pada hasil pretest, ibu yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 15 responden (75%) dan pengetahuan baik sebanyak 5 responden (25%). Pada hasil posttest dari total 20 responden ibu yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 2 responden (10%) dan pengetahuan baik sebanyak 18 responden (80%).

Tabel 2.2 Analisis deskriptif dan uji *Wilcoxon* Sebelum (*Pretest*) Dan Sesudah (*Posttest*)

Variabel	N	Min	Max	Mean	Median	<i>P value</i>
<i>Pre Test</i>	20	20,00	60,00	46,50	45,00	0,000
<i>Post Test</i>	20	70,00	90,00	74,00	75,00	
Valid N	20					

Berdasarkan Tabel 2.2 sebelum diberikan materi, pengetahuan responden rata-rata kurang yaitu dengan nilai 45. Setelah diberikan materi terjadi peningkatan pengetahuan dimana sebagian besar responden sudah masuk kategori pengetahuan baik dengan nilai rata-rata 75. Berdasarkan hasil uji statistic dapat dibuktikan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden mengenai manfaat kelor dan ikan lele untuk stunting setelah *posttest* kegiatan pemberian materi.

Angka stunting (gizi kurang) di Indonesia pada tahun 2022 sebesar 21,6%, atau 16.452.094 balita, dengan 1.172.102 balita stunting. Sementara itu, prevalensi balita stunting di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2022 sebesar 20,8%, atau 2.051.484 balita, dengan 187.304 balita stunting. Faktor-faktor yang berkontribusi pada penurunan berat badan stunting adalah kurangnya konsumsi nutrisi selama kehamilan dan masa balita, kurangnya layanan kesehatan seperti perawatan antenatal dan postnatal, dan kurangnya

akses ke makanan sehat dan sanitasi, penyebab lainnya karena kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi (Yuwanti et.al, 2021). Dengan adanya pemberian materi kepada kader posyandu diharapkan para kader yang menjadi ujung tombak dalam kegiatan kesehatan di desa dapat mensosialisasikan pengetahuannya tentang manfaat kelor dan ikan lele untuk stunting.

Tanaman kelor mengandung fitokimia yang beragam pada daun, polong, dan biji, yang membuatnya kaya akan nutrisi. Kandungan dalam kelor lebih tinggi daripada wortel atau wortel, vitamin A 10 kali lebih tinggi daripada yogurt, kalsium 17 kali lebih tinggi daripada susu, protein 9 kali lebih tinggi daripada yogurt, kalium 15 kali lebih tinggi daripada pisang, dan zat besi 25 kali lebih tinggi daripada bayam (Novitasari & Riono, 2021). Demikian pula dengan dalam 100 gram ikan lele, terdapat protein 17,57 gram, karbohidrat 3,54 gram, lemak 14,53 gram, dan vitamin 4,5% (Rustaman, 2015)

SIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan kader posyandu dari kegiatan pretest sebagian besar pengetahuan kader posyandu kategori kurang (75%) sedangkan untuk posttest meningkat menjadi kategori baik (90%). Penyajian materi sangat berpengaruh besar terhadap peningkatan pengetahuan kader posyandu dengan nilai signifikansi p value 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

Handayani, S. (2024). Efektivitas Nugget Daun Kelor Kombinasi Ikan Lele Terhadap Perubahan Berat Badan Baduta Gizi Kurang. *Jurnal Kesehatan Dan Ilmu Kedokteran (JUKIK)*, 6(3), 35–44.

Isnan, W., & M, N. (2017). Ragam Manfaat Tanaman Kelor (*Moringa Oleifera* Lamk). *Jurnal Info Teknis Eboni*, 14(1), 63–75.

Novitasari, R., & Riono, Y. (2021). Study Pembuatan Ampyang Dengan Varian Formulasi Tepung Daun Kelor Kering (*Moringa Oleifera* Lamk) Dan Tepung Ikan Rinuak Kering (*Psilopis* sp) Terhadap Penerimaan Konsumen Terutama Anak-Anak Sebagai Usaha Untuk Mencegah Stunting Pada Anak. *Jurnal Selodang Mayang*, 7(3).

Rustaman. (2015). *Lele Ikan Favorit*. Putra Amanah Murni.

Soekidjo, N. (2014). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.

Zaki, I. (2020). Kandungan Zat Gizi Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Berdasarkan Metode Pengeringan. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1), 66–77.