

## **PENDIDIKAN KADER KESEHATAN TENTANG PENGOLAHAN DAUN KELOR UNTUK MENINGKATKAN GIZI KELUARGA**

### ***EDUCATION OF HEALTH CADRES ABOUT MORINGA LEAF PROCESSING TO IMPROVE FAMILY NUTRITION***

**Susanti Tria Jaya<sup>1\*</sup>, Luluk Susiloningtyas<sup>2</sup>, Vide Bahtera Dinastiti<sup>3</sup>**

1,2,3 STIKes Pamenang

\*Korespondensi Penulis : santiandi1401@gmail.com

#### **Abstrak**

Potensi daun kelor untuk melengkapi kebutuhan nutrisi dalam tubuh manusia sangat baik. Daun kelor memiliki manfaat sebagai produk olahan yang bernilai gizi dan bernilai ekonomi yang tinggi. Desa Jajar adalah salah satu mitra dalam Pengabdian Pada Masyarakat yang terletak di Wilayah Puskesmas Wates Kabupaten Kediri. Desa ini memiliki banyak pohon kelor yang tersebar di beberapa tempat, namun, yang belum dimanfaatkan secara optimal. Daun kelor hanya dimanfaatkan sebagai tanaman pagar dan diolah menjadi sayuran yang kurang memiliki daya tarik dan tidak memiliki nilai ekonomis serta variatif. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang makanan bergizi yang berasal dari olahan daun kelor sehingga mampu memproduksi makanan dengan kualitas dan kuantitas baik yang pada akhirnya mampu meningkatkan gizi keluarga. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan secara langsung melalui sosialisasi masyarakat mengenai manfaat dan cara pengolahan daun kelor dilaksanakan di Desa Jajar Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. Hasil kegiatan yang dilaksanakan berjalan lancar, hadir 30 kader kesehatan sebagai peserta berperan aktif dalam proses kegiatan. Diharapkan dengan kegiatan ini terdapat peningkatan pengetahuan kader kesehatan serta dapat memanfaatkan dan mengolah daun kelor untuk memenuhi gizi keluarga.

Kata kunci : daun kelor, gizi keluarga

#### **Abstract**

*The potential of Moringa leaves to complete the nutritional needs of the human body is very good. Moringa leaves have benefits as processed products with high nutritional value and high economic value. Jajar Village is one of the partners in Community Service which is located in the Wates Health Center area of Kediri Regency. This village has many Moringa trees scattered in several places, however, which have not been used optimally. Moringa leaves are only used as hedges and processed into vegetables that lack attractiveness and have no economic value and are varied. The purpose of this Community Service activity is to increase the knowledge of health cadres about nutritious food derived from processed Moringa leaves so that they are able to produce food of good quality and quantity which in turn can improve family nutrition. The method of implementing the activity is carried out directly through community outreach regarding the benefits and ways of processing Moringa leaves carried out in Jajar Village, Wates District, Kediri Regency. The results of the activities carried out went smoothly, 30 health cadres were present as participants who played an active role in the activity process. It is hoped that this activity will increase the knowledge of health cadres and be able to utilize and process Moringa leaves to meet family nutrition.*

*Keywords : moringa leaves, family nutrition*

#### **Pendahuluan**

Pemerintah Indonesia telah berupaya meningkatkan status kesehatan masyarakat melalui program Gerakan Masyarakat Hidup

Sehat (Germas) oleh Kementerian Kesehatan yang bertujuan untuk menanggulangi masalah kesehatan, salah satunya adalah stunting. Stunting adalah kegagalan pertumbuhan dan

perkembangan. Anak yang mengalami stunting biasanya tinggi badannya lebih pendek dari tinggi badan normal anak seusianya. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya stunting adalah faktor ibu yang mengalami kekurangan nutrisi saat remaja, hamil, menyusui, dan infeksi serta rendahnya kualitas pangan (TNP2K, 2017; Kemenkes RI, 2018).

Tanaman kelor kaya akan nutrisi karena mengandung berbagai macam senyawa fitokimia pada daun, polong, dan biji. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tanaman kelor mampu memberikan vitamin C 7 kali lebih besar dibandingkan 1 buah jeruk, vitamin A 10 kali lebih besar dibandingkan wortel, kalsium 17 kali lebih tinggi dibandingkan susu, protein 9 kali lebih tinggi dibandingkan yoghurt, kalium 15 kali lebih tinggi dibandingkan pisang, dan zat besi 25 kali lebih tinggi dibandingkan bayam. Setiap bagian tanaman kelor merupakan sumber nutrisi penting. Daun tanaman kelor kaya akan mineral seperti kalsium, potasium, zinc, magnesium, besi, dan tembaga. Vitamin seperti betakaroten dari vitamin A, vitamin B seperti asam folat, vitamin C, vitamin D, dan vitamin E juga terkandung dalam tanaman kelor (Gopalakrishnan L, 2016). Daun kelor potensial untuk digunakan sebagai suplemen untuk mengatasi malnutrisi. Daun kelor telah banyak digunakan pada negara berkembang untuk meningkatkan status gizi masyarakat melalui program fortifikasi makanan (Singh Y, 2013).

Desa Jajar adalah salah satu mitra dalam Pengabdian Pada Masyarakat (PKM) yang terletak di Wilayah Puskesmas Wates Kabupaten Kediri. Desa ini memiliki banyak pohon kelor yang tersebar di beberapa tempat, namun, yang belum dimanfaatkan secara optimal. Daun kelor hanya dimanfaatkan sebagai tanaman pagar dan diolah menjadi sayuran yang kurang memiliki daya tarik dan tidak memiliki nilai ekonomis serta variatif. Di desa ini kader kesehatan kurang memahami manfaat daun kelor untuk meningkatkan gizi keluarga, dan masih terdapat kasus balita stunting pada tahun 2020 sebanyak 8 balita sedangkan pada tahun 2021 sebanyak 16 balita.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang makanan bergizi yang berasal dari olahan dari daun kelor sehingga mampu memproduksi makanan dengan kualitas dan kuantitas baik yang pada akhirnya mampu meningkatkan gizi keluarga.

## Metode

Kegiatan Pengabdian masyarakat dilaksanakan di desa Jajar Kecamatan Wates Kabupaten Kediri, Provinsi Jawa Timur. Sasaran utama kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah seluruh kader kesehatan di desa Jajar yang berjumlah 30 orang. Kegiatan ini mempunyai beberapa tujuan antara lain: (1) untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang gizi daun kelor, (2) untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang pengolahan daun kelor untuk pemenuhan gizi keluarga, (3) untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang prospek usaha dari daun kelor, (4) untuk menambah ketrampilan kader kesehatan dalam mengolah daun kelor menjadi berbagai macam makanan yang bergizi bagi keluarga.

Pelaksanaan program peningkatan bimbingan Kader Kesehatan yaitu tim pengusul menuju ke lapangan untuk melihat langsung kondisi dan permasalahan yang ada di tempat mitra. Bila program pengabdian masyarakat ini disetujui, akan dilakukan diskusi untuk membuat rencana kerja. Setiap kegiatan yang akan dilaksanakan di bawah koordinasi penanggung jawab kegiatan. Pelaksanaan kegiatan ini selalu berkoordinasi dengan mitra, supaya ada pemahaman ilmu yang ditransfer oleh tim. Sebelum melaksanakan kegiatan inti, yang harus dilakukan terlebih dahulu yaitu mengadakan kegiatan sosialisasi. Dengan tujuan agar mitra memiliki gambaran tentang program yang akan dilaksanakan.

Metode yang digunakan yaitu dengan melakukan pendampingan dan bimbingan intensif kepada kader kesehatan dalam pembuatan olahan dari daun kelor. Pembuatan makanan disesuaikan dengan kebutuhan keluarga, mulai dari pemilihan bahan makanan, cara menghitung kebutuhan gizi yang terdapat pada bahan makanan, cara

mengolah bahan makanan dari bahan daun kelor menjadi makanan yang bergizi dan menarik untuk dikonsumsi. Pembuatan olahan makanan olahan dari daun kelor selanjutnya akan dilaksanakan mitra secara mandiri.

Tim pengabdian masyarakat melakukan evaluasi pengetahuan peserta tentang pengolahan daun kelor melalui pre-test dan post-test. Evaluasi untuk ketrampilan dilakukan dengan melatih peserta membuat olahan dari daun kelor.

Keseluruhan proses kegiatan dilakukan dengan tetap memperhatikan protokol pencegahan penularan Covid-19. Selanjutnya akan tetap dilaksanakan monitoring evaluasi (monev) oleh LPPM STIKES Pamenang

**Hasil**

Kegiatan pengabdian masyarakat edukasi kader kesehatan tentang pengolahan daun kelor untuk meningkatkan gizi keluarga dilaksanakan pada tanggal 9-15 Januari 2022. Proses pelaksanaan dilaksanakan bersama mahasiswa. Mahasiswa dan tim dosen berperan dalam kegiatan ini dengan memberikan edukasi kepada kader kesehatan tentang manfaat dan pengolahan daun kelor. Sebelum diberikan materi, kader kesehatan diberi kuesioner tentang pengetahuan pengolahan daun kelor.

Tabel 1. Hasil pengukuran pengetahuan tentang Pengolahan Daun Kelor sebelum dilakukan edukasi di Desa Jajar

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	2	7
Cukup	23	77
Kurang	5	16
Total	30	100

Pada table 1 didapatkan bahwa sebagian besar pengetahuan kader kesehatan cukup 23 orang (77%), sedangkan sisanya berpengetahuan baik 2 orang (7%) dan berpengetahuan rendah 5 orang (16%). Materi disampaikan dengan media LCD dan juga leaflet. Kegiatan ini dilakukan dengan mengumpulkan seluruh kader kesehatan di Rumah Bidan Desa Jajar. Di akhir sesi edukasi, kader kesehatan diminta mengisi kuesioner pengetahuan pengolahan daun kelor dan diberikan lembar evaluasi program yang telah dilaksanakan.

Tabel 2. Hasil pengukuran pengetahuan tentang Pengolahan Daun Kelor setelah dilakukan edukasi di Desa Jajar

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	30	100
Cukup	0	0
Kurang	0	0
Total	30	100

Pada table 2 didapatkan bahwa semua kader kesehatan berpengetahuan baik 30 orang (100%). Hasil yang telah diperoleh ini kemudian dijadikan sebagai evaluasi edukasi pengolahan daun kelor untuk peningkatan gizi keluarga.

Praktek pembuatan olahan daun kelor dilakukan dengan membuat berbagai olahan makanan dari daun kelor, seperti pudding daun kelor, dawet daun kelor, nasi daun kelor dan nugget daun kelor. Tim pengabdian masyarakat memberikan booklet resep olahan daun kelor yang berisi petunjuk bahan yang digunakan dan langkah – langkah pembuatan, kemudian kader kesehatan membagi kelompok sesuai peminatan olahan kelor yang ingin dipraktekkan.

**Pembahasan**

Stunting adalah salah satu masalah kesehatan adanya masalah gizi kronis yang mempengaruhi kondisi ibu hamil dan janinnya. Perhatian khusus perlu diberikan pada gizi ibu terutama ketika prahamil, saat menyusui serta bayi dan balita pada periode emas (1000 hari pertama kehidupan) (Sartika,2011; Purwandini, 2013; Friska, 2017). Adanya kegiatan rutin pertemuan kader dengan tenaga kesehatan, memberikan peluang kader untuk mengolah dan mengembangkan produk makanan bergizi yang sehat dengan varian menu sesuai dengan kebutuhan keluarga yang bergizi dan menarik untuk dikonsumsi (Mauliyah, 2016). Oleh karena itu kegiatan penuntasan stunting sangat penting dilakukan dengan melibatkan kader kesehatan dalam upaya peningkatan gizi keluarga.

Edukasi kader kesehatan merupakan salah satu bentuk penyampaian informasi atau pengetahuan kepada masyarakat. Seseorang akan mengalami perubahan perilaku setelah ia diberikan pengetahuan (Notoatmodjo, 2014). Hal ini sesuai dengan hasil kegiatan yang menunjukkan adanya peningkatan

pengetahuan kader kesehatan sebelum dan setelah dilakukan edukasi.

Interaksi yang terbangun antara tenaga kesehatan dan kader kesehatan selama kegiatan mempererat hubungan kerjasama dalam upaya meningkatkan gizi keluarga. Setelah kegiatan dilakukan, kader sangat bersemangat untuk mempraktekkan pengolahan daun kelor di rumah dan menularkan pengetahuan yang diperoleh kepada ibu hamil, ibu nifas dan ibu balita disekitar tempat tinggalnya.

### **Kesimpulan**

Kegiatan edukasi kader kesehatan tentang pengolahan daun kelor untuk peningkatan gizi keluarga merupakan suatu sarana untuk dosen, mahasiswa dan masyarakat sebagai sarana untuk menjembatani transfer perilaku hidup sehat. Dengan kegiatan ini diharapkan semua masyarakat bisa memanfaatkan dan mengolah daun kelor untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga, utamanya dapat berpartisipasi dalam pencegahan stunting.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Stikes Pamenang, Program Studi DIII Kebidanan, Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Stikes Pamenang, Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri, Puskesmas Wates, Bidan Desa, Kader Kesehatan dan Perangkat Desa Jajar.

### **Daftar Pustaka**

Friska, E.F. (2017). Analisis hubungan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) dengan kejadian stunting pada anak usia 12-23 bulan di Sumatera Barat . Universitas Andalas.

Gopalakrishnan L, Doriya K, Kumar DS. Moringa oleifera: A review on nutritive importance and its medicinal application. Food Sci Hum Wellness. 2016;5(2):49–56.

KemenKes (2018). Buletin Stunting. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia  
Mauliyah, I. 2016. Peningkatan Status Gizi Anak Dengan Menggunakan Ekstrak Daun Kelor (*Moringa Aloifera*). Jurnal Stikes

Muhla, Desember 2016, Vol. 08, No. 03

Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta

Purwandini, K., Kartasurya, M.I. (2013). Pengaruh pemberian micronutrient sprinkle terhadap perkembangan motorik anak stunting usia 12-36 bulan. Journal of Nutrition College, 2(1), 147-163.

Sartika, R.A.D. (2011). Faktor risiko obesitas pada anak 5-15 tahun di Indonesia. Makara Kesehatan, 15(1), 37-43.

Singh Y, Prasad K. Moringa Oleifera Leaf as Functional Food Powder : Characterization and Uses. 2013;4(4):317–24

TNP2K. (2017). 100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting). Cetakan Pertama. Jakarta Pusat.