

UPAYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMANFAATAN DAUN KELOR MENJADI OLAHAN PUDING DI DESA PEGANDEKAN

¹Dyah Supriatin, S.E., M.M., ²Oktavian Hermanto, ³Sekar Sukmaningsih, ⁴Dimas Ariyansah, ⁵Silvina Maylani Devi Kurniasih, ⁶Refi Mariska Finanda, ⁷Mitha Amelia, ⁸Eka Restiani, ⁹Kamila Faran Primastiti, dan ¹⁰Fazira Inggar Febriyanti

¹Dosen Program Studi Manajemen, FEB Universitas Perwira Purbalingga

²Program Studi Teknik Mesin, FST Universitas Perwira Purbalingga

³Program Studi Agribisnis, FST Universitas Perwira Purbalingga

^{4,5}Program Studi Teknik Informatika, FST Universitas Perwira Purbalingga

^{6,7}Program Studi Akuntansi, FEB Universitas Perwira Purbalingga

^{8,9,10}Program Studi Manajemen, FEB Universitas Perwira Purbalingga

e-mail: dimasariyansah@students.unperba.ac.id

Abstrak

Stunting adalah kondisi di mana balita memiliki tinggi badan lebih pendek dibandingkan dengan umurnya. Kondisi ini disebabkan oleh makanan yang tidak seimbang dan kurangnya pengetahuan tentang kesehatan. Program kerja KKN UNPERBA di Desa Pegandekan membantu mengurangi angka stunting dengan memperkenalkan makanan berbahan dasar daun kelor, seperti puding kelor, yang kaya akan nutrisi. Program ini juga memberikan penyuluhan tentang cara mencegah stunting melalui gaya hidup sehat, pemaparan manfaat puding daun kelor, dan membagikan puding daun kelor kepada ibu hamil, wanita siap nikah, dan ibu dengan anak usia dua hingga enam tahun. Hasil program menunjukkan bahwa konsumsi puding daun kelor secara teratur dapat meningkatkan berat badan anak dan memenuhi kebutuhan gizi mereka. Olahan puding daun kelor dapat menjadi hidangan alternatif untuk mengurangi angka stunting di Desa Pegandekan.

Kata kunci : stunting, gizi seimbang, penyuluhan, puding daun kelor, Desa Pegandekan

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi di mana balita memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan umurnya[1]. Biasanya stunting banyak dialami oleh anak dibawah umur lima tahun. Pada saat itu juga merupakan periode emas yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia diukur dari pertumbuhan fisik dan kecerdasan otaknya[1]. Adapun beberapa faktor yang menyebabkan stunting antara lain : asupan nutrisi yang tidak seimbang, kurangnya pengetahuan orang tua mengenai kesehatan dan gizi, keterbatasan layanan kesehatan, kurangnya makanan bergizi, kurangnya air bersih dan juga sanitasi[1]. Upaya perbaikan stunting dengan peningkatan pengetahuan perilaku pemberian makanan pada anak dapat membantu memperbaiki stunting salah satunya memberikan makanan tambahan seperti mengonsumsi daun kelor[2].

Kelor adalah tanaman perdu yang dapat tumbuh mencapai ketinggian 7

hingga 11 meter dan tumbuh subur di dataran rendah hingga ketinggian 700 meter di atas permukaan laut[3]. Pada bagian daun kelor mengandung protein tinggi (28,25%), beta karoten (Pro vitamin A) 11,93 mg, kalsium (2241,19) mg, besi (36,91) mg, dan magnesium (28,03) mg[3]. Daun kelor memiliki manfaat meningkatkan kekebalan tubuh. Walaupun daun kelor mempunyai banyak manfaat akan tetapi masyarakat Indonesia belum sepenuhnya memanfaatkannya. Padahal daun kelor dapat diolah menjadi berbagai macam makanan maupun minuman seperti : puding kelor, es krim kelor, teh kelor dan lain sebagainya[3].

Upaya pencegahan stunting melalui pemanfaatan daun kelor merupakan salah satu solusi lokal yang potensial hal ini didasarkan pada berbagai penelitian yang mengungkapkan manfaat daun kelor dalam meningkatkan status gizi dan kesehatan. Dalam hal ini pemaparan manfaat olahan puding daun kelor serta pembagian puding daun kelor menjadi salah satu program kerja KKN UNPERBA Desa Pegandekan dengan sasaran wanita siap nikah, ibu hamil dan ibu yang mempunyai anak usia 2 – 5 tahun sebagai upaya menekan angka stunting.

2. METODE

Sebelum melaksanakan pemaparan manfaat olahan puding daun kelor dan pembaginan puding daun kelor ada beberapa tahapan yang harus dilakukan antara lain: Melakukan Kunjungan ke PKD untuk menggali informasi mengenai data stunting di Desa Pegandekan. Setelah itu didapatkan data anak yang berisiko terkena stunting. Tahapan selanjutnya yang kita ambil adalah melakukan perencanaan program KKN UNPERBA yang dapat meningkatkan kesadaran warga tentang pemberian gizi seimbang pada anak salah satunya melalui pemaparan manfaat olahan daun kelor yang dijadikan hidangan makanan berupa puding daun kelor.

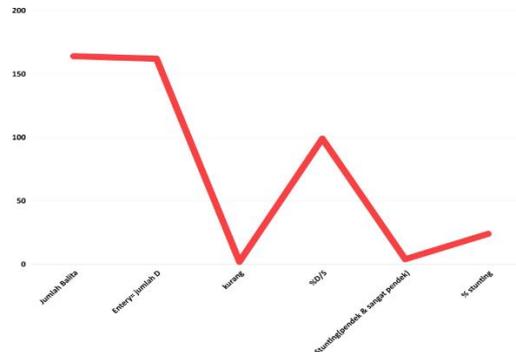


Gambar 1. Tahapan pelaksanaan program kerja yaitu penyuluhan stunting, pemaparan manfaat puding daun kelor dan pembagian puding kelor.

Program kerja ini merupakan program unggulan KKN UNPERBA di Desa Pegandekan dengan mengenalkan olahan berbahan dasar daun kelor. Program ini dilaksanakan pada 22 Agustus 2024 di Gedung Dakwah Desa Pegandekan yang dihadiri sekitar 35 orang, meliputi ibu yang memiliki anak usia 2-6 tahun, wanita siap nikah dan ibu hamil. Pelaksanaan kegiatan ini mempunyai tiga tahapan yaitu penyuluhan pencegahan stunting dengan menerapkan gaya hidup sehat, pemaparan manfaat olahan puding daun kelor, dan juga pembagian olahan puding daun kelor ke seluruh peserta yang hadir.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut data yang diperoleh pada aplikasi elektronik pencatatan dan pelaporan gizi berbasis Masyarakat (E-PPGBM) khususnya di Desa Pegandekan masih terdapat tiga anak masih beresiko stunting.



Gambar 2. Data Stunting Desa Pegandekan Bulan Juli 2024 (Aplikasi E-PPGBM).

Menindaklanjuti adanya hal tersebut KKN UNPERBA melakukan program penyuluhan stunting ditujukan kepada wanita siap nikah, ibu hamil, dan ibu yang mempunyai anak 2 - 6 tahun dengan tujuan mengedukasi masyarakat tentang cara mencegah stunting dan memberikan pelatihan gizi tambahan dengan memanfaatkan makanan yang berasal dari sumber daya lokal seperti daun kelor [4]. Untuk kegiatannya sendiri ada tiga tahapan meliputi penyuluhan pencegahan stunting dengan menerapkan gaya hidup sehat, pemaparan manfaat olahan puding daun kelor serta pemberian puding daun kelor keseluruh peserta penyuluhan.

Tahapan pertama penyuluhan pencegahan stunting dengan menerapkan gaya hidup sehat dengan narasumber ibu Rifa Rif'ani dari Puskesmas Kemangkong yang menjelaskan mengenai pemberian gizi seimbang. Kerentanan gizi dapat dicegah dan ditanggulangi salah satunya melalui penerapan gizi seimbang. Perilaku gizi seimbang meliputi pengetahuan, sikap dan praktik mengenai asupan pangan yang memiliki kandungan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dengan menyeimbangkan antara konsumsi aneka ragam pangan, perilaku hidup bersih dan sehat.



Gambar 3. Penyuluhan pencegahan stunting dengan menerapkan gaya hidup sehat

Tahapan yang kedua pemaparan manfaat olahan puding daun kelor serta proses pembuatannya oleh mahasiswa KKN UNPERBA.



Gambar 4. pemaparan manfaat olahan puding daun kelor serta proses pembuatannya oleh mahasiswa KKN UNPERBA.

A. Persiapan Bahan baku daun kelor dan Alat

Adapun bahan baku utama pembuatan puding yang digunakan yaitu ada : daun kelor yang fresh, daun pandan, bubuk nutrijell plain, gula pasir, air, Vanili, dan UHT Full Cream. Sedangkan alat yang digunakan untuk pembuatan puding kelor yaitu, blender, panci, gelas, pengaduk, cup puding, saringan, dan kompor.



Gambar 6. Persiapan bahan baku utama yaitu daun kelor

B. Proses Pembuatan olahan daun kelor

- 1) Cuci bersih daun kelor lalu direbus, kemudian angkat dan sisihkan daun kelor dari air rebusan.
- 2) Daun kelor yang sudah direbus ditambahkan 200 mL air lalu dihaluskan dengan menggunakan blender dan kemudian disaring.
- 3) Campurkan 1 gelas ekstrak daun kelor, daun pandan, 1 bungkus nutrijell, 1 gelas gula pasir, air, 1 bungkus vanili dan 3 gelas uht full cream kemudian direbus sampai mendidih.
- 4) Kemudian adonan dituang ke masing-masing cup puding yang sudah disiapkan.
- 5) Tunggu beberapa saat sampai dingin dan dimasukkan ke kulkas.
- 6) Puding daun kelor siap disajikan.



Gambar 7. Olahan puding daun kelor

Untuk tahap ketiga adalah pembagian puding daun kelor keseluruhan peserta penyuluhan yang mana kegiatan ini merupakan wujud nyata pemberian makanan bergizi oleh KKN UNPERBA. Mengonsumsi 100 gram puding daun kelor dua kali sehari dapat meningkatkan berat badan anak selama tiga minggu. Daun kelor memiliki banyak nutrisi penting, termasuk protein, kalsium, dan zat besi untuk pertumbuhan anak-anak yang optimal[5]. mengonsumsi makanan daun kelor sebagai makanan pendamping ASI merupakan cara alternatif untuk mengatasi kekurangan kalori dan protein pada anak sehingga mereka tidak mengalaminya pengerdilan[5] Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan dapat memberikan edukasi keseluruhan warga Desa Pegandekan untuk mengubah pola pemberian makanan kepada balitanya.

4. KESIMPULAN

Membuat puding daun kelor untuk mencegah stunting telah menunjukkan hasil yang baik. Daun kelor kaya akan nutrisi dan dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi anak, terutama mereka yang rentan terhadap stunting. Jika ibu-ibu diberitahu tentang manfaat dan cara membuat puding daun kelor, mereka tidak hanya akan belajar lebih banyak tentang hal itu, tetapi mereka juga akan mulai bertindak dengan cara yang lebih sehat saat memberi makan anak-anak mereka makanan yang sehat. Masakan puding juga dapat menjadi makanan tambahan yang menarik dan mudah disiapkan di rumah untuk masyarakat Desa Pegandekan.

5. SARAN

Saran pada program kerja ini yaitu agar dapat berlanjut dengan materi yang lebih dalam serta dapat mengembangkan produk dari daun kelor lebih aplikatif dan inovatif untuk mencegah stunting yang ada di seluruh dunia maupun Indonesia dan khususnya di Desa Pegandekan yang sudah menjadi salah satu inovasi yang sudah diaplikasikan kepada warga Desa Pegandekan.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya artikel ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

- 1) Bapak Dr. Eming Sudiana, M.Si. Selaku Rektor Universitas Perwira Purbalingga,
- 2) Ibu Destin Alfianika M, S.E., M.Ak. Selaku Ketua LP2M Universitas Perwira

- 3) Purbalingga,
- 4) Ibu Dyah Supriatin, S.E., M.M. selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) Desa Pegandekan,
- 5) Bapak Eko Dwi Hantoro, S.H. selaku Kepala Desa Pegandekan, Kecamatan
- 6) Kemangkong, Kabupaten Purbalingga,
- 7) Ibu Astutiningsih, A.Md selaku Bidan Desa Pegandekan,
- 8) Bapak Kepala Dusun 1, 2, dan 3 beserta perangkat Desa Pegandekan yang telah banyak memberikan bantuan selama pelaksanaan KKN-PPM, Bapak-bapak Ketua RT Desa Pegandekan,
- 9) Serta semua pihak yang tidak bisa kami sebutkan satu-persatu yang telah berkontribusi baik dan membantu kelancaran pelaksanaan KKN-PPM Unperba 2024 di Desa Pegandekan.

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam menyusun artikel ini. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun tentu kami harapkan sehingga bermanfaat untuk penulis kedepannya. Kami berharap semoga laporan KKN-PPM Unperba di Desa Pegandekan ini dapat bermanfaat untuk berbagai pihak.

REFERENSI

- [1] Praxis, "No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における 健康関連指標に関する共分散構造分析Title," *J. Econ. Perspect.*, vol. 2, no. 1, pp. 1-4, 2022, [Online]. Available: <http://www.ifpri.org/themes/gssp/gssp.htm>[http://files/171/Cardon - 2008 - Coaching d'equipe.pdf](http://files/171/Cardon-2008-Coaching-d%27equipe.pdf)<http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203><http://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/><https://doi.org/10.1080/23322039.2017>
- [2] N. Sriyanah, Syaiful, S. Efendi, Harmawati, M. Z. Malik, and I. K. Wijaya, "Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Alarrae Kecamatan Tanralili Kabupaten Maros," *Psnpk*, vol. 2, no. April, pp. 24-27, 2022.
- [3] A. Eriyama, "Upaya Pemanfaatan Daun Kelor: Puding Daun Kelor untuk Mencegah Stunting," *J. Pengabd. Nas.*, vol. 03, no. 02, pp. 45-49, 2023.
- [4] H. Ridhani W.S et al., "Pemanfaatan Ekstrak Daun Kelor Pada Produk Olahan Puding Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Pohsangit Tengah," *NeuroQuantology*, vol. 2, no. 5, pp. 3668-3675, 2022, [Online]. Available: https://www.researchgate.net/profile/Ilham-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
- [5] A. P. Azhari, "PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI DAN PEMBERIAN PUDING DAUN KELOR DI DESA JANAPRIA," vol. 5, no. 4, pp. 6106-6110, 2024.

IMPLEMENTASI PROGRAM KAMPUS MENGAJAR ANGKATAN 7 DALAM RANGKA MENINGKATKAN NUMERASI DAN LITERASI BERBASIS TEKNOLOGI DI SMP NEGERI 3 KAJEN

¹Dyah Ayu Rizqiana, ²Rini Hidayah, ³Tutut Dwi Andayani, ⁴Sobrotul
Imtikhanah

^{1,2,3,4}Program Studi Akuntansi, FEB Universitas Muhammadiyah Pekajangan
Pekalongan

Email: azriehidayah@yahoo.co.id

Abstrak

Kampus Mengajar merupakan wadah bagi mahasiswa sebagai agen perubahan dengan menjadi mitra bagi guru di satuan pendidikan dasar dan menengah guna optimalisasi kualitas pendidikan di Indonesia. Program Kampus Mengajar Angkatan 7 yang dilaksanakan di SMP Negeri 3 Kajen bertujuan untuk meningkatkan numerasi dan literasi siswa. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini antara lain wawancara, observasi, dokumentasi, dan praktik secara langsung selama kegiatan penugasan Kampus Mengajar. Implementasi Rencana Aksi Kolaborasi disesuaikan berdasarkan kebutuhan sekolah, seperti Program Formula Rich: Pelatihan Dasar-Dasar Excel bagi Siswa dan Asistensi Guru. Implementasi Program Formula Rich mendapat respon baik dari siswa, yang ditunjukkan melalui antusiasme siswa dalam menjawab soal dengan cepat dan program ini menjadi awal dari pembelajaran yang inovatif dan mudah diimplementasikan bagi guru mata pelajaran Teknologi Informasi dan Komunikasi. Asistensi guru dilakukan dengan berbagai cara antara lain: integrasi teknologi pada siswa dan guru, serta asistensi mengajar sehingga mahasiswa dapat mengoptimalkan peran guru dalam meningkatkan kompetensi dan kemampuan siswa. Kata kunci: Kampus Mengajar, Numerasi, Literasi, Program Formula Rich, dan Asistensi Guru

1. PENDAHULUAN

Kampus Mengajar merupakan salah satu program *flagship* Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) yang diselenggarakan secara nasional oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek). Program Kampus Mengajar ini diselenggarakan sebagai upaya memberikan kesempatan kepada Mahasiswa untuk belajar di luar kampus dengan menjadi mitra guru dalam proses pembelajaran di satuan pendidikan dasar dan menengah yang selanjutnya disebut Sekolah Penugasan. Saat ini, Program Kampus Mengajar telah memasuki angkatan ketujuh yang sepanjang pelaksanaannya, lebih dari 112.000 Mahasiswa telah ditempatkan di 25.000 lebih Sekolah Penugasan.

Mahasiswa berkolaborasi, beraksi, dan berbakti bersama guru-guru di satuan pendidikan dalam meningkatkan kompetensi pada aspek literasi dan numerasi pada sekolah-sekolah yang berada pada level 1 dan 2 berdasarkan