

Sosialisasi pencegahan stunting dengan memanfaatkan tanaman remunggai guna menyiapkan sumber daya manusia unggul di Kelurahan Panorama Kota Bengkulu

Veny Puspita*, Sintia Safrianti, Janusi Waliamin

Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Prof. Dr Hazairin,
SH

E-mail: venyuspita2288@gmail.com

Abstrak

Sumber daya manusia yang unggul menjadi syarat wajib untuk menjadikan Indonesia maju, namun dalam mempersiapkan sumber daya manusia yang unggul masih terdapat tantangan yaitu stunting. Pada dasarnya terdapat dua jenis zat gizi yang dibutuhkan anak untuk tumbuh dan terhindar dari *stunting*, yaitu makronutrien (gizi makro) dan mikronutrien (gizi mikro). Tujuan melakukan kegiatan ini untuk menumbuhkan pemahaman masyarakat di Kelurahan Panorama Kota Bengkulu untuk menciptakan olahan makanan yang kreatif dan inovatif yang kaya akan gizi sehingga akan menciptakan sumber daya manusia yang unggul. Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan terdapat peningkatan pengetahuan peserta posyandu lebih dari 70 %. Peningkatan pengetahuan para peserta sosialisasi ini disebabkan karena materi yang telah disampaikan mudah di pahami oleh para peserta. Para peserta juga diajarkan langsung bagaimana memanfaatkan tanaman remunggai menjadi olahan makanan yang bergizi untuk para anak. Sehingga stunting dapat dicegah dan kedepan akan menghasilkan sumber daya manusia yang unggul dan produktif. Dalam kegiatan ini juga menghasilkan komitmen bersama semua *stake holder* baik ibu-ibu anggota tim penggerak PKK, kader posyandu, para staf puskesmas serta anggota posyandu mendukung pencegahan stunting dengan memanfaatkan tanaman Remunggai untuk mempersiapkan sumber daya unggul di Kelurahan Panorama Kota Bengkulu.

Kata kunci: Pencegahan Stunting, Remunggai, Sumber Daya Manusia Unggul

Abstract

Superior human resources are a mandatory requirement to make Indonesia advanced, but in preparing superior human resources there is still a challenge, namely stunting. Basically, there are two types of nutrients that children need to grow and avoid stunting, namely macronutrients (macronutrients) and micronutrients (micronutrients). The purpose of this activity is to foster public understanding in the Panorama Village, Bengkulu City, to create creative and innovative food

preparations that are rich in nutrients so that they will create superior human resources. After this community service activity was carried out there was an increase in the knowledge of posyandu participants by more than 70%. The increase in the knowledge of the participants was due to the fact that the material that had been delivered was easy for the participants to understand. The participants were also taught directly how to use the remunggai plant to make nutritious food for children. So that stunting can be prevented and, in the future, will produce superior and productive human resources. This activity also resulted in a joint commitment from all stakeholders, including PKK mobilizing team members, posyandu cadres, Puskesmas staff, and Posyandu members to support stunting prevention by utilizing remunggai Plants to prepare superior human resources in the Panorama sub-district, Bengkulu City.

Keywords: *Stunting Prevention, Remunggai, Excellent Human Resources*

1. PENDAHULUAN

Sumber daya manusia yang unggul menjadi syarat wajib untuk menjadikan Indonesia maju, namun dalam mempersiapkan sumber daya manusia yang unggul masih terdapat tantangan yaitu stunting. Data Riskesdas tahun 2018 di Provinsi Bengkulu menunjukkan prevalensi anak bawah dua tahun (Baduta) yang pendek sebesar 18,55% dan sangat pendek sebesar 10,45%.¹ Penanganan masalah stunting di Kota Bengkulu perlu dilakukan secara paripurna, terpadu, komprehensif dan bersifat multi sektoral dengan mengintensifkan pendampingan terhadap keluarga yang berisiko melahirkan bayi stunting.

Pendampingan untuk pencegahan stunting fokus dilakukan mulai pada periode remaja, calon pengantin, ibu hamil, ibu pasca melahirkan hingga terhadap kelompok keluarga yang memiliki anak balita. Upaya pencegahan diharapkan dapat menurunkan prevalensi stunting hingga sebesar 11% pada tahun 2024.²

Kelurahan Panorama Kota Bengkulu menduduki posisi kedua jumlah penduduk terbanyak di tingkat kelurahan di Kota Bengkulu setelah Pagar Dewa, dengan jumlah RT sebanyak 31. Mayoritas penduduk bekerja sebagai pedagang, hal ini didukung oleh letak geografis kelurahan ini dengan pasar tradisional terbesar di Kota Bengkulu.

Saat ini persoalan gizi buruk dan stunting masih menjadi tantangan dalam pembangunan pada kelurahan ini. Masalah stunting yang terjadi pada anak apabila tidak diselesaikan, dikhawatirkan kelak menjadi angkatan kerja yang tidak kompetitif nantinya akibat mantan penderita stunting. Efek dari permasalahan stunting dapat menghambat pertumbuhan ekonomi dan mengurangi total pendapatan seumur hidup, sehingga dapat menyebabkan kemiskinan antar generasi. Untuk menekan angka tersebut, masyarakat di kelurahan Panorama perlu memahami faktor apa saja yang menyebabkan stunting.

Tujuan melakukan kegiatan ini untuk menumbuhkan pemahaman masyarakat di Kelurahan Panorama Kota Bengkulu untuk menciptakan olahan makanan yang kreatif dan inovatif yang kaya akan gizi sehingga akan menciptakan sumber daya manusia yang unggul.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Stunting merupakan kondisi gagal pertumbuhan pada anak (pertumbuhan tubuh dan otak) akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Sehingga, anak lebih pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam berpikir. Kekurangan gizi dalam waktu lama itu terjadi sejak janin dalam kandungan sampai awal kehidupan anak (1000 Hari Pertama Kelahiran). Penyebabnya karena rendahnya akses terhadap makanan bergizi, rendahnya asupan vitamin dan mineral, dan buruknya keragaman pangan dan sumber protein hewani.³

Faktor ibu dan pola asuh yang kurang baik terutama pada perilaku dan praktik pemberian makan kepada anak juga menjadi penyebab anak stunting apabila ibu tidak memberikan asupan gizi yang cukup dan baik. Ibu yang masa remajanya kurang nutrisi, bahkan di masa kehamilan, dan laktasi akan sangat berpengaruh pada pertumbuhan tubuh dan otak anak. Kondisi konsumsi makanan ibu hamil dan balita tahun 2016-2017 menunjukkan bahwa 1 dari 5 ibu hamil kurang gizi, 7 dari 10 ibu hamil kurang kalori dan protein, 7 dari 10 balita kurang asupan kalori, serta 5 dari 10 balita kekurangan asupan protein.⁴

Faktor lainnya yang menyebabkan stunting adalah terjadi infeksi pada ibu, kehamilan remaja, gangguan mental pada ibu, jarak kelahiran anak yang pendek, dan hipertensi. Selain itu, rendahnya pengetahuan para ibu dalam mengolah makanan baik dan bergizi juga menjadi salah satu faktor yang sangat mempengaruhi pertumbuhan anak. Untuk mencegahnya, perbanyak makan makanan bergizi yang berasal dari buah dan sayur lokal sejak dalam kandungan. Kemudian diperlukan pula kecukupan gizi remaja perempuan agar ketika dia mengandung ketika dewasa tidak kekurangan gizi. Selain itu butuh perhatian pada lingkungan untuk sumber makanan yang baik dan bernilai gizi tinggi.⁵

Pada dasarnya, terdapat dua jenis zat gizi yang dibutuhkan anak untuk tumbuh dan terhindar dari stunting, yaitu makronutrien (gizi makro) dan mikronutrien (gizi mikro). Makronutrien adalah nutrisi yang dibutuhkan dalam jumlah besar oleh tubuh, di antaranya karbohidrat, protein, lemak, serat, dan air. Sementara mikronutrien adalah nutrisi yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah kecil namun berperan vital bagi tubuh, seperti vitamin, kalium, klorida, natrium, kalsium, fosfor, magnesium, zinc, zat besi, mangan, tembaga, iodin, selenium, dan molibdenum.⁶

Berdasarkan study in vitro 2014, ekstrak tanaman dengan nama ilmiah *Moringa Oleifera* L ini menunjukkan adanya aktivitas antioksidan yang kuat. Antioksidan tersebut dapat membantu tubuhmu melawan radikal bebas penyebab kerusakan sel dan penyakit. Tanaman ini juga mengandung Vitamin A, B1, B2, B3, C, Kalsium, Potasium, Besi, Zink, Kronium, Tembaga, Magnesium, Manganese, Phosphorus, dan 20 jenis asam amino yang diperlukan badan. Tumbuhan ini jika diolah dengan baik makan akan memberikan banyak manfaat untuk tubuh. Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru terlihat pada saat anak berumur dua tahun.⁷ Masalah Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan

meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental.⁸

Remunggai disebut juga daun kelor (*Moringa oleifera*) adalah sejenis tumbuhan dari suku Moringaceae berbentuk bulat telur dengan ukuran kecil-kecil bersusun majemuk dalam satu tangkai. Biasanya, daun ini dimanfaatkan sebagai sayur dan obat. Kandungan kimia yang dimiliki daun remunggai yakni asam amino yang berbentuk *asam aspartat, asam glutamate, alanin, valin, leusin, isoleusin, histidin, lisin, arginin, venilalanin, triptopan, sistein, dan methionin*. Daun remunggai juga mengandung makro elemen seperti potasium, kalsium, magnesium, sodium, dan fosfor serta mikro elemen seperti mangan, zinc dan besi. Daun remunggai merupakan sumber Provitamin A, Vitamin B, Vitamin C, dan mineral; terutama zat besi.⁸

Sumber Daya Manusia (SDM) yang unggul dengan kualitas yang tinggi menjadi tuntutan bagi setiap organisasi agar mampu mencapai tujuan yang ditetapkan. Banyak aspek yang dapat berpengaruh dalam mencapai SDM yang unggul tersebut, yaitu aspek individu, aspek kelompok dan aspek sistem organisasi. Aspek individu yang dapat meningkatkan kualitas SDM dan berdampak pada kinerja adalah kemampuan individu, kepuasan kerja dan komitmen organisasional⁹

3. METODE

Rangkaian kegiatan Pengabdian masyarakat dengan judul “Sosialisasi Pencegahan dengan Pemanfaatan Tanaman Remunggai Guna Menyiapkan Sumber Daya Manusia Unggul Di Kelurahan Panorama Kota Bengkulu” dilakukan mulai tanggal 28 Mei hingga 1 Juli 2022. Kegiatan ini dilaksanakan atas kerja sama dengan tim penggerak PKK Kelurahan Panorama yang berjumlah 8 orang, dibantu oleh 9 orang kader Posyandu, 3 orang staf Puskesmas Panorama dan 15 orang mahasiswa. Peserta adalah ibu-ibu anggota Posyandu Kelurahan Panorama yang berjumlah 114 orang. Ibu-ibu anggota Posyandu berasal dari 3 Posyandu di Kelurahan Panorama yaitu Posyandu RT 23, Posyandu Melati

dan Posyandu Anggrek. Kegiatan ini dilakukan dengan metode pelaksanaan program Kukerta- PPM di Kelurahan Panorama.

Kegiatan diawali dengan sosialisasi, bertujuan mengajak masyarakat khususnya di wilayah kerja Kelurahan Panorama untuk produktif dan mampu mengolah tanaman remunggai. Pada tahap sosialisasi ini dilakukanlah pendekatan kepada kader Posyandu untuk mendapatkan data jumlah peserta kegiatan. Pada pertemuan selanjutnya, dilaksanakan penyuluhan tentang manfaat remunggai. Penyuluhan adalah proses perubahan perilaku di kalangan masyarakat agar mereka tahu, mau dan mampu melakukan perubahan demi tercapainya peningkatan produksi, pendapatan atau keuntungan dan perbaikan kesejahteraannya.¹⁰ Metode penyuluhan dilaksanakan pada kegiatan ini sebagai usaha menyebar luaskan hal-hal yang baru terkait dengan pengelolaan dan manfaat dari tanaman remunggai sehingga masyarakat tertarik, berminat dan bersedia melaksanakannya dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan penyuluhan ini juga merupakan suatu kegiatan mendidik masyarakat dengan memberikan mereka pengetahuan, informasi-informasi dan kemampuan baru tentang manajemen produksi olahan remunggai agar mereka dapat melakukan pengolahan mandiri.

Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan. Goldstsein dan Gressner (1988) mendefinisikan pelatihan sebagai usaha sistematis untuk menguasai keterampilan, peraturan, konsep, ataupun cara berperilaku yang berdampak pada peningkatan kinerja.¹¹ Metode pelatihan yang akan diterapkan dalam kegiatan ini dengan mendatangkan instruktur yang handal dengan materi "Pencegahan Stunting", "Sumber Daya Manusia" dan Manfaat Remunggai. Setelah itu peserta juga dilatih mengolah tanaman remunggai menjadi berbagai aneka makanan bergizi bagi anak sebagai upaya pencegahan stunting. Sebelum sesi penyuluhan dilaksanakan *pretest*, selama kegiatan penyuluhan dilakukan observasi dan pada akhir kegiatan dilakukan *post-test*. Analisis data dilakukan pada hasil *pretest* dan *post-test* untuk mengetahui adanya perubahan pemahaman tentang pencegahan stunting, manfaat tanaman remunggai, dan materi sumber daya manusia setelah dilakukan penyuluhan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat ini terutama merupakan kerjasama dengan tim penggerak PKK Kelurahan Panorama. Kegiatan ini dilaksanakan di tiga Posyandu di lingkungan Kelurahan Panorama dan dibantu oleh kader Posyandu dan staf Puskesmas Panorama. yang tersebar dalam 3 Posyandu. Tabel 1 menampilkan karakteristik peserta kegiatan pengabdian ini.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan

Karakteristik responden	Jumlah	Persentase
Tingkat Pendidikan:		
Diploma dan Sarjana	34	30%
SMA	69	60%
SMP dan SD	11	10%
Usia		
17-22 Tahun	17	15%
23-28 Tahun	34	30%
>28 Tahun	63	55%

Berdasarkan data Tabel 1 di atas diketahui bahwa sebagian besar peserta kegiatan berpendidikan SMA (60%) dan usia terbanyak di atas 28 tahun (55%). Tingkat pendidikan dan usia ini dilihat untuk dapat mempengaruhi pola pikir ibu-ibu peserta kegiatan. Materi sosialisasi kegiatan dibagi menjadi tiga, yang membahas tentang stunting, menciptakan sumber daya manusia yang unggul, dan pemanfaatan tanaman remungai.



Gambar 1 Sosialisasi kegiatan materi “Pencegahan Stunting”, “Sumber Daya Manusia”, dan “Manfaat Tanaman Remunggai”

Sebelum dimulai kegiatan, peserta diminta untuk mengisi *pretest* untuk mengetahui pengetahuan awal para peserta. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini di sampaikan dengan metode ceramah, diskusi interaktif dan sesi tanya jawab. Sesi diskusi interaktif dan tanya jawab diharapkan dapat membangun pola pikir dan masyarakat menjadi lebih aktif bertanya serta menyerap materi yang di sampaikan secara maksimal. Setelah kegiatan selesai, dilakukan pengisian *post-test* untuk mengukur pengetahuan akhir peserta dalam Pencegahan Stunting dengan Pemanfaatan Tanaman Remunggai Guna Menyiapkan

Sumber Daya Manusia Unggul Di Kelurahan Panorama Kota Bengkulu. Hasil *pretest* dan *post-test* peserta untuk setiap materi dapat dilihat pada Tabel 2.



Gambar 2. Sesi diskusi dan tanya jawab

Tabel 2. Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat

Indikator	Skor Pengetahuan	
	Baik	Cukup Baik
Pengetahuan stunting		
<i>Pretest</i>	18%	82%
<i>Post-test</i>	73%	27%
Menciptakan sumber daya manusia yang unggul		
<i>Pretest</i>	6%	94%
<i>Post-test</i>	78%	22%
Pemanfaatan tanaman remunggai		
<i>Pretest</i>	5%	95%
<i>Post-test</i>	77%	23%

Tabel 2 menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta Posyandu, terlihat dari perubahan skor. Peningkatan pengetahuan para peserta sosialisasi ini disebabkan karena materi yang telah disampaikan mudah di pahami oleh para peserta. Para peserta juga diajarkan langsung bagaimana memanfaatkan tanaman remunggai menjadi olahan

makanan yang bergizi untuk anak. Sehingga stunting dapat dicegah dan kedepan akan menghasilkan sumber daya manusia yang unggul dan produktif.



Gambar 3. Proses pengolahan makanan berbahan remunggai

Kegiatan ini juga menghasilkan komitmen bersama semua *stake holder* baik ibu-ibu anggota tim penggerak PKK, kader Posyandu, para staf Puskesmas, serta anggota Posyandu mendukung pencegahan stunting dengan pemanfaatan tanaman remunggai,

demikian mempersiapkan sumber daya manusia unggul di kelurahan Panorama Kota Bengkulu.

5. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berjudul “Sosialisasi Pencegahan Stunting Dengan Memanfaatkan Tanaman Remunggay Guna Menyiapkan Sumber Daya Manusia Unggul di Kelurahan Panorama Kota Bengkulu” bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan para peserta sosialisasi. Pemanfaatan remunggay menjadi olahan makanan yang bergizi untuk anak diharapkan dapat mencegah terjadinya stunting di Kelurahan Panorama, guna menyiapkan generasi unggul untuk masa depan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM Unihaz yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap program pengabdian masyarakat ini.

REFERENSI

1. Tim Riskesdas 2018. *Laporan Provinsi Bengkulu Riskesdas 2018.*; 2019.
2. Rustandi K, Sari M, Victorino, et al. *Rencana Aksi Program Masyarakat 2020-2025.*; 2020.
3. Unit Kerja Koordinasi Endokrinologi Ikatan Dokter Anak Indonesia. *Perawakan Pendek Anak Dan Remaja Indonesia*. 1st ed. (Batubara JR, Tjahjono HA, Aditiawati, eds.). Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia; 207AD.
4. Gizi D, Direktorat M, Kesehatan J, Kementerian M, 2018 K. *Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Tahun 2017.*; 2018.
5. Maharani M, Wahyuni S, Fitrianti D. Tingkat pengetahuan dan sikap ibu terkait makanan tambahan dengan status gizi balita di Kecamatan Woyla Barat. *Action: Aceh Nutrition Journal*. 2019;4(2):81. doi:10.30867/action.v4i2.78
6. Simbolon D, Rizal A, Gizi J, Kementerian Kesehatan Bengkulu P. *Asupan Zat Gizi Makro Dan Mikro Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita*. Vol 9. Online; 2018. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
7. Account MC. *Backgrounder Stunting Dan Masa Depan Indonesia*. Millennium Challenge Account.; 2015.
8. Kirana rita, aprianti niken widyastuti hariati. Pengaruh media promosi kesehatan terhadap perilaku ibu dalam pencegahan stunting di masa pandemi covid-19 (pada

- anak sekolah tk kuncup harapan banjar baru),. *Jurnal inovasi penelitian*. 2022;2(9):2899-2906.
9. Robbins SP. *Organizational Behavior*. 13th ed. Pearson Education Inc, Prentice Hall.; 2008.
 10. Subejo. *Penyuluhan Pertanian Terjemahan Dari Agriculture*. Extention (edisi 2); 2010.
 11. Kamil M. *Model Pendidikan Dan Pelatihan (Konsep Dan Aplikasi)*. Alfabeta; 2010.