

---

## SOSIALISASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

<sup>1</sup>Syahrita Nur Diana, <sup>2</sup>Putri Octavia, <sup>3</sup>Viaristi Amelina Azizah, <sup>4</sup>Ummul Firmani,  
<sup>5</sup>Andi Rahmad Rahim, <sup>6</sup>Widiharti, <sup>7</sup>Sukaris  
<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>Universitas Muhammadiyah Gresik  
**\*Email : syahritanurdiana19@gmail.com**

### ABSTRAK

Masalah stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental. Dampak dari stunting yaitu penurunan kecerdasan, kerentanan terhadap penyakit, menghambat pertumbuhan ekonomi dan produktifitas kerja serta dapat memperburuk kesenjangan. Tujuan dari pengabdian ini adalah membantu menyukseskan program pemerintah dalam menurunkan angka stunting di kelurahan Pekauman, Kecamatan Gresik. dan untuk meningkatkan keterampilan masyarakat dalam berinovasi pembuatan makanan untuk menambah asupan gizi. Hasil pengabdian ini memberikan dampak positif, yaitu meningkatkan pengetahuan dan inovasi masyarakat tentang pencegahan stunting dengan memanfaatkan Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

**Kata Kunci :** Stunting, Gizi, Tanaman Obat Keluarga.

## **1. PENDAHULUAN**

Program Kerja Kuliah Nyata adalah salah satu program yang wajib diikuti oleh semua mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik, Program KKN ini dilakukan selama 40 hari yang dimulai pada tanggal 1 Agustus sampai 9 Oktober tahun 2023. Pada kegiatan KKN ini terdapat dua macam proker yang harus dilakukan oleh mahasiswa, yaitu proker prodi dan proker umum. Contoh salah satu dari proker prodi yaitu sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga untuk pencegahan stunting.

Stunting adalah masalah gizi utama yang akan berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi dalam masyarakat. Ada bukti jelas bahwa individu yang stunting memiliki tingkat kematian lebih tinggi dari berbagai penyebab dan terjadinya peningkatan penyakit. Stunting akan mempengaruhi kinerja pekerjaan fisik dan fungsi mental dan intelektual akan terganggu (*Mann dan Truswell, 2002*). Hal ini juga didukung oleh *Jackson dan Calder (2004)* yang menyatakan bahwa stunting berhubungan dengan gangguan fungsi kekebalan dan meningkatkan risiko kematian.

Secara garis besar penyebab stunting dapat dikelompokkan ke dalam tiga tingkatan yaitu tingkatan masyarakat, rumah tangga (keluarga) dan individu. Pada tingkat rumah tangga (keluarga), kualitas dan kuantitas 3 makanan yang tidak memadai, tingkat pendapatan, pola asuh makan anak yang tidak memadai, pelayanan kesehatan dasar yang tidak memadai menjadi faktor penyebab stunting, dimana faktor-faktor ini terjadi akibat faktor pada tingkat masyarakat (*UNICEF, 2007*).

Tujuan dilakukannya sosialisasi ini adalah agar masyarakat di kelurahan pekauman dapat lebih memperhatikan bagaimana kondisi gizi anak dan bagaimana cara memanfaatkan tanaman obat keluarga yang banyak tumbuh di lingkungan sekitar. Banyak masyarakat menganggap bahwa tanaman toga hanya untuk hiasan saja, padahal tanaman toga mempunyai banyak kandungan yang dapat bermanfaat bagi tubuh. Pada sosialisasi ini kami membuat suatu inovasi produk jamu yang terbuat dari perpaduan kunyit, kencur, dan kelor.

Adapun banyak manfaat dari kunyit, kencur, dan kelor. Kunyit mempunyai senyawa kurkumin yang dapat membantu meningkatkan sistem imun tubuh dan menambah nafsu makan, kunyit juga diyakini dapat membantu mencegah penyakit saraf. Selain itu ada

juga kencur, kencur memiliki manfaat banyak bagi anak, kencur dapat meningkatkan nafsu makan anak, sebagai antioksidan, dan masih banyak lagi. Adapun kelor, kelor mempunyai manfaat yang dapat mencegah potensi stunting atau kondisi gagal pertumbuhan tubuh dan perkembangan otak anak akibat kekurangan gizi, selain itu kelor juga dapat meningkatkan sistem kekebalan dan metabolisme anak dalam tubuh.

Salah satu minuman tradisional yang masih eksis hingga saat ini adalah jamu. Bahan dasar jamu yaitu dari tanaman tanaman herbal yang masih banyak dijumpai di lingkungan sekitar. Jamu adalah minuman tradisional yang masih diyakini oleh masyarakat sebagai minuman pengganti obat, selain aman dan tidak menimbulkan efek samping, jamu juga mempunyai harga yang relatif murah dibandingkan dengan obat. Orang-orang beranggapan bahwa jamu itu pahit, padahal jamu itu bisa tidak pahit apabila kita bisa mengkombinasi beberapakandungan atau komposisi pada saat pembuatan jamu tersebut. Pada sosialisasi ini, sasaran yang kami buat adalah ibu dan anak, hal ini dikarenakan di tempat yang kami buat untuk melakukan KKN ternyata masih ada anak yang mengalami stunting. Anak-anak di kelurahan pekauman cenderung tidak mau minum jamu karena alasan rasanya yang pahit, sehingga tim KKN berinovasi membuat jamu yang rasanya manis dan dikemas cukup menarik supaya anak-anak senang mengkonsumsinya.

## **2. METODOLOGI**

### **1. Persiapan**

Kami mengumpulkan informasi awal tentang Data Kasus Stunting yang ada di Kabupaten Gresik. Dari data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mencatat angka stunting di Kabupaten Gresik pada tahun 2022 yaitu 10,7% atau setara dengan 3.701.

### **2. Perencanaan Kegiatan**

Tujuan dilakukan sosialisasi pemanfaatan tanaman TOGA menjadi jamu kekinian sebagai upaya pencegahan stunting. Masyarakat diberikan pemahaman terkait pentingnya menjaga nafsu makan anak agar gizi terpenuhi. Stunting disebabkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan gizi pada anak, namun bilahanya diberi jamu seringkali anak menolak karena rasa dan bentuk yang

tidak menarik, maka penyuluhan pembuatan jamu kekinian untuk pencegahan stunting dapat menjadisolusi pada permasalahan tersebut. Perencanaan Program :

- 1) Menyusun waktu pelaksanaan kegiatan dengan mengundang ibu ibu yang memiliki anak balita dan ibu kader posyandu
- 2) Mempersiapkan materitentang TOGA dan Stunting
- 3) Mempersiapkan alat dan bahan untuk penyuluhan termasuk jamu pudding kekinian yang telah jadi

### **3. Pelaksanaan Kegiatan**

- 4) Mahasiswa menyiapkan sarana prasarana dan peralatan yang digunakan untuk penyuluhan
- 5) Mahasiswa melakukan sosialisasi stunting dan penampilan video cara pembuatan jamu pudding kekinian dan membagikan hasil jamu kepada anak anak bimble

### **4. Teknik Pelaksanaan**

Sosialisasi Pemanfaatan TOGA sebagai alternatif pencegahan stunting dilaksanakan di Kelurahan Pekauman. Metode yang digunakan pada sosialisasi ini adalah pemaparanmateri dan pemutaran video cara pembuatan jamu pudding.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN



**Gambar 1.** Peta Lokasi Kelurahan Pekauman

Kegiatan sosialisasi Pemanfaatan TOGA Untuk Pencegahan Stunting di Kelurahan Pekauman guna memberikan pemahaman lebih terkait fungsi dari tanaman TOGA dan fungsinya sebagai pencegahan stunting. Kelurahan Pekauman merupakan tempat tugas KKN dimana kewajiban mahasiswa menyelesaikan program kerja (proker) sebagai syarat kelulusan KKN. Kabupaten Gresik presentase kasus stunting masih 10,7%, sehingga sosialisasi ini dianggap perlu untuk memberikan edukasi dan pemahaman kepada masyarakat terkait pemanfaatan TOGA sebagai alternatif pencegahan stunting. Sosialisasi Pemanfaatan TOGA Upaya Pencegahan Stunting ini adalah kegiatan pemberian informasi tentang stunting, fungsi dan kandungan TOGA, cara pembuatan jamu kekinian cegah stunting.

Sosialisasi memuat materi mengenai pengertian stunting, penyebab stunting, TOGA sebagai pencegah stunting dan kandungannya, cara pembuatan jamu kekinian pencegah stunting. Masyarakat perlu memahami stunting dan penyebab stunting. Masyarakat juga perlu mengetahui manfaat TOGA terutama kandungan yang dapat digunakan untuk pencegahan stunting. Materi yang pertama disampaikan adalah pengertian stunting menurut WHO (2015), stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan Panjang atau tinggi badannya di bawah standar. Kemudian dilanjutkan penjelasan penyebab stunting yakni, asupan gizi dan nutrisi yang kurang, buruknya sanitasi lingkungan tempat tinggal, pola asuh yang salah, keterbatasan akses fasilitas Kesehatan. Cara mencegah stunting dengan TOGA, dengan perpaduan kunyit yang mengandung

antibiotic dan kukuminoid sebagai penambah nafsu makan, Kencur kandungan minyak atisiri sebagai karminativum, Daun Kelor kandungan kalsium, zat besi, protein, zinc, vitamin A, vitamin B1, vitamin C, dan yang terakhir cara pembuatan jamu kekinian :

1. Haluskan kunyit 150 g, kencur 50 g dan gula merah 350 g
2. Tambahkan air kemudian blender
3. Saring bahan-bahan yang telah di blender dan tambahkan 2,5 liter air
4. Tambahkan asam jawa 25 dan aduk hingga mendidih
5. untuk pudding kelor, awalnya masukkan daun kelor ke dalam air panas tunggu 30 menit
6. Haluskan daun kelor dengan air sisa rendaman kelor, lalu blender dan saring
7. Rebus hasil saringan dan tambahkan air sisa rendaman daun kelor asukkan bubuk nutrijel dan susu kental manis secukupnya lalu aduk hingga mendidih
8. Masukkan cairan pudding pada botol dan tunggu selama 2 jam lalu tambahkan jamu

Pembagian jamu dilakukan pada peserta bimble respon anak anak yakni tertarik dengan jamu yang dimodel kekinian dengan rasa asam manis. Adapun kegiatan lebih lanjut yakni diharapkan masyarakat mengimplementasikan pembuatan jamu kekinian untuk pencegahan stunting.

#### **4. KESIMPULAN**

Pemanfaatan TOGA untuk pencegahan stunting dalam bentuk jamupudding kekinian perlu dilakukan karena selain manfaatnya anak anak juga suka dan tertarik dengan rasa buah yang disajikan. Pelaksanaan sosialisasi sebagai salah satu program kerja prodi berjudul “Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Untuk Pencegahan Stunting” di Kelurahan Pekauman, Kecamatan Gresik, Kabupaten Gresik telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respon yang baik dari peserta.

**DAFTAR PUSTAKA**

Mann, J. dan Truswell, A.S. 2002. *Essentials of Human Nutrition* . New York :Oxford University Press

Jackson, A., Calder, P. C. 2004. *Handbook of Nutritiona and Immunity (Servere Under nutrition and Immunity)* 71-86.New York : Humana Press.

UNICEF. 2007. *Progress For Children: A World Fit for Children*. New York: UNICEF Division of Communication