

# Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* di Dusun Barat Kokoq Desa Guntur Macam Kecamatan Gunung Sari Kabupaten Lombok Barat Tahun 2022

<sup>1</sup>Andy Susbandiyah Ifada, <sup>2</sup>Sriama Muliani, <sup>3</sup>Herni Sulastien, <sup>3</sup>Erniawati Pujiningsih,  
<sup>1</sup>Nur Radiah, <sup>3</sup>Eva Zulfa, <sup>1</sup>Nur Oktaviani, <sup>1</sup>Muhammad Amrin Hakim, <sup>3</sup>Winanda Sri Rahayu,  
<sup>2</sup>Emi Laksmi Zahara

<sup>1</sup> Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan, Mataram, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan, Mataram, Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan, Mataram, Indonesia

Korespondensi : [hernisulastien@gmail.com](mailto:hernisulastien@gmail.com)

**Abstract:** Stunting is a condition of failure to thrive in children under five due to chronic malnutrition. Stunting can be influenced by various factors, one of which is the nutritional status of pregnant women. The incidence of stunting in West Nusa Tenggara is 25.15% where West Lombok Regency has a very short category percentage of 8.64%, while the short category is 18.46%. Efforts to prevent stunting are carried out by providing counseling and inviting the public to use Family Medicinal Plants (TOGA), one of which is Moringa. These activities which were attended by pregnant women, cadres of posyandu, and mothers of infants and toddlers went smoothly and were enthusiastically welcomed by the community.

**Keywords :** stunting, TOGA, Moringa, pregnant women, toddlers

**Absrak:** Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis. Stunting dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah status gizi Ibu hamil. Angka kejadian stunting di Nusa Tenggara Barat sebesar 25,15% di mana Kabupaten Lombok Barat memiliki persentase kategori sangat pendek sebesar 8,64%, sedangkan kategori pendek sebesar 18,46%. Upaya pencegahan stunting yang dilakukan adalah memberika penyuluhan dan mengajak masyarakat untuk memnafaatkan Tanaman Obat Keluarga (TOGA), salah satu yang ditanam adalah kelor. Kegiatan pengabdian yang diikuti oleh para Ibu hamil, kader posyandu, dan Ibu bayi dan balita berlangsung lancar dan disambut dengan antusias oleh masyarakat.

**Kata Kunci :** stunting, TOGA, kelor, ibu hamil, balita

## PENDAHULUAN

Stunting mengacu pada anak dengan tinggi badan yang terlalu pendek untuk usianya, yang mana hal ini merupakan akibat dari kekurangan gizi kronis atau berulang. Stunting merupakan faktor risiko yang berkontribusi terhadap kematian anak dan juga merupakan penanda ketidaksetaraan dalam hal pembangunan manusia. Anak yang mengalami stunting menjadi gagal mencapai potensi fisik dan kognitifnya<sup>1</sup>. Stunting dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti infeksi, inisiasi menyusui dini, pemberian ASI eksklusif, berat badan lahir rendah (BBLR) dan pernikahan dini<sup>2</sup>. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 diketahui bahwa angka kejadian stunting di Nusa Tenggara Barat sebesar 25,15% di mana Kabupaten Lombok Barat memiliki persentase kategori sangat pendek sebesar 8,64%, sedangkan kategori pendek sebesar 18,46%<sup>3,4</sup>.

Dusun Barat Kokoq yang terletak di Desa Guntur Macam merupakan salah satu dusun di wilayah Kabupaten Lombok Barat yang diketahui memiliki angka kejadian stunting yang cukup tinggi. Berdasarkan hasil pengkajian di lapangan dan penelurusan data puskesmas pada Maret 2022, didapatkan lima (5) balita

di Dusun Barat Kokoq mengalami stunting. Mengingat masih tingginya angka stunting di wilayah tersebut maka sangat penting untuk melakukan kegiatan yang dapat berkontribusi dalam pencegahannya di masa mendatang.

Pencegahan stunting tidak hanya dilakukan dengan cara pemenuhan gizi bagi bayi namun lebih jauh dari itu perlu memperhatikan pemenuhan gizi sejak bayi di dalam kandungan<sup>5,6</sup>, sebagaimana hasil penelitian Ringgo Alfarisi yang menyatakan terdapat hubungan yang bermakna antara Status gizi ibu selama kehamilan dengan kejadian stunting<sup>7</sup>. Ningrum menyatakan upaya dalam mencegah stunting pada bayi dan balita sudah dapat dilaksanakan sejak masa kehamilan. Prinsipnya adalah peningkatan asupan gizi pada ibu hamil dengan memastikan selama kehamilan dapat mengkonsumsi makanan yang berkualitas. Asupan yang mengandung asam folat dan zat besi merupakan kombinasi nutrisi yang sangat penting bagi ibu hamil<sup>8</sup>.

Di samping itu, dalam rangka memanfaatkan keberadaan lahan atau pekarangan di lingkungan tempat tinggal masyarakat maka edukasi tentang tanaman obat keluarga yang dapat digunakan sebagai sumber pemenuhan gizi sangat perlu dilakukan. Oleh sebab itu, bersinergi dengan kegiatan Kuliah Kerja Nyata Profesi Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan UNW Mataram di Desa Guntur Macan Kabupaten Lombok Barat maka dilaksanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat yakni pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai upaya pencegahan stunting di Dusun Barat Kokoq tahun 2022.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 23-24 Maret 2022 di Dusun Barat Kokoq Desa Guntur Macan Kecamatan Gunung Sari Kabupaten Lombok Barat. Sasaran kegiatan ini adalah Ibu hamil, kader posyandu dan Ibu dari bayi dan balita. Kegiatan ini dimulai dari tahapan persiapan meliputi perizinan dan persiapan kegiatan, pelaksanaan, evaluasi, dan pelaporan. Metode yang dipilih yaitu penyuluhan tentang stunting dan hari berikutnya dilanjutkan dengan praktik langsung penanaman Tanaman Obat Keluarga.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kolaborasi dari tiga Program Studi di lingkup Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, yakni Program Studi Keperawatan (DIII), Kebidanan (DIII), dan Farmasi (DIII). Hal ini menjadi perhatian penting karena dalam praktik di lapangan tentu saja tenaga kesehatan tertentu tidak bekerja sendiri namun harus bekerja sama dengan tenaga kesehatan lainnya. Kolaborasi ini akan melahirkan manfaat yang lebih besar bagi masyarakat. Demikian pula dalam pelaksanaan program pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai upaya pencegahan stunting.

Penyuluhan tentang stunting disampaikan oleh pemateri dari program studi Kebidanan yaitu Sriama Muliani dan Emi Laksmi Zahara, didukung dengan ilmu keperawatan oleh Erniawati Pujiningsih dan Winanda Sri Rahayu. Dalam penyuluhan ini, kader posyandu juga turut hadir. Pentingnya melibatkan kader sebagai unsur yang dekat dengan lingkungan Ibu adalah sebagai salah satu sumber yang dapat memberikan informasi dan motivasi. Penelitian dari Wulandari dan Kusumastuti tahun 2020 menyatakan bahwa variabel yang paling dominan mempengaruhi perilaku ibu dalam pencegahan stunting pada balitanya adalah variabel motivasi ibu<sup>9</sup>. Bidan dan kader sebaiknya selalu memberikan penyuluhan berupa informasi dan edukasi tentang stunting, agar para ibu yang memiliki balita dapat ikut serta atau hadir untuk mendengarkan penyuluhan tersebut, sehingga termotivasi untuk mau melakukan pencegahan stunting.

Pengenalan tentang jenis-jenis tanaman dan manfaatnya oleh Andy Susbandiyah Ifada dilanjutkan dengan penanaman tanaman obat keluarga yang dipandu oleh Muhammad Amrin Hakim, Nur Radiah, dan Nur Oktaviani. Penyuluhan tentang stunting berisi penjelasan pengertian stunting, tanda dan gejala serta faktor-faktor penyebabnya. Penyampaian yang dilakukan secara terstruktur dan menggunakan Bahasa yang sederhana termasuk diselingi Bahasa daerah membuat para peserta dapat memahami materi dengan baik. Selanjutnya, untuk mendukung pencegahan kejadian stunting maka dijelaskan tentang sumber makanan yang dapat diperoleh dengan mudah di sekitar dan dapat ditanam di pekarangan untuk menjadi Tanaman Obat Keluarga.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Stunting

Berdasarkan pengamatan Dusun Barat Kokoq merupakan wilayah yang cukup subur, ditandai dengan tumbuh-tumbuhan yang tumbuh dengan mudah. Hal ini mendukung program tanaman obat keluarga. Menurut Susi dan Bebet, Tanaman Obat Keluarga atau TOGA pada hakikatnya adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola oleh keluarga. Ditanam dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri. Salah satu fungsi TOGA adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang antara lain : 1) upaya preventif (pencegahan) ; 2) upaya promotif (meningkatkan/menjaga kesehatan) ; dan 3) upaya kuratif (penyembuhan penyakit)<sup>10</sup>.

Berbicara tentang stunting, maka upaya yang dilakukan pada kegiatan ini adalah menanam jenis tanaman yang bisa menjadi sumber nutrisi yang dapat membantu mencegah kejadian stunting. Dengan menyediakan akses yang lebih mudah dan murah terhadap sumber daya alam untuk konsumsi sehari-hari, maka ibu dan calon ibu dapat meningkatkan kepeduliannya terhadap asupan nutrisi.

Kelor (*Moringa oleifera*) adalah tanaman pertama yang dipilih. Tanaman ini sangat umum ditemukan di berbagai wilayah Nusa Tenggara Barat. Banyak keluarga telah menanam tanaman ini di pekarangan rumahnya untuk dikonsumsi sehari-hari. Kelor sangat mudah tumbuh, pemeliharaan tidak sulit, cocok untuk dijadikan sayur pelengkap makan sehari-hari dan terutama tanaman ini mengandung nutrisi yang beragam. Kelor merupakan salah satu jenis tanaman yang sangat kaya akan zat gizi, beberapa penelitian sebelumnya telah dilakukan menganalisis kandungan gizi daun kelor antara lain oleh Zakaria, yaitu dengan mengambil daun muda (2 tangkai di bawah pucuk sampai tangkai 9 atau 10) dari penelitian tersebut diperoleh protein (28,25%), Beta karoten (Pro- Vitamin A) 11,93 mg, Ca (2241,19) mg, Fe (36,91) mg, dan Mg (28,03) mg<sup>11</sup>.

Tanaman lain yang juga bermanfaat dan mudah ditanam adalah tomat, ubi, dan bayam. Daun bayam dan daun ubi dipilih sebagai sayuran pencegah stunting karena kandungan asam folatnya dan zat besinya yang tinggi dan mudah dibudidayakan sehingga bisa dijadikan sebagai sumber pangan alternatif lokal asli Indonesia<sup>12</sup>. Tanaman-tanaman ini dapat dikonsumsi secara berkelanjutan dan tidak menimbulkan efek yang berbahaya. Sebaliknya, kandungan zat gizi di dalamnya dapat membantu

pemenuhan kebutuhan nutrisi Ibu hamil.

### KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan stunting dan penanaman TOGA berlangsung lancar dan disambut antusias oleh masyarakat. Program ini merupakan salah satu tindakan nyata kontribusi dunia pendidikan untuk pembangunan kesehatan Indonesia.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nahdlatul Wathan Mataram dan Pemerintah Desa Guntur Macam Kecamatan Gunung Sari Kabupaten Lombok Barat.

### DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Stunting Rationale. 2022.
2. Windasari DP, Syam I, Kamal LS. Faktor Hubungan dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Tamalate Kota Makassar (Factors related to the incidence of stunting at the Tamalate health center in Makassar city. *Aceh Nutr J.* 2020;(5):27–34.
3. Kesehatan K. Riset Kesehatan Dasar, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan; 2018.
4. Dinas Kesehatan Kab. Lombok Barat. Profil Kesehatan Kabupaten Lombok Barat Tahun 2018. Lombok Barat: Dinas Kesehatan; 2018.
5. Puspitasari A, Putra WD, Amir H. Pencegahan Stunting Pada Anak Di Desa Tamangapa Kec. Ma'rang Kab. Pangkep. *Idea Pengabd Masy.* 2021;1(1):05–8.
6. Amir H, Marwan NI, Rani AH, Herman NM, Aryani N, Wahdah NA, et al. Empowerment of village communities through the holistic program for village development and empowerment (php2d) "moringa crisps khas bontoramba." *Pros Semin Nas Pengabd Kpd MasyarakatPeduli Masy.* 2022;2(April):175–80.
7. Alfarisi R, Nurmalasari Y, Nabilla S. Status Gizi Ibu Hamil Dapat Menyebabkan Kejadian Stunting pada Balita. *J Kebidanan.* 2019;5(3):271–278.
8. Ningrum NP, Hidayatunnikmah N, Rihardini T. Cegah Stunting Sejak Dini dengan Makanan Bergizi untuk Ibu Hamil. *E-Dimas J Pengabd Kpd Masy.* 2020;11(4):550–555.
9. Wulandari HW, Kusumastuti IPPB, Kader P. Dukungan Keluarga dan Motivasi Ibu terhadap Perilaku Ibu dalam Pencegahan Stunting pada Balitanya. *J Ilm Kesehat.* 2020;19(02):73–80.
10. Mindarti S, Nurbaeti B. Buku Saku Tanaman Obat Keluarga (TOGA. Pertanian BNBPT, Hal JB, editors. 2015. p. 3–4.
11. Zakaria. Penambahan Tepung Daun Kelor Pada Menu Makanan Sehari- Hari Dalam Upaya Penanggulangan Gizi Kurang Pada Anak Balita. *Media Gizi Pangan.* 2012;XIII(1).
12. Angelia IO, Nurhafnita N. Optimalisasi Pemanfaatan Lahan Pekarangan Menggunakan Teknik Vertikultur Untuk Budidaya Sayuran Pencegah Stunting Pada Balita Gizi Buruk. *J Abdimas Gorontalo (Jag.* 2020;3(1):42–45.