

BAB I PENDAHULUAN

Anak prasekolah berusia antara 3 sampai 6 tahun sedang dalam masa aktif bermain, sehingga membutuhkan banyak energi untuk melakukan aktivitas. Apabila gizinya tidak terpenuhi akan menyebabkan masalah berat badan rendah, berat badan kurang pada anak prasekolah memiliki berbagai akibat serius, seperti gangguan pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif dan peningkatan risiko penyakit infeksi. Anak dengan berat badan kurang juga cenderung memiliki daya tahan tubuh yang lebih rendah dan lebih mudah terkena penyakit sehingga asupan gizi anak usia prasekolah harus terpenuhi (Susilowati dan Kuspriyanto, 2020).

Menurut hasil data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, prevalensi anak prasekolah yang mempunyai masalah berat badan kurang berdasarkan provinsi, khususnya di Provinsi Jawa Timur adalah sebesar 15,8% (Kemenkes, 2022). Hasil Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (Dinkes Jatim) tahun 2022, didapatkan hasil anak prasekolah dengan masalah berat badan kurang salah satunya ada di Kota Ngawi sebesar 15,34% (Dinkes Jawa Timur, 2022). masalah yang terjadi pada anak usia prasekolah adalah berat badan karena status gizi yang kurang.

Berat badan juga sering digunakan untuk menilai status gizi seorang anak. Selain berat badan indikator kedua tinggi badan merupakan indikator yang lebih baik untuk pengukuran pertumbuhan fisik anak secara keseluruhan. Berat badan yang meningkat dapat dikatakan dengan terdapatnya peningkatan pada semua jaringan yang ada pada tubuh (tulang, otot, lemak, cairan tubuh dan lain - lain) (Karo, 2023).

Kurang gizi pada anak prasekolah dapat berdampak terhadap pertumbuhan, perkembangan kognitif dan peningkatan risiko penyakit infeksi.. Masalah gizi akan timbul jika antara asupan zat gizi dikonsumsi dengan kebutuhan gizi tidak sesuai. Gizi kurang terjadi apabila asupan zat gizi lebih rendah dibandingkan gizi yang dibutuhkan, sedangkan gizi buruk terjadi apabila asupan zat gizi semakin rendah. Ada beberapa faktor terkait kebutuhan gizi,

salah satunya yang sangat esensial adalah terpenuhinya kebutuhan pangan bergizi (Nuraina et al, 2022).

Salah satu tanaman mengandung zat gizi sangat tinggi yang bermanfaat bagi kesehatan masyarakat adalah *moringa oleifera* atau sering disebut daun kelor. Salah satu manfaat yang dapat diambil dari daun kelor terdapat pada daunnya. Bahwa daun kelor mengandung vitamin A, 10 kali lebih banyak dibanding wortel, vitamin B 50 kali lebih banyak dibandingkan sardines dan kacang, vitamin E 4 kali lebih banyak dibandingkan minyak jagung, beta karoten 4 kali lebih banyak dibanding wortel, zat besi 25 kali lebih banyak dibanding bayam, zinc 6 kali lebih banyak dibanding almond, kalium 15 kali lebih banyak dibanding pisang, kalsium 17 kali lebih banyak dibanding susu, dan protein 9 kali lebih banyak dibanding yoghurt. Di Indonesia terutama di Provinsi Jawa Timur, Kota Ngawi, Desa Pandean pemanfaatan daun kelor belum optimal, pada umumnya hanya digunakan sebagai lalapan atau variasi menu makanan. Kegunaan daun kelor juga dapat meningkatkan status gizi buruk pada anak terutama anak usia prasekolah (Sinaga, 2022).

Mekanisme kerja ekstrak daun kelor dalam menambah berat badan yaitu dengan meningkatkan laju reaksi metabolisme tubuh, merangsang hipotalismus untuk meningkatkan keasaman lambung sehingga menimbulkan rasa lapar (Majid et al., 2020).

Sejumlah produk berbahan dasar daun kelor sangatlah beragam, salah satunya adalah puding daun kelor. Kandungan kalsium daun kelor basah mengandung 350– 550 mg, orang dewasa dan anak-anak dapat mengonsumsi ekstrak daun kelor dengan lebih mudah. Puding merupakan makanan alternatif yang baik untuk disajikan kepada anak karena memiliki tekstur dan rasa yang disukai sebagian besar anak usia prasekolah. Untuk mencegah terjadinya berat badan rendah pada anak dan menjamin terpenuhinya kebutuhan nutrisi hariannya, diharapkan penambahan ekstrak daun kelor dalam bentuk ekstrak pada puding siap saji (Setyowati Haryono et al., 2021). Penambahan ekstrak daun kelor pada puding diharapkan dapat memenuhi kebutuhan gizi harian anak usia prasekolah demi terpenuhinya gizi dan dapat mencegah terjadinya berat

badan rendah. Oleh karena itu, pemberian edukasi sangatlah diperlukan (Alamsyah et al., 2022).

Hasil penelitian Safitri et al. (2024) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian puding daun kelor terhadap masalah status gizi, pemberian daun kelor dapat meningkatkan berat badan karena mengandung beberapa vitamin yang diperlukan oleh tubuh pada anak usia prasekolah. Hasil yang didapatkan setelah pemberian makanan tambahan puding anak mengalami rata-rata kenaikan berat badan 1,8 kg, diberikannya olahan daun kelor selama 14 hari. Unsur – unsur penambah berat badan anak yaitu pilih makanan yang berkalori tinggi, tambah asupan lemak, tingkatan karbohidrat, atur jadwal makan, kombinasi makanan seimbang, istirahat cukup (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di posyandu 9 Chendrawasih Ngawi melalui wawancara langsung pada kader posyandu diketahui 8 anak usia 2-5 tahun mengalami berat badan kurang. Upaya yang dilakukan pihak posyandu rata-rata memperbaiki pola makanan anak dengan memberikan makanan tambahan PMT beserta vitamin. Puding daun kelor merupakan salah satu deesert yang digemari orang dewasa hingga anak - anak ,dari teksturnya yang lembut mudah dicerna dan sangat mudah dalam pembuatannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam pembuatan tugas akhir ini yang menghasilkan luaran berupa video sebagai salah satu media alternatif untuk mengedukasi masyarakat khususnya yang memiliki anak dengan berat badan kurang, dengan judul “Pembuatan Puding Daun Kelor Sebagai Upaya Meningkatkan Berat Badan Anak Usia Pra Sekolah Melalui Media Edukasi”.