

PENGUATAN OLAHAN PANGAN LOKAL DAUN KELOR (*MORINGA OLEIFERA*) UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DI KELURAHAN PENANAE KECAMATAN RABA KOTA BIMA

Jaenab^{1*}, Nurul Huda², Fauzan³, Putri Aulia Faradila⁴, Muhammad Reyhan⁵

^{1,2,3,4,5} Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi (STIE) Bima

e-mail: *jaenab84.stiebima@gmail.com

Diajukan

22 Oktober 2024

Direvisi

25 November 2024

Diterima

2 Desember 2024

Abstrak: Stunting adalah kondisi di mana pertumbuhan anak terhambat, sering kali disebabkan oleh kekurangan gizi selama periode 1000 hari pertama kehidupan. Stunting sering dijumpai pada anak usia 12-36 bulan, anak yang mengalami stunting pada masa ini cenderung akan sulit mencapai tinggi badan yang optimal pada periode selanjutnya. Metode yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat adalah kegiatan sosialisasi terkait pencegahan dan percepatan penurunan stunting serta pemberian pudding kelor. Kegiatan tersebut dilaksanakan pada masyarakat yang memiliki anak usia 12-36 bulan di Kelurahan Penana'e. Kegiatan yang diselenggarakan oleh mahasiswa peserta KKN-T MBKM dan di bimbing oleh 2 (dua) dosen pembimbing lapangan Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi (STIE) Bima pada tanggal 05 September sampai 07 September 2024. Sosialisasi terkait stunting merupakan salah satu bentuk upaya pencegahan stunting melalui edukasi yang diberikan anak-anak dan Masyarakat Kelurahan Penanae. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan adanya perubahan perilaku dan upaya dalam peningkatan kesehatan melalui pemenuhan gizi keluarga. Inisiatif para mahasiswa menawarkan pembuatan pudding daun kelor untuk dapat memberikan referensi baru bagi masyarakat tentang pengolahan bahan pangan lokal yang melimpah di lingkungan sekitar. Kegiatan sosialisasi pemanfaatan daun kelor untuk mengurangi angka stunting di Kelurahan Penanae, Kota Bima telah efektif dilakukan. Hal ini terlihat dari berbagai penanda yang diperoleh pasca sosialisasi. Berdasarkan hasil kegiatan di tersebut, saran yang dapat diberikan untuk mengoptimalkan kegiatan tersebut yaitu menyelenggarakan program berkelanjutan yang melibatkan masyarakat secara terus menerus. Ini dapat melibatkan tindakan secara rutin atau kampanye edukasi secara berkala.

Kata Kunci: puding daun kelor, stunting, sosialisasi

Abstract: Stunting is a condition where a child's growth is hindered, often due to malnutrition during the first 1000 days of life. Stunting is commonly found in children

aged 12-36 months, and those who experience stunting during this period tend to struggle to reach optimal height in subsequent years. The method used in this community service activity involved socialization related to the prevention and acceleration of stunting reduction, along with the provision of moringa pudding. The activity was carried out for families with children aged 12-36 months in Penana'e Village. This program, organized by students participating in the KKN-T MBKM program and guided by two field supervisors from the Bima School of Economics (STIE), took place from September 5 to 7, 2024. The socialization on stunting served as one form of prevention through education provided to children and the community of Penana'e Village. It is hoped that this activity will lead to behavioral changes and efforts to improve health through better family nutrition. The students' initiative of making moringa leaf pudding provided a new reference for the community on the processing of abundant local food ingredients. The socialization on the use of moringa leaves to reduce stunting rates in Penana'e Village, Bima City, has been effectively carried out. This is evident from various indicators obtained after the socialization. Based on the results of the activity, recommendations to optimize the program include organizing a sustainable program that involves the community continuously. This could involve routine actions or periodic educational campaigns.

Keywords: *moringa leaf pudding, stunting, socialization*

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi di mana pertumbuhan anak terhambat, sering kali disebabkan oleh kekurangan gizi selama periode 1000 hari pertama kehidupan. Stunting sering dijumpai pada anak usia 12-36 bulan. Anak yang mengalami stunting pada masa ini cenderung akan sulit mencapai tinggi badan yang optimal pada periode selanjutnya (Alfarisi et al., 2019). Untuk mencegah terjadinya stunting pada anak, ibu perlu mengonsumsi asupan gizi yang layak dan memiliki pengetahuan gizi yang baik. Upaya perbaikan stunting dapat dilakukan dengan peningkatan pengetahuan sehingga dapat memperbaiki perilaku pemberian makanan pada anak (Alfajri et al., 2022). Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pemanfaatan daun kelor (*Moringa Oleifera*) sebagai kudapan untuk mencegah masalah stunting.

Moringa Oleifera, yakni tanaman majemuk, ditemukan di Indonesia. Tanaman ini berpotensi sebagai asupan pendamping ASI yang efektif serta bisa didapatkan secara mudah. *Moringa Oleifera*, yang juga disebut daun kelor, memang hanya dikonsumsi oleh segelintir masyarakat Indonesia, namun masih sedikit orang yang mengetahui kegunaan tanaman ini. Daun kelor diketahui dapat menambah berat badan (Putra et al., 2021). Mengingat pentingnya gizi seimbang dalam mendukung pertumbuhan, pengembangan olahan pangan lokal yang bergizi sangat diperlukan. Daun kelor, yang dikenal dengan sebutan "superfood," memiliki kandungan gizi yang tinggi, termasuk

protein, vitamin A, C, dan kalsium.

Produk pangan yang mengandung gizi tinggi tidak harus dibeli dengan harga yang mahal, namun dengan berlimpahnya hasil alam yang ada di lingkungan sekitar memungkinkan adanya inovasi pangan untuk meningkatkan jumlah olahan pangan yang bernutrisi tinggi. Contoh inovasi yang dibuat misalnya, tempe yang selama ini dibuat menggunakan kacang kedelai dapat diganti dengan bahan baku kacang merah (Ndukang et al., 2023) atau pembuatan nugget berbahan dasar tempe kaya nutrisi yang bertujuan untuk membantu mencegah stunting (Risma & Nurhaeda, 2022).

Selain itu, daun kelor juga bisa diinovasikan menjadi berbagai macam olahan, seperti sayur mayur, teh daun kelor, tepung daun kelor, dan puding. Puding adalah salah satu makanan pengganti yang layak dikonsumsi oleh anak-anak karena memiliki permukaan yang lembut dan rasa yang sesuai dengan lidah anak-anak. Puding daun kelor merupakan makanan pilihan bagi anak-anak untuk mengatur pola makan sehari-hari. Agar manfaat makanannya tidak hilang, disarankan untuk memanfaatkan daun kelor yang baru dan memanfaatkan seluruh bagian daunnya saat membuat puding daun kelor. Puding yang dibuat dengan menggunakan daun kelor mampu membangkitkan rasa lapar anak. Rasanya yang manis dan bentuknya yang memikat membuat daya tarik bayi terhadap puding yang diolah menjadi sangat besar (Tuloli et al., 2022). Puding daun kelor menarik karena enak dan mudah disiapkan, sehingga dapat menarik minat anak-anak untuk mengonsumsinya.

Dengan mengedukasi masyarakat tentang manfaat dan cara pembuatan puding daun kelor, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan penggunaan olahan pangan lokal ini sebagai langkah preventif terhadap stunting. Melalui penguatan olahan pangan lokal, terutama daun kelor, kita dapat menciptakan pola makan yang lebih bergizi dan berkelanjutan, serta mendukung kesehatan anak-anak. Penelitian dan pengembangan lebih lanjut dalam bidang ini sangat penting untuk mengoptimalkan manfaat dari bahan pangan lokal demi pencegahan stunting dan peningkatan kualitas hidup generasi mendatang (Hamdiyah et al., 2024).

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan observasi untuk menggali potensi yang ada di Kelurahan Penana'e, Kecamatan Raba, Kota Bima. Berdasarkan hasil observasi dan diskusi dengan masyarakat setempat, kami menemukan bahwa mereka hanya mengolah daun kelor untuk kebutuhan konsumsi dengan cara merebusnya. Meskipun masyarakat sudah mengetahui inovasi olahan daun kelor berupa puding daun kelor, mereka belum pernah melakukannya secara mandiri di rumah. Oleh karena itu, pengabdian ini bertujuan untuk memperkenalkan dan mengedukasi masyarakat tentang pemanfaatan daun kelor dalam bentuk puding sebagai upaya pencegahan stunting.

Kegiatan ini dimulai dengan pertemuan bersama pihak UPT Puskesmas Penana'e untuk menggali data mengenai stunting yang ada di Kelurahan Penana'e. Selain itu, kami juga meminta izin dari Lurah Penana'e untuk melaksanakan kegiatan pencegahan

stunting ini. Setelah memperoleh izin, dilakukan pelatihan kepada masyarakat mengenai cara pembuatan pudding daun kelor yang bernutrisi tinggi. Pelatihan ini diharapkan dapat memberikan keterampilan baru kepada ibu-ibu rumah tangga agar mereka dapat mengolah daun kelor menjadi olahan yang lebih menarik dan bergizi, khususnya bagi anak-anak guna mencegah stunting.

Pada tanggal 07 September 2024, sebagai tindak lanjut dari pelatihan, produk olahan pudding daun kelor dibagikan kepada masyarakat sebagai contoh nyata dari apa yang telah diajarkan. Pembagian ini bertujuan untuk memperkenalkan pudding daun kelor dan memberikan gambaran langsung kepada masyarakat mengenai cara mengonsumsinya. Dengan kegiatan ini, diharapkan masyarakat Kelurahan Penana'e dapat lebih memahami pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting dan mampu mengolah bahan pangan lokal seperti daun kelor secara mandiri di rumah mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peran pemerintah dan institusi pendidikan sangat diharapkan guna memberikan referensi baru bagi masyarakat terkait pengolahan pangan berbahan dasar daun kelor. Melalui kegiatan pencegahan stunting yang dilakukan oleh Mahasiswa KKNT-MBKM STIE Bima, diharapkan ada pengetahuan baru yang akan dibagikan kepada masyarakat.

Tahapan pertama kegiatan ini dimulai dengan melakukan observasi, observasi bertujuan untuk mengetahui potensi yang ada di Kelurahan Penana'e untuk bisa diinovasikan guna memberikan pembelajaran dan pemahaman baru bagi masyarakat. Dari hasil observasi yang dilakukan bahwa tanaman kelor sangat melimpah di Kelurahan Penana'e. Meskipun melimpah namun warga hanya mengolah daun kelor melalui metode perebusan.

Tahapan kedua yaitu melakukan pertemuan dengan pihak Puskesmas Penana'e dalam rangka menggali informasi terkait data stunting yang ada di Kelurahan Penanae.

Tahapan ketiga yaitu melakukan pembuatan pudding daun kelor. Daun kelor mengandung beberapa jenis vitamin yang penting. Kandungan vitamin di daun kelor diantaranya karoten, vitamin A, vitamin B1, B2, B3 dan vitamin C. Kelor adalah tanaman yang bisa tumbuh dengan cepat, berumur panjang, berbunga sepanjang tahun, dan tahan kondisi panas ekstrim. Tanaman ini berasal dari daerah tropis dan subtropis di Asia Selatan. Tanaman ini umum digunakan untuk menjadi pangan dan obat di Indonesia. Daun kelor dapat membantu tubuh menyerap lebih banyak zat besi, sehingga mampu meningkatkan jumlah sel darah merah dalam tubuh. Diperkirakan ekstrak kelor sangat membantu mengobati dan mencegah anemia serta penyakit sel sabit. MP-ASI berbahan dasar lokal dapat diterapkan sebagai salah satu alternatif dalam pemecahan masalah gizi anak. MP-ASI Lokal adalah MP-ASI yang diolah di rumah tangga terbuat dari bahan makanan yang tersedia setempat, mudah diperoleh dengan harga terjangkau oleh masyarakat, dan memerlukan pengolahan sebelum dikonsumsi dan dibuat dari bahan makanan campuran yang padat gizi

Mekanisme penjelasan tentang Pembuatan puding kelor diajarkan kepada ibu balita agar mudah dipraktekkan dan akan lebih efektif jika dilakukan oleh kader posyandu dan bisa menerapkan setiap posyandu sehingga masyarakat lebih cepat mengerti karena Kader posyandu merupakan pioneer yang dapat menindaklanjuti semua kegiatan workshop / pelatihan yang telah dialaminya (diikutinya), sehingga kader posyandu juga disebut sebagai pembawa dan penyampain misi pembangunan kesehatan ditingkat paling bawah yang langsung berhubungan dengan masyarakat.



Gambar 1. Proses Pembuatan Puding Kelor

Cara pengolahan bahan local inovasi Puding Daun Kelor.: 1) Bahan nya yaitu Bubuk daun kelor, Santan, gula, Agar-agar, Garam, Air. Cara Membuat Bubuk Daun Kelor: Ambil sebanyak 6 tangkai daun kelor kemudian pisahkan daun satu persatu lalu cuci daun kelor di bawah air yang mengalir lalu angin-anginkan kemudian di simpan di dalam wadah kemudian tutup dengan kain hitam di halaman rumah sampai 2-3 hari jika sudah kering blender sampai menjadi bubuk. 2) Puding Daun Kelor: Sediakan wadah yaitu panci, campur bubuk daun kelor, agar-agar dan susu, lalu aduk hingga agar agar larut, Berikutnya, masak adonan hingga panas, Aduk rata kemudian masak hingga mendidih, Langkah selanjutnya, tuang ke dalam cetakan yang sudah di basahi dengan dengan air matang, Jika sudah, dinginkan hingga mengeras, Puding Daun Kelor siap dihidangkan

Tahapan keempat yaitu pembagian produk olahan daun kelor pada acara posyandu. Kegiatan posyandu dilakukan di rumah ketua RT 08 Lingkungan. Ngarolo pada jam 08.00-11.30 WITA. Mahasiswa KKNT-MBKM membantu pihak puskesmas dalam mendata nama anak-anak dan balita yang hadir, mengukur tinggi badan, menimbang berat badan, membagikan pudding daun kelor sebagai cemilan untuk anak-anak serta pembagian brosur bagi yang mengikuti kegiatan posyandu. Pembagian pudding daun kelor dan brosur yang berisi tentang deskripsi stunting, dampak stunting, makanan pencegah stunting dan manfaat pudding daun kelor diharapkan sebagai bagian dari pencegahan stunting atau gagal tumbuh pada anak di Kelurahan Penana'e.



Gambar 2. Sosialisasi Pencegahan Stunting, Pembagian Puding Kelor dan Pembagian Brosur

Sosialisasi terkait stunting merupakan salah satu bentuk upaya pencegahan stunting melalui edukasi yang diberikan anak-anak dan Masyarakat Kelurahan Penanae. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan adanya perubahan perilaku dan

upaya dalam peningkatan kesehatan melalui pemenuhan gizi keluarga. Inisiatif para mahasiswa menawarkan pembuatan pudding daun kelor untuk dapat memberikan referensi baru bagi masyarakat tentang pengolahan bahan pangan local yang melimpah di lingkungan sekitar. Pudding di buat menggunakan bahan agar-agar yang memiliki kandungan gizi seperti karbohidrat, lemak, air dan protein. Langkah edukasi ini sebagai jembatan untuk dapat memberikan pemahaman akan sebagai potensi alam yang ada di sekitar Masyarakat. Pudding merupakan salah satu cemilan favorit anak-anak hingga dewasa. Ukurannya yang kecil dan rasanya yang manis membuat anak-anak menyukainya. akanan yang bervariasi.

Tujuan Penting Dari pemberian daun kelor adalah Kebutuhan gizi Bayi dan balita akan Meningkat .dengan memberikan makanan yang bervariasi seperti puding kelor Salah Satu Bentuk makanan yg instan Yang sudah Banyak dikenal dimasyarakat. Harus Memenuhi Persyaratan Yaitu padat Gizi Dan Seimbang, Kaya Energi, Cukup Protein, Dan Perbandingan Lemak Yang berimbang Antara Lemak Jenuh Dan Tak Jenuh Agar Mudah Dicerna Oleh Organ Pencernaan tubuh Bayi.

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pemanfaatan daun kelor untuk mengurangi angka stunting di Kelurahan Penana'e, Kota Bima, telah efektif dilakukan. Hal ini terlihat dari berbagai penanda yang diperoleh pasca sosialisasi. Berdasarkan hasil kegiatan tersebut, saran yang dapat diberikan untuk mengoptimalkan kegiatan ini adalah menyelenggarakan program berkelanjutan yang melibatkan masyarakat secara terus-menerus. Ini dapat melibatkan tindakan secara rutin atau kampanye edukasi secara berkala. Fokuskan pada kebersihan, pola makan sehat, dan gaya hidup yang mendukung pemanfaatan olahan daun kelor, serta pastikan untuk terus berkomunikasi dengan masyarakat setempat, mendengarkan umpan balik, dan melakukan penyesuaian agar program ini benar-benar relevan dan bermanfaat bagi mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfajri, A. L., Lubis, D., Putri, A. L. W., Herawati, R., Fardiansyah, M. I., Jaya, J. N., Nisa, N. S. K., Uskono, E. K. M., Cristiyani, N., Ningtyas, R. T. R., & Lestari, S. A. D. (2022). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Pentingnya Gizi dan Pola Asuh Anak di Desa Ngambarsari. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat (PIM)*, 4(2), 98–109. <https://doi.org/10.29244/jpim.4.2.98-106>
- Alfarisi, R., Nurmalasari, Y., & Nabilla, S. (2019). The nutritional status of pregnant women can cause stunting in toddlers. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 271–278.
- Hamdiyah, Rosmawati, Resmawati, Risma, A., Rahmawati, Rusti, R., & Sumarni. (2024). Inovation PELAKOR (Pepaya, Labu, dan Kelor) as an Effort to Prevent StuntingSTUNTING. *Communnity Development Journal*, 5(1), 1079–1084.
- Ndukang, S., Seran, L., Djalo, A., Missa, H., & Baunsele, A. B. (2023). Sosialisasi dan Pembuatan Produk Olahan Pangan Berbahan Dasar Daun Kelor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 3(2), 320–329.

- Putra, A. I. Y. D., Setiawan, N. B. W., Sanjiwani, M. I. D., Wahyuniari, I. A. I., & Indrayani, A. W. (2021). Nutrigenomic and biomolecular aspect of moringa oleifera leaf powder as supplementation for stunting children. *Journal of Tropical Biodiversity and Biotechnology*, 6(1), 1–15. <https://doi.org/10.22146/jtbb.60113>
- Risma, & Nurhaeda. (2022). Pemberian Nugget Tempe Kedelai Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Gizi Kurang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 7002–7013.
- Tuloli, T. S., Basri K, S., & Paramita Th. Kum, S. R. (2022). Literasi Gizi Pada Ibu-Ibu Untuk Mencegah dan Menurunkan Stunting Melalui Pemanfaatan Kelor Dalam Olahan Puding Di Desa Permata Kecamatan Tilongkabila. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society*, 1(3), 92–102. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v1i3.18405>