

---

# Inovasi Pangan Sehat : Puding Daun Kelor sebagai Pencegahan Stunting pada Balita.

Nilna Saada Tina<sup>1</sup> , Delfira Tsabita<sup>2</sup>, Wikrama Wardhana<sup>3</sup>, Silvia Novita<sup>4</sup> Wildan Maulana<sup>5</sup>, Eris Amelia Putri<sup>6</sup>, Aulia Eka Priyanti<sup>7</sup>, Abel Zuma<sup>8</sup>, Deswara Cintana<sup>9</sup>

<sup>1</sup> Department of Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

<sup>2</sup> Department of Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia

<sup>3</sup> Department of Teknik, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>4</sup> Department of Ekonomi Bisnis, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>5</sup> Department of Teknik, Universitas Muhammadiyah Cirebon, Indonesia

<sup>6</sup> Department of Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

<sup>7</sup> Department of Ekonomi Bisnis, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

<sup>8</sup> Department of Hukum, Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia

<sup>9</sup> Department of Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

 [kknmas55@gmail.com](mailto:kknmas55@gmail.com)

---

## **Abstract**

*Stunting is a chronic nutritional problem that is still a challenge in Indonesia. This research aims to increase mothers' knowledge about nutrition and prevent stunting by providing additional food (PMT) with Moringa leaf pudding in Demakan Village. The method used is an educational approach through counseling and providing PMT with Moringa leaf pudding. The research results showed that there was a significant increase in mothers' knowledge about nutrition and the benefits of Moringa leaves after participating in the program. Apart from that, Moringa leaf pudding is well received by toddlers. In conclusion, this program is effective in increasing mothers' knowledge and providing a nutritious alternative to PMT that children like. This research recommends expanding similar programs in other villages to reduce stunting rates.*

**Keywords:** *Stunting; Moringa Leaf Pudding; Toddler*

---

# Inovasi Pangan Sehat Puding Daun Kelor sebagai Pencegahan Stunting pada Balita

## **Abstrak**

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi dan mencegah stunting melalui pemberian makanan tambahan (PMT) puding daun kelor di Desa Demakan. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukasi melalui penyuluhan dan pemberian PMT puding daun kelor. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu tentang gizi dan manfaat daun kelor setelah mengikuti program. Selain itu, puding daun kelor diterima dengan baik oleh balita. Kesimpulannya, program ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan memberikan alternatif PMT yang bergizi dan disukai anak. Penelitian ini merekomendasikan perluasan program serupa di desa lain untuk menurunkan angka stunting.

**Kata kunci:** *Stunting; Puding Daun Kelor; Balita*

# 1. Pendahuluan

Stunting didefinisikan sebagai suatu keadaan terhambatnya pertumbuhan anak berdasarkan tinggi badan anak menurut usia yang dinilai menggunakan *z-score* akibat kekurangan zat gizi mulai dari masa *prenatal* sehingga dapat menyebabkan berat badan lahir rendah sampai terjadinya gangguan pertumbuhan pada 2 tahun pertama kehidupan. [1] *Z-score* adalah salah satu metode yang digunakan untuk menilai status gizi anak, termasuk dalam menentukan apakah seorang anak mengalami stunting. Dalam konteks stunting, *Z-score* mengukur perbandingan antara tinggi badan anak dengan standar tinggi badan berdasarkan usia dan jenis kelamin yang diterbitkan oleh WHO. [2] Meskipun secara prevalensi angka kejadian stunting di seluruh dunia mengalami penurunan, namun terhitung dari tahun 1990 hingga 2018 terdapat 21,3% anak berusia kurang dari 5 tahun mengalami stunting. [3] Hal ini memicu WHO dan PBB menetapkan salah satu tujuan pembangunan berkelanjutan di seluruh dunia adalah pengurangan 40% angka stunting dan malnutrisi anak pada tahun 2025. [4] Di Desa Demakan yang terletak di Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo mempunyai balita dengan stunting sebanyak 42 balita.

Dengan adanya KKN MAS Tahun 2024 yang mengusung tema “UMKM Unggul, Stunting Menurun” yang diselenggarakan di Desa Demakan, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo. TIM KKN MAS Kelompok 55 membuat program kerja yang berfokus pada penurunan stunting melalui PINTAS (Puding Indonesia Nutrisi Tinggi Anti Stunting) dengan memberikan makanan tambahan yang menggunakan bahan dasar dari daun kelor, dan produk yang di hasilkan adalah puding dari daun kelor yang memiliki beragam manfaat bagi tubuh yang salah satunya untuk pencegahan stunting bagi balita dan anak-anak. Tanaman daun kelor juga salah satu tanaman yang mempunyai banyak nutrisi yang penting untuk pertumbuhan anak. [5] Pemanfaatan Daun kelor biasanya digunakan dalam beberapa olahan makanan, berupa makanan ringan yang memiliki kandungan nutrisi yang banyak bagi tubuh dengan cara menembarkannya ke dalam suatu olahan makanan yang bergizi. [6]

Tumbuhan daun kelor banyak ditemui di Desa Demakan karena tumbuhan itu biasa hidup di kebun liar. Tumbuhan daun kelor biasa digunakan oleh masyarakat Desa Demakan sebagai teh dan juga untuk pembuatan sup daun kelor. Namun, karena nutrisi yang ada di dalam daun kelor banyak, salah satunya dapat meningkatkan nafsu makan pada anak-anak. Hal ini menjadikan daun kelor dapat digunakan sebagai PMT (Pemberian Makanan Tambahan) untuk pencegahan stunting. [7]

Dengan adanya potensi daun kelor yang ada di Desa Demakan, kami memilih untuk menginovasi daun kelor menjadi PMT (Pemberian Makanan Tambahan) menjadi puding daun kelor, yang kami namai dengan program PINTAS (Puding Indonesia Nutrisi Tinggi Anti Stunting) guna untuk mencegah stunting pada balita melalui pemberian makanan tambahan yang berbasis daun kelor yang mudah dibuat sehingga bisa diolah secara berulang. [8]

## 2. Metode

Kegiatan pelaksanaan program kerja dilakukan dengan 2 cara yaitu menggunakan metode edukasi penyuluhan mengenai stunting dan juga edukasi mengenai pemanfaatan daun kelor sebagai PMT dalam bentuk puding. Kegiatan ini dilakukan di posyandu balita kelompok Manggis 5 RW 05 Dukuh Ganggasan, Desa Demakan, Kecamatan Mojolaban,

Kabupaten Sukoharjo. Giat ini di ikuti oleh 25 ibu yang mempunyai anak balita usia dibawah 5 tahun. Tahap pelaksanaan dibagi menjadi 3 bagian, Diantaranya:

a.) Sebelum Kegiatan

1. Melakukan koordinasi dengan bidan desa serta kader posyandu terkait metode pelaksanaan dan tempat pelaksanaan.
2. Pembuatan media infografis dan daftar pertanyaan
3. Penyiapan alat dan bahan untuk pembuatan PMT puding daun kelor

b.) Kegiatan

1. Pengisian daftar hadir
2. Pembagian quesioner *pretest* (sebelum edukasi) dan *posttest* (setelah edukasi)
3. Pelaksanaan edukasi penyuluhan mengenai stunting dan pemaparan pembuatan puding daun kelor
4. Sesi tanya jawab

c.) Setelah Kegiatan

1. Ringkasan data

### 3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan program kerja ini berfokus pada penurunan stunting yang ada di desa demakan melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berupa sebuah puding daun kelor demi menurunnya permasalahan stunting. Pemanfaatan daun kelor yang digunakan dalam olahan makanan berupa puding, dapat memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh pada balita. Program ini dilakukan dengan cara sosialisasi mengenai stunting serta cara pembuatan puding daun kelor. Selain itu, juga dilakukan pembagian PMT (Pemberian Makanan Tambahan) puding daun kelor. Tujuan dari sosialisasi serta pembagian PMT ini adalah untuk mengenalkan kepada ibu balita, khususnya pada Dukuh Ganggasan RW 05, Desa Demakan dalam mengenalkan inovasi puding yang terbuat dari daun kelor. Kegiatan ini dilaksanakan pada Posyandu Balita di Dukuh Ganggasan RW 05 yang memiliki data stunting terbanyak di Desa Demakan. Berikut kami sajikan data terkait tingkat pengetahuan Ibu tentang stunting dan asupan nutrisi anak di Dukuh Ganggasan RW 05, Desa Demakan.

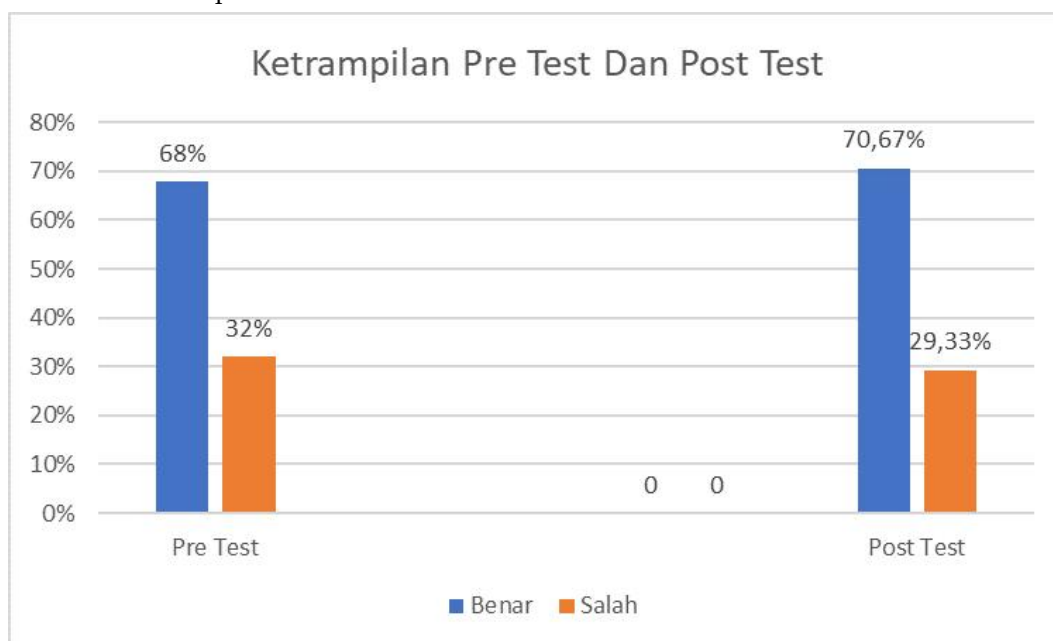
**Tabel 1.** Presentase usia balita, usia ibu balita dan status gizi anak

Variabel	n	Presentase (%)
Usia Ibu Balita		
• 20 – 30 Tahun	4	26,67%
• 30 – 40 Tahun	6	40%
• 40 – 45 Tahun	5	33,33%
Usia Balita		
• 1 – 3 Tahun	7	46,67%
• 3 – 5 Tahun	8	53,33%
Status Gizi Anak (Tinggi Badan/ Berat Badan)	7	46,67%

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baik</li> <li>• Kurang</li> </ul>	8	53,33%
--	---	--------

Pada [Tabel 1](#), berdasarkan umur ibu balita terdapat bahwa, hasil kehadiran (40%) adalah ibu berusia 30-40 Tahun, (26,67%) adalah ibu berusia 20-30 Tahun, dan (33,33%) adalah ibu berusia 40-45 Tahun. Dengan anak balita berusia kisaran 1-3 Tahun (46,67%) dan balita usia 3-5 Tahun (53,33%). Terdapat 8 anak di antara mereka mengalami masalah gizi kurang.

**Grafik 1.** Ketrampilan *Pretest* dan *Posttest*



Hasil dari [Grafik 1](#). Sebelum mengikuti program, sekitar 68% ibu kurang memahami tentang gizi balita. Namun, setelah mendapatkan penyuluhan sosialisasi puding daun kelor untuk pencegahan stunting, angka ini meningkat menjadi 70,67%. Hal ini menunjukkan bahwa program penyuluhan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu dan diharapkan dapat berkontribusi dalam mencegah stunting pada balita.

Peningkatan yang cukup pada skor *post-test* menunjukkan bahwa pengetahuan ibu balita tentang manfaat daun kelor dan produk olahannya khususnya puding, telah meningkat secara baik. Hal ini menunjukkan bahwa upaya untuk memberikan informasi yang akurat dan menarik mengenai daun kelor sebagai pencegahan stunting telah berhasil. [9] Selain peningkatan pengetahuan, respons positif ibu balita terhadap rasa dan tekstur puding daun kelor juga merupakan pencapaian yang penting, hal ini menunjukkan bahwa inovasi produk pangan berbasis daun kelor ini tidak hanya bergizi, tetapi juga memiliki daya tarik yang cukup tinggi bagi konsumen, terutama balita. Penerimaan yang baik ini membuka peluang besar untuk pengembangan produk olahan daun kelor lainnya yang lebih beragam dan menarik. [10]



**Gambar 1.** Sosialisasi puding daun kelor sebagai pencegahan stunting



**Gambar 2.** Sosialisasi puding daun kelor sebagai pencegahan stunting

Dilakukan sosialisasi mengenai puding daun kelor pada awal kegiatan, sebagaimana tertera pada **Gambar 1**. Dan **Gambar 2**. Kegiatan ini di ikuti oleh sebagian besar Ibu balita yang berada di Dukuh Ganggasan RW 05 Desa Demakan, Yang dimulai dengan pengerjaan soal Pretest, setelah itu pelaksanaan penyuluhan sosialisasi puding daun kelor dan soal Postest yang dilakukan setelah sosialisasi puding daun kelor untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu balita mengenai inovasi dari sebuah puding daun kelor.



**Gambar 3.** Pembagian puding daun kelor kepada ibu balita



**Gambar 4.** Pembagian puding daun kelor kepada ibu balita

Sebanyak 30 puding daun kelor seperti pada **Gambar 3**. telah disiapkan sebagai upaya pembagian PMT kepada balita nantinya. Pembagian pudding daun kelor ini dibagikan melalui ibu balita yang hadir pada posyandu di Dukuh Ganggasan RW 05 Desa Demakan. Pembagian ini dilakukan dengan cara memberikan pudding di akhir acara sosialisasi puding daun kelor sebagaimana pada **Gambar 4**. Hal ini dilakukan agar para ibu balita yang mengikuti sosialisasi bisa langsung merasakan hasil dari produk inovasi daun kelor yang berupa puding.



Ibu balita telah mengikuti kegiatan sosialisasi pudding daun kelor sebagai PMT tambahan seperti Pada [Gambar 5](#). Pelaksanaan program Kerja sosialisasi guna meningkatkan pengetahuan ibu balita terhadap konsumsi makanan bergizi. Selain itu, puding daun kelor dapat menjadi salah satu solusi untuk mengatasi masalah gizi kurang, terutama pada balita yang mengalami sulit makan. [11] Maka, penelitian ini membuka peluang bagi masyarakat dalam mengembangkan produk olahan daun kelor yang lebih inovasi serta mudah dikonsumsi balita, dan dapat memberikan manfaat untuk mencegah stunting.[12]

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan Hasil dan Pembahasan dapat disimpulkan bahwa sebagian kehadiran Ibu Balita berusia 30-40 tahun, dengan usia balita 1-3 tahun serta 3-5 tahun. Data tersebut juga menemukan bahwa 68% Ibu Balita cukup memiliki pemahaman tentang stunting, namun setelah adanya penyuluhan sosialisasi pudding daun kelor sebagai pencegahan stunting, pengetahuan mereka lebih baik lagi mengenai pemahaman tentang stunting meningkat sebesar 70,67%. Program Kerja ini juga mendapatkan respons positif untuk produk pangan pudding daun kelor yang menghasilkan rasa dan tekstur yang baik untuk dikonsumsi balita. Hal ini merupakan pencapaian yang signifikan setelah melakukan program kerja kami karena tidak hanya meningkatkan pemahaman mengenai stunting tetapi juga memberikan produk olahan Daun kelor yang lebih inovasi dan bergizi bagi Balita.

## Referensi

- [1] Z. F. Ahmad, W. Y. Dulahu, and U. Aulia, "Sosialisasi dan Konseling Pencegahan

- Stunting Serta Pemberian Makanan Tambahan berbahan Daun Kelor,” *J. Pengabd. Masy. Farm. Pharmacare Soc.*, vol. 2, no. 1, pp. 14–21, 2023, doi: 10.37905/phar.soc.v2i1.18442.
- [2] Nuraina, C. Azizah, P. A. Fonna, M. A. Rizkyan, R. Zaki, and M. R. Firdaus, “Jurnal Peduli Masyarakat EDUKASI PEMANFAATAN DAUN KELOR (MORINGA OLEIFERA) UNTUK PEMENUHAN NUTRISI PADA BALITA STUNTING,” *J. Pengabd. Kpd. Masy. - Aphelion*, vol. 3, no. September, pp. 207–212, 2021, [Online]. Available: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- [3] Y. K. Sari *et al.*, “Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera) Sebagai Alternatif Pembuatan Teh,” *J. Masy. Madani Indones.*, vol. 3, no. 3, pp. 264–269, 2024, doi: 10.59025/nct6cf19.
- [4] D. Kharisna, A. Arfina, R. Febtrina, S. Yanti, C. Natalia, and D. Safitri, “Puding Daun Kelor Sebagai Alternatif Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Pada Anak Untuk Pencegahan Stunting,” vol. 4, no. 1, 2024.
- [5] N. Chabibah, M. Khanifah, and P. Setyaningsih, “Pengaruh Intervensi Susu Kedelai yang Difortifikasi Bubuk Daun Kelor terhadap Peningkatan Status Gizi Balita,” *Amerta Nutr.*, vol. 7, no. 2, pp. 210–216, 2023, doi: 10.20473/amnt.v7i2.2023.210-216.
- [6] D. R. Fitri and F. Afriandi, “Edukasi pemberian makanan tambah (pmt) puding kelor untuk pencegahan stunting,” vol. 2, pp. 9–20, 2024.
- [7] Nurfardiansyah Bur, Septiyanty Septiyanty, and Yusriani Yusriani, “Program Kemitraan Masyarakat Kelompok Kader dalam Pencegahan Stunting Melalui Promosi Puding Daun Kelor Sebagai Alternatif Makanan Sehat,” *Kreat. J. Pengabd. Masy. Nusant.*, vol. 2, no. 4, pp. 79–89, 2022, doi: 10.55606/kreatif.v2i4.753.
- [8] Resky Wulan Sari, Nurqalbi SR, and Syamsuryana Sabar, “Pengaruh Ekstrak Daun Kelor Terhadap Berat Badan Balita Gizi Kurang Puskesmas Tamalate,” *Inhealth Indones. Heal. J.*, vol. 2, no. 2, pp. 200–212, 2023, doi: 10.56314/inhealth.v2i2.162.
- [9] T. Perwitasari, S. R. Nurita, and A. Armina, “Edukasi pada Ibu Balita tentang Pemanfaatan Daun Kelor untuk Pencegahan Stunting di Desa Talang Bukit Muaro Jambi,” *J. Abdimas Kesehatan.*, vol. 5, no. 2, p. 230, 2023, doi: 10.36565/jak.v5i2.458.
- [10] R. Juwita *et al.*, “Jurnal Pengabdian Masyarakat Biologi dan Sains Inovasi Daun Kelor sebagai Bolu Kukus Puding untuk Mencegah Stunting pada Anak,” vol. 2, no. 1, pp. 33–40, 2023.
- [11] R. E. Trisnawati, J. P. Janggu, and ..., “Optimalisasi Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Pembuatan Makanan Sehat Balita Stunting,” *J. Abdimas ...*, vol. 4, no. 2, pp. 989–993, 2023, [Online]. Available: <https://jabb.lppmbinabangsa.id/index.php/jabb/article/view/400%0Ahttps://jabb.lppmbinabangsa.id/index.php/jabb/article/download/400/298>
- [12] S. Embuai and M. Siauta, “Pengembangan Produk Daun Kelor Melalui Fortifikasi Dalam Upaya Penanganan Stunting,” *Moluccas Heal. J.*, vol. 2, no. 3, pp. 1–6, 2022, doi: 10.54639/mhj.v2i3.718.