



## EDUKASI PENGOLAHAN PUDING DAUN KELOR SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA PENGENJEK LOMBOK TENGAH

*Education On Moringa Leaf Pudding To As An Effort To Preven Stunting In Pengenjek Village, Central Lombok*

**Raisya Hasina\***, Siti Rahmatul Aini, Yoga Dwi Saputra, Mahacita Andanalusia, Baiq Dwiyan Nugrahani, Dian Fathita Dwi Lestari, Yazid Maula Arzaqi, Afifah Nurhidayah

Program Studi Farmasi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram  
Jl. Majapahit No. 62, Gomong, Kec. Selaparang, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat, 83115

\*Alamat Korespondensi: [raisya@unram.ac.id](mailto:raisya@unram.ac.id)

(Tanggal Submission: 25 Juni 2024, Tanggal Accepted : 23 Juli 2024)



### Kata Kunci :

*Stunting, Daun Kelor, Puding*

### Abstrak :

Pemerintah secara nasional, masih menangani stunting sebagai masalah utama termasuk NTB, sehingga diharapkan masalah stunting selesai pada tahun 2023. Namun hingga saat ini, permasalahan terkait stunting masih terjadi di Indonesia, khususnya di NTB. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Bonjeruk Kabupaten Lombok Tengah, Desa Pengenjek merupakan suatu desa di NTB dengan tingkat stunting tertinggi yaitu sebesar 17%. Pemberian makanan bernutrisi merupakan suatu upaya untuk mengatasi masalah stunting di usia anak yang masih balita. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan tentang pengolahan puding daun kelor sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan ini dilakukan di aula kantor Desa Pengenjek dengan metode ceramah, diskusi dan demonstrasi pengolahan puding daun kelor. Sasaran dari kegiatan ini adalah 50 orang ibu-ibu yang memiliki anak usia balita dan 10 orang kader posyandu. Terdapat beberapa tahapan pada kegiatan ini, diantaranya yaitu: tahap persiapan, penyampaian materi tentang stunting dan demonstrasi pembuatan puding daun kelor. Tahap persiapan dilakukan dengan diskusi bersama Kepala Desa Pengenjek terkait tempat dan jadwal pelaksanaannya. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam tiga sesi acara. Dalam sesi yang pertama yaitu penyampaian materi dan diskusi. Sesi kedua adalah demonstrasi pengolahan puding daun kelor. Sesi ketiga yaitu tanya jawab dan pembagian *doorprize* bagi para peserta yang bisa menjawab pertanyaan dan mendemonstrasikan pengolahan puding daun kelor. Dengan dilakukannya kegiatan ini dapat menambah pengetahuan tentang stunting, ibu-ibu dan kader posyandu memiliki keterampilan mengolah puding daun kelor.

**Key word :**

*Stunting,  
Moringa leaves,  
Pudding*

**Abstract :**

The national government is still addressing stunting as a major problem, including NTB, so it is expected that the stunting problem will be resolved by 2023. But until now, problems related to stunting still occur in Indonesia, especially in NTB. Based on data obtained from the Bonjeruk Health Center, Central Lombok Regency, Pengejek Village is a village in NTB with the highest stunting rate at 17%. Providing nutritious food is an effort to overcome the problem of stunting in children under five years of age. This activity aims to provide knowledge and skills about moringa pudding processing as an effort to prevent stunting. This activity was carried out in the Pengejek Village office hall with lecture, discussion and demonstration methods of moringa leaf pudding processing. The targets of this activity are 50 mothers who have children under five years of age and 10 posyandu cadres. There are several stages in this activity, including: preparation stage, delivery of material on stunting and demonstration of making moringa leaf pudding. The preparation stage was carried out by discussing with the Head of Pengejek Village regarding the place and schedule of implementation. The implementation of the activity was carried out in three sessions. In the first session, namely the delivery of material and discussion. The second session was a demonstration of moringa pudding processing. The third session was a question and answer session and the distribution of door prizes for participants who could answer questions and demonstrate moringa pudding processing.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7<sup>th</sup> edition) :

Hasina, R., Aini, S. R., Saputra, Y. D., Andanalusia, M., Nugrahani, B. D., Lestari, D. F. D., Arzaqi, Y. M., & Nurhidayah, A. (2024). Edukasi Pengolahan Puding Daun Kelor Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Pengejek Lombok Tengah. *Jurnal Abdi Insani*, 11(3), 313-320. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v11i3.1720>

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan status gizi yang ukur berdasarkan indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) dengan nilai *Z-score* di bawah -2 SD pada grafik pertumbuhan menurut WHO (Sumartini, 2020). Stunting disebabkan karena pemberian makanan yang tidak sesuai dengan gizi seimbang mulai dari kehamilan hingga anak usia 24 bulan (Mustika & Syamsul, 2018). Stunting yang tidak diimbangi dengan *catch-up growth* (tumbuh kejar) dapat meningkatkan resiko kesakitan, kematian dan terhambatnya pertumbuhan motorik maupun mental (Rahmadhita, 2020). Kondisi stunting juga menyebabkan terjadinya gangguan proses pematangan neuron pada anak sehingga dapat menyebabkan kerusakan permanen pada perkembangan kognitif anak (Yadika *et al.*, 2019).

Prevalensi stunting di dunia pada tahun 2017 sebanyak 144 anak berusia dibawah lima tahun (balita) atau sebesar 21,3% balita mengalami stunting (Falmuariat *et al.*, 2022). Menurut *World Health Organization* (WHO) data menunjukkan 21,9% balita yang mengalami stunting merupakan anak-anak, sebagian besar berasal di Asia (World Health Organization, 2020). Stunting menjadi permasalahan dunia terutama negara berkembang seperti Indonesia. Sebanyak 8,8 juta balita atau sebesar 36,4% balita mengalami stunting di Indonesia (Rahmadhita, 2020). Menurut data yang dikumpulkan dari Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, tingkat stunting balita di Indonesia turun dari 27,67% pada tahun 2019 menjadi 24,4% pada tahun 2021 (Fitri *et al.*, 2022). Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) pada tahun 2017, prevalensi stunting di NTB adalah 150

ribu (37,2%) balita (Haris, 2014) (Nurhayati et al., 2020). Nusa Tenggara Barat (NTB) menempati urutan keempat tertinggi dengan kasus stunting sebesar 32,7% (Irwansyah et al., 2016). Prevalensi stunting di Provinsi Nusa Tenggara Barat pada tahun 2021 sebesar 31,4% dan mengalami peningkatan menjadi 32,7% pada tahun 2022 (Wardani et al., 2021).

Tingginya kejadian stunting disebabkan karena beberapa faktor, diantaranya yaitu kurangnya asupan protein pada anak usia balita (Mulyasari & Setiana, 2016), rendahnya ekonomi keluarga sehingga tidak mampu memenuhi kebutuhan gizi keluarganya, pola asuh yang tidak memberikan ASI eksklusif yang berkualitas, umur pemberian M-PASI tidak tepat, riwayat berat badan lahir rendah (BBLR), dan sanitasi lingkungan (Tatu et al., 2021).

Salah satu upaya pencegahan stunting adalah dengan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sebagai upaya pemenuhan gizi seimbang. Pengolahan MP-ASI dapat menggunakan bahan lokal yang murah dan mudah didapatkan (Maryam, 2017). Kelor merupakan salah satu tanaman yang mudah didapatkan dan mempunyai kandungan gizi tinggi sehingga baik jika digunakan sebagai bahan dasar pengolahan makanan maupun minuman (Eriyhma, 2023). Daun kelor dapat menjadi alternatif pemenuhan gizi balita karena memiliki kandungan gizi tinggi seperti beta karoten, protein yang sangat baik, asam amino esensial, asam amino, serta vitamin (Perwitasari et al., 2023).

Pemerintah secara nasional, masih menangani stunting sebagai masalah utama termasuk NTB, sehingga diharapkan masalah stunting selesai pada tahun 2023 (Nurhayati et al., 2020). Namun hingga saat ini, permasalahan terkait stunting masih terjadi di Indonesia, khususnya di NTB. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Bonjeruk Kabupaten Lombok Tengah, salah satu desa di NTB yang mempunyai angka stunting yang tinggi adalah Desa Pungenjek, Kabupaten Lombok Tengah yaitu sebesar 17% balita mengalami stunting. Prevalensi stunting di Desa Pungenjek, Lombok Tengah terhitung tinggi karena melebihi target nasional yaitu sebesar 14% (Yudiana, 2022). Oleh karena itu, dilakukan edukasi pengolahan puding daun kelor untuk meningkatkan pengetahuan tentang stunting dan keterampilan ibu-ibu serta kader posyandu Desa Pungenjek terkait pengolahan puding daun kelor untuk mencegah terjadinya stunting di Desa tersebut.

## METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 25 Mei 2024 di aula kantor Desa Pungenjek, Lombok Tengah. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu-ibu yang mempunyai anak balita serta kader posyandu yang terdapat di Desa Pungenjek, Lombok Tengah. Kegiatan ini dibagi dalam berbagai tahapan yaitu tahap awal diskusi yang melibatkan Kepala Desa Pungenjek terkait tempat dan jadwal pelaksanaan kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam tiga sesi acara. Dalam sesi yang pertama yaitu penyampaian materi terkait dengan pengertian, latar belakang, dampak buruk, penyebab dan cara pencegahan stunting, kemudian dilanjutkan dengan diskusi. Sesi kedua adalah demonstrasi pengolahan puding daun kelor disertai dengan pemutaran video cara pembuatan puding yang bertujuan untuk menambah wawasan ibu-ibu serta kader posyandu terkait stunting dan cara pencegahannya. Sesi ketiga adalah pembagian hadiah bagi peserta yang bisa menjawab pertanyaan dan yang mendemonstrasikan pengolahan puding daun kelor.

Pengolahan puding daun kelor menggunakan bahan-bahan yang terdiri dari daun kelor, santan, susu kental manis, gula pasir, air dan bubuk agar-agar berwarna putih. Alasan penggunaan bahan-bahan tersebut sebagai bahan pembuatan puding daun kelor karena daun kelor dan susu memiliki kandungan yang berprotein tinggi yang bermanfaat untuk pertumbuhan balita, santan sebagai sumber lemak yang baik juga untuk pertumbuhan balita dan gula pasir sebagai pemanis. Alasan lain dalam pemilihan bahan tersebut karena bahan-bahan tersebut murah dan mudah didapatkan sehingga memudahkan ibu-ibu serta kader posyandu ketika ingin mempraktekkan pengolahan puding daun kelor.

Berikut merupakan cara pengolahan puding daun kelor:

1. Dipisahkan satu ikat daun kelor dari batangnya dan dicuci bersih

2. Direbus daun kelor dengan 200 ml air selama 3 menit
3. Diblender daun kelor serta air rebusannya, lalu disaring
4. Dimasukkan bubuk agar-agar dan 400 ml air, kemudian diaduk hingga berbuih
5. Dimasukkan santan, susu kental manis dan gula secukupnya, lalu dicampurkan air saringan daun kelor, diaduk hingga merata
6. Dituang ke dalam cetakan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat terkait edukasi pengolahan puding daun kelor untuk mencegah terjadinya stunting di Desa Pengerjek, Lombok Tengah oleh Bagian Farmakologi-Farmasi Klinis Komunitas, program studi Farmasi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram telah dilaksanakan pada hari Sabtu, 25 Mei 2024. Kegiatan ini dilaksanakan di aula kantor Desa Pengerjek, Lombok Tengah dengan sasaran pengabdian ini ialah ibu-ibu yang mempunyai anak balita serta kader posyandu yang terdapat di Desa Pengerjek, Lombok Tengah. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan beberapa tahapan. Diantaranya yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan.

Sebelum dilaksanakannya kegiatan pengabdian, tim pengabdian bagian Farmakologi-Farmasi Klinis Komunitas program studi Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Mataram melakukan survei dan studi pendahuluan terlebih dahulu ke Desa Pengerjek, Lombok Tengah pada tanggal 7 Mei 2024. Survei ini dilakukan untuk bertemu langsung dengan kepala Desa Pengerjek membahas terkait profil dan tingkat kejadian stunting di Desa Pengerjek, serta membahas lebih lanjut terkait persiapan kegiatan, lokasi dan waktu pelaksanaan kegiatan.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan beberapa sesi yaitu, penyampaian materi dan diskusi, demonstrasi pengolahan puding daun kelor dan pembagian *doorprize* bagi peserta yang dapat menjawab pertanyaan pemateri dan dapat mendemonstrasikan pengolahan puding daun kelor. Kegiatan ini dihadiri oleh 50 Orang ibu-ibu dan 10 Orang kader posyandu. Sebelum kegiatan dimulai, para peserta dan kader posyandu di Desa Pengerjek diarahkan untuk registrasi terlebih dahulu. Kegiatan dilanjutkan dengan pembukaan, pembacaan doa, kemudian dilanjutkan dengan sambutan oleh ketua pengabdian apt. Raisya Hasina, S.Farm., M.Sc. dan kepala desa Pengerjek Haerudin, S.Pd.I.

Kegiatan selanjutnya dilanjutkan dengan penyampaian materi. Penyampaian materi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan para peserta yaitu ibu-ibu dan kader posyandu terkait stunting. Sesi penyampaian materi ini dibagi menjadi dua bagian, yang pertama yaitu penyampaian materi terkait stunting dari ibu apt. Siti Rahmatul Aini, S.F., M.Sc. adapun materi yang diberikan meliputi definisi, prevalensi, dampak buruk, penyebab, serta cara pencegahan stunting. Kemudian materi kedua disampaikan apt. Yoga Dwi Saputra, S.Farm., M.Pharm.Sci melanjutkan materi sebelumnya terkait alternatif pencegahan stunting menggunakan daun kelor. Adapun materi yang disampaikan meliputi kandungan dan kelebihan daun kelor, serta cara pembuatan puding daun kelor.





Gambar 1. Penyampaian materi stunting



Gambar 2. Penyampaian materi alternatif pencegahan stunting dengan puding daun kelor



Gambar 3. Demonstrasi pembuatan puding daun kelor

Setelah penyampaian materi, dilanjutkan dengan demonstrasi pengolahan puding daun kelor disertai dengan pemutaran video pengolahan puding daun sebagai alternatif pencegahan stunting yang dipandu oleh apt. Raisya Hasina, S.Farm., M.Sc dan apt. Mahacita Andanalusia, S.Farm., M.Farm. Pada sesi demonstrasi ini, para peserta yaitu ibu-ibu yang hadir juga diberikan kesempatan untuk ikut bersama-sama melakukan demonstrasi pengolahan daun kelor menjadi puding. Adapun beberapa tahapan dalam pembuatan puding daun kelor, yang pertama yaitu menyiapkan terlebih dahulu alat dan bahan adapun alat-alat yang akan digunakan berupa kompor, panci, pengaduk, blender, saringan. Sedangkan .bahan-bahan yang digunakan diantaranya adalah daun kelor, santan, gula pasir, susu kental manis, air dan bubuk agar-agar. Daun kelor yang sudah disiapkan kemudian dipisahkan dari batangnya dan dicuci bersih. Daun kelor yang telah dicuci kemudian direbus dengan 200 ml air selama 3 menit. Rebusan daun kelor kemudian diblender bersamaan dengan air rebusannya. Rebusan daun kelor yang telah diblender, kemudian disaring untuk memisahkan bagian-bagian daun yang tidak hancur sempurna. Pada wadah yang berbeda, bubuk agar-agar dimasukkan, lalu ditambahkan 400 mL air bersih. Larutan agar-agar direbus sambil diaduk terus menerus. Pada saat perebusan, bahan-bahan lain seperti santan, susu kental manis, dan gula ditambahkan secukupnya. Proses perebusan dilakukan hingga larutan agar-agar menjadi semakin kental. Setelah larutan mengental dan proses perebusan sudah selesai, larutan daun kelor yang sebelumnya sudah disaring ditambahkan pada agar-agar. Larutan agar-agar kemudian dituangkan pada cetakan dan tunggu hingga mengeras.



Gambar 4. Hasil pembuatan puding daun kelor

Demonstrasi dilakukan untuk menambah keterampilan terkait cara pengolahan serta memanfaatkan daun kelor sebagai alternatif pada pencegahan stunting. Pengolahan puding daun kelor menggunakan bahan-bahan yang terdiri dari daun kelor, santan, susu kental manis, gula pasir, air dan bubuk agar-agar berwarna putih. Alasan penggunaan bahan-bahan tersebut sebagai bahan pembuatan puding daun kelor karena daun kelor dan susu memiliki kandungan protein tinggi yang bermanfaat untuk pertumbuhan balita, santan sebagai sumber lemak yang baik juga untuk pertumbuhan balita dan gula pasir sebagai pemanis. Alasan lain dalam pemilihan bahan tersebut karena bahan-bahan tersebut murah dan mudah didapatkan sehingga memudahkan ibu-ibu serta kader posyandu ketika ingin mempraktekkan pengolahan puding daun kelor. Pada akhir kegiatan kemudian dilakukan sesi diskusi berupa tanya jawab dan pembagian doorprize untuk ibu-ibu yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Pada sesi ini, para peserta antusias dalam menjawab

pertanyaan dan dapat menjawab semua pertanyaan yang diberikan dengan benar, sesuai dengan materi yang telah disampaikan pada sesi penyampaian materi sebelumnya.



Gambar 5. Foto bersama tim pengabdian dengan peserta pengabdian

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Pungenjek, Kabupaten Lombok Tengah ini menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan para peserta dan kader posyandu terkait stunting yang ditunjukkan dengan ibu-ibu dan kader posyandu dapat menjawab pertanyaan dari pemateri, serta memiliki kemampuan terkait pengolahan puding daun kelor yang ditunjukkan dengan ibu-ibu dapat melakukan demonstrasi pengolahan puding daun kelor dengan baik dan benar. Penambahan variasi dalam pengolahan daun kelor adalah saran untuk kegiatan serupa jika akan dilakukan lagi.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih diberikan kepada kepala desa, kader posyandu dan ibu-ibu yang memiliki anak usia balita Desa Pungenjek, Kabupaten Lombok Tengah, seluruh panitia dan mahasiswa farmasi FKIK unram yang terlibat dalam pengabdian ini serta semua pihak yang berpartisipasi dalam proses pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Eriyhma, A. (2023). Upaya Pemanfaatan Daun Kelor: Pudding Daun Kelor untuk Mencegah Stunting. *Jurnal Pengabdian Nasional*, 03(02), 45–49.
- Falmuariat, Q., Febrianti, T., & Mustakim, M. (2022). Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Balita di Negara Berkembang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, December 2022, 308–315. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.758>
- Fitri, R., Huljannah, N., & Rochamah, T. (2022). Program Pencegahan Stunting DI Indonesia. *Journal National Nutrition*, 3(7), 281-292).
- Maryam, A. (2017). *The Effects of Lipid Nutrient Supplement (LNS) Feedings on the Improvement of Vitamin A and Zinc Levels on Children in Nusa Tenggara Timur Province*. 149(Icest), 230–233. <https://doi.org/10.2991/icest-17.2017.75>
- Mulyasari, I., & Setiana, D. A. (2016). Risk Factors for Stunting Among Under 5 Years Old Children. *Jgk*, 8(20), 160–167.
- Mustika, W., & Syamsul, D. (2018). Analisis Permasalahan Status Gizi Kurang Pada Balita di Puskesmas



- Teupah Selatan Kabupaten Simeuleu. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 127. <https://doi.org/10.33085/jkg.v1i3.3952>
- Nurhayati., Asmawati., Ihromi, S., Marianah., & Saputrayadi, A. (2020). Penyuluhan Gizi Dan Pelatihan Pengolahan Produk Berbasis Jagung Sebagai Upaya Meminimalisir Stunting Di Desa Labuapi Kabupaten Lombok Barat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(5), 8–10. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm>
- Perwitasari, T., Nurita, S. R., & Armina, A. (2023). Edukasi pada Ibu Balita tentang Pemanfaatan Daun Kelor untuk Pencegahan Stunting di Desa Talang Bukit Muaro Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(2), 230. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i2.458>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Sumartini, E. (2020). Studi Literatur : Dampak Stunting Terhadap Kemampuan Kognitif Anak. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan “Peran Tenaga Kesehatan Dalam Menurunkan Kejadian Stunting” Tahun 2020 Impact*, 127–134.
- Tatu, S. S., Mau, D. T., & Rua, Y. M. (2021). Faktor-Faktor Resiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Kabuna Kecamatan Kakuluk Mesak Kabupaten Belu. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 3(01), 1–17. <https://doi.org/10.32938/jsk.v3i01.911>
- Wardani., Zenderi., Sukandar, D., Baliwati, Y. F., & Riyadi, H. (2021). Sebuah Alternatif: Indeks Stunting Sebagai Evaluasi Kebijakan Intervensi Balita Stunting di Indonesia. *Gizi Indonesia*, 44(1). <https://doi.org/10.36457/gizindo.v44i1.535>.
- World Health Organization. (2020). Levels and Trends in Child Malnutrition: UNICEF/ WHO/ World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates Key findings of the 2020 edition
- Yadika, A. D. N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh stunting terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar. *Jurnal Majority*, 8(2), 273–282.
- Yudiana, T. (2022). Strategi Penguatan Sdm Dalam Percepatan Penurunan Stunting Di Provinsi Kepulauan Riau. *Jurnal Good Governance*. <https://doi.org/10.32834/gg.v18i2.495>