



---

## PELATIHAN PEMBUATAN PUDING DAUN KELOR DAN EDUKASI STUNTING DI PKK DUSUN NGIRENG-IRENG, SIDOMULYO, BAMBANGLIPURO, BANTUL

Oleh

Dewi Lanjar Sukmawati<sup>1</sup>, Dimas Adityo Saksono<sup>2</sup>, Yulia Miftahul Jannah<sup>3</sup>, Yuan Maulana Akhsan<sup>4</sup>, Minatun Nazwa<sup>5</sup>, Erlita Sekar Amelia<sup>6</sup>, Muhammad Aqil Fattah<sup>7</sup>, Sulastri<sup>8</sup>, Melani Lumbessy<sup>9</sup>, Stefani Yuliantari R<sup>10</sup>, Annisa Fatmawati<sup>11\*</sup>

<sup>1,2,3,6,9,10,11</sup>Fakultas Ilmu Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata, Yogyakarta

<sup>4,5,7</sup>Fakultas Komputer dan Teknik, Universitas Alma Ata, Yogyakarta, Indonesia

<sup>8</sup>Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Alma Ata, Yogyakarta, Indonesia

E-mail: <sup>11\*</sup>[annisafatma20@almaata.ac.id](mailto:annisafatma20@almaata.ac.id)

---

### Article History:

Received: 05-03-2025

Revised: 25-03-2025

Accepted: 09-04-2025

### Keywords:

Stunting, Puding,

Kelor, KKN, PKK

**Abstract:** Masyarakat di Dusun Ngireng-Ireng menanam kelor di pekarangan rumah dan belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang stunting serta pemanfaatan daun kelor. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu-ibu PKK Dusun Ngireng-Ireng dalam pengolahan daun kelor menjadi puding. Metode kegiatan ini dengan penyampaian materi edukasi dan workshop pembuatan puding daun kelor (*Moringa oleifera*) dan pencegahan stunting. Lokasi kegiatan di Rumah Kepala Dusun Ngireng-Ireng. Media yang digunakan untuk mendukung penyampaian materi antara lain booklet "Puding Kelor Kaya Gizi Cegah Stunting", laptop, ponsel, dan proyektor. Hasil kegiatan menunjukkan terdapat peningkatan pemahaman tentang pencegahan stunting dan pengolahan puding daun kelor sebesar  $\pm 40\%$ . Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan praktis secara partisipatif efektif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan masyarakat.

---

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan di Indonesia. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting nasional mencapai 21,6%, yang meskipun mengalami penurunan dibandingkan tahun sebelumnya, namun masih jauh dari target yang ditetapkan pemerintah sebesar 14% pada tahun 2024 (Kemenkes RI, 2023) (Setiyawati *et al.*, 2024). Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif dan produktivitas jangka panjang (Daracantika, Aprilia; Besral, 2021). Salah satu penyebab utama stunting adalah kurangnya asupan gizi yang seimbang sejak masa kehamilan hingga anak usia dua tahun. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada peningkatan kualitas gizi keluarga, khususnya balita dan ibu hamil, menjadi sangat penting (Mustika and Syamsul, 2018). Masyarakat perlu diberdayakan untuk mengenal dan memanfaatkan potensi pangan lokal yang kaya nutrisi untuk pencegahan stunting (Putri, Sulastri and Apsari, 2023).

Daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu sumber pangan lokal yang memiliki kandungan gizi tinggi, seperti protein, vitamin A, vitamin C, zat besi, dan kalsium,



yang bermanfaat dalam mencegah dan mengatasi stunting (Fatmawati *et al.*, 2023). Pengolahan daun kelor menjadi makanan yang menarik dan disukai, seperti puding, menjadi strategi efektif dalam memperkenalkan gizi seimbang kepada keluarga, terutama anak-anak (Yazid dan Nainggolan, 2024).

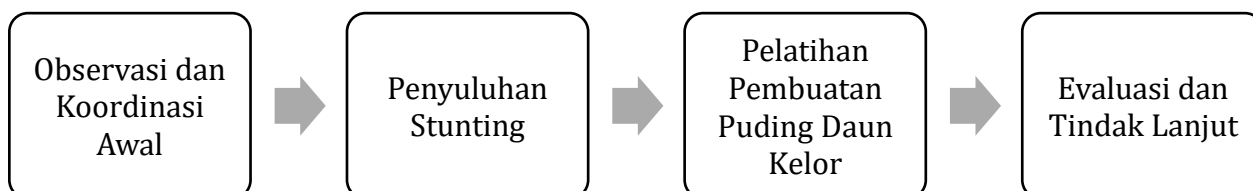
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Dusun Ngireng-Ireng, Sidomulyo, Bambanglipuro, Kabupaten Bantul, yang merupakan salah satu wilayah dengan potensi pengembangan pangan lokal namun masih menghadapi tantangan dalam edukasi gizi dan pencegahan stunting. Melalui pelatihan pembuatan puding daun kelor serta edukasi mengenai stunting kepada anggota PKK, diharapkan tercipta pemahaman dan keterampilan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari guna meningkatkan status gizi keluarga.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan bagian dari program **Kuliah Kerja Nyata Tematik Kelompok 12 (KKNT12)** Universitas Alma Ata Tahun 2025 yang mengusung tema kesehatan dan ketahanan pangan berbasis potensi lokal. Kegiatan dilaksanakan selama bulan Februari hingga Maret 2025 di Dusun Ngireng-Ireng, Kalurahan Sidomulyo, Kapanewon Bambanglipuro, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah pendekatan **partisipatif edukatif**, yaitu melibatkan masyarakat sebagai mitra aktif dalam kegiatan pelatihan dan edukasi (Fatmawati *et al.*, 2022).

Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk **pelatihan praktis** dan **penyuluhan interaktif**, yang dirancang untuk mendorong partisipasi dan keberlanjutan program setelah kegiatan berakhir. Sasaran utama kegiatan ini adalah **kelompok PKK Dusun Ngireng-Ireng**, khususnya para ibu rumah tangga yang memiliki peran strategis dalam pengelolaan gizi keluarga (Fatmawati *et al.*, 2024). Jumlah peserta kegiatan sebanyak 15 orang yang tergabung dalam kelompok PKK setempat. Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang terdapat pada Gambar 1.

**Observasi dan koordinasi awal (Gambar 1)**, Tim KKNT12 melakukan observasi lapangan dan koordinasi dengan perangkat dusun serta pengurus PKK untuk mengetahui kondisi sosial, potensi lokal, dan kebutuhan masyarakat terkait gizi dan pangan sehat. **Penyuluhan stunting**, Edukasi tentang stunting diberikan melalui penyampaian materi menggunakan media visual seperti slide presentasi dan *booklet*, serta diskusi tanya jawab (Parmadi *et al.*, 2021). Materi meliputi definisi stunting, penyebab, dampak, dan upaya pencegahan melalui pola asuh dan konsumsi gizi seimbang. **Pelatihan pembuatan puding daun kelor** dilakukan secara demonstratif dan partisipatif (Yazid dan Nainggolan, 2024). Tim memberikan contoh proses pembuatan puding daun kelor mulai dari pemilihan bahan, proses pembuatan, hingga penyajian. Peserta juga dilibatkan secara aktif dalam praktik langsung. Evaluasi dilakukan secara lisan dengan mengukur pemahaman peserta terhadap materi edukasi dan kemampuan mereka dalam mempraktikkan resep puding daun kelor. Peserta juga diberikan *booklet* resep dan informasi gizi untuk digunakan secara mandiri di rumah (Fatmawati *et al.*, 2024).



Gambar 1. Metode Pengabdian Masyarakat di Dusun Ngireng-Ireng

Data penyuluhan dan pelatihan dikumpulkan menggunakan metode **observasi partisipatif**, **wawancara informal**, dan **dokumentasi kegiatan** berupa foto dan catatan lapangan. Selain itu, **kuisisioner singkat** juga dibagikan untuk mengevaluasi tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah kegiatan edukasi (Kharisna *et al.*, 2024). Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk menggambarkan proses, partisipasi, dan dampak awal dari kegiatan pelatihan dan edukasi (Ekasari *et al.*, 2024).



Gambar 2. Media *Booklet* Puding Daun Kelor dan Stunting

## HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh tim **KKNT Kelompok 12 Universitas Alma Ata** pada **16 Februari 2025** memberikan hasil yang positif dan berdampak langsung bagi masyarakat sasaran, yaitu **kelompok PKK Dusun Ngireng-Ireng**. Kegiatan ini terdiri atas dua agenda utama, yaitu **edukasi mengenai stunting** dan **pelatihan pembuatan puding daun kelor**. Berikut hasil yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan:

Sesi edukasi berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai definisi stunting, faktor penyebab, dampak jangka panjang, serta cara pencegahannya. Berdasarkan hasil kuisisioner pra dan pasca kegiatan (Tabel 1), terdapat peningkatan pemahaman sebesar  $\pm 40\%$  dari peserta yang sebelumnya belum mengetahui secara rinci tentang stunting. Peserta mulai memahami pentingnya gizi seimbang sejak masa kehamilan hingga usia balita, serta peran ibu dalam pengasuhan dan pemenuhan nutrisi anak.

Melalui pelatihan pembuatan puding daun kelor, peserta memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru dalam mengolah makanan bergizi dari bahan lokal yang mudah diperoleh dan terjangkau (Tabel 1). Peserta mengikuti seluruh proses secara aktif, mulai dari persiapan bahan, proses pengolahan, hingga penyajian akhir. Beberapa peserta bahkan menyatakan minat untuk mencoba resep tersebut di rumah sebagai variasi camilan sehat

untuk keluarga (Munawaroh *et al.*, 2022).

**Tabel 1. Pemahaman tentang Pencegahan Stunting & Pembuatan Puding Kelor**

No	Pernyataan (N=15)	Pretes (%)		Postes (%)	
		Paham	Tidak	Paham	Tidak
1	Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi dalam waktu singkat. (Jawaban: Salah)	20	80	100	0
2	Daun kelor mengandung vitamin A, kalsium, dan zat besi yang baik untuk mencegah stunting pada anak. (Jawaban: Benar)	50	50	100	0
3	Anak yang terkena stunting hanya mengalami hambatan pertumbuhan fisik, tetapi perkembangan otaknya tetap normal. (Jawaban: Salah)	40	60	100	0
4	Puding daun kelor dapat menjadi alternatif makanan sehat yang disukai anak-anak karena memiliki rasa yang lezat dan tetap bergizi. (Jawaban: Benar)	40	60	100	0
5	Pencegahan stunting hanya bergantung pada pemberian suplemen gizi, tanpa perlu memperhatikan pola makan sehari-hari. (Jawaban: Salah)	30	70	100	0

Kegiatan ini dihadiri oleh **15 peserta dari anggota PKK, 10 mahasiswa KKNT**, serta didampingi oleh **dosen pembimbing apt. Annisa Fatmawati, M.Farm** dan dihadiri oleh **Ibu Lurah Dusun Ngireng-Ireng, Sunarti, S.Pd.** Seluruh peserta menunjukkan keterlibatan aktif, baik dalam sesi edukasi maupun pelatihan. Tingginya partisipasi mencerminkan bahwa isu gizi dan pengolahan pangan lokal merupakan tema yang relevan dengan kebutuhan masyarakat.





**Gambar 3. Pelatihan Pembuatan Puding Daun Kelor di Dusun Ngireng-Ireng**

## DISKUSI

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada tanggal **16 Februari 2025** di Dusun Ngireng-Ireng berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan positif dari warga. Kegiatan ini dihadiri oleh **15 peserta dari anggota PKK, 10 mahasiswa KKNT Universitas Alma Ata**, serta didampingi oleh **dosen pembimbing apt. Annisa Fatmawati, M.Farm.** Turut hadir pula **Ibu Lurah Sunarti, S.Pd**, yang memberikan dukungan moril dan apresiasi terhadap program yang dinilai relevan dengan kebutuhan masyarakat.

Antusiasme peserta terlihat sejak awal kegiatan. Peserta secara aktif mengikuti sesi edukasi tentang stunting dan menunjukkan ketertarikan terhadap informasi yang disampaikan. Dalam sesi diskusi, beberapa peserta mengajukan pertanyaan seputar pola makan sehat dan perawatan anak yang tepat untuk mencegah stunting (Putri *et al.*, 2023). Hal ini menunjukkan adanya kesadaran awal yang cukup baik namun masih memerlukan penguatan melalui edukasi berkelanjutan (Ekasari *et al.*, 2024).

Sesi edukasi yang disampaikan dengan bahasa sederhana, ilustrasi visual, dan contoh kasus nyata berhasil menarik perhatian peserta. Berdasarkan evaluasi lisan dan kuisioner singkat yang dibagikan, mayoritas peserta menyatakan memperoleh pemahaman baru mengenai penyebab dan pencegahan stunting (Kharisna *et al.*, 2024). Temuan ini sejalan dengan hasil studi WHO (2020) yang menyebutkan bahwa edukasi berbasis komunitas berperan signifikan dalam meningkatkan kesadaran gizi masyarakat (Setiyawati *et al.*, 2024).

Pelatihan pembuatan puding daun kelor menjadi kegiatan yang sangat diminati. Para peserta secara langsung terlibat dalam proses pembuatan, mulai dari mencuci dan menghaluskan daun kelor, mencampurkan bahan, hingga mencetak dan menyajikan puding. Resep yang digunakan sederhana dan ekonomis, sehingga mudah diaplikasikan di rumah. Daun kelor sebagai bahan utama memiliki nilai gizi tinggi, antara lain vitamin A, C, kalsium, zat besi, serta protein nabati, yang sangat dibutuhkan dalam mendukung pertumbuhan anak (Yazid dan Nainggolan, 2024). Penerapan bahan lokal seperti kelor tidak hanya mendukung ketahanan pangan keluarga, tetapi juga menjadi alternatif solusi berbasis potensi desa. Strategi ini efektif dalam mendorong perubahan perilaku konsumsi rumah tangga menuju pola makan bergizi seimbang (Munawaroh *et al.*, 2022).

Berdasarkan tanggapan dari Ibu Lurah dan pengurus PKK, kegiatan ini dinilai bermanfaat dan memiliki potensi untuk diperluas ke kelompok masyarakat lainnya. Hal ini membuka peluang untuk replikasi program edukasi gizi dan pelatihan pengolahan makanan sehat dalam skala yang lebih luas, baik melalui program desa maupun kerja sama lanjutan dengan perguruan tinggi. Kehadiran Ibu Lurah Dusun Ngireng-Ireng dan keterlibatan langsung PKK menambah nilai strategis kegiatan ini dalam jangka panjang. Dukungan pemerintah desa membuka peluang replikasi kegiatan ke kelompok warga lain serta potensi



pengembangan produk olahan kelor sebagai kegiatan ekonomi produktif skala rumah tangga. Hal ini sejalan dengan pendekatan pemberdayaan masyarakat yang menekankan kolaborasi antara perguruan tinggi, pemerintah, dan masyarakat lokal (Fatmawati *et al.*, 2024).

## KESIMPULAN

Melalui edukasi stunting, peserta Kader PKK Dusun Ngireng-Ireng memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya gizi dalam mencegah stunting pada anak. Sementara itu, pelatihan pembuatan puding daun kelor berhasil memperkenalkan alternatif pangan lokal bergizi tinggi yang dapat dengan mudah diolah dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan praktis secara partisipatif efektif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan masyarakat (Budury *et al.*, 2022).

Keterlibatan aktif peserta, dukungan pemerintah desa, serta potensi kelanjutan program menjadi indikator keberhasilan kegiatan ini (Tuloli *et al.*, 2022). Diharapkan, hasil dari pengabdian ini dapat menjadi langkah awal dalam mendorong pola konsumsi gizi seimbang di tingkat rumah tangga serta mendorong pemanfaatan potensi pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting yang berkelanjutan.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih dan apresiasi kepada Kepala Dusun Ngireng-Ireng, PKK Dusun Ngireng-Ireng, Kalurahan Sidomulyo, Kapanewon Bambanglipuro, Bantul, DIY; Lembaga Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat (LP2M) Universitas Alma Ata.

## DAFTAR REFERENSI

- [1] Budury, Syiddatul; Purwanti, Nunik; Fitriyani, A. (2022) 'Edukasi Tentang Stunting dan Pemanfaatan Puding Daun Kelor Dalam Mencegah Stunting', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(10), pp. 356–363. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.6896>.
- [2] Daracantika, Aprilia dan Besral, A. (2021) 'Systematic literature review : pengaruh negatif stunting terhadap perkembangan kognitif', *Jurnal Bikfokes*, 1(2), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.7454/bikfokes.v1i2.1012>.
- [3] Ekasari, W., Lahardo, D. and Ramadhani, Firmansyah Ardian; Fatmawati, Annisa; Hutami, A.T. (2024) 'Edukasi tanaman pojok herbal serta pengembangan produk jahe dan sereh untuk peningkatan ekonomi Desa Pulungdowo', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8, pp. 4164–4173.
- [4] Fatmawati, Annisa; Hidayah, Khasanah Nur; Pradesa, Hana Asti; Israwani (2022) 'Kegiatan Kkn Tematik Dengan Pendampingan Belajar, Bermain Dan Sosialisasi Kesehatan Pada Anak Usia Sekolah Masa Pandemi Covid-19', *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(11), pp. 2923–2928. Available at: <https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i11.1850>.
- [5] Fatmawati, A. *et al.* (2024) 'Penyuluhan Kosmetika Herbal Untuk Wajah Dan Pembuatan Masker Bubuk Organik Di Krapyak Wetan', *Masyarakat: Jurnal Pengabdian*, 1(1), pp. 1–6. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.58740/m-jp.v1i2.310>.
- [6] Fatmawati, N., Zulfiana, Y. and Julianti, I. (2023) 'Pengaruh Daun Kelor (Moringa



- oleifera) Terhadap Pencegahan Stunting', *Journal of Fundus*, 3(1), pp. 1–6. Available at: <https://doi.org/10.57267/fundus.v3i1.251>.
- [7] Kharisna, D.A.A.R.F.S.Y.C.N.D.S. (2024) 'Puding Daun Kelor Sebagai Alternatif Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Pada Anak Untuk Pencegahan Stunting', *Jdistira*, 4(1), pp. 50–59. Available at: <https://doi.org/10.58794/jdt.v4i1.739>.
- [8] Munawaroh, H. *et al.* (2022) 'Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun', *Sentra Cendekia*, 3(2), p. 47. Available at: <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>.
- [9] Mustika, W. and Syamsul, D. (2018) 'Analisis Permasalahan Status Gizi Kurang Pada Balita di Puskesmas Teupah Selatan Kabupaten Simeuleu', *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), p. 127. Available at: <https://doi.org/10.33085/jkg.v1i3.3952>.
- [10] Parmadi, E.H. *et al.* (2021) 'Pemberdayaan Ibu PKK Desa Bleberan Melalui Pelatihan Kewirausahaan Dalam Upaya Mendukung Desa Wisata Bleberan', *Wikrama Parahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), pp. 114–118. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.30656/jpmwp.v5i2.2797> peran.
- [11] Putri, R.A., Sulastri, S. and Apsari, N.C. (2023) 'Pemanfaatan Potensi Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting', *Ijd-Demos*, 5(1). Available at: <https://doi.org/10.37950/ijd.v5i1.394>.
- [12] Setiyawati, M.E. *et al.* (2024) 'Studi Literatur: Keadaan Dan Penanganan Stunting Di Indonesia', *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 8(2), pp. 179–186. Available at: <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i2.3113>.
- [13] Tuloli, T.S., Basri K, S. and 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 Tilogkabila', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 1(3), pp. 92–102. Available at: <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v1i3.18405>.
- [14] Yazid, I., Al, M. and Nainggolan, A. (2024) 'Pemanfaatan Ekstrak Daun Kelor ada Produk Olahan Puding Sebagai paya Pencegahan Stunting Di Desa Lalang Kabupaten Batubara', *Journal of Human And Education*, 4(5), pp. 732–739.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN