

## Overcoming *Stunting* Problems The Practice of Making *Moringa Oleifera* Pudding in Sukokerto Village

Mahmud Ady Yuwanto<sup>1,\*</sup>, Nafa Latif Vani Purwanto<sup>2</sup>, Anifatus Sholihah<sup>3</sup>, Zainul Hoiri<sup>1</sup>, Dessy Aulia Fitriyani Sa'diyah<sup>3</sup>, Lailatul Lutfiah<sup>2</sup>, Magfirotul Firli<sup>2</sup>, Moh. Rahul A<sup>5</sup>, Holida<sup>3</sup>, Nurul Qomariyah<sup>2</sup>, Rindang Farihah<sup>1</sup>, Adelia Nur Ramadhani<sup>3</sup>, M. Badrus Sholeh<sup>2</sup>, Maulana Likuardhi<sup>4</sup>, Haikal Faqih<sup>4</sup>, Nixon Zefanya Samosir<sup>4</sup>, Moh. Said Mahri<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, Jember, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember

<sup>3</sup>Universitas PGRI Argopuro Jember

<sup>4</sup>Universitas Jember

<sup>5</sup>Universitas Islam Jember

\*Email: [ashadhan@gmail.com](mailto:ashadhan@gmail.com)

### Abstract

*Stunting* is a chronic nutritional problem that affects child growth and is a serious concern in Indonesia. One way to overcome this problem is by utilizing moringa leaves, which are known to be rich in nutrients. The purpose of writing this scientific article is to evaluate moringa pudding as a nutritious supplementary food for weight gain in stunted children. The method used was a preexperimental method with a single group pre-test and post-test design. A total of 33 children participated in this study, of which 11 children lost weight due to specific factors unrelated to the intervention, while the other 21 children showed weight gain after the intervention. The results showed that the program successfully had a positive impact on weight gain in stunted children. This shows that moringa pudding can be a solution to overcome the problem of *stunting* in children.

**Keywords:** *stunting*, pudding, moringa oleifera

### Introduction

Setiap tantangan yang dihadapi oleh bangsa ini harus diatasi secara bersama, guna mewujudkan Indonesia Emas 2045. Salah satu permasalahan yang dihadapi pada saat ini adalah fokus kesehatan yang perlu diperhatikan kembali yaitu *stunting*. *Stunting* adalah keadaan dimana pertumbuhan anak terganggu, menyebabkan tinggi badan anak lebih pendek dibandingkan dengan teman-teman seusianya. *Stunting* menggambarkan kondisi anak dibawah usia lima tahun mengalami kegagalan pertumbuhan akibat kekurangan gizi kronis, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan (HPK), yang mengakibatkan tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya (Astuti et al., 2020).

*Stunting* merupakan masalah yang hampir keseluruhan dialami oleh masyarakat saat ini yang mana dapat mempengaruhi masalah sosial dan perekonomian. Pada masa saat ini masalah yang dihadapi oleh masyarakat terkait dengan karakteristik sosial seperti faktor pendidikan seorang ibu dan pengetahuan ibu terhadap gizi yang berhubungan dengan kejadian *stunting* (Rachman et al., 2021). Secara tidak langsung tingkat pendidikan ibu berpengaruh terhadap

pengetahuan ibu tentang perawatan kesehatan terutama dalam peran pemberian makanan pada bayi, balita maupun anak usai prasekolah.

*Stunting* merupakan masalah gizi kronis yang menjadi perhatian serius di Indonesia. *Stunting* tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga perkembangan otak, motorik dan kemampuan kognitifnya, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup di masa depan (Laily & Indarjo, 2023). Selain itu, *stunting* dapat menyebabkan keterlambatan dalam kemampuan belajar, menurunnya daya saing sekolah, serta berkurangnya potensi untuk mencapai prestasi akademik yang optimal.

Berdasarkan laporan Studi Status Gizi Indonesia dari Kementerian Kesehatan, prevalensi *stunting* di Indonesia mengalami penurunan dari 27,7% pada tahun 2019 menjadi 24,4% pada tahun 2021, dan turun lagi menjadi 21,6 % pada tahun 2022, dengan mayoritas kasus terjadi pada anak usia 3-4 tahun sebesar 6%. Meskipun demikian, angka ini masih belum mencapai standar WHO yang menargetkan prevalensi *stunting* di bawah 20%. Oleh karena itu, pemerintah menargetkan untuk menurunkan angka *stunting* menjadi 17% pada tahun 2023 dan 14% pada tahun 2024 (Lestari, 2023).

Meskipun prevalensi *stunting* di Indonesia secara nasional menunjukkan penurunan. Di Desa Sukokerto, sejumlah kasus *stunting* tetap terjadi, terutama pada anak usia balita, yang mencerminkan tantangan yang lebih besar di tingkat lokal. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun ada perbaikan secara keseluruhan di tingkat nasional, desa-desa seperti Sukokerto masih menghadapi kesulitan dalam mencapai target penurunan *stunting* yang diharapkan.

Desa Sukokerto adalah salah satu desa yang berada di Kecamatan Sukowono, Kabupaten Jember, Jawa Timur yang memiliki dua dusun yaitu dusun Krajan dan Dusun Kojuk. Desa ini terdiri dari 9 RW dan 27 RT, serta memiliki kurang lebih 3050 penduduk. Selain itu, Desa Sukokerto juga dikenal sebagai desa yang memiliki potensi alam yang melimpah, salah satunya adalah daun kelor. Selain mudah didapat dan terbilang ekonomis, daun kelor ini memiliki kandungan gizi yang tinggi, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai salah satu solusi untuk mengatasi masalah *stunting*.

## Identification of Problems

Berdasarkan hasil wawancara oleh perangkat desa dan Ibu Bidan Desa Sukokerto, ditemukan bahwa stunting dikalangan anak-anak balita cukup tinggi, mencapai 63 anak. Masyarakat umumnya kurang memahami pentingnya pencegahan *stunting*, terutama terkait manfaat daun kelor sebagai sumber gizi. Kondisi ini menjadi latar belakang utama bagi tim pengabdian untuk mengembangkan program yang bertujuan meningkatkan pemahaman dan praktik pemberian gizi yang lebih baik melalui pembuatan puding daun kelor.

## Implementation Methodology

Kegiatan sosialisasi stunting yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Kolaboratif 214 di Desa Sukokerto, Kecamatan Sukowono, pada tanggal 06 Agustus 2024, bertempat di Balai Desa Sukokerto. Kegiatan ini dilakukan secara tatap muka (*luring*) dengan peserta yang terdiri dari ibu-ibu hamil serta ibu-ibu yang memimiliki balita, khususnya mereka yang anaknya terkena *stunting*. Sosialisasi ini mencakup penjelasan mengenai apa itu *stunting*, dampak buruk *stunting* bagi anak, pemberian makanan tambahan, jenis-jenis makanan tambahan, serta bahan dan langkah-langkah cara pembuatan puding daun kelor beserta manfaat dan kandungan gizi daun kelor.

### a. Pengumpulan Data

Sebelum kegiatan dimulai, dilakukan pengumpulan data melalui diskusi dan wawancara dengan perangkat desa dan ibu bidan Desa Sukokerto. Data yang dikumpulkan meliputi jumlah anak yang mengalami stunting di desa tersebut serta informasi mengenai data berat badan anak-anak yang terkena stunting sebagai sasaran program.

### b. Pelatihan (Pembuatan Puding)

Pelatihan pembuatan puding daun kelor dilakukan dalam bentuk praktikum. Peserta diajarkan cara mengolah daun kelor menjadi puding yang kaya gizi melalui demonstrasi langsung, sehingga mereka dapat memahami setiap langkah dengan baik.

### c. Mentoring

Mentoring dilakukan untuk memberikan bimbingan dan dukungan berkelanjutan kepada peserta dalam implementasi program. Setelah pelatihan pembuatan puding daun kelor, dilakukan sesi mentoring atau *follow up* kembali untuk memastikan peserta dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dengan baik. Dalam sesi ini, para peserta diberikan kesempatan untuk konsultasi tentang teknik pembuatan puding, variasi resep, dan cara meningkatkan kualitas puding sehingga puding dapat menarik untuk dikonsumsi oleh anak yang terkena *stunting*.

d. Evaluasi

Evaluasi dilakukan pada 13 Agustus 2024 dengan mengukur berat badan anak-anak yang telah mengonsumsi puding daun kelor. Data yang diperoleh dibandingkan dalam grafik pre-test dan post-test untuk menentukan apakah puding daun kelor efektif dalam pencegahan *stunting*.

## Results and Discussion

Pelaksanaan dari pengabdian mahasiswa KKN kolaboratif posko 214 Jember 2024 yang dilaksanakan selama 35 hari dari tanggal 22 Juli – 28 Agustus 2024 telah mendapatkan hasil yaitu pengentasan masalah *Stunting* melalui praktik pembuatan puding daun kelor di Desa Sukokerto.

Pelaksanaan kegiatan tersebut dilaksanakan antara lain sebagai berikut:

1. Koordinasi dengan Perangkat Desa Sukokerto dan Ibu Bidan Desa Sukokerto



**Gambar 1.** Koordinasi dengan Perangkat dan Bidan Desa

Koordinasi yang dilakukan pada tanggal 25 Juli dengan perangkat Desa Sukokerto dan Ibu Bidan Desa telah membahas masalah yang ada di Desa Sukokerto. Berdasarkan hasil wawancara terdapat masalah *Stunting* di Desa Sukokerto. Oleh karena itu, program KKN Kolaboratif posko 214 Jember 2024 bekerjasama untuk mengatasi masalah angka peningkatan *Stunting* yang ada di Desa Sukokerto, kami bekerjasama untuk mengurangi angka peningkatan masalah *stunting* kepada masyarakat Desa Sukokerto dengan cara praktik pembuatan puding daun Kelor.

## 2. Sosialisasi Pentingnya Pencegahan *Stunting* Dan Sosialisasi Praktik Cara Pembuatan Makanan Tambahan Berupa Puding Daun Kelor



**Gambar 2.** Sosialisasi Pentingnya Pencegahan *Stunting* dan

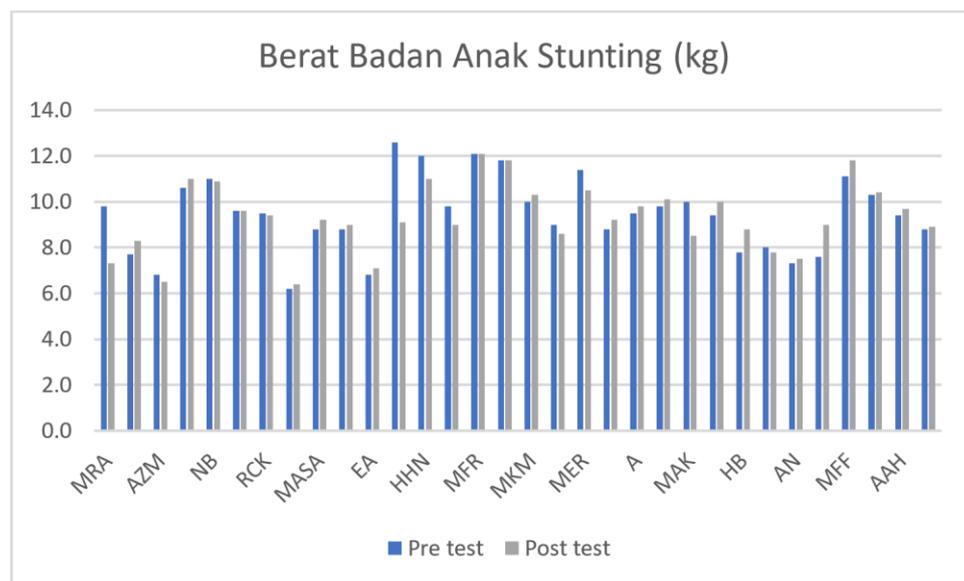
### 3. Praktik Pembuatan Puding Daun Kelor

Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini kami melakukan sosialisasi pentingnya pencegahan terhadap stunting agar ibu dari balita yang terkena stunting dapat meminimalisir dari terdampaknya stunting pada balitanya, kami juga mensosialisasikan praktik pembuatan salah satu makanan bergizi berupa puding daun kelor yang nantinya diharapkan dapat diberikan atau disajikan untuk bayi dan balita. Perlu diketahui bahwa Desa Sukokerto juga memiliki lahan pertanian yang terbilang cukup luas dan masyarakat Desa Sukokerto juga memiliki banyak tumbuhan daun kelor di sekitarnya, sehingga tumbuhan tersebut bisa kita budidayakan menjadi makanan tambahan dan diolah menjadi makanan bergizi yang dapat dikonsumsi oleh balita yang terkena Stunting.

Analisis proksimat pada bubuk daun kelor menunjukkan kadar lemak sebesar 7,28%, kadar protein 27,27%, kadar air 6,96%, kadar abu 10,59%, kadar karbohidrat 47,96% (Wiwin Lastyana, 2022). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa daun kelor dalam kondisi basah dapat menggandakan kandungan protein dibandingkan dengan daun kelor segar, sementara penambahan daun kelor segar pada nasi dapat meningkatkan kandungan protein hingga 26%, sebaliknya, penambahan 5% bubuk daun kelor kering hanya meningkatkan kandungan protein sebesar 14% (Oyeyinka & Oyeyinka, 2018). Oleh karena itu, dalam pembuatan puding daun kelor ini, bahan utama yang digunakan adalah daun kelor segar. Program kerja

ini bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku serta meningkatkan pengetahuan para ibu yang memiliki balita yang terkena stunting. Selain itu, program ini juga berfokus pada perbaikan pola makan balita yang mengalami stunting sesuai dengan rekomendasi yang ada.

#### 4. Pengaruh Puding Daun Kelor Terhadap Peningkatan Berat Badan Anak Yang Terkena *Stunting*



**Gambar 3.** Grafik Pre Test dan Post Test Berat Badan Anak *Stunting*

Berdasarkan gambar 3 diatas, terlihat bahwa dari total 33 anak yang terlibat dalam penelitian, 11 anak mengalami penurunan berat badan setelah upaya sosialisasi terkait pentingnya pencegahan *Stunting* dan sosialisasi praktik cara pembuatan puding daun kelor, yang ditunjukkan oleh batang post test lebih rendah dibandingkan dengan batang pre test. Sementara itu, 21 anak lainnya mengalami peningkatan berat badan, yang terlihat dari batang post test yang lebih tinggi dibandingkan dengan batang pre test.



**Gambar 4.** Kegiatan Evaluasi Pengukuran Berat Badan Anak

Setelah mengomsumsi puding daun kelor. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun 11 anak mengalami penurunan berat badan, kemungkinan disebabkan faktor-faktor yang mungkin tidak terkait langsung dengan apa yang sudah diupayakan dalam pencegahan *stunting*, seperti kondisi kesehatan yang mendasari atau faktor lain yang mempengaruhi penurunan berat badan mereka, sebagian besar anak lainnya mengalami peningkatan berat badan. Hal ini membuktikan bahwa puding daun kelor memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan berat badan anak, terutama bagi mereka yang berhasil memperoleh manfaat dari adanya sosialisasi ini.

### **Conclusion**

Pembuatan puding daun kelor di Desa Sukokerto menunjukkan bahwa program ini berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan berat badan anak yang terkena *stunting*. Walaupun beberapa anak mengalami penurunan berat badan, kemungkinan hal ini disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak terkait langsung dengan upaya sosialisasi terkait pentingnya pencegahan *Stunting* dan sosialisasi praktik cara pembuatan puding daun kelor. Sebagian besar anak lainnya mengalami peningkatan berat badan. Hal ini membuktikan bahwa puding daun kelor memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan berat badan anak, terutama bagi mereka yang berhasil memperoleh manfaat dari adanya sosialisasi ini. Hal ini mengindikasikan bahwa puding daun kelor menjadi salah satu solusi efektif untuk menghadapi masalah *stunting*, terutama di daerah seperti Desa Sukokerto yang masih

menghadapi tantangan signifikan dalam mencapai target penurunan *stunting* yang diharapkan.

## References

- Astuti, D. D., Adriani, R. B., & Handayani, T. W. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Rangka Stop Generasi Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(2), 156–162. <http://journal.umat.ac.id/index.php/jmm>
- Laily, L. A., & Indarjo, S. (2023). Literature Review: Dampak Stunting terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(3), 354–364. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i3.63544>
- Lestari, T. R. . (2023). Stunting Di Indonesia: Akar Masalah dan Solusinya. *Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, XV(14), 21–25.
- Majid, A., Nurcahyani, I. D., & Yusuf, K. (2021). Pengaruh Pemberian Puding Daun Kelor Terhadap Peningkatan Berat Badan Anak Usia Sekolah Di Sdn 139 Galung Tahun 2020. (*Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*), 6(4), 436–440. <https://doi.org/10.37887/jimkesmas.v6i4.21664>
- Oyeyinka, A. T., & Oyeyinka, S. A. (2018). Moringa oleifera as a food fortificant: Recent trends and prospects. *Journal of the Saudi Society of Agricultural Sciences*, 17(2), 127–136. <https://doi.org/10.1016/j.jssas.2016.02.002>
- Rachman, R. Y., Nanda, S. A., Larassasti, N. P. A., Rachsanzeni, M., & Amalia, R. (2021). Hubungan Pendidikan Orang Tua Terhadap Risiko Stunting Pada Balita: a Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), 61–70. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i2.1790>
- Wiwin Lastyana, M. T. J. L. Y. B. F. R. W. C. N. (2022). Analysis of Proximat and Dietary Fiber of Moringa Leaf Flour from Kupang Regency as Functional Food. *Analisis Kandungan Proksimat Dan Serat Pangan Tepung Daun Kelor Dari Kabupaten Kupang Sebagai Pangan Fungsional, Volume 03,(02)*, 1–6.