

Optimalisasi Potensi Lokal Daun Kelor Sebagai Inovasi Puding Sehat sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Posyandu Dusun Krangkeng Kabupaten Boyolali

Vina Kartika Sari^{a,1}, Riska Valentina Setya Putri^{a,2}, Tegar Putra Prayoga^{a,3}, Nur Alif Setyawan^{a,4}, Bunga Yuliana^{a,5}, Defa Fitriana^{a,6}, Muhammad Andriyanto^{a,7}, Pandu Kurnia Nugroho Putra^{a,8}, Tri Munzayanah^{a,9}, Diah Rahmawati^{a,10}, Imam Kadhofi^{a,11}, Eno Vira Susanti^{a,12}, Joko Sulistyanto^{a,13}, Kristina Marselania Putri^{a,14}, Aris Budi Prasetyo^{a,15}, Wahyuning Chumaeson^{a,16}.

^a Universitas Boyolali, Jalan Pandanaran No. 405, Winong, Boyolali, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah, 57315, Indonesia
¹vinakartikasari6@gmail.com, ²riskavalentinasetyaputri@gmail.com, ³tegaryo103@gmail.com, ⁴nuralifsetyawan8@gmail.com,
⁵bungayuliana2107@gmail.com, ⁶fitriana defa@gmail.com, ⁷muhammadanfriyanto336@gmail.com, ⁸pandukurnia800@gmail.com,
⁹munzayanahtri@gmail.com, ¹⁰diahdiah3322@gmail.com, ¹¹rofikadal@gmail.com, ¹²enovirasusanti@gmail.com,
¹³jokosehat123@gmail.com, ¹⁴Kristinamarsella2002@gmail.com, ¹⁵budiaris458@gmail.com, ¹⁶cumaisonwahyuning@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history

Menerima
Revisi
Diterima

Kata Kunci:

Stunting
Daun Kelor
Posyandu
Gizi Seimbang

ABSTRACT

Stunting remains a serious health concern in Indonesia. Prevention can be achieved through public education and regular health monitoring at integrated health posts (Posyandu). This article discusses the activities of students from the 8th Community Service Program (KKN) at Boyolali University, who collaborated with Posyandu cadres and village midwives to provide stunting prevention education in Krangkeng Hamlet, Karangjati Village, Wonosegoro District. The activities, conducted in conjunction with Posyandu for toddlers and the elderly, included health checks, stunting education, and the distribution of moringa pudding to toddlers as a simple example of the use of nutritious local food. The results of the activities showed increased community enthusiasm in understanding the importance of balanced nutrition and a willingness to try moringa as a source of family nutrition.

Keywords: stunting, moringa, integrated health post, balanced nutrition

This is an open access article under the [CC-BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



1. Pendahuluan

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, kondisi ini ditandai beberapa ciri-ciri, ciri yang paling umum dijumpai yaitu tinggi badan yang lebih pendek dan berat badan yang kurang dibandingkan anak seusianya. Namun, stunting lebih dari sekadar masalah tinggi badan maupun berat badan, karena stunting juga memengaruhi perkembangan otak, kecerdasan, daya tahan tubuh, serta produktivitas anak (UNICEF, 2021). Dengan demikian, stunting tidak hanya menjadi masalah kesehatan, tetapi juga masalah perkembangan daya pikir dan kecerdasan anak.

Di Indonesia tingkat stunting masih cukup tinggi. Berdasarkan laporan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), angka stunting pada tahun 2022 berada pada kisaran 21,6% (Kemenkes RI, 2022). Meskipun ada angka penurunan dari tahun ke tahun, angka ini masih lebih tinggi dibanding target Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) yaitu di bawah 20%. Kondisi ini menunjukkan bahwa stunting masih menjadi tantangan serius yang memerlukan perhatian khusus, tindakan tersebut dapat dilakukan dari lingkungan kecil misalnya melalui kegiatan di tingkat desa.

Upaya pencegahan stunting memerlukan strategi sejak dini, bahkan dimulai sejak masa kehamilan. Salah satu pendekatan yang efektif yaitu melalui posyandu (pos pelayanan terpadu) yang memiliki peran penting dalam memantau tumbuh kembang balita dan menjaga kesehatan lansia (Eriyama, 2023). Posyandu merupakan garda terdepan layanan kesehatan berbasis masyarakat karena melibatkan kader desa, bidan, dan partisipasi aktif masyarakat.

Selain pemantauan kesehatan, aspek gizi juga menjadi faktor kunci dalam upaya pencegahan stunting. Salah satu sumber pangan lokal yang memiliki potensial untuk mendukung pencegahan stunting adalah daun kelor (*Moringa oleifera*). Daun ini kaya akan vitamin A, vitamin C, kalsium, zat besi, dan protein nabati yang memiliki manfaat untuk pertumbuhan anak (Hasan Basri et al, 2021). Beberapa penelitian membuktikan bahwa konsumsi kelor pada ibu hamil dan balita dapat meningkatkan status gizi dan menurunkan risiko stunting (Syahrir et al, 2024).

Dengan latar belakang tersebut, mahasiswa KKN 08 Universitas Boyolali melaksanakan kegiatan penyuluhan pencegahan stunting di Dusun Kerangkeng, Desa Karangjati, Kecamatan Wonosegoro, dengan tema “Pemanfaatan daun Kelor Dalam Upaya Pencegahan Stunting”. Kegiatan ini dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan posyandu balita dan lansia, sehingga dapat memberikan manfaat ganda yaitu memantau kesehatan masyarakat sekaligus memberikan edukasi gizi..

2. Metode

Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan pada Selasa, 12 Agustus 2025 di Posyandu Marsudi Rahayu II, Dusun Kerangkeng pada pukul 08.30 WIB. Tahapan kegiatan meliputi:

1. Pemeriksaan kesehatan posyandu:
Balita: pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, lingkar perut, dan lingkar lengan.
Lansia: pengecekan tekanan darah, berat badan, tinggi badan, serta konsultasi kesehatan.
2. Penyuluhan kesehatan:
Disampaikan oleh Bidan Desa Karangjati, fokus pada definisi stunting, dampak jangka panjang, serta langkah pencegahan sejak dini.
3. Distribusi leaflet:
Leaflet berisi informasi mengenai pencegahan stunting dan manfaat kelor dibagikan kepada para ibu balita dan lansia.
4. Pembagian puding kelor:
Mahasiswa KKN membagikan puding kelor kepada balita sebagai contoh pemanfaatan pangan lokal bergizi, tanpa disertai demonstrasi memasak.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan posyandu yang dilaksanakan bersamaan untuk balita dan lansia menciptakan suasana yang hidup, ramai, sekaligus penuh keakraban. Para ibu yang membawa balita tampak antusias mengikuti pemeriksaan kesehatan. Data tinggi badan, berat badan, lingkar kepala, perut, dan lengan dicatat dengan cermat sebagai indikator penting pertumbuhan anak. Bagi lansia, kegiatan ini juga bermanfaat karena dapat memantau tekanan darah, berat badan, serta berkonsultasi tentang kondisi kesehatannya.



Gambar 1 Pengukuran Lingkar kepala pada Balita

Pada sesi penyuluhan, Bidan Desa Karangjati menjelaskan bahwa stunting bukan hanya persoalan tinggi badan yang pendek, tetapi juga berdampak pada perkembangan otak dan masa depan anak. Penekanan ini membuka wawasan para ibu bahwa pencegahan stunting sangat penting dilakukan sejak masa kehamilan, melalui asupan gizi seimbang, pola asuh yang baik, dan pemantauan rutin.



Gambar 2 Penyuluhan Oleh Ibu Bidan Karangjati

Penyuluhan juga menyoroti peran pangan lokal, khususnya kelor, yang kaya gizi namun sering diabaikan. Informasi ini diterima positif oleh warga. Para ibu merasa bahwa kelor adalah bahan yang mudah didapat di sekitar rumah, sehingga sangat memungkinkan untuk dijadikan menu sehari-hari.



Gambar 3 Pembagian Puding Daun Kelor

Pembagian puding kelor menjadi momen yang menarik. Meski sederhana, strategi ini berhasil menunjukkan bahwa kelor bisa diolah menjadi makanan yang disukai anak-anak. Beberapa balita tampak lahap menikmati puding, dan para ibu pun menyatakan minat untuk mencoba membuatnya

di rumah. Hal ini selaras dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa inovasi sederhana berbasis kelor dapat diterima oleh masyarakat sebagai langkah pencegahan stunting (Syahrir et al., 2024).

Secara keseluruhan, kegiatan ini menghasilkan beberapa poin penting:

1. Peningkatan kesadaran masyarakat mengenai stunting dan dampaknya.
2. Partisipasi aktif warga dalam mengikuti pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan.
3. Respons positif terhadap kelor sebagai bahan pangan lokal bergizi.
4. Penguatan sinergi antara mahasiswa KKN, kader posyandu, dan bidan desa.

Dengan capaian ini, kegiatan penyuluhan dan posyandu di Dusun Kerangkeng dapat dikatakan berhasil meningkatkan pemahaman sekaligus memberikan contoh nyata pemanfaatan pangan lokal.

4. Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting dan posyandu balita-lansia di Dusun Kerangkeng yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN 08 Universitas Boyolali berjalan lancar, partisipatif, dan bermanfaat. Melalui pemeriksaan kesehatan, masyarakat dapat memantau kondisi balita dan lansia secara rutin. Penyuluhan yang disampaikan bidan desa berhasil meningkatkan pemahaman tentang bahaya stunting dan pentingnya pencegahan sejak dini.

Meskipun sederhana, pembagian puding kelor terbukti efektif untuk memperkenalkan kelor sebagai pangan lokal kaya gizi yang dapat mendukung tumbuh kembang anak. Hal ini juga menunjukkan bahwa pendekatan praktis berbasis pangan lokal lebih mudah diterima masyarakat.

Ke depan, kegiatan serupa dapat dikembangkan dengan pendampingan berkelanjutan, pelatihan kader untuk diversifikasi olahan kelor, serta evaluasi dampak terhadap status gizi anak. Dengan demikian, upaya pencegahan stunting di tingkat desa tidak hanya menjadi wacana, tetapi benar-benar terwujud dalam perubahan perilaku masyarakat menuju hidup sehat dan bergizi seimbang.

Daftar Pustaka

- Eriyahma, A. (2023). Upaya pemanfaatan daun kelor: pudding daun kelor untuk mencegah stunting. *Abdi massa: Jurnal Pengabdian Nasional (e-ISSN: 2797-0493)*, 3(03), 23-27
- Hasan Basri, V., Hadju, V., Zulkifli, A., Syam, A., & Indriasari, R. (2021). Effect of Moringa oleifera supplementation during pregnancy on the prevention of stunted growth in children between the ages of 36 to 42 months. *Journal of Public Health Research*, 10(2).
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- Syahrir, M. S., Hilintang, R. P., Kamilah, U., & Irianingtyas, R. (2024). Utilization of Moringa Leaves as a Local Food Innovation to Reduce Stunting in Buluri Subdistrict, Palu City. *Community Service Journal of Indonesia*, 6(2), 61–65.
- UNICEF. (2021). Reducing Stunting in Children: Equity-focused Strategy. New York: United Nations Children's Fund.