Copyright © 2025 pada penulis
***Madaniya*, Vol. 6, No. 4, November 2025**

Pelatihan Pembuatan Nugget Daun Kelor Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Paweden

Nabella Maharani Novanta [1]*, Jazuli Ikrom Fadoli [2], Adhi Riza Aulia [3], Atia Maulia [4], Nurul Ismiyati [5], Rafi'na Chalatana [6], Aprilia Syahrani [7]

[1–6] UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan
[7] UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

* nabella.maharani.n@uingusdur.ac.id

Abstrak

Permasalahan *stunting* seringkali menjadi permasalahan penting yang sedang dihadapi oleh pemerintah Indonesia. Hal tersebut juga dialami di Desa Paweden. Pemberdayaan masyarakat yang dilakukan adalah dengan menyelenggarakan pelatihan pembuatan nugget daun kelor kepada masyarakat khususnya ibu-ibu PKK Desa Paweden. Mengingat di desa Paweden memiliki potensi lokal yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan status gizi masyarakat yaitu daun kelor (*Moringa Oleifera*). Pemanfaatan daun kelor sebagai pangan bergizi tinggi dapat menjadi salah satu solusi untuk meningkatkan status gizi masyarakat. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat Desa Paweden dalam memanfaatkan daun kelor sebagai pangan bergizi tinggi untuk pencegahan *stunting*. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif, dengan keterlibatan aktif masyarakat, khususnya ibu-ibu PKK Desa Paweden, masyarakat juga berperan sebagai subjek yang turut aktif dalam proses pembelajaran dan praktik langsung. Adapun tahapan yang digunakan meliputi observasi dan identifikasi masalah, persiapan kegiatan, pelaksanaan pelatihan, dan tindak lanjut. Pelatihan ini mencakup pemaparan materi tentang gizi seimbang dan pencegahan *stunting*, serta praktik pembuatan nugget daun kelor. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa masyarakat dapat memahami pentingnya konsumsi pangan bergizi tinggi dan memiliki keterampilan untuk mengolah daun kelor menjadi nugget yang lezat dan bergizi. Kegiatan ini berpotensi meningkatkan status gizi masyarakat dan membuka peluang ekonomi kreatif di Desa Paweden.

Kata Kunci: *pemberdayaan masyarakat, stunting, nugget daun kelor*

Pendahuluan

Masalah balita pendek (stunting) merupakan salah satu permasalahan gizi yang menjadi fokus Pemerintah Indonesia terutama di Desa Paweden saat ini. Menurut World Health Organization atau Organisasi Kesehatan Dunia, stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar. Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi.

Stunting dapat terjadi mulai dari janin yang masih dalam kandungan dan baru tampak saat anak berusia dua tahun (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Stunting yang telah terjadi bila tidak diimbangi dengan *catch-up growth* (tumbuh kejar) dapat mengakibatkan menurunnya pertumbuhan. Masalah stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental. Stunting dibentuk oleh *growth faltering* dan *catcth up growth* yang tidak memadai yang mencerminkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan optimal, hal tersebut mengungkapkan bahwa kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal dapat mengalami stunting bila pemenuhan kebutuhan selanjutnya tidak terpenuhi dengan baik (Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, 2017; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

Desa Paweden memiliki potensi lokal yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan status gizi Masyarakat, yaitu daun kelor (Moringa Oleifera). Daun kelor telah lama diakui sebagai tanaman yang sangat bergizi. Daun kelor juga kaya akan nutrisi dan antioksidan serta memiliki potensi besar sebagai pangan bergizi tinggi (Anwar et al., 2022). Daun kelor menawarkan berbagai manfaat kesehatan berkat kandungan nutrisi dan antioksidan yang tinggi. Selain itu, daun kelor juga dapat digunakan sebagai bahan dasar untuk membuat berbagai jenis makanan dan minuman (Wirawan et al., 2023). Pemanfaatan daun kelor sebagai pangan bergizi tinggi dapat menjadi salah satu Solusi untuk meningkatkan status gizi Masyarakat.

Edukasi dan inovasi pangan sangat penting dalam Upaya pencegahan stunting. Melalui edukasi, Masyarakat dapat memahami pentingnya konsumsi pangan bergizi tinggi dan memiliki kemampuan untuk mengolah daun kelor menjadi produk pangan yang lezat dan bergizi (Gibson et al., 2022). Inovasi pangan juga dapat meningkatkan ketersediaan dan aksesibilitas pangan bergizi tinggi bagi Masyarakat.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemanfaatan daun kelor sebagai pangan bergizi tinggi dalam Upaya pencegahan stunting di Desa Paweden. Melalui edukasi dan inovasi pangan ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi pada peningkatan status gizi Masyarakat dan pencegahan stunting, serta meningkatkan kualitas hidup Masyarakat Desa Paweden.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan di Balai Desa Paweden, Kecamatan Buaran, Kabupaten Pekalongan. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif, dengan keterlibatan aktif masyarakat, khususnya ibu-ibu PKK Desa Paweden, masyarakat juga berperan sebagai subjek yang turut aktif dalam proses pembelajaran dan praktik langsung. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi serta keterampilan pengolahan makanan bergizi berbasis bahan lokal khususnya daun kelor dalam mencegah stunting pada balita. Adapun tahapan yang dilakukan antara lain, observasi, persiapan, pelaksanaan, dan tindak lanjut.

Observasi dan identifikasi masalah yang dilakukan melalui survei lapangan. Survei ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi gizi masyarakat Desa

Paweden, terutama pada kelompok rentan seperti balita dan ibu hamil. Survei juga menilai tingkat pengetahuan masyarakat tentang manfaat daun kelor yang mempunyai kandungan gizi tinggi, namun pemanfaatannya masih terbatas. Dari hasil identifikasi, ditemukan meskipun daun kelor banyak tumbuh di lingkungan desa, masyarakat belum sepenuhnya memanfaatkannya sebagai makanan-makanan yang menarik dan bergizi tinggi.

Tahap selanjutnya adalah persiapan kegiatan, yang meliputi penyusunan materi pelatihan, pembuatan brosur sederhana mengenai gizi seimbang, stunting, serta resep nugget daun kelor. Selain itu, tim pelaksana juga menyiapkan bahan-bahan makanan seperti daun kelor segar, tepung, telur, bumbu dapur, serta peralatan memasak. Koordinasi dengan perangkat desa, kader posyandu, serta ibu-ibu PKK dilakukan untuk menentukan waktu, tempat, dan jumlah peserta yang akan dilibatkan. Hal ini penting untuk memastikan keterlibatan masyarakat secara optimal sekaligus mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan.



***Gambar 1**. Pembuatan Nugget Daun kelor*

Pelaksanaan pelatihan dilakukan melalui beberapa tahapan inti. Pertama, pemaparan materi mengenai pentingnya gizi seimbang dan urgensi pencegahan stunting. Materi ini menekankan bahwa stunting bukan hanya masalah fisik, tetapi juga berdampak pada perkembangan kognitif anak, sehingga perlu dicegah sejak dini melalui asupan gizi yang berkualitas. Pemanfaatan daun kelor sebagai bahan dasar pangan diperkenalkan sebagai solusi lokal yang murah, mudah didapat, namun kaya akan protein, vitamin, dan mineral (Angelina, Swasti, & Pranata, 2021). Kedua, tim pelaksana melakukan praktik pembuatan nugget daun kelor. Praktik pembuatan nugget dilakukan secara bertahap, mulai dari proses pemilihan daun kelor yang segar, pengolahan bahan, pencampuran adonan, pembentukan nugget, hingga tahap pengukusan dan penggorengan. Melalui kegiatan ini, peserta memperoleh keterampilan praktis sekaligus motivasi untuk diterapkan di rumah

masing-masing. Diskusi interaktif dan sesi tanya jawab juga dilakukan untuk menanggapi berbagai kendala yang menghadang peserta.

Sebagai tindak lanjut kegiatan, setelah kegiatan selesai, peserta diberikan brosur berisi resep dan panduan tertulis mengenai cara pembuatan nugget daun kelor agar dapat dipraktikkan kembali secara mandiri di rumah baik untuk konsumsi keluarga maupun sebagai peluang usaha rumah tangga. Produk ini berpotensi menjadi salah satu alternatif pangan lokal yang tidak hanya mendukung ketahanan gizi masyarakat, tetapi juga membuka peluang ekonomi kreatif di Desa Paweden.

Hasil dan Pembahasan

Pelatihan pembuatan nugget daun kelor yang diselenggarakan bagi masyarakat Desa Paweden khususnya ibu-ibu PKK menunjukkan hasil yang positif. Berikut adalah beberapa hasil yang diperoleh:

1. Peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konsumsi pangan bergizi tinggi untuk pencegahan stunting.
2. Masyarakat memiliki keterampilan untuk mengolah daun kelor menjadi nugget yang lezat dan bergizi.
3. Masyarakat dapat memahami manfaat daun kelor sebagai sumber nutrisi yang kaya akan protein, vitamin, dan mineral.
4. Pelatihan ini juga membuka peluang ekonomi kreatif bagi masyarakat Desa Paweden dengan potensi produksi nugget daun kelor sebagai produk pangan lokal yang bergizi tinggi.

Selain itu pemberdayaan masyarakat ini tentu memiliki harapan yang diinginkan dalam jangka panjang. Harapan ini tentunya diharapkan dapat memberikan dampak tidak hanya kepada masyarakat di desa Paweden namun juga masyarakat desa lain yang ada di sekitar desa Paweden. Hal yang diharapkan adalah sebagai berikut.

1. Peningkatan Status Gizi Masyarakat

Daun kelor kaya akan kandungan gizi penting, seperti protein, vitamin A, vitamin C, zat besi, serta kalsium. Status gizi menggambarkan kondisi tubuh seseorang sebagai hasil dari makanan yang dikonsumsi serta pemanfaatannya dalam tubuh (Latifah, 2025). Melalui pelatihan ini, masyarakat Desa Paweden diharapkan meningkatkan pola konsumsi gizi seimbang dengan menjadikan kelor sebagai bahan pangan harian. Konsumsi nugget kelor secara teratur dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi keluarga, khususnya bagi anak-anak dan ibu hamil.

2. Penurunan Risiko Stunting

Stunting muncul akibat kekurangan gizi kronis pada anak sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun. Kehadiran produk olahan nugget daun kelor yang disukai anak-anak karena bentuk menarik dan rasa lezat, diharapkan dapat menjadi pilihan makanan bergizi tinggi. Anak yang sehat dan berkualitas dapat tercapai apabila kebutuhan tumbuh kembangnya terpenuhi dengan baik, sehingga masa depan mereka lebih optimal.

Pemberian makanan bergizi berperan penting dalam mendukung pertumbuhan balita (Iwan Saka Nugraha, 2024). Oleh karena itu, hal ini berpotensi menurunkan prevalensi stunting di Desa Paweden dalam jangka panjang.

3. Kemandirian Pangan Berbasis Potensi Lokal

Daun kelor banyak dimanfaatkan untuk mengatasi malnutrisi, termasuk melancarkan ASI. Setiap helai daun kelor mengandung zat gizi berbeda, dan sering dipakai sebagai bahan pangan (Kudadiri, 2023). Melalui pelatihan ini, masyarakat didorong untuk mengoptimalkan potensi lokal, yaitu daun kelor, sebagai sumber pangan bergizi. Apabila dilaksanakan secara berkelanjutan, hal ini dapat menciptakan kemandirian pangan, mengurangi ketergantungan pada produk instan pabrikan, sekaligus membuka peluang usaha rumahan berbasis olahan kelor. Dengan begitu, Desa Paweden dapat membangun ketahanan gizi dan perekonomian masyarakat melalui pemanfaatan potensi lokal.

Kesimpulan

Pelatihan pembuatan nugget daun kelor di Desa Paweden telah berhasil meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam memanfaatkan daun kelor sebagai pangan bergizi tinggi untuk pencegahan stunting. Melalui pelatihan ini, masyarakat Desa Paweden dapat memahami pentingnya konsumsi pangan bergizi tinggi dan memiliki kemampuan untuk mengolah daun kelor menjadi produk pangan yang lezat dan bergizi. Kegiatan ini memberikan kontribusi pada peningkatan status gizi masyarakat dan diharapkan dapat menjadi contoh bagi masyarakat lainnya dalam mengembangkan potensi lokal untuk ketahanan gizi.

Selain itu, pelatihan ini juga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konsumsi pangan bergizi tinggi, terutama bagi anak-anak dan ibu hamil. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat terus berlanjut dan berkembang untuk memberikan manfaat yang lebih luas bagi Masyarakat Desa Paweden.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan dan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah memberikan dukungan dan kesempatan kepada mahasiswa KKN Angkatan 62 tahun 2025 untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat, sehingga kegiatan pelatihan ini bisa terlaksana. Tidak hanya itu, terima kasih juga kami sampaikan kepada Kepala Desa Paweden, para perangkat desa, serta ibu-ibu PKK desa Paweden sebagai mitra dalam penyelenggaraan PKM ini, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar tanpa kurang suatu apa pun.

Referensi

Cahyani, K. R., & Saputra, I. G. N. W. H. (2021). Pemberdayaan masyarakat mengenai budidaya tanaman cabai yang unggul pada pot di Desa Dalung. *Abdi Dosen*, *5*(2), 294–299. https://doi.org/10.32832/abdidos.v5i2.860

Ponisri, P., Farida, A., & Nanlohy, L. H. (2022). Pelatihan Pembuatan Persemaian Dan Cabutan Anakan Alam Di Kampung Kasih Kabupaten Sorong. *Abdimas: Papua Journal of Community Service*, *4*(1), 51–57. https://doi.org/10.33506/pjcs.v4i1.1546

Rianti, K. P. K., & Prastyo, Y. (2022). Analysis of the use of temperature and humidity sensors for arduino-based greenhouse environment monitoring. *Antivirus : Jurnal Ilmiah Teknik Informatika, 16*(2), 200-210. https://doi.org/10.35457/antivirus.v16i2.2512

Sihotang, S., Manurung, M., Halawa, E., Alfazri, I., Tarigan, N., Purba, F., Siregar, Y., & Aldy, M. (2023). Agrotekma Jurnal Agroteknologi dan Ilmu Pertanian Isolasi Bakteri Endofit Pada Daun Terong Ungu (Solanum melongena L.) Isolation of Endophytic Bacteria in (Solanunum melongena). *Agrotekma*, *7*(2), 25–30. https://doi.org/10.31289/agr.v7i2.10005

Wardana, S., Apriani, N., & Fitri, B. A. (2024). *Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara*, *2*(April), 67–79.