

## **Pencegahan Stunting Melalui Metode Demonstrasi Memasak Membuat Puding Daun Kelor**

Nurul Khusnul Khotimah<sup>1</sup>, Nur Al Marwah Asrul<sup>1,2</sup>, Risnah<sup>1</sup>, Mantasiah<sup>3</sup>, Reza ismeralda<sup>1</sup>, Inayah letahit<sup>1</sup>, Nurul Dwi Azizah<sup>1</sup>, Abdullah Fitrah<sup>1</sup>, Nur Maghfirah Idris<sup>1</sup>, Rahmat HM<sup>2</sup>, Wahyuni<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Makassar

<sup>2</sup>The Floating School Indonesia

<sup>3</sup>Posyandu Satando, Pangkep.

### **ABSTRAK**

Meskipun prevalensi stunting telah menurun, stunting masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan di Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan, sehingga perlu mendapat perhatian dan intervensi yang berkelanjutan. Pulau Satando dan Pulau Saugi, keduanya merupakan bagian dari Kawasan Konservasi Perairan Daerah Kabupaten Pangkep, terus melaporkan kasus anak-anak dengan tinggi badan di bawah standar untuk usianya. Pengamatan dan wawancara menunjukkan adanya pohon kelor yang melimpah di kedua pulau tersebut. Menanggapi hal ini, inisiatif pengabdian masyarakat dilaksanakan, secara khusus berfokus pada demonstrasi pembuatan puding daun kelor. Proyek yang berjudul "Mencegah Stunting melalui Metode Demonstrasi Memasak Puding Daun Kelor" ini berhasil meningkatkan keterampilan kader kesehatan setempat. Peningkatan ini dibuktikan dengan evaluasi yang dilakukan, termasuk dokumentasi foto yang menunjukkan kemampuan para kader dalam menyiapkan dan menyajikan puding daun kelor secara efektif.

**Kata kunci:** Puding Daun kelor, Pulau, Stunting

### **Penulis Korespondensi :**

Nur Al Marwah Asrul

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Makassar

E-mail: [nur.almarwah@uin-alauddin.ac.id](mailto:nur.almarwah@uin-alauddin.ac.id)

No. Hp: +628114137740

## **Stunting Prevention Activities Through Cooking Demonstration Method Of Making Moringa Leaf Pudding**

### **ABSTRACT**

*Despite a decline in prevalence, stunting remains a significant health issue in the Pangkajene dan Kepulauan District, warranting ongoing attention and intervention. Satando Island and Saugi Island, both part of the Regional Marine Conservation Area of Pangkep Regency, continue to report cases of children with height measurements below the standard for their age. Observations and interviews indicate the presence of abundant Moringa trees on both islands. In response to this, community service initiatives were implemented, specifically focusing on a demonstration of Moringa leaf pudding preparation. The project, titled "Preventing Stunting through the Moringa Leaf Pudding Cooking Demonstration Method," successfully enhanced the skills of local health cadres. This improvement was evidenced by the evaluation, which included photographic documentation showing the cadres' ability to prepare and serve Moringa leaf pudding effectively.*

**Keywords:** Moringa Leaf Pudding, Island, Stunting

### **Correspondent Author :**

Nur Al Marwah Asrul

## PENDAHULUAN

Tahun 2022 prevalensi stunting pada Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan sebesar 34.1 %. Nilai ini merupakan nilai diatas rata-rata Provinsi Sulawesi Selatan yaitu 27,2%. Tahun 2023 bulan Februari, persentasi balita Stunting Tingkat Kabupaten menurun hingga 10,4 meskipun masih diatas rata-rata Provinsi Sulawesi Selatan, 8,1%.(Tim Percepatan Penurunan Stunting, 2023) . Meskipun telah terjadi penurunan, stunting masih menjadi masalah kesehatan yang harus ditangani di kabupaten Pangkep dan perlu mendapat perhatian khusus. Penelitian yang dilakukan oleh Dwi mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara stunting dengan perkembangan kognitif dan prestasi belajar (Dwi et al., 2019). Pada kondisi stunting, dapat terjadi gangguan pada proses pematangan neuron otak serta perubahan struktur dan fungsi otak yang dapat menyebabkan kerusakan permanen pada perkembangan kognitif. Kondisi ini menyebabkan kemampuan berpikir dan belajar anak menjadi terganggu dan pada akhirnya menurunkan tingkat kehadiran dan prestasi belajar. Sehingga diperlukan upaya untuk menurunkan angka stunting dan mencegah stunting.

Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan, merupakan salah satu kabupaten di provinsi Sulawesi Selatan yang memiliki masyarakat pesisir dan kepulauan yang sangat luas. Terdapat 117 pulau , dan 84 pulau yang berpenghuni dalam wilayah ini. Kehidupan dalam kepulauan dengan keterbatasan akses, informasi, keterbatasan transportasi, distribusi logistik yang tidak merata, serta kondisi alam yang tidak mendukung menjadikan permasalahan kesehatan yang kompleks bagi masyarakat pulau (Sampe Panggalo & Nani Hasanuddin Makassar, 2020).

Pulau Satando dan Pulau Saugi, merupakan dua pulau di Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan yang berada dalam satu desa yaitu Desa Mattiro Baji. Ketiga pulau ini juga merupakan pulau binaan dari Sekolah Terapung (The Floating School) sejak tahun 2017. Sekolah Terapung ini merupakan sekolah alternatif dengan pendidikan transformatif pada remaja di kepulauan. Dalam pembelajarannya, metode-metode kreatif digunakan untuk meneliti suatu isu baik isu lingkungan, kesehatan, pendidikan dan kemaritiman yang terdapat di kepulauan. Keberhasilan metode yang digunakan oleh Sekolah Terapung dinilai cukup efektif dalam peningkatan skill, knowledge, dan behavior pada pemuda di Kepulauan(Rumi et al., 2019).

Pulau Santonda dan Pulau Saugi yang merupakan bagian dari Kawasan Konservasi Perairan Daerah Kabupaten Pangkep masih ditemukan anak-anak dengan tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya. Berdasarkan observasi dan wawancara, ditemukan bahwa terdapat banyak pohon kelor yang tumbuh di Pulau Santonda dan Saugi, dan hasil wawancara dengan 2 orang ibu-ibu setempat ditemukan bahwa daun kelor biasanya dimasak sebagai sayur dan anak-anak jarang memakan sayur tersebut dan tidak mengetahui

bahwa daun kelor memiliki manfaat untuk mengatasi stunting. Mereka belum mengetahui bagaimana cara mengolah daun kelor menjadi makanan lain.

Salah satu cara untuk mengatasi stunting adalah dengan memberikan demo masak membuat puding yang merupakan salah satu metode yang digunakan untuk mencegah stunting. Salah satu cara pemberian pengetahuan yang efektif dilaksanakan di masyarakat adalah demo memasak (Nafilah & Palupi, 2021). demo masak memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat (Rina et al., 2020). Menurut penelitian yang dilakukan Nurdin dkk, daun kelor memiliki potensi untuk mencegah stunting (Nurdin et al., 2022). Kelor merupakan tanaman dengan kandungan gizi tinggi yang dapat meningkatkan kesehatan (Asrul et al., 2023). Maka untuk mencegah stunting, maka dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan metode demo masak pembuatan puding daun kelor sebagai makanan tambahan bagi masyarakat pulau Satando dan Saugi.

## **METODE**

Pengabdian masyarakat dilakukan dalam bentuk demonstrasi pembuatan puding daun kelor yang meliputi proses pembuatan puding daun kelor. Dimulai dari menyiapkan daun kelor dan membuatnya menjadi ekstrak daun kelor hingga pembuatan puding daun kelor. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai pencegahan stunting. Karena dalam pencegahan stunting, banyak pihak yang harus terlibat dan saling bekerja sama. Sasaran dari kegiatan ini adalah masyarakat Pulau Saugi dan Pulau Satando khususnya kader kesehatan. Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan informasi dan keterampilan melalui metode demonstrasi memasak dan teknis kepada para kader kesehatan. Metode demonstrasi memasak ini adalah mendemonstrasikan cara pembuatan puding daun kelor yang kemudian akan dipraktikkan langsung oleh para kader kesehatan. Metode ini memiliki kelebihan yaitu pembelajaran yang lebih jelas dan konkrit. Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan merefleksikan hasil pembuatan kelor dari peserta pelatihan. Media yang digunakan dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah seperangkat alat masak dan bahan-bahan yang digunakan untuk membuat puding

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan edukasi pencegahan stunting melalui demonstrasi memasak pudding kelor diawali dengan pemaparan awal dari tim. Pemaparan awal dilakukan dengan menjelaskan tentang pentingnya pencegahan stunting, dan pemanfaatan tanaman kelor dengan menjadikan pudding daun kelor yang dapat memberikan ketertarikan pada anak dalam konsumsi kelor. Hal ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Awanis dkk (2023), bahwa pembuatan pudding kelor dapat menarik perhatian anak-anak dalam konsumsi kelor (Awanis et al., 2023).



Gambar 1. Pemaparan manfaat tanaman kelor

Tahapan selanjutnya adalah penjelasan alat dan bahan yang digunakan dalam pembuatan pudding. Pada tahapan ini juga terjadi diskusi terkait bahan-bahan alternatif yang dapat mereka temukan di pulau. Pada sesi pembuatan pudding kelor ini telah disediakan juga ekstrak daun kelor yang menjadi bahan utama dalam pembuatan kelor. Tahapan pembuatan ekstrak kelor juga disampaikan pada peserta agar dengan keterbatasan alat yang ada, peserta dapat membuat kelor tersebut. Ekstrak kelor merupakan bahan utama dalam pudding ini. Kandungan daun kelor tetap terjaga meski sudah diekstrak dalam bentuk ekstrak daun kelor. (Tenri & Rivai, 2020)



Gambar 2. Pengenalan alat dan bahan yang digunakan

Setelah pengenalan alat dan bahan, dilanjutkan dengan demonstrasi langsung pembuatan pudding kelor. Adapun tahapan pembuatan kelor ini adalah : pembuatan ekstrak kelor, pembuatan agar-agar, pencampuran susu, agar-agar, serta ekstrak kelor, dan pemisahan pudding kelor ke dalam cup kecil. Pada sesi ini dilaksanakan juga praktik secara



langsung pada setiap kelompok kader. Praktik secara langsung memberikan pengalaman langsung dalam pembuatan pudding kelor tersebut.



Gambar 3. Demonstrasi Pembuatan Puding



Gambar 4. Praktik berkelompok setelah demonstrasi



Gambar 5. Finalisasi Packaging Puding Daun kelor



Berdasarkan upaya peningkatan kapasitas kader kesehatan di Pulau Satando dan Saugi, target yang direncanakan telah tercapai. Ditemukan adanya peningkatan kemampuan kader perempuan dalam membuat puding daun kelor. Hal ini ditunjukkan dengan proses pembuatan puding daun kelor dimana ibu-ibu sangat antusias untuk mencoba dan langsung berinisiatif untuk membantu dalam proses pembuatan puding daun kelor. Dari demonstrasi membuat pudding kelor ini menghasilkan 50 puding kelor yang dibagikan pada peserta pelatihan dan anak-anak di Pulau Satando dan Pulau Saugi, Kabupaten Pangkep.

Hasil kualitatif ditunjukkan dengan hasil wawancara dengan peserta pelatihan, bahwa ibu-ibu sudah paham karena merasa mudah dalam pembuatannya, dan akan mencoba lagi. Hal ini menunjukkan bahwa pengabdian masyarakat dapat mencapai target yang ditetapkan. Keterampilan ibu-ibu kader dengan menggunakan metode demonstrasi memasak puding dapat meningkatkan keterampilan ibu-ibu kader. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ginting mengenai metode demonstrasi, didapatkan hasil bahwa metode demonstrasi dapat meningkatkan keterampilan dan pengetahuan (Br Ginting & Zulmiyetri, 2018). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki manfaat yang positif, sehingga kegiatan tersebut perlu dilakukan dengan sasaran profesi lainnya, agar keberlangsungan kegiatan dapat lebih terjamin. Adapun perbaikan yang dapat dilaksanakan dalam pelatihan ini adalah alat yang digunakan dapat diperbanyak sehingga setiap peserta dapat merasakan langsung satu persatu dalam memasak pudding tersebut. Keterbatasan alat membuat proses pelatihan ini dilaksanakan secara berkelompok sehingga dalam beberapa tahapan dilakukan oleh perwakilan kelompok.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat "Pencegahan Stunting Melalui Metode Demonstrasi Memasak Puding Daun Kelor" telah berhasil meningkatkan kemampuan para kader. Hal ini dapat dilihat dari evaluasi melalui foto yang menunjukkan bahwa ibu-ibu kader dapat memasak dan mengolah puding daun kelor hingga siap saji. Selain itu, evaluasi secara kualitatif diperoleh bahwa ibu-ibu kader sudah memahami cara pembuatan puding daun kelor sehingga akan mempraktekkannya di rumah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan profesi lain untuk menjamin keberlanjutan program di masa yang akan datang.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kepada pemberi dana hibah program kegiatan dari Litapdimas Kementerian Agama tahun 2023, Kepala Desa Mattiro Baji, Posyandu di Pulau Satando dan Posyandu di Pulau Saugi, para kader, dan The Floating School Indonesia telah memberikan dukungan dalam program ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Asrul, N. A. M., Rivai, A. T. O., Syisnawati, & Haristiani, R. (2023). EKSTRAK MORINGA OLEIFERA MEMPERCEPAT PROSES PENYEMBUHAN LUKA: SYSTEMATIC REVIEW. *Jurnal Farmasetis*, 12, 187–194.

<https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/pabbura>

- Awanis, S., Adinda Natasya, S., Sari, A., Lestari Lubis, S., Ramadhan, Z., Nabila Siregar, M., Puspita Sari, T., Nasution, P., Azzahra, A. S., Tantry Surya, I., Ali, R., & Miswanda, D. (2023). Pembuatan Puding Daun Kelor Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Kuta Baru. *Jurnal Bakti Nusantara*, 1(1).
- Br Ginting, S., & Zulmiyetri. (2018). Efektivitas Metode Demonstrasi dalam Meningkatkan Keterampilan Membuat Smoothies Bagi Anak Tunarungu. *Jurnal Penelitian Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 6.
- Dwi, A., Yadika, N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh Stunting terhadap Perkembangan Kognitif dan Prestasi Belajar. *Majority*, 8(2).
- Nafilah, & Palupi, F. D. (2021). PENYULUHAN GIZI MELALUI METODE EMO DEMO UNTUK MENGUBAH PENGETAHUAN KADER TENTANG HIPERTENSI. *Abdimasku*, 4(3), 197–204.
- Nurdin, N., Sunandar, & Ariyana. (2022). Olahan Daun Kelor Untuk Perbaikan Status Gizi Balita dalam Upaya Pencegahan Stunting. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 453–459. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v1i4.714>
- Rina, C., Endayani, T., Agustina, M., & Teuku Dirundeng Meulaboh, S. (2020). Metode Demonstrasi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. In *Jurnal Pendidikan MI/SD* (Vol. 5, Issue 2). Online.
- Rumi, J., Wadiyo, T., Utara, K., & Wadiyo, T. /. (2019). Catharsis: Journal of Arts Education The Artistic Expression and Aesthetic Creation in The Arts Learning of The Floating School in The Study of Ki Hadjar Dewantara's Pendidikan Kesenian. *Catharsis: Journal of Arts Education*, 8(4), 363–373. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/catharsis>
- Sampe Panggalo, Z., & Nani Hasanuddin Makassar, S. (2020). FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN STUNTING PADA ANAK DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TARAWEANG KAB. PANGKEP. In *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* (Vol. 15).
- Tenri, A., & Rivai, O. (2020). Identifikasi Senyawa yang Terkandung pada Ekstrak Daun Kelor (*Moringa oleifera*). In *63 Indonesian Journal of Fundamental Sciences* (Vol. 6, Issue 2).
- Tim Percepatan Penurunan Stunting. (2023). LAPORAN SEMESTER I ; TIM PERCEPATAN PENURUNAN STUNTING PROVINSI SULAWESI SELATAN.