p-ISSN 2615-4323; e-ISSN 2579-9797

JPMB
Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo

journal homepage: http://jurnal.ubt.ac.id/index.php/jpmb

JPMB 10(2) (2026) 01-04

Edukasi Pencegahan Stunting melalui Pemanfaatan Puding Daun Kelor pada Masyarakat Desa Long Kenipe Kecamatan Malinau Barat

Tri Paus Hasiholan Hutapea[1*], Rian Armanda[2], Aliana Sari[2], Farida[2], Masita[2], Yosua[2], Selvy Triani[2], Sri Reski[2], Firginius Mali Berek[2], Nur Diah Permata Sari[2], Frysco Dimaz Fimananda Basuki[2], Nur Fadilah[2], Syalsabila Azzahra Febriyana Bahran[2]

[1] *Program Studi Teknologi Hasil Perikanan, Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan, Universitas Borneo Tarakan, Tarakan, Indonesia*

[2] *Kelompok 20 Kuliah Kerja Nyata, Universitas Borneo Tarakan, Tarakan, Indonesia*

* Penulis korespondensi. E-mail: hutapea@borneo.ac.id

Diterima: September 2026; Disetujui: Oktober 2026

INFO ARTIKEL

Keywords:

edukasi gizi
pangan lokal
pengabdian masyarakat
sanitasi
stunting

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang memerlukan pencegahan melalui pemenuhan gizi, pemantauan tumbuh kembang, serta dukungan lingkungan dan sanitasi yang memadai. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memberikan edukasi pencegahan stunting kepada masyarakat Desa Long Kenipe, Kecamatan Malinau Barat, Kabupaten Malinau, sekaligus memperkenalkan puding daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai alternatif olahan pangan lokal bergizi. Kegiatan dilaksanakan pada 12 Juli 2026 di Posyandu Pembantu Desa Long Kenipe dengan melibatkan tenaga kesehatan Puskesmas Setulang dan Bidan Desa, serta menyasar ibu hamil dan ibu yang memiliki balita. Pelaksanaan kegiatan berupa penyuluhan menggunakan presentasi, diskusi dan tanya jawab, pengenalan pengolahan daun kelor, serta pembagian puding daun kelor kepada peserta. Materi mencakup pengertian stunting, faktor penyebab dan dampak, pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), upaya pencegahan, serta pemanfaatan daun kelor sebagai bahan pangan lokal. Berdasarkan observasi pelaksana selama diskusi, peserta menunjukkan keterlibatan aktif melalui pertanyaan dan tanggapan terkait pencegahan stunting, akses pangan dan sanitasi, serta pemanfaatan daun kelor. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong kesadaran dan peran aktif masyarakat Desa Long Kenipe dalam upaya pencegahan stunting secara mandiri dan berkelanjutan.

(1) PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berkaitan dengan gangguan pertumbuhan anak. Penetapan status stunting tidak cukup didasarkan pada penampilan fisik, tetapi menggunakan pengukuran antropometri panjang badan atau tinggi badan menurut umur (PB/U atau TB/U) sesuai standar antropometri anak (Kementerian Kesehatan RI, 2020; Rahmadhita, 2020). Kondisi ini berkaitan dengan kekurangan gizi dalam jangka panjang dan dapat berdampak pada pertumbuhan, perkembangan kognitif, kesehatan, serta produktivitas pada masa berikutnya (Rusliani, Hidayani, & Sulistyoningsih, 2022).

Permasalahan stunting bersifat multidimensional dan berkaitan dengan berbagai faktor, antara lain kecukupan asupan gizi, pola pengasuhan, akses terhadap pangan bergizi, layanan kesehatan, air bersih, dan sanitasi. Kondisi geografis serta keterbatasan akses terhadap layanan dasar dapat memperbesar tantangan keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi dan kesehatan anak (Eriyahma, 2023; Rusliani, Hidayani, & Sulistyoningsih, 2022). Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting perlu mempertimbangkan konteks masyarakat setempat dan tidak hanya berfokus pada satu jenis intervensi.

Dalam konteks pelaksanaan kegiatan di Desa Long Kenipe, Kecamatan Malinau Barat, keterbatasan akses air bersih dan jauhnya jarak dari pusat perkotaan menjadi bagian dari latar belakang edukasi yang disampaikan kepada masyarakat. Kondisi desa yang belum terjangkau jaringan PDAM dan ketergantungan pada sumber air sungai diposisikan dalam kegiatan ini sebagai konteks pelaksanaan, bukan sebagai hasil pengukuran kuantitatif. Keterbatasan akses tersebut juga menjadi dasar untuk menekankan pentingnya kebersihan lingkungan, sanitasi, serta pemanfaatan sumber pangan yang tersedia secara lokal.

Selain faktor lingkungan, pengetahuan keluarga mengenai pemenuhan gizi dan pencegahan stunting merupakan aspek penting dalam mendukung tumbuh kembang anak. Ibu memiliki peran langsung dalam memilih, mengolah, dan menyajikan makanan bagi keluarga sehingga edukasi mengenai gizi, pola asuh, dan pemantauan pertumbuhan perlu diberikan dengan bahasa yang mudah dipahami (Hasanah, Aryani, & Effendi, 2023). Atas dasar tersebut, materi kegiatan difokuskan pada pemahaman dasar stunting, 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), upaya pencegahan,

serta pilihan pangan lokal yang dapat diterapkan di rumah tangga.

Salah satu bahan pangan lokal yang berpotensi dimanfaatkan adalah kelor (*Moringa oleifera*). Daun kelor mengandung berbagai zat gizi, antara lain protein, vitamin, dan mineral, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai salah satu bahan dalam diversifikasi pangan keluarga (Budury, Purwanti, & Fitriasari, 2022). Tanaman ini relatif mudah tumbuh pada berbagai kondisi lahan dan dapat diolah menjadi beragam makanan, sehingga relevan untuk dikenalkan pada masyarakat yang memiliki keterbatasan akses terhadap variasi bahan pangan.

Agar daun kelor lebih mudah diterima sebagai olahan keluarga, salah satu bentuk yang diperkenalkan adalah puding daun kelor. Kegiatan pengabdian di berbagai daerah menunjukkan bahwa pengenalan olahan daun kelor dapat dipadukan dengan edukasi stunting dan gizi keluarga (Awanis dkk., 2023; Budury, Purwanti, & Fitriasari, 2022). Pendekatan edukasi stunting melalui presentasi dan diskusi juga telah diterapkan dalam kegiatan pengabdian yang dipublikasikan di Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo (Kurnianta, Maharini, & Suryani, 2025). Berbeda dengan kegiatan yang menggunakan evaluasi pengetahuan terstruktur, kegiatan di Desa Long Kenipe tidak melakukan pengukuran pre-test dan post-test sehingga hasilnya dibatasi pada deskripsi proses dan respons peserta selama kegiatan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan memberikan edukasi kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki balita mengenai pencegahan stunting serta memperkenalkan puding daun kelor sebagai salah satu alternatif olahan pangan lokal bergizi. Kegiatan diharapkan memberikan informasi praktis yang dapat diterapkan dalam rumah tangga, tanpa menempatkan puding daun kelor sebagai satu-satunya intervensi pencegahan stunting.

(2) METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada 12 Juli 2026 di Posyandu Pembantu Desa Long Kenipe, Kecamatan Malinau Barat, Kabupaten Malinau. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil dan ibu yang memiliki balita yang hadir pada kegiatan. Pelaksanaan melibatkan kelompok KKN Universitas Borneo Tarakan, tenaga kesehatan Puskesmas Setulang, dan Bidan Desa. Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan menggunakan media presentasi PowerPoint, diskusi dan tanya jawab, pengenalan bahan dan tahapan sederhana pengolahan puding daun kelor, serta pembagian puding kepada peserta. Materi yang disampaikan meliputi pengertian stunting, faktor penyebab dan dampak, periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), upaya pencegahan, kebersihan dan sanitasi, serta pemanfaatan daun kelor sebagai alternatif olahan pangan lokal bergizi. Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif berdasarkan respons peserta dalam diskusi dan tanya jawab serta observasi pelaksana terhadap keterlibatan peserta.

(3) HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Kegiatan



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat (Gambar 1) dilaksanakan pada 12 Juli 2026 di Posyandu Pembantu Desa Long Kenipe, Kecamatan Malinau Barat. Peserta merupakan ibu hamil dan ibu yang memiliki balita yang hadir pada kegiatan. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 10 orang. Penyuluhan dilaksanakan melalui presentasi menggunakan media PowerPoint, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab bersama peserta. Kegiatan juga melibatkan tenaga kesehatan Puskesmas Setulang dan Bidan Desa sebagai mitra pelaksanaan.

Materi penyuluhan mencakup enam pokok bahasan, yaitu: (1) pengertian stunting, (2) faktor penyebab stunting, (3) indikator dan penilaian stunting, (4) dampak stunting dalam jangka pendek dan jangka panjang, (5) pentingnya periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), dan (6) upaya pencegahan stunting. Materi disesuaikan dengan konteks kegiatan di Desa Long Kenipe, terutama terkait akses air bersih, sanitasi, akses pangan, dan pemanfaatan bahan pangan lokal.

2. Pemahaman tentang Definisi dan Indikator Stunting

Pada sesi awal, pemateri dari kelompok KKN Universitas Borneo Tarakan menjelaskan pengertian stunting sebagai gangguan pertumbuhan yang berkaitan dengan masalah gizi kronis. Berdasarkan diskusi selama kegiatan, ditemukan adanya peserta yang masih mengaitkan stunting terutama dengan kondisi anak bertubuh pendek. Oleh karena itu, materi menekankan bahwa penetapan stunting memerlukan pengukuran antropometri panjang badan atau tinggi badan menurut umur sesuai standar, bukan hanya berdasarkan pengamatan terhadap bentuk tubuh atau gejala umum (Kementerian Kesehatan RI, 2020; Rahmadhita, 2020).

Peserta juga diperkenalkan pada tanda-tanda yang dapat mendorong keluarga untuk lebih memperhatikan pertumbuhan anak, seperti pertumbuhan yang tidak sesuai dengan usia atau berat badan yang sulit meningkat. Namun, tanda-tanda tersebut dijelaskan sebagai alasan untuk melakukan pemantauan pertumbuhan dan pemeriksaan lebih lanjut, bukan sebagai dasar diagnosis stunting. Penilaian status stunting tetap harus didasarkan pada pengukuran antropometri PB/U atau TB/U menggunakan standar yang berlaku.

3. Pemahaman tentang Penyebab dan Dampak Stunting

Pada sesi berikutnya disampaikan beberapa faktor yang berkaitan dengan risiko stunting, yaitu kecukupan asupan gizi saat hamil dan menyusui, pola asuh, akses terhadap makanan

bergizi, serta akses terhadap pelayanan kesehatan seperti imunisasi dan pemeriksaan kehamilan. Dalam diskusi muncul tanggapan peserta mengenai keterbatasan akses terhadap bahan pangan bergizi karena jarak desa dari pusat perkotaan. Kondisi tersebut digunakan sebagai konteks untuk menjelaskan bahwa faktor geografis dan akses pangan dapat menjadi determinan tidak langsung masalah gizi (Eriyahma, 2023).



Gambar 2. Pemaparan Materi oleh Narasumber

Penjelasan mengenai dampak stunting (Gambar 2) disampaikan untuk memperkuat pemahaman mengenai pentingnya pencegahan sejak dini. Materi mencakup kemungkinan hambatan pertumbuhan dan perkembangan pada masa anak, dampak terhadap proses belajar, serta risiko kesehatan jangka panjang. Pada sesi tanya jawab, peserta mengajukan pertanyaan mengenai cara memantau pertumbuhan dan langkah pencegahan yang dapat dilakukan di tingkat keluarga. Respons tersebut dicatat sebagai bagian dari observasi proses kegiatan dan tidak digunakan sebagai ukuran perubahan pengetahuan.

4. Pemahaman tentang Periode Emas 1.000 HPK dan Upaya Pencegahan

Materi mengenai periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan ditekankan sebagai masa penting sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Pada periode ini, pemenuhan gizi ibu hamil dan anak, pemberian ASI, MPASI yang sesuai, pemantauan pertumbuhan, imunisasi, serta kebersihan lingkungan merupakan bagian penting dalam mendukung tumbuh kembang anak. Penyampaian materi difokuskan pada pemahaman bahwa pencegahan stunting perlu dimulai sejak masa kehamilan dan dilanjutkan selama awal kehidupan anak.

Langkah pencegahan yang disampaikan kepada peserta meliputi pemenuhan gizi seimbang selama kehamilan, pemberian ASI eksklusif selama 0-6 bulan, pemberian MPASI bergizi disertai ASI hingga usia dua tahun, melengkapi imunisasi, memantau pertumbuhan anak secara rutin di posyandu, serta menjaga kebersihan lingkungan dan sanitasi. Penekanan pada sanitasi relevan dengan konteks Desa Long Kenipe yang dalam kegiatan ini disebut belum terjangkau jaringan PDAM dan masih menggunakan sumber air sungai.

5. Pengenalan Puding Daun Kelor sebagai Alternatif Olahan Pangan Lokal Bergizi

Pada sesi terakhir penyuluhan, puding daun kelor (Gambar 3) diperkenalkan sebagai salah satu alternatif olahan pangan lokal bergizi yang dapat mendukung diversifikasi konsumsi keluarga. Pemilihan daun kelor (*Moringa oleifera*) didasarkan pada potensi pemanfaatannya sebagai bahan pangan dan kemudahan pengolahan dalam rumah tangga. Pengenalan ini tidak dimaksudkan untuk menempatkan puding daun kelor sebagai intervensi tunggal dalam pencegahan atau penanganan stunting, melainkan sebagai bagian dari pilihan pangan yang dapat dikombinasikan dengan praktik gizi dan kesehatan lain.

Dalam sesi ini dijelaskan bahwa daun kelor mengandung berbagai zat gizi, antara lain protein, vitamin A, vitamin C, kalsium, kalium, dan zat besi (Budury, Purwanti, & Fitriasari, 2022).



Gambar 3. Perkenalan dan Pembagian Puding

Pengolahan daun kelor menjadi puding diperkenalkan sebagai salah satu cara untuk memvariasikan penyajian bahan pangan lokal. Puding dipilih karena bentuknya mudah disajikan dan dapat menjadi pilihan olahan keluarga. Sejumlah kegiatan pengabdian sebelumnya juga telah mengenalkan puding daun kelor dalam edukasi gizi dan stunting (Awanis dkk., 2023; Budury, Purwanti, & Fitriasari, 2022).

Materi disampaikan secara informatif dengan menjelaskan bahan-bahan dan tahapan sederhana pembuatan puding daun kelor. Selama sesi berlangsung muncul pertanyaan peserta mengenai cara memperoleh atau menanam daun kelor di sekitar rumah serta kesesuaian olahan tersebut bagi anak balita. Berdasarkan observasi pelaksana, munculnya pertanyaan tersebut menunjukkan adanya keterlibatan peserta dalam pembahasan. Sekitar 50% peserta menyampaikan pertanyaan terkait materi yang diberikan.

Meskipun pada kegiatan ini belum dilaksanakan demonstrasi langsung pembuatan puding daun kelor, pengenalan materi secara informatif tetap memberikan bekal pengetahuan awal bagi masyarakat untuk mulai memanfaatkan daun kelor sebagai alternatif pangan bergizi. Hal ini sejalan dengan temuan Eriyahma (2023) yang menunjukkan bahwa sosialisasi manfaat dan kandungan gizi daun kelor mampu menumbuhkan ketertarikan masyarakat untuk mengolahnya menjadi produk pangan, meskipun pemahaman awal masyarakat terhadap manfaat kelor sering kali masih terbatas akibat minimnya informasi maupun persepsi keliru mengenai tanaman ini.

(4) PENUTUP

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi pencegahan stunting dan pengenalan puding daun kelor telah dilaksanakan pada 12 Juli 2026 di Posyandu Pembantu Desa Long Kenipe, Kecamatan Malinau Barat, Kabupaten Malinau, dengan melibatkan tenaga kesehatan Puskesmas Setulang dan Bidan Desa serta peserta ibu hamil dan ibu yang memiliki balita. Materi kegiatan mencakup pengertian dan faktor yang berkaitan dengan stunting, pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), upaya pencegahan, sanitasi, serta pemanfaatan daun kelor sebagai bahan pangan lokal.

Berdasarkan observasi pelaksana dan proses diskusi, peserta terlibat dalam kegiatan melalui pertanyaan dan tanggapan terkait pencegahan stunting serta pemanfaatan daun kelor. Puding daun kelor diperkenalkan sebagai salah satu alternatif olahan pangan lokal bergizi yang mendukung diversifikasi konsumsi keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Borneo Tarakan, Perangkat Desa Long Kenipe, tenaga kesehatan Puskesmas Setulang, dan Bidan Desa atas dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Long Kenipe, Kabupaten Malinau, Kalimantan Utara.

(5) DAFTAR RUJUKAN

Awanis, S., Natasya, S. A., Sari, A., Lubis, S. L., Ramadhan, Z., Siregar, M. N., Sari, T. P., Nasution, P., SP, A. A., Surya, I. T., Ali, R., & Miswanda, D. (2023). Pembuatan puding daun kelor sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Kuta Baru. Jurnal Bakti Nusantara, 1(1), 25-30. https://doi.org/10.63763/jbn.v1i1.18

Budury, S., Purwanti, N., & Fitriasari, A. (2022). Edukasi tentang stunting dan pemanfaatan puding daun kelor dalam mencegah stunting. Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 5(10), 3242-3249. https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.6896

Eriyahma, A. (2023). Upaya pemanfaatan daun kelor: Pudding daun kelor untuk mencegah stunting. ABDI MASSA: Jurnal Pengabdian Nasional, 3(3), 23-27. https://doi.org/10.69957/abdimass.v3i03.622

Hasanah, R., Aryani, F., & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting pada anak balita. Jurnal Masyarakat Madani Indonesia, 2(1), 1-6. https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

Kurnianta, P. D. M., Maharini, N. L. F., & Suryani, K. T. R. (2025). Peningkatan pengetahuan kader Posyandu melalui edukasi GERATING VITABESI sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Tajen, Tabanan. Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo, 9(2), 82-85. https://doi.org/10.35334/jeb5xe16

Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 11(1), 225-229. https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253

Rusliani, N., Hidayani, W. R., & Sulistyoningsih, H. (2022). Literature review: Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan (BIKK), 1(1), 32-40. https://doi.org/10.56741/bikk.v1i01.39