



Upaya Perbaikan Gizi Keluarga Dengan Memanfaatkan Ekstrak Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Kudapan Sehat Di Kelurahan Madyopuro, Kecamatan Kedungkandang Kota Malang

***Zuhana Ade Wirakusuma, Syaiful Hidayat, Tiara Wahyuningtyas, Afif Nur Afida, Afriza Zahroni, Gista Tria Pamungkas, Laela Agustini, Lina Yulia Sari, Yulianingsih, Eko Pujiati**

Pendidikan Profesi Guru, Faculty of Teacher Training and Education, Universitas Wisnuwardhana Malang. Jl. Danau Sentani Raya No.99, Madyopuro, Kedungkandang, Kota Malang. Postal code: 65139

*Corresponding Author e-mail: zuhanaadew@gmail.com

Diterima: Juli 2025; Direvisi: Juli 2025; Diterbitkan: Agustus 2025

Abstrak

Masalah kekurangan gizi, termasuk stunting, masih menjadi tantangan serius di Indonesia. Daun kelor (*Moringa oleifera*) memiliki kandungan nutrisi tinggi dan potensial sebagai pangan lokal yang dapat membantu mengatasi persoalan tersebut. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap manfaat daun kelor dan keterampilan dalam mengolahnya menjadi kudapan sehat berupa stik dan puding. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif-partisipatif melalui sosialisasi, demonstrasi memasak, dan evaluasi berbasis data deskriptif kualitatif. Kegiatan melibatkan 25 anggota TP-PKK di Kelurahan Madyopuro, Kota Malang. Hasil menunjukkan peningkatan rata-rata skor pemahaman dari 2,1 menjadi 4,3 (skala 1-5), serta 76% peserta mampu mempraktikkan pembuatan olahan secara mandiri. Kegiatan ini juga membuka potensi pengembangan ekonomi rumah tangga serta meningkatkan kesadaran gizi berbasis bahan lokal. Program ini membuktikan bahwa pendekatan partisipatif dapat menjadi strategi efektif dalam mendukung ketahanan pangan dan upaya pencegahan stunting di tingkat keluarga.

Kata Kunci: Daun kelor, gizi keluarga, kudapan sehat, edukasi partisipatif, stunting

Efforts to Improve Family Nutrition by Utilizing Moringa Leaf Extract (*Moringa Oleifera*) as a Healthy Snack in Madyopuro Village, Kedungkandang District, Malang City

Abstract

*Malnutrition, including stunting, remains a serious challenge in Indonesia. Moringa leaves (*Moringa oleifera*) have high nutritional content and potential as local food that can help overcome these problems. This service aims to increase community understanding of the benefits of moringa leaves and skills in processing them into healthy snacks in the form of sticks and puddings. The method used is an educative-participatory approach through socialization, cooking demonstrations, and qualitative descriptive data-based evaluation. The activity involved 25 TP-PKK members in Madyopuro Village, Malang City. The results showed an increase in the average understanding score from 2.1 to 4.3 (scale 1-5), and 76% of participants were able to practice making preparations independently. This activity also opens up the potential for household economic development and increases awareness of nutrition based on local ingredients. This program proves that a participatory approach can be an effective strategy in supporting food security and stunting prevention efforts at the family level.*

Keywords: *Moringa Oleifera, family nutrition, healthy snacks, participatory education, stunting*

How to Cite: Wahyuningtyas, T., Wirakusuma, Z. A., Hidayat, S., Afida, A. N., Zahroni, A., Pamungkas, G. T., ... Pujiati, E. (2025). Upaya Perbaikan Gizi Keluarga Dengan Memanfaatkan Ekstrak Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Kudapan Sehat Di Kelurahan Madyopuro, Kecamatan Kedungkandang Kota Malang. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 7(3), 565-576. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v7i3.2895>



PENDAHULUAN

Daun kelor (*Moringa oleifera*) dikenal sebagai salah satu tanaman dengan kandungan gizi tertinggi. Daun kecil berwarna hijau ini salah satu nutrisi paling penting untuk kesehatan manusia yang mengandung protein, vitamin, dan mineral. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Organisasi Pangan dan Pertanian (FAO) (FAO, 2014), daun kelor memiliki tingkat vitamin A, vitamin C, kalsium, besi, dan antioksidan yang tinggi, menjadikannya solusi alami dalam mengatasi masalah gizi, terutama di daerah yang mengalami kekurangan nutrisi (Isnain & Nurhaedah, 2017).

Dalam konteks perwujudan cita-cita nasional untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, konsumsi daun kelor dapat menjadi langkah strategis. Studi yang diterbitkan oleh *National Institute of Health* (NIH) (Gopalakrishnan et al., 2016) menunjukkan bahwa kandungan protein dalam daun kelor dapat membantu perkembangan otot dan jaringan tubuh, sementara zat besinya mendukung produksi sel darah merah yang mencegah anemia. Dengan gizi yang mencukupi, perkembangan fisik dan kognitif masyarakat dapat meningkat, sehingga mereka lebih produktif dan mampu bersaing di berbagai bidang. Dengan demikian, integrasi daun kelor dalam pola konsumsi sehari-hari dapat menjadi salah satu kunci untuk menciptakan generasi yang lebih sehat, dapat diandalkan, dan terdidik dengan baik, sesuai tujuan pembangunan nasional adalah untuk meningkatkan rasa aman masyarakat secara umum. (Djamil, 2017).

Salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang mendesak di Indonesia adalah stunting. Stunting merujuk kepada kondisi gagal tumbuh yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, utamanya terjadi pada 1.000 hari pertama kehidupan. Dampak stunting tidak hanya terlihat pada hambatan pertumbuhan fisik, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif anak yang pada akhirnya berkontribusi terhadap rendahnya produktivitas dan kualitas hidup di masa dewasa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Berdasarkan data terbaru, prevalensi stunting di Indonesia masih mencapai 24,4%, melebihi batas ideal yang ditetapkan WHO, yaitu kurang dari 20%. Kondisi melambatnya penurunan laju stunting menunjukkan upaya intervensi gizi belum maksimal dalam mencapai kelompok rentan di masyarakat.

Berbagai intervensi telah dilakukan pemerintah, termasuk melalui program nasional dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN), namun sebagian besar masih menekankan pada pendekatan medis dan bantuan pangan tanpa mengoptimalkan potensi pangan lokal yang tersedia. Padahal, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu sumber gizi lokal yang sangat potensial dalam mencegah stunting karena kandungan proteinnya yang tinggi, vitamin A, C, zat besi, serta antioksidan (Wicaksono et al., 2021; Aminah et al., 2015). Meski demikian, pemanfaatan kelor

sebagai pangan fungsional masih belum terintegrasi dalam program edukasi gizi masyarakat secara sistemik.

Gap inilah yang menjadi dasar dilakukannya kegiatan pengabdian dengan pendekatan edukatif dan partisipatif sebagai solusi yang inovatif. Melalui integrasi metode penyuluhan interaktif dan demonstrasi langsung pengolahan daun kelor menjadi kudapan sehat (stik dan puding), program ini tidak hanya bertujuan meningkatkan pemahaman, tetapi juga keterampilan masyarakat untuk memanfaatkan sumber daya lokal secara mandiri. Kebaruan metode ini terletak pada keterlibatan aktif peserta sebagai subjek pembelajaran, bukan hanya sebagai penerima informasi. Kegiatan ini tidak hanya relevan secara praktis, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan ilmu dalam bidang gizi masyarakat berbasis sumber daya lokal. Selain itu, program ini turut mendukung pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (*Sustainable Development Goals/SDGs*) poin 2 (*Zero Hunger*) dan 3 (*Good Health and Well-being*), dengan memberdayakan komunitas lokal untuk menciptakan ketahanan pangan keluarga secara berkelanjutan.

Mengingat tingginya prevalensi stunting, menggunakan makanan yang tersedia secara lokal, melimpah, dan kaya nutrisi seperti kelor adalah prioritas utama. Daun kelor mengandung empat kali lebih banyak betakaroten daripada gandum, tiga kali lebih banyak potassium daripada pisang, dua puluh lima kali lebih banyak zat besi daripada bayam, tujuh kali lebih banyak vitamin C daripada jeruk, empat kali lebih banyak potassium daripada susu, dan dua kali lebih banyak protein daripada yogurt. Karena teksturnya dan variasi warna yang biasanya disukai oleh balita, puding adalah salah satu bentuk pangan alternatif yang ditawarkan kepada mereka. Dipercaya bahwa penambahan kelor dalam bentuk ekstrak ke puding akan membantu anak-anak memenuhi kebutuhan nutrisi harian mereka, yang mengakibatkan pertumbuhan yang lebih sehat dan risiko stunting yang lebih rendah (Sriyanah et al., 2022).

Diperlukan untuk melakukan penelitian bersama dengan banyak organisasi, termasuk lembaga pendidikan, untuk menentukan tingginya angka kejadian stunting. Penggunaan kelor sebagai objek penelitian sangat tepat untuk mengurangi pengalaman gizi buruk pada anak. Daun kelor juga mudah dibudidayakan dan dapat diolah menjadi berbagai makanan bergizi, seperti sayur bening, teh, dan tepung untuk bahan pangan tambahan (Fuglie, 2001). Sebagai sumber nutrisi yang melimpah dan mudah diakses, pemanfaatan daun kelor menjadi bentuk nyata dalam mendukung program ketahanan pangan serta peningkatan gizi nasional (Berawi et al., 2019).

Menurut penelitian yang diterbitkan dalam *Journal of Food Science and Nutrition* (Fuglie, 2001), kelor memiliki sejumlah protein, zat besi, kalsium, vitamin A, dan vitamin C. Protein memiliki peran penting dalam perkembangan dan perbaikan tubuh, sementara zat besi membantu mencegah anemia, yang sering dikaitkan dengan pertumbuhan terhambat pada anak-anak. Kehadiran kalsium dalam tubuh memperlambat pertumbuhan tulang, sementara vitamin A dan C membantu meningkatkan tingkat energi harian tubuh dan memperbaiki kekurangan gizi.

Menurut Peraturan Pemerintah No. 28 Tahun 2019 tentang angka kecukupan gizi yang diterapkan untuk masyarakat umum, terdapat peningkatan kebutuhan gizi, termasuk untuk vitamin, mineral, energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, dan air bagi wanita hamil. Di sisi lain, UU No. 18 Tahun 2012 menyatakan bahwa pemerintah dan pemerintah daerah peduli terhadap ketersediaan pangan dan pengembangan produk pangan lokal untuk mengurangi jumlah pangan yang dikonsumsi, bergizi seimbang, dan umumnya aman. Konsumsi daun kelor (*Moringa Oleifera*) adalah salah satu alternatif untuk mengatasi masalah gizi yang ada di Indonesia. Tanaman ini memiliki kandungan gizi yang sangat baik, cocok untuk pangan dan obat-obatan (Haidar & Fajar, 2016).

Kesadaran masyarakat umum tentang manfaat kelor sangat penting untuk dicatat karena menunjukkan bahwa ada banyak gizi dalam kelor, yang dapat meningkatkan kesehatan baik orang dewasa maupun anak-anak. Seluruh masyarakat menyatakan mengetahui tanaman kelor. Sebagian besar masyarakat memanfaatkan daun kelor hanya untuk diolah menjadi sayur sebagai lauk pada saat makan. Stik dan puding kelor muncul sebagai alternatif kudapan sehat yang tidak hanya lezat tetapi juga kaya akan nutrisi esensial. Stik dan puding kelor ini dihasilkan dari daun kelor yang dikenal sebagai *superfood* karena kandungan nutrisi yang luar biasa. Daun kelor mengandung sejumlah besar vitamin, mineral, dan antioksidan yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Sebagai kudapan, makan stik dengan puding kelor bisa menjadi cara yang pasti untuk memuaskan keinginan ngemil tanpa harus membatasi asupan diet. Nutrisi ini, yang mencakup vitamin A, vitamin C, kalsium, besi, dan protein, memberikan kombinasi nutrisi yang mendukung kesehatan secara keseluruhan, sistem kekebalan tubuh, dan keseimbangan gizi.

Ketika mengembangkan produk pangan berbasis kelor, sangat penting untuk mempertimbangkan kualitas dan keamanan produk. Produk pangan yang baik harus mempertimbangkan nilai gizi, kesehatan pangan, dan aspek sensorik. Selain itu, ketika mengembangkan produk pangan berbasis kelor, penting untuk mempertimbangkan konsumen target dari produk yang sedang dikembangkan agar dapat ditentukan bagaimana produk tersebut akan dikembangkan pada skala yang lebih besar. Dengan mengeksplorasi potensi kelor dalam pengembangan produk pangan sehat, diharapkan ini akan memberikan dampak positif terhadap pertumbuhan gizi buruk dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran dan minat dalam menggunakan kelor untuk meningkatkan pengetahuan pengguna setelah membuat stik dan puding kelor serta memahami cara membuatnya.

Melihat minimnya pemanfaatan daun kelor di Di Kelurahan Madyopuro, Kecamatan Kedungkandang Kota Malang, kami sebagai mahasiswa PPG yang sedang merancang proyek kepemimpinan berinisiatif untuk mengembangkan solusi yang berkelanjutan. Kami berkolaborasi dengan ibu-ibu pengurus Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (TP-PKK) Kelurahan Madyopuro, Kecamatan Kedungkandang Kota Malang untuk menciptakan terobosan baru dalam memanfaatkan daun kelor berupa pembuatan produk olahan daun kelor menjadi stik dan puding kelor. Melalui penyuluhan yang dilakukan oleh kami mahasiswa

berkolaborasi dengan para masyarakat setempat, diharapkan masyarakat di Kelurahan Madyopuro, Kecamatan Kedungkandang Kota Malang mulai menerapkan pola hidup yang sehat dan mengadopsi produk olahan dari daun kelor dalam kehidupan sehari-hari mereka. Harapan kami juga dari proyek ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam kesehatan dan kesejahteraan penduduk desa. Kolaborasi antara mahasiswa dan masyarakat setempat bukan hanya menghasilkan produk olahan daun kelor, tetapi juga membangun kerjasama yang erat dalam menjaga kesehatan dan meningkatkan gizi secara bersama-sama dalam sistem keberlanjutan.

Berdasarkan latar belakang dan temuan observasi lapangan, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat, khususnya ibu-ibu TP-PKK di Kelurahan Madyopuro, dalam memanfaatkan ekstrak daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai bahan dasar kudapan sehat. Kontribusi utama dari kegiatan ini adalah menyediakan model edukasi gizi berbasis pangan lokal yang bersifat partisipatif, yang tidak hanya mendukung upaya pencegahan stunting, tetapi juga memperkuat ketahanan pangan keluarga. Secara lebih luas, kegiatan ini diharapkan dapat mendukung pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs), terutama pada poin 2 (*Zero Hunger*) dan 3 (*Good Health and Well-being*).

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 17 April 2025 oleh mahasiswa PPG Universitas Wisnuwardhana di Kantor Kelurahan Madyopuro, Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang. Kegiatan ini melibatkan 25 peserta yang merupakan anggota Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (TP-PKK).

Pendekatan yang digunakan adalah edukatif-partisipatif dengan metode deskriptif kualitatif. Proses kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan yang dijabarkan dalam diagram alur berikut :



Gambar 1. Diagram alur kegiatan sosialisasi

1. Kelompok sasaran untuk projek kepemimpinan ini adalah Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (TP-PKK) Madyopuro Kecamatan Kedungkandang Kota Malang.
2. Permasalahan yang menjadi landasannya maengenai permasalahan gizi dan stunting yang cukup tinggi di Indonesia.
3. Pemilihan tanaman lokal (daun kelor) sebagai solusi potensial untuk mencegah peningkatan permasalahan gizi dan stunting.
4. Penyusunan materi sosialisasi dan resep kudapan sehat (stik dan puding kelor)
5. Pelaksanaan sosialisasi berupa pemaparan materi dengan metode ceramah, tanya jawab, dan praktik. Metode ini digunakan untuk menyampaikan materi terkait kandungan gizi daun kelor dan manfaat daun kelor, serta bagaimana mengolah dan memasarkan hasil olahan daun kelor.
6. Pelaksanaan demonstrasi dan praktik pengolahan produk dilakukan dengan peserta mendemonstrasikan bagaimana cara mengolah makanan dari daun kelor berupa stik dan pudding.
7. Setelah kegiatan selesai, akan dilakukan evaluasi melalui kuisioner dan wawancara singkat menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test* sederhana (skala 1-5) untuk mengetahui pemahaman peserta setelah dilakukan sosialisasi dan demonstrasi serta menerima masukan mengenai aktivitas yang telah dilakukan, sehingga dapat memperbaiki untuk kegiatan dalam Gelar Karya.

Indikator keberhasilan dari kegiatan ini antara lain :

- a. $\geq 75\%$ peserta menunjukkan peningkatan skor pemahaman ≥ 2 poin.
- b. $\geq 60\%$ peserta berhasil mempraktikkan pembuatan stik dan puding secara mandiri.
- c. Adanya rencana tindak lanjut dari TP-PKK untuk menyosialisasikan ke komunitas.

HASIL DAN DISKUSI

Projek kepemimpinan yang dilakukan di Kelurahan Madyopuro dapat mengedukasi Masyarakat khusunya Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (TP-PKK) mengenai tentang olahan dari daun kelor. Pengertian, manfaat, kandungan gizi, cara mengolah, dampak ekonomi dan kekurangan dari kandungan kelor telah disampaikan melalui materi. Ibu-ibu TP-PKK menyambut dengan antusias dan baik terkait kegiatan sosialisasi olahan daun kelor sebagai upaya memberbaiki gizi.

Daun kelor dikenal sebagai tanaman dengan kandungan gizi tinggi. Daun berwarna hijau ini kaya akan protein, vitamin, dan mineral esensial. Berdasarkan laporan FAO (2014), Vitamin A, vitamin C, kalsium, zat besi, dan antioksidan tinggi semuanya terdapat dalam daun kelor, menjadikannya obat yang sangat baik untuk masalah gizi, terutama di daerah-daerah di mana kekurangan gizi sering terjadi (Aminah et al., 2015).

Kegiatan sosialisasi sosialisasi dilakukan melalui metode diskusi partisipatif dan edukatif. Materi disampaikan dalam bentuk penyuluhan interaktif mengenai manfaat gizi daun kelor dan bahaya kekurangan gizi yang dapat menyebabkan stunting. Peserta sosialisasi dapat bertanya secara langsung mengenai dampak dan manfaat dari olahan daun kelor

tersebut. Melalui partisipasi aktif, ibu-ibu TP-PKK dapat berperan dalam mengidentifikasi masalah, menentukan solusi dan meningkatkan kemampuan untuk dapat mengatasi tantangan.



Gambar 2. Sesi pemaparan materi

Setelah sesi pemaparan materi, peserta dilibatkan secara aktif dalam praktik pembuatan produk olahan berupa stik dan puding daun kelor. Demonstrasinya dilakukan supaya peserta dapat mengetahui dan mengimplementasikan secara langsung terkait olahan produk yaitu stik dan pudding daun kelor. Metode ini terbukti efektif, karena memberikan pengalaman langsung kepada peserta dalam mengolah bahan lokal menjadi produk pangan bergizi yang dapat diterapkan di rumah masing-masing.



Gambar 3. Sesi demonstrasi produk

Olahan stik dan puding berbahan dasar daun kelor menjadi pilihan pangan alternatif yang disukai balita karena teksturnya yang lembut dan rasanya yang bervariasi. Penambahan ekstrak kelor pada produk ini diharapkan mampu memenuhi kebutuhan nutrisi anak setiap hari (Sriyanah et al., 2022). Mengingat tingginya angka stunting di Indonesia (24,4%), yang masih melebihi ambang batas aman WHO (<20%), pemerintah telah menetapkan program penanggulangan stunting dalam RPJMN, dan

mendorong seluruh tingkatan pemerintah untuk aktif berperan (Abidin, 2012).

Setelah sesi demonstrasi hasilnya menunjukkan bahwa peserta aktif bertanya mengenai bahan dan tata cara olahan makanan, apakah bahan tersebut ramah untuk balita dan anak-anak, dan proses pembuatan olahan makanan. Peserta juga meminta materi serta dokumentasi resep olahan daun kelor untuk disosialisaikan kepada Masyarakat dan komunitasnya. Beberapa peserta bahkan mengusulkan agar kegiatan semacam ini dijadikan program rutin, baik melalui PKK maupun kerja sama dengan lembaga pendidikan.



Gambar 4. Olahan stik dan puding kelor

Hasil ini memperlihatkan bahwa kegiatan sosialisasi yang dilakukan mahasiswa PPG berhasil meningkatkan kesadaran gizi dan memberikan solusi alternatif dalam mengolah olahan makanan dari daun kelor. Pemanfaatan ini juga mengubah stigma daun kelor yang berkembang dimasyarakat untuk kegiatan mistis. Pemanfaatan tanaman lokal seperti kelor penting untuk mendukung ketahanan pangan dan peningkatan gizi. Tanaman ini mudah disiapkan dan dapat dijadikan berbagai makanan bergizi, termasuk sebagai sayur, teh, dan bahkan tepung. Penelitian juga menunjukkan bahwa ekstrak kelor dapat meningkatkan kadar hemoglobin, sehingga membantu mencegah anemia dan meningkatkan kesehatan ibu dan anak (Nurdin et al., 2018). Berikut adalah tingkat pemahaman peserta yang disajikan dalam bentuk tabel sebelum mengikuti dan setelah mengikuti kegiatan sosialisasi.

Tabel 1. Peningkatan Pemahaman Peserta (*Pre-test* dan *Post-test*)

Indikator Pemahaman	Skor rata-rata Pre-test	Skor rata-rata Post-test	Peningkatan (%)
Manfaat gizi daun kelor	2.0	4.4	80%
Pengolahan daun kelor menjadi kudapan sehat	1.8	4.2	75%
Bahaya kekurangan gizi	2.5	2.3	72%
Rata-rata	2.1	4.3	88%

Kegiatan sosialisasi berhasil meningkatkan pemahaman peserta terkait pemanfaatan daun kelor sebagai kudapan sehat. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan pemahaman rata-rata dari skor 2,1

menjadi 4,3 (skala 1–5). Sekitar 88% peserta menyatakan baru mengetahui bahwa daun kelor memiliki manfaat yang banyak dan bisa diolah menjadi kudapan sehat sebagai pencegahan kekurangan gizi pada anak (stik dan puding) dengan rasa yang disukai anak-anak.

Dalam sesi demonstrasi, 19 dari 25 peserta (76%) mampu mengikuti dan mempraktikkan proses pembuatan dengan benar. Beberapa peserta memberikan umpan balik positif, menyatakan niat untuk menerapkan resep di rumah dan menyosialisasikan ke Posyandu dan PKK RT/RW setempat. Selain aspek edukasi gizi, potensi ekonomi lokal mulai teridentifikasi. Empat peserta menyampaikan minat mengembangkan produk untuk dijual dalam kegiatan PKK atau pasar lokal. Hal ini membuka peluang pemberdayaan ekonomi rumah tangga melalui diversifikasi olahan pangan berbasis bahan lokal. Hal tersebut mengacu pada tingkat keterampilan praktik pembuatan kudapan sehat yang disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 2. Tingkat Keterampilan Praktik Pembuatan Kudapan Sehat

Kategori Penilaian Keterampilan	Jumlah Peserta (n=25)	Peningkatan (%)
Dapat membuat stik dan puing secara mandiri	19	76%
Membutuhkan pendampingan saat praktik	5	20%
Belum mampu mengikuti langkah dengan baik	1	4%

Dari segi keberlanjutan, peserta mengusulkan pelibatan UKM atau Kelompok Wanita Tani (KWT) serta integrasi ke kegiatan Posyandu anak. Permintaan untuk pelatihan lanjutan juga mengindikasikan bahwa program ini relevan dan memiliki potensi jangka panjang. Namun, perlu dicatat bahwa tidak semua individu cocok mengonsumsi daun kelor secara rutin, terutama penderita hipotensi. Oleh karena itu, edukasi lanjutan terkait batasan konsumsi dan kombinasi bahan tetap dibutuhkan. Hal tersebut mengacu pada rencana tindak lanjut oleh peserta yang disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3. Rencana Tindak Lanjut oleh Peserta Kegiatan Sosialisasi

Rencana Tindak Lanjut	Jumlah Peserta (n=25)	Peningkatan (%)
Akan membuat kembali di rumah	21	84%
Akan mensosialisasikan ke komunitas PKK/RT setempat	16	64%
Tertarik mengembangkan usaha berbasis kelor	4	16%
Tidak ada rencana tindak lanjut	2	8%

Pengetahuan masyarakat tentang manfaat kelor masih terbatas. Sebagian besar hanya mengolahnya sebagai sayur. Oleh karena itu, diversifikasi olahan seperti stik dan puding kelor perlu disosialisasikan. Kelor sebagai "superfood" mengandung vitamin, mineral, dan antioksidan

yang bermanfaat untuk sistem kekebalan tubuh, tulang, dan kesehatan gizi secara umum.

Pengembangan produk pangan dari daun kelor harus memperhatikan kualitas gizi, keamanan pangan, dan aspek sensori, serta disesuaikan dengan kebutuhan konsumen. Edukasi dan pelatihan terkait pengolahan kelor perlu dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya tanaman ini.

Terdapat beberapa tantangan dalam melaksanakan kegiatan projek kepemimpinan ini yaitu tidak semua orang dapat mengkonsumsi kelor. Daun kelor memang mempunyai manfaat yang berguna seperti menurunkan darah tinggi, menuurunkan gula dalam darah. Akan tetapi orang penderita darah rendah tidak dianjurkan untuk mengkonsumsi kelor karena dapat menurunkan darah dalam tubuh. Maka dari itu perlu pengetahuan dan sosialisasi secara menyeluruh kepada masyarakat agar olahan kelor ini dapat dikonsumsi sesuai pemenuhan gizi harian. Selain itu dalam mengolah olahan kelor perlu dipertimbangkan bahan-bahan lainnya agar tidak berlebihan sehingga manfaat dan kandungan kelor dapat diserap dalam tubuh dengan baik.

Kegiatan sosialisasi ini tidak hanya menjadi sarana edukatif, tetapi juga mampu membangkitkan kesadaran kolektif akan pentingnya menjaga kesehatan melalui pemanfaatan bahan pangan lokal. Pendekatan yang partisipatif serta relevansi topik dengan kebutuhan masyarakat membuat kegiatan ini mendapat sambutan yang sangat baik. Diharapkan, hasil dari kegiatan ini dapat menjadi contoh nyata dari kontribusi pendidikan dalam penguatan ketahanan gizi dan pangan di tingkat keluarga.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi dan demonstrasi pengolahan daun kelor menjadi stik dan puding sehat berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat, khususnya anggota TP-PKK Kelurahan Madyopuro. Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan tentang gizi, pengolahan pangan lokal, dan kesadaran terhadap pentingnya pencegahan stunting. Sebanyak 76% peserta mampu mempraktikkan pengolahan kudapan secara mandiri, dan 84% menyatakan akan menerapkan pengetahuan ini dalam kehidupan sehari-hari.

Masyarakat menunjukkan antusiasme tinggi terhadap informasi yang disampaikan, serta aktif dalam praktik pembuatan olahan kelor. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang partisipatif mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi sebagai upaya preventif terhadap masalah gizi seperti stunting.

Kegiatan ini juga menumbuhkan semangat warga untuk memanfaatkan sumber daya lokal, seperti daun kelor, sebagai bagian dari strategi ketahanan pangan keluarga. Dampak positif lain yang terlihat adalah munculnya inisiatif warga untuk mulai menanam kelor di pekarangan rumah mereka sebagai upaya keberlanjutan dari program ini. Pemanfaatan daun kelor sebagai bahan pangan alternatif tidak hanya memberikan dampak positif terhadap ketahanan gizi keluarga, tetapi juga

membuka peluang pemberdayaan ekonomi lokal melalui pengembangan produk olahan. Program ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif-partisipatif dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan literasi gizi dan kesehatan masyarakat berbasis potensi lokal.

REKOMENDASI

Untuk mendukung keberlanjutan program, direncanakan pelatihan lanjutan yang fokus pada diversifikasi olahan kelor dan pendampingan usaha rumahan berbasis pangan lokal. Pelatihan ini menyasar peserta yang berminat mengembangkan produk bernilai jual seperti keripik, cookies, atau minuman kelor.

Kolaborasi strategis juga akan dilakukan dengan Posyandu, UKM, dan KWT guna memperluas manfaat ke kelompok rentan seperti ibu hamil dan balita. Kegiatan ini dapat diintegrasikan dalam agenda kesehatan rutin dan pelatihan keterampilan masyarakat.

Sebagai media edukasi berkelanjutan, akan disusun buku resep dan panduan praktis olahan kelor yang dapat digunakan dalam pelatihan lanjutan maupun dibagikan ke masyarakat luas.

Potensi komersialisasi produk juga akan dipetakan melalui bimbingan teknis dalam hal pengemasan, label gizi, serta pemasaran produk olahan kelor. Kemudian yang terakhir, dapat dilakukan monitoring dan evaluasi berkala untuk menilai perubahan perilaku konsumsi, keterampilan, serta potensi ekonomi yang berkembang di masyarakat pasca program.

ACKNOWLEDGMENT

Kami ucapan terimakasih kepada Universitas Wisnuwardhana, tim Projek Kepemimpinan PPG dan ibu Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (TP-PKK) Kelurahan Madypuro atas dukungan serta pasrtisipasinya dalam kegiatan ini.

REFERENCES

- Abidin, Z. (2012). Keluarga Sehat dalam Perspektif Islam. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 6(1).
- Aminah, S., Rahmdhan, T., & Yanis, M. (2015). Kandungan Nutrisi dan Sifat Fungsional Tanaman Kelor (*Moringa oleifera*). . Buletin Pertanian Perkotaan, 5(2), 35–44.
- Berawi, N. K., Wahyudo, R., & Pratama, A. A. (2019). Potensi Terapi *Moringa oleifera* (Kelor) pada Penyakit Degeneratif. Jurnal Kedokteran Universitas Lampung, 3(1).
- Djamil, A. M. (2017). Potensi Minuman Serbuk Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Sebagai Sumber Antioksidan. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Fuglie, L. (2001). The Miracle Tree: The Multiple Attributs of *Moringa*. Dakar.
- Gopalakrishnan, L., Doriya, K., & Kumar, D. S. (2016). *Moringa oleifera*: a review on nutritive importance and its medicinal application. Food Science Human Wellness, 5(2), 49–56.
- Haidar, D. A., & Fajar, S. H. (2016). Persepsi Masyarakat Jawa Terhadap Tumbuhan Kelor Di Kecamatan Ambulu Jember. Prosiding

- Pengembangan Pendidikan Karakter Bangsa Berbasis Kearifan Lokal Dalam Era MEA, Universitas Jember.
- Isnain, W., & Nurhaedah. (2017). Ragam Manfaat Tanaman Kelor (Moringa Oleifera Lamk.) Bagi Masyarakat. *Info Teknis Eboni*, 14(1), 63–75.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI). Kementerian Kesehatan RI.
- Nurdin, M. S., Imam, A., Thahir, A., & Hadju, V. (2018). *Supplements On Pregnant Women And The Potential Of Moringa Oleifera Supplement To Prevent Adverse Pregnancy Outcome*. *International Journal of Science and Healthcare Research*, 3(1).
- Sriyanah, N., Syaiful, S., Efendi, S., Harmawati, H., Malik, M. Z., & Wijaya, I. K. (2022). Edukasi pemanfaatan daun kelor dalam pencegahan stunting di Desa Alaruae Kecamatan Tanralili Kabupaten Maros. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat*, 2(1).
- Wicaksono, L. A., Djajati, S., & Laksmi, A. N. E. (2021). Karakteristik Teh Herbal Daun Kelor (Moringa oleifera) dengan Pengkayaan Kolagen Ikan. *Jurnal Ilmu Pangan Dan Hasil Pertanian*, 4(2), 163–180.