PUNGGAWA
GLOBAL RESEARCH:
JURNAL MULTIDISIPLIN

Punggawa Global Research: Jurnal Multidisiplin
Volume 1, Nomor 6, 2026
E-ISSN: 3164-0117
Open Access: punggawajournal.com/pgr

Pemanfaatan Daun Kelor melalui Edukasi Gizi dan Pengenalan Olahan Puding untuk Mendukung Pencegahan Stunting

Oki Dermawan[1], Muhamad Dafa Anggana[2], Aisyah Zahra[3] , Alisia Salsabil Shafiyah[4] , Aliya A'thifa Tunnisa[5] , Irham[6] , Rendy Rivaldo[7]
[1-7]Program Studi Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia
Korespondensi: okidermawan@radenintan.ac.id ; angganadafa4@gmail.com ; aisyahzahra305@gmail.com ; alsalsbilsha@gmail.com ; aliyatunisa387@gamil.com ; irhamqe@gmail.com ; rendirivanldo0025@gmail.com

Informasi Artikel

Riwayat artikel:
Received Sept 20th, 2026
Revised Oct 29th, 2026
Accepted Nov 6th, 2026

Keyword:
Moringa leaves; Local food; Moringa pudding; Nutrition education; Community service; Stunting.

ABSTRAK

Stunting is a child growth problem associated with long-term nutritional inadequacy and influenced by multiple factors, including feeding practices, infections, sanitation, and access to healthcare. One supporting approach to stunting prevention is nutrition education that introduces locally available foods as part of a diverse family diet. Moringa leaves (*Moringa oleifera*) have potential as a food ingredient because they contain various nutrients and can be processed into different dishes, including pudding. This community service article aims to describe the introduction of Moringa leaves as a local food ingredient through nutrition education and the presentation of Moringa pudding preparation, while emphasizing the importance of dietary diversity for child growth. A descriptive approach was adopted using the available activity report and photographic documentation. The educational material covers stunting and its associated factors, the potential of Moringa leaves as a food ingredient, and the general stages of pudding preparation. Available documentation shows a community gathering and examples of the pudding product. However, the activity location, date, participant count, and detailed demonstration procedures require confirmation from the organizing team. No structured evaluation data are available regarding changes in participants' knowledge, dietary practices, or nutritional status. Consequently, the available evidence does not establish any reduction in stunting risk or prevalence. Further development requires more complete field documentation, nutrition education tailored to family needs, and systematic activity evaluation.

© 2026 The Authors. Published by Punggawa Legacy Center. This is an open access article under the CC BY license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang berkaitan dengan gangguan pertumbuhan linear anak akibat ketidakcukupan gizi dalam jangka panjang dan berbagai faktor yang memengaruhi kesehatan. World Health Organization (Organization, 2023) menetapkan stunting berdasarkan indikator panjang atau tinggi badan menurut umur yang berada lebih dari dua standar deviasi di bawah median standar pertumbuhan anak WHO. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan riwayat asupan gizi yang tidak memadai, infeksi berulang, serta lingkungan pengasuhan yang kurang mendukung. (Akbar & Mursal, 2023) membahas faktor-faktor yang memengaruhi kejadian stunting pada balita di Aceh Utara dan menempatkan persoalan gizi sebagai bagian penting dalam penanganannya. Dengan demikian, pencegahan stunting memerlukan perhatian sejak masa kehamilan hingga periode pertumbuhan anak, terutama melalui pemenuhan kebutuhan gizi dan dukungan kesehatan keluarga.

Faktor penyebab stunting tidak dapat dipisahkan dari kondisi lingkungan dan akses terhadap pelayanan dasar. Kerangka konseptual ("UNICEF.," 2020) menjelaskan bahwa status gizi ibu dan anak dipengaruhi oleh makanan, pengasuhan, layanan kesehatan, serta kondisi sosial dan lingkungan. Sejalan dengan itu, (Rahayuwati et al., 2022) menempatkan air bersih, sanitasi, dan nutrisi sebagai komponen yang saling berkaitan dalam pencegahan stunting. Penelitian (Yuniastuti et al., 2024) di Kota Pekalongan juga mengidentifikasi hubungan sejumlah faktor sanitasi lingkungan dengan kejadian stunting pada balita. Temuan tersebut memperlihatkan pentingnya menggabungkan edukasi gizi dengan perhatian terhadap kebersihan lingkungan, pola pengasuhan, dan pemantauan kesehatan anak. Oleh karena itu, pemberian satu jenis makanan tambahan tidak dapat dipandang sebagai solusi tunggal untuk mengatasi stunting. Pemenuhan gizi pada masa pertumbuhan membutuhkan makanan yang beragam dan sesuai dengan kebutuhan usia anak. (Organization, 2025) menjelaskan bahwa makanan pendamping ASI perlu diberikan mulai sekitar usia enam bulan, ketika kebutuhan gizi bayi tidak lagi dapat dipenuhi sepenuhnya melalui ASI. Pemberian makanan pada periode tersebut perlu memperhatikan kecukupan zat gizi, keragaman bahan pangan, tekstur, serta keamanan pengolahan. Dalam praktik keluarga, ketersediaan dan kemampuan mengolah bahan pangan turut memengaruhi pilihan makanan yang disajikan. Karena itu, edukasi mengenai pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi bagian dari penguatan pengetahuan keluarga tentang penyusunan menu yang beragam. Pengenalan bahan pangan perlu disertai penjelasan mengenai fungsinya dalam pola makan seimbang agar masyarakat tidak menganggap satu jenis bahan sebagai pengganti kebutuhan zat gizi lainnya.

Salah satu bahan pangan lokal yang berpotensi dimanfaatkan adalah daun kelor (*Moringa oleifera*). Daun tanaman ini dapat diolah menjadi berbagai jenis makanan dan diketahui mengandung sejumlah zat gizi serta senyawa bioaktif. (Su, X., Lu, G., Ye, 2023) menjelaskan bahwa daun kelor memiliki komponen nutrisi dan fitokimia yang mendukung pengembangannya sebagai bahan pangan. Namun, kandungan gizi yang terdapat dalam daun segar tidak selalu sama dengan kandungan pada tepung, ekstrak, atau produk yang telah melalui proses pemasakan. Perlakuan panas, penambahan bahan lain, serta ukuran sajian dapat memengaruhi karakteristik produk akhir. Oleh sebab itu, pemanfaatan daun kelor dalam edukasi gizi perlu dijelaskan berdasarkan bentuk bahan dan proses pengolahan yang digunakan. Pengembangan pangan lokal tidak hanya mempertimbangkan potensi kandungan gizi, tetapi juga kemudahan pengolahan dan penerimaan terhadap produk. Daun kelor memiliki rasa, warna, dan aroma khas yang dapat memengaruhi kesukaan konsumen apabila diolah menjadi makanan tertentu. Salah satu alternatif penyajiannya adalah puding daun kelor. Puding memiliki tekstur relatif lembut dan dapat dibuat dengan mengombinasikan beberapa bahan sehingga menjadi contoh diversifikasi pangan keluarga. Meski demikian, kesesuaian produk bagi anak tetap perlu memperhatikan komposisi, kadar gula, porsi, tekstur, dan kebutuhan gizi sesuai usia. Puding daun kelor dapat diperkenalkan sebagai variasi makanan, tetapi tidak menggantikan makanan utama yang memenuhi prinsip gizi seimbang.

Penelitian (Afriza et al., 2023) secara khusus mengkaji penambahan tepung daun kelor pada puding melalui pengujian organoleptik dan kandungan gizi. Penelitian tersebut membandingkan beberapa variasi penambahan tepung kelor dan mengukur kandungan kalsium, zat besi, serta seng dalam produk. Hasilnya memperlihatkan bahwa perubahan formulasi dapat memengaruhi karakteristik sensoris dan kandungan mineral puding. Penelitian ini relevan sebagai landasan pengembangan olahan kelor, khususnya dalam mempertimbangkan keseimbangan antara kandungan zat gizi dan penerimaan terhadap produk. Akan tetapi, pengukuran kandungan mineral serta kesukaan panelis tidak sama dengan pengukuran dampak konsumsi puding terhadap pertumbuhan anak. Hubungan langsung antara konsumsi produk dan perubahan status gizi memerlukan penelitian tersendiri.

(Ni Luh Putu Dian Windari et al., 2021) juga mengembangkan formulasi puding dengan penambahan ekstrak daun kelor dan gula aren sebagai pemanis alami. Penelitian tersebut menilai karakteristik produk, termasuk kadar air, pH, tekstur, aktivitas antioksidan, serta penerimaan sensoris. Berbeda dari (Afriza et al., 2023) yang menggunakan tepung daun kelor, (Ni Luh Putu Dian Windari et al., 2021) meneliti penggunaan ekstrak daun. Perbedaan bentuk bahan tersebut penting karena dapat memengaruhi komposisi, tekstur, dan karakteristik produk yang dihasilkan. Kedua penelitian memberikan dasar ilmiah mengenai kemungkinan pengolahan kelor menjadi puding, tetapi hasilnya tidak dapat langsung digunakan untuk menyimpulkan bahwa semua resep puding kelor memiliki kandungan gizi atau tingkat penerimaan yang sama. Dalam konteks pencegahan stunting, pengenalan pangan lokal perlu disertai edukasi mengenai pemenuhan kebutuhan gizi keluarga secara menyeluruh. (Pranata et al., 2022) membahas upaya pencegahan stunting melalui peningkatan pemahaman

pengasuhan ibu dan deteksi dini faktor risiko kehamilan. Penelitian pengabdian tersebut memperlihatkan bahwa edukasi keluarga perlu ditempatkan dalam hubungan dengan kesehatan ibu dan anak, bukan hanya pada penyediaan makanan tertentu. Pengenalan olahan daun kelor dapat menjadi salah satu materi praktis dalam kegiatan edukasi, sedangkan penjelasan mengenai ASI, makanan pendamping ASI, pengasuhan, dan pemantauan pertumbuhan tetap diperlukan sesuai karakteristik kelompok sasaran.

Pendekatan edukasi berbasis masyarakat telah digunakan dalam berbagai program pengabdian yang berkaitan dengan pencegahan stunting. (Krisnaningsih et al., 2023), misalnya, melaksanakan sosialisasi untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai stunting dalam kaitannya dengan tujuan pembangunan berkelanjutan. Kegiatan tersebut menunjukkan peran penyampaian informasi sebagai bagian dari upaya penguatan pengetahuan masyarakat. Sementara itu, (Rosidin et al., 2024) melaksanakan pendidikan kesehatan mengenai kebersihan sanitasi lingkungan dalam pencegahan stunting. Kedua kegiatan tersebut memiliki fokus materi yang berbeda, tetapi sama-sama menempatkan edukasi sebagai sarana memperkenalkan faktor yang berhubungan dengan kesehatan dan pertumbuhan anak. Berdasarkan penelitian terdahulu, edukasi gizi dapat disusun dengan menggabungkan penyampaian materi dan pengenalan kegiatan praktis yang dekat dengan kehidupan keluarga. Materi tentang bahan pangan, misalnya, dapat dilengkapi demonstrasi pengolahan sehingga peserta memperoleh gambaran mengenai cara menyiapkan makanan. Walaupun demikian, manfaat suatu metode perlu dinilai berdasarkan indikator yang digunakan. Sosialisasi dapat dinilai melalui keterlaksanaan kegiatan dan evaluasi pemahaman, sedangkan keterampilan pengolahan membutuhkan penilaian praktik. Perubahan kebiasaan konsumsi memerlukan pemantauan lebih lanjut, sementara dampak terhadap status gizi anak membutuhkan data antropometri dan periode pengamatan yang memadai. Pembedaan tersebut penting agar hasil pengabdian tidak disimpulkan melebihi data yang tersedia. Pengenalan puding daun kelor sebagai materi pengabdian memiliki relevansi dengan kebutuhan diversifikasi pangan keluarga. Pengolahan daun kelor menjadi bentuk makanan yang berbeda dapat digunakan untuk memperlihatkan kemungkinan pemanfaatan bahan lokal. Penelitian (Afriza et al., 2023) dan (Ni Luh Putu Dian Windari et al., 2021) memberikan pembanding mengenai pengaruh formulasi terhadap karakteristik puding, sedangkan (Krisnaningsih et al., 2023) dan (Rosidin et al., 2024) menunjukkan penerapan edukasi kesehatan dalam kegiatan berbasis masyarakat. Perpaduan kedua kelompok literatur tersebut memberikan dasar bagi penyusunan kegiatan yang menghubungkan pengetahuan gizi dengan contoh pengolahan pangan. Namun, kesesuaian metode dan hasilnya tetap perlu dinilai berdasarkan kegiatan yang benar-benar dilaksanakan.

Berdasarkan laporan Kelompok 3 Program Studi Manajemen Pendidikan Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, kegiatan pengabdian mengangkat pemanfaatan daun kelor sebagai pangan lokal melalui pengenalan olahan puding. Materi yang disusun berkaitan dengan stunting, pentingnya pemenuhan gizi seimbang, dan tahapan umum pembuatan puding daun kelor. Dokumentasi laporan memperlihatkan kegiatan bersama masyarakat serta contoh produk puding. Meski demikian, beberapa informasi pelaksanaan, termasuk lokasi, waktu, jumlah peserta, dan rincian tahapan kegiatan, masih memerlukan konfirmasi dari tim pelaksana. Artikel ini karena itu berfokus pada kegiatan yang didukung dokumentasi dan tidak menyatakan adanya peningkatan pengetahuan, perubahan pola makan, atau penurunan kejadian stunting tanpa data evaluasi. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memperkenalkan pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai bahan pangan lokal melalui edukasi gizi dan pengenalan olahan puding untuk mendukung pemahaman masyarakat mengenai pencegahan stunting. Artikel disusun untuk mendeskripsikan landasan pemanfaatan daun kelor, bentuk kegiatan yang terdokumentasi, dan relevansinya dengan pengembangan variasi pangan keluarga. Pembahasan menghubungkan laporan pelaksanaan dengan penelitian mengenai formulasi puding kelor, edukasi kesehatan, serta faktor yang memengaruhi pertumbuhan anak. Melalui pendekatan tersebut, pengabdian ditempatkan sebagai kegiatan pengenalan pangan lokal yang dapat dikembangkan melalui praktik pengolahan, evaluasi pemahaman peserta, dan pendampingan sesuai kebutuhan masyarakat.

METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif melalui pengenalan gizi seimbang dan pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai bahan pangan lokal. Materi pengabdian berfokus pada pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi keluarga, faktor-faktor yang berkaitan dengan stunting, serta pengenalan pengolahan daun kelor menjadi puding. Pelaporan kegiatan menggunakan pendekatan deskriptif berdasarkan laporan kelompok dan dokumentasi yang tersedia.

1. Lokasi, Waktu, dan Sasaran Kegiatan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di RT 06, Lingkungan I, Kecamatan Langkapura, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung. Lokasi ini merupakan lingkungan masyarakat yang juga menjadi tempat pelaksanaan pengabdian Kelompok 1. Pemilihan lingkungan masyarakat sebagai tempat kegiatan memungkinkan materi mengenai pemanfaatan pangan lokal dihubungkan dengan kebutuhan pengolahan makanan pada tingkat rumah tangga.

Sasaran kegiatan adalah masyarakat setempat yang mengikuti pengenalan pemanfaatan daun kelor sebagai pangan lokal. Tim pelaksana berasal dari Kelompok 3 Program Studi Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Informasi mengenai tanggal pelaksanaan khusus Kelompok 3 dan jumlah peserta yang mengikuti kegiatan daun kelor belum dipastikan secara terpisah, sehingga tidak dicantumkan sebagai hasil pengamatan dalam artikel ini.

2. Materi dan Bahan Kegiatan

Materi yang disusun meliputi pengenalan stunting dan faktor-faktor yang berkaitan dengannya, pentingnya makanan bergizi seimbang, potensi daun kelor sebagai bahan pangan, serta tahapan pengolahan puding daun kelor. Pembahasan mengenai pencegahan stunting tidak hanya diarahkan pada asupan makanan, tetapi juga memperhatikan kebersihan lingkungan, pola pengasuhan, pemantauan pertumbuhan, dan akses terhadap pelayanan kesehatan.

Dalam laporan kegiatan, bahan pengolahan yang dijelaskan meliputi daun kelor, air, bahan pembentuk puding seperti agar-agar, bahan cair berupa susu atau santan sesuai resep, dan pemanis. Peralatan yang diperlukan mencakup wadah pencucian bahan, alat penghalus, peralatan memasak, alat pengaduk, dan cetakan puding. Karena takaran dan komposisi resep yang digunakan belum tercatat secara lengkap, artikel ini tidak menyajikan formulasi kuantitatif maupun perkiraan kandungan gizi produk.

3. Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian diarahkan melalui tiga bagian yang saling berkaitan, yaitu edukasi gizi, pengenalan daun kelor sebagai bahan pangan, dan penjelasan mengenai pengolahannya menjadi puding.

Bagian pertama membahas stunting sebagai persoalan pertumbuhan anak yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Materi menekankan pentingnya makanan bergizi seimbang, praktik pemberian makan sesuai usia, kebersihan lingkungan, dan pemantauan kesehatan anak.

Bagian kedua memperkenalkan daun kelor sebagai salah satu bahan pangan lokal yang dapat digunakan dalam variasi menu keluarga. Penjelasan diarahkan pada pemilihan bahan yang layak konsumsi, pencucian menggunakan air bersih, serta kebersihan alat dan tempat pengolahan.

Bagian ketiga mencakup pengenalan tahapan pembuatan puding daun kelor. Berdasarkan uraian proses dalam laporan, daun kelor disiapkan dan dihaluskan menggunakan air, kemudian disaring apabila diperlukan. Cairan hasil pengolahan dicampurkan dengan bahan pembentuk puding dan bahan tambahan lainnya. Campuran selanjutnya dimasak, dituangkan ke dalam wadah, dan didinginkan hingga membentuk puding.

Tahapan tersebut menggambarkan proses yang tercantum dalam laporan Kelompok 3. Bentuk keterlibatan peserta dan rincian proses yang benar-benar diperagakan masih perlu dicocokkan dengan dokumentasi kegiatan sebelum dinyatakan sebagai hasil pelaksanaan.

4. Dokumentasi dan Analisis Kegiatan

Data dalam artikel ini bersumber dari laporan pengabdian dan dokumentasi kegiatan Kelompok 3. Informasi yang digunakan mencakup tujuan kegiatan, materi edukasi, uraian pengolahan daun kelor, serta dokumentasi yang menunjukkan kegiatan bersama masyarakat dan contoh produk puding.

Data dianalisis secara deskriptif dengan mengelompokkan informasi berdasarkan materi edukasi, pemanfaatan pangan lokal, pengenalan proses pengolahan, dan hasil yang terdokumentasi.

Referensi ilmiah digunakan untuk membahas hubungan antara gizi dan stunting serta memberikan pembanding mengenai karakteristik puding daun kelor. Hasil penelitian terdahulu tidak diperlakukan sebagai hasil pengukuran produk atau peserta kegiatan.

5. Evaluasi Kegiatan

Laporan belum memuat hasil evaluasi terstruktur mengenai perubahan pengetahuan peserta, keterampilan mengolah puding, ataupun penerimaan sensoris terhadap produk. Selain itu, tidak terdapat data yang dapat digunakan untuk menilai perubahan kebiasaan konsumsi keluarga maupun status gizi anak setelah kegiatan.

Capaian pengabdian karena itu dibahas berdasarkan informasi dan dokumentasi yang tersedia. Untuk kegiatan lanjutan, evaluasi dapat dikembangkan melalui penilaian pemahaman peserta, pengamatan praktik pengolahan, dan pengumpulan tanggapan terhadap produk. Penilaian pengaruh kegiatan terhadap pertumbuhan anak memerlukan rancangan evaluasi tersendiri dengan pendampingan tenaga kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Edukasi Gizi melalui Pengenalan Pangan Lokal

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Kelompok 3 Program Studi Manajemen Pendidikan Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, bertempat di RT 06, Lingkungan I, Kecamatan Langkapura, Kota Bandar Lampung. Tema yang diangkat adalah pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai pangan lokal melalui pengenalan olahan puding untuk mendukung edukasi pencegahan stunting. Pemilihan tema tersebut berkaitan dengan pentingnya memperkenalkan pilihan bahan makanan yang dapat digunakan dalam kehidupan rumah tangga sekaligus memberikan pemahaman mengenai pemenuhan gizi keluarga.

Materi pengabdian mencakup pengenalan stunting, faktor-faktor yang memengaruhi pertumbuhan anak, pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, dan kemungkinan pemanfaatan daun kelor sebagai bahan olahan. Pembahasan mengenai daun kelor diarahkan pada penggunaannya dalam variasi menu keluarga, khususnya melalui pembuatan puding. Dokumentasi yang tersedia memperlihatkan kegiatan bersama masyarakat dan contoh produk olahan yang berkaitan dengan tema tersebut.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Dengan Tema Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Pangan Lokal.

Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Di RT 06, Lingkungan I, Kecamatan Langkapura, Kota Bandar Lampung.

Pengenalan bahan pangan lokal merupakan salah satu cara menghubungkan edukasi gizi dengan kebiasaan masyarakat dalam menyiapkan makanan. Informasi mengenai kebutuhan zat gizi dapat disampaikan melalui contoh bahan yang dikenal dan memungkinkan untuk diolah menggunakan

peralatan rumah tangga. Dalam kegiatan ini, daun kelor dipilih sebagai bahan yang dapat dikembangkan menjadi makanan dengan bentuk penyajian berbeda dari olahan sayur pada umumnya.

Penggunaan pendekatan edukasi dalam program pencegahan stunting juga ditemukan pada sejumlah kegiatan pengabdian terdahulu. (Krisnaningsih et al., 2023) membahas sosialisasi peningkatan pemahaman masyarakat mengenai stunting dan kaitannya dengan pembangunan berkelanjutan. (Pranata et al., 2022) mengangkat pendidikan pengasuhan ibu serta deteksi dini faktor risiko kehamilan, sedangkan (Rosidin et al., 2024) menitikberatkan pendidikan kesehatan pada kebersihan sanitasi lingkungan. Ketiga kegiatan tersebut memperlihatkan bahwa persoalan stunting dapat diperkenalkan melalui materi yang berbeda sesuai kebutuhan masyarakat.

Pengabdian Kelompok 3 mengambil fokus yang lebih khusus melalui pengenalan olahan pangan lokal. Materi ini dapat melengkapi edukasi kesehatan keluarga karena memperlihatkan contoh pemanfaatan bahan makanan dalam penyusunan menu yang beragam. Pengenalan puding daun kelor tidak dimaksudkan untuk menggantikan makanan utama maupun intervensi kesehatan lainnya. Kedudukannya adalah sebagai salah satu contoh pengolahan pangan yang dapat dipelajari masyarakat dalam konteks pemenuhan gizi keluarga.

2. Pemanfaatan Daun Kelor dalam Diversifikasi Pangan

Daun kelor merupakan bahan pangan nabati yang dapat dimanfaatkan dalam berbagai bentuk masakan. Selain digunakan sebagai sayuran, daun kelor dapat diolah menjadi bahan campuran makanan dengan karakteristik yang berbeda. (Su, X., Lu, G., Ye, 2023) menjelaskan bahwa tanaman kelor mengandung berbagai komponen nutrisi dan senyawa bioaktif yang menjadi dasar pengembangannya dalam bidang pangan. Potensi tersebut membuka peluang pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu bahan dalam diversifikasi menu keluarga. Pemanfaatan kelor sebagai pangan perlu mempertimbangkan bentuk bahan yang digunakan. Daun segar memiliki karakteristik berbeda dari tepung maupun ekstrak daun kelor. Kandungan air, jumlah bahan, serta proses pengolahan dapat memengaruhi komposisi makanan yang dihasilkan. Perlakuan panas juga dapat menyebabkan perubahan pada beberapa komponen zat gizi. Karena itu, informasi mengenai kandungan nutrisi daun kelor sebaiknya dihubungkan dengan bentuk bahan dan proses pengolahan yang digunakan dalam produk tertentu.

Dalam pengolahan puding, daun kelor dapat diperkenalkan sebagai bahan tambahan yang memengaruhi warna, aroma, dan karakteristik makanan. Penggunaannya memberikan alternatif penyajian bagi keluarga yang ingin mencoba bentuk olahan selain sayuran. Akan tetapi, kandungan gizi puding tidak hanya ditentukan oleh keberadaan daun kelor. Jenis bahan pembentuk puding, bahan cair, pemanis, serta banyaknya daun yang digunakan turut menentukan komposisi produk akhir. Pertimbangan tersebut penting ketika puding daun kelor dikaitkan dengan pemenuhan kebutuhan gizi anak. Makanan selingan dapat menjadi bagian dari pola makan yang beragam, tetapi komposisi dan porsinya tetap harus sesuai dengan usia serta kebutuhan individu. Puding yang menggunakan daun kelor tidak secara otomatis memiliki kandungan protein, vitamin, atau mineral dalam jumlah yang cukup untuk menggantikan makanan bergizi lainnya. Edukasi mengenai pemanfaatannya perlu tetap menekankan keseimbangan menu secara keseluruhan.

Pengenalan puding kelor dalam kegiatan pengabdian memberi contoh sederhana tentang pengembangan bahan pangan lokal. Masyarakat dapat mengetahui bahwa satu jenis bahan memiliki kemungkinan penggunaan yang lebih luas, bergantung pada cara pengolahannya. Gagasan diversifikasi ini relevan dalam pendidikan gizi karena variasi makanan dapat membantu keluarga mengenal sumber pangan yang berbeda, sekaligus mempertimbangkan kesesuaian bahan dengan kebiasaan konsumsi dan kebutuhan anggota keluarga.

3. Pengenalan Pengolahan Daun Kelor Menjadi Puding

Uraian pengolahan dalam laporan Kelompok 3 mencakup persiapan daun kelor, penghalusan bahan, pencampuran dengan bahan pembentuk puding, pemasakan, dan pendinginan. Tahapan tersebut merupakan bagian dari materi pengenalan produk yang disusun dalam kegiatan pengabdian. Pada tahap persiapan, daun kelor dipilih dalam kondisi layak konsumsi dan dibersihkan menggunakan air. Kebersihan bahan serta peralatan diperlukan untuk menjaga mutu makanan selama pengolahan. Perhatian terhadap kebersihan menjadi penting karena pengembangan pangan lokal tidak hanya berkaitan dengan kandungan zat gizi, tetapi juga dengan cara makanan dipersiapkan dan disajikan.

Laporan menjelaskan pengolahan daun kelor melalui penghalusan menggunakan air dan penyaringan apabila diperlukan. Cairan hasil pengolahan kemudian dicampurkan dengan bahan pembentuk puding serta bahan tambahan sesuai resep. Campuran dipanaskan hingga memenuhi kebutuhan proses pembuatan puding, selanjutnya dituangkan ke dalam wadah dan didinginkan sampai terbentuk produk akhir.

Tahapan tersebut memberikan gambaran mengenai prinsip dasar pengolahan daun kelor menjadi puding. Meski demikian, laporan belum mencantumkan ukuran bahan, komposisi resep akhir, dan rincian teknis pemasakan secara lengkap. Informasi ini diperlukan apabila hasil pengolahan hendak dibandingkan dengan penelitian formulasi pangan atau digunakan kembali sebagai panduan praktik masyarakat.



Gambar 2. Dokumentasi Tahapan Penyiapan Atau Pengolahan Puding Daun Kelor, Apabila Tersedia Dalam Arsip Kegiatan.

Pengenalan tahapan pengolahan dapat membantu menghubungkan materi gizi dengan kegiatan penyiapan makanan di rumah. Melalui uraian proses, masyarakat diperkenalkan pada hubungan antara bahan utama, bahan tambahan, kebersihan, dan pembentukan produk. Pembelajaran semacam ini dapat dikembangkan menjadi praktik langsung pada kegiatan berikutnya, terutama jika tujuan program mencakup penguasaan keterampilan mengolah makanan. Dalam kegiatan yang berfokus pada pengenalan, keterlaksanaan penyampaian materi dan kemampuan peserta membuat produk merupakan dua capaian yang berbeda. Kemampuan praktik baru dapat dinilai apabila peserta memperoleh kesempatan melakukan tahapan pengolahan dan terdapat catatan pengamatan yang mendukungnya. Perbedaan tersebut perlu diperhatikan agar pelaporan hasil pengabdian sesuai dengan bentuk kegiatan yang dilaksanakan.

4. Karakteristik Puding Daun Kelor Berdasarkan Penelitian Terdahulu

Pengembangan puding berbahan daun kelor telah menjadi perhatian dalam penelitian pangan, khususnya yang berkaitan dengan formulasi, kandungan gizi, dan penerimaan sensoris. Dua penelitian yang relevan dengan kegiatan ini adalah (Afriza et al., 2023) dan (Ni Luh Putu Dian Windari et al., 2021). Keduanya menggunakan daun kelor dalam pembuatan puding, tetapi menerapkan bentuk bahan dan rancangan pengujian yang berbeda.

(Afriza et al., 2023) meneliti penambahan tepung daun kelor pada puding melalui pengujian organoleptik dan analisis kandungan gizi. Penelitian tersebut mengukur kandungan kalsium, zat besi, dan seng serta mengamati karakteristik sensoris produk berdasarkan variasi formulasi. Pengujian ini memberikan informasi mengenai hubungan antara jumlah tepung kelor yang digunakan dan karakteristik puding yang dihasilkan. Dalam pengembangan produk pangan, kandungan zat gizi perlu dipertimbangkan bersama dengan penerimaan konsumen. Perubahan komposisi dapat memengaruhi warna, rasa, aroma, dan tekstur makanan. Produk dengan kandungan zat gizi tertentu belum tentu diterima dengan baik apabila karakteristik sensorisnya kurang sesuai dengan kebiasaan makan sasaran. Penilaian organoleptik karena itu menjadi bagian penting dalam pengembangan makanan, termasuk olahan berbahan daun kelor.

Pendekatan berbeda digunakan oleh (Ni Luh Putu Dian Windari et al., 2021), yang meneliti penambahan ekstrak daun kelor dan gula aren dalam pembuatan puding. Penelitian tersebut membahas karakteristik fisik, kimia, dan sensoris produk. Penggunaan ekstrak daun kelor memperlihatkan bahwa

bahan yang sama dapat diterapkan melalui bentuk pengolahan berbeda sehingga menghasilkan karakteristik produk yang perlu dinilai berdasarkan formulasi masing-masing.

Perbandingan kedua penelitian membantu menjelaskan pentingnya kejelasan komposisi dalam pengembangan puding daun kelor. Tepung dan ekstrak daun kelor tidak dapat dianggap menghasilkan komposisi gizi maupun karakteristik produk yang identik. Jumlah bahan tambahan, kadar air, dan proses pemasakan juga berpengaruh terhadap sifat makanan. Karena itu, hasil pengujian pada satu formulasi tidak dapat langsung diterapkan pada formulasi lainnya.

Penelitian (Afriza et al., 2023) dan (Ni Luh Putu Dian Windari et al., 2021) relevan sebagai pembanding bagi kegiatan Kelompok 3 karena keduanya membahas pengolahan kelor menjadi puding secara langsung. Namun, literatur tersebut digunakan untuk menjelaskan karakteristik produk yang mungkin dipengaruhi oleh formulasi, bukan untuk menetapkan kandungan gizi puding hasil kegiatan pengabdian. Pengukuran kandungan mineral, sifat fisik, atau penerimaan sensoris terhadap produk Kelompok 3 memerlukan pengujian tersendiri. Dari sisi pengembangan kegiatan, kedua penelitian memberikan gambaran mengenai aspek yang perlu diperhatikan apabila puding daun kelor hendak diperkenalkan lebih lanjut kepada masyarakat. Kejelasan bahan dan takaran diperlukan untuk memperoleh hasil yang lebih konsisten, sedangkan penilaian terhadap rasa, aroma, warna, dan tekstur dapat membantu mengetahui kesesuaian produk dengan preferensi konsumen.

5. Hasil Olahan sebagai Media Pengenalan kepada Masyarakat

Dokumentasi laporan menunjukkan contoh produk puding yang berkaitan dengan kegiatan pengabdian. Foto hasil olahan tersebut memberikan gambaran mengenai bentuk makanan yang diperkenalkan dalam tema pemanfaatan daun kelor. Kehadiran contoh produk juga membantu menghubungkan pembahasan mengenai pangan lokal dengan hasil pengolahan yang dapat diamati.



Gambar 3. Contoh Produk Puding Daun Kelor Dalam Dokumentasi Kegiatan Pengabdian.

Contoh produk memiliki peran dalam kegiatan edukasi karena memberikan gambaran yang lebih konkret dibandingkan penjelasan mengenai bahan saja. Masyarakat dapat diperkenalkan pada bentuk makanan yang dihasilkan melalui pengolahan daun kelor serta karakteristik yang perlu diperhatikan sebelum produk dikonsumsi.

Penampilan produk merupakan salah satu aspek awal yang dapat diamati, tetapi tidak cukup untuk menentukan mutu makanan secara keseluruhan. Warna dan bentuk puding dapat terlihat melalui dokumentasi, sedangkan rasa, aroma, tekstur saat dikonsumsi, dan penerimaan konsumen memerlukan pengamatan atau penilaian khusus. Kandungan zat gizi produk juga tidak dapat ditentukan hanya dari penampilan luarnya. Pengenalan olahan puding dapat dikembangkan menjadi kegiatan pembelajaran yang lebih melibatkan masyarakat. Misalnya, peserta dapat diberi kesempatan menyiapkan bahan, mengikuti proses pencampuran, dan mengamati pembentukan produk dengan pendampingan. Kegiatan praktik akan memberikan ruang bagi pengembangan keterampilan yang berbeda dari penyampaian informasi secara lisan. Pengembangan tersebut perlu memperhatikan kemudahan memperoleh bahan, penggunaan peralatan rumah tangga, serta kesesuaian komposisi makanan dengan kebutuhan keluarga. Apabila puding hendak diperkenalkan kepada keluarga dengan anak kecil, aspek usia, tekstur, kebersihan, dan kandungan gula perlu mendapatkan perhatian. Dengan pertimbangan tersebut,

pemanfaatan pangan lokal dapat dihubungkan dengan kebiasaan menyediakan makanan yang aman dan beragam di rumah.

6. Relevansi Edukasi Pangan Lokal dalam Upaya Pencegahan Stunting

Pengenalan puding daun kelor dalam kegiatan pengabdian berkaitan dengan edukasi pemanfaatan bahan pangan, sedangkan pencegahan stunting mencakup persoalan yang lebih luas. Gangguan pertumbuhan linear anak dapat berkaitan dengan ketidakcukupan gizi dalam jangka panjang, penyakit infeksi, praktik pengasuhan, dan kondisi lingkungan. Kerangka konseptual ("UNICEF.," 2020) menempatkan makanan dan pengasuhan sebagai faktor yang memengaruhi keadaan gizi ibu dan anak, bersama dengan dukungan layanan kesehatan dan lingkungan yang memadai.

Penelitian (Rahayuwati et al., 2022) membahas pentingnya air bersih, sanitasi, dan nutrisi dalam pencegahan stunting. (Yuniastuti et al., 2024) juga meneliti hubungan faktor sanitasi lingkungan dengan kejadian stunting pada balita di Kota Pekalongan. Kedua penelitian tersebut memperlihatkan bahwa perhatian terhadap asupan gizi perlu disertai upaya menjaga kesehatan dan kebersihan lingkungan. Ketersediaan makanan bergizi tidak dapat dilepaskan dari keadaan yang memungkinkan anak tumbuh dan berkembang secara optimal. Dalam lingkup pengabdian Kelompok 3, pemanfaatan daun kelor ditempatkan sebagai salah satu materi pengenalan variasi pangan keluarga. Puding dipilih sebagai contoh makanan olahan yang memperlihatkan kemungkinan penggunaan daun kelor di luar penyajian sebagai sayuran. Pendekatan ini dapat mendukung edukasi mengenai keragaman makanan, terutama ketika disertai penjelasan tentang bahan tambahan dan kecukupan gizi dalam menu sehari-hari.

Penelitian mengenai puding daun kelor memberikan dasar untuk membahas formulasi dan karakteristik makanan, tetapi tidak dengan sendirinya membuktikan pengaruh produk terhadap pertumbuhan anak. (Afriza et al., 2023), misalnya, menilai kandungan mineral dan sifat organoleptik produk. Pengukuran tersebut berbeda dari penelitian yang menilai perubahan panjang atau tinggi badan setelah konsumsi makanan dalam periode tertentu. Pemanfaatan daun kelor karena itu perlu dipahami sesuai kedudukannya sebagai bahan pangan. Puding berbahan kelor dapat menjadi salah satu variasi menu apabila komposisinya sesuai, sementara pemenuhan kebutuhan gizi anak tetap bergantung pada keseluruhan makanan yang dikonsumsi. Pencegahan stunting juga memerlukan pengasuhan yang mendukung, pemantauan pertumbuhan, sanitasi yang baik, serta pelayanan kesehatan yang memadai.

Keterkaitan tersebut penting dalam penyampaian materi kepada masyarakat. Edukasi mengenai pangan lokal dapat memperluas pengetahuan tentang pilihan bahan dan pengolahannya tanpa menimbulkan anggapan bahwa satu jenis produk cukup untuk mencegah stunting. Dengan menempatkan puding daun kelor sebagai contoh diversifikasi pangan, kegiatan pengabdian tetap mempunyai hubungan yang jelas dengan pendidikan gizi keluarga.

7. Evaluasi Kegiatan dan Implikasi Pengembangan

Pelaksanaan pengabdian Kelompok 3 di RT 06, Lingkungan I, Kecamatan Langkapura, Kota Bandar Lampung, telah memiliki dokumentasi mengenai kegiatan bersama masyarakat dan contoh produk olahan puding. Laporan juga memuat tujuan edukasi, materi mengenai stunting dan pangan lokal, serta uraian tahapan pengolahan daun kelor. Informasi tersebut menjadi dasar pembahasan kegiatan yang dilaksanakan di lingkungan masyarakat. Meskipun lokasi telah dipastikan, catatan khusus mengenai jumlah peserta, waktu pelaksanaan, dan rincian proses pembuatan puding masih perlu dilengkapi. Informasi ini berpengaruh terhadap ketepatan pelaporan, terutama jika artikel akan menjelaskan tingkat keterlibatan peserta maupun produk yang dihasilkan selama kegiatan.

Evaluasi hasil edukasi juga belum disertai instrumen yang memungkinkan perubahan pengetahuan peserta diukur secara terstruktur. Tidak terdapat hasil penilaian keterampilan pengolahan atau penerimaan sensoris masyarakat terhadap puding dalam laporan yang tersedia. Karena itu, hasil kegiatan belum dapat dinyatakan sebagai peningkatan pengetahuan atau keterampilan yang telah terukur. Dokumentasi yang ada lebih tepat digunakan untuk menggambarkan kegiatan dan produk yang diperkenalkan. Kegiatan pengabdian berikutnya dapat dikembangkan dengan evaluasi yang lebih sesuai dengan tujuan pembelajaran. Apabila fokusnya adalah edukasi gizi, pemahaman peserta dapat dinilai melalui pertanyaan sebelum dan sesudah penyampaian materi. Jika tujuan kegiatan mencakup pengembangan keterampilan, peserta perlu diberi kesempatan melakukan proses pengolahan secara

langsung dengan pendampingan. Penilaian terhadap produk dapat dilakukan secara terpisah melalui tanggapan mengenai karakteristik sensoris.

Pencatatan bahan dan komposisi resep juga diperlukan untuk meningkatkan kejelasan pelaksanaan. Informasi mengenai jumlah daun kelor, jenis bahan tambahan, serta tahapan pemasakan akan membantu menjelaskan produk yang dibuat dan memudahkan penggunaan kembali resep dalam kegiatan serupa. Apabila program diarahkan kepada keluarga dengan balita, kerja sama dengan kader posyandu atau tenaga kesehatan dapat mendukung penyampaian informasi mengenai pemberian makan sesuai usia. Secara keseluruhan, kegiatan Kelompok 3 menempatkan pemanfaatan daun kelor sebagai bagian dari edukasi pangan lokal di lingkungan masyarakat. Literatur mengenai kelor dan pengolahan puding memberikan landasan tentang potensi bahan serta aspek formulasi yang perlu diperhatikan. Penelitian mengenai stunting memperjelas bahwa edukasi pangan merupakan salah satu unsur pendukung dalam upaya pencegahan yang melibatkan banyak faktor. Dengan dokumentasi pelaksanaan dan evaluasi yang lebih lengkap, kegiatan serupa dapat memberikan informasi yang lebih terukur mengenai pembelajaran masyarakat serta penerapan pengolahan pangan lokal dalam kehidupan rumah tangga.

Gambar



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Dengan Tema Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Pangan Lokal.

Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Di RT 06, Lingkungan I, Kecamatan Langkapura, Kota Bandar Lampung. (Huruf Kapital pada Awal Setiap Kata dan cetak tebal)



Gambar 2. Dokumentasi Tahapan Penyiapan Atau Pengolahan Puding Daun Kelor, Apabila Tersedia Dalam Arsip Kegiatan.



Gambar 3. Contoh Produk Puding Daun Kelor Dalam Dokumentasi Kegiatan Pengabdian.



Gambar 4. Kelompok Pengabdian Dan Contoh Produk Puding Daun Kelor Yang Dibagikan Kepada Warga Masyarakat Dalam Dokumentasi Kegiatan Pengabdian.

KESIMPULAN

Pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera*) menjadi puding merupakan salah satu bentuk pengenalan pangan lokal yang dapat dihubungkan dengan edukasi gizi keluarga. Kegiatan pengabdian Kelompok 3 Program Studi Manajemen Pendidikan Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, mengangkat pengolahan daun kelor sebagai contoh diversifikasi makanan sekaligus memperkenalkan pentingnya pemenuhan gizi seimbang dalam mendukung pertumbuhan anak. Materi yang disusun mencakup pengenalan stunting, potensi daun kelor sebagai bahan pangan, dan tahapan umum pembuatan puding. Dokumentasi yang tersedia memperlihatkan kegiatan bersama masyarakat serta contoh produk olahan yang berkaitan dengan tema pengabdian.Penggunaan daun kelor dalam olahan puding memberikan gambaran tentang kemungkinan pengembangan bahan pangan lokal menjadi variasi makanan keluarga. Penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa karakteristik puding kelor dipengaruhi oleh bentuk dan jumlah bahan yang digunakan, termasuk dari segi kandungan gizi dan penerimaan sensoris. Meskipun demikian, puding daun kelor perlu dipahami sebagai salah satu pilihan makanan dalam pola konsumsi yang beragam, bukan sebagai produk yang secara mandiri terbukti mencegah stunting. Pencegahan stunting tetap memerlukan pemenuhan gizi sesuai kebutuhan anak, pengasuhan yang mendukung, sanitasi yang baik, dan akses terhadap layanan kesehatan. Capaian kegiatan yang dapat dijelaskan masih terbatas pada informasi dalam laporan dan dokumentasi. Belum tersedianya data evaluasi pengetahuan, keterampilan pengolahan, maupun perubahan pola konsumsi menyebabkan dampak edukasi terhadap peserta belum dapat dinilai secara terukur. Untuk pengembangan berikutnya, pencatatan pelaksanaan perlu dilengkapi dengan informasi peserta, rincian bahan dan proses pembuatan, serta evaluasi sederhana yang sesuai dengan tujuan kegiatan. Dengan perbaikan tersebut, pengabdian serupa dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai hasil pembelajaran masyarakat dan peluang pemanfaatan pangan lokal dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

Afriza, R., Yuska, D., & Yuniarti, E. (2023). Moringa Oleifera Addition to Puding on Organoleptic Test and Nutritional Content. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, *5*(1), 170–180. https://doi.org/10.36590/jika.v5i1.399

Akbar, Y., & Mursal, M. (2023). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Di

Aceh Utara. *Jurnal Keperawatan*, *21*(1), 1–8. https://doi.org/10.35874/jkp.v21i1.1091

Krisnaningsih, E., Dwiyatno, S., Masyruroh, A., Sulistyo, A. B., & Gunawan, W. (2023). Sosialisasi Peningkatan Pemahaman Masyarakat Sebagai Upaya Penurunan Stunting Menuju Pembangunan Berkelanjutan (SDGs). *ABDIKARYA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, *5*(02), 71–82. https://doi.org/10.47080/abdikarya.v5i02.2865

Ni Luh Putu Dian Windari, Luh Suriati, & I Nyoman Rudianta. (2021). Addition of Moringa Leaf Extract and Natural Sweeteners of Palm Sugar to The Characteristics of Moringa Pudding. *SEAS (Sustainable Environment Agricultural Science)*, *5*(1), 37–49. https://doi.org/10.22225/seas.5.1.3273.37-49

Organization, W. H. (2023). WHO guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age. *WHO*. https://doi.org/https://www.who.int/publications/i/item/9789240081864

Organization, W. H. (2025). *Global nutrition targets 2030: Stunting brief*. https://doi.org/https://www.who.int/publications/i/item/B09383

Pranata, I. W., Yuniawati, R. A., Robbika, N. A., Permadi, G. H., Anwar, M. N., Putri, R. A. D. E., Wusqo, H. U., Arsyie, S. S., Novel, N., & Fransisca, S. M. (2022). Prevention of Stunting through Improving Maternal Parenting and Early Detection of Pregnancy Risk Factors. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, *1*(9), 1025–1034. https://doi.org/10.55927/jpmb.v1i9.1977

Rahayuwati, L., Ibrahim, K., Hendrawati, S., Sari, C. W. M., Yani, D. I., Pertiwi, A. S. P., & Fauziyyah, R. N. P. (2022). Pencegahan Stunting melalui Air Bersih, Sanitasi, dan Nutrisi. *Warta LPM*, *3*(22), 356–365. https://doi.org/10.23917/warta.v25i3.1031

Rosidin, U., Hendrawati, H., Amira, I., & Senjaya, S. (2024). Pendidikan Kesehatan tentang Pentingnya Kebersihan Sanitasi Lingkungan dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *7*(8), 3413–3425. https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i8.15372

Su, X., Lu, G., Ye, L. (2023). Moringa oleifera Lam.: A comprehensive review on active components, health benefits and application. *RSC Advances*, *13*, 24353–24384. https://doi.org/. https://doi.org/10.1039/D3RA03584K

UNICEF. (2020). *UNICEF Conceptual Framework on Maternal and Child Nutrition.* https://doi.org/https://www.unicef.org/documents/conceptual-framework-nutrition

Yuniastuti, A., Hidayah, I., Susanti, R., & Pratikwo, S. (2024). HUBUNGAN FAKTOR SANITASI LINGKUNGAN DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 6-59 BULAN DI KOTA PEKALONGAN TAHUN 2023. *JURNAL LITBANG KOTA PEKALONGAN*, *22*(1), 28–35. https://doi.org/10.54911/litbang.v22i1.301