

JURNAL INOVASI PEMBERDAYAAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (JIPPM)

Available online at: <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/jippm/index>

Vol.6, No.2, Tahun 2026, Halaman 82-89

e-ISSN 2776-5628

DOI: <https://doi.org/10.36990/jippm.v6i2.1993>

EDUKASI PADA IBU BALITA TENTANG COOKIES DAUN KELOR SEBAGAI SUMBER NUTRISI BALITA DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI PUSKESMAS SULAA KOTA BAUBAU

Sitti Aisyah Ansi ^{1*}, Waode Nesya Jeni Samrida², Minarti³

¹Jurusan Kesehatan, Kebidanan, Politeknik Baubau, Indonesia; ansiaisyah@gmail.com

²Jurusan Kesehatan, Kebidanan, Politeknik Baubau, Indonesia; nesyasamrida01@gmail.com

³Jurusan Kesehatan, Kebidanan, Politeknik Baubau, Indonesia; minartimili11@gmail.com

*(Korespondensi e-mail: ansiaisyah@gmail.com)

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Sulaa, Kota Baubau. Salah satu penyebabnya adalah rendahnya pengetahuan ibu balita tentang pemenuhan gizi yang optimal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pemanfaatan cookies daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai sumber nutrisi dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Sulaa pada Maret 2025 dengan sasaran 20 ibu balita, melalui metode edukasi dan konseling yang dievaluasi menggunakan kuesioner pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dari sebelumnya hanya sebagian kecil ibu memahami pencegahan stunting, menjadi sekitar 80% ibu memahami bahwa stunting dapat dicegah sejak dini melalui asupan gizi yang tepat. Ibu balita juga menunjukkan antusiasme tinggi dan ketertarikan untuk mengolah cookies daun kelor secara mandiri di rumah. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi berbasis pangan lokal efektif meningkatkan kesadaran gizi keluarga dan berpotensi dikembangkan lebih lanjut sebagai strategi pencegahan stunting berbasis masyarakat.

Kata kunci: balita, cookies, daun kelor, edukasi gizi, stunting

ABSTRACT

*Stunting is a chronic nutritional issue that remains a public health challenge in Indonesia, including within the service area of the Sulaa Community Health Center (Puskesmas) in Baubau City. One contributing factor is the limited knowledge among mothers of children under five regarding optimal nutrition. This community service activity aimed to increase mothers' knowledge about using *Moringa oleifera* (moringa) leaf cookies as a nutritional source to help prevent stunting. The activity was conducted in March 2025 at the Integrated Health Post (Posyandu) within the Sulaa Community Health Center's service area, targeting 20 mothers of children under five; the intervention utilized education and counseling methods, evaluated through pre-test and post-test questionnaires. The results demonstrated a significant increase in knowledge: while initially only a small fraction of mothers understood stunting prevention, approximately 80% came to understand that stunting can be prevented early on through proper nutrition. The mothers also showed great enthusiasm and an interest in making moringa leaf cookies independently at home. This activity demonstrates that education based on local food sources is effective in raising family nutritional*

awareness and holds potential for further development as a community-based stunting prevention strategy.

Keywords: *toddlers, cookies, moringa leaves, nutrition education, stunting*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, yang ditandai dengan tinggi badan yang kurang untuk usia anak (Tiwery et al., 2025). Berdasarkan data yang ada, Indonesia masih menghadapi masalah stunting yang cukup tinggi, terutama di daerah-daerah dengan akses terbatas terhadap pangan bergizi. Salah satu faktor penyebab stunting adalah kurangnya asupan gizi yang baik pada masa anak-anak, terutama pada balita (anak usia 0-5 tahun), yang merupakan periode kritis dalam pertumbuhan fisik dan perkembangan (Haryanto et al., 2023).

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, prevalensi stunting balita di Indonesia mengalami penurunan menjadi 19,8%, namun masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius. Di Provinsi Sulawesi Tenggara, prevalensi stunting masih relatif tinggi. Data SSGI 2024 menunjukkan bahwa Kota Baubau memiliki prevalensi stunting sebesar 29,8%, yang terdiri atas 8,4% balita dengan kategori severely stunting dan 21,4% kategori stunting. Kondisi ini menunjukkan bahwa hampir satu dari tiga balita di Kota Baubau mengalami gangguan pertumbuhan linier, sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi gizi serta pemanfaatan pangan lokal bergizi sebagai strategi pencegahan stunting (RI KEMENKES, 2025).

Di wilayah kerja Puskesmas Sulaa, masalah stunting juga menjadi perhatian utama karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pemberian makanan bergizi, serta keterbatasan sumber daya yang mendukung pemenuhan gizi yang seimbang bagi balita. Oleh karena itu, upaya-upaya preventif dan edukasi mengenai pemenuhan gizi pada balita perlu dilakukan dengan pendekatan yang tepat dan efektif (Memah & SKM, n.d.).

Salah satu solusi potensial yang dapat diperkenalkan kepada masyarakat adalah penggunaan bahan alami yang kaya akan kandungan gizi, salah satunya adalah daun kelor. Daun kelor (*Moringa oleifera*) telah dikenal luas sebagai tanaman yang kaya akan berbagai macam nutrisi penting, seperti protein, vitamin, dan mineral yang sangat baik untuk mendukung tumbuh kembang anak, termasuk dalam pencegahan stunting (Berawi, 2022; Silfia et al., 2025). Salah satu cara untuk mengolah daun kelor agar lebih mudah dikonsumsi adalah dengan membuat cookies daun kelor, yang dapat menjadi alternatif camilan bergizi bagi balita (Irwan et al., 2020; Yadnya et al., 2025).

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan ibu-ibu balita di wilayah kerja Puskesmas Sulaa dapat diberikan pemahaman tentang manfaat daun kelor sebagai sumber nutrisi yang baik untuk balita. Program konseling ini bertujuan untuk memberikan informasi yang jelas dan praktis mengenai cara membuat cookies daun kelor serta mengedukasi tentang pentingnya pemberian makanan bergizi untuk mencegah stunting. Dengan demikian, diharapkan para ibu dapat mengimplementasikan pola makan yang lebih sehat dan bergizi, serta ikut berperan aktif dalam upaya pencegahan stunting di daerah tersebut.

Kegiatan ini diharapkan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga keterampilan dalam mengolah bahan makanan alami yang bergizi dan mudah diakses oleh

masyarakat setempat. Dengan begitu, upaya pencegahan stunting dapat lebih efektif dan berdampak langsung terhadap peningkatan kualitas gizi pada balita.

METODE

Sasaran Kegiatan

Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu balita yang memiliki jadwal kunjungan Posyandu di wilayah kerja Puskesmas Sulaa, Kota Baubau. Total partisipan yang terlibat dalam kegiatan ini berjumlah 20 orang ibu balita.

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Sulaa pada bulan Maret tahun 2025, tepatnya pada hari Senin, tanggal 17 Maret 2025, mulai pukul 09.00 hingga 10.40 WITA

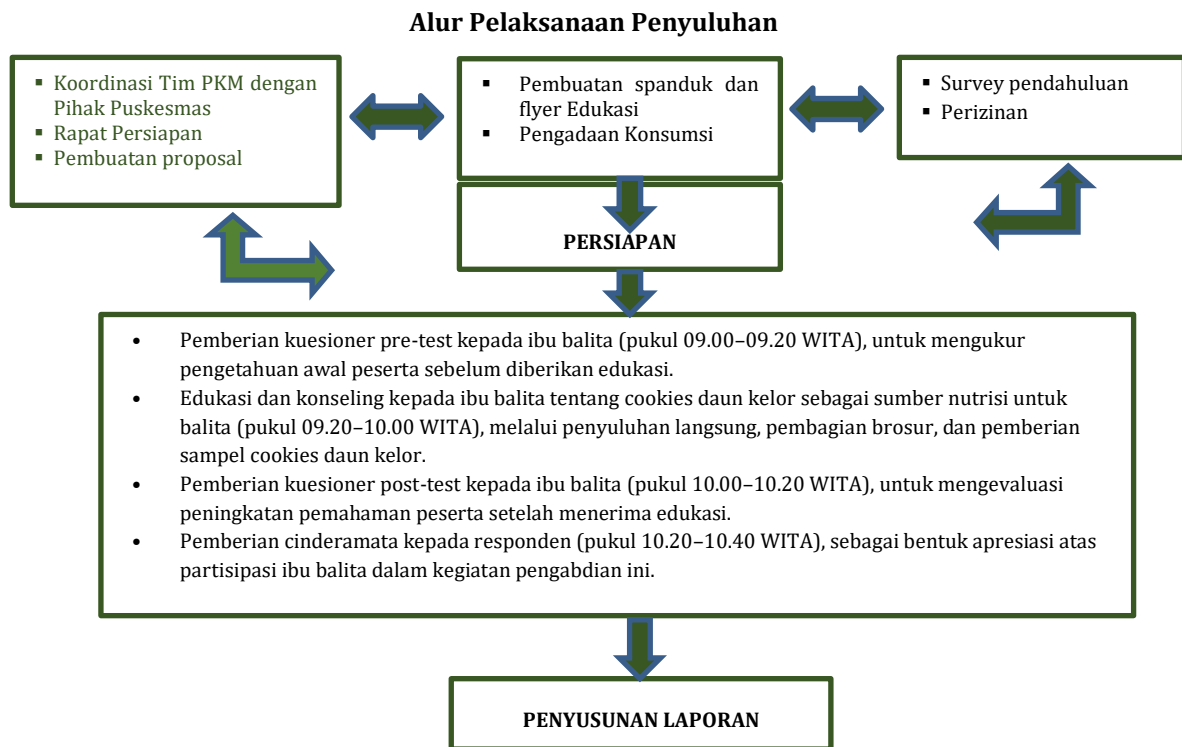
Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah edukasi dan konseling. Edukasi diberikan secara langsung kepada ibu balita mengenai manfaat daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai sumber nutrisi dan pemanfaatannya dalam bentuk cookies sebagai camilan bergizi bagi balita dalam upaya pencegahan stunting. Penyampaian materi dilakukan dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, disertai pembagian brosur bergambar untuk mendukung pemahaman peserta. Selain edukasi lisan, tim PKM juga membagikan sampel cookies daun kelor kepada peserta sebagai contoh produk nyata hasil olahan daun kelor.



Gambar 1. Cookies Daun Kelor dan Flyer

Untuk mengukur efektivitas edukasi yang diberikan, kegiatan ini menggunakan desain evaluasi pre-test dan post-test. Kuesioner pre-test diberikan sebelum edukasi untuk mengukur pengetahuan awal ibu balita mengenai pengertian stunting, penyebab dan dampak stunting, pentingnya nutrisi seimbang, manfaat daun kelor, serta pengetahuan tentang cookies daun kelor. Kuesioner post-test dengan aspek yang sama diberikan kembali setelah edukasi untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta.

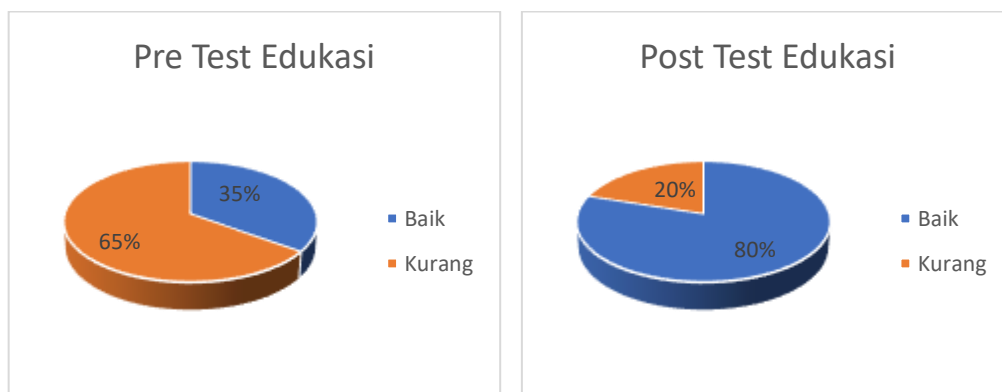


Gambar 2. Bagan Alur Kegiatan PKM

HASIL

Pada tahap ini, partisipan sebelum diberikan edukasi, tim PKM membagikan kuesioner sebelum diberikan edukasi kepada setiap ibu balita untuk mengukur pemahaman awal mereka mengenai:

- a. Pengertian Stunting
- b. Penyebab Stunting
- c. Dampak Stunting Pada Anak
- d. Pentingnya Nutrisi Seimbang Untuk Balita
- e. Manfaat Daun Kelor Sebagai Sumber Gizi
- f. Pengetahuan Tentang Cookies Daun kelor.



Gambar 3. Perbandingan Edukasi Pre dan Post Pada Ibu Balita

Pada Gambar di atas menunjukkan bahwa mayoritas ibu balita memiliki pengetahuan yang kurang terhadap topik-topik tersebut. Hasil pengisian pre-test oleh

para ibu balita di wilayah kerja Puskesmas Sulaa menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka masih belum memahami secara menyeluruh tentang stunting dan pentingnya gizi bagi anak-anak mereka. Berdasarkan data, terlihat bahwa 13 dari 20 ibu atau sekitar 65% belum mengetahui bahwa stunting bisa dicegah, salah satunya melalui pemberian makanan tambahan yang bergizi sejak dini. Hal ini menjadi cerminan bahwa informasi mengenai stunting masih belum tersampaikan secara merata di kalangan masyarakat.

Setelah dilakukan edukasi, para ibu balita kembali mengisi kuesioner post-test. Dari jawaban yang mereka berikan, terlihat perubahan yang cukup besar dalam pemahaman mereka. Jika sebelumnya hanya sebagian kecil yang tahu tentang apa itu stunting dan bagaimana cara mencegahnya, kini sebagian besar ibu sekitar 80% sudah mulai memahami bahwa stunting bisa dicegah sejak dini, terutama dengan memperhatikan asupan gizi anak dalam masa tumbuh kembangnya. Perubahan ini menunjukkan bahwa edukasi yang dilakukan berhasil membuka wawasan baru bagi para ibu.



Gambar 4. Dokumentasi Pelaksanaan Edukasi

PEMBAHASAN

Kegiatan Edukasi Pada Ibu Balita Tentang Cookies Daun Kelor Sebagai Sumber Nutrisi Untuk Balita dalam Pencegahan Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sulaa Kota Baubau, Hasil Pre-test menunjukkan bahwa ini menjadi cerminan bahwa informasi mengenai stunting masih belum tersampaikan secara merata di kalangan masyarakat.

Tidak hanya itu, ketika ditanya tentang daun kelor, banyak ibu yang belum mengetahui manfaatnya sebagai sumber nutrisi. Padahal, daun kelor sangat kaya akan zat gizi penting seperti zat besi, vitamin A, dan kalsium yang sangat dibutuhkan dalam masa tumbuh kembang balita (Kamal et al., 2024; Majid et al., 2024). Meskipun sebagian ibu pernah melihat atau mendengar tentang daun kelor, namun belum banyak yang mengetahui bahwa daun ini bisa diolah menjadi makanan ringan seperti cookies yang disukai anak-anak (Indrasari et al., 2025; Ismillayli et al., 2025).

Pengetahuan yang masih terbatas ini tentu memengaruhi cara para ibu memberikan asupan makanan untuk anak-anak mereka (Lestari et al., 2024). Sebagian besar masih fokus pada makanan pokok dan lauk seadanya, tanpa benar-benar menyadari pentingnya keberagaman dan keseimbangan gizi (Yosika et al., 2025). Tidak sedikit pula yang menganggap bahwa pertumbuhan anak yang lambat merupakan hal biasa, tanpa menyadari bahwa hal itu bisa menjadi tanda awal dari stunting (Prawirohartono, 2021).

Melihat kondisi ini, tentu menjadi jelas betapa pentingnya kegiatan edukasi yang dilakukan. Edukasi bukan hanya soal memberikan informasi, tetapi juga menguatkan kesadaran bahwa ibu memiliki peran besar dalam menjaga tumbuh kembang anak sejak dini (Intarti, 2019). Dengan pendekatan yang sederhana dan menggunakan bahan pangan lokal seperti daun kelor, diharapkan ibu-ibu bisa merasa lebih dekat, paham, dan termotivasi untuk mulai menerapkan pola makan yang lebih baik demi masa depan anak-anak mereka.

Setelah sesi edukasi selesai, para ibu balita kembali mengisi kuesioner post-test. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan dibandingkan sebelum edukasi. Sebagian besar ibu sekitar 80% telah memahami bahwa stunting dapat dicegah sejak dini melalui pemenuhan gizi yang adekuat selama masa pertumbuhan anak. Selain meningkatkan pengetahuan mengenai stunting, kegiatan ini juga memberikan pemahaman kepada ibu balita mengenai pemanfaatan cookies daun kelor sebagai alternatif makanan tambahan bergizi yang dapat dikonsumsi anak. Daun kelor (*Moringa oleifera*) diketahui memiliki kandungan protein, zat besi, kalsium, vitamin A, vitamin C, serta berbagai mikronutrien yang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan linear, meningkatkan status gizi, dan membantu mencegah terjadinya stunting pada balita. Pengolahan daun kelor dalam bentuk cookies menjadi salah satu inovasi pangan lokal yang lebih praktis, memiliki daya simpan lebih lama, serta lebih mudah diterima oleh anak dibandingkan konsumsi daun kelor dalam bentuk sayuran. Oleh karena itu, edukasi yang diberikan tidak hanya meningkatkan pengetahuan ibu, tetapi juga mendorong pemanfaatan sumber daya pangan lokal sebagai upaya preventif dalam pencegahan stunting di tingkat keluarga. Hasil ini sejalan dengan penelitian Irwan (2020) yang menunjukkan bahwa pemberian olahan daun kelor dapat memperbaiki status gizi balita, serta penelitian Indrasari et al. (2025) yang melaporkan bahwa edukasi dan pelatihan pembuatan cookies daun kelor mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat sekaligus mendorong pemanfaatan pangan lokal sebagai strategi pencegahan stunting.

Yang membuat kami semakin senang, para ibu terlihat lebih percaya diri dan antusias setelah sesi edukasi. Mereka mulai menyadari bahwa menjaga kesehatan anak tidak selalu membutuhkan cara yang rumit. Banyak dari mereka yang mengatakan bahwa mereka baru tahu ternyata daun kelor bisa diolah menjadi cemilan sehat seperti cookies yang disukai anak-anak. Mereka pun terlihat tertarik untuk mencoba membuatnya di rumah sebagai alternatif makanan bergizi yang mudah dan murah.

Lebih dari sekedar pengetahuan, kegiatan ini rupanya juga memicu semangat baru. Banyak ibu yang menyampaikan bahwa mereka ingin lebih rutin memberikan makanan sehat untuk anak, dan cookies daun kelor menjadi salah satu pilihan yang ingin mereka coba. Respons positif ini memberi harapan bahwa edukasi yang diberikan tidak berhenti hanya sebagai informasi, tetapi bisa benar-benar diterapkan dalam kehidupan sehari-hari yang pada akhirnya diharapkan dapat berkontribusi dalam mencegah stunting di wilayah mereka (Nabila et al., 2026).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Sulaa berhasil meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang cookies daun kelor sebagai sumber nutrisi ibu balita dalam pencegahan stunting. Edukasi tentang manfaat cookies berbahan dasar daun kelor diterima dengan antusias oleh ibu balita. Cookies berbahan dasar daun kelor ini merupakan salah satu bentuk inovasi pangan lokal yang mudah diolah, terjangkau, dan memiliki kandungan sangat kaya akan zat gizi penting seperti zat besi, vitamin A, dan

kalsium yang sangat dibutuhkan dalam masa tumbuh kembang balita. memberikan camilan sehat bergizi bagi anak-anak mereka, serta bersemangat mencoba mengolah sendiri cookies berbahan dasar daun kelor tersebut di rumah. Hal ini menandakan bahwa edukasi berbasis pangan lokal memiliki potensi besar dalam memberdayakan keluarga sebagai garda terdepan dalam pencegahan stunting di tingkat masyarakat.

PERNYATAAN

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Puskesmas Sulaa Kota Baubau atas izin dan dukungan yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik di wilayah kerjanya. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh anggota tim PKM atas kerja sama, dedikasi, dan kontribusinya mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga penyusunan laporan kegiatan ini. Tidak lupa, penulis menyampaikan terima kasih kepada Politeknik Baubau, khususnya Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, atas dukungan fasilitas dan pendanaan yang telah diberikan, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat berjalan lancar dan memberikan manfaat bagi peningkatan pengetahuan ibu balita dalam upaya pencegahan stunting di wilayah kerja Puskesmas Sulaa.

Pendanaan

Pendanaan Kegiatan Masyarakat ini berasal dari pendanaan internal Politeknik Baubau Program Studi Kebidanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Berawi, K. N. (2022). Literature review: daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai makanan sehat pelengkap nutrisi 1000 hari pertama kehidupan. *Jurnal Kesehatan*.
- Haryanto, F. K., Jesica, I. A., Araf, A. R., Pranasti, E. A., & Rosa, D. (2023). Review Jurnal: Pemanfaatan Daun Salam (*Syzygium polyanthum* (Wight) Walp.) Sebagai Pengobatan Tradisional di Indonesia. *PharmaCine: Journal of Pharmacy, Medical and Health Science*, 4(1), 20–33.
- Indrasari, F., Akbar, N. D., Lek, K. G. B., & Shifa, A. A. (2025). Socialization of Making Cookies Containing Moringa Leaf Extract (*Moringa oleifera* L.) to Help Prevent Stunting. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 6(2), 373–382.
- Intarti, W. D. (2019). Pengaruh KIE terhadap tingkat pengetahuan guru PAUD tentang stimulasi kecerdasan otak anak usia dini. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 6, 202–212.
- Irwani, Z., Salim, A., & Adam, A. (2020). Pemberian cookies tepung daun dan biji kelor terhadap berat badan dan status gizi anak balita di wilayah kerja Puskesmas Tampa Padang. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 45–54.
- Ismailayli, N., Hermanto, D., Kurniawati, L., Sumarlan, I., Hamdiani, S., Aen, S., Suhendri, M., & Wirahadi, A. (2025). Sosialisasi Makanan Ringan Sehat Olahan Daun Kelor untuk Mencegah Stunting di Posyandu Tulip Dusun Jago Daye. *Prosiding PEPADU*, 7(1), 75–80.
- Kamal, M., Muharta, M., Fariza, D., Putri, M. A., Amelia, D., Nirlanda, O., Marni, M., & Nailufar, R. (2024). Pemanfaatan dan Pemberian Makanan Tambahan Melalui Olahan Stik Daun Kelor sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Kuta Tinggi. *Pintoe: Pengabdian Teuku Umar*, 2(2), 67–75.
- Lestari, A., Harahap, D. A., & Dhilon, D. A. (2024). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dalam Pencegahan Stunting pada Balita Di Desa Tanjung Harapan Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lipat Kain Tahun 2023. *Evidence Midwifery Journal*, 3(2), 20–28.
- Majid, M., Ilmi, N., & Ramlan, P. (2024). *Pencegahan Stunting dengan Ikan Lele dan Daun Kelor*. Penerbit NEM.
- Memah, H. P., & SKM, M. K. (n.d.). Strategi Asuhan Keperawatan Komunitas. *Keperawatan Komunitas dan Kesehatan Masyarakat*, 120.

- Nabila, N. I., Marvinita, R., Dalimunthe, N. P., Safitri, D., & Sari, A. (2026). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Pembuatan Cookies Daun Kelor Untuk Meningkatkan Gizi Anak. *Jurnal Inovasi Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 6(1), 63–72.
- Prawirohartono, E. P. (2021). *Stunting: dari teori dan bukti ke implementasi di lapangan*. UGM PRESS.
- RI KEMENKES. (2025). *Survei Status Gizi Indonesia*.
- Silfia, N. N., Narmin, N., Tempali, S. R., Kartika, S., & Ien, C. H. (2025). *Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera) Untuk Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Tiwery, I. B., Leunupun, T., Pradana, I. P. Y. B., Hardiyani, K., Astuti, E. P., Sunarsih, T., Susilo, B. B. B., Shanti, E. F. A., Ningrum, D., & Laksono, R. D. (2025). *Pencegahan Stunting Sebelum Genting*. MEGA PRESS NUSANTARA.
- Yadnya, M. S., Wulandari, H. A., Maryani, I., Zulvia, R., Supiana, W., Amalia, A. R., Devi, R. V., Ananda, M. D., Holis, M. S., & Zulhidayati, M. (2025). Program peningkatan dengan substitusi tepung berbahan dasar daun kelor untuk makanan sehat di Desa Koreleko Selatan. *Jurnal Gema Ngabdi*, 7(1), 94–102.
- Yosika, N. I. W., Andriyani, I., Wahyuningsih, S., Purbasari, D., Lestari, N. P., Febriana, B., Putri, W. A., Awwalin, N. A., & Dwifebrian, N. S. (2025). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Inovasi Pangan Fungsional: Pembuatan Cookies Daun Kelor di Desa Kemuning Lor, Jember. *KIAT Journal of Community Development*, 4(1), 65–69.