

**INOVASI PEMBUATAN MAKANAN TAMBAHAN DARI NUGGET DAUN
KELOR GUNA MENCEGAH STUNTING DI DESA PATEMPURAN
KECAMATAN KALISAT KABUPATEN JEMBER**

Sukron Makmun¹, Muhammad Wasil Abdillah², Muhammad Raihan Lutfiari³,
Eko Patryo Sugiono⁴, Andi Joko Susilo⁵, Anang Faqih Maulana⁶, Riyan Hidayat⁷,
Luvita Agustin⁸, Ergi Hanim Ramadaniati⁹, Pramudita Ayu Palupi¹⁰, Dela Brilian
Karisah¹¹, Aina Salsabila Putri Prasafi¹², Putri Ayu Febrina Maharani¹³, Windi
Novita Ramadhani¹⁴, Rizqia Putri Damayanti¹⁵, Komariyah¹⁶.

¹ Universitas Jember

² UIN KH Ahmad Siddiq Jember

³ Universitas Jember

⁴ Universitas Jember

⁵ Universitas PGRI Argopuro

⁶ UIN KH Ahmad Siddiq Jember

⁷ UIN KH Ahmad Siddiq Jember

⁸ Universitas dr Soebandi

⁹ Universitas Islam Jember

¹⁰ Universitas dr Soebandi

¹¹ Universitas Jember

¹² Universitas Jember

¹³ Universitas dr Soebandi

¹⁴ Universitas Islam Jember

¹⁵ UIN KH Ahmad Siddiq Jember

¹⁶ Universitas PGRI Argopuro

Email Correspondensi : luvitaagustin55@gmail.com,
pramuditaayu39@gmail.com, putriayufm223@gmail.com.

Abstrak. Stunting adalah kondisi di mana tinggi badan seseorang lebih pendek dibandingkan teman sebaya. Pada 2015, 36,4% balita di Indonesia mengalami stunting. Desa Patempuran di Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember, sedang menjalankan program pencegahan stunting dengan memanfaatkan daun kelor, hasil

tani utama desa. Mahasiswa KKN Kolaboratif Kelompok 183 mengolah daun kelor menjadi nugget dengan daging ayam dan tahu untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pemenuhan gizi dan cara mengolah bahan pangan lokal. Inovasi ini bertujuan mengurangi angka stunting dengan menyediakan makanan bergizi.

Kata kunci: Daun Kelor, Makanan Tambahan, Nugget Sosialisasi Gizi, Stunting, nugget

Abstract. *Stunting is a condition in which a person's height is shorter than that of their peers. In 2015, 36.4% of children under five in Indonesia were stunted. Patempuran Village in Kalisat District, Jember Regency, is running a stunting prevention program by utilizing moringa leaves, the main agricultural product of the village. Group 183 Collaborative KKN students process moringa leaves into nuggets with chicken and tofu to increase public understanding of nutritional fulfillment and how to process local foodstuffs. This innovation aims to reduce the stunting rate by providing nutritious food.*

Keywords: Food Supplements, Moringa Leaves, Nuggets, Nutrition, Socialization, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu keadaan dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dibandingkan dengan tinggi badan orang lain yang sebaya dengannya. Di Indonesia angka stunting bayi berusia di bawah lima tahun (balita) pada tahun 2015 adalah sebesar 36,4% yang berarti sepertiga atau sekitar 8,8 juta balita. Angka tersebut berada di atas ambang yang sudah ditetapkan WHO yaitu sebesar 20% (Prada *et al.*, 2023). Stunting disebabkan karena kurangnya asupan makanan bergizi yang diterima sejak 1000 hari pertama kehidupan. Selain itu, stunting juga dapat disebabkan karena kurangnya kesadaran dan pengetahuan ibu dalam menjaga asupan gizi dan pola pengasuhan yang baik (Rusilanti dan Riska, 2021).

Desa Patempuran merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember yang sedang menjalankan program kegiatan dari pemerintah yaitu pencegahan permasalahan stunting. Upaya penanganan masalah gizi pada bayi dan balita salah satunya dilakukan dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) tinggi energi dan protein. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang diberikan kepada balita bertujuan untuk memberi asupan yang tinggi protein, vitamin, dan mineral secara bertahap guna mencapai status gizi yang optimal. PMT

bagi balita dan ibu hamil diperlukan untuk pencegahan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dan balita stunting (Nuroddin *et al.*, 2022).

Desa Patempuran memiliki sumber daya alam yang dominan melalui hasil tani salah satunya yaitu daun kelor. Daun kelor mengandung 14 kalori dan nutrisi antara lain berupa karbohidrat, protein, zat besi, kalium, magnesium, vitamin C, vitamin A, kalsium, dan asam folat. Selain itu, terdapat pula serat, vitamin B, fosfor, tembaga, zinc, dan selenium. Protein dan asam folat adalah nutrisi yang sangat dibutuhkan untuk ibu hamil dan mempengaruhi perkembangan anak di masa kehamilan (Amelia *et al.*, 2023). Oleh karena itu, mahasiswa KKN Kolaboratif Kelompok 183 Desa Patempuran, memanfaatkan daun kelor sebagai bahan utama pembuatan nugget dalam upaya pencegahan stunting dan memberikan pengetahuan masyarakat Desa Patempuran terkait pemenuhan gizi pada bayi dan balita.

METODE

Alat dan Bahan

Bahan utama pembuatan nugget adalah daun kelor yang berasal dari Desa Patempuran. Selain itu, bahan pendukung lainnya untuk membuat nugget antara lain daging ayam, tahu, wortel, tepung terigu, tepung tapioka, telur, bawang putih, daun bawang, garam, tepung panir.

Alat yang digunakan untuk membuat nugget daun kelor antara lain *chopper*, kukusan, wadah tahan panas, wajan, panci, sendok, mangkok, pisau, mika.

Metode Pelaksanaan

Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah metode Partisipatif Masyarakat, di mana masyarakat sebagai mitra dapat memperoleh keterampilan dalam pemanfaatan inovasi produk dari daun kelor, khususnya nugget dan puding, yang memiliki nilai ekonomi dan berpotensi mencegah stunting.

Selain itu, metode Pendekatan Persuasif juga digunakan dalam program ini untuk menyuluh manfaat daun kelor, sehingga masyarakat termotivasi untuk memanfaatkan daun kelor sebagai produk yang bernilai ekonomi dan untuk mencegah stunting. Untuk mencapai tujuan dari program pengabdian ini, langkah-langkah berikut akan dilakukan: 1) Observasi atau survei lapangan; 2) Penyuluhan

dan sosialisasi mengenai stunting serta kandungan nutrisi dan manfaat daun kelor; 3) Pelatihan dalam pengolahan inovasi produk daun kelor, khususnya nugget dan puding; 4) Pelatihan dan pendampingan dalam pengemasan produk; 5) Evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting adalah masalah kesehatan serius di Indonesia dengan angka prevalensi yang masih tinggi. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi pada anak-anak, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan mereka. Pengetahuan dan keterampilan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak sangat krusial untuk mencegah stunting. Inovasi dalam pembuatan nugget dari daun kelor mencakup pengolahan daun kelor bersama bahan-bahan lain seperti daging ayam dan tahu. Dengan demikian, inovasi dalam pembuatan makanan tambahan berbahan dasar daun kelor dapat menjadi solusi yang efektif untuk mengurangi angka stunting. Tujuan dari proses ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya makanan bergizi serta cara mengolah bahan pangan lokal, seperti daun kelor, menjadi makanan tambahan yang sehat. Kegiatan tahap awal adalah observasi yang dilakukan dengan wawancara langsung dengan Bidan Puskemas Pembantu (Pustu) untuk mengetahui permasalahan stunting yang berada di Desa Patempuran. Selain itu, observasi dilakukan untuk mengetahui sasaran peserta yang akan mengikuti kegiatan sosialisasi dan demonstrasi yang akan diadakan. Dari hasil observasi yang sudah dilakukan, dapat diketahui bahwa terdapat beberapa bayi dan balita yang beresiko terkena stunting. Setelah dilakukan koordinasi dengan Bidan dan ibu-ibu kader posyandu, sasaran peserta yang akan diberikan penyuluhan adalah ibu-ibu yang mempunyai balita dalam kegiatan posyandu. Posyandu merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Berbasis Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk, dan bersama masyarakat dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan kepada masyarakat dalam memperoleh pelayanan kesehatan dasar/sosial dasar untuk mempercepat penurunan Angka Kematian Ibu dan Bayi yang diselenggarakan oleh masyarakat dan untuk masyarakat yang dibantu oleh petugas Kesehatan (Ningsih *et al.*, 2022).

Pada tahap kedua dilakukan kegiatan sosialisasi dan demonstrasi pemanfaatan daun kelor sebagai bahan utama pembuatan nugget untuk mencegah stunting. Kegiatan sosialisasi ini dilakukan oleh mahasiswa KKN kolaboratif kelompok 183 Desa Patempuran dengan menjelaskan cara pembuatan nugget daun kelor serta nutrisi yang terkandung pada daun kelor. Adapun bahan dan cara pembuatan nugget daun kelor sebagai berikut :

Bahan :

- 250 gram daging ayam, giling
- 3 sendok makan tepung terigu
- 2 sendok makan tepung tapioka
- 1 buah wortel, serut halus
- 1 butir telur
- Daun kelor
- Daun bawang, iris halus
- Garam secukupnya
- Penyedap rasa secukupnya
- 3 buah bawang putih, haluskan
- Lada secukupnya

Cara pembuatan :

1. Persiapan Bahan:

- Cuci bersih daging ayam, kemudian giling hingga halus.
- Serut halus wortel dan iris daun bawang dan iris daun kelor.

2. Campurkan Bahan:

- Dalam sebuah wadah, masukkan daging ayam giling, tepung terigu, tepung tapioka, wortel serut, telur, bawang putih halus, daun kelor dan daun bawang.
- Tambahkan garam, penyedap rasa, dan lada secukupnya.
- Aduk semua bahan hingga tercampur rata.

3. Bentuk Nugget:

- Ambil sejumlah adonan, bentuk sesuai selera (bulat atau pipih).
- Letakkan nugget yang sudah dibentuk di atas loyang atau piring yang dialasi plastik.

4. Rebus atau Kukus:

- Siapkan panci kukusan, lalu kukus nugget selama sekitar 15-20 menit hingga matang. Jika ingin direbus, pastikan air mendidih dan masukkan nugget selama 10-15 menit.

5. Dinginkan:

- Setelah matang, angkat nugget dan biarkan dingin.

6. Goreng:

- Panaskan minyak dalam wajan. Goreng nugget hingga kecokelatan dan crispy. Angkat dan tiriskan.

7. Sajikan:

- Nugget kelor siap disajikan.

Selanjutnya dilakukan penyampaian materi terkait nutrisi dan manfaat daun kelor terhadap pencegahan stunting guna memberikan edukasi kepada ibu-ibu peserta posyandu agar lebih paham pentingnya pemenuhan nutrisi gizi pada ibu hamil dan balita. Daun kelor mempunyai beberapa kandungan utama zat gizi dan elemen therapeutic, termasuk antibiotic dan memacu system imun. Sementara itu, daun kelor memiliki kandungan protein, vitamin dan mineral tinggi yang di manfaatkan sebagai bahan terapi dan juga sebagai makanan tambahan untuk anak yang kekurangan gizi. (suhartini dkk *et al.*, 2018)

KESIMPULAN

Inovasi pembuatan makanan tambahan dari nugget daun kelor merupakan solusi efektif dalam mencegah stunting. Dengan kandungan nutrisi yang tinggi dan proses pengolahan modern, nugget daun kelor dapat menjadi camilan sehat yang disukai anak-anak. Implementasi ini juga dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengolah pangan lokal, serta membantu meningkatkan status gizi balita. Oleh karena itu, inovasi ini sangat perlu

dipromosikan dan diterapkan di berbagai daerah untuk membantu menurunkan angka stunting di Indonesia.



Gambar 1. Sosialisasi dan Demonstrasi Pembuatan Nugget Daun Kelor

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, A., Nurviana, N., Wibowo, S. G., Sari, R. P., Muliani, F., & Nabilla, U. (2023). Pelatihan dan Pendampingan Inovasi Produk dari Daun Kelor untuk Mencegah Stunting di Desa Sungai Pauh Pusaka. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(1), 66-75.
- Ningsih, E. S., Aisyah, S., Rohmah, E. N., & Sandana, K. N. S. (2022). Peningkatan Peran Kader Dalam Posyandu Lansia. *Humantech: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2 (Spesial Issues 1), 191-197.
- Nuroddin, H., Rosanto, K. H., Wicaksono, D. W., Saeroji, A., & Setiyadi, N. (2022). Inovasi Pembuatan Makanan Tambahan dari Daun Kelor Guna Mencegah Stunting. *Jurnal Bina Desa*, 4(3), 369-374.
- Prada, R. W., Medho, Y. F., & Boro, V. I. (2023). Inovasi Pembuatan Makanan Tambahan dari Sorgum Guna Mencegah Stunting. *RENATA: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kita Semua*, 1(3), 123-127.
- Rusilanti, Riska N. Edukasi Gizi Yang Sehat Untuk Pencegahan Stunting di Kelurahan Benda Baru Kecamatan Pamulang Tangerang Selatan. *Sarwahita : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* [Internet]. 2021 Jul 12;18(01):11–27. Available from: <https://doi.org/10.21009/sarwahita.181.2>