



**PENTINGNYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI SOSIALISASI DENGAN PEMANFAATAN PUDING DAUN KELOR PADA MASYARAKAT DI DESA LAMABLAWA KECAMATAN WITIHAMA KABUPATEN FLORES TIMUR**

**Jeفرinando William Kiik, Mikael Tomas Susu**

<sup>1</sup> Ilmu Sosial dan politik, Universitas Katolik Widya Mandira Kupang

\*Email: [nandojefri5@gmail.com](mailto:nandojefri5@gmail.com)

---

**Informasi Artikel**

**Abstrak**

---

**Kata kunci:**

Stunting,  
Puding daun kelor,  
beragam gisi .

Stunting merupakan kondisi yang di tandai dengan kurangnya tinggi dan berat badan anak apa bila dibandingkan dengan anak-anak seusianya, organisasi kesehatan dunia World Health Organization (WHO) memperkirakan 178 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami kecacatan akibat disabilitas. Data prevalensi stunting pada anak balita yang di kumpulkan oleh WHO Indonesia masih di atas 20% di bawah target WHO yang kurang dari 20%. Angka stunting di Indonesia pada tahun 2023 tercatat sebesar 21,5% ,hanya turun 0,1% dari tahun sebelumnya sebesar 21,6%. tujuan dari pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi yang baik bagi pertumbuhan anak-anak belita melalui sosialisasi ini diharapkan masyarakat dapat memahami praktik gizi yang sehat. Kegiatan pengabdian ini di laksanakan pada tanggal 7 Mei 2024 di balai desa lamablawa, Metode pelaksanaan kegiatan ini dengan memberikan penyuluhan, pelatihan, dan pendampingan pada ibu-ibu kader posyandu dan ibu-ibu belita dan peserta yang hadir dalam kegiatan pengabdian ini berjumlah 26 peserta. Tahapan kegiatan ini meliputi perencanaan, pelaksanaan, dan pendampingan. Hasil dari pengabdian ini ibu-ibu belita sudah memahami tentang pentingnya pencegahan stunting, peningkatan asupan gizi pada anak belita yang seimbang dan perbakaan akses terhadap pangan bergizi dan juga dalam pemanfaatan pembuatan puding daun kelor untuk menambah asupan gizi pada anak balita. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan peserta, dengan rata-rata skor tes mencapai 81%. Setelah kegiatan pengabdian, 85% peserta memahami dengan baik konsep stunting, 78% mampu mempraktikkan pembuatan puding daun kelor dengan benar, dan 82% memiliki pemahaman yang memadai tentang pentingnya gizi seimbang. Berdasarkan hasil evaluasi diatas dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan efektivitas program dalam meningkatkan kapasitas peserta untuk mencegah stunting di Desa Lamablawa.

---

**Abstact**

---

Stunting is a condition characterized by insufficient height and weight in children compared to their peers. The World Health Organization (WHO) estimates that 178 million children under the age of 5 suffer from disabilities due to stunting. According to WHO, the prevalence of stunting in Indonesia remains above 20%, which is higher than the WHO target of less than 20%. In 2023, the stunting rate in Indonesia was recorded at 21.5%, showing only a slight decrease of 0.1% from the previous year's 21.6%. The goal of this community service program was to raise awareness and knowledge among the public about the importance of good nutrition for the growth of young children. This program was carried out on May 7, 2024, at the Lamablawa village hall, and included 26 participants comprising of posyandu cadres and mothers of young children. The activities involved counseling, training, and mentoring. The program stages included planning, implementation, and mentoring. As a result, mothers gained a better understanding of the importance of stunting prevention, balanced nutritional intake for young children, and improved access to nutritious food, as well as the benefits of making moringa leaf pudding to enhance children's nutrition. Evaluation results showed a significant increase in participants' knowledge and skills, with an average test score of 81%. After the program, 85% of participants had a solid understanding of stunting, 78% were able to correctly prepare moringa leaf pudding, and 82% had a sufficient understanding of the importance of balanced nutrition. Based on the evaluation results, it can be concluded that there was an increase in the program's effectiveness in enhancing participants' capacity to prevent stunting in Lamablawa Village.

---

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi yang ditandai dengan kurangnya tinggi dan berat badan anak apa bila di bandingkan dengan anak-anak seusianya. suatu permasalahan yang kita jumpai dikalangan masyarakat apalagi di negara berkembang seperti Indonesia. Di Indoneisa stunting sudah menjadi suatu permasalahan yang cukup serius karena berdampak pada kesehatan masyarakat. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak yang di sebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu yang cukup lama, umumnya karena asupan makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak (Fitriani et al., 2022). stunting disebabkan oleh kekurangan asupan gizi pada anak sebelum beranjak usia 2 tahun dan merujuk pada kondisi gagal tumbuh anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis sejak dalam kandungan atau pada masa awal kehidupan. Penyakit stunting menjadi penyakit yang paling sering diderita oleh anak-anak jika kualitas pangan yang di konsumsi kurang bergizi (Nadut et al., 2023)

Penampilan belita pendek juga di kenal sebagai stunting adalah salah satu masalah gizi yang dihadapi oleh anak-anak kecil diseluruh dunia saat ini. Pada tahun 2018, organisasi kesehatan dunia (WHO) memperkirakan 178 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami kecacatan akibat disabilitas. Data prevalensi stunting pada anak belita yang di kumpulkan oleh World Health Organization (WHO) Indonesia merupakan salah satu negara penderita stunting ketiga tertinggi di kawasan Asia Tenggara (SEAR) antara tahun 2005 dan 2017 rata rata prevalensi stunting pada anak belita di Indonesia adalah

36,4% (pusat data dan informasi kesehatan 2018) prevalensi stunting di Indonesia masih di atas 20% di bawah target WHO yang kurang dari 20% (Maskuri et al., 2023)

Pada tahun 2023, angka stunting Indonesia tercatat sebesar 21,5% hanya turun 0,1% dari tahun sebelumnya sebesar 21,6%, data stunting di provinsi NTT tercatat sebesar 15,2% di tahun 2023, dan berdasarkan data dinas pengendalian penduduk dan keluarga berencana, pemberdayaan perempuan, dan perlindungan anak (P2KBP3A) Flores Timur, pada februari 2023, jumlah balita stunting di wilayah itu mencapai 3.425 orang atau sekitar 20,52% dari total jumlah balita. namun angka ini masih belum aman di karenakan kasus stunting masih menjadi masalah terbesar masyarakat karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang stunting. dari hasil penelitian yang pernah dilakukan peneliti tentang pemantauan perkembangan belita dengan menggunakan KPSP berbasis digital di temukan penyimpangan perkembangan pada belita dengan jenis kelamin perempuan sebesar 47% dan belita jenis kelamin laki laki sebesar 18% (Fatmasari et al., 2021).

Anak yang terkena stunting dapat terhambat perkembangan otaknya. setelah dewasa, kecerdasan dan performa edukasinya menjadi tidak optimal, di samping bisa juga terkena resiko penyakit metabolik (Hamzah & B, 2020). Stunting pada anak perlu mendapatkan perhatian khusus karena dapat menyebabkan terlambatnya pertumbuhan fisik, terganggu perkembangan mental, kesulitan dalam berbicara dan rendahnya imunitas tubuh pada anak sangat mudah terinfeksi virus maupun bakteri (Fatriansyah et al., 2023) Oleh sebab itu tujuan dari pencegahan stunting ini untuk meningkatkan pemahaman masyarakat dan untuk mengubah perilaku masyarakat melalui program kesehatan dan memberikan pengetahuan kepada ibu tentang asupan gizi selama hamil. Balita yang mengalami stunting akan memiliki tingkat kecerdasan yang tidak maksimal, anak lebih rentan terkena penyakit, dan dapat berisiko pada penurunan tingkat produksi di masa depan. Dengan demikian, secara tidak langsung stunting akan dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan, dan memperlebar ketimpangan (Fitriani et al., 2022)

Menanggapi masalah ini mahasiswa melalui (MBKM) Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas katolik Widya Mandira Kupang ( UNWIRA) berkomitmen untuk turut serta dalam upaya pencegahan stunting di Indonesia, khususnya di Desa Lamablawa Kecamatan Wihama Kabupaten Flores Timur. Dengan semangat kepemimpinan yang mereka miliki, para mahasiswa ini berperan aktif dalam sosialisasi dan tindakan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan perawatan kesehatan yang tepat bagi pertumbuhan optimal anak-anak. Dan diharapkan tercipta perubahan positif yang signifikan dalam mengatasi dan mencegah stunting, serta membangun fondasi generasi muda yang sehat dan berpotensi di masa depan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 7 Mei 2024 di Desa Lamablawa, Kecamatan Witihamu, Kabupaten Flores Timur. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui penyuluhan kepada masyarakat dengan kegiatan sosialisasi. Jumlah peserta dalam kegiatan sosialisasi ini sebanyak 26 orang, terdiri dari kader posyandu dan ibu-ibu balita. Adapun tahapan kegiatan pengabdian sebagai berikut:

### **1. Tahap Persiapan:**

Dalam tahap persiapan ini, sebelum dilaksanakan kegiatan pengabdian, beberapa hal harus dilakukan, termasuk survei lokasi pengabdian, rapat tim MBKM pelaksanaan pengabdian, serta menyiapkan bahan, perlengkapan, dan peralatan kegiatan pengabdian.

### **2. Tahap Pelaksanaan:**

Tahap ini merupakan waktu pelaksanaan pengabdian yang dibagi menjadi dua kegiatan:

1. Penyuluhan: Bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang stunting serta pengukuran tinggi dan berat badan anak balita.
2. Pelatihan: Bertujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta dalam pembuatan puding daun kelor.

### **3. Tahap Pendampingan:**

Pada tahap ini, dilakukan pemantauan kemampuan peserta dan penilaian tingkat kemandirian mereka dalam pengolahan dan pembuatan puding daun kelor.

### **4. Tahap Monitoring dan Evaluasi:**

Pada tahap ini, dilakukan kegiatan monitoring dan evaluasi untuk mengukur efektivitas dari kegiatan yang telah dilaksanakan. Monitoring dilakukan melalui pengamatan langsung dan wawancara kepada peserta untuk menilai peningkatan pengetahuan dan keterampilan. Evaluasi bertujuan untuk mengidentifikasi kendala yang dihadapi peserta serta memberikan rekomendasi perbaikan untuk kegiatan pengabdian selanjutnya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari kegiatan dinilai dari tingkat keberhasilan setiap tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, adapun hasil pengabdian sebagai berikut:

### **1. Tahap persiapan**

Dari hasil survey yang didapatkan bahwa lokasi pengabdian di Balai Desa Lamablawa, dan mempunyai program pencegahan stunting pada masyarakat dan penurunan angka stunting. Tujuannya untuk menengani dan menurunkan angka stunting maka di prioritaskan sebagai

tempat pengabdian pada masyarakat. Setelah itu dihadiri oleh aparat Desa Lamablawa dan mahasiswa UNWIRA KUPANG. Dari hasil rapat ini menemukan jadwal hari pelaksanaan penyuluhan sosialisasi, pelatihan dan pendampingan pada masyarakat, dan mempersiapkan bahan dan alat-alat yang di butuhkan serta menyiapkan materi.



**Gambar 1.** Rapat kordinasi

## 2. Tahap pelaksanaan

### a. Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan dilakukan pada tanggal 7 Mei 2024, dengan penyuluhan dasar pencegahan stunting tentang peningkatan gizi anak dan ibu hamil dan peningkatan kualitas makanan untuk memastikan asupan makan pada anak mengandung protein, zat besi, vitamin dan mineral yang cukup, pentingnya pelayanan kesehatan untuk meningkatkan akses serta pembuatan puding daun kelor untuk mencagah stunting. Materi yang di sampai oleh ibu Kristina Pati selaku bidan Puskesmas Witihama. Setelah selesai penyuluhan melakukan sesi Tanya jawab.



**Gambar 2.** Penyuluhan

Pengukuran tinggi dan badan, tujuannya untuk membantu mendeteksi dini adanya stunting, stunting terjadi ketika anak memiliki tinggi badan lebih pendek dari standar usianya, menandakan kekurangan pertumbuhan kronis yang disebabkan oleh gizi buruk. Pengukuran rutin memungkinkan evaluasi pertumbuhan anak dari waktu ke waktu. Dengan membandingkan data tinggi dan berat badan anak dengan standar pertumbuhan yang ada, kita dapat menilai apakah pertumbuhan anak terjadi secara normal atau terlambat.



**Gambar 3.** Pengukuran berat dan tinggi badan anak belita.

b. Pelatihan

Materi pelatihan di sampaikan oleh ibu Kristina Pati selaku bidan puskesmas witihamas, tujuan pelatihan untuk mengedukasikan peserta tentang arti, dampak, dan strategi pencegahan stunting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran dalam mengatasi masalah gizi pada anak sehingga tidak terjadi.

3. Tahap pendampingan

Kegiatan pendampingan dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat dan di bantu oleh kader-kader posyandu. Kegiatan ini tujuannya untuk mengukur kemampuan ibu belita mengenai cara pembuatan puding daun kelor dan memastikan bahwa program ini berhasil dalam upaya pencegahan stunting pada anak belita. Memastikan bahwa ibu anak balita memiliki pengetahuan yang memadai tentang manfaat gizi daun kelor, sehingga mereka dapat mempraktikkan pembuatan puding ini di rumah, dan akhir dari tahap pendampingan ini ibu-ibu belita sudah memahami dan sudah mengetahui cara pembuatan puding daun kelor dan pentingnya gizi daun kelor.





**Gambar 5.** Pendampingan

#### **4. Tahap Monitoring dan Evaluasi**

##### **A. Tahap Monitoring**

Hasil dari tahap monitoring menunjukkan bahwa pengamatan langsung selama kegiatan pendampingan mengindikasikan sebagian besar peserta mampu menerapkan keterampilan yang telah diajarkan, khususnya dalam pembuatan puding daun kelor. Pengamatan ini didukung oleh keberhasilan peserta dalam mengikuti instruksi dan menunjukkan pemahaman yang baik tentang proses pembuatan, meskipun beberapa peserta memerlukan pendampingan tambahan untuk memperbaiki teknik mereka. Selain itu, wawancara yang dilakukan dengan kader posyandu dan ibu-ibu balita menunjukkan bahwa mereka memiliki pemahaman yang lebih baik tentang stunting, pentingnya gizi yang cukup, dan cara mengukur serta memantau pertumbuhan anak balita. Pengukuran tinggi dan berat badan anak balita yang dilakukan setelah program juga menunjukkan peningkatan kesadaran di kalangan peserta tentang pentingnya pemantauan pertumbuhan anak, meskipun diperlukan pengukuran berkelanjutan untuk memastikan hasil jangka panjang.

##### **B. Tahap Evaluasi**

Pada tahap evaluasi, dilakukan tes untuk mengukur pemahaman dan keterampilan peserta setelah mengikuti kegiatan pengabdian. Tes ini mencakup beberapa aspek utama, yaitu pengetahuan tentang stunting, keterampilan pembuatan puding daun kelor, dan pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang. Hasil tes menunjukkan bahwa 85% dari peserta berhasil menjawab dengan benar sebagian besar pertanyaan mengenai definisi stunting, penyebabnya, dan dampak jangka panjangnya pada anak. Sebelum penyuluhan, hanya sekitar 40% peserta

yang memiliki pemahaman yang memadai tentang stunting, sehingga peningkatan ini menunjukkan keberhasilan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Dalam evaluasi keterampilan, 78% peserta mampu mempraktikkan pembuatan puding daun kelor dengan benar sesuai instruksi yang diberikan. Tes praktik ini mencakup tahap persiapan bahan, proses pembuatan, hingga penyajian. Beberapa peserta yang mengalami kesulitan diberi pendampingan tambahan, dan mereka menunjukkan peningkatan signifikan pada tes ulang, dengan 90% dari mereka berhasil mencapai skor kelulusan. Tes terkait pemahaman gizi seimbang, terutama yang berhubungan dengan peran daun kelor dalam mencegah stunting, menunjukkan bahwa 82% peserta memahami pentingnya memasukkan makanan yang kaya akan protein, zat besi, vitamin, dan mineral ke dalam pola makan anak balita. Sebelum kegiatan, hanya 50% peserta yang mengetahui peran penting gizi seimbang, sehingga ada peningkatan yang signifikan setelah pelatihan.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian tentang stunting di Desa Lamablawa sebagai upaya untuk mencegah stunting pada anak balita. Pencegahan stunting merupakan suatu upaya penting yang melibatkan berbagai aspek, termasuk gizi, kesehatan, sanitasi, pendidikan, dan akses layanan kesehatan. langkah-langkah utama dalam pencegahan stunting meliputi asupan gizi yang cukup sejak dini, perawatan anak, dan memastikan akses yang mudah ke layanan kesehatan dan diharapkan dapat mengurangi kejadian stunting dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan optimal anak-anak.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kegiatan pengabdian pada masyarakat yang telah diselenggarakan ini dalam bentuk penyuluhan tentang pencegahan stunting di Desa Lamablawa. Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Bapa Frans Bapa Tokan selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik
2. Bapak Siprianus Sili Boli selaku kepala Desa Lamablawa beserta perangkat desa serta ibu-ibu kader posyandu yang membantu menyukseskan pelaksanaan kegiatan ini.
3. Ibu Kristina Pati selaku bidan desa Puskesmas Witihama dan pembawa materinya.
4. Para donator atau pemberi dana atas kontribusi secara finansial sehingga dapat terlaksananya kegiatan ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Fatmasari et al. (2021). Jurnal Penamas Adi Buana. *Jurnal Penamas Adi Buana*, 5(01), 79–88.

Fatriansyah, A., Rizka, D., Nur Indahsari, L., & Oktari Yulanda, N. (2023). ARRUS Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat is licensed under an Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-



- NC 4.0). *ARRUS Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 2964–1195. <https://doi.org/10.35877/454RI.abdiku2153>
- Fitriani, Barangkau, Masrah Hasan, Ruslang, Eka Hardianti, Khaeria, Resti Oktavia, & Selpiana. (2022). Cegah Stunting Itu Penting! *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JurDikMas) Sosiosaintifik*, 4(2), 63–67. <https://doi.org/10.54339/jurdikmas.v4i2.417>
- Fadila, E. N., Mariska, Y., Rahmawan, A. R., Ashari, A. G. P., Mustameer, H., & Achmad, Z. A. (2023). Sosialisasi Pembuatan Puding Daun Kelor (DAUKEL) Di Desa Rukma Jaya. *SAFARI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(4), 148-156.
- Hamzah, S. R., & B, H. (2020). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(4), 229–235. <https://doi.org/10.36596/jpkmi.v1i4.95>
- Maskuri, I., Khisbatul Ifadah, B., Ramadhani, F., Khalid, M., & Wafiyatul Alifah, A. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Sosialisasi Phbs Di Desa Summersuko. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 22–28. [https://jurnal.fkip.samawa-university.ac.id/karya\\_jpm/index](https://jurnal.fkip.samawa-university.ac.id/karya_jpm/index)
- Mariyona, K., Rusdi, P. H. N., & Nugrahmi, M. A. (2023). Sosialisasi Dan Pemberian Puding Daun Kelor (Pulor) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Anak Pra Sekolah. *Monsu'ani Tano Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 465-474.
- Lisa, O., Sari, P. M., Aminah, S., Tanjung, Y. W., Setyowati, M., & Mustaqim, M. (2024). Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui Pemanfaatan Buah Alpukat di Desa Wih Bersih, Kecamatan Silih Nara.
- Nadut, A., Tukan, G. D., & Taek, M. M. (2023). *Pencegahan Stunting Di Desa Manleten Kabupaten Belu*. 6, 31–38.
- Widiyanti, D. S., & Afarona, A. (2021). Penanggulangan masalah stunting balita melalui pemberian makanan tambahan (PMT) puding kelor di Desa Kutogirang. *Jurnal Pengabdian Siliwangi*, 7(2).