

Persepsi Ibu-Ibu Posyandu Terhadap Program Pendampingan Gizi Berbasis Pangan Lokal Untuk Penanggulangan Stunting di Nagori Bukit Rejo

Zelda Puspa Ayu¹ Harmen² Faras Anipah Wisa Siahaan³ Awal Bahagia Tanjung⁴ Deasy Yunita Siregar⁵

Program Studi Manajemen Dakwah, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia^{1,2}

Program Studi Perbankan Syariah, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia³

Program Studi Sistem Informasi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia⁴

Program Studi Hukum Tata Negara, Fakultas Syariah dan Hukum, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia⁵

Email: ayuzeldapuspa@gmail.com¹ harmen1371@gmail.com² farassiahaan201@gmail.com³ awalbahagia43@gmail.com⁴ deasyyunita@uinsu.ac.id⁵

Abstrak

Masalah pertumbuhan terhambat atau stunting masih menjadi tantangan utama dalam upaya peningkatan kesejahteraan anak-anak di wilayah pedesaan Indonesia, termasuk di Nagori Bukit Rejo, Kecamatan Sidamanik, Kabupaten Simalungun. Meskipun lingkungan sekitar menyediakan berbagai jenis tanaman bernutrisi seperti daun kelor, sebagian besar keluarga belum memaksimalkan potensi tersebut untuk mendukung kebutuhan gizi balita. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memahami pandangan ibu-ibu peserta Posyandu terhadap program pendampingan gizi berbasis bahan pangan lokal, terutama pembuatan puding daun kelor yang dilaksanakan bersama tim Kuliah Kerja Nyata UIN Sumatera Utara. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengamatan langsung dan wawancara mendalam terhadap 12 orang ibu peserta Posyandu serta dua orang petugas kader kesehatan. Hasil kajian menunjukkan bahwa secara umum para ibu memandang program ini bermanfaat untuk menambah asupan gizi harian anak, meskipun masih ada kendala seperti keterbatasan waktu luang, kebiasaan lama dalam mengolah makanan, serta kurangnya keterampilan pengolahan daun kelor agar disukai balita. Dari temuan ini dapat disimpulkan bahwa pemanfaatan daun kelor memiliki peluang besar untuk dikembangkan menjadi program pencegahan stunting yang berkelanjutan, asalkan didukung bimbingan berkesinambungan dari kader kesehatan dan pengurus nagori. Disarankan agar pihak terkait menyusun panduan praktis pengolahan pangan lokal serta menjadikan praktik bersama sebagai bagian rutin dari kegiatan Posyandu.

Kata Kunci: Stunting, Pangan Lokal, Daun Kelor, Persepsi Ibu-ibu, Pengabdian Masyarakat

Abstract

Stunted growth remains a major challenge in efforts to improve child welfare in rural Indonesia, including in Nagori Bukit Rejo, Sidamanik District, Simalungun Regency. Although the local environment offers various nutritious plants such as moringa leaves most families have not fully utilized this potential to meet the nutritional needs of toddlers. This community service initiative aimed to understand the perspectives of mothers participating in the Posyandu (Integrated Health Post) regarding a local food-based nutrition support program specifically the preparation of moringa leaf pudding conducted in collaboration with the UIN Sumatera Utara Student Community Service (KKN) team. The study employed a qualitative approach, utilizing direct observation and in-depth interviews with 12 participating mothers and two health volunteers (kader). The findings indicate that, generally, the mothers viewed the program as beneficial for boosting their children's daily nutritional intake; however, obstacles remained, such as limited free time, entrenched food preparation habits, and a lack of skills in processing moringa leaves in a way that appeals to toddlers. It can be concluded that utilizing moringa leaves holds significant potential for development into a sustainable stunting prevention program, provided there is continuous guidance from health volunteers and village officials. It is recommended that relevant stakeholders develop practical guidelines



for processing local foods and incorporate hands-on preparation sessions as a regular feature of Posyandu activities.

Keywords: *Stunting, Local Food, Moringa Leaves, Mothers' perceptions, Community Service*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Stunting adalah gangguan pertumbuhan jangka panjang yang terjadi akibat kurangnya asupan gizi pada masa awal kehidupan anak, yang masih menjadi fokus utama program kesehatan nasional saat ini (Kemenkes RI, 2024). Di daerah pedesaan seperti Nagori Bukit Rejo, banyak keluarga tinggal di lingkungan yang sebenarnya kaya akan tanaman alami bernutrisi, namun belum banyak yang menyadari cara memanfaatkannya untuk kebutuhan anak-anak balita. Salah satu tanaman yang mudah ditemukan di pekarangan warga adalah daun kelor, yang mengandung kadar protein, kalsium, dan vitamin yang cukup tinggi untuk mendukung pertumbuhan anak (Siregar dkk., 2025). Selama pelaksanaan program KKN tahun 2026, tim mahasiswa bekerja sama dengan kader kesehatan dan ibu-ibu Posyandu untuk mengadakan pelatihan pengolahan daun kelor menjadi puding yang cocok dikonsumsi balita. Sebelum kegiatan ini berlangsung, sebagian besar ibu hanya mengenal daun kelor sebagai tanaman biasa di halaman rumah, tanpa mengetahui manfaat besarnya bagi kesehatan anak.

Keberhasilan upaya penurunan angka stunting tidak hanya bergantung pada ketersediaan bahan makanan saja, melainkan juga pada seberapa baik masyarakat menerima dan mau menerapkan pengetahuan baru yang diberikan (Nuraini, 2026). Sampai saat ini belum ada gambaran mendalam tentang bagaimana pandangan ibu-ibu di Nagori Bukit Rejo terhadap program pengolahan daun kelor ini. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini disusun untuk memahami persepsi ibu-ibu Posyandu terkait manfaat, hambatan, serta harapan mereka terhadap program pendampingan gizi berbasis pangan lokal tersebut. Tujuan utama dari pengabdian ini adalah untuk mengetahui pandangan ibu-ibu Posyandu terhadap program pembuatan puding daun kelor dalam upaya penanggulangan stunting di Nagori Bukit Rejo. Selain itu, kajian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung serta menghambat pelaksanaan program, dan menyusun saran agar kegiatan serupa dapat berjalan secara berkelanjutan di masa yang akan datang.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan bentuk studi kasus pengabdian masyarakat (Sugiyono, 2024). Lokasi pelaksanaan adalah wilayah kerja Posyandu Nagori Bukit Rejo, Kecamatan Sidamanik, Kabupaten Simalungun. Peserta atau informan dalam kajian ini berjumlah 14 orang, yang terdiri dari 12 orang ibu-ibu yang rutin mengikuti kegiatan Posyandu dan dua orang kader kesehatan yang bertugas mendampingi program gizi tersebut. Pengumpulan data dilakukan melalui dua cara utama, yaitu pengamatan langsung saat tim dan ibu-ibu berlatih membuat puding daun kelor, serta wawancara mendalam yang dilaksanakan dua minggu setelah pelatihan selesai. Semua hasil pembicaraan dengan informan dicatat secara tertulis dan direkam setelah mendapatkan izin dari pihak yang bersangkutan. Selanjutnya data yang terkumpul dikelompokkan berdasarkan tema-tema utama, yaitu pandangan manfaat program, faktor pendukung, hambatan pelaksanaan, dan harapan untuk ke depannya. Sebelum pengambilan data dilakukan, tim KKN telah melaksanakan rangkaian kegiatan awal, yaitu penyuluhan singkat tentang manfaat gizi daun kelor, praktik bersama pembuatan puding daun kelor, serta pembagian hasil olahan kepada anak-anak yang hadir di Posyandu. Tim juga

memberikan lembar panduan sederhana yang berisi cara memilih, mencuci, dan mengolah daun kelor agar aman dikonsumsi oleh balita.

HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Persepsi Ibu-ibu terhadap Manfaat Program

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, sebagian besar ibu-ibu peserta Posyandu memiliki pandangan yang baik terhadap program pembuatan puding daun kelor. Sebelum mengikuti pelatihan ini, banyak dari mereka hanya menganggap daun kelor sebagai tanaman liar atau tanaman hias di halaman rumah, tanpa menyadari kandungan gizi yang terkandung di dalamnya (Siregar dkk., 2025). Beberapa ibu bercerita bahwa mereka sering melihat daun kelor tumbuh subur di pinggir jalan atau pekarangan tetangga, namun tidak pernah terpikir untuk mengolahnya menjadi makanan untuk anak-anak balita. Sebagian besar dari mereka hanya menggunakannya sebagai sayur biasa untuk keluarga dewasa, bukan untuk makanan pendamping tumbuh kembang anak. Setelah mengikuti penyuluhan dan mencoba membuat puding secara bersama-sama, para ibu berpendapat bahwa olahan daun kelor ini cocok untuk anak-anak karena teksturnya lembut dan mudah ditelan balita. Beberapa ibu juga menyampaikan bahwa setelah anak mereka mencoba puding daun kelor di Posyandu, terlihat peningkatan semangat makan pada anak-anak tersebut. Meskipun demikian, pada awalnya beberapa ibu merasa ragu untuk memberikan olahan daun kelor kepada anak karena khawatir rasanya akan terasa pahit dan membuat anak enggan makan. Mereka pernah mencoba masakan daun kelor sebelumnya dengan cara yang kurang tepat, sehingga meninggalkan kesan kurang menyenangkan bagi anak-anak mereka. Namun setelah mencoba membuat dan mencicipinya bersama-sama dalam kelompok Posyandu, kekhawatiran tersebut berkurang dan mereka mulai tertarik untuk mencobanya kembali di rumah masing-masing. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman praktik bersama dapat mengubah pandangan awal ibu-ibu terhadap jenis makanan baru untuk balita. Perubahan pandangan ini juga diperkuat oleh penjelasan dari kader kesehatan yang menjelaskan bahwa daun kelor tidak harus terasa pahit jika diproses dengan langkah-langkah yang benar sejak awal pemilihan daun hingga proses perebusan.

Faktor Pendukung Pelaksanaan Program

Salah satu faktor utama yang mendukung jalannya program adalah ketersediaan daun kelor yang sangat mudah ditemukan di sekitar lingkungan Nagori Bukit Rejo, sehingga ibu-ibu tidak perlu mengeluarkan biaya tambahan untuk membeli bahan pangan tersebut (Lubis dkk., 2025). Tanaman ini tumbuh sepanjang tahun di pekarangan, sehingga tidak perlu khawatir kehabisan stok bahan utama di musim-musim tertentu. Selain itu, jadwal pertemuan Posyandu yang dilaksanakan secara rutin memudahkan tim mahasiswa dan kader kesehatan untuk memberikan penyuluhan serta pelatihan secara bertahap kepada para ibu. Waktu pertemuan yang sudah menjadi kebiasaan membuat ibu-ibu tidak perlu mengatur jadwal baru untuk mengikuti kegiatan pembelajaran gizi ini. Dukungan dari pengurus nagori dan kader kesehatan juga sangat membantu, mengingat mereka sudah dikenal dan dipercaya oleh warga setempat sehingga informasi yang disampaikan lebih mudah diterima oleh masyarakat. Para kader juga membantu mengajak ibu-ibu yang jarang hadir ke Posyandu untuk ikut serta dalam pelatihan pengolahan pangan lokal. Antusiasme ibu-ibu untuk mempelajari hal baru demi kesehatan anak juga menjadi pendukung penting keberhasilan program. Sebagian besar ibu menyatakan bahwa mereka lebih senang mengikuti kegiatan praktik secara langsung dibandingkan hanya mendengarkan ceramah saja, sehingga pengetahuan yang diperoleh lebih mudah diingat dan diterapkan di rumah masing-masing. Banyak ibu yang berharap dapat memiliki keterampilan mengolah makanan bergizi tanpa harus mengeluarkan uang banyak, sehingga program ini terasa sesuai dengan kondisi ekonomi keluarga mereka di pedesaan. Hubungan kekeluargaan

antar ibu-ibu di lingkungan Posyandu juga membuat mereka saling mendorong untuk ikut berlatih bersama, sehingga suasana pembelajaran menjadi lebih santai dan tidak menegangkan.

Hambatan yang Ditemukan di Lapangan

Beberapa kendala yang ditemukan selama pelaksanaan program antara lain keterbatasan waktu luang ibu-ibu karena kesibukan mengurus rumah tangga dan pekerjaan di ladang. Sebagian besar ibu harus bangun pagi untuk mengurus pekerjaan rumah lalu pergi ke ladang, sehingga sisa waktu di siang hari sudah sangat terbatas untuk mengolah makanan tambahan bagi balita. Sebagian ibu juga belum memahami cara mengolah daun kelor dengan benar, sehingga terkadang hasil masakan terasa pahit dan membuat anak-anak enggan memakannya (Sari & Hasibuan, 2026). Kesalahan yang sering terjadi antara lain tidak memisahkan batang daun yang tua atau tidak merebus daun dengan waktu yang cukup sesuai panduan. Selain itu, masih ada ibu yang belum mengetahui cara menyimpan daun kelor agar tetap segar untuk diolah beberapa hari kemudian. Biasanya mereka hanya mengambil daun saat ingin memasak saja, sehingga jika hujan turun atau cuaca buruk, mereka tidak memiliki stok daun kelor di rumah. Kendala lain yang tidak kalah penting adalah batas waktu pelaksanaan pengabdian KKN yang terbatas, sehingga bimbingan mendalam tidak dapat dilanjutkan secara rutin setiap minggu. Tim mahasiswa hanya dapat mendampingi selama beberapa minggu saja sebelum kembali ke kampus. Jika tidak ada kelanjutan pendampingan dari kader kesehatan setelah tim KKN pulang, ada kekhawatiran sebagian ibu-ibu akan berhenti membuat puding daun kelor dan kembali ke kebiasaan makan seperti sebelumnya. Beberapa ibu juga mengakui bahwa mereka masih membutuhkan pengingat agar tidak lupa melakukannya setiap minggu. Ada juga hambatan berupa keyakinan lama sebagian ibu yang beranggapan bahwa makanan bergizi selalu harus dibeli dengan harga mahal, sehingga pada awalnya mereka kurang yakin bahwa tanaman di halaman rumah bisa bermanfaat untuk mencegah stunting.

Rekomendasi untuk Keberlanjutan Program

Berdasarkan hasil temuan dari pengabdian ini, disarankan agar kader kesehatan bersama pengurus nagori terus mengadakan praktik pengolahan pangan lokal seperti puding daun kelor pada jadwal Posyandu yang sudah ada. Kegiatan praktik ini tidak perlu berlangsung lama, cukup sekitar 30-45 menit setiap bulan agar tidak membebani waktu ibu-ibu peserta. Pihak terkait juga dapat menyebarluaskan panduan sederhana tentang cara memilih, mencuci, dan mengolah daun kelor agar tidak terasa pahit dan aman dikonsumsi balita. Panduan dapat dibuat dalam bentuk lembar cetak berisi gambar agar mudah dipahami oleh ibu-ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang beragam. Selain itu, pembentukan kelompok kecil ibu-ibu yang berfokus pada gizi dapat membantu warga saling berbagi pengalaman dan memotivasi satu sama lain untuk terus memanfaatkan pangan lokal di rumah masing-masing. Kelompok ini dapat dipimpin oleh ibu-ibu yang sudah mahir mengolah daun kelor selama pelatihan bersama tim KKN. Pengurus nagori juga dapat bekerja sama dengan puskesmas untuk menyertakan materi pemanfaatan pangan lokal dalam penyuluhan gizi rutin setiap bulan. Dengan begitu, informasi tentang manfaat daun kelor akan terus diperbarui dan diingat oleh warga. Dapat juga dibuat contoh olahan sederhana lain dari daun kelor selain puding, misalnya bubuk daun kelor untuk campuran nasi atau bubur anak, agar ibu-ibu memiliki variasi pilihan makanan untuk balita mereka. Terakhir, disarankan agar kader kesehatan melakukan pengecekan singkat setiap bulan untuk mengetahui apakah ibu-ibu masih rutin mengolah daun kelor dan membantu menyelesaikan kesulitan yang mereka hadapi saat mengolahnya di rumah.

KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pengabdian ini dapat disimpulkan bahwa ibu-ibu Posyandu di Nagori Bukit Rejo secara umum memiliki pandangan positif terhadap program pendampingan gizi berbasis pangan lokal berupa pembuatan puding daun kelor. Program ini dianggap bermanfaat untuk mendukung pemenuhan kebutuhan gizi balita, meskipun masih terdapat beberapa hambatan seperti keterbatasan waktu, keterampilan pengolahan yang belum maksimal, dan keterbatasan masa pendampingan dari tim KKN. Ibu-ibu peserta awalnya memiliki keraguan terhadap manfaat dan rasa olahan daun kelor, namun setelah mengikuti praktik bersama di Posyandu, sebagian besar mulai percaya dan bersedia mencobanya di rumah masing-masing. Ketersediaan daun kelor yang mudah diperoleh menjadi keunggulan utama program ini untuk diteruskan di lingkungan pedesaan. Agar manfaat program ini tetap terasa setelah selesainya masa pengabdian, diperlukan kelanjutan dukungan dan bimbingan dari kader kesehatan serta pengurus nagori melalui kegiatan rutin di Posyandu. Tanpa pendampingan lanjutan, ada risiko program ini hanya berjalan selama masa KKN saja dan tidak menjadi kebiasaan masyarakat secara berkelanjutan. Upaya penguatan keterampilan pengolahan dan penyebaran panduan sederhana juga menjadi hal penting untuk mengatasi hambatan yang ditemukan di lapangan. Jika hal-hal tersebut dapat dijalankan dengan baik, program pemanfaatan daun kelor ini dapat menjadi salah satu upaya sederhana namun efektif untuk mendukung penurunan angka stunting di Nagori Bukit Rejo.

Novelty pengabdian ini terletak pada eksplorasi persepsi ibu-ibu peserta Posyandu terhadap pendampingan gizi berbasis pangan lokal sebagai pendekatan partisipatif dan kontekstual dalam upaya pencegahan stunting di tingkat komunitas pedesaan, dengan menempatkan pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera*) melalui inovasi olahan pangan berupa puding sebagai titik masuk untuk memahami penerimaan, hambatan praktik, dan peluang keberlanjutan intervensi gizi keluarga. Berbeda dari pendekatan yang berorientasi pada edukasi gizi atau pemanfaatan pangan lokal semata, penelitian ini mengintegrasikan perspektif pengalaman ibu dan peran kader kesehatan untuk mengidentifikasi kesenjangan antara ketersediaan sumber daya pangan lokal dan penerapannya dalam praktik pemberian makan balita sehari-hari. Kontribusi konseptual penelitian ini terletak pada penegasan bahwa potensi pangan lokal untuk mendukung pencegahan stunting tidak hanya ditentukan oleh kandungan gizinya, tetapi juga oleh penerimaan anak, keterampilan pengolahan pangan, kebiasaan konsumsi keluarga, ketersediaan waktu pengasuhan, dan kesinambungan pendampingan berbasis komunitas. Dengan mengambil konteks Nagori Bukit Rejo, Kabupaten Simalungun, penelitian ini menawarkan perspektif kontekstual mengenai interaksi antara pengetahuan gizi, praktik pengolahan pangan, dan dukungan kelembagaan lokal yang dapat menjadi landasan bagi pengembangan model pendampingan gizi yang lebih adaptif, partisipatif, dan berkelanjutan. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada pergeseran fokus dari potensi nutrisi bahan pangan lokal menuju dimensi sosial-perilaku dan mekanisme keberlanjutan pemanfaatannya dalam praktik pencegahan stunting di tingkat keluarga dan komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemendes RI. (2024). Pedoman Pencegahan dan Penanganan Stunting di Tingkat Desa. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lubis, S., dkk. (2025). Pemanfaatan tanaman lokal untuk peningkatan gizi balita di wilayah pedesaan Sumatera Utara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat UIN-SU*, 8(2), 45-54.
- Nuraini, R. (2026). Persepsi ibu terhadap program gizi Posyandu di daerah pedesaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 19-28.



- Sari, M., & Hasibuan, L. (2026). Kendala pemanfaatan pangan lokal dalam upaya pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(1), 33-41.
- Siregar, N., dkk. (2025). Kandungan gizi daun kelor dan potensinya sebagai makanan pendamping balita. *Jurnal Ilmu Pangan dan Gizi*, 14(3), 71-79.
- Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif untuk Pengabdian Masyarakat*. Bandung: Alfabeta.