
SOSIALISASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMANFAATAN PANGAN FUNGSIONAL BERBAHAN DASAR KELOR DI DESA SIMATOHIR, KECAMATAN ANGKOLA JULU, KOTA PADANGSIDIMPUAN

Irmalia Fitri Siregar^{1)*}, Fatma Suryani Harahap²⁾, Nur Afifah Lubis³⁾, Yusnita Wahyuni
Silitonga⁴⁾, Melvariani Syari Batubara⁵⁾

^{1,4)}Agroteknologi, Fakultas Sains Dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan,
Sumatera Utara, Indonesia

²⁾Pendidikan Kimia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tapanuli
Selatan, Sumatera Utara, Indonesia

³⁾Pendidikan Bahasa Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah
Tapanuli Selatan, Sumatera Utara, Indonesia

⁵⁾Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tapanuli
Selatan

*Email: irmalia@um-tapsel.ac.id

Abstract

Stunting is a growth and development disorder in children due to long-term malnutrition. Stunting can be caused by malnutrition experienced by the mother during pregnancy, or by the child during its growth period. A socialization about stunting was conducted in Simatohir Village, Angkola Julu District, Padangsidempuan City on January 12, 2025. Some of the materials presented during the socialization included what stunting is, its causes, and how to prevent it. This activity involved collaboration between health workers, KKN students, and the local government in providing insight into the introduction and prevention of stunting by utilizing functional food moringa leaves processed into cookies. The implementation method included interactive lectures, discussions, and demonstrations of functional food processing (cookies) made from moringa. The results of the activity showed an increase in understanding of the Simatohir village community, which was very participatory in the socialization carried out. This can be seen from the open discussion session and the demonstration of moringa cookie processing carried out by lecturers and KKN students.

Keywords: Functional Food, Socialization, Stunting

Abstrak

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang. Stunting bisa disebabkan oleh malnutrisi yang dialami ibu saat hamil, atau anak pada masa pertumbuhannya. Sosialisasi tentang stunting telah dilakukan di Desa Simatohir, Kecamatan Angkola Julu, Kota Padangsidempuan pada tanggal 12 Januari 2025. Beberapa materi yang disampaikan saat sosialisasi adalah apa itu stunting, penyebabnya, dan cara pencegahannya. Kegiatan ini melibatkan kolaborasi antara tenaga kesehatan, mahasiswa KKN, dan pemerintah daerah dalam memberikan wawasan tentang pengenalan serta pencegahan stunting dengan pemanfaatan pangan fungsional daun kelor yang diolah menjadi kukis. Metode pelaksanaan meliputi ceramah interaktif, diskusi, serta demonstrasi pengolahan pangan fungsional (kukis) berbahan dasar kelor. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat desa Simatohir sangat partisipatif dalam sosialisasi yang dilaksanakan.

Hal ini dapat dilihat dari sesi diskusi yang dibuka dan demonstrasi pengolahan kelor kukis yang dilaksanakan oleh Dosen beserta mahasiswa KKN.

Kata Kunci: Pangan Fungsional, Sosialisasi, Stunting.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan permasalahan kesehatan yang masih menjadi tantangan di Indonesia, terutama di daerah pedesaan. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang optimal, pola asuh yang kurang tepat, serta sanitasi yang tidak memadai. (Fatma, 2025).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan, angka prevalensi stunting di Indonesia masih cukup tinggi, meskipun berbagai program telah diterapkan untuk menanggulunginya. (Sahira & Assariah, 2023).

Prevalensi stunting di Kota Padangsidempuan pada tahun 2021 mencapai 32,1%, lebih tinggi dibandingkan rata - rata nasional sebesar 24,2% dan rata - rata Provinsi Sumatera Utara sebesar 25,8% (Rangkuti et al., 2023). Data tersebut menunjukkan bahwa dibutuhkan adanya peningkatan pemahaman tentang stunting kepada masyarakat kota Padangsidempuan salah satunya masyarakat desa Simatohir, Kecamatan Angkola Julu, Padangsidempuan.

Banyak keluarga yang belum memahami pentingnya pemberian makanan yang mengandung makronutrien dan mikronutrien secara seimbang. Pola makan yang tidak teratur, kurangnya variasi pangan, serta keterbatasan akses terhadap sumber makanan bergizi menjadi faktor yang memperparah kondisi ini. Oleh karena itu, sosialisasi tentang pentingnya gizi seimbang sangat diperlukan agar masyarakat dapat mengadopsi pola makan yang lebih sehat dan mendukung pertumbuhan anak secara optimal (Yasmine & Setyorini, 2024).

Dalam memenuhi status gizi balita, maka salah satu solusinya adalah mengembangkan formula Pemberian Makanan Tambahan (PMT) padabalita yang lebih bermutu serta bernutrisi tinggi demi menuntaskan permasalahan gizi buruk dan gizi kurang di Indonesia yang berasal dari keluarga miskin.(5) Salah satu jenis PMT yang dapat dibuat adalah produk pangan fungsional seperti biskuit sehat yang proses pembuatannya dapat disubstitusi tepung

tempe dan serbuk bayam agar biskuit yang dihasilkan memiliki nilai gizi yang lebih dari biscuit biasa (Mufida, 2015).

Pangan fungsional merupakan pangan yang mengandung satu atau lebih senyawa yang memiliki fungsi tertentu dan bermanfaat bagi kesehatan dan berasal dari tanaman Salah satunya dari sayuran yaitu daun kelor. Pangan fungsional adalah pangan yang karena kandungan komponen aktifnya dapat memberikan manfaat bagi kesehatan, di luar manfaat yang diberikan oleh zat - zat gizi yang terkandung di dalamnya (Astawan, 2011)

Kelor merupakan jenis tanaman multiguna, hampir semua bagian dari tanaman kelor dapat dijadikan bahan antimikroba. Bagian-bagian tanaman kelor yang telah terbukti sebagai bahan antimikroba di antaranya daun, biji, minyak, bunga, akar, dan kulit kayu tumbuhan kelor (Bukar et al., 2010). Fungsi tanaman kelor sebagai tumbuhan berkhasiat obat, sudah lama dikenal oleh masyarakat di lingkungan pedesaan. Seperti akarnya, campuran bersama kulit akar pepaya kemudian digiling dan dihancurkan, banyak digunakan untuk obat luar (balur) penyakit beri-beri dan sejenisnya. Daunnya ditambah dengan kapur sirih, juga merupakan obat kulit seperti kurap dengan cara digosokkan (Rahmat, 2009).

Tanaman kelor memiliki berbagai manfaat baik secara ekonomis maupun kesehatan. Kelor tidak hanya kaya akan nutrisi akan tetapi juga memiliki sifat fungsional karena tanaman ini mempunyai khasiat dan manfaat bagi kesehatan manusia. Baik kandungan nutrisi maupun berbagai zat aktif yang terkandung dalam tanaman ini dapat dimanfaatkan untuk kepentingan mahluk hidup dan lingkungan. Bau khas yang dimiliki oleh daun kelor membuat masyarakat belum banyak yang dapat memanfaatkan daun tersebut secara maksimal. Di beberapa wilayah di Indonesia, utamanya Indonesia bagian timur kelor dikonsumsi sebagai salah satu menu sayuran. Sebagian masyarakat terutama Indonesia bagian timur, mengenal daun kelor sebagai masakan sayuran yang

dapat dicampur dengan jenis sayuran lainnya (Marhaini, 2021)

Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan telah melaksanakan kegiatan KKN pada bulan Oktober 2024 hingga Januari 2025. Kegiatan KKN mendapat dukungan dari pihak pemerintah daerah Kota Padangsidimpuan dan daerah yang dijadikan sebagai lokasi kegiatan KKN adalah Kecamatan Padangsidimpuan Angkola Julu. Salah Satu desa di Kecamatan Angkola Julu yang dijadikan sebagai Lokasi KKN mahasiswa UM-Tapsel adalah Desa Simatohir.

METODE PELAKSANAAN

1. Pembekalan dari universitas dan pemerintahan Kota Padangsidimpuan Tujuan pembekalan adalah memberikan motivasi dan pemahaman kepada mahasiswa tentang peran mereka saat melaksanakan program KKN.
2. Tinjau lokasi dan melihat kondisi permasalahan masyarakat di lokasi KKN Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah melihat kondisi lokasi untuk menyesuaikan program kerja yang akan dilaksanakan.
3. Perumusan masalah dan perumusan solusi Setelah dilakukan observasi langsung dan diskusi dengan aparat desa, maka tim KKN melakukan perumusan masalah dengan aparat desa tentang permasalahan yang dialami masyarakat dan program kerja yang sesuai dengan kondisi masyarakat.
4. Menyusun Rencana Pelaksanaan Kegiatan Pada tahap ini dilakukan penyusunan *timeline* kegiatan serta membuat list bahan dan alat yang dibutuhkan selama kegiatan.
5. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi stunting Sosialisasi bertujuan untuk memberikan informasi tentang apa itu stunting, bagaimana penyebabnya, akibat stunting dimasa yang akan datang dan cara pencegahannya yang dilanjutkan dengan sesi diskusi Tanya jawab,
6. Demonstrasi Setelah sesi tanya jawab, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi memasak makanan fungsional kelor kukis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi tentang stunting kepada masyarakat sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan terkait pencegahan dan penanganannya. Tanpa pemahaman yang baik, masyarakat cenderung kurang menyadari bahaya stunting terhadap masa depan. Sosialisasi tentang stunting telah dilakukan di Desa Simatohir, Kecamatan Angkola Julu, Padangsidimpuan pada tanggal 12 Januari 2025 Peserta berjumlah 56 orang, terdiri dari ibu - ibu yang baru menikah dan juga ibu yang memiliki balita.



Sesi tanya jawab berlangsung secara interaktif, di mana peserta aktif mengajukan pertanyaan terkait stunting dan penanggulangannya. Setelah sesi Tanya jawab dilakukan pula demonstrasi memasak makanan pangan fungsional kelor kukis yang dilaksanakan oleh Dosen Pendamping Lapangan (DPL) yang dibantu oleh mahasiswa KKN. Demonstrasi ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang kandungan gizi yang terdapat pada daun kelor sebagai upaya

pencegahan stunting di desa Simatohir

Alat dan Bahan Pengabdian

Alat yang dibutuhkan antara lain baskom, sendok spatula, dan oven. Bahan dasar penelitian berupa daun kelor, margarin, kuning telur, gula semut aren, vanilla butter, baking powder, tepung terigu protein rendah, dan coco chips.

Prosedur pembuatan kelor cookies

Prosedur pembuatan kelor cookies diawali dengan pengumpulan daun kelor kemudian dicuci bersih dan dikeringkan selama 1 hari, dan diblender. 100 gr Margarin dan 70 gr gula semut aren dituangkan kedalam baskom kemudian diaduk rata. Setelah itu kuning telur ditambahkan 0,5 sdt vanilla butter kemudian diaduk rata. 0,25 sdt Baking powder dan 125 gr tepung protein rendah kemudian diaduk setelah kalis dibentuk bulat dan diratakan dengan garpu dan ditambah coco chips kemudian dituang kedalam adonan. Kemudian dibakar dalam oven pada suhu 160 derajat sekitar 10-15 menit.



Gambar 1: Pengolahan Kelor Kukis di Desa Simatohir

DAFTAR PUSTAKA

Astawan, M. 2011. Pangan Fungsional Bahan Dasar Tepung Untuk Kesehatan yang Optimal. <http://Masnafood.com>. [diakses pada tanggal 5 juni 2025].

Bukar, A., Uba, A. & Oyeyi, T.I. 2010. Antimicrobial profile of Moringa oleifera Lam. extracts against some food-borne microorganisms. *Bayero Journal of Pure and Applied Sciences*. 3(1) : .43-48.

Fatma. 2025. Sosialisasi Pentingnya Gizi

Seimbang. Untuk Pencegahan Stunting di Desa Gunung Hasahatan Kota Padangsidempuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sipangambai Manoktok Hitei*. Volume 5 No 1.

- Fitriyani, A., Angelina, P. R., Fatih, H. N., Pradipta, M. R., & Fauzan, A. (2024). Sosialisasi Pencegahan Stunting Melalui Aspek Fisik dan Psikologis di Desa Cinangneng. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 4(2), 228-234
- Harahap, F. S., Siregar, I. F., Pohan, H. M., Sari, E. M., Asmaryadi, A., & Yunita, D. (2025). Socialization of the Importance of Balanced Nutrition for Stunting Prevention In Gunung Hasahatan Village, Padangsidempuan City. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 5(1), 124-130
- Mufida L, Widyaningsih Td, Maligan Jm. Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi) Untuk Bayi 6 – 24 Bulan: Kajian Pustaka. *Basic Principles Of Complementary Feeding For Infant 6 - 24 Months: A Review*. *J Pangan Dan Agroindustri*. 2015;3(4):1646–51.
- Nur Sakina Sahira, & Khandika Sara Patla Assariah. (2023). Edukasi dan Pendampingan Program Cegah Stunting. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 33-38.
- Oktaviasari, D. I., Mulyati, T. A., Nugraheni, R., & Pujiono, F. E. (2024). Peningkatan Ketahanan Pangan Keluarga Melalui Inovasi SnackBar Ubi Jalar Ungu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 4(2), 323-327
- Rangkuti, J. A., J. Hadi, A., Ahmad, H., Ridwan Amiruddin, & Owildan Wisudawan. (2023). Determinan Stunting Pada Balita Di Kecamatan Padangsidempuan Selatan Kota Padangsidempuan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 6(4), 708–713. <https://doi.org/10.56338/Mppki.V6i4.3381>.

- Silitonga, Y. W., Lubis, R. A., Nurmi, A., Batubara, M. S., & Hasibuan, B. (2025). Pendampingan Mahasiswa KKN Di Desa Bargottopong Dengan Program Kerja Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 5(1), 41-48
- Sinaga, D. P., Damanik, R., Siboro, T. D., Purba, S. T., & Saragih, M. (2023). Penyuluhan Tentang Manfaat Mengonsumsi Yoghurt Dan Cara Pembuatannya Guna Mendorong Ekonomi Serta Kesehatan Masyarakat Di Kelurahan Sukamakmur Pemataangsiantar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 3(1), 23-27
- Sitinjak, W., Sinaga, R., Reni, L., Simanjuntak, R., Marbun, J., Siadari, M., ... & Sitinjak, H. (2024). Pemanfaatan Pekarangan Dalam Mendukung Ketahanan Pangan Dan Gizi Sehat Keluarga Dengan Budidaya Tanaman Sayuran Secara Vertikultur Di Masyarakat Sekitar GMI Banuh Raya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 4(2), 370-380