

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PROGRAM EDUKASI GIZI DAN INOVASI JELI DAUN KELOR DI GAMPONG TIBANG

Community Empowerment Through Nutrition Education Program And Moringa Leaf Jelly Innovation In Gampong Tibang

Fauziah Andika¹, Faradilla Safitri², Yeltisa Melani³, Desi⁴, Irwan Syahputra⁵, Fadil Irfan⁶, M.Dzaky Arkan⁷

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

²Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

^{3,4,5}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email: fauziah@uui.ac.id

Abstrak

Daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan tanaman lokal yang kaya akan nutrisi seperti protein, vitamin, mineral, dan antioksidan yang bermanfaat dalam meningkatkan status gizi masyarakat. Pemanfaatannya yang masih terbatas mendorong perlunya upaya edukasi dan inovasi pengolahan pangan berbasis kelor. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat melalui program edukasi gizi dan inovasi jeli daun kelor di Gampong Tibang. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 13 Januari 2026 dengan melibatkan 30 orang masyarakat, khususnya ibu rumah tangga. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan gizi, pelatihan pembuatan jeli daun kelor, serta diskusi interaktif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang serta keterampilan dalam mengolah daun kelor menjadi produk inovatif yang menarik dan bernilai ekonomis. Program ini juga mendorong pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya peningkatan kesehatan dan kemandirian masyarakat.

Kata kunci: pemberdayaan masyarakat, edukasi gizi, daun kelor, jeli kelor

Abstract

Moringa leaves (Moringa oleifera) are a local plant rich in nutrients such as protein, vitamins, minerals, and antioxidants that are beneficial for improving community nutritional status. However, their utilization remains limited, highlighting the need for education and innovation in processing moringa-based food products. This community service program aimed to empower the community through nutrition education and innovation of moringa leaf jelly in Gampong Tibang. The activity was conducted on January 13, 2026, involving 30 community members, primarily housewives. The methods used included nutrition education, training on making moringa leaf jelly, and interactive discussions. The results showed an increase in community knowledge about balanced nutrition and improved skills in processing moringa leaves into innovative, nutritious, and economically valuable products. This program also encouraged the utilization of local food resources to enhance community health and self-reliance.

Keywords: community empowerment, nutrition education, moringa leaves, moringa jelly

1. PENDAHULUAN

Masalah gizi masih menjadi salah satu isu kesehatan masyarakat yang krusial di Indonesia dan berdampak langsung terhadap kualitas sumber daya manusia. Permasalahan gizi tidak hanya terbatas pada kekurangan asupan

makanan, tetapi juga berkaitan dengan kualitas konsumsi pangan, pola asuh, serta pemanfaatan sumber daya lokal yang belum optimal. Salah satu bentuk masalah gizi yang hingga saat ini masih menjadi perhatian utama adalah stunting, yaitu kondisi gagal tumbuh pada anak akibat

kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam jangka waktu lama, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif, produktivitas, serta meningkatkan risiko penyakit di masa depan Katmawanti, S., & Samah, D. A. (2024)

Di Indonesia, permasalahan stunting masih menjadi tantangan serius yang membutuhkan penanganan multisektoral. Tingginya angka kejadian stunting menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan belum sepenuhnya optimal, terutama dalam aspek edukasi gizi dan pemanfaatan pangan lokal. Faktor penyebab stunting sangat kompleks, meliputi kurangnya asupan gizi seimbang, rendahnya pengetahuan masyarakat, kebiasaan konsumsi yang tidak sehat, serta kurangnya inovasi dalam pengolahan bahan pangan bergizi (Fatmawati, F., et al. 2024). Oleh karena itu, pendekatan berbasis pemberdayaan masyarakat menjadi salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan kemandirian masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizinya.

Salah satu potensi lokal yang memiliki nilai gizi tinggi namun belum dimanfaatkan secara optimal adalah daun kelor (*Moringa oleifera*). Tanaman ini dikenal sebagai pangan fungsional karena memiliki kandungan nutrisi yang sangat lengkap, seperti protein, vitamin A, vitamin C, zat besi, kalsium, serta antioksidan yang tinggi. Kandungan tersebut sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah masalah gizi, termasuk stunting (Katmawanti, S., & Samah, D. A. 2024).. Bahkan, berbagai penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan daun kelor dalam bentuk olahan pangan dapat meningkatkan status gizi dan pertumbuhan anak secara signifikan (Fatmawati, F., et al. 2024)

Selain sebagai sumber nutrisi, daun kelor juga memiliki potensi besar sebagai bahan pangan lokal yang mudah diperoleh, murah, dan dapat diolah menjadi berbagai produk inovatif. Namun demikian, pemanfaatannya di masyarakat masih sangat terbatas. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai manfaat daun kelor serta keterbatasan keterampilan dalam mengolahnya

menjadi makanan yang menarik dan diterima oleh berbagai kelompok usia. Padahal, inovasi pengolahan pangan sangat penting untuk meningkatkan daya tarik konsumsi, terutama pada anak-anak yang cenderung selektif terhadap makanan (Rahmatiah, et al.2023).

Berbagai studi menunjukkan bahwa pengolahan daun kelor menjadi produk pangan inovatif seperti kudapan, minuman, maupun makanan ringan dapat menjadi solusi dalam meningkatkan asupan gizi masyarakat. Pengembangan produk berbasis kelor yang disesuaikan dengan selera masyarakat, seperti jeli, pudding, atau makanan ringan lainnya, terbukti mampu meningkatkan minat konsumsi serta berkontribusi dalam upaya pencegahan stunting (Widowati, H., et al. 2023). Inovasi ini tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan, tetapi juga membuka peluang ekonomi bagi masyarakat melalui pengembangan usaha berbasis pangan lokal.

Gampong Tibang sebagai salah satu wilayah di Kota Banda Aceh memiliki potensi sumber daya lokal yang cukup baik, termasuk ketersediaan tanaman kelor. Namun, potensi tersebut belum dimanfaatkan secara maksimal dalam mendukung ketahanan pangan dan perbaikan status gizi masyarakat. Kurangnya edukasi mengenai gizi seimbang serta minimnya inovasi dalam pengolahan bahan pangan lokal menjadi salah satu faktor yang menyebabkan pemanfaatan kelor belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan suatu program pengabdian masyarakat yang tidak hanya memberikan edukasi, tetapi juga memberdayakan masyarakat melalui pelatihan keterampilan pengolahan pangan inovatif.

Program pemberdayaan masyarakat melalui edukasi gizi dan inovasi jeli daun kelor menjadi salah satu solusi yang relevan dan aplikatif. Edukasi gizi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, sedangkan inovasi jeli daun kelor diharapkan dapat menjadi alternatif produk pangan yang menarik, mudah dikonsumsi, serta memiliki nilai gizi tinggi. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap konsumsi daun kelor

sekaligus mendorong pemanfaatan sumber daya lokal secara berkelanjutan.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan tidak hanya berkontribusi dalam peningkatan pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait gizi, tetapi juga mampu menciptakan inovasi berbasis potensi lokal yang berdampak pada peningkatan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Pendekatan pemberdayaan yang partisipatif diharapkan dapat mendorong kemandirian masyarakat dalam mengatasi permasalahan gizi secara berkelanjutan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif yang berfokus pada pemberdayaan masyarakat Gampong Tibang dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang serta keterampilan dalam mengolah pangan lokal berbasis daun kelor menjadi produk inovatif berupa jeli. Pendekatan ini dipilih untuk mendorong keterlibatan aktif masyarakat sehingga tercipta perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Proses pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi penyusunan materi edukasi gizi, pembuatan modul pelatihan pembuatan jeli daun kelor, penjadwalan kegiatan, serta pengumpulan data awal melalui survei sederhana. Survei ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat terkait gizi seimbang, pemanfaatan daun kelor, serta kebiasaan konsumsi pangan sehari-hari. Hasil survei tersebut digunakan sebagai dasar dalam menyusun materi penyuluhan agar lebih sesuai dengan kebutuhan dan kondisi masyarakat setempat.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan sesi pembukaan yang diikuti dengan registrasi peserta serta pembagian konsumsi sebagai bentuk penyambutan. Pada tahap ini, tim pelaksana juga memberikan motivasi kepada peserta, khususnya ibu rumah tangga, mengenai pentingnya pemenuhan gizi keluarga serta pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai upaya peningkatan kesehatan keluarga.

Sesi inti kegiatan terdiri dari dua bagian utama, yaitu edukasi gizi dan pelatihan inovasi

produk. Edukasi gizi disampaikan oleh ketua tim dan anggota dengan menggunakan media presentasi serta alat bantu visual yang menarik. Materi yang diberikan meliputi konsep gizi seimbang, pentingnya asupan nutrisi bagi kesehatan keluarga, serta manfaat daun kelor sebagai sumber pangan bergizi tinggi.

Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan jeli daun kelor sebagai bentuk inovasi pengolahan pangan lokal. Pada sesi ini, peserta diberikan demonstrasi langsung mengenai cara pengolahan daun kelor menjadi jeli yang menarik, higienis, dan bernilai gizi tinggi. Peserta juga dilibatkan secara aktif dalam praktik pembuatan produk untuk meningkatkan keterampilan dan pemahaman secara langsung.

Setelah sesi pelatihan, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif yang dipandu oleh mahasiswa sebagai fasilitator. Dalam sesi ini, peserta diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman, menyampaikan pendapat, serta mendiskusikan kendala yang dihadapi dalam pemenuhan gizi keluarga dan pemanfaatan bahan pangan lokal. Diskusi ini bertujuan untuk membangun kesadaran kolektif serta memperkuat motivasi masyarakat dalam menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh.

Kegiatan diakhiri dengan sesi tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada peserta yang masih memiliki pertanyaan terkait materi edukasi maupun proses pembuatan jeli daun kelor. Sebagai bentuk apresiasi, tim pelaksana memberikan hadiah sederhana kepada peserta yang aktif berpartisipasi. Selain itu, panitia juga membagikan leaflet atau poster edukasi sebagai bahan informasi yang dapat digunakan secara berkelanjutan oleh masyarakat.

Seluruh kegiatan dilaksanakan di Gampong Tibang dengan sasaran utama ibu rumah tangga sebagai pengelola konsumsi keluarga. Kegiatan ini melibatkan tim pengabdian yang terdiri dari dosen dan mahasiswa, serta didukung oleh aparatur gampong dan tokoh masyarakat setempat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara terjadwal dalam satu hari kegiatan intensif dengan harapan mampu memberikan dampak langsung terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat.

Secara keseluruhan, metode kegiatan ini meliputi penyuluhan edukasi gizi, pelatihan keterampilan pengolahan jeli daun kelor, diskusi interaktif, serta evaluasi pemahaman peserta. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran, pengetahuan, serta kemandirian masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga sekaligus membuka peluang pengembangan usaha berbasis pangan lokal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya perubahan positif yang signifikan dalam tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat Gampong Tibang mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang serta pemanfaatan pangan lokal, khususnya daun kelor. Pada tahap awal sebelum diberikan edukasi, sebagian besar masyarakat, terutama ibu rumah tangga, belum memahami secara menyeluruh tentang konsep gizi seimbang, kandungan nutrisi dalam daun kelor, serta manfaatnya bagi kesehatan keluarga. Selain itu, pemanfaatan daun kelor masih sangat terbatas, umumnya hanya digunakan sebagai sayuran sederhana tanpa inovasi pengolahan yang menarik.

Berdasarkan hasil pre-test sederhana dan observasi awal, ditemukan bahwa masih terdapat persepsi bahwa daun kelor merupakan bahan pangan tradisional dengan nilai konsumsi yang rendah, serta kurang diminati oleh anak-anak. Minimnya pengetahuan tentang variasi pengolahan juga menjadi salah satu kendala dalam pemanfaatannya sebagai sumber pangan bergizi. Namun, setelah pelaksanaan kegiatan edukasi gizi dan pelatihan inovasi pembuatan jeli daun kelor, terjadi peningkatan yang cukup signifikan dalam pemahaman dan sikap masyarakat.

Peserta kegiatan mulai mampu menjelaskan kembali konsep gizi seimbang, pentingnya asupan nutrisi dalam keluarga, serta manfaat daun kelor sebagai sumber vitamin, mineral, dan antioksidan. Selain itu, peserta juga menunjukkan peningkatan keterampilan dalam mengolah daun kelor menjadi produk inovatif berupa jeli yang menarik, higienis, dan mudah dikonsumsi, terutama oleh anak-anak. Antusiasme peserta terlihat dari tingginya

partisipasi selama kegiatan berlangsung, banyaknya pertanyaan yang diajukan, serta keterlibatan aktif dalam praktik pembuatan jeli daun kelor.

Pelatihan praktik langsung menjadi salah satu faktor utama keberhasilan kegiatan ini, karena peserta tidak hanya menerima informasi secara teoritis, tetapi juga memperoleh pengalaman langsung dalam mengolah bahan pangan lokal. Produk jeli daun kelor yang dihasilkan juga mendapatkan respon positif dari peserta, baik dari segi rasa, tekstur, maupun daya tarik visual. Hal ini menunjukkan bahwa inovasi pengolahan pangan lokal dapat meningkatkan minat konsumsi serta membuka peluang pengembangan usaha rumah tangga.

Pembahasan dari hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis partisipatif terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat terkait gizi dan pemanfaatan pangan lokal. Penggunaan media edukasi seperti poster, leaflet, serta demonstrasi langsung mampu membantu peserta memahami materi dengan lebih mudah dan aplikatif. Pendekatan interaktif melalui diskusi juga memberikan ruang bagi peserta untuk menyampaikan pengalaman, kendala, serta persepsi yang dimiliki, sehingga tim pengabdian dapat memberikan solusi yang lebih tepat dan kontekstual.

Selain itu, faktor sosial dan budaya juga turut memengaruhi pola konsumsi masyarakat terhadap pangan lokal seperti daun kelor. Sebelum kegiatan, sebagian masyarakat cenderung menganggap kelor sebagai makanan sederhana yang kurang menarik. Namun, melalui inovasi produk seperti jeli, persepsi tersebut mulai berubah, dan masyarakat menjadi lebih terbuka terhadap pemanfaatan daun kelor sebagai bagian dari konsumsi sehari-hari.

Dukungan dari aparat gampong serta partisipasi aktif masyarakat menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini. Keterlibatan berbagai pihak menciptakan suasana yang kondusif dan memperkuat keberlanjutan program. Dengan adanya kolaborasi ini, diharapkan pemanfaatan daun kelor sebagai sumber pangan bergizi dapat terus dikembangkan, baik untuk konsumsi keluarga

maupun sebagai peluang usaha berbasis pangan lokal.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak nyata dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat terkait gizi seimbang serta inovasi pengolahan pangan lokal. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi yang dikombinasikan dengan praktik langsung merupakan strategi yang efektif dalam mendorong perubahan perilaku masyarakat.

Oleh karena itu, program serupa perlu dilanjutkan melalui kegiatan pendampingan, monitoring, serta pengembangan produk yang lebih variatif agar manfaat yang diperoleh dapat berkelanjutan dan memberikan dampak yang lebih luas bagi kesejahteraan masyarakat.



4. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di Gampong Tibang menunjukkan bahwa program edukasi gizi yang dikombinasikan dengan inovasi pengolahan pangan lokal berupa jeli daun kelor mampu memberikan dampak positif terhadap masyarakat. Terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman masyarakat, khususnya ibu rumah tangga, mengenai pentingnya gizi seimbang serta manfaat daun kelor sebagai sumber pangan bergizi tinggi.

Selain itu, kegiatan ini juga berhasil meningkatkan keterampilan masyarakat dalam mengolah daun kelor menjadi produk inovatif yang lebih menarik, bernilai gizi, dan mudah diterima oleh anggota keluarga, terutama anak-anak. Pendekatan partisipatif melalui penyuluhan, diskusi interaktif, dan praktik langsung terbukti efektif dalam mendorong perubahan sikap dan perilaku masyarakat.

Dengan demikian, program ini tidak hanya berkontribusi dalam peningkatan aspek kesehatan melalui perbaikan pola konsumsi, tetapi juga membuka peluang pengembangan ekonomi masyarakat melalui pemanfaatan pangan lokal secara kreatif dan produktif.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat terus menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh terkait gizi seimbang serta mengembangkan inovasi olahan daun kelor dalam kehidupan sehari-hari, baik untuk konsumsi keluarga maupun sebagai peluang usaha.

2. Bagi Aparatur Gampong

Diharapkan dapat mendukung keberlanjutan program melalui kegiatan pembinaan, sosialisasi lanjutan, serta pemberdayaan kader kesehatan atau PKK dalam mengembangkan pemanfaatan pangan lokal.

3. Bagi Institusi Perguruan Tinggi

Perlu dilakukan kegiatan lanjutan berupa pendampingan, monitoring, dan evaluasi secara berkala guna memastikan keberlanjutan dampak

program, serta pengembangan inovasi produk berbasis pangan lokal lainnya.

5. DAFTAR PUSTAKA

Katmawanti, S., & Samah, D. A. (2024).

Tinjauan manfaat daun kelor (Moringa oleifera) untuk pencegahan stunting pada balita. Life and Health Journal.

Fatmawati, F., et al. (2024). *Pemanfaatan*

pangan lokal kelor sebagai sumber nutrisi dalam pencegahan stunting. J-Kesmas.

Virgia, V., & Widiyawati, R. (2023).

Fortification of Moringa Leaves to Fulfill the Nutritional Needs of Stunting Toddler. IJSRM.

Widowati, H., et al. (2023). *Karakteristik kimia*

kudapan daun kelor sebagai pangan fungsional.

Rahmatiah, et al. (2023). *Upaya pencegahan*

stunting melalui pemanfaatan daun kelor pada masyarakat.