

---

## Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam pengembangan Pangan Lokal Berbasis Kelor di Kota Kupang

Meirina Sulastri Loaloka<sup>1</sup>, Asweros Umbu Zogara<sup>2</sup>, Anak Agung Ayu Mirah Adi<sup>3</sup>, Maria Goreti Pantaleon<sup>4</sup>

Program Studi Gizi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

E-mail: eroz.zogara@gmail.com

---

### Article History:

Received: 02 September 2022

Revised: 19 September 2022

Accepted: 19 September 2022

**Keywords:** Kelor, Pangan Lokal, Kota Kupang.

**Abstract:** Kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu pangan lokal yang memiliki kandungan yang gizi yang tinggi. Daun kelor kaya akan beta karoten, vitamin C, vitamin E, polifenol, dan sumber antioksidan alami yang baik. Akan tetapi tanaman kelor masih kurang dimanfaatkan secara maksimal sebagai bahan pangan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengajarkan kader posyandu dan ibu balita tentang olahan kelor, yaitu kroket kelor, cendol kelor dan bolu kelor. Sasaran kegiatan ini adalah kader dan ibu balita di Posyandu Kamboja II, Kelurahan Sikumana, Kota Kupang. Kegiatan ini dilaksanakan dalam 2 metode, yaitu ceramah dan demo/praktik. Hasil kegiatan ini adalah seluruh peserta paham tentang pembuatan makanan berbasis kelor dan mampu menghasilkan keuntungan dari penjualan produk tersebut. Kegiatan ini diharapkan dapat membuat ibu balita memiliki variasi makanan yang diberikan kepada balita dan juga produk ini dapat dijual untuk meningkatkan ekonomi keluarga.

---

## PENDAHULUAN

Balita merupakan masa kehidupan yang sangat penting dan perlu perhatian yang serius. Pada periode ini terjadi proses tumbuh kembang yang sangat pesat yaitu pertumbuhan fisik, perkembangan psikomotorik, mental dan sosial. Salah satu faktor penting yang mempengaruhi tumbuh kembang anak adalah faktor gizi. Kekurangan gizi pada anak akan berdampak pada keterbatasan pertumbuhan, kerentanan terhadap infeksi, dan akhirnya dapat menghambat perkembangan anak. Oleh karena itu, balita perlu mendapatkan makanan yang beragam dan bergizi demi memenuhi asupan gizi harian (Setiawati et al., 2020).

Salah satu sumber pangan bergizi yang dapat diolah dan diberikan kepada balita adalah pangan lokal. Pangan lokal banyak jenisnya, antara lainnya kelor. Kelor (*Moringa oleifera*) merupakan tumbuhan yang diakui memiliki banyak kegunaan. Di Indonesia kelor digunakan untuk pemenuhan pangan, obat-obatan, bahan kosmetik dan ritual adat budaya. Kelor digunakan untuk mengobati demam, sawan, batuk, penambah stamina, kejang-kejang, panas dalam, sakit kepala, kolestrol, gizi buruk, asam urat, kencing manis, gondok, kuning, rematik, pegel linu dan tipus (Bahriyah et al., 2015)

Kelor disebut sebagai tanaman paling ekonomis dan mengandung nilai gizi yang sangat

---

baik sehingga dapat dijadikan sebagai alternatif dalam mengatasi permasalahan gizi. Daun kelor kaya akan beta karoten, vitamin C, vitamin E, polifenol, dan sumber antioksidan alami yang baik. Saat ini kelor dilaporkan dapat digunakan sebagai anti inflamasi, anti kanker, fungsi hepatoprotektif, dan neuroprotektif (Kou et al., 2018). Tanaman kelor masih kurang dimanfaatkan secara maksimal sebagai bahan pangan. Pada umumnya masyarakat hanya memanfaatkan daun tanaman ini untuk dijadikan sayuran. Bagian daun tanaman kelor dapat diolah menjadi bentuk tepung, bubuk, atau ekstrak yang dapat digunakan untuk meningkatkan zat gizi pada produk pangan (Angelina et al., 2021).

Potensi pemanfaatan daun kelor dalam bahan pangan mulai meningkat di beberapa negara. Daun kelor dapat dimanfaatkan sebagai fortifikasi makanan dari jagung, kedelai, dan kacang tanah (Shiriki et al., 2015), serta sebagai penambah makanan seperti amala (adonan yang terbuat dari tepung ubi dan tepung pisang raja), ogi (bubur jagung), roti, biskuit, keju, dan sup (Oyeyinka & Oyeyinka, 2016), serta yoghurt (Kuikman & O'Connor, 2015). Pemanfaatan kelor ini digunakan sebagai alternatif dalam mengatasi permasalahan gizi.

Kader posyandu memiliki peran penting yang berkaitan dengan kesehatan masyarakat, termasuk status gizi balita. Kader diharapkan dapat menjembatani antara petugas kesehatan dengan masyarakat serta membantu masyarakat mengidentifikasi dan menghadapi/menjawab kebutuhan kesehatan mereka sendiri. Kader juga diharapkan dapat menyediakan informasi bagi pejabat kesehatan berwenang yang mungkin tidak dapat mencapai masyarakat langsung, serta mampu mendorong para pejabat kesehatan di sistem kesehatan agar mengerti dan merespons kebutuhan masyarakat. Kader dapat membantu mobilisasi sumber daya masyarakat, mengadvokasi masyarakat serta membangun kemampuan lokal (Kartika et al., 2018). Oleh karena itu, peningkatan kemampuan/keterampilan kader posyandu sangat diperlukan agar dapat mentransfer ilmu tersebut kepada masyarakat, termasuk ibu balita.

Status gizi balita secara nasional masih cukup bermasalah. Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021 menunjukkan balita *stunted* 24.4%, *wasted* 7.1%, dan *underweight* 17.0%. Data di Provinsi NTT masih diatas angka nasional. Balita *stunted* mencapai 37.8%, *wasted* 10.1% dan *underweight* 29.3%. Masalah gizi balita di Kota Kupang juga cukup tinggi. *Stunted* pada balita sebesar 26.1%, *wasted* 9.8%, dan *underweight* 26.2%.

## METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada Mei sampai dengan Juni 2021 di Kelurahan Sikumana yang termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Sikumana, Kota Kupang. Sasaran kegiatan ini adalah kader posyandu dan ibu balita di Posyandu Kamboja II, Kelurahan Sikumana dengan total peserta 10 orang. Kegiatan ini dilaksanakan dalam 2 metode, yaitu ceramah dan demo/praktik. Metode ceramah diterapkan saat pelaksanaan penyuluhan. Materi yang diberikan saat penyuluhan adalah teknologi pengolahan pangan dan kewirausahaan. Praktik dilakukan untuk mempelajari cara pembuatan makanan berbasis kelor. Evaluasi dilakukan dengan kehadiran peserta, keaktifan peserta saat mengikuti kegiatan, dan keuntungan penjualan produk berbahan kelor.



**Gambar 1. Penyuluhan tentang teknologi pengolahan pangan dan kewirausahaan**

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Beberapa tahap yang dilaksanakan dalam kegiatan pengabmas, sebagai berikut

### **a. Survei dan analisis lapangan, serta sosialisasi kegiatan**

Survei dilakukan di Kelurahan Sikumana, Kota Kupang. Kegiatan yang dilakukan adalah meninjau lokasi yang akan digunakan sebagai tempat pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan, melakukan diskusi dengan mitra. Selain itu juga dilakukan sosialisasi kegiatan. Sosialisasi berisi pemaparan tujuan kegiatan pengabdian, rencana kegiatan, serta kesepakatan waktu pelaksanaan kegiatan. Saat sosialisasi kegiatan, para peserta sangat antusias menyambut kegiatan ini karena peserta sangat membutuhkan kegiatan pelatihan seperti ini untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan terkait pengolahan pangan lokal.

### **b. Penyuluhan**

Penyuluhan berisi pemaparan dari narasumber yang diikuti dengan diskusi tentang materi yang diberikan. Penyuluhan yang dilakukan berdasarkan dua tema yaitu teknologi pengolahan pangan dan kewirausahaan. Pelatihan wirausaha pada masyarakat penting karena akan menciptakan pemahaman masyarakat akan pentingnya berwirausaha, meningkatkan keterampilan masyarakat dalam mengolah berbagai produk makanan, menciptakan peluang usaha bagi masyarakat, variasi produk makanan yang siap dijual, dan peningkatan pendapatan masyarakat (Arizal, 2022).

Para peserta sangat bersemangat mengikuti penyuluhan ini karena materi ini baru didapatkan. Para peserta banyak bertanya tentang teknik-teknik pengolahan pangan karena kecenderungan anak cepat bosan jika disajikan makanan yang tidak beragam. Selain itu, peserta juga bertanya tentang kewirausahaan karena sebagian besar peserta tidak bekerja (ibu rumah tangga) sehingga peluang menjadi wirausaha sangat besar. Akan tetapi peserta tidak tahu bagaimana memulai suatu usaha dan juga tidak tahu produk apa yang harus dijual. Metode ceramah dikatakan merupakan salah satu cara efektif dalam pendekatan kelompok jika disertai dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Pada metode ceramah dan diskusi dapat terjadi proses perubahan perilaku kearah yang diharapkan melalui peran aktif sasaran dan saling tukar pengalaman sesama sasaran (Wahyuni et al., 2017).

**c. Demo/praktik masak**

Demo/praktik masak berisi praktik masak oleh narasumber yang kemudian diikuti oleh para peserta. Demo/praktik yang dilakukan meliputi pembuatan *snack* berbahan dasar tepung kelor. *Snack* yang diajarkan kepada sasaran, antara lain kroket kelor, cendol kelor dan bolu kelor. Produk yang diajarkan adalah produk yang mudah dan murah. Artinya produk tersebut mudah dibuat dan tidak membutuhkan waktu yang lama. Alat yang digunakan juga sudah tersedia di rumah. Selain itu, tidak membutuhkan biaya yang besar saat membuatnya.



**Gambar 2. Praktik pembuatan makanan berbasis kelor**

**d. Pemberian bantuan modal, alat dan bahan kepada sasaran**

Sasaran mendapatkan bantuan modal, alat, dan bahan dari tim. Modal yang diberikan kepada peserta sebesar Rp 300.000. Alat yang diberikan, yaitu kompor dan penghalus tepung, sedangkan bahan yang diberikan antara lain tepung terigu, mentega, telur, minyak goreng, minyak tanah, ikan segar, tepung kelor. Pemberian bantuan ini dimaksudkan agar peserta termotivasi untuk mengajarkan kepada ibu balita lainnya, serta menumbuhkan motivasi berwirausaha.

**e. Pelatihan pemasaran dan teknologi pengemasan**

Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan motivasi kewirausahaan kepada kader dan ibu balita, serta memberikan pemahaman tentang cara menghitung biaya produksi dan meningkatkan pemahaman tentang teknik pemasaran supaya produk makanan yang dihasilkan dapat dijual dan bersaing dengan produk lainnya. Para peserta diajarkan tips dan trik cara memasarkan produk, serta cara pengemasan yang baik.

**f. Penjualan makanan berbahan kelor**

Setelah pelatihan, peserta diarahkan untuk menjual produk-produk yang telah dipelajari saat pelatihan. Para peserta menggunakan modal, alat, dan bahan yang diberikan tim untuk memulai penjualan produk. Produk dijual di sekitar rumah. Total keuntungan yang diperoleh sebesar Rp 1.000.000. Keuntungan ini digunakan untuk melanjutkan usaha ini dan menambah pemasukan bagi Posyandu Kamboja II.



**Gambar 3. Produk olahan kelor**

**KESIMPULAN**

Peserta sangat antusias mengikuti tahapan kegiatan ini karena mendapatkan pengetahuan dan keterampilan baru. Selain itu, manfaat lain yang didapatkan peserta adalah produk ini laku dijual. Artinya produk ini disukai dan memiliki pasar sehingga jika diteruskan menjadi sebuah usaha maka akan meningkatkan ekonomi keluarga.

**PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Ucapan terimakasih diberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kupang yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini, serta kader dan ibu balita di Posyandu Kamboja II, Kelurahan Sikumana yang telah mengikuti kegiatan ini.

**DAFTAR REFERENSI**

- Angelina, C., Swasti, Y. R., & Pranata, F. S. (2021). Peningkatan Nilai Gizi Produk Pangan dengan Penambahan Bubuk Daun Kelor (*Moringa oleifera*): Review. *Jurnal Agroteknologi*, 15(01), 79–93.
- Arizal, N. (2022). Membangun Kreatifitas Produk Makanan Pada Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kompetitif*, 1(1), 33–40.
- Bahriyah, I., Hayati, A., & Zayadi, H. (2015). Studi Etnobotani Tanaman Kelor (*Moringa oleifera*) di Desa Sumber Kecamatan Tambelangan Kabupaten Sampang Madura. *Biosaintropis*, 1(1), 61–67.
- Kartika, K., Mufida, N., Karmila, K., & Marlina, M. (2018). Faktor yang mempengaruhi peran

- kader dalam upaya perbaikan gizi pada balita di wilayah kerja Puskesmas Mila. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(2), 45.
- Kou, X., Li, B., Olayanju, J. B., Drake, J. M., & Chen, N. (2018). Nutraceutical or pharmacological potential of Moringa oleifera Lam. *Nutrients*, 10(3). <https://doi.org/10.3390/nu10030343>
- Kuikman, M., & O'Connor, C. P. (2015). Sensory Evaluation of Moringa- Probiotic Yogurt Containing Banana, Sweet Potato or Avocado. *Journal of Food Research*, 4(5), 165–171.
- Oyeyinka, A. T., & Oyeyinka, S. A. (2016). Moringa oleifera as a food fortificant: Recent trends and prospects. *Journal of the Saudi Society of Agricultural Sciences*, 17(2), 127–136.
- Setiawati, S., Yani, E. R., & Rachmawati, M. (2020). Hubungan status gizi dengan pertumbuhan dan perkembangan balita 1-3 tahun. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1), 88–95. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i1.1903>
- Shiriki, D., Igyor, M. A., & Gernah, D. I. (2015). Nutritional Evaluation of Complementary Food Formulations from Maize, Soybean and Peanut Fortified with with Moringa oleifera Leaf Powder. *Food and Nutrition Sciences*, 06(05), 494–500.
- Wahyuni, I. S., Nuraeny, N., & Hidayat, W. (2017). Pendidikan Kesehatan Mulut Melalui Pendekatan Metode Ceramah dan Praktek (Studi Kasus Pelatihan Dokter Kecil Sekola Dasar Alam). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(5), 340–342.