

Inovasi Olahan Nugget Ayam Daun Kelor sebagai Pangan Bergizi Pencegahan Stunting

Anung Probo Ismoko^{1*}, Suwarsito², Okan Abraham Zikri³, Choirunnisa Faza Nabila⁴, Rheina Lintang Fajrin⁵, Aprilia Sulistyowati⁶, Sartika Puspitasari⁷, Vania Nur Aini⁸, Putri Zakiatul Amalia⁹, Alsyafidha Tsabita Alandra Sukma¹⁰, Indra Bimantara¹¹, Bian Syah Putra¹²

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11} Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

*email corresponding author: ismokoanung@ump.ac.id

ABSTRACT

*Stunting remains one of the nutritional problems that requires attention, including in Wulungsari Village, Selomerto District, Wonosobo Regency. One effort that can be made to support family nutritional intake is to increase community knowledge about the utilization of local food sources that are rich in nutrients, one of which is moringa leaves (*Moringa oleifera*). This community service activity aimed to improve the knowledge and skills of mothers in Wulungsari Village in utilizing moringa leaves as a food ingredient through the production of moringa leaf nuggets. The activity was conducted through education on the nutritional content and benefits of moringa leaves, followed by a direct demonstration and hands-on practice of making moringa leaf nuggets with the participants. After the activity, a discussion session and an on-site questionnaire were conducted to evaluate participants' understanding and responses to the activity. The results showed that participants were enthusiastic and actively involved throughout the educational and practical sessions. Based on the questionnaire evaluation, participants demonstrated an understanding of the benefits of moringa leaves and how to process them into a more appealing and nutritious food product. This activity demonstrates that education and practical training in moringa leaf processing can serve as an effort to empower the community to optimize local food resources, support family nutritional needs, and contribute to stunting prevention in Wulungsari Village.*

Keywords: Moringa leaves; nuggets; nutrition; stunting prevention; community empowerment.

PENDAHULUAN

Stunting didefinisikan sebagai kondisi status gizi balita yang memiliki panjang atau tinggi badan yang tergolong kurang jika dibandingkan dengan umur. Pengukuran dilakukan menggunakan standar pertumbuhan anak dari WHO, yaitu dengan interpretasi stunting jika lebih dari minus dua standar deviasi median. Balita stunting dapat disebabkan oleh banyak faktor seperti kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Umumnya berbagai penyebab ini berlangsung dalam jangka waktu lama (kronik) (Oktia et al., 2020). Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, prevalensi stunting di Indonesia mengalami penurunan menjadi 19,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Pada tingkat Provinsi Jawa Tengah, prevalensi stunting 2024 tercatat sebesar 17,1% (Kementerian Kependudukan dan

Pembangunan Keluarga Provinsi Jawa Tengah, 2025), sedangkan Kabupaten Wonosobo memiliki prevalensi stunting sebesar 23,9% (Pemerintah Kabupaten Wonosobo, 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Kabupaten Wonosobo masih lebih tinggi dibandingkan prevalensi stunting tingkat nasional maupun Provinsi Jawa Tengah, sehingga upaya pencegahan dan penanganan stunting di tingkat masyarakat, termasuk di Desa Wulungsari, masih perlu diperkuat. Salah satu upaya yang dapat dilakukan di tingkat masyarakat adalah meningkatkan pemanfaatan pangan yang memiliki nilai gizi sebagai bagian dari upaya pemenuhan kebutuhan gizi anak. Pemanfaatan pangan local yang tersedia di lingkungan Masyarakat dapat menjadi salah satu pendekatan yang dapat dikembangkan untuk mendukung upaya tersebut. Salah satu bahan pangan local yang memiliki potensi untuk dimanfaatkan adalah daun kelor. Fatnah et al. (2025) melakukan kegiatan penyuluhan mengenai pemanfaatan daun kelor yang diolah menjadi nugget sebagai salah satu alternatif pemberian makanan tambahan dalam upaya pencegahan stunting di Desa Teja, Kabupaten Majalengka. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan daun kelor melalui pengolahan pangan dapat diperkenalkan kepada Masyarakat sebagai salah satu bentuk edukasi dalam mendukung upaya pencegahan stunting.

Salah satu bentuk pengolahan daun kelor yang dapat dikembangkan adalah mengolahnya menjadi nugget. Nugget merupakan salah satu makanan yang banyak digemari semua kalangan masyarakat sebagai alternatif pengganti lauk. Produk Nugget biasanya terbuat dari daging ayam, daging sapi, ikan dan lain-lain. Berdasarkan Wulandari dkk. (2016) mengemukakan nugget ayam merupakan salah satu produk hasil olahan daging yang mengandung nilai gizi yang baik terdiri dari protein, lemak, karbohidrat, dan mineral. Selain itu, protein yang dimiliki daging ayam mengandung asam amino yang cukup lengkap. Di era modern saat ini kurangnya sayuran dalam makanan cepat saji menjadi suatu permasalahan, oleh karena itu perlunya penambahan sayuran dalam nugget, salah satu sayuran yang berpotensi untuk ditambahkan yaitu daun kelor (*Moringa oleifera* L) sehingga kebutuhan sayur dalam nugget dapat terpenuhi (Damayanthi et al., 2024).

Potensi tersebut menjadi semakin relevan dengan Desa Wulungsari karena berdasarkan hasil pengamatan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN), tanaman kelor cukup banyak ditemukan di Desa Wulungsari, Kecamatan Selomerto, Kabupaten Wonosobo. Namun, pemanfaatan daun kelor oleh masyarakat masih tergolong rendah karena sebagian besar hanya dibiarkan tumbuh sebagai tanaman liar di sekitar lingkungan rumah. Pemanfaatan bahan pangan local seperti daun kelor menjadi produk olahan dapat menjadi salah satu alternatif meningkatkan keberagaman pangan dirumah. Kudadiri dan Afriandi (2023) menunjukkan bahwa daun kelor dapat dimanfaatkan bersama bahan pangan lokal lainnya dalam pembuatan nugget sebagai pangan yang ditunjukan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan gizi.

Kondisi tersebut menunjukkan adanya potensi bahan pangan lokal yang belum dimanfaatkan secara optimal dan dapat dikembangkan melalui pemberdayaan Masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada pengolahan dan pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu upaya mendukung pencegahan stunting. Daun kelor diolah menjadi produk pangan yang lebih menarik dan mudah dikonsumsi, sehingga dapat membantu meningkatkan pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai sumber gizi. Pengolahan daun kelor menjadi nugget juga telah diterapkan dalam kegiatan pemberdayaan Masyarakat. Melalui kegiatan ini, masyarakat diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah daun kelor serta memahami pentingnya pemenuhan gizi seimbang sebagai salah satu langkah dalam mencegah stunting, khususnya pada anak.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode edukasi dan praktik langsung kepada masyarakat Desa Wulungsari, Kecamatan Selomerto, Kabupaten Wonosobo. Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu observasi, penyuluhan, demonstrasi, praktik pengolahan, serta evaluasi.

Tahap pertama dilakukan melalui observasi untuk mengetahui kondisi pemanfaatan tanaman kelor di lingkungan masyarakat. Berdasarkan hasil observasi, tanaman kelor cukup banyak ditemukan, tetapi sebagian besar masih dibiarkan tumbuh sebagai tanaman liar dan belum dimanfaatkan secara optimal sebagai bahan pangan bergizi. *Tahap kedua* yaitu pemberian edukasi mengenai stunting, pentingnya pemenuhan gizi seimbang, serta manfaat daun kelor sebagai salah satu bahan pangan lokal yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan gizi. Penyampaian materi dilakukan secara sederhana agar mudah dipahami oleh masyarakat sasaran. *Tahap ketiga* berupa demonstrasi dan praktik langsung pengolahan daun kelor menjadi produk pangan yang dapat dikonsumsi oleh keluarga. Masyarakat diberikan contoh cara memilah, membersihkan, mengolah, dan menyajikan daun kelor dengan tetap memperhatikan kebersihan serta keamanan pangan. Selanjutnya, masyarakat diberi kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung proses pengolahan tersebut. dan *Tahap terakhir* adalah evaluasi untuk mengetahui tingkat ketercapaian tujuan kegiatan. Pengukuran dilakukan secara deskriptif dan kualitatif melalui observasi selama kegiatan, tanya jawab, serta kuesioner sederhana sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Indikator keberhasilan meliputi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan pemenuhan gizi, peningkatan pemahaman mengenai manfaat daun kelor, serta kemampuan masyarakat dalam mengolah daun kelor menjadi makanan yang dapat dikonsumsi. Perubahan sikap dan keterampilan peserta juga diamati melalui keaktifan dalam kegiatan dan kemampuan mempraktikkan proses pengolahan secara mandiri. Keberhasilan kegiatan ditunjukkan melalui adanya peningkatan pengetahuan,

perubahan sikap yang lebih positif terhadap pemanfaatan daun kelor, serta meningkatnya keterampilan masyarakat dalam mengolah daun kelor sebagai salah satu alternatif pangan bergizi untuk mendukung pencegahan stunting.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) kelompok 042 di Desa Wulungsari, Kecamatan Selomerto, Kabupaten Wonosobo dalam rangka menurunkan angka stunting di Desa Wulungsari adalah sosialisasi manfaat lalu melakukan demonstrasi olahan daun kelor menjadi nugget. Sasaran dari sosialisasi dan demonstrasi ini adalah ibu-ibu desa Wulungsari. Tahapan kegiatan ini diawali dengan sosialisasi manfaat yang terdapat pada daun kelor. Daun kelor (*Moringa oleifera*) adalah pohon dengan ratusan manfaat di dalamnya, karena kaya nutrisi penting yang dibutuhkan oleh tubuh. Biasanya daun ini hanya diolah sebagai sayur bening, tapi daun kelor juga bisa dimanfaatkan sebagai alternatif makanan anak dan balita, sebagai bahan tambahan untuk membuat nugget ayam daun kelor, tentunya semakin menambah gizi kandungan olahannya. Sebagai penambah gizi nugget ayam daun kelor ini mengandung vitamin C, vitamin A, potasium, kalsium, zat besi, protein dan juga serat yang bagus untuk pencernaan, terutama baik untuk anak dan balita demi mencegah stunting.

Menurut (Pandhita Febriyani et al., 2024) menyatakan bahwa daun kelor memiliki potensi sebagai bahan tambahan pangan karena mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Dalam setiap 100 g ekstrak daun kelor terkandung energi sebesar 358 kkal, protein 27,10 g, lemak 2,30 g, karbohidrat 38,20 g, Zn 2,32 g, zat besi 28,20 g, serta serat 19,20 g. Penelitian lebih lanjut menyebutkan bahwa daun kelor mengandung antioksidan tinggi dan antimikrobia (Das et al., 2012). Hal ini disebabkan oleh adanya berbagai macam kandungan seperti : asam amino yang berbentuk asam aspartat, asam glutamat, alanin, valin, leusin, isoleusin, histidin, lisin, arginin, venilalanin, triftopan, sistein dan methionine (Marheni, 2021). Penambahan daun kelor pada produk olahan pangan juga dapat memberikan kontribusi terhadap nilai gizi produk. Hasil penelitian Aris dan Asmaq (2024) menunjukkan bahwa fortifikasi daun kelor pada nugget ayam berpengaruh terhadap karakteristik kandungan gizi, termasuk peningkatan kadar protein pada produk.

Kegiatan dilanjutkan dengan praktik dan demonstrasi pembuatan nugget daun kelor secara langsung bersama peserta. Komposisi bahan yang digunakan dalam pembuatan nugget daun kelor terdiri atas 250 gram daging ayam, 50 gram daun kelor, 50 gram tepung terigu, 50 gram tepung maizena atau tapioka, 2 butir telur, 2 siung bawang merah, 2 siung bawang putih, 1 gram merica bubuk, 3 gram garam, 5 gram gula, dan 3 gram kaldu jamur. Proses pembuatan dilakukan dengan merebus daun kelor selama 5 menit, kemudian menghaluskannya. Daging ayam juga dihaluskan dan dicampurkan dengan telur, bumbu, tepung terigu, tepung maizena atau tapioka, serta daun kelor yang telah dihaluskan.

Adonan kemudian dimasukkan ke dalam loyang dan dikukus selama 30 menit. Setelah dingin, adonan dipotong, dicelupkan ke dalam telur, dilapisi tepung panir, kemudian digoreng hingga berwarna kecokelatan.

No	Bahan	Jumlah
1.	Daging ayam	250 gram
2.	Daun kelor	50 gram
3.	Tepung terigu	50 gram
4.	Tepung maizena/tapioca	50 gram
5.	Telur	2 butir
6.	Bawang Merah	2 siung
7.	Bawang Putih	2 siung
8.	Merica bubuk	1 gram
9.	Garam	3 gram
10.	Gula	5 gram
11.	Kaldu jamur	3 gram
12.	Tepung panir	Secukupnya



Gambar 1. olahan yang sudah tercampur semua



Gambar 2. nugget siap digoreng dan disajikan

Setelah praktik selesai, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab untuk mengetahui pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Selama kegiatan berlangsung, peserta mengikuti rangkaian sosialisasi dan praktik pembuatan nugget daun kelor secara aktif. Keaktifan peserta terlihat dari keterlibatan dalam sesi diskusi, tanya jawab, serta praktik pengolahan nugget daun kelor secara langsung. Peserta juga menunjukkan ketertarikan terhadap pemanfaatan daun kelor sebagai bahan pangan melalui keterlibatan selama proses kegiatan. Dokumentasi kegiatan disajikan pada Gambar 4. Melalui kegiatan ini, peserta memperoleh pengetahuan mengenai manfaat daun kelor dan cara pengolahannya menjadi makanan yang lebih menarik dan bernilai gizi. Kegiatan tersebut

diharapkan dapat mendorong pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai salah satu upaya mendukung pemenuhan gizi keluarga dan pencegahan stunting di Desa Wulungsari.



Gambar 3. Penyampaian materi



Gambar 4. Foto bersama

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui sosialisasi dan demonstrasi pengolahan daun kelor menjadi nugget di Desa Wulungsari dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam memanfaatkan daun kelor sebagai bahan pangan bernilai gizi. Kegiatan yang disertai praktik secara langsung dan evaluasi melalui kuesioner menunjukkan bahwa peserta dapat memahami manfaat daun kelor serta cara pengolahannya menjadi produk pangan yang lebih menarik. Pemanfaatan daun kelor dalam bentuk nugget dapat menjadi salah satu alternatif pengolahan pangan lokal untuk mendukung pemenuhan gizi keluarga dan upaya pencegahan stunting di Desa Wulungsari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan selama proses pelaksanaan kegiatan dan penyusunan artikel ini. Terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyediaan bahan, proses pembuatan nugget ayam dengan penambahan daun kelor, pengumpulan informasi, serta penyelesaian artikel. Dukungan yang diberikan sangat membantu sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis berharap inovasi nugget ayam daun kelor ini dapat menjadi salah satu alternatif pangan bergizi berbahan lokal yang dapat mendukung upaya pencegahan stunting

DAFTAR PUSTAKA

- Aris, M., & Asmaq, N. (2024). Analisis kandungan nutrisi nugget ayam terfortifikasi daun kelor (*Moringa oleifera*). *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 7(1), 115–122. <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v7i1.464>
- Damayanthi, L. R., Hufairoh, D., Nurjanah, S., Dewi, D. K., Magasida, D., & Kumalasary, D. K. (2024). Nugget Ayam Daun Kelor (*Moringa Oleifera* L.) Sebagai Variasi Makanan Sehat Bergizi pada Masyarakat Desa Sarewu. *Dedikasi: Jurnal Pengabdian Lentera*, 1(02), 61–68. <https://doi.org/10.59422/djpl.v1i02.298>
- Fatnah, N., Azizah, I. N., Faqih, I. A., Damayanti, D. P., Hafidhoh, S., Restiani, N., Apriliyanti, P., & Swarandika, D. R. (2025). Edukasi pemanfaatan nugget ayam daun kelor sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Teja Kabupaten Majalengka. *PRAXIS: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(3), 1–7. <https://doi.org/10.47776/praxis.v3i3.1563>
- Kudadiri, R., & Afriandi, F. (2023). Pemanfaatan pangan unggul daerah dalam pencegahan stunting: Pembuatan nugget berbahan daun kelor dan tempe. *PaKMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 139–145. <https://doi.org/10.54259/pakmas.v3i2.2087>
- Marheni, L. S. (2021). Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Sumber Pangan Fungsional dan Antioksidan. *Jurnal Agrisia*, 13(2), 40–53. <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/3/article/view/882>
- Oktia, N., Dokter, N., & Bsmi, R. (2020). QAWWAM: Journal For Gender Mainstreaming Stunting Pada Anak: Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam*, 14(1), 19. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>
- Pandhita Febriyani, L., Jinan, K., Khairi Putri, U., Arbaatun Nisa Astuti, A., Nafi'urrahman, T., Lecha Farooq Hidayatullah, M., Sufilawati, S., Rahmadhani, S., & Fahmi Zain, S. (2024). Pemanfaatan Ekstrak Daun Kelor pada Olahan Nugget Ayam sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Jatirejo. *Prosiding Webinar Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.23917/abdimas.5294>
- Pemerintah Kabupaten Wonosobo. (2025). Satu Data Wonosobo: Prevalensi Stunting Hasil SSGI. Wonosobo: Pemerintah Kabupaten Wonosobo. Retrieved August 21, 2026, from <https://satudata.wonosobokab.go.id/>
- Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga Provinsi Jawa Tengah. (2025). Hasil SSGI 2024 Resmi Dirilis, Prevalensi Stunting Provinsi Jawa Tengah Lanjutkan Tren Penurunan. Jawa Tengah: Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga Provinsi Jawa Tengah. Retrieved August 21, 2026, from <https://jateng.kemendukbangga.go.id/posts/98f8b7c3-c140-46d4-8016-342091e5a393->

[hasil-ssgi-2024-resmi-dirilis-prevalensi-stunting-provinsi-jawa-tengah-lanjutkan-tren-penurunan](#)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). Pertama Kali dalam Sejarah: Prevalensi Stunting Indonesia Turun di Bawah 20 Persen. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved August 21, 2026, from <https://www.kemkes.go.id/id/pertama-kali-dalam-sejarah-prevalensi-stunting-indonesia-turun-di-bawah-20-persen>