

Pemberdayaan Ekonomi dan Ketahanan Pangan Desa Krueng Tunong Kecamatan Jaya Kabupaten Jaya

Wahyu Khafidhah^{1*}, Dirjatul U'la², Salamudin³, M. Ikhwani⁴, Delki Indrawan⁵, Ramti Permatasari⁶,
Nurmagfirah⁷ Dinasti⁸ Lisa Susanti⁹ Jumiati Arafah¹⁰ Alfal Faiza¹¹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}, adalah dosen dan mahasiswa Universitas Serambi Mekkah
Email*:wahyukhafidhah@serambimekkah.ac.id

Abstrak

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan bentuk pengabdian mahasiswa kepada masyarakat melalui penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi. Salah satu program yang dilaksanakan adalah inovasi pengolahan daun kelor (*Moringa oleifera*) menjadi produk pangan fungsional berupa puding. Daun kelor dipilih karena mengandung berbagai zat gizi penting, seperti protein, vitamin, mineral, dan antioksidan yang bermanfaat bagi kesehatan, terutama dalam upaya pencegahan stunting, anemia, dan masalah gizi lainnya. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan gizi, demonstrasi pembuatan puding daun kelor, serta pendampingan masyarakat dalam mempraktikkan kembali proses pengolahan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa masyarakat sangat antusias dan mampu mengolah daun kelor menjadi puding dengan baik. Produk yang dihasilkan tidak hanya memiliki cita rasa yang enak dan tekstur yang disukai, tetapi juga menjadi alternatif camilan sehat yang mudah diterima oleh anak-anak maupun orang dewasa. Kesimpulannya, program KKN pembuatan puding daun kelor mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai diversifikasi pangan sehat berbasis potensi lokal, sekaligus membuka peluang usaha kuliner inovatif yang dapat mendukung peningkatan gizi dan kemandirian ekonomi masyarakat.

Diterima : 25 Agustus 2024

Direvisi : 1 September 2024

Published : November 2024



Kata Kunci: daun kelor, puding, pangan fungsional, inovasi lokal

PENDAHULUAN

Puding daun kelor merupakan salah satu inovasi olahan pangan fungsional yang memadukan cita rasa manis dengan manfaat kesehatan dari daun kelor (*Moringa oleifera*). Daun kelor dikenal kaya akan zat gizi, di antaranya protein, vitamin A, vitamin C, zat besi, kalsium, dan antioksidan. Dengan mengolahnya menjadi puding, masyarakat terutama anak-anak dapat mengonsumsi daun kelor dengan cara yang lebih mudah, praktis, dan disukai (Wibowo et al., 2024).

Pentingnya puding daun kelor tidak hanya terletak pada nilai gizi, tetapi juga pada upaya diversifikasi pangan lokal. Produk ini dapat mendukung ketahanan pangan, meningkatkan nilai ekonomi kelor, serta menjadi alternatif camilan sehat yang mampu mencegah masalah gizi seperti anemia, stunting, dan kurang gizi pada anak maupun ibu hamil. Selain itu, pengolahan daun kelor dalam bentuk puding dapat menjadi peluang usaha kuliner inovatif yang berbasis pada kearifan lokal dan mendukung pola hidup sehat di Masyarakat (Hastuti et al., 2023).

Dengan demikian, puding daun kelor bukan hanya sekadar makanan penutup, tetapi juga sarana untuk meningkatkan kesehatan, memperkuat gizi keluarga, dan mendorong pemanfaatan sumber daya lokal secara optimal (Amaliyah et al., 2025).

Desa Krueng Tunong merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Jaya, Kabupaten Aceh Jaya. Desa ini memiliki potensi sumber daya alam dan sumber daya manusia yang cukup besar, namun masih menghadapi berbagai permasalahan sosial, ekonomi, dan lingkungan. Kondisi ini menjadi tantangan bagi masyarakat sekaligus peluang bagi mahasiswa KKN untuk berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan warga desa melalui kegiatan pengabdian kepada Masyarakat

Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan mahasiswa Universitas Serambi Mekkah hadir sebagai bentuk pengabdian sekaligus upaya pemberdayaan masyarakat. Melalui program KKN, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh di bangku kuliah, tetapi juga ditantang untuk berinteraksi langsung dengan masyarakat, memahami kebutuhan mereka, serta menghadirkan solusi praktis yang sesuai dengan kondisi lokal. Salah satu potensi lokal tersedianya daun kelor di setiap rumah warga biasanya di jadikan sebagai tiang pagar oleh Masyarakat.(Survei 2024).

Untuk itu daun kelor dapat dimanfaatkan sebagai salah satu potensi ekonomi, gizi,dan Kesehatan. Maka program pengabdian Masyarakat melalui KKn di fokuskan pada pemanfaatan daun kelor sebagai sumber potensi tersebut, hal ini dirasakan sangat bermanfaat bagi dalam memanfaatkan potensi alam untuk kesejahteraan dan Kesehatan dengan harga yang murah.

METODE PELAKSANAAN DAN ALAT

1. Alat
Adapun alat-alat yang dibutuhkan dalam demonstrasi pembuatan puding daun kelor
 - Panci
 - Kompor
 - Saringan halus atau blender
 - Cetakan puding
 - Sendok dan pisau
2. Bahan
Adapun bahan yang dibutuhkan untuk pembuatan puding daun kelor Adalah sebagai berikut:
 - Daun kelor segar \pm 50 gram (ambil daun muda)
 - Agar-agar bubuk 1 bungkus (7 gram)
 - Gula pasir 100–120 gram (sesuai selera)
 - Santan 500 ml (atau bisa diganti susu cair)
 - Air 300 ml
 - Vanili secukupnya
 - Garam sejumput
3. Tahapan Pembuatan
 1. Persiapan daun kelor
 - Petik daun kelor muda, cuci bersih.
 - Rebus sebentar (blanching \pm 1 menit) untuk mengurangi rasa langu, lalu tiriskan.
 - Blender daun kelor dengan sedikit air hingga halus, kemudian saring agar diperoleh ekstrak hijau kelor.
 2. Merebus bahan puding
 - Masukkan agar-agar bubuk, gula pasir, santan/susu cair, air, vanili, dan sejumput garam ke dalam panci.
 - Aduk rata sebelum dipanaskan agar tidak menggumpal.
 3. Pencampuran daun kelor
 - Masak adonan puding dengan api sedang sambil diaduk hingga mendidih.
 - Setelah mendidih, masukkan ekstrak daun kelor, aduk rata sebentar (jangan terlalu lama dimasak agar zat gizinya tidak banyak hilang).
 4. Pencetakan
 - Tuang adonan ke dalam cetakan puding.
 - Biarkan hingga dingin dan mengeras.
 5. Penyajian
 - Keluarkan dari cetakan, potong sesuai selera, lalu sajikan dingin.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan KKN di Desa Krueng Tunong dilaksanakan dengan melibatkan masyarakat secara langsung dalam berbagai program. Hasil dari kegiatan ini dapat dibagi dalam beberapa aspek, yaitu kebersihan lingkungan, kesehatan masyarakat, pembinaan anak-anak, serta penguatan sosial budaya.

1. Hasil

Kegiatan Pembuatan Puding Daun Kelor Ini Ibu-Ibu Yang Ada Di Desa Krueng Tunong Dapat Mengolah Sumber Pangan Yang Ada Di Sekitaran Tempat Tinggal Untuk Bisa Lebih Dimanfaatkan Lebih Lanjut. Dan Juga Bisa Dimanfaatkan Untuk Dijadikan Sumber Peningkatan Ekonomi. Dengan Tujuan Yaitu Untuk Meningkatkan Kreativitas, Kesadaran Pemanfaatan Sumber Pangan, Serta Untuk Media Peningkatan Ekonomi Bagi Ibu Rumah Tangga. Dalam Kegiatan Ini Sasaran Yang Ingin Dicapai Yaitu Ibu-Ibu Diharapkan Dapat Bermanfaat Serta Menambah Wawasan Tentang Pemanfaatan Sumber Pangan Menjadi Suatu Makanan Yang Bergizi Untuk Kalangan Anak-Anak Yang Sulit Mengkonsumsi Sayuran.



Gambar 2. Pembuatan Puding Daun Kelor

2. Pembahasan

a. Pemanfaatan Sumber Pangan Lokal

Kegiatan pembuatan puding daun kelor yang dilaksanakan bersama ibu-ibu Desa Krueng Tunong menunjukkan bahwa potensi sumber pangan lokal dapat dimanfaatkan secara lebih optimal. Daun kelor (*Moringa oleifera*) yang tumbuh subur di sekitar lingkungan masyarakat sering kali belum termanfaatkan secara maksimal, padahal kandungan gizi di dalamnya sangat tinggi. Melalui kegiatan ini, masyarakat, khususnya ibu rumah tangga, memperoleh pengetahuan baru tentang cara mengolah daun kelor menjadi makanan bergizi yang disukai semua kalangan.(L., Doriya, K., & Kumar, D. S. (2016).)

b. Peningkatan Kreativitas dan Kesadaran Gizi

Tujuan utama kegiatan ini adalah meningkatkan kreativitas dan kesadaran ibu rumah tangga dalam memanfaatkan bahan pangan lokal yang ada di sekitar tempat tinggal. Puding daun kelor menjadi salah satu contoh diversifikasi pangan yang sederhana namun bernilai gizi tinggi. Dengan adanya inovasi ini, ibu-ibu tidak hanya mampu mengolah bahan pangan dengan cara berbeda, tetapi juga dapat memahami pentingnya asupan bergizi bagi keluarga, terutama dalam mencegah masalah gizi buruk dan stunting pada anak-anak.(, T., Kusmayanti, N. A., & Setyawati,B.(2019)

c. Peningkatan Ekonomi Keluarga

Selain memberikan manfaat gizi, kegiatan pembuatan puding daun kelor juga membuka peluang ekonomi baru bagi ibu-ibu rumah tangga di Desa Krueng Tunong. Produk ini dapat dijadikan usaha rumahan dengan modal kecil, tetapi memiliki nilai jual yang cukup baik karena selain enak juga sehat. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berorientasi pada peningkatan kesehatan masyarakat, tetapi juga mendukung pemberdayaan ekonomi lokal berbasis pangan fungsional.(Fuglie, L. J. (2001)

d. Solusi untuk Anak yang Sulit Mengonsumsi Sayuran

Sasaran utama dari kegiatan ini adalah anak-anak yang seringkali sulit mengonsumsi sayuran. Dengan mengolah daun kelor menjadi puding, sayuran dapat dikonsumsi dalam bentuk yang lebih menarik, bercita rasa manis, dan bertekstur lembut sehingga lebih mudah diterima oleh anak-anak. Strategi ini efektif untuk meningkatkan

asupan gizi pada anak-anak tanpa harus memaksa mereka mengonsumsi sayur dalam bentuk aslinya. (S., Ashraf, M., & Gilani, A. H. (2007)

KESIMPULAN

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) melalui kegiatan pembuatan puding daun kelor telah memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dalam hal pemanfaatan sumber daya lokal menjadi produk pangan fungsional. Daun kelor yang kaya akan vitamin, mineral, protein, dan antioksidan berhasil diolah menjadi puding yang tidak hanya memiliki cita rasa enak, tetapi juga bernilai gizi tinggi.

Kegiatan ini membuktikan bahwa inovasi pangan berbasis bahan lokal dapat menjadi solusi dalam peningkatan gizi masyarakat sekaligus mendukung upaya pencegahan stunting dan anemia. Selain itu, pengolahan daun kelor menjadi puding juga berpotensi membuka peluang usaha baru bagi masyarakat, terutama di bidang kuliner sehat.

Kegiatan pembuatan puding daun kelor di Desa Krueng Tunong memberikan dampak positif bagi masyarakat, khususnya ibu rumah tangga. Pemanfaatan daun kelor sebagai bahan dasar puding membuktikan bahwa sumber pangan lokal dapat diolah menjadi produk bergizi tinggi, menarik, serta mudah diterima oleh semua kalangan, termasuk anak-anak yang sulit mengonsumsi sayuran.

Selain meningkatkan kesadaran gizi, kegiatan ini juga mampu menumbuhkan kreativitas dan keterampilan ibu-ibu dalam diversifikasi pangan. Lebih jauh lagi, puding daun kelor berpotensi dijadikan peluang usaha rumahan yang dapat membantu meningkatkan perekonomian keluarga. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat kesehatan, tetapi juga mendukung pemberdayaan ekonomi masyarakat berbasis sumber daya lokal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, A. R., Islam, U., Rahmat, R., & Leaves, M. (2025). *I, 2 **, 4(1), 86–95.
- Baharuddin, F., & Al Ahsani, N. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Peningkatan Mutu Desa Wisata, Pendidikan Agama Dan Ekonomi Di Desa Banjar. *Ngarsa: Journal of Dedication Based on Local Wisdom*, 3(2), 181–190. <https://doi.org/10.35719/ngarsa.v3i2.48>
- Hastuti, E., Rusida, R., Yuniarti, A., Prihandini, Y. A., & Kurniawan, G. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Diversifikasi Daun Kelor Sebagai Alternatif Pangan Sehat Di Rumah Sakit. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 467–477. <https://doi.org/10.31949/jb.v4i1.4172>
- Jawari, F. A., Atsilah, F. D., & Oktaviani, H. (2024). Peran Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) SISDAMAS Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung dalam Pemberdayaan Masyarakat di Desa Cijagra Dusun 02 RW 04. *Proceedings Uin Sunan Gunung Djati Bandung*, 5(1), 1–14.
- Kiki Endah. (2020). Pemberdayaan Masyarakat : Menggali Potensi Lokal Desa. *Moderat: Jurnal Ilmiah Ilmu Pemerintahan*, 6(1), 135–143. <https://jurnal.unigal.ac.id/moderat/article/view/3319/2914>
- Madya, E. B., Bellasonya, R., Siregar, A. R., Nabilah, S., & Nurhasanah, S. (2023). Peranan Kuliah Kerja Nyata (KKN) sebagai Bagian dari Pengembangan Kompetensi Mahasiswa di Desa Bintang Merah. *Jurnal Program Studi PGMI*, 10(4), 355–369.
- Reni Nuraeni1, I. A. (2024). *Istim ā -Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat: Inklusi Sosial dan Pemberdayaan Masyarakat Volume 1, Nomor 1, (April, 2024), E-ISSN xxxx – xxxx* <https://staipelitanusa.ac.id/index.php/jurnal.1>, 39–53.
- Sofianto, A. (2020). Potensi Inovasi untuk Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat Desa. *Matra Pembaruan*, 4(2), 93–107. <https://doi.org/10.21787/mp.4.2.2020.93-107>
- Wibowo, Z. A., Rohmah, N., Azzahra, S. F., Amelia, D., Fitriany, A. A., Aisyah, N. N., Lisanika, A., & Supriyanto, T. (2024). Nutritional Content of Moringa Leaf Pudding : Alternative Healthy Supplemental Food to Overcome. *Prosiding KKN-Muhammadiyah Aisiyyah*. <https://proceedings.ums.ac.id/abdimas/article/download/5241/4550/9480>
- Sudargo, T., Kusmayanti, N. A., & Setyawati, B. (2019). *Potensi daun kelor (Moringa oleifera) sebagai sumber pangan fungsional untuk mengatasi masalah gizi di Indonesia*. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 16(3), 97–108.
- Fuglie, L. J. (2001). *The Miracle Tree: Moringa oleifera: Natural Nutrition for the Tropics*. Church World Service.
- Anwar, F., Latif, S., Ashraf, M., & Gilani, A. H. (2007). *Moringa oleifera: A food plant with multiple medicinal uses*. *Phytotherapy Research*, 21(1), 17–25.

Survei mahasiswa KKN tahun 2024

Gopalakrishnan, L., Doriya, K., & Kumar, D. S. (2016). *Moringa oleifera: A review on nutritive importance and its medicinal application*. Food Science and Human Wellness, 5(2), 49–56

Copyright © 2023, Wahyu Khafidhah, Dirjatul U'la, Salamudin , M. Ikhwani , Delki Indrawan , Ramti Permatasari ,Nurmagfirah· Dinasti · Lisa Susanti · Jumiati Arafah· Alfal Faiza
The manuscript open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.