



Pemanfaatan Daun Kelor Dalam Pengembangan Puding Kaya Serat Untuk Meningkatkan Status Gizi Pada Remaja Putri di Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat

(The Utilization of Moringa Leaves in the Development of Fiber-Rich Pudding to Improve Nutritional Status in Adolescent Women at the Muhammadiyah Institute of Technology and Health of West Kalimantan)

Dina Aulia^{1*}, Selsa Aqsa Desta², Maulida Kaira Pradini³, De'a Ananda Putri⁴, Muhammad Bambang Haryono⁵, Nita Putriasti Mayarestya⁶

^{1,2,3,4,5,6} Administrasi Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat, Jalan Sungai Raya Dalam GG. Ceria 4 Kalimantan Barat

*email: dinaauliaptk290@gmail.com

Diterima: 23 Desember 2025, Diperbaiki: 25 Januari 2026, Disetujui: 06 Februari 2026

Abstract. *Stunting is one of the primary nutritional problems in Indonesia that affects long-term health, cognitive development, and human resource productivity. Adolescent girls, as mothers-to-be, play a crucial role in stunting prevention, especially considering the high prevalence of anemia and malnutrition in this age group. The Community Service Program (PKM) is designed to improve the knowledge and nutritional status of adolescent girls through the processing of moringa leaves (*Moringa oleifera*) into innovative products in the form of pudding rich in fiber and nutrients. This educational activity on stunting prevention in young women was carried out in the classroom of the 1st semester of the S1 Nursing Study Program of ITEKES MU West Kalimantan with 16 participants in the 1st semester. The approach used includes socialization and education about stunting prevention, the efficacy of moringa leaves, and training on making moringa leaf pudding, which begins with a pre-test to assess the participants' initial knowledge. The results showed an increase in participants' understanding of balanced nutrition, the nutritional value of moringa leaves as a leading local food, and the potential of moringa leaf pudding as a nutritious food supplement for adolescent girls. This program is expected to contribute as a stunting prevention strategy since adolescence through local food innovation and sustainable health education.*

Keywords: *Stunting, Teenage Girls, Moringa Leaves, Moringa oleifera*

Abstrak. Stunting merupakan salah satu masalah gizi primer di Indonesia yang mempengaruhi kesehatan jangka panjang, perkembangan kognitif, serta produktivitas sumber daya manusia. Remaja putri, sebagai calon ibu, memegang peran krusial dalam pencegahan stunting, khususnya mengingat tingginya prevalensi anemia dan defisiensi gizi pada kelompok usia ini. Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan serta status gizi remaja putri melalui pengolahan daun kelor (*Moringa oleifera*) menjadi produk inovatif berupa puding kaya serat dan nutrisi. Kegiatan edukasi tentang pencegahan stunting pada remaja putri ini dilaksanakan di ruangan kelas semester 1 Progam Studi S1 Keperawatan ITEKES MU Kalbar dengan peserta berjumlah 16 orang mahasiswi semester 1. Pendekatan yang digunakan meliputi sosialisasi dan edukasi tentang pencegahan stunting, khasiat daun kelor, serta pelatihan pembuatan puding daun kelor, yang diawali dengan pre-test untuk menilai pengetahuan awal peserta. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap gizi seimbang, nilai nutrisi daun kelor sebagai pangan lokal unggulan, dan potensi puding daun kelor sebagai suplemen makanan bergizi bagi remaja putri. Program ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai strategi pencegahan stunting sejak masa remaja melalui inovasi pangan lokal dan edukasi kesehatan yang berkelanjutan.

Kata kunci: Stunting, Remaja Putri, Daun Kelor, *Moringa oleifera*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah kekurangan gizi yang masih sering dijumpai di Indonesia, saat ini Indonesia berada di peringkat kelima tertinggi secara global. Kondisi ini terjadi akibat asupan gizi yang tidak tercukupi selama periode kritis 1000 hari pertama kehidupan, mulai dari masa kehamilan hingga usia dua tahun. Pada tahun 2017, WHO (World Health Organization) melaporkan bahwa Indonesia menempati posisi ketiga tertinggi dalam kasus stunting di Asia, khususnya di kawasan Asia Tenggara, setelah Timor Leste dan India. Posisi ini berada di bawah Pakistan dengan tingkat kejadian 45%, lalu Kongo 43%, India 39%, dan Ethiopia 38% (Muchtar et al., 2023).

Menurut Asnida (2025) bahwa prevalensi stunting di Provinsi Kalimantan Barat mencapai 24.50%, dengan variasi yang cukup besar antar kabupaten/kota. Berdasarkan (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat, 2024) target prevalensi balita stunting di Kalimantan Barat adalah 14%. Jika dibandingkan dengan capaian aktual tahun 2024, prevalensi balita stunting di provinsi ini mencapai 14,4%, yang berarti capaian tersebut sudah cukup dekat dengan target yang diinginkan. Kabupaten dengan prevalensi balita stunting terendah adalah Mempawah, yaitu 7.5%, sedangkan yang tertinggi terdapat di Kabupaten Kapuas Hulu sebesar 31,4%.

Masa remaja merupakan periode yang sangat rentan terhadap masalah stunting, yang muncul akibat gabungan dari faktor asupan dan non-asupan. Faktor asupan mencakup riwayat konsumsi energi serta nutrisi penting seperti protein dan zat besi. Sementara itu, faktor non-asupan seperti kondisi sosial ekonomi keluarga berperan penting karena menentukan akses terhadap pangan bergizi dan layanan kesehatan bagi anak (Rostianingsih et al., 2026). Remaja perempuan memiliki peran penting dalam mencegah stunting, sebab anemia yang umum terjadi pada kelompok ini dapat menimbulkan dampak jangka panjang

(Nugraheni, 2024). Remaja perempuan yang anemia berisiko besar ketika hamil akan menyebabkan bayi lahir dengan berat badan rendah dan berpotensi stunting (Alwi et al., 2022).

Stunting menimbulkan dampak serius terhadap perkembangan fisik, kognitif, serta produktivitas anak sepanjang hidup. Hal ini menyebabkan kelemahan perkembangan motorik, kesulitan konsentrasi, ketidakstabilan emosi pada masa remaja, lambatnya kemampuan belajar, memori lemah, serta prestasi akademik rendah yang sulit untuk dipulihkan (Maulisazen, 2025). Kondisi ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti asupan gizi tidak mencukupi, pola asuh kurang tepat, sanitasi lingkungan buruk, keterbatasan akses layanan kesehatan, dan kondisi sosial ekonomi keluarga (Gemaini et al., 2026). Secara biologis, stunting menghambat pertumbuhan otak karena kekurangan nutrisi dapat mempengaruhi proliferasi dan diferensiasi sel-sel otak seperti neuron dan glia, sehingga volume otak mengecil dan koneksi sinaptik tidak optimal, dampaknya tidak hanya menurunkan daya pikir dan kecerdasan secara keseluruhan tetapi juga berpotensi menimbulkan gangguan neurodevelopmental permanen di masa dewasa, seperti penurunan produktivitas dan kerentanan terhadap penyakit neurodegeneratif (Anwar et al., 2022).

Menurut Nasla et al., (2025) saat melakukan penelitian di Madrasah Aliyah Ushuluddin Singkawang, ditemukan bahwa 56.3% remaja putri menderita anemia, menandakan masalah gizi yang cukup tinggi dan risiko stunting di masa depan. Oleh karena itu, penting untuk melakukan intervensi gizi, edukasi kesehatan, dan pencegahan anemia pada remaja perempuan agar dapat menghentikan siklus stunting sejak dini. Tingginya prevalensi stunting dan anemia pada remaja putri akan berpotensi memperburuk masalah gizi dan kesehatan generasi mendatang (Puspitasari et al., 2025). Langkah-langkah inovatif dan

pemanfaatan sumber daya lokal sangat diperlukan, salah satu alternatif yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan tanaman daun kelor, yang memiliki kandungan nutrisi tinggi dan potensi sebagai suplemen alami dalam upaya pencegahan anemia dan stunting (Eriyama & Biologi, 2023).

Tanaman *Moringa Oleifera*, yang dikenal sebagai tanaman kelor tumbuh subur di wilayah tropis seperti Indonesia dan mudah dibudidayakan dengan perawatan minimal, menjadikannya sumber pangan berharga yang memberdayakan masyarakat pedesaan atau terpencil untuk mengatasi masalah gizi dengan biaya rendah (Kusumawardhani et al., 2025). Daun kelor kaya akan vitamin A, B, C, protein, dan mineral, sehingga sangat bermanfaat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Daun kelor umumnya hanya digunakan sebagai bahan sayuran sederhana, padahal sebenarnya tanaman ini dapat diolah menjadi berbagai produk lain yang lebih beragam. Namun, pemanfaatan daun kelor di Indonesia masih terbatas dan belum optimal, sehingga perlu dilakukan penyuluhan dan sosialisasi untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat dalam menggunakannya secara lebih luas (Saputra et al., 2021).

Menurut WHO, remaja putri dengan rentang 10-19 tahun termasuk kedalam kelompok rentan terhadap masalah kesehatan yang dapat berdampak pada kehidupan jangka panjang, stunting merupakan masalah kronis yang harus dicegah sejak masa remaja, terutama pada remaja putri karena mereka akan menjadi calon ibu (Follona et al., 2025). Kekurangan maupun kelebihan gizi yang tidak ditangani sejak masa remaja dapat memengaruhi status gizi mereka pada masa kehamilan. Masa remaja adalah masa penting untuk tumbuh kembang, sehingga menjaga status gizi yang baik sangat krusial (Made et al., 2025). Masa remaja merupakan periode kritis untuk tumbuh kembang optimal dengan kebutuhan energi, protein, vitamin, dan

mineral yang meningkat, sehingga kekurangan gizi seperti anemia beresiko menyebabkan stunting, yang akan berdampak pada prestasi belajar rendah, kapasitas kerja menurun, serta masalah kesehatan reproduksi (Isharyanti et al., 2025). Remaja putri yang stunting kemudian hamil akan rentan mengalami komplikasi persalinan dan melahirkan bayi dengan berat lahir rendah serta stunting sejak dini, yang berpotensi meneruskan siklus stunting antar generasi (Pusmaika et al., 2022). Oleh karena itu, masa remaja adalah kesempatan terakhir untuk intervensi perbaikan gizi guna mencegah stunting, dengan asupan gizi cukup, pola makan seimbang, konsumsi tablet tambah darah, dan aktivitas fisik teratur (Alwi et al., 2022; Muchtar et al., 2023).

Remaja putri berada dalam masa pertumbuhan yang cepat, baik secara fisik maupun mental pada tahap inilah kebutuhan nutrisi menjadi semakin meningkat, namun gaya hidup mereka sering kali tidak stabil dan pola makan cenderung mengikuti tren yang kurang sehat. Hal ini bisa menurunkan kesehatan, konsentrasi belajar, dan produktivitas maka dari itu salah satu sumber nutrisi lokal yang berpotensi mengatasi masalah tersebut adalah daun kelor. Namun, pengetahuan mahasiswa tentang kandungan gizi daun kelor, cara pengolahannya yang benar, serta peluang pengembangan produk dengan bahan dasar kelor masih sangat minim (Asatuti et al., 2021).

Pencegahan stunting perlu dimulai sejak masa remaja dan kehamilan, di antaranya melalui edukasi gizi dan kesehatan untuk menangani masalah stunting. Pemerintah telah meluncurkan berbagai program untuk mengatasi permasalahan mengenai stunting (Istiana et al., 2025). Salah satu pendekatan utama dalam mengatasi gizi kurang adalah intervensi gizi berbasis pangan lokal, yang dianggap lebih berkelanjutan karena memanfaatkan bahan makanan yang mudah didapat, terjangkau secara ekonomi, serta selaras dengan

kebiasaan konsumsi masyarakat setempat. Pemanfaatan pangan lokal juga mendukung ketahanan pangan rumah tangga dan pemberdayaan masyarakat (Zanah et al., 2026).

Berdasarkan masalah tersebut, maka dilakukan edukasi pencegahan stunting pada mahasiswi program studi keperawatan, sebagai langkah strategis dalam upaya pencegahan stunting sejak usia remaja melalui peningkatan pengetahuan tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang, penerapan pola hidup sehat, serta pemanfaatan tumbuhan kelor sebagai sumber pangan lokal yang kaya nutrisi, mudah diakses, dan berpotensi besar dalam mendukung kesehatan serta pertumbuhan optimal di masa depan.

METODE KEGIATAN

Dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan pada mahasiswi dalam peningkatan pengetahuan tentang pembuatan puding daun kelor, yang dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 3 Desember 2025. Kegiatan ini dilakukan melalui penyampaian materi dengan menampilkan video menggunakan *power point* dan bantuan poster. Dalam pengabdian ini dilakukan dalam 3 tahapan pelaksanaan:

1. Persiapan Edukasi

Pada tahap edukasi dilakukan survei pada mitra dengan melakukan kontrak waktu yang disepakati bersama.



Gambar 1. Alat dan Bahan Pembuatan Puding Daun kelor (Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2025)

Selanjutnya melakukan pembuatan puding daun kelor dengan bahan dan cara : Daun kelor (secukupnya), daun pandan (Secukupnya), air (500ml), santan(secukupnya), *nutrijell* 3 bungkus, gula pasir (120gr), sejumput garam, sejumput *vanili*, susu *frisian flag* (secukupnya), 1 *sachet* vla instan, 200ml air panas.

Proses pembuatan pudding diawali dengan daun kelor dan daun pandan dicuci bersih, kemudian daun kelor dan daun pandan diblender dengan 500 ml air hingga halus, hasil blender disaring untuk memperoleh air daun kelor sebagai cairan utama puding, setelah itu air daun kelor dicampurkan dengan *nutrijell*, santan, gula pasir, garam, dan *vanili* ke dalam panci, kemudian diaduk hingga semua bahan tercampur rata, kemudian adonan dimasak di atas api sedang sambil terus diaduk agar tidak menggumpal, daun pandan dimasukkan untuk memberikan aroma, kemudian ditambahkan susu *frisian flag* secukupnya, adonan dimasak hingga mendidih dan mengental, lalu diangkat dan daun pandan dibuang, selanjutnya adonan puding dituangkan ke dalam cetakan dan dibiarkan hingga mencapai suhu ruang, puding kemudian di biarkan dalam suhu ruang setelah itu di simpan lemari pendingin hingga mengeras sempurna, setelah itu untuk pembuatan vla dilakukan dengan melarutkan satu *sachet* vla instan ke dalam 200 ml air panas, vla diaduk hingga mengental dan tidak menggumpal, puding daun kelor disajikan dengan siraman vla di atasnya sebagai hidangan bergizi dan menarik.

2. Metode Sosialisasi

Pada tahap ini, dilakukan pemberian materi oleh mahasiswa semester 3 mengenai stunting, serta pentingnya pemanfaatan pangan lokal khususnya daun kelor, sebagai upaya pencegahan stunting sejak usia remaja.



Gambar 2. Penyampaian materi tentang edukasi stunting para remaja putri
(Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2025)

3. Metode Evaluasi (Pre-test)

Pengukuran pengetahuan awal peserta sebelum pelaksanaan edukasi untuk mengetahui tingkat pemahaman mengenai pemanfaatan daun kelor dan pencegahan stunting, baik sebelum pelaksanaan edukasi maupun setelah pelaksanaan edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi tentang pencegahan stunting pada remaja putri ini dilaksanakan di ruangan kelas semester 1 Progam Studi S1 Keperawatan ITEKES MU Kalbar dengan peserta berjumlah 16 orang mahasiswi semester 1.



Gambar 3. Mahasiswa S1 Keperawatan ITEKESMU Kalbar
(Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2025)

Kegiatan edukasi dan sosialisasi ini dimaksudkan untuk memberikan tambahan pengetahuan kepada mahasiswi semester 1 mengenai pemahaman daun kelor menjadi makanan atau cemilan yang sehat. Selain itu

kegiatan ini diharapkan mampu menjadi salah satu upaya pembekalan *soft skill* dalam pembuatan puding daun kelor bagi mereka yang nantinya dapat dimanfaatkan untuk kemandirian dalam berwirausaha setelah

menyelesaikan pendidikan program studi.

Kegiatan ini diawali dengan tahap sosialisasi dan edukasi, pemberian materi tentang pengenalan manfaat daun kelor dan peranannya dalam pencegahan stunting khususnya dalam pembuatan puding daun kelor yang disampaikan di depan kelas dengan menggunakan media poster sebagai alat bantu. Pada bagian ini berbagai manfaat daun kelor yang dihasilkan melalui proses pengolahan alami juga diperlihatkan kepada mahasiswi semester 1 dalam bentuk video sehingga peserta mengetahui bahwa daun kelor bisa di konsumsi menjadi olahan pangan yang enak.

Daun kelor merupakan tanaman lokal yang telah dikenal dan dimanfaatkan oleh masyarakat sejak lama, serta terus dikembangkan untuk meningkatkan nilai ekonomis dan gizi produk pangan. Peranan daun kelor telah dikenal di berbagai bidang, salah satunya dalam menghasilkan dan mengembangkan mutu makanan. Melalui pengolahan yang tepat, makanan berbahan dasar daun kelor tidak hanya memiliki rasa yang lezat tetapi juga dapat menambah nilai gizi tinggi (seperti kandungan protein, vitamin A dan C, zat besi, kalsium dan mineral) serta dapat diolah menjadi berbagai

bentuk produk dengan umur simpan yang cukup baik (Kasih et al., 2024).

Puding daun kelor dihasilkan dengan memanfaatkan ekstra daun kelor yang diolah secara higienis. Daun kelor yang digunakan adalah daun yang segar, kemudian melalui proses pencucian. Pembuatan puding daun kelor dapat memakan waktu 35 menit. Pertama daun kelor dicuci bersih dan diblender bersama daun pandan untuk menghasilkan tekstur yang halus, kemudian di saring untuk mendapatkan air daun kelornya, setelah itu air daun kelor dicampur dengan bahan lain seperti santan, *nutrijell*, gula, *vanilli*, susu serta sejumput garam. Campuran tersebut kemudian di panaskan sambil di aduk terus hingga mengental sempurna. Proses pemanasan dan pengadukan yang tepat sangat penting untuk menghasilkan puding dengan tekstur yang padat dan lembut. Kandungan daun kelor tetap terjaga selama proses pengolahan asalkan suhu dan durasi pemanasan di kontrol dengan baik. Setelah campuran mencapai konsistensi yang di inginkan, puding di tuangkan kedalam cup kecil yang telah di siapkan dan di dinginkan pada suhu ruang dalam lemari pendingin hingga benar-benar mengeras.



Gambar 3. Hasil Puding Daun Kelor
(Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2025)

Sebelum dan setelah selesai kegiatan edukasi, dilakukan evaluasi untuk mengukur

tingkat pengetahuan peserta menggunakan sesi tanya jawab dan observasi hasil daun

kelor. Testimoni dilakukan oleh 16 mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan. Sesi tanya jawab berisi lima pertanyaan yang digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan yang dimiliki mengenai materi pelatihan yang disampaikan, lima pertanyaan pada sesi tanya jawab adalah sebagai berikut:

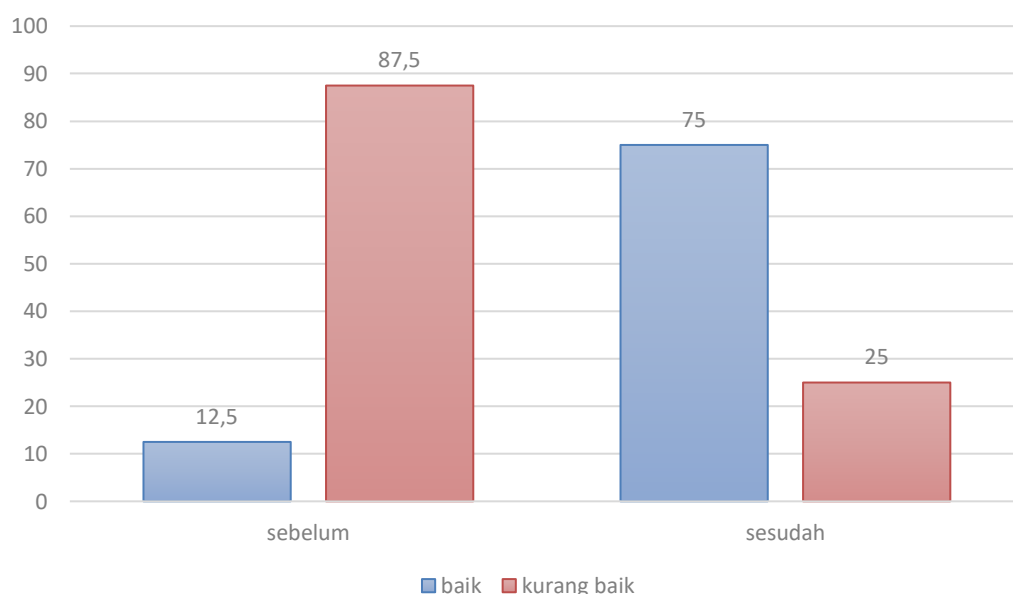
1. Apa anda mengetahui apa itu daun kelor?
2. Apakah anda mengetahui bahwa daun kelor dapat dimanfaatkan dalam berbagai bidang terutama pada bidang pangan dan

kesehatan?

3. Apakah anda mengetahui bahwa puding daun kelor merupakan produk pangan berbasis tanaman lokal?

4. Apakah anda mengetahui bahan-bahan utama yang digunakan dalam pembuatan puding daun kelor?

5. Apakah anda berminat untuk mempraktikkan pembuat daun kelor setelah melihat vidio tersebut?



Gambar 4. Perbandingan hasil sebelum dan sesudah edukasi

Berdasarkan hasil evaluasi yang didapat dari 16 responden, sebelum diberikan edukasi yang memiliki pengetahuan baik sebesar 12.5% kemudian meningkat menjadi 75% sesudah dilakukan edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan oleh mahasiswa semester 3 Program Studi Administrasi Kesehatan dapat diserap dengan baik oleh para mahasiswi semester 1 Program Studi S1 Keperawatan. Hasil pengabdian ini sejalan dengan hasil pengabdian yang telah dilakukan oleh Zakiyanpri et al., (2024) bahwa dengan metode edukasi dan tanya jawab dapat meningkatkan pengetahuan secara signifikan dari rata-rata nilai sebelum dilakukan edukasi 50,7% menjadi 85.9% setelah dilakukan edukasi. Metode edukasi dan tanya jawab juga telah dilakukan oleh

Rusilanti, (2021) dengan nilai pengetahuan 73,5% sebelum dilakukan edukasi menjadi 84,5 setelah dilakukan edukasi, hal ini menunjukkan peningkatan pemahaman tentang stunting di kalangan remaja dengan metode edukasi dan tanya jawab berhasil dilaksanakan dan menghasilkan hasil yang baik.

Tujuan dilakukan edukasi kesehatan kepada remaja putri adalah untuk membentuk perubahan perilaku yang lebih positif untuk kehidupan individu remaja. Edukasi sebagai bentuk pendidikan kesehatan merupakan upaya efektif dalam mencegah stunting, khususnya dengan memberikan informasi tentang stunting kepada remaja, dimana pendidikan gizi dapat mempengaruhi pengetahuan dan berperan sebagai salah satu strategi pencegahan

stunting (Muchtar 2023).

Promosi kesehatan et al., merupakan proses penting dalam penyampaian informasi, karena juga dapat membangun motivasi, keterampilan, serta lingkukan pendukung untuk mendorong perubahan perilaku berkelanjutan. Promosi kesehatan memungkinkan remaja putri untuk meningkatkan kontrol atas kesehatannya melalui pendekatan edukasi, komunikasi efektif, dan memperkuat komunitas (Hairuddin et al., 2025).

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pegabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa institut teknologi dan kesehatan muhammadiyah kalimantan barat melalui edukasi pencegahan stunting dengan pemanfaatan daun kelor dalam pembuatan puding kaya serat pada remaja putri telah berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang ditetapkan. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mahasiswi mengenal pentingnya gizi seimbang serta remaja putri sebagai calon ibu dalam pencegahan stunting, serta pemanfaatan daun kelor sebagai bahan lokal bernilai gizi yang tinggi. Persentase setelah dilakukan edukasi meningkat dengan baik, dari 12,5% menjadi 75%. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan keterampilan praktis dalam pengolahan pangan sehat yang berpotensi sebagai upaya peningkatan status gizi dan kemandirian mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada Institut Teknologi Kesehatan atas kepercayaan yang diberikan kepada tim dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terimakasih juga ditujukan kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan. Partisipasi, dukungan, serta komitmen dari mitra sangat berarti dalam menunjang

keberhasilan ini. Semoga hasil dari pengabdian ini dapat memberikan manfaat nyata bagi masyarakat serta menjadi motivasi untuk terus mengembangkan kegiatan serupa di masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwi, M. A., Hamzah, H., Studi, P., Masyarakat, K., Kesehatan, F., Artha, U. P., Gizi, J., & Palu, P. K. (2022). *Determinan dan Faktor Risiko Stunting pada Remaja di Indonesia: Literature Review Determinant and Risk Factor Stunting on Adolescents in Indonesia: Literature Review*. 3, 7–12. <https://doi.org/10.33860/shjig.v2i1>
- Anwar, S., Winarti, E., & Sunardi. (2022). Systematic Review Faktor Risiko, Penyebab Dan Dampak Stunting Pada Anak. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(72), 88–94. <https://doi.org/10.32831/jik.v11i1.445>
- Asatuti, N. B., Sumardi, R. N., Ngardita, I. R., & Lusiana, S. A. (2021). Pemantauan Status Gizi Dan Edukasi Gizi Pada Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengambas*, 01, 46–56. <https://doi.org/10.47539/ajp.v1i1.8>
- Asnida, L. (2025). Dampak Prevalensi Stunting Terhadap Pembangunan Manusia Di Provinsi Kalimantan Barat. *Khatulistiwa Profesional*, 6(1), 50–60. <https://jurnalkhatulistiwabpsdm.kalbarprov.go.id/khatulistiwa/article/view/94>
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat. (2024). *Profil Kesehatan Kalimantan Barat*.
- Eriyaha, A., & Biologi, P. (2023). Upaya Pemanfaatan Daun Kelor: Puding Daun Kelor Untuk Mencegah Stunting. *Pengabdian Nasional*, 03(03), 23–27. <https://doi.org/10.69957/abdimass.v3i03.622>
- Follona, W., A.B1, N. G. M. A., & Aticeh. (2025). *Optimalisasi Peran Kader Sebaya untuk Pencegahan Stunting Sejak Dini pada Remaja Putri (Optimizing The Role of Peer Educators for Early Stunting Prevention in*

- Adolescent Girl*). 7, 81–86.
<https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v7i2.2964>
- Gemaini, A., Raghidah, Muhammad Alghifari Hamdy, J. R. A., & Indriyani, A. (2026). Analisis Faktor Penyebab, Upaya Pencegahan, Dan Penanggulangan Stunting Di Desa Mara Kecamatan Sipora Selatan Kabupaten Kepulauan Mentawai. *Krepa: Kreativitas Pada Abdimas*, 7(6).
<https://doi.org/10.9765/Krepa.V218.3784>
- Isharyanti, S., Ruspita, M., & Arumsari, P. D. (2025). *Optimalisasi Pendampingan Remaja Putri Melek Gizi Sebagai Upaya Optimizing Nutrition Literacy Support For Adolescent Girls As A Pendahuluan Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan yang sangat Stunting di*. 5, 463–469.
<https://doi.org/10.36082/gemakes.v5i3.2754>
- Istiana, P., Astrivanisa, I. W., Ana, N., Illiyah, A., & Muiz, M. A. R. (2025). *Edukasi 1000 HPK Dan Asi Eksklusif Melalui Program Gensa Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Pucung Tirto*. 69–74.
<https://doi.org/10.35957/padimas.v5i2.13459>
- K, Hairuddin, E. M., Serli, Werdyaningsih, E., & Yulis, D. M. (2025). Efektivitas Kampanye Promosi Kesehatan Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Perilaku Sehat Masyarakat. *Barongko Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 1–11.
<https://doi.org/10.59585/bajik.v4i1.782>
- Kasih, N. M., Maulana, G. H., & Khasanah, S. (2024). *Inovasi Pemanfaatan Daun Kelor Menjadi Puding Anti Stunting*. 3(2), 72–78.
<https://doi.org/10.32528/abdimastek.v3i2.2470>
- Kusumawardhani, R., Prihatin, W., & Hartono, A. (2025). Edukasi dan Pelatihan Puding Daun Kelor untuk Pencegahan Stunting di Dusun Kedungsogo , Kulon Progo (Education and Training of Moringa Leaf Pudding for Stunting Prevention in Kedungsogo Hamlet , Kulon Progo). *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 489–499.
<https://doi.org/10.35912/yumary.v5i3.3569>
- Made, N., Yulia, A., Teja, R., Wayan, N., Puspita, E., Putu, N., Kurnia, R., Ayu, K., Dewi, P., Nurtini, N. M., Eka, K., & Wardana, L. (2025). Upaya Peningkatan Pengetahuan Stunting Dan Skrining Status Gizi Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Penurunan Stunting Di Smkn 1 Klungkung (Efforts To Improve Knowledge About S. *Abdimas ITEKES Bali*, 4(2), 125–132.
<https://doi.org/10.37294>
- Maulisazen, L. (2025). Studi Literature : Stunting dan Risiko Komplikasi Metabolik pada Remaja Literature Review : Stunting and Metabolic Risk Among Adolescent. *Surya Medika*.
<https://doi.org/10.33084/jsm.v11i3.11350>
- Muchtar, F., Rejeki, S., & Elvira, I. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 138–144.
<https://doi.org/10.34312/ljpmt.v2i2.21400>
- Nasla, U. E., Rizki, F., Weliana, W., & Ramadanti, F. (2025). Remaja Anti Anemia (RANIA) sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Ushuluddin Singkawang. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 1–7.
<https://doi.org/10.53860/losari.v7i1.384>
- Nugraheni, R. (2024). *Program Edukasi Gizi pada Remaja Putri untuk Mencegah Stunting: Tinjauan Literatur*. 7(3), 569–577.
<https://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP/article/view/1330>
- Pusmaika, R., Novfrida, Y., Simatupang, E. J., & Moudy, E. U. (2022). Hubungan Usia Ibu Saat Hamil dengan Kejadian

- Stunting Pada Balita di Kabupaten Tangerang. *Indonesian Health Issue*, 1, 49–56.
<https://doi.org/10.47134/inhis.v1i1.11>
- Puspitasari, F. A., Rinestaelsa, U. A., & Nuhan, H. G. (2025). Edukasi Kesehatan Remaja sebagai Strategi Pencegahan Stunting. *SOLMA*, 14(3), 4784–4792.
<https://doi.org/10.2236/solma.v14i3.20696>
- Rostianingsih, D., Setiadi, F., Sirait, L. I., Indrawati, L., & Arabta, M. (2026). EDUKASI PEMANFAATAN BUBUR DAUN KELOR (MORINGA OLEIFERA) UNTUK STUNTING DAN NUGGET LELE UNTUK MP-ASI. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 149–154.
<https://doi.org/10.36728/jpf.v7i1.5584>
- Rusilanti, N. R. (2021). Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 8, 175–185.
<https://doi.org/10.21009/JKKP.082.06>
- Saputra, R. A., Santoso, U., Heiriyani, T., & Wahdah, R. (2021). The Miracle Tree : Manfaat Kelor Terhadap Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian ILUNG (Inovasi Lahan Basah Unggul)*, 1(2), 54–62. <https://doi.org/10.20527/ilung.v1i2>
- Zakiyanpri, W., Lailiyah, S., Armando, G., Salsabila, R., Anggita, P., Arofatus, A., Silmi, A. Z., & Rahma, N. (2024). Edukasi kepada Remaja untuk Mencegah Terjadinya Stunting dari Faktor Kesehatan saat Masa Remaja di SMAN 1 Banyuwangi. *Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)*, 4(3), 603–610.
<https://doi.org/10.54082/jamsi.1151>
- Zanah, N., Lajuna, L., Sari, Y., & Zahara, E. (2026). Pengaruh Pemberian Puding Daun Kelor terhadap Status Gizi Pada Balita Gizi Kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kiri , Aceh Tamiang The Effect of Moringa Leaf Pudding on the Nutritional Status of Undernourished Toddlers in the Simpang Kiri Primary He. *Jiic: JURNAL INTELEK INSAN CENDIKIA*, 3, 120–126.
<https://jicnusantara.com/index.php/jiic>