

## Pemberdayaan Kader Pembuatan Makanan Tambahan Cookies Daun Katuk Ibu Hamil Anemia Upaya Pencegahan Stunting

Mumpuni Intan Pertiwi<sup>1\*</sup>, Erni Susanty Tahir<sup>2</sup>, Anisa Putri Utami<sup>1</sup>, Ika Restu Kaeksi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana dan Profesi Bidan Universitas Duta Bangsa Surakarta

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Kedokteran Gigi Universitas Duta Bangsa Surakarta

### INFO ARTIKEL

Diserahkan:  
08/01/2026  
Direvisi:  
27/01/2026  
Diterima  
08/02/2026

### Keywords:

Makanan Tambahan,  
Cookies,  
Daun Katuk,  
Ibu Hamil Anemia,  
Stunting

### ABSTRAK

*Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia dan berkaitan erat dengan kondisi gizi ibu hamil, khususnya anemia. Anemia pada ibu hamil berdampak pada pertumbuhan janin dan meningkatkan risiko stunting. Pemanfaatan pangan lokal bergizi, seperti daun katuk (*Sauropus androgynus*), menjadi salah satu alternatif intervensi gizi yang berkelanjutan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberdayakan kader posyandu dalam pembuatan makanan tambahan berupa cookies daun katuk bagi ibu hamil anemia sebagai upaya pencegahan stunting. Metode yang digunakan adalah pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan edukatif dan partisipatif. Kegiatan meliputi koordinasi dengan mitra, penyuluhan tentang anemia dan stunting, pelatihan pembuatan cookies daun katuk, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test pengetahuan kader. Pelaksanaan dilakukan di Posyandu Panca Marga 8, Desa Gumpang, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, dengan melibatkan kader posyandu sebagai peserta utama. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader mengenai anemia, gizi ibu hamil, dan manfaat daun katuk. Kader juga mengalami peningkatan keterampilan dalam memproduksi cookies daun katuk yang memiliki potensi sebagai makanan tambahan bagi ibu hamil anemia. Pemberdayaan kader melalui pelatihan pembuatan cookies daun katuk efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu serta berpotensi mendukung upaya pencegahan stunting berbasis pangan lokal.*

Corresponding author email: [mumpuni\\_intan@udb.ac.id](mailto:mumpuni_intan@udb.ac.id)



Published by Alesha Media Digital. This is an open access article under the [CC BY SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license  
Copyright@ Author (2026).

## 1. PENDAHULUAN

Stunting pada balita di Indonesia masih tinggi, sekitar 21–22 % menurut data Riskesdas 2023[1][2]. Salah satu faktor utama adalah anemia pada ibu hamil, yang mengganggu suplai nutrisi ke janin sehingga meningkatkan risiko stunting [3][4][5]. Daun katuk kaya zat besi, vitamin C, vitamin A, protein, dan mineral lainnya menjadikannya solusi lokal untuk ibu hamil anemia dan pencegahan stunting [6][7]. Posyandu Panca Marga 8, Desa Gumpang, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, berperan sebagai fasilitator utama pelayanan kesehatan ibu dan anak. Namun cakupan edukasi gizi dan produksi makanan tambahan yang inovatif belum optimal, terutama dalam konteks pemberdayaan kader dan pendekatan berbasis komunitas[8][9]. Analisis situasi Desa Gumpang termasuk dalam kecamatan Kartasura, di mana prevalensi anemia ibu hamil (60 %) tinggi dan cakupan pendidikan gizi serta suplai PMT

di posyandu belum optimal. Angka stunting kabupaten (7-8 %) sebenarnya lebih rendah dari rata-rata kabupaten lain, tapi karena cakupan program pencegahan belum merata maka angka stunting tetap sekitar 20

% di populasi balita secara keseluruhan. Posyandu Panca Marga 8 memiliki peran strategis dalam deteksi dini stunting dan anemia para kader sudah melakukan upaya pencegahan dengan sosialisasi konsumsi suplemen rutin dan makanan lokal, namun perlu intervensi inovatif agar cakupan layanan lebih efektif dan praktis [10][11]. Tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah Desa Gumpang belum tertangani, mengakibatkan hambatan dalam pertumbuhan janin dan potensi stunting balita. Makanan tambahan berbasis zat besi lokal seperti cookies daun katuk belum diproduksi atau diterapkan oleh kader posyandu [12][13]. Para kader belum memiliki pelatihan dalam membuat produk pangan fungsional berbahan lokal yaitu daun katuk, sehingga peran mereka dalam edukasi dan pemberdayaan masyarakat belum optimal [14]. Pengetahuan masyarakat tentang manfaat daun katuk untuk anemia dan stunting masih terbatas, sehingga konsumsi tanaman ini dalam bentuk inovatif belum meluas. Melalui pengabdian kepada masyarakat pelatihan kader ini diharapkan dapat mengoptimalkan pemberdayaan dalam menangani anemia ibu hamil sehingga mencegah stunting.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Desa Gumpang termasuk dalam kecamatan Kartasura, di mana prevalensi anemia ibu hamil 60 % tinggi dan cakupan pendidikan gizi serta suplai PMT (Pemberian Makanan Tambahan) di posyandu belum optimal. Angka stunting kabupaten (7-8 %) sebenarnya lebih rendah dari rata-rata kabupaten lain, akan tetapi karena cakupan program pencegahan belum merata maka angka stunting tetap sekitar 20 % di populasi balita secara keseluruhan. Posyandu Panca Marga 8 memiliki peran strategis dalam deteksi dini stunting dan anemia, namun perlu intervensi inovatif agar cakupan layanan lebih efektif. Masalah yang masih menjadi prioritas pada pengabdian ini kurangnya akses makanan tambahan bergizi lokal seperti (cookies daun katuk) untuk ibu hamil anemia, minimnya keterampilan kader posyandu dalam memproduksi PMT lokal, dan rendahnya tingkat edukasi kader mengenai manfaat nutrisi dari daun katuk [15][16][17]. Permasalahan prioritas dalam pengabdian masyarakat ini mencakup kebutuhan urgent untuk menangani anemia ibu hamil yang menjadi salah satu akar stunting. Daun katuk, sebagai sumber zat besi alami, menawarkan solusi berbasis pangan lokal, terbukti secara ilmiah mampu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Produk pengolahan seperti cookies daun katuk (dengan substitusi minimal 5 %) tidak hanya memperkaya kandungan mineral seperti zat besi dan kalsium, tetapi juga memiliki potensi diterima secara sensorial oleh masyarakat. Menu PMT (Pemberian Makanan Tambahan) ini menjadi makin efektif jika digerakkan melalui pemberdayaan kader posyandu, yang didorong melalui pelatihan pembuatan makanan tambahan berbahan lokal.

Tahapan atau Langkah- Langkah Pelaksanaan; metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahap sebagai berikut:

- a. Persiapan dan Koordinasi Awal; Koordinasi dengan ketua kader pencegahannya. Potensi daun katuk sebagai sumber zat besi alami. Hubungan anemia dan stunting. Diskusi interaktif dan simulasi kuis untuk menilai pemahaman.
- b. Edukasi dan Peningkatan Pengetahuan; Kegiatan penyuluhan kesehatan kepada kader mengenai Anemia pada ibu hamil: definisi, penyebab, dampak terhadap janin, dan teknik pengemasan sederhana. Untuk pembuatan cookies secara berkelompok, dipandu oleh tim pelaksana.
- c. Pelatihan Produksi Cookies Daun Katuk; demonstrasi langsung pembuatan cookies berbahan daun katuk, meliputi pemilihan bahan baku, teknik pengolahan daun katuk serta proses pencampuran, pencetakan serta pemanggangan.
- d. Evaluasi dan Penutupan; Melaksanakan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan kader. Refleksi bersama kader mengenai tantangan dan peluang keberlanjutan program. Penyerahan dokumen pelatihan dan sertifikat kepada mitra

### 3. HASIL & PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Pemberdayaan Kader Dalam Pembuatan Makanan Tambahan Cookies Daun Katuk (*Sauropus androgynus*) Untuk Ibu Hamil Anemia Sebagai Upaya Pencegahan Stunting” telah dilaksanakan di Posyandu Panca Marga 8 Windan Baru RT04/RW07, Desa Gumpang, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo dan berjalan dengan lancar serta mendapat respon positif dari seluruh peserta.

1. Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu: Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader posyandu terkait anemia pada ibu hamil, peran gizi dalam pencegahan stunting, serta pemanfaatan bahan pangan lokal seperti daun katuk. Sebelum pelatihan, sebagian besar kader belum memahami secara optimal kandungan zat gizi daun katuk serta potensinya sebagai bahan makanan tambahan. Setelah diberikan penyuluhan, kader mampu menjelaskan manfaat daun katuk, khususnya kandungan zat besi, protein, dan mikronutrien lain yang mendukung kesehatan ibu hamil.

<u>Variabel</u>	<u>Mean</u>	<u>N</u>	<u>Std. Deviation</u>	<u>Std. Error Mean</u>	<u>Sig. (2-tailed)</u>
<u>Pre-test Pengetahuan</u>	53,30	10	5,32	1,68	0,000
<u>Post-test Pengetahuan</u>	86,80	10	3,87	1,22	

2. Peningkatan Keterampilan Pembuatan Cookies Daun Katuk: Kegiatan praktik pembuatan cookies daun katuk menghasilkan peningkatan keterampilan kader secara signifikan. Seluruh kader mampu mengikuti tahapan pengolahan mulai dari persiapan bahan, pengolahan daun katuk, pencampuran adonan, proses pemanggangan, hingga pengemasan produk. Cookies yang dihasilkan memiliki bentuk, tekstur, dan rasa yang dapat diterima dengan baik, sehingga berpotensi dijadikan sebagai makanan tambahan alternatif bagi ibu hamil anemia.
  3. Peningkatan Partisipasi dan Kemandirian Kader: Pelaksanaan pengabdian mendorong partisipasi aktif kader selama proses diskusi dan praktik. Kader menunjukkan antusiasme tinggi serta komitmen untuk menerapkan keterampilan yang diperoleh dalam kegiatan posyandu rutin. Selain itu, kader menyatakan kesiapan untuk memproduksi cookies daun katuk secara mandiri sebagai bentuk inovasi pangan lokal berbasis masyarakat.
  4. Dampak terhadap Upaya Pencegahan Stunting: Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program ini berpotensi mendukung upaya pencegahan stunting melalui perbaikan asupan gizi ibu hamil, khususnya yang mengalami anemia. Cookies daun katuk dinilai sebagai makanan tambahan yang mudah dibuat, berbahan lokal, dan memiliki nilai gizi yang bermanfaat. Kader juga menyatakan kesediaannya untuk memberikan edukasi lanjutan kepada ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang selama kehamilan.
  5. Keberlanjutan Program: Sebagai tindak lanjut, kader posyandu berkomitmen untuk mengintegrasikan pembuatan dan pemberian cookies daun katuk ke dalam kegiatan posyandu secara berkelanjutan. Program ini diharapkan dapat menjadi salah satu inovasi lokal Posyandu Panca Marga 8 dalam mendukung program percepatan penurunan stunting di wilayah Desa Gumpang, Kartasura, Sukoharjo.
- pengetahuan awal kader terkait anemia pada ibu hamil, stunting, dan pemanfaatan daun katuk. Hasil analisis menggunakan uji paired t-test menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara pengetahuan kader sebelum dan sesudah intervensi



Gambar 1 Kegiatan Pengabdian

#### 4. KESIMPULAN

Pemberdayaan kader melalui edukasi dan pelatihan praktik merupakan strategi efektif dalam upaya pencegahan stunting berbasis masyarakat

#### UCAPAN TERIMA KASIH

1. Universitas Duta Bangsa Surakarta, sebagai pemberi hibah pengabdian kepada Masyarakat
2. Posyandu Panca Marga 8 Windan Baru RT04/RW07, Gumpang, Kartasura, Sukoharjo sebagai tempat pelaksanaan pengabdian

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Pane NK, Almadany UH, Sujoko E. Status Gizi Ibu Hamil Sebagai Prediktor Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24 – 59 Bulan Di Kecamatan Padangsindimpuan Selatan. *J Kesehat Masy* 2025.
- [2] Widiastuti D, Laili FJ. Analisis Faktor Komplikasi Kehamilan Pada Ibu Hamil Primigravida Dengan Anemia Di Puskesmas Serongga Tahun 2023. *J Penelit Multidisiplin Bangsa* 2025;1:1462–6.
- [3] Siti Fatimah, Malisa Ariani, Paul Joae Brett Nito UHF. Riwayat Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *J Ilmu KEPERAWATAN DAN ILMU Kesehat Masy* 2025;20:134–40.
- [4] Marhaeni, Ros Rahmawati MS. Supplementation Of Moringa Leaf Flour Improves Hemoglobin Levels In Anemia Of Pregnant Women Trough Empowerment Of Posyandu Cadres, Mandala Village In The Mamajang Health Center Area. *Media Implementasi Ris Kesehat* 2023;4:7–16.
- [5] Inayatul Aini, Dhita Yuniar Kristianingrum. PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM MEMBUAT OLAHAN DAUN KATUK UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DALAM PRODUKSI ASI SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN STUNTING. *J Masy MANDIRI DAN BERDAYA* 2024;III:1–7.
- [6] Makrina Sedista Manggul, Reineldis E. Trisnawati, Jayanthi P. Janggu, Viviana Hamat KK. PELATIHAN PEMBUATAN BISKUIT TEPUNG DAUN KELOR UNTUK MENGATASI MASALAH ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS PONGGEOK. *J Kreat Pengabdian Kpd Masy* 2024;7:3540–51.
- [7] Dewi Yuliasari, Ledy Octavia Iqmy L. Pembuatan Produk Olahan Daun Kelor Untuk Atasi Anemia. *J Perak Malahayatipengabdian Kpd Masy* 2025;7:349–60.
- [8] Handayani S, Pratiwi YS, Fatmawati N. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Metode Pembuatan Sayur Bening Daun Katuk Sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI Abstrak. *Prof Heal J* 2023;5:108–14.
- [9] Kirana R, Laili FJ. Hubungan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekapuran Raya. *J Penelit Multidisiplin Bangsa* 2025;1:1136–43.

- [10] Putri NM. Hubungan Anemia Ibu Hamil Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 6-23 Bulan Di Tuban Novita Mahera Putri. *J Sci Mandalika* 2025;6:1812–9.
- [11] RATNAWATI PURWITANINGTYAS IAP. HUBUNGAN RIWAYAT ANEMIA DAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) IBU PADA SAAT HAMIL DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BUARAN TAHUN 2023. *J Ilmu Pengetah* 2024;4:115–23.
- [12] Pertiwi MI, Notiyanti M, Permatasari MA, Et Al. EFEKTIVITAS KONSUMSI DAUN KATUK (SAUROPUS ANDROGYNUS) TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL: STUDI META ANALISIS. *Pros Semin Inf Kesehat Nas* 2025 2025:144–51.
- [13] Paramata Y, Dengo MR, Junus D. Pemberdayaan Dasawisma Pada Praktik Pembuatan Olahan Daun Katuk Dalam Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Hamil Dan Ibu Nifas Sebagai Upaya Penanggulangan Stunting Di Desa Meranti Kabupaten Bonebolango. *J Sentra Dedik* 2023;1:78–84.
- [14] Puspitasari SA, Mulyani E, Norma R, Et Al. Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Olahan Makanan “ Moringa Cookies Bar ( Mocoobar )” Untuk Mencegah Stunting. *J Pengabd Masy Berkemajuan* 2024;8:2588–99.
- [15] Wahyuni FZ. Hubungan Antara Anemia Dan Indeks Masa Tubuh Ibu Hamil Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak : Literature Review. *J Keperawatan* 2024;13:15–23. <https://doi.org/10.29238/Caring.V13i1.1870>.
- [16] Kurniasih Sukenti, Nining Yuni Rosida DR. Produk Inovasi Es Krim Kelor ( Moringa Oleifera Lam .) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Desa Jatisela , Kecamatan Gunung. *J Pengabd Magister Pendidik IPA* 2020. <https://doi.org/10.29303/Jpmipi.V3i1.392>.
- [17] Harismayanti, Ani Retni, Fahmi A. Lihu MR. PEMANFAATAN DAUN KATUK UNTUK PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU HAMIL DAN MENYUSUI. *J Kreat Pengabd Kpd Masy* 2023;6:103–11.