

## **Pelatihan Pembuatan *Cheese Cake* Labu Kuning (*Cucurbita moschata* Duch.) sebagai Alternatif Makanan Fungsional dalam Pencegahan Stunting di Poyandu Kemuning, Sambutan**

**Ghina Adhila<sup>1</sup>, Novi Milasari<sup>2</sup>, Reksi Sundu<sup>3</sup>, Nadine Anastasya Putri Namira<sup>4</sup>,  
Nadya Rahmawati Rachman<sup>5</sup>, Nadya Rachmanissa<sup>6</sup>, Annisa Bela Nabila<sup>7</sup>, Apria  
Audya Dhevani<sup>8</sup>, Anugrah Ananda<sup>9</sup>**

*<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Ghina Adhila

**E-mail:** [dhilagh015@gmail.com](mailto:dhilagh015@gmail.com)

### **Abstrak**

*Stunting disebabkan oleh kurangnya asupan gizi secara kronis, terutama selama periode 1.000 hari pertama kehidupan (HPK), yang berdampak pada terganggunya pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Salah satu upaya pencegahan stunting yang dapat dilakukan adalah dengan memanfaatkan bahan pangan lokal bergizi tinggi, seperti labu kuning (*Cucurbita moschata* Duch.) yang mengandung beta-karoten, vitamin A, C, serat, dan mineral. Labu kuning memiliki potensi sebagai bahan makanan fungsional, dalam hal pembuatan MPASI. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan pelatihan pengolahan labu kuning menjadi cheesecake sehat. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 2 Juni 2025 di Posyandu Kemuning, Kelurahan Sambutan, Kota Samarinda, dengan melibatkan 15 peserta yang terdiri dari kader posyandu, ibu dan balita. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, demonstrasi memasak, serta evaluasi melalui kuesioner. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap kondisi stunting, 75% peserta berada dalam kategori baik, 22% cukup, dan 3% kurang. Penyampaian materi secara praktis dan penggunaan media edukatif yang menarik dinilai efektif dalam meningkatkan keterlibatan peserta. Program ini membuktikan bahwa integrasi edukasi gizi dengan praktik pengolahan pangan lokal dapat menjadi strategi efektif dalam pencegahan stunting.*

**Kata kunci** - gizi balita, labu kuning, *Cucurbita moschata* Duch, makanan fungsional, stunting

### **Abstract**

*Stunting is caused by chronic malnutrition, especially during the first 1,000 days of life (HPK), which affects children's physical growth and cognitive development. One of the efforts to prevent stunting is by utilizing highly nutritious local foods, such as pumpkin (*Cucurbita moschata* Duch.), which contains beta-carotene, vitamins A and C, fiber, and minerals. Pumpkin has the potential to be used as a functional food ingredient in the preparation of complementary foods. This community service activity aims to increase community knowledge and skills in preventing stunting through nutrition education and training in processing pumpkin into healthy cheesecake. The activity was held on June 2, 2025, at the Kemuning Health Center, Sambutan Village, Samarinda City, involving 15 participants consisting of health center cadres, mothers, and toddlers. The methods used included interactive counseling, cooking demonstrations, and evaluation through questionnaires. The results of the community service showed an increase in participants' understanding of stunting conditions, with 75% of participants in the good category, 22% in the adequate category, and 3% in the poor category. The practical delivery of the material and the use of attractive educational media were considered effective in increasing*

participant engagement. This program proves that the integration of nutrition education with local food processing practices can be an effective strategy in preventing stunting

**Keywords** - infant nutrition, yellow pumpkin, *Cucurbita moschata Duch* functional food, stunting

## PENDAHULUAN

Lebih dari 149 juta balita (22% dari total balita) di dunia mengalami *stunting*, termasuk 6,3 juta balita berasal dari Indonesia. WHO menyatakan prevalensi *stunting* pada suatu negara di atas 20% ialah sebagai masalah kesehatan serius (World Health Organization, 2023). Indonesia adalah negara kedua tertinggi di Asia Tenggara yang terdata memiliki balita penderita *stunting*, dengan harapan penurunan 2,8% per tahun pada 2024 (Mutia, 2024). Di Indonesia, provinsi Kalimantan Timur memiliki tingkat *stunting* tertinggi, dengan prevalensi *stunting* balita 27,14% pada 2016 dan 30,86% pada 2017, angka ini masih di atas target nasional (19%) untuk 2024 (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Kota Samarinda, meskipun memiliki infrastruktur yang lebih baik, namun pada tahun 2023 masih mencatat angka *stunting* 24,4%. Hal ini menunjukkan bahwa urbanisasi dan pertumbuhan ekonomi tidak selalu meningkatkan status gizi anak (Septianto *et al.*, 2024).

*Stunting* masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang krusial di Indonesia. Kondisi ini merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, terutama dalam periode emas 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun (Isyti'aroh *et al.*, 2024). Anak yang mengalami *stunting* tidak hanya memiliki tinggi badan di bawah standar usianya, tetapi juga berisiko mengalami keterlambatan perkembangan kognitif, penurunan kapasitas belajar, serta produktivitas yang rendah di masa dewasa. Bahkan, dampak ekonomi dari *stunting* diperkirakan dapat mengurangi Produk Domestik Bruto (PDB) suatu negara hingga 2–3% per tahun (Dermawan *et al.*, 2022).

Pencegahan *stunting* memerlukan pendekatan multisektor, salah satunya melalui strategi promosi kesehatan berbasis potensi lokal. Upaya ini dapat dilakukan dengan mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang bergizi, seimbang, dan terbuat dari bahan pangan yang mudah diakses (Achmad & Ilhami, 2022). Salah satu bahan pangan lokal yang memiliki nilai gizi tinggi dan potensi besar untuk dikembangkan sebagai MPASI adalah labu kuning (*Cucurbita moschata*). Labu kuning kaya akan beta-karoten (provitamin A), vitamin C, serat, serta berbagai mineral esensial yang dibutuhkan dalam masa tumbuh kembang anak (Podungge & Rasyid, 2018; Ridhoni *et al.*, 2024).

Selain bernilai gizi tinggi, labu kuning memiliki karakteristik yang mendukung untuk diolah menjadi berbagai jenis makanan yang disukai anak-anak. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa pemberian bubur labu kuning dan ikan gabus dapat meningkatkan berat badan balita dengan status gizi kurang. Potensi ini perlu dikenalkan lebih luas kepada masyarakat, khususnya ibu balita dan kader posyandu, agar labu kuning tidak hanya dikenal sebagai bahan makanan tradisional, tetapi juga sebagai sumber pangan fungsional untuk mencegah *stunting* (Qodriyah *et al.*, 2025).

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dilakukan edukasi gizi dan pelatihan pembuatan *cheese cake* labu kuning sebagai salah satu bentuk inovasi makanan sehat. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat dalam mendukung upaya pencegahan *stunting* melalui pemanfaatan pangan lokal yang bergizi dan mudah dijangkau.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Balita Kemuning, Pelita 7, Kelurahan Sambutan, Provinsi Kalimantan Timur. Waktu pelaksanaan dimulai sejak tanggal 02 Juni 2025, yang terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan. Lokasi dipilih berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa masyarakat khususnya pada (ibu dan

anak) di wilayah ini yang cukup mengenai manfaat cheese cake labu kuning dalam mencegah stunting pada anak-anak khususnya balita.

Kelompok sasaran dalam kegiatan ini adalah Kader Posyandu dan masyarakat wilayah Pelita 7 Sambutan, khususnya ibu dan anak usia 0–59 bulan Kelurahan Sambutan yang berjumlah 15 orang. Sasaran ini dipilih karena Posyandu merupakan pusat pelayanan pertama kesehatan bagi balita dan memiliki peran penting dalam edukasi gizi masyarakat, khususnya dalam pencegahan stunting sejak dini. Selain itu, keterlibatan kader Posyandu sebagai penggerak di masyarakat agar dapat memperkuat penyebaran informasi yang tepat mengenai gizi balita.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi angket (kuesioner), wawancara, observasi, serta dokumentasi. Angket kuesioner digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita dan pencegahan stunting sebelum dan sesudah edukasi diberikan. Wawancara dilakukan dengan pengurus Posyandu untuk mendalami kondisi gizi balita secara lokal. Observasi dilakukan selama kegiatan edukasi untuk menilai partisipasi peserta, respons terhadap materi, dan efektivitas penyuluhan. Dokumentasi dalam bentuk foto dan catatan lapangan digunakan sebagai data pendukung kegiatan.

Data yang dikumpulkan dianalisis secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Data kualitatif berasal dari hasil observasi dan dokumentasi dianalisis untuk menggambarkan respons dan partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi, tabel guna mempermudah interpretasi hasil. Sementara itu, hasil kuesioner dianalisis secara kuantitatif menggunakan rumus persentase peningkatan skor rata-rata untuk melihat perubahan pengetahuan ibu tentang stunting dan gizi. Selain itu, digunakan juga data laporan gizi balita bulan Mei–Juni 2025 yang diperoleh dari pengukuran langsung di Posyandu dan dari sistem EPPGM (Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat) (Isni & Dinni, 2020).

Alat yang digunakan untuk pembuatan cheese cake yaitu oven, timbangan, loyang bulat, kertas minyak, pisau, sendok, mixer dan wadah. Bahan yang diperlukan antara lain labu kuning, tepung terigu, gula, margarin, cream cheese, telur, susu cair, madu, dan air perasan lemon. Dalam kegiatan ini, tidak dilakukan praktik langsung, namun edukasi pelatihan diberikan secara visual melalui pemutaran video pembuatan *cheese cake* yang ditayangkan melalui media presentasi saat kegiatan berlangsung. Selain itu, sehari sebelum pelaksanaan, tim pengabdian melakukan pembuatan langsung, yang kemudian dibagikan kepada anak-anak balita pada hari kegiatan sebagai bentuk implementasi nyata dan alat bantu edukasi sensorik (rasa, tampilan, tekstur). Hal ini bertujuan untuk meningkatkan minat dan pemahaman peserta terhadap makanan sehat yang dapat dibuat di rumah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik peserta kegiatan pengabdian adalah masyarakat khususnya pada ibu dan balita di Posyandu Balita Kemuning, Kelurahan Sambutan yang berjumlah 15 orang. Kegiatan edukasi mengenai pemanfaatan Labu kuning sebagai pencegahan stunting dilakukan melalui tahapan persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Pemahaman peserta setelah kegiatan dinilai menggunakan kuesioner post-test. Hasilnya disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 1.**

Tingkat pemahaman peserta setelah dilakukan kegiatan pelatihan

No.	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	Baik	11	66,7
2	Cukup	3	26,7
3	Kurang	1	6,6
Total		15	100

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 1 mengenai pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi gizi dan pelatihan pembuatan *cheesecake* berbahan dasar labu kuning sebagai inovasi makanan sehat untuk pencegahan stunting pada balita, diketahui bahwa mayoritas peserta menunjukkan tingkat pemahaman yang baik. Dari total 15 peserta, sebanyak 11 orang (75%) termasuk dalam kategori “Baik” dalam memahami pemanfaatan labu kuning sebagai pencegahan stunting. Sebanyak 3 peserta (22%) berada pada kategori “Cukup”, sementara 1 peserta (3%) menunjukkan pemahaman yang “Kurang”. Data ini diperoleh berdasarkan hasil rata-rata nilai kuesioner yang diisi oleh seluruh peserta setelah kegiatan berlangsung.

Faktor-faktor yang mendukung peningkatan pengetahuan ini antara lain:

1. Materi penyuluhan yang disusun dengan langsung membahas pada poin-poin penting sehingga mudah dipahami.
2. Penggunaan media visual yang menarik berupa powerpoint yang memiliki animasi yang baik.
3. Metode penyampaian yang baik dan jelas sehingga para peserta dapat langsung mengerti.

Tanaman labu kuning merupakan suatu jenis tanaman sayuran menjalar dari famili *Cucurbitaceae*, yang tergolong dalam jenis tanaman semusim yang setelah berbuah akan langsung mati. Labu kuning kaya akan vitamin A, yang penting untuk pertumbuhan, perkembangan, kesehatan mata, dan sistem kekebalan tubuh (Ridhoni *et al.*, 2024). Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan suatu bentuk implementasi tri dharma perguruan tinggi yang dilaksanakan oleh mahasiswa jurusan farmasi dengan fokus pada upaya pencegahan stunting melalui pendekatan inovatif. Program ini dilaksanakan di Posyandu Kemuning, Kelurahan Sambutan, dengan melibatkan 15 peserta yang terdiri dari ibu-ibu yang memiliki balita. Tema utama kegiatan adalah pemanfaatan labu kuning (*Cucurbita moschata*) sebagai bahan dasar pembuatan cheese cake yang bergizi tinggi.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi beberapa kegiatan, yaitu:

#### 1. Tahapan Persiapan

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan tahap persiapan yang matang. Tim melakukan pra-survei di Posyandu Kemuning, Kelurahan Sambutan untuk mengidentifikasi kebutuhan masyarakat terkait pencegahan stunting. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Samarinda yang menunjukkan prevalensi stunting sebesar 10,7% pada tahun 2021, diputuskan untuk fokus pada pemanfaatan labu kuning (*Cucurbita moschata*) sebagai bahan pangan lokal yang kaya nutrisi. Persiapan meliputi:

- a. Penyusunan materi penyuluhan tentang stunting
- b. Penyiapan bahan dan peralatan untuk pelatihan pembuatan cheese cake labu kuning
- c. Koordinasi dengan kader posyandu dan petugas kesehatan setempat
- d. Pembuatan desain kemasan produk dan alat evaluasi (kuesioner)



**Gambar 1.**  
Persiapan Kegiatan Pelatihan

## 2. Tahapan Pelaksanaan

Selanjutnya, pada tahap demonstrasi dan pelatihan ini di laksanakan pada tanggal 2 Juni 2025. Kegiatan ini dihadiri oleh petugas kesehatan setempat, ibu-ibu yang mempunyai anak-anak balita, dan perwakilan karang taruna. Penyuluhan dan Pelatihan ini dilakukan dalam satu kali pertemuan yang diawali dengan penyampaian materi, pengenalan bahan dan alat-alat yang digunakan dan penjelasan tata cara pengolahan bahan pangan kemudian diikuti oleh demonstrasi pengolahan pangan Labu Kuning menjadi salah satu olahan yang manfaatnya bisa untuk mencegah stunting.



**Gambar 2.**  
Pembukaan dan Pemaparan Materi Pelatihan

## 3. Tahapan Evaluasi

Tahap ini dilakukan secara internal oleh tim pengabdian dan dosen pembimbing, dari hasil diskusi perlu di tingkatkan lebih lagi kesiapan tim pengabdian dalam melakukan kegiatan baik dalam observasi tempat yang ingin dituju, sasaran atau target yang ingin dicapai dan komunikasi antar lembaga agar tidak terjadi salah paham antar tim. Ibu-ibu posyandu dan juga para Petugas Kesehatan setempat yang terlibat dalam kegiatan ini juga berharap bahwa kegiatan seperti ini bisa dilakukan secara rutin dikarenakan para peserta memiliki antusiasme yang tinggi terhadap hal yang baru dan juga inovatif, dengan adanya kegiatan seperti ini membuat wawasan dan pengetahuan mereka menjadi bertambah.



**Gambar 3.**  
Evaluasi Kegiatan Bersama Kader Posyandu

## KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan pelatihan pembuatan *cheese cake* labu kuning sebagai makanan fungsional telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam memahami

stunting serta pentingnya asupan gizi yang seimbang. Mayoritas peserta menunjukkan peningkatan pemahaman setelah kegiatan, dan mampu mengolah bahan pangan lokal menjadi produk yang menarik dan bernilai gizi tinggi. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif yang dikombinasikan dengan praktik langsung merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap isu gizi balita. Berdasarkan hasil pengabdian ini maka disarankan untuk memperluas konsep pelatihan kearah pengembangan dan variasi produk dengan mengoptimasikan gizi dan keamanannya, serta mengintegrasikan hasil pengabdian ke dalam program berkala di posyandu.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada LPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda yang telah mendanai kegiatan ini, kepada pihak Posyandu Kemuning, serta seluruh peserta yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, W., & Ilhami, R. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Sosialisasi Program Bapak Asuh Anak Stunting di Kabupaten Subang. *Multidisiplin Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(01), 32–39. <https://doi.org/https://doi.org/10.58471/pkm.v1i01.2841>
- Dermawan, A., Mahanim, & Siregar, N. (2022). Upaya Percepatan Penurunan Stunting di Kabupaten Asahan. *Jurnal Bangun Abdmas*, 1(2), 98–104. <https://doi.org/10.56854/ba.v1i2.124>
- Isni, K., & Dinni, S. M. (2020). Pelatihan Pengukuran Status Gizi Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini pada ibu di Dusun Randugunting , Sleman , DIY. *PANRITa ABDI Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 60–68. <https://doi.org/https://doi.org/10.20956/pa.v4i1.7299>
- Isyti'aroh, I., Rofiqoh, S., Aktifah, N., Nurseptiani, D., Wirasti, Islamudin, M., Fadhilah, N. I., & Artikel, I. (2024). Pendampingan Keluarga dengan Anak Stunting Quasy Experiment Study Edukasi Komprehensif pada Kasus Stunting. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 20(1), 17–24. <https://doi.org/10.26753/jikk.v20i1.1348>
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. [https://www.kemkes.go.id/app\\_asset/file\\_content\\_download/ProfilKesehatan-Indonesia-2020.pdf](https://www.kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/ProfilKesehatan-Indonesia-2020.pdf).
- Mutia, A. (2024). *Prevalensi stunting balita Indonesia tertinggi ke-2 di Asia Tenggara*. Kata Data Media Network. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/25/prevalensistunting-balita-indonesiatertinggi-ke-2-di-asia-tenggara>
- Podungge, Y., & Rasyid, S. (2018). Pengaruh Pemberian Bubur Labu Kuning dan Daging Ayam Terhadap Peningkatan BB pada Bayi Gizi Kurang. *Journal of Public Health*, 1(April 2018), 46–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.32662/gjph.v1i1.150>
- Qodriyah, N. L., Jannah, M., & Meilina, L. (2025). Pengaruh Rasio Rehidrasi Pada Fortifikasi Tepung Labu Kuning dan Tepung Ikan Lele terhadap Karakteristik Fisik Bubur Bayi Instan. *Jurnal Teknologi Dan Mutu Pangan*, 4(1), 71–81. <https://doi.org/10.30812/jtmp.v4i1.5092>
- Ridhoni, A., Rumecky, B. D., Candra, Wijaya, D. S., Hartono, E. T., Cristina, F., Sa'diah, H., Ananda, L., Garini, M. A., Alviansyah, R., Febriyanti, S., Yunita, S., Melani, Y., Kristianawati, & Peronika, Y. S. (2024). Pemanfaatan Olahan Labu Kuning untuk MPASI sebagai Pencegahan Stunting pada Anak Balita. *Jurnal Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.59024/faedah.v2i3.990>
- Septianto, A. F., Lituhayu, D., & Setianingsih, E. L. (2024). Implementasi kebijakan penurunan kasus stunting di kota Samarinda. *Journal of Public Policy and Management Review*, 13(4), 1–17. <https://doi.org/10.14710/jppmr.v13i4.47041>
- World Health Organization. (2023). *Global strategy for women's, children's and adolescents' Health*. <https://apps.who.int/gho/data/node.gswcah>