

The Miracle Tree: Manfaat Kelor Terhadap Kesehatan Masyarakat

Riza Adrianoor Saputra*¹, Untung Santoso², Tuti Heiriyani³, Jumar⁴, Rabiatal Wahdah⁵, Nursyam Andi Syarifuddin⁶, Komala Aminda Putri⁷, Alda Navira⁸, Noor Aisyah⁹

^{1,2,3,4,5}Dosen Program Studi Agroekoteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Lambung Mangkurat

⁶Dosen Program Studi Produksi Ternak, Fakultas Pertanian, Universitas Lambung Mangkurat

^{7,8,9}Mahasiswa Program Studi Agroekoteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Lambung Mangkurat

*Penulis korespondensi: ras@ulm.ac.id

Received: 30 Agustus 2021/ Accepted: 13 September 2021

Abstract

Moringa oleifera is a type of plant that has many benefits. Moringa leaves are very well consumed by humans with a variety of processed products. This Community Service aims to open people's insight, knowledge, and skills about the benefits of Moringa leaves for health, as well as provide business opportunities for farming communities who are interested in cultivating Moringa plants to increase their income. The method used in community service is in the form of counseling. The results of this activity have provided knowledge to the community, especially farmers in the Landasan Ulin Barat Village about the benefits of Moringa leaves for health. This community service is expected to be carried out in a sustainable manner, so that the counseling that has been given can be put into practice in real terms, thus providing benefits for the people of the West Landasan Ulin Village.

Keywords: *Moringa oleifera, counseling, stunting*

Abstrak

Kelor (Moringa oleifera) merupakan jenis tanaman yang memiliki banyak manfaat. Daun kelor sangat baik dikonsumsi oleh manusia dengan berbagai macam produk olahan. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (P2M) ini bertujuan untuk membuka wawasan, pengetahuan, dan keterampilan masyarakat tentang manfaat daun kelor untuk kesehatan, serta memberikan peluang usaha bagi masyarakat petani yang berminat dalam membudidayakan tanaman kelor untuk menambah penghasilan. Metode yang digunakan dalam P2M ini berupa penyuluhan. Hasil dari kegiatan ini telah memberikan pengetahuan kepada masyarakat khususnya petani di Kelurahan Landasan Ulin Barat tentang manfaat daun kelor untuk kesehatan. Kegiatan P2M ini diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan, agar penyuluhan yang sudah diberikan dapat dipraktekkan secara nyata, sehingga memberikan manfaat bagi para masyarakat Kelurahan Landasan Ulin Barat.

Kata kunci: *daun kelor, penyuluhan, kerdil pada anak*

1. PENDAHULUAN

Moringa oleifera atau yang biasa disebut sebagai tanaman kelor merupakan jenis tanaman perdu yang bermanfaat untuk kesehatan. Tanaman kelor dapat dijadikan sebagai makanan, obat, kosmetik, dan industri (Kumar *et al.*, 2010). Bahkan dengan banyaknya manfaat dari tanaman kelor ini, sehingga dijuluki sebagai *world's most valuable multipurpose trees, the miracle tree* (Small, 2012), *tree for life* (Mumtaz & Sumia, 2017), *nature's gold* (Sujatha & Poonam, 2017), dan *amazing tree* (Anwar *et al.*, 2007). Tanaman kelor dapat tumbuh beradaptasi di berbagai iklim, meskipun termasuk dalam tanaman tropis. Negara Afrika dengan iklim yang tidak mendukung untuk pertanian atau perkebunan masih dapat ditumbuhi tanaman kelor (Roloff *et al.*, 2009). Artinya, tanaman kelor sangat toleran terhadap iklim yang ekstrim. Selain itu, tanaman kelor dapat tumbuh dengan cepat dan daun serta buahnya dapat disimpan dan digunakan pada *old-season* saat keterbatasan bahan makanan (Small, 2012).

Sebagai sumber makanan yang bergizi, daun kelor memiliki kandungan vitamin A, B, C, protein, dan mineral (Roloff *et al.*, 2009). Offor *et al.*, (2014) melaporkan setidaknya terdapat 300 penyakit yang dapat disembuhkan menggunakan suplemen berbahan dasar tanaman kelor. Diperkuat oleh Gopalakrishnan *et al.*, (2016) yang menyatakan bahwa kandungan nutrisi daun kelor berfungsi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dalam tubuh, sehingga keseimbangan nutrisi akan terpenuhi dengan mengonsumsi daun kelor. Adapun keluhan penyakit yang dapat diobati dengan tanaman kelor diantaranya: gangguan penglihatan, penumpukan lemak pada liver, beri-beri, *dermatitis*, kulit kering, rambut pecah-pecah, pendarahan gusi, *anemia*, *osteoporosis*, dan mengatasi gangguan pertumbuhan pada anak/ *stunting* (Jimenez *et al.*, 2017).

Sampai saat ini, pemanfaatan tanaman kelor di Indonesia masih sangat terbatas. Beberapa masyarakat memanfaatkan daun kelor sebagai pakan ternak, bahkan menjadi tumbuhan liar di teras rumah. Bahkan ada beberapa wilayah di Indonesia yang menggunakan daun kelor untuk meluruhkan jimat dan memandikan jenazah (Wahyudi & Nurhaedah, 2017).

Seiring dengan perkembangan teknologi informasi, sedikit banyak mempengaruhi pola hidup masyarakat dalam memilih jenis makanan. Beragamnya pilihan menu makanan, menjadikan bahan makanan dari tanaman kelor ini terkadang ditinggalkan. Akan tetapi, mengingat fungsi dan manfaat tanaman kelor yang sangat beragam, baik dalam bidang farmasi/ obat-obatan, pangan, maupun lingkungan, maka informasi terkait manfaat tanaman kelor dalam menunjang kesehatan masyarakat perlu disosialisasikan secara luas, khususnya para petani agar dapat membudidayakan tanaman kelor untuk dimanfaatkan secara optimal.

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan ini untuk memberikan informasi agar membuka wawasan, pengetahuan, dan keterampilan masyarakat khususnya petani tentang manfaat daun kelor untuk kesehatan, sehingga harapannya petani dapat membudidayakan tanaman kelor secara luas. Kedepannya menjadi sumber penghasilan tambahan bagi para petani tersebut.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2019, bertempat di UPT Balai Penyuluhan Pertanian (BPP) Liang Anggang Kelurahan Landasan Ulin Barat Kota Banjarbaru Propinsi Kalimantan Selatan. Metode pengabdian kepada masyarakat (P2M) ini berupa penyuluhan, yaitu dengan melakukan ceramah serta diskusi dengan peserta penyuluhan mengenai peran daun kelor dalam menunjang kesehatan masyarakat. Persiapan dan pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan dengan metode partisipatif dari peserta ataupun mitra kegiatan (Jumar *et al.*, 2021).

Materi penyuluhan meliputi: (1) Mengenal Kelor (*Moringa oleifera*) *The Miracle Tree* (Pohon Ajaib), dan (2) Edukasi Stunting dan Pembuatan Biskuit Kelor. Khalayak sasaran kegiatan ini adalah 20 orang petani, baik ibu-ibu atau bapak-bapak di Kelurahan Landasan Ulin Barat yang memiliki minat dalam membudidayakan tanaman kelor sebagai sumber penghasilan tambahan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (P2M) oleh Tim Program Studi Agroekoteknologi Fakultas Pertanian ULM Banjarbaru dengan tema "Peran Daun Kelor dalam Menunjang Kesehatan Masyarakat" dilaksanakan selama ±2 jam, dimulai pukul 10.00 sampai dengan 12.00 WITA, bertempat di UPT Balai Penyuluhan Pertanian (BPP) Liang Anggang Kelurahan Landasan Ulin Barat Kota Banjarbaru Propinsi Kalimantan Selatan. Dimana kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh dosen-dosen dan mahasiswa Program Studi Agroekoteknologi, Kepala UPT BPP Liang Anggang, Penyuluh UPT BPP

Liang Anggang sebagai pendamping kelompok tani, dan para petani baik ibu-ibu maupun bapak-bapak anggota kelompok tani di Kelurahan Landasan Ulin Barat.

Kegiatan ini dipandu oleh moderator dari UPT BPP Liang Anggang, dimulai dengan sambutan oleh Kepala UPT BPP Liang Anggang yaitu Ibu Risnawati, S.Pi., M.P., kemudian sambutan dari Sekretaris Jurusan Agroekoteknologi oleh Ir. Hj. Tuti Heiriyani, M.P., dan kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi penyuluhan. Materi pertama disampaikan oleh Dr. Ir. Nursyam A.S., M.P. (Dosen Program Studi Produksi Ternak Fakultas Pertanian ULM) dengan judul “Mengetahui Kelor (*Moringa oleifera*) The Miracle Tree (Pohon Ajaib)”, dan materi kedua oleh Alda Navira (mahasiswa Program Studi Agroekoteknologi Fakultas Pertanian ULM) dengan judul “Edukasi Stunting dan Pembuatan Biskuit Kelor”.

Gambar 1 merupakan dokumentasi foto kegiatan pada saat sambutan oleh Kepala UPT BPP Liang Anggang. Sambutan yang disampaikan oleh Kepala UPT BPP Liang Anggang (Risnawati, S.Pi., M.P.), bahwa UPT BPP Liang Anggang masih belum pernah mengadakan penyuluhan mengenai tanaman kelor, sehingga para masyarakat belum mengetahui peran dan manfaat daun kelor, dan komoditasnya pun masih belum dibudidayakan di daerah tersebut.



Gambar 1. Sambutan oleh Kepala UPT BPP Liang Anggang

Terkait dengan hal tersebut, tentu kegiatan ini menjadi sangat penting untuk dilakukan mengingat bahwa tanaman kelor memiliki banyak manfaat untuk kesehatan. Pentingnya kegiatan penyuluhan tanaman kelor tersebut juga disampaikan oleh Ir. Hj. Tuti Heiriyani, M.P. (Sekretaris Jurusan Agroekoteknologi) dalam sambutannya (Gambar 2). Beliau menjelaskan bahwa Program Studi Agroekoteknologi merupakan bagian dari ilmu pertanian yang memiliki cakupan ilmu yang luas dan sangat memperhatikan kesehatan lingkungan. Mulai dari teknik budidaya, tanah, hama penyakit, sampai pasca panen, sehingga produk yang dihasilkan oleh usaha tersebut menjadi aman untuk digunakan atau dikonsumsi manusia. Kelor (*Moringa oleifera*) merupakan tanaman yang kaya akan manfaat. Selain dapat digunakan sebagai bahan pembuatan pupuk organik dan pakan ternak, daun kelor juga dapat dikonsumsi oleh manusia dengan berbagai macam produk olahan. Dengan tangan-tangan terampil dan ilmu yang diperoleh dari Program Studi Agroekoteknologi, tentu kedepannya mahasiswa dan alumni Program Studi Agroekoteknologi akan menjadi pelopor dalam membuat berbagai macam produk olahan tanaman kelor, sehingga menjadi alternatif sumber makanan bagi manusia.



Gambar 2. Sambutan oleh Sekretaris Jurusan Agroekoteknologi

Tahap penyampaian materi pertama oleh Dr. Ir. Nursyam A.S., M.P., sesuai dengan judul presentasi “Mengenal Kelor (*Moringa oleifera*) *The Miracle Tree* (Pohon Ajaib)”, peserta diperkenalkan mengenai tanaman kelor, mulai dari sejarah kelor, taksonomi, spesies, nama dari berbagai daerah, kandungan nutrisi dan khasiat daun kelor, sampai kepada teknik budidaya, dan produk olahan tanaman kelor.

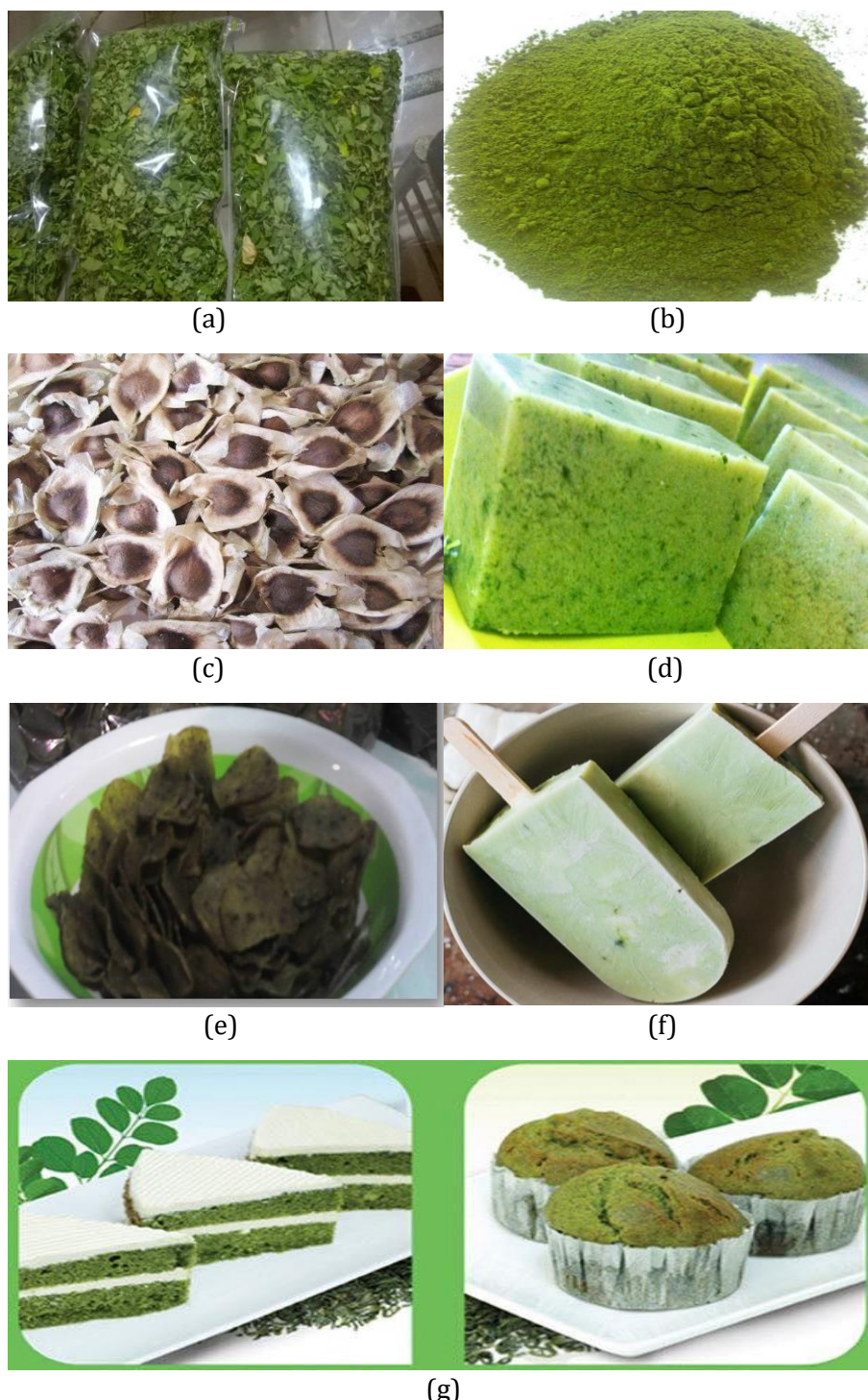


Gambar 3. Penyampaian materi pertama tentang “Mengenal Kelor *The Miracle Tree*”

Informasi penting lainnya saat penyampaian materi oleh Dr. Ir. Nursyam A.S., M.P. adalah terkait dengan nilai ekonomis tanaman kelor, dimana tanaman kelor dapat dimanfaatkan pada berbagai bidang, diantaranya:

- a. bidang kesehatan, sebagai bahan baku membuat teh kelor (bagian tanaman yang dimanfaatkan adalah daun kelor kering), dan sebagai bahan baku membuat kapsul dan tablet berupa tepung daun kelor;
- b. bidang kecantikan, sebagai bahan baku membuat minyak kelor, dimana bagian tanaman kelor yang dimanfaatkan adalah biji kelor;

- c. makanan bergizi, sebagai bahan baku membuat beragam produk olahan makanan dari tepung kelor, seperti *pudding*, keripik, es krim, dan kue bolu;
- d. pupuk, sebagai bahan baku pembuatan pupuk organik (sumber nitrogen), dimana bagian tanaman kelor yang dimanfaatkan adalah daun kelor.



Gambar 4. (a) Daun kelor kering; (b) tepung kelor; (c) biji kelor; (d) puding kelor; (e) keripik kelor; (f) es krim kelor; dan (g) kue bolu kelor

Setelah selesai presentasi materi pertama oleh Dr. Ir. Nursyam A.S., M.P., dilanjutkan presentasi materi kedua oleh Alda Navira dengan judul “Edukasi *Stunting* dan Pembuatan

Biskuit Kelor”. Pada kesempatan tersebut Alda Navira secara singkat menjelaskan definisi penyebab *stunting*. *Stunting* merupakan kondisi dimana tubuh manusia menjadi sangat pendek, biasanya banyak terjadi dikarenakan masalah gizi. Kurangnya gizi pada awal kehidupan akan mengakibatkan anak gagal tumbuh, terhambatnya perkembangan kognitif dan motorik, serta gangguan metabolik pada usia dewasa, pada akhirnya mengakibatkan kondisi *stunting*. Cara pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan memberi asupan bergizi pada 1000 hari pertama kehidupan. Salah satunya adalah dengan memberikan biskuit kelor (Dewi, 2016). Gambar 5 adalah dokumentasi foto pada saat pemateri kedua presentasi materi yang dibawakannya.



Gambar 5. Penyampaian materi kedua tentang “Edukasi *Stunting* dan Pembuatan Biskuit Kelor”

Gambar 6 terlihat bahwa para peserta yang hadir sangat serius dalam mendengarkan presentasi oleh pemateri, mereka terlihat antusias dan sesekali mencatat apa yang disampaikan oleh pemateri. Kegiatan ini tidak hanya semata menyampaikan materi, tetapi tim pelaksana P2M juga membawa contoh produk olahan kelor berupa biskuit kelor untuk diperlihatkan kepada peserta P2M.



Gambar 6. Antusias peserta P2M saat mendengarkan materi

Setelah penyampaian materi berakhir, dilanjutkan sesi diskusi dan tanya jawab dengan para peserta. Peserta sangat antusias menyampaikan pertanyaan, sehingga tim P2M juga terbawa suasana dan penuh semangat dalam memberikan informasi. Pertanyaan yang disampaikan oleh peserta P2M adalah mengenai bagaimana cara memperoleh bibit kelor (Gambar 7). Pertanyaan tersebut dijawab langsung oleh Dr. Ir. Nursyam A.S., M.P. (pembicara pertama), bahwa bibit kelor mudah dibudidayakan, dapat disemai bijinya, dapat pula diperbanyak melalui stek batang. Terkait dengan pertanyaan dimana dapat memperoleh biji kelor, Dr. Ir. Nursyam A.S., M.P. akan membagikan secara gratis kepada peserta P2M yang ingin membudidayakan tanaman kelor.



Gambar 7. Antusias peserta P2M saat memberikan pertanyaan

Di akhir sesi, tim P2M Program Studi Agroekoteknologi melakukan sesi foto bersama Kepala UPT BPP Liang Anggang beserta jajarannya sebagai bentuk kenang-kenangan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (P2M) Tim Program Studi Agroekoteknologi di Kelurahan Landasan Ulin Barat Kota Banjarbaru.



Gambar 8. Sesi foto bersama Tim P2M Program Studi Agroekoteknologi dengan Kepala UPT BPP Liang Anggang beserta jajarannya

Harapan ke depan setelah terlaksananya kegiatan ini, kerjasama antara Program Studi Agroekoteknologi Fakultas Pertanian ULM dan UPT BPP Liang Anggang terus dilanjutkan, baik dengan kegiatan serupa, maupun kegiatan-kegiatan lainnya yang dapat meningkatkan kualitas pengetahuan dan pengalaman dosen dan mahasiswa Program Studi Agroekoteknologi ataupun pengembangan inovasi pertanian oleh UPT BPP Liang Anggang Kelurahan Landasan Ulin Barat Kota Banjarbaru.

4. KESIMPULAN

Kegiatan P2M yang dilaksanakan oleh Program Studi Agroekoteknologi dengan tema “Peran Daun Kelor dalam Menunjang Kesehatan Masyarakat” telah memberikan pengetahuan kepada masyarakat khususnya petani di Kelurahan Landasan Ulin Barat tentang manfaat daun kelor untuk kesehatan. Disamping itu, kegiatan ini memberikan wawasan, pengetahuan, dan keterampilan masyarakat, serta memberikan peluang usaha bagi petani yang berminat dalam membudidayakan tanaman kelor untuk menambah penghasilan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Pertanian ULM yang telah mendanai P2M ini melalui dana PNPB ULM Tahun 2019;
2. Kepala UPT BPP Liang Anggang Kota Banjarbaru yang telah memberikan izin dan memfasilitasi kegiatan P2M ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, F., Latif, S., Ashraf, M., & Gilani, A.H. (2007). *Moringa oleifera*: a food plant with multiple medicinal uses. *Phytother Res.* (21):17-25.
- Dewi, F.K. (2016). Pembuatan *Cookies* dengan Penambahan Tepung Daun Kelor (*Moringa oleifera*) pada Berbagai Suhu Pemanggangan. Tugas Akhir Program Studi Teknologi Pangan Fakultas Teknik Universitas Pasundan, Bandung.
- Gopalakrishnan, L., Doriya, K., & Kumar, D.S. (2016). *Moringa oleifera*: A review on nutritive importance and its medicinal application. *Journal Food Science and Human Wellnes.* 5:49-56.
- Jimenez, M.V., Manal, M.A., & Maria, L.V. (2017). Review: Bioactive Components in *Moringa oleifera* Leaves protect against Chronic Disease. *Anntioxidants.* 6(91):1-13.
- Jumar, Riza, A.S., Noor, L.A., Untung, S., Muhammad, I.N., & Komala, A.P. (2021). Pengenalan Budidaya Sayuran Hidroponik dan Pembuatan Pupuk Organik Fermentasi pada Kelompok Tani di Kecamatan Pelaihari. *ILUNG: Jurnal Pengabdian Inovasi Lahan Basah Unggul.* 1(1):166-176.
- Kumar, P.S., Mishra, D., Ghosh, G., & Panda, C.S. (2010). Medicinal uses and Pharmacological Properties of *Moringa oleifera*. *Int. J Phytomedicine.* 2:210-216.
- Mumtaz, B., & Sumia, F. (2017). The Story of An Amazing Tree of Life: *Moringa oleifera* – A Review. *Epitome: International Journal of Multidisciplinary Research.* 3(1):1-10.
- Offor, I.F., Ehiri, R.C., & Njoku, C.N. (2014). Proximate analysis and heavy metal composition of dried *Moringa oleifera* leaves from Oshiri Onicha L.G.A. Ebonyi State, Nigeria. *IOSR Journal of Environmental Science, Toxicology and Food Technology.* 8:57-62.
- Roloff, A., Weisgerber, H., Lang, U., & Stimm. (2009). *Moringa oleifera*. *Enzyklopadie der Holzgewachse, Handbuch und Atlas derDendrologie.* 1-8.

Sujatha, B.K., & Poonam, P. (2017). *Moringa oleifera*–Nature's Gold. *Imperial Journal of Interdisciplinary Research*. 3(5):1175-1179.

Small, E. (2012). *Top 100 exotic food plants*. New York (US): CRC Press.

Wahyudi, I., & Nurhaedah, M. (2017). Ragam Manfaat Tanaman Kelor (*Moringa oleifera* lamk.) Bagi Masyarakat. *Info Teknik EBONI*. 14(1):63-75.