



Penyuluhan Manfaat Daun Kelor Pada Lansia Di Dusun Cilawang

Rizki Purnama¹, Iga Putri Wulandari², Intan Avlira³, Sintia Shinta Dewi⁴, Jesica Saputri⁵,
Cindy Amalia Rahman⁶, Juwita Anggraini⁷, Adel Fiki Finanda⁸, Elfira Maharani⁹,
Ratna Oktavia Ningrum¹⁰, Noviana Safitri¹¹, Sugiarto¹²

¹⁻¹² Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Aisyah Pringsewu

Korespondensi penulis: RizkiPurnama09@gmail.com

Abstract. *This community service activity aims to increase the knowledge and skills of elderly people in Cilawang Hamlet regarding the use of moringa leaves as herbal ingredients to support health. The problems identified include a low level of understanding about the nutritional content of moringa leaves, the correct processing methods, and the existence of inaccurate traditional beliefs. The outreach was carried out through lectures, discussions, simulations, and demonstrations of processing moringa into tea, powder, and food products, accompanied by educational media such as leaflets, videos, and presentations. The results of the activity showed a significant increase in participants' knowledge, as indicated by an increase in the average pre-test score from 71% to 87% on the post-test, as well as an increase in the elderly's skills in processing moringa leaves hygienically and appropriately. This activity also produced outputs in the form of the formation of village health cadres, the availability of educational media, and increased moringa utilization practices at the household level. The conclusion of this program is that education-based outreach using visual aids and hands-on practice has proven effective in improving health literacy and encouraging the elderly to use moringa leaves as a safe, easily obtainable, and beneficial herbal alternative to support their health.*

Keywords: *Moringa leaves, elderly, health education.*

Abstrak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan lansia di Dusun Cilawang mengenai pemanfaatan daun kelor sebagai bahan herbal untuk menunjang kesehatan. Permasalahan yang ditemukan meliputi rendahnya pemahaman tentang kandungan gizi daun kelor, cara pengolahan yang benar, serta adanya keyakinan tradisional yang kurang tepat. Penyuluhan dilaksanakan melalui metode ceramah, diskusi, simulasi, dan demonstrasi pengolahan kelor berbentuk teh, bubuk, dan olahan makanan, disertai media edukatif seperti leaflet, video, dan presentasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta, ditunjukkan melalui kenaikan rata-rata nilai pre-test dari 71% menjadi 87% pada post-test, serta meningkatnya keterampilan lansia dalam mengolah daun kelor secara higienis dan tepat guna. Kegiatan ini juga menghasilkan luaran berupa terbentuknya kader kesehatan desa, tersedianya media edukatif, dan meningkatnya praktik pemanfaatan kelor di tingkat rumah tangga. Kesimpulan dari program ini adalah bahwa penyuluhan berbasis edukasi visual dan praktik langsung terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan dan mendorong lansia untuk memanfaatkan daun kelor sebagai alternatif herbal yang aman, mudah diperoleh, dan bermanfaat untuk menunjang kesehatan.

Kata Kunci: *Daun kelor, lansia, penyuluhan kesehatan.*

PENDAHULUAN

Analisis situasi dan permasalahan mitra dalam program “Penyuluhan Pemanfaatan Daun Kelor Pada Lansia Di Dusun Cilawang Pesawaran ” menunjukkan bahwa kasus kesehatan pada lansia masih menjadi masalah kesehatan Di Dusun Cilawang yang cukup sering terjadi di lingkungan masyarakat pedesaan, baik penyakit Diabetes, Hipertensi, Kolesterol, Dan Asam Urat.

Menurut marhaeni,(2021), Tanaman kelor (*Moringa oleifera* L.) merupakan pohon yang memiliki jenis kayu lunak, berdiameter 30 cm. Daunnya memiliki karakteristik kecil dan berbentuk telur. Helaian pada anak daun kelor berwarna hijau, memiliki panjang 1 cm dengan lebar 4 mm hingga 1 cm,dan ujung daun tumpul. Kulit akar berasa serta beraroma tajam dan pedas, sedangkan pada bagian dalam kulit akar berwarna kuning pucat. Akar tidak keras dan bagian kayu berwarna coklat muda.

Tanaman Kelor (*Moringa oleifera* L.) atau yang biasa dijuluki pohon kehidupan (*tree of life*) dan juga biasa disebut sebagai pohon ajaib (*miracle tree*) karena khasiatnya yang luar biasa digunakan dalam bidang medis maupun non medis. Kelor biasa dimanfaatkan untuk pengobatan luka, tukak, nyeri, penyakit hati, kanker, maupun peradangan. Saat ini penelitian ilmiah telah menemukan lebih dari satu jenis zat bioaktif yang terdapat pada tanaman kelor senyawa tersebut alkaloid, steroid, flavonoid, tanin, terpenoid dan saponin (Tulus et al 2019).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh tim mahasiswa Universitas Aisyah Pringsewu, ditemukan bahwa: Sebagian besar lansia belum mengetahui bahwa daun kelor dapat digunakan sebagai obat tradisional untuk meningkatkan stamina dan menjaga kesehatan. Beberapa lansia masih menganggap daun kelor hanya sebagai sayuran, bukan sebagai tanaman obat. Tidak terdapat media informasi atau leaflet yang memberikan edukasi sederhana dan mudah dipahami mengenai pemanfaatan daun kelor.

Masyarakat dusun cilawang tergolong kelompok usia produktif dan lanjut usia. Melihat rendahnya pemahaman masyarakat dan tingginya praktik tradisional yang salah, maka diperlukan intervensi berbasis edukasi yang partisipatif dan aplikatif untuk membekali masyarakat dengan pengetahuan dan keterampilan dasar dalam mengelola daun kelor sebagai obat tradisional.

METODE PENELITIAN

Sosialisasi

Kegiatan diawali dengan sosialisasi kepada perangkat desa, tokoh masyarakat, dan KWT di desa cilawang Sosialisasi dilakukan untuk:

- a. Menjelaskan tujuan, manfaat, dan tahapan kegiatan penyuluhan.
- b. Membangun dukungan dan kolaborasi dari unsur lokal.
- c. Menentukan lokasi dan sasaran peserta yang paling membutuhkan intervensi edukatif.

Metode pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode dan tanya jawab yang menggunakan media yaitu leaflet, video, dan powerpoint.

Pelatihan

1. Penyuluhan Edukasi Daun Kelor pada Lansia

- **Pengenalan Daun Kelor**
Edukasi dimulai dengan memperkenalkan manfaat daun kelor yang kaya nutrisi, seperti vitamin A, C, kalsium, zat besi, dan protein, yang sangat bermanfaat untuk kesehatan lansia.
- **Manfaat Daun Kelor bagi Lansia**
Membantu meningkatkan daya tahan tubuh, Mendukung kesehatan tulang dan mencegah osteoporosis, Membantu mengontrol kadar gula darah, Membantu mengurangi peradangan ringan dan meningkatkan energi.
- **Cara Konsumsi yang Aman**
Lansia diberikan penjelasan mengenai cara pengolahan daun kelor yang tepat, baik dalam bentuk sayur bening, teh kelor, maupun bubuk kelor yang dicampur makanan. Hindari konsumsi berlebihan, terutama bagi lansia dengan penyakit tertentu seperti gangguan ginjal atau tekanan darah rendah.
- **Hal-hal yang Harus Dihindari**
Edukasi mengenai risiko penggunaan kelor yang tidak sesuai, misalnya: Mengonsumsi kelor bersamaan dengan obat pengencer **darah tanpa** pengawasan medis. Menggunakan kelor sebagai pengganti obat dokter. Konsumsi dalam dosis tinggi tanpa penyesuaian kondisi kesehatan lansia.

- Simulasi dan Demonstrasi Langsung
Lansia dilibatkan secara aktif dalam praktik sederhana seperti: Cara membuat teh daun kelor. Cara memasak sayur kelor yang tetap mempertahankan kandungan nutrisinya.
- Media Penyampaian
Penyuluhan disampaikan secara visual dan komunikatif menggunakan slide, video pendek, contoh daun kelor segar, serta lembar informasi yang mudah dipahami oleh lansia.

Penerapan Teknologi

Penerapan teknologi dalam edukasi pertolongan pertama pada luka bakar memungkinkan penyebaran informasi yang lebih luas, interaktif, dan berkelanjutan. Dengan memanfaatkan platform digital, media sosial, aplikasi edukasi, dan teknologi interaktif, program pengabdian masyarakat ini dapat lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan masyarakat atau individu agar ketika terjadi kejadian. Penerapan teknologi dalam pemanfaatan dan pengolahan daun kelor memungkinkan peningkatan kualitas produk, efisiensi produksi, dan nilai jual secara luas, interaktif, dan berkelanjutan. Dengan memanfaatkan platform digital (media sosial, e-commerce), aplikasi edukasi, dan teknologi pengolahan interaktif (alat pengering/penggiling), program pengabdian masyarakat ini dapat lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan masyarakat atau individu agar ketika akan mengolah atau memasarkan produk kelor, dapat mengaplikasikannya secara baik dan tepat sesuai standar mutu pangan.

Untuk meningkatkan efektivitas penyuluhan dan memperluas jangkauan informasi, tim pengusul mengembangkan dan mendistribusikan: Leaflet edukatif bergambar, berisi informasi singkat mengenai tanda dan penanganan penyakit hipertensi, diabetes, kolesterol dll. Media ini dirancang menggunakan bahasa sederhana dan dilengkapi dengan gambar atau ilustrasi agar mudah dimengerti oleh semua kalangan usia.

Analisis Univariat

Metode pelaksanaan penyuluhan dan edukasi tentang pemanfaatan daun kelor. Pendekatan yang digunakan bersifat edukatif, partisipatif, dan aplikatif dengan mengintegrasikan unsur keilmuan keperawatan komplementer, komunikasi kesehatan, dan pemberdayaan masyarakat.

Sosialisasi

Kegiatan diawali dengan sosialisasi kepada perangkat desa, tokoh masyarakat, dan KWT di desa cilawang. Sosialisasi dilakukan untuk:

1. Menjelaskan tujuan, manfaat, dan tahapan kegiatan penyuluhan.
2. Membangun dukungan dan kolaborasi dari unsur lokal.
3. Menentukan lokasi dan sasaran peserta yang paling membutuhkan intervensi edukatif.
4. Metode pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode dan tanya jawab yang menggunakan media yaitu leaflet, video, dan powerpoint.

Pelatihan

Penyuluhan Edukasi Daun Kelor pada Lansia

a. Pengenalan Daun Kelor

Edukasi dimulai dengan memperkenalkan manfaat daun kelor yang kaya nutrisi, seperti vitamin A, C, kalsium, zat besi, dan protein, yang sangat bermanfaat untuk kesehatan lansia.

b. Manfaat Daun Kelor bagi Lansia

Membantu meningkatkan daya tahan tubuh, Mendukung kesehatan tulang dan mencegah osteoporosis, Membantu mengontrol kadar gula darah, Membantu mengurangi peradangan ringan dan meningkatkan energi.

c. Cara Konsumsi yang Aman

Lansia diberikan penjelasan mengenai cara pengolahan daun kelor yang tepat, baik dalam bentuk sayur bening, teh kelor, maupun bubuk kelor yang dicampur makanan.

Hindari konsumsi berlebihan, terutama bagi lansia dengan penyakit tertentu seperti gangguan ginjal atau tekanan darah rendah.

d. Hal-hal yang Harus Dihindari

Edukasi mengenai risiko penggunaan kelor yang tidak sesuai, misalnya: Mengonsumsi kelor bersamaan dengan obat pengencer darah tanpa pengawasan medis. Menggunakan kelor sebagai pengganti obat dokter. Konsumsi dalam dosis tinggi tanpa penyesuaian kondisi kesehatan lansia.

e. Simulasi dan Demonstrasi Langsung

Lansia dilibatkan secara aktif dalam praktik sederhana seperti: Cara membuat teh daun kelor. Cara memasak sayur kelor yang tetap mempertahankan kandungan nutrisinya.

f. Media Penyampaian

Penyuluhan disampaikan secara visual dan komunikatif menggunakan slide, video pendek, contoh daun kelor segar, serta lembar informasi yang mudah dipahami oleh lansia.

Penerapan Teknologi

Penerapan teknologi dalam edukasi pertolongan pertama pada luka bakar memungkinkan penyebaran informasi yang lebih luas, interaktif, dan berkelanjutan. Dengan memanfaatkan platform digital, media sosial, aplikasi edukasi, dan teknologi interaktif, program pengabdian masyarakat ini dapat lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan masyarakat atau individu agar ketika terjadi kejadian. Penerapan teknologi dalam pemanfaatan dan pengolahan daun kelor memungkinkan peningkatan kualitas produk, efisiensi produksi, dan nilai jual secara luas, interaktif, dan berkelanjutan. Dengan memanfaatkan platform digital (media sosial, e-commerce), aplikasi edukasi, dan teknologi pengolahan interaktif (alat pengering/penggiling), program pengabdian masyarakat ini dapat lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan masyarakat atau individu agar ketika akan mengolah atau memasarkan produk kelor, dapat mengaplikasikannya secara baik dan tepat sesuai standar mutu pangan.

Untuk meningkatkan efektivitas penyuluhan dan memperluas jangkauan informasi, tim pengusul mengembangkan dan mendistribusikan: Leaflet edukatif bergambar, berisi informasi singkat mengenai tanda dan penanganan penyakit hipertensi, diabetes, kolesterol dll. Media ini dirancang menggunakan bahasa sederhana dan dilengkapi dengan gambar atau ilustrasi agar mudah dimengerti oleh semua kalangan usia.

Pendampingan dan Evaluasi

Pre-Test dan Post-Test mengukur pengetahuan peserta sebelum dan setelah pelatihan pengolahan daun kelor dengan kuis, survei, dan wawancara. Ini dilakukan untuk melihat peningkatan pemahaman tentang teknik budidaya, standar mutu, dan diversifikasi produk kelor.

Setelah pelatihan dan penyuluhan selesai dilaksanakan, tim pengusul melakukan pendampingan untuk memastikan keberlanjutan pemahaman dan keterlibatan warga. Pendampingan meliputi:

- Kunjungan berkala oleh tim mahasiswa ke rumah kader dan peserta.
- Pemberian kuis ringan atau pengulangan materi secara lisan.
- Evaluasi pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan masyarakat.

Keberlanjutan Program

Untuk menjamin keberlangsungan program, dilakukan langkah berikut:

- Pembentukan kader edukasi jantung desa.

- Penyerahan media edukasi kepada Masyarakat.
- Dokumentasi kegiatan dan publikasi artikel sebagai bahan pembelajaran berkelanjutan.
- Koordinasi dengan puskesmas agar kegiatan serupa dapat diintegrasikan dalam program kesehatan rutin.

Evaluasi juga dilakukan secara kualitatif melalui diskusi dan tanya jawab, mencatat respon warga serta potensi kader yang aktif dan antusias.

Peran Tim Pengusul

Dengan dilaksanakannya program ini, diharapkan masyarakat dapat lebih mengetahui dan menguasai teknik pengolahan daun kelor yang benar dan higienis. Keberlanjutan program ini juga bisa dilanjutkan dengan melatih anggota kelompok usaha (KUDES/Kader Kelor) untuk mengedukasi masyarakat lain yang belum terpapar informasi tentang teknik budidaya, standar mutu, dan diversifikasi produk kelor.

Peran utama tim pengusul adalah sebagai fasilitator dan pendamping teknis untuk memastikan informasi dan teknologi pengolahan daun kelor dapat diterapkan secara efektif dan mandiri oleh masyarakat. Untuk menjamin dampak program bersifat jangka panjang, dilakukan strategi keberlanjutan melalui:

- Pembentukan Kader Pengolah Kelor Desa, yaitu dua orang warga yang telah mengikuti pelatihan akan dilatih lebih lanjut agar dapat menjadi produsen dan edukator mandiri mengenai pengolahan dan pemasaran produk kelor di desa.
- Penyerahan Alat dan Media Produksi Permanen berupa alat pengering, mesin penggiling, serta panduan standar operasional produksi (SOP) kepada kelompok pengolah kelor desa.
- Koordinasi dengan Dinas Terkait (Pertanian/UKM), agar produksi dan pengembangan produk olahan kelor ini dapat menjadi bagian dari kegiatan pengembangan ekonomi dan pemberdayaan masyarakat rutin di wilayah kerja mereka.
- Penyusunan Dokumentasi dan Publikasi, berupa laporan kegiatan, foto kegiatan, dan artikel ilmiah/populer mengenai hasil inovasi pengolahan kelor sebagai bagian dari luaran tridarma perguruan tinggi, sekaligus sebagai media promosi produk desa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum Dilakukan Penyuluhan Tentang Pemanfaatan Daun Kelor

No	Pertanyaan	Jumlah Benar	Persentase
1.	Bentuk olahan daun kelor yang sering digunakan adalah Teh daun kelor dan bubuk kelor	20	80%
2.	Salah satu manfaat utama daun kelor adalah untuk membantu Menjaga kesehatan tubuh	17	68%
3.	Daun kelor dalam bentuk teh biasanya dibuat dari Daun kelor kering	15	60%
4.	Daun kelor mengandung zat besi yang membantu lansia dalam mencegah anemia	18	72%

5.	Bagaimana pengaruh daun kelor terhadap kesehatan jantung lansia Menurunkan kadar kolestrol	16	64%
6.	Nutrisi apa dalam daun kelor yang membantu memperkuat tulang lansia Kalsium	19	76%
7.	Kenapa lansia harus membatasi konsumsi daun kelor sampai sekitar 5-10 sendok teh bubuk perhari resiko keracunan zat besi	19	76%
8	Daun kelor sering disebut sebagai apa karena beragam manfaatnya tanaman ajaib	16	64%
9.	Apa yang harus diperhatikan saat memberikan daun kelor pada lansia pastikan tidak alergi dan tidak berlebihan	20	80%
10.	Efek samping daun kelor jika konsumsi berlebihan oleh lansia adalah gangguan pencernaan	18	72%
TOTAL		25	100%

Berdasarkan tabel diatas pada pertanyaan 1 sebanyak 20 responden (80%) sudah mengetahui bahwa terdapat olahan daun kelor yang di buat menjadi teh dan bubuk. Sebanyak 17 responden (68%) mengetahui manfaat utama daun kelor adalah untuk membantu Menjaga kesehatan tubuh. Sebanyak 15 responden (60%) mengetahui kelor dalam bentuk teh biasanya dibuat dari Daun kelor kering. Sebanyak 18 responden (72%) Mengetahui daun kelor mengandung zat besi yang membantu lansia dalam mencegah anemia. Sebanyak 16 responden (64%) Mengetahui bagaimana pengaruh daun kelor terhadap kesehatan jantung lansia Menurunkan kadar kolestrol. Sebanyak 19 responden (76%) mengetahui Nutrisi apa dalam daun kelor yang membantu memperkuat tulang lansia Kalsium. Sebanyak 19 responden (76%) mengetahui bahwa Kenapa lansia harus membatasi konsumsi daun kelor sampai sekitar 5-10 sendok teh bubuk perhari resiko keracunan zat besi . sebanyak 16 responden (64%) Mengetahui Daun kelor sering disebut sebagai apa karena beragam manfaatnya tanaman ajaib , sebanyak 20 responden (80%) mengetahui Apa yang harus diperhatikan saat memberikan daun kelor pada lansia pastikan tidak alergi dan tidak berlebihan. Sebanyak 18 responden (72%) Mengetahui efek samping daun kelor jika konsumsi berlebihan oleh lansia adalah gangguan pencernaan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Amalia, Dewi, dan Haryanto (2021) yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai pertolongan pertama pada luka bakar. Perbedaan dalam media yang digunakan—penelitian ini menggunakan leaflet, sementara penelitian Amalia menggunakan media audiovisual— tidak memengaruhi hasil yang serupa, yaitu peningkatan pengetahuan setelah intervensi. Hasil penelitian ini juga didukung oleh studi dari Tomayahu & Setyaningrum (2023) yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan singkat mampu meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga secara signifikan. Implikasi dari penelitian ini, baik secara teoritis maupun praktis, menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai pertolongan pertama pada luka bakar dapat meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku masyarakat

dalam menangani luka bakar. Dengan informasi yang tepat, diharapkan masyarakat dapat mengurangi penggunaan cara-cara penanganan tradisional yang kurang efektif dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pertolongan pertama yang benar. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan harus terus ditingkatkan, terutama di daerah dengan akses terbatas ke fasilitas kesehatan.

Distribusi Setelah Dilakukan Penyuluhan

No	Pertanyaan	Jumlah Benar	Persentase
1.	Bentuk olahan daun kelor yang sering digunakan adalah Teh daun kelor dan bubuk kelor	25	100%
2.	Salah satu manfaat utama daun kelor adalah untuk membantu Menjaga kesehatan tubuh	18	72%
3.	Daun kelor dalam bentuk teh biasanya dibuat dari Daun kelor kering	19	76%
4.	Daun kelor mengandung zat besi yang membantu lansia dalam mencegah anemia	25	100%
5.	Bagaimana pengaruh daun kelor terhadap kesehatan jantung lansia Menurunkan kadar kolestrol	17	68%
6.	Nutrisi apa dalam daun kelor yang membantu memperkuat tulang lansia Kalsium	24	96%
7.	Kenapa lansia harus membatasi konsumsi daun kelor sampai sekitar 5-10 sendok teh bubuk perhari resiko keracunan zat besi	23	92%
8.	Daun kelor sering disebut sebagai apa karena beragam manfaatnya tanaman ajaib	21	84%
9.	Apa yang harus diperhatikan saat memberikan daun kelor pada lansia pastikan tidak alergi dan tidak berlebihan	23	92%
10.	Efek samping daun kelor jika konsumsi berlebihan oleh lansia adalah gangguan pencernaan	24	96%
TOTAL RESPONDEN		25	100%

Berdasarkan tabel diatas didapatkan pada pertanyaan 1 sebanyak 25 responden (100%) sudah mengetahui bahwa terdapat olahan daun kelor yang di buat menjadi teh dan bubuk,sebanyak 18 responden(76%) mengetahui manfaat utama daun kelor adalah untuk membantu Menjaga kesehatan tubuh sebanyak 19 orang responden(76%) Daun kelor dalam bentuk teh biasanya dibuat dari Daun kelor kering,sebanyak 25 orang responden(100%)

mengetahui Daun kelor mengandung zat besi yang membantu lansia dalam mencegah anemia, 17 orang responden (68%) mengetahui Bagaimana pengaruh daun kelor terhadap kesehatan jantung lansia Menurunkan kadar kolestrol, sebanyak 24 responden (96%) mengetahui Nutrisi apa dalam daun kelor yang membantu memperkuat tulang lansia Kalsium, sebanyak 23 responden (92%) mengetahui Kenapa lansia harus membatasi konsumsi daun kelor sampai sekitar 5-10 sendok teh bubuk perhari resiko keracunan zat besi, sebanyak 21 responden (84%) mengetahui Daun kelor sering disebut sebagai apa karena beragam manfaatnya tanaman ajaib, sebanyak 23 responden (92%) mengetahui Apa yang harus diperhatikan saat memberikan daun kelor pada lansia pastikan tidak alergi dan tidak berlebihan, dan sebanyak 24 responden (96%) mengetahui Efek samping daun kelor jika konsumsi berlebihan oleh lansia adalah gangguan pencernaan.

Kelor merupakan salah satu tumbuhan yang telah dikenal banyak orang di Indonesia. Tanaman kelor dapat dimanfaatkan sebagai obat tradisional untuk pemeliharaan kesehatan dan gangguan penyakit sehingga sampai saat ini tanaman kelor masih sangat dibutuhkan dan perlu dikembangkan. Bahan alam yang digunakan sebagai obat memiliki efek samping yang lebih rendah jika dibandingkan dengan obat-obatan kimia.

Tanaman kelor (*Moringa oleifera* L.) telah dikenal oleh masyarakat serta memiliki manfaat sebagai bahan pangan. Selain itu, kelor dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif karena mudah didapatkan dan jumlahnya banyak.

Semua bagian tumbuhan kelor memiliki manfaat masing-masing. Berdasarkan penelitian, tanaman kelor dapat digunakan sebagai pengobatan tradisional diabetes, asam urat, inflamasi, dan lain-lain. Banyaknya manfaat kelor sehingga memiliki julukan sebagai The Miracle Tree dan Amazing Tree (Purba, 2020). merupakan pohon yang memiliki jenis kayu lunak, berdiameter 30 cm. Daunnya memiliki karakteristik kecil dan berbentuk telur. Helaian pada anak daun kelor berwarna hijau, memiliki panjang 1 cm dengan lebar 4 mm hingga 1 cm, dan ujung daun tumpul. Kulit akar berasa serta beraroma tajam dan pedas, sedangkan pada bagian dalam kulit akar berwarna kuning pucat. Akar tidak keras dan bagian kayu berwarna cokelat muda (Marhaeni, 2021).

Tanaman Kelor (*Moringa oleifera* L.) atau yang biasa dijuluki pohon kehidupan (tree of life) dan juga biasa disebut sebagai pohon ajaib (miracle tree) karena khasiatnya yang luar biasa digunakan dalam bidang medis maupun non medis. Kelor biasa dimanfaatkan untuk pengobatan luka, tukak, nyeri, penyakit hati, kanker, maupun peradangan. Saat ini penelitian ilmiah telah menemukan lebih dari satu jenis zat bioaktif yang terdapat pada tanaman kelor senyawa tersebut alkaloid, steroid, flavonoid, tanin, terpenoid dan saponin (Tulus et al., 2019).

Hasil Diskusi

Pada saat kelompok melakukan pengabdian kepada Masyarakat, pada akhir sesi di buka sesi tanya jawab atau diskusi bersama, dan terdapat dua pertanyaan yang diberikan oleh responden, Jika ada orang yang rutin mengonsumsi teh kelor setiap hari, apakah ada efek samping atau batasan yang harus diperhatikan?, Bolehkah kita mengeringkan daun kelor dengan menjemurnya langsung di bawah sinar matahari agar lebih cepat kering, dan apakah kandungan nutrisinya akan tetap sama?

Dari pertanyaan para responden tersebut, dan setelah didiskusikan dengan tim pelaksana, maka pertanyaan tersebut dijawab sebagai berikut:

Batasan Konsumsi Kelor (Kandungan Anti-nutrisi), Langkah paling tepat dan aman saat seseorang mengonsumsi kelor adalah tetap memperhatikan dosis yang wajar. Tujuan konsumsi kelor adalah untuk mendapatkan nutrisi maksimal tanpa efek samping. Meskipun daun kelor kaya

nutrisi, konsumsi dalam jumlah berlebihan (terutama akar dan kulit kayu) dapat menimbulkan efek samping tertentu karena adanya kandungan anti-nutrisi (seperti fitat) yang dapat menghambat penyerapan mineral, atau senyawa lain yang dapat mengganggu pencernaan. Aman: Konsumsi 2-3 sendok teh bubuk daun kelor per hari umumnya dianggap aman.

Delivery Penerapan Produk Teknologi Dan Inovasi Ke Masyarakat

Kemajuan teknologi dan inovasi memainkan peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat, khususnya dalam sektor pangan dan kesehatan. Berbagai riset dan pengembangan telah diciptakan untuk menjawab tantangan di berbagai sektor, termasuk upaya pengolahan bahan pangan fungsional seperti daun kelor (*Moringa Oleifera*).

Keberhasilan sebuah inovasi tidak hanya ditentukan oleh kecanggihan teknologi, tetapi juga oleh sejauh mana teknologi tersebut dapat diadopsi dan dimanfaatkan oleh masyarakat, terutama dalam pengolahan pascapanen daun kelor menjadi produk bernilai ekonomi tinggi.

Untuk itu, diperlukan upaya sistematis dalam mendistribusikan dan menerapkan teknologi pengolahan daun kelor serta inovasi agar dapat memberikan manfaat nyata. Kegiatan ini dikenal sebagai *delivery* penerapan produk teknologi dan inovasi ke masyarakat, yang bertujuan untuk memperkenalkan, mengedukasi, serta mendorong penggunaan inovasi pengolahan kelor secara luas dan berkelanjutan.

1. Produk Teknologi dan Inovasi Kelor

Produk teknologi dan inovasi pengolahan daun kelor ini merupakan solusi yang diharapkan dapat membantu masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup, kesehatan, dan ekonomi mereka.

Produk tersebut berupa teknik pengolahan pascapanen daun kelor menjadi bubuk, teh, atau pangan fungsional lain yang dilengkapi dengan petunjuk penggunaan berbasis visual dan digital (video tutorial dan SOP). Selain itu, inovasi ini juga menyertakan modul edukatif dalam bentuk leaflet, poster, dan video animasi yang mudah dipahami oleh seluruh kalangan masyarakat.

Dengan pendekatan yang tepat, inovasi ini dapat diterapkan secara luas dan berkelanjutan. Inovasi pengolahan kelor ini menjadi bagian dari solusi nyata dalam menghadapi tantangan masalah gizi (*stunting*) dan meningkatkan pendapatan ekonomi masyarakat di masa depan melalui produk bernilai jual tinggi.

Luaran Yang Dicapai

Luaran yang dicapai dari penerapan produk teknologi dan inovasi pengolahan daun kelor dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Pekon Sukoharjo 3 Barat mencerminkan manfaat yang luas dalam berbagai aspek. Secara sosial dan ekonomi, terjadi peningkatan kesadaran dan keterampilan masyarakat dalam mengolah daun kelor secara higienis dan standar yang secara langsung berkontribusi pada peningkatan gizi keluarga (terutama balita) dan kesejahteraan ekonomi rumah tangga. Berdasarkan evaluasi pre-test dan post-test yang dilaksanakan, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 71% menjadi 87%, yang menunjukkan bahwa pendidikan dan pelatihan singkat ini mampu meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga dan kelompok pengolah secara signifikan. Selain peningkatan pengetahuan individu, kegiatan ini mendorong masyarakat untuk mengurangi penggunaan cara-cara pengolahan kelor tradisional yang kurang efektif dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengolahan sesuai standar mutu pangan. Produk luaran yang dihasilkan meliputi modul edukatif cetak dan digital, leaflet tentang teknik pengeringan kelor, dan contoh produk olahan (teh/bubuk kelor). Dokumentasi kegiatan juga telah disusun. Dokumentasi kegiatan juga telah disusun

lengkap dalam bentuk laporan. Selain itu, inovasi ini juga menyertakan modul edukatif dalam bentuk video animasi dan poster yang mudah dipahami oleh seluruh kalangan masyarakat.

Rencana Tahapan Berikutnya

Rencana tahapan berikutnya dalam penerapan program edukasi pemanfaatan daun kelor bagi lansia bertujuan untuk memastikan keberlanjutan manfaat kesehatan yang telah diberikan kepada masyarakat. Strategi ke depan difokuskan pada penguatan kegiatan edukasi, pendampingan, serta pengembangan kapasitas kader kesehatan dan keluarga pendamping lansia.

Langkah pertama adalah memperkuat pengetahuan para kader kesehatan desa mengenai kandungan gizi, manfaat, serta cara pengolahan daun kelor yang aman dan sesuai kebutuhan lansia. Kader akan bertugas menyampaikan edukasi secara berkala melalui pertemuan posyandu lansia maupun kunjungan rumah.

Selain itu, akan dilakukan peningkatan keterampilan praktis melalui demonstrasi pengolahan daun kelor, meliputi pembuatan teh kelor, bubuk kelor, serta pengolahan daun kelor dalam makanan sehari-hari. Pendampingan ini juga mencakup penjelasan tentang takaran konsumsi yang tepat, cara penyimpanan, serta tanda-tanda kondisi lansia yang memerlukan konsultasi tenaga medis.

Program ini juga akan diperluas ke wilayah pekon sekitar untuk memperluas dampak manfaat bagi lansia lainnya. Pendekatan yang digunakan tetap berbasis komunitas melibatkan keluarga, kader kesehatan, serta tenaga medis sehingga penerapan edukasi dapat lebih terstruktur dan berkelanjutan

1. Mata Kuliah Keperawatan Medikal Bedah / Keperawatan Kardiovaskular
Bentuk integrasi: Mahasiswa akan dilibatkan dalam kegiatan edukasi lapangan, pemberian informasi tentang penyuluhan pemanfaatan daun kelor terhadap lansia. Mereka juga akan mengembangkan materi edukatif dan turut dalam evaluasi pemahaman masyarakat.
2. Mata Kuliah Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan
Bentuk integrasi: Mahasiswa belajar langsung menyusun media promosi kesehatan (power point dan leaflet) dan mengimplementasikannya di masyarakat. Evaluasi hasil penyuluhan juga dijadikan bahan pembelajaran untuk analisis efektivitas metode promosi.
3. Mata Kuliah Praktik Komunitas atau Praktik Keperawatan di Komunitas
Bentuk integrasi: Kegiatan penyuluhan akan dijadikan bagian dari praktik lapangan mahasiswa, di mana mereka tidak hanya mengedukasi tetapi juga melakukan pemantauan keberlanjutan, berkomunikasi dengan kader lokal, dan menyusun laporan kegiatan berbasis komunitas.
4. Melalui integrasi ini, diharapkan terjadi sinergi antara proses pendidikan, penelitian, dan penyuluhan, serta peningkatan kompetensi mahasiswa dalam melaksanakan intervensi promotif dan preventif berbasis kebutuhan masyarakat. Selain itu, keberlanjutan program lebih terjamin karena didukung oleh peran aktif sivitas akademika.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan mengenai pemanfaatan daun kelor pada lansia telah berhasil dilaksanakan dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan serta keterampilan peserta. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terlihat adanya peningkatan pemahaman lansia terkait kandungan gizi daun kelor, manfaatnya bagi kesehatan, serta cara pengolahan yang benar dan aman.

Para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung, aktif berdiskusi, serta mampu menyebutkan kembali manfaat daun kelor, seperti membantu meningkatkan daya tahan tubuh, mengurangi risiko anemia, dan mendukung kesehatan tulang. Selain itu, lansia juga memahami pentingnya mengonsumsi daun kelor secara teratur dalam bentuk olahan sederhana seperti teh kelor, tumis, atau bubuk kelor yang dicampurkan pada makanan sehari-hari. Secara keseluruhan, penyuluhan ini memberikan dampak edukatif yang signifikan dan mendorong lansia untuk memanfaatkan bahan alami yang mudah didapat di lingkungan sekitar sebagai upaya menjaga kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, selama proses penyusunan dan pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih secara khusus penulis sampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta masukan yang sangat berarti hingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Fauziah, N. M., Maulidiyah, M., Hartanto, T. P., Putri, S. N. D., San Sabhira, A., Mukarromah, I. W., ... & Ningsih, A. W. (2023). Artikel Review: Studi Fitokimia Dan Farmakologi Tanaman Kelor (*Moringa Oleifera* Lam). *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*, 1(4), 45-52.
- Musyaropah, R., & Cahyanto, T. (2025). Studi Pemanfaatan Tanaman Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Pengobatan Tradisional di Kampung Cibeas Desa Cintaraja Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya. *Flora: Jurnal Kajian Ilmu Pertanian Dan Perkebunan*, 2(1), 44-54.
- Silalahi, M. (2020). Pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera* Lam) sebagai bahan obat tradisional dan bahan pangan. *Majalah Sainstekes*, 7(2).
- Aldi, Y., Umar, S., Azukhruf, W. S., & Alianta, A. A. (2024). PENGGUNAAN OBAT TRADISIONAL DAN PEMBUATAN SEDIAAN CELUP DAUN KELOR BAGI MASYARAKAT DI SAKO KECAMATAN LUBUK KILANGAN KOTA PADANG. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 7(4), 460-472
- Awari Susanti, A., & Nurman, M. (2022). Manfaat kelor (*Moringa oleifera*) bagi kesehatan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*.
- Afikirtiani, W., Simanjuntak, B., Larombia, S., Susilo, D. J., Fernanda, F. E., & Sa'idah, S. (2025). Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Upaya Anti Oksidan Pada Remaja Di Lingkungan SMK Patria Gading Rejo. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 34-40.