

JURNAL INOVASI PEMBERDAYAAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (JIPPM)

Available online at: <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/jippm/index>

Vol.6, No.1, Tahun 2026, Halaman 65-71

e-ISSN 2776-5628

DOI: <https://doi.org/10.36990/jippm.v6i1.1979>

PELATIHAN PROSES MENGOLAH DAUN KELOR SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PRODUKSI ASI BAGI IBU MENYUSUI

Syastriani Isna Putri Syarif^{1*}, Suryo Ediyono²

¹Prodi Kebidanan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Baubau, Indonesia; isnaputri01@gmail.com

²Prodi Penyuluhan Pembangunan/Pemberdayaan Masyarakat, Universitas Sebelas Maret, Indonesia; ediyonosuryo@staff.uns.ac.id

*(Korespondensi e-mail: isnaputri01@gmail.com)

ABSTRAK

Banyak hasil penelitian tentang manfaat dan senyawa yang baik pada daun kelor. Di Kota Baubau hanya terdapat satu industri rumah tangga dimana daun kelor menjadi bahan dasar produksi. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk membantu mitra dalam proses olahan daun kelor yang salah satunya berupa teh celup sehingga dapat dikonsumsi oleh ibu menyusui sebagai upaya meningkatkan volume ASI. Hasil yang diperoleh saat observasi awal terdapat tiga kendala yang dihadapi oleh mitra yaitu (1) banyaknya daun kelor rusak saat dikeringkan karena masih menggunakan paparan sinar matahari; (2) kurangnya pemahaman mitra terhadap jenis daun kelor yang telah kering agar tetap memiliki senyawa yang baik bagi Kesehatan; (3) kemasan dan pemasaran yang kurang menarik. Adapun solusi yang dilakukan pada mitra yaitu pembuatan desain ruang pengeringan agar lebih higienis dan memiliki temperature 40°C sesuai dengan standar, penyuluhan pada mitra tentang jenis kelor kering yang baik atau yang memenuhi standar.

Kata kunci: Olahan daun kelor, teh celup daun kelor, volume ASI

ABSTRACT

There are some result of the research about benefit from good compound in moringa oleifera leaves. In Baubau city there is only one home industry built where Moringa leaves the basic ingredient of productin. This community service aims to help partners in the procrss of processing Moringa Leaves, one of which is in the form of tea bag so that it can be consumed by a is a basic material. The aim is to help production process of moringa leaves, one of which is in the form of tea bags so that it can be consumed by breastfeeding mother as an effort to increase volume of breast milk. The results obtained during the initial observation, namely (1) the number of Moringa leaves damaged when dried because they were still using sun exposure; (2) lack of understanding of partners regarding types of dried Moringa leaves so that they still have compounds that are good for health; (3) unattractive packaging and marketing. The solutions carried out to partners are making a drying room design to be more hygienic and have a temperature of 40°C according to standards, counseling partners about types of dry moringa that are good or meet standards.

Keywords: Moringa oliefera leaves, tea bag moringa leaves, breast milk volume

PENDAHULUAN

Tanaman Kelor dikenal sebagai *The Miracle Tree* atau pohon ajaib karena tanaman ini terbukti secara alamiah memiliki sumber gizi berkhasiat yang kandungannya melebihi kandungan tanaman pada umumnya (Yameogo et al., 2011). Daun kelor mengandung protein, lemak, karbohidrat, mineral, vitamin dan asam amino. Selain itu daun kelor juga mengandung zat aktif yang berpotensi sebagai antioksidan yaitu berbagai jenis vitamin (A, C, E, K, B1, B2, B3, B6), flavonoid, alkaloid, saponin, tanin, dan terpenoid (Mahmood et al., 2010). Di Indonesia, di beberapa propinsi tanaman kelor telah dijadikan sebagai bahan makanan lokal, khususnya di Kota Baubau, tanaman kelor sangat mudah untuk dijumpai, sebab tanaman ini telah menjadi makanan lokal sehingga tidak hanya ditanam di kebun, namun juga banyak masyarakat menanam tanaman ini dipekarangan rumah mereka (Samrida et al., 2022).

Dari hasil observasi lapangan diperoleh bahwa mitra merupakan satu-satunya produsen olahan daun kelor di Kota Baubau, mitra memiliki banyak harapan untuk produksinya tersebut. Berbagai macam variasi olahan yang telah ia produksi seperti stik, pangsit, dan teh celup.

Olahan teh celup yang sering diproduksi diharapkan dapat membantu bagi para ibu nifas dan menyusui yang menginginkan volume ASI menjadi banyak. Sebab, berdasarkan hasil penelitian yang oleh Prayekti et al. (2021) diperoleh bahwa daun kelor mengandung steroid dan fitosterol, dimana senyawa ini dapat meningkatkan hormone prolactin pada serum melalui stimulus pada sel sekretori kelenjar susu sehingga dapat menrangsang sel epitel alveoli untuk mengkatkan produksi ASI pad ibu nifas dan menyusui.

Dengan adanya olahan daun kelor menjadi teh celup diharapkan dapat memberikan efektivitas bagi ibu menyusui dalam mengkonsumsi daun kelor sebagai upaya peningkatan volume ASI.

METODE

a. Tahap Persiapan

Tahap ini merupakan kegiatan observasi lapangan untuk pemenuhan segala kebutuhan kegiatan yang akan dilakukan. Adapun hasil yang ditemukan diantaranya yaitu daun kelor rusak yang telah dikeringkan melalui paparan sinar matahari serta wadah pengeringan yang tidak memenuhi standar.



Gambar 1. Daun kelor rusak



Gambar 2. Rencana ruang pengeringan tampak dari luar



Gambar 3. Rencana ruang pengeringan tampak dari dalam

b. Tahap Pelaksanaan

Adapun kegiatan ditahap pelaksanaan yaitu sebagai berikut:

- 1) Peningkatan pengetahuan mitra
Peningkatan pengetahuan mitra dilakukan untuk memberikan bekal pada mitra tentang jenis-jenis daun kelor kering yang baik, strastegi pengembangan varian dan pengemasan hasil produksi, strategi pemasaran hasil produksi yang dilakukan dalam satu hari
- 2) Pelatihan dalam penerapan ruang produksi
Pengenalan situasi ruang pengeringan yang memenuhi target indicator, yaitu memiliki kestabilan suhu 40°C, olehnya itu ruangan terpantau terhadap perubahan suhu pada pagi, siang, sore, dan malam hari.
- 3) Proses pengeringan daun kelor berlangsung 3-4 hari di ruangan yang terstandar
- 4) Pendistribusian di masyarakat khususnya pada ibu menyusui

c. Tahap Evaluasi dan keberlanjutan program

- 1) *Pre* dan *post test* diberikan pada mitra untuk mengetahui sejauhmana serapan materi yang diberikan
- 2) Menilai tingkat ketertarikan ibu menyusui dalam mengkonsumsi hasil olahan yaitu teh celup dari daun kelor

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada mitra industri rumah tangga yang memproduksi berbagai olahan berbahan dasar daun kelor di Kota Baubau. Berdasarkan observasi awal, ditemukan beberapa permasalahan dalam proses produksi, yaitu pengeringan daun kelor masih dilakukan melalui paparan sinar matahari langsung, kondisi tempat pengeringan belum memenuhi standar, serta masih terbatasnya

pengetahuan mitra mengenai pemilihan daun kelor kering yang berkualitas, pengemasan produk, dan strategi pemasaran.

1. Peningkatan Pengetahuan Mitra

Sebelum diberikan penyuluhan dan pelatihan, mitra terlebih dahulu mengikuti pretest yang terdiri atas 15 pertanyaan mengenai pengolahan daun kelor. Hasil pretest menunjukkan bahwa mitra mampu menjawab dengan benar sebanyak 6 pertanyaan atau sebesar 40%. Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan, mitra kembali diberikan posttest dengan jumlah pertanyaan yang sama. Hasil posttest menunjukkan bahwa mitra mampu menjawab dengan benar sebanyak 14 pertanyaan atau sebesar 93,33%. Dengan demikian, terjadi peningkatan persentase jawaban benar sebesar 53,33 poin persentase. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mitra mengenai pemilihan bahan baku, proses pengeringan, pengolahan, pengemasan, dan pemasaran produk daun kelor.

2. Penerapan Ruang Pengeringan Daun Kelor

Ruang pengeringan daun kelor ditata agar proses pengeringan tidak lagi dilakukan dengan paparan sinar matahari secara langsung. Pengeringan dilakukan di dalam ruangan dengan suhu yang dipertahankan sekitar 40°C. Suhu ruang pengeringan dipantau pada pagi, siang, sore, dan malam hari untuk menjaga kestabilan kondisi selama proses pengeringan. Daun kelor yang telah dipilih dan dibersihkan kemudian ditiriskan dan ditempatkan pada rak-rak pengeringan. Proses pengeringan berlangsung selama kurang lebih 2–3 hari sampai daun kelor mencapai kondisi kering yang sesuai untuk proses pengolahan berikutnya. Penerapan ruang pengeringan tersebut dapat meminimalkan kerusakan daun akibat perubahan cuaca, paparan debu, serta sinar matahari langsung.

3. Pembuatan Teh Celup Daun Kelor

Daun kelor yang telah kering selanjutnya digiling hingga berukuran lebih kecil. Hasil penggilingan kemudian dicampurkan dengan daun mint untuk memberikan aroma dan rasa yang lebih segar ketika dikonsumsi. Campuran tersebut dimasukkan ke dalam kantung teh, dikemas, dan diberi label produk. Melalui kegiatan ini, mitra berhasil menghasilkan teh celup daun kelor dengan proses pengolahan dan pengemasan yang lebih baik. Produk yang dihasilkan memiliki bentuk yang lebih praktis sehingga dapat memudahkan konsumen, terutama ibu menyusui, dalam mengonsumsi olahan daun kelor.

4. Pendistribusian Produk kepada Ibu Menyusui

Produk teh celup daun kelor yang telah dihasilkan selanjutnya diberikan kepada 10 orang ibu menyusui. Pendistribusian ini dilakukan sebagai bentuk pengenalan produk kepada masyarakat sekaligus untuk mengetahui ketertarikan ibu menyusui terhadap olahan daun kelor dalam bentuk teh celup. Namun, dalam kegiatan ini belum dilakukan pengukuran atau pemantauan terhadap perubahan produksi maupun volume ASI setelah ibu mengonsumsi teh daun kelor. Oleh karena itu, hasil kegiatan hanya menunjukkan keberhasilan dalam peningkatan pengetahuan dan keterampilan mitra serta produksi teh celup daun kelor, tetapi belum dapat membuktikan efektivitas produk tersebut terhadap peningkatan produksi ASI.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan dan pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan mitra mengenai pengolahan daun kelor. Peningkatan hasil dari 40% pada saat pretest menjadi 93,33% pada saat posttest memperlihatkan bahwa materi yang diberikan dapat dipahami dengan baik oleh mitra. Peningkatan pengetahuan tersebut

menjadi salah satu faktor penting dalam pengembangan usaha, karena kualitas produk sangat dipengaruhi oleh pemahaman produsen terhadap pemilihan bahan baku, proses pengolahan, pengeringan, pengemasan, dan pemasaran. Hal ini sejalan dengan kegiatan pengabdian yang telah dilakukan bahwa dengan adanya pelatihan/ pembinaan akan meningkatkan pengetahuan seseorang atau mitra (Anwar et al., 2021). Penggunaan ruang pengeringan menjadi salah satu bentuk perbaikan dalam proses produksi. Sebelum kegiatan dilaksanakan, daun kelor dikeringkan dengan paparan sinar matahari langsung sehingga kualitas hasil pengeringan sangat bergantung pada kondisi cuaca. Pengeringan dengan sinar matahari memiliki kelemahan berupa waktu pengeringan yang relatif lama, suhu yang tidak stabil, serta kemungkinan terjadinya penurunan kandungan antioksidan pada daun kelor.

Proses pengeringan daun yang telah ditiriskan dilakukan di dalam ruangan yang telah ditata sedemikian rupa sehingga memenuhi standar dan tidak lagi menggunakan Teknik pengeringan melalui paparan sinar matahari langsung. Seperti yang dikatakan oleh (Aisyah et al., 2015; Paramita, 2023; Sudiarsa et al., 2023; Syarif, 2022) menyebutkan bahwa terdapat tiga cara yang dapat dilakukan untuk mengeringkan daun kelor yaitu: pengeringan di dalam ruangan, pengeringan dengan paparan cahaya matahari, dan menggunakan mesin pengering (Oven). Menurut Syarif & Samrida (2021) dan Monang et al. (2024), pengeringan dengan cara penjemuran di bawah sinar matahari (*sun dried*) memiliki kekurangan yaitu waktu yang relatif lama dan suhu yang sering berubah-ubah sehingga tergantung pada sinar matahari dan menurunnya kadar antioksidan. Menurut (Wulandari, 2020; Zakaria et al., 2016) pengeringan daun kelor menggunakan mesin pengering (oven) dengan suhu 60°C lebih baik dari pengeringan menggunakan sinar matahari, namun kekurangannya yaitu temperatur oven yang selalu naik turun menyebabkan katup pada oven cenderung on/off.

Setelah daun kelor mengering dengan durasi hari 2-3 hari kemudian dilakukan penggilingan daun agar hancur dan dicampur dengan daun mint agar memberi rasa segar saat dikonsumsi. Selanjutnya dikemas dan dimasukkan dalam kantong teh dan diberi label.



Gambar 4. Teh Celup Daun Kelor

Keberhasilan mitra dalam menghasilkan teh celup daun kelor menunjukkan adanya peningkatan keterampilan dalam melakukan diversifikasi produk. Pengolahan daun kelor menjadi teh celup memberikan nilai tambah karena produk menjadi lebih praktis, mudah disimpan, dan mudah dikonsumsi. Penambahan daun mint juga dapat meningkatkan karakteristik rasa dan aroma sehingga produk lebih menarik bagi konsumen.

Hasil olahan yang telah jadi selanjutnya diberikan pada 10 ibu yang menyusui. Akan tetapi pada kegiatan ini tidak dilakukan pemantauan terhadap peningkatan produksi ASI karena keterbatasan waktu dan dana yang tersedia. Meski demikian sangat diharapkan dengan adanya teh celup daun kelor ini dapat memberi kemudahan dalam mengkonsumsi dan membantu peningkatan volume ASI, karena seperti yang diketahui bahwa telah

banyak hasil penelitian yang menyebutkan bahwa terjadi peningkatan volume ASI pada ibu yang mengkonsumsi daun kelor.

Penelitian yang dilakukan oleh Purnanto; et al., (2020) menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada ibu yang mengkonsumsi teh daun kelor dalam peningkatan produksi ASI dengan perbedaan jumlah ASI pada ibu yang mengkonsumsi dengan yang tidak mengkonsumsi teh daun kelor yaitu *pvalue* sebesar 0,002 dengan nilai kolerasi 0,934. Begitupula hasil penelitian lain menyebutkan peningkatan volume ASI lebih tinggi pada kelompok yang diberi ekstrak daun kelor dibanding dengan yang tidak diberi ekstrak daun kelor (Justin; et al., 2022; Mabsuthoh & Rohmah, 2022).

Keterbatasan kegiatan terletak pada belum dilakukannya evaluasi terhadap penerimaan produk secara terukur, seperti penilaian rasa, aroma, kemasan, kemudahan penyajian, dan tingkat kepuasan konsumen. Selain itu, belum dilakukan pemantauan terhadap jumlah konsumsi, lama konsumsi, serta perubahan produksi ASI. Kegiatan selanjutnya perlu dilengkapi dengan instrumen penilaian penerimaan produk dan pengukuran produksi ASI agar manfaat produk dapat dievaluasi secara lebih objektif.

KESIMPULAN

- a. Terjadi peningkatan pengetahuan mitra terkait cara mengolah daun kelor yang baik dan benar
- b. Teh celup daun kelor diolah dengan baik dan benar oleh mitra
- c. Meminimalisir terjadinya pengrusakan daun kelor selama proses pengeringan, karena telah disimpan pada ruangan yang tidak langsung terpapar matahari namun suhu ruangan yang tetap terkontrol yakni sebesar 40°C.

Kegiatan pengolahan daun kelor secara baik dan benar dapat diaplikasikan pada industri rumah tangga sehingga dapat meningkatkan nilai harga ekonomi produk.

PERNYATAAN

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada mitra karena telah memberi izin pada penulis untuk membantu berbagai pemahaman terkait olahan daun kelor.

Pendanaan

Kegiatan didanai secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, Y., Rasdiansyah, & Muhaimin. (2015). Pengaruh Pemanasan terhadap Aktivitas Antioksidan pada Beberapa Jenis Sayuran. *Jurnal Teknologi Dan Industri Pertanian Indonesia*, 6(2), 28–32. <https://doi.org/10.17969/jtipi.v6i2.2063>
- Anwar, K. K., Syahrianti, S., Sarita, S., & Patongai, N. (2021). Pembinaan Kader Posyandu tentang Perawatan Masa Nifas. *Jurnal Inovasi, Pemberdayaan Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–5.
- Justin;, W. O. S., Amiruddin;, A., Pabokori;, S., Ernawati;, S., & Syarif;, S. I. P. (2022). Peningkatan Kapasitas dan Deteksi Dini HIV/AIDS Pada Remaja di Kota Baubau. *Abdimas Universal*, 4(2), 253–259. <https://doi.org/https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v4i2.230>
- Mabsuthoh, S., & Rohmah, H. N. F. (2022). Pengaruh Ekstrak Daun Kelor Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bahagia Tahun 2021. *Cakrawala Medika: Journal of Health Sciences*, 1(1), 11–19.
- Mahmood, K. T., Mugal, T., & Haq, I. U. (2010). *Moringa oleifera*: A natural gift-a review.

- Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 2(11), 775–781.
- Monang, S., Nugroho, P., & Yandistara, M. S. (2024). The Effect of Oven and Solar Portable Dryer Drying Methods In Terms Of the Antioxidant Activity of Moringa Oleifera Leaves: Pengaruh Metode Pengeringan Oven dan Solar Portable Dryer Ditinjau Dari Aktivitas Antioksidan Daun Kelor (Moringa oleifera). *Science Technology and Management Journal*, 4(2), 35–38.
- Paramita, V. D. (2023). Pengaruh metode pengeringan terhadap kadar vitamin C dan aktivitas antioksidan daun kelor (Moringa oleifera). *Jurnal Agritechno*, 29–35.
- Prayekti, I. S., Thaha, A. R., Citrakesumasari, Indriyasari, R., & Healthy, H. (2021). EFEKTIVITAS DAUN KELOR (Moringa oleifera) SEBAGAI GALAKTOGOG PADA IBU MENYUSUI: AN UPDATE SYSTEMATIC REVIEW EFFECT. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition Vol. 10 No. 2. 2021*, 10(2), 194–207.
- Purnanto;, N. T., Himawati;, L., & Ajizah, N. (2020). Pengaruh Konsumsi Teh Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi ASI di Grobogan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9, 268–271.
- Samrida, W. O. N., Minarti, & Syarif, S. I. P. (2022). Penguatan Peran Perempuan dalam Upaya Preventif Covid-19 di Kampung Tenun Desa Topa , Baubau. *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha*, 2, 30–35. <https://doi.org/10.33860/jpbn.v2i2.1113>
- Sudiarsa, I. W., Sugiartawan, P., Sudipa, I. G. I., Maharianingsih, N. M., & Putra, I. K. A. (2023). Sistem Pengering Daun Kelor Berbasis Internet of Things dan Artificial Intelligence. *IJEIS (Indonesian Journal of Electronics and Instrumentation System)*, 13(2), 183–194.
- Syarif, S. I. P. (2022). Studi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Manfaat Tablet Ferum (Fe) selama Kehamilan. *Formosa Journal of Science and Technology*, 1(5), 491–498. <https://doi.org/10.55927/fjst.v1i5.1226>
- Syarif, S. I. P., & Samrida, W. O. N. (2021). Ethnobotany of Banana Stock on The Normality of Uteral Involution in Lapandewa Village , South Buton Regency. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(4), 687–692. <https://doi.org/10.30604/jika.v6i4.690>
- Wulandari, W. D. (2020). Karakteristik aktivitas antioksidan dan antimikroba buah cabe jawa (*Piper retrofractum Vahl.*) dengan variasi ukuran bahan dan metode pengeringan. 1–60.
- Yameogo, W. ., Bengaly, D. ., Savadogo, A., Nikièma, P. ., & Traoré, S. . (2011). Determinan of Chemical Composition and Nutritional Values of Moringa Oleifera Leaves. *Pakistan Journal of Nutrition 2011 Yameogo.Pdf*, 10, 264–268.
- Zakaria, Hadju, V., As'ad, S., & Bahar, B. (2016). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor terhadap Kuantitas dan Kualitas Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan. *Jurnal MKMI*, 12(3), 161–169.