

PEMANFAATAN SUMBERDAYA ALAM NEGERI ITAWAKA DENGAN MEMBUAT DAUN KELOR MENJADI TEH HERBAL

Jusuf Leiwakabessy¹, Sherly Lewerissa², Meigy N. Mailoa³, Moh. Kasim Rumatamerik⁴,
Zidna Fatha Nazhifa⁵, Tiara Putri Sulung Roscto⁶, Alkausar Satria Perkasa⁷,
Delfianti Nadia Rahawarin⁸, Adit Maulana⁹, Nabilah Farah Fadilah¹⁰

^{1,2,3}Dosen Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan, Universitas Pattimura

^{3,4,5,6,7,8,9,10}Mahasiswa KKN Kebangsaan XII Negeri Itawaka

email: kknkitawaka@gmail.com

Abstrak

Tanaman kelor atau yang memiliki nama latin *Moringa oleifera* merupakan tanaman yang mempunyai banyak manfaat. Daun kelor dapat dimanfaatkan dan dikembangkan secara produktif khusus pada bidang pangan, dikarenakan kelor terkenal dengan tanaman obat berkhasiat dengan memanfaatkan daun dan bahkan terdapat kandungan protein, Vitamin C, terutama zat besi juga kalsium maka perlu dibuat pengembangan menjadi minuman teh herbal daun kelor. Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk menambahkan pengetahuan serta wawasan masyarakat Itawaka khususnya bagi ibu-ibu PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga) terkait manfaat dan keajaiban yang terdapat pada daun kelor. Selain itu, memberikan peningkatan pengetahuan peluang untuk membuka usaha produk teh herbal daun kelor. Metode pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dalam bentuk pelatihan atau bimbingan, pelatihan ini mencakup penjelasan dan juga proses pembuatan teh herbal daun kelor. Kegiatan ini menemukan hasil bahwa masyarakat Itawaka dapat mengimplementasikan dan memanfaatkan tanam kelor dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya yaitu membuat teh dari daun kelor.

Kata kunci: Teh Herbal, Daun Kelor, Negeri Itawaka

Abstract

Moringa or scientifically known as *Moringa oleifera* is a plant with numerous benefits. *Moringa* leaves can be utilized and developed productively, especially in the food sector, because *Moringa* itself is a plant that has many nutrients in it. Contain protein, vitamin c, a high iron and calcium, it is necessary to develop it into *Moringa* herbal tea drink. therefore, the socialization of the use of *Moringa* tea was carried out. The aim of this activity is to enhance the knowledge and insight of the Itawaka community. especially for PKK (Family Welfare Empowerment) regarding the benefits in *Moringa* leaves. In addition, it provides an opportunities to make a *Moringa* herbal tea business. The implementation of this service is done through training and mentoring sessions.this includes an explanation and also the process of making *moringa* herbal tea. This activity found that the Itawaka community can implement and use *moringa* leaves in their daily lives, one of which is making tea from it.

Keywords: Herbal Tea, *Moringa* Leaves, Itiwaka Vilagge

PENDAHULUAN

Negeri Itawaka, salah satu dari sepuluh desa di Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah, Provinsi Maluku, Indonesia, terkenal dengan kekayaan sumber daya alamnya. Salah satu potensi unggul yang dimiliki desa ini adalah tanaman kelor (*Moringa oleifera*), yang tumbuh subur di berbagai kawasan desa tersebut. Kondisi iklim tropis di Negeri Itawaka sangat mendukung pertumbuhan kelor, memungkinkan desa ini untuk memanfaatkannya dengan optimal.

Kelor (*Moringa oleifera*) merupakan tanaman yang tumbuh cepat, tahan lama, berbunga sepanjang tahun, dan mampu bertahan dalam kondisi panas yang ekstrem. Tanaman ini dapat tumbuh dengan baik di iklim tropis dan subtropis pada berbagai jenis tanah serta mampu bertahan selama musim kemarau yang panjang hingga enam bulan (Yamin et al., 2022).

Di Negeri Itawaka, kelor sering ditanam sebagai pagar hidup, berfungsi sebagai tanaman penghijauan, dan dikenal luas sebagai tanaman obat dengan memanfaatkan daunnya. Tanaman initelah terbukti memiliki berbagai khasiat untuk kesehatan, seperti antijamur, antioksidan, antibakteri, anti-inflamasi, diuretik, dan pelindung hati. Karena manfaatnya yang luar biasa, kelor sering disebut sebagai Pohon Ajaib, Pohon Kehidupan, atau Pohon Luar Biasa (Winarno, 2018). Daun kelor, yang paling sering dimanfaatkan, mengandung berbagai asam amino yang jarang ditemukan pada sayuran lain, serta nutrisi makro dan mikro, protein, karbohidrat, serat, lemak, mineral, dan senyawa bioaktif seperti asam askorbat, flavonoid, fenol, dan karotenoid (Lawalata et al., 2022; Saidi et al., 2022).

Namun, pemanfaatan kelor di Indonesia, termasuk di Negeri Itawaka, masih belum maksimal. Tanaman ini sering hanya ditanam sebagai pagar hidup atau sebagai penghijauan di ladang dan sawah. Padahal, kelor memiliki berbagai manfaat kesehatan, seperti antijamur, antioksidan, antibakteri, anti-inflamasi, diuretik, dan pelindung hati, serta mengandung zat-zat bermanfaat seperti vitamin A, C, B6, flavonoid, alkaloid, saponin, tanin, dan terpenoid (Sihny dan Pratiwi, 2023).

Selama ini, daun kelor hanya dimanfaatkan sebagai sayuran, sementara potensi penggunaannya sebagai obat herbal belum banyak diketahui oleh masyarakat Negeri Itawaka. Oleh karena itu, peneliti melakukan sosialisasi tentang pemanfaatan daun kelor dalam bentuk teh herbal. Teh daun kelor menawarkan manfaat kesehatan yang lebih besar dibandingkan teh celup yang umum dikonsumsi. Teh herbal daun kelor dapat menjadi alternatif untuk pencegahan stunting dan peningkatan imunitas tubuh di Negeri Itawaka. Selain manfaat kesehatannya, teh ini juga mudah diakses karena tanaman kelor tumbuh subur di berbagai bagian desa. Sosialisasi dan pelatihan kepada masyarakat sangat penting agar mereka dapat memanfaatkan daun kelor dengan optimal serta mengembangkan produk lokal seperti teh daun kelor sebagai solusi kesehatan dan produk yang berpotensi di pasar.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk pelatihan atau bimbingan untuk ibu-ibu rumah tangga dalam pembuatan teh dari daun kelor. Pelatihan ini diselenggarakan secara langsung dengan tujuan mengedukasi peserta mengenai teknik meracik teh herbal dari daun kelor. Selain itu, ibu-ibu juga diberikan panduan melalui presentasi dengan menggunakan Power Point sebagai media agar dapat mengulang langkah-langkah pembuatan di rumah. Pelatihan ini mencakup penjelasan dan juga proses pembuatan. Mulai dari menyiapkan daun kelor, membersihkan daun kelor, menjemur atau mengoven, kemudian menghaluskannya dengan blender hingga daun kelor yang sudah kering menjadi bubuk yang akan siap diseduh. Aspek penting lainnya adalah memastikan para ibu menjaga kebersihan produk akhir, yakni teh daun kelor. Edukasi juga diberikan mengenai manfaat teh daun kelor yang mana dapat menjaga imun tubuh dan juga menurunkan gula darah dalam tubuh. Apalagi melihat masyarakat Negeri Itawaka yang sering mengonsumsi teh setiap hari dengan kandungan gula yang cukup berlebih.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan

Kegiatan ini dibagi menjadi dua sesi. Sesi pertama berupa sosialisasi mengenai manfaat teh daun kelor dengan tujuan memberikan pemahaman lebih mendalam kepada peserta terkait khasiat daun kelor untuk kesehatan. Sesi kedua adalah sosialisasi tentang cara membuat teh dari daun kelor dengan tujuan agar peserta dapat menerapkan dan memanfaatkan tanaman kelor dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya dengan membuat teh daun kelor.

Implementasi Kegiatan

Acara ini dilaksanakan di balai Negeri Itawaka, Kecamatan Saparua Timur, yang dipilih karena merupakan satu-satunya tempat dengan fasilitas memadai untuk pelaksanaan sosialisasi dan demonstrasi pembuatan teh. Kegiatan ini dilaksanakan pada 19 Agustus 2024.

Pengabdian kepada masyarakat ini diadakan dalam bentuk penyuluhan dan sosialisasi yang bertujuan meningkatkan pengetahuan mengenai pengolahan daun kelor (*Moringa Oleifera*) sebagai teh herbal, dengan sasaran utama adalah ibu-ibu PKK. Penyuluhan ini menggunakan metode ceramah dan diskusi, di mana materi yang disampaikan meliputi manfaat daun kelor sebagai tumbuhan yang berkhasiat untuk pencegahan stunting serta proses pengolahan daun kelor menjadi teh herbal.

Daun kelor yang mudah ditemui di Negeri Itawaka memudahkan peserta untuk terus mengolahnya secara berkelanjutan. Perlu dicatat bahwa daun kelor kaya akan mineral, vitamin, dan senyawa fitokimia. Ekstrak daun kelor ini dapat membantu mengatasi malnutrisi serta meningkatkan produksi air susu ibu. Selain itu, daun kelor memiliki potensi sebagai antioksidan, antikanker, anti-inflamasi, antidiabetes, dan anti mikroba (Silalahi, 2020).

Proses Pembuatan

Kemudian cara pembuatan teh herbal daun kelor melingkupi 2 cara Proses pembuatan teh herbal daun kelor, cara pertama, Dimulai dengan menyiapkan daun kelor, membersihkan, menjemur bisa dengan menggunakan nampan atau peralatan lainnya kemudian tutup menggunakan kain bersih lalu di jemur hingga 3-4 hari. kedua dengan cara mengoven di bawah suhu 150^o-160^oC 4-5 menit.

Selanjutnya daun kelor kering selanjutnya di blender selama 1 menit, bubuk daun teh yang telah dicampurkan ditimbang dengan takaran 2 gram pada setiap kantong teh.

Selain itu, formulasi dan tahapan pembuatan teh daun kelor juga ditampilkan dalam bentuk paparan dan produk yang dibagikan kepada peserta dengan harapan peserta dapat mencoba langsung teh berbahan daun Kelor tersebut. Teh daun kelor memiliki rasa yang agak gurih dengan sedikit rasa natural (herbal), biasanya teh ini diseduh dengan air panas seperti teh pada umumnya, dan dapat ditambahkan madu atau lemon untuk meningkatkan rasa. Tanaman ini telah dipelajari khasiatnya untuk kesehatan seperti anti jamur, antioksidan, anti bakteri, anti radang, diuretik, dan sebagai hepatoprotektor, sehingga beberapa julukan disematkan untuk tanaman kelor, diantaranya The Miracle Tree, Tree for life dan Amazing Tree (Asriani et al., 2023). Bagian tanaman kelor yang banyak dimanfaatkan adalah daun kelor karena mengandung berbagai asam amino yang jarang sekali ditemui pada sayuran (Hamsinah et al., 2022; Huwae et al., 2023).

Desain Produk/Kemasan

Setelah melalui beberapa diskusi dan percobaan, kami tidak hanya berhasil menciptakan resep inovatif untuk produk teh daun kelor, tetapi juga merancang desain kemasannya sendiri. Adapun bentuk kemasan produk teh daun kelor tersebut terlihat seperti gambar 1.



Gambar 1. Kemasan Produk Teh Daun Kelor

Kami mendesain kemasan yang tidak hanya praktis, tetapi juga menarik secara visual. Kemasan tersebut berupa kantong teh berbahan biodegradable dengan desain yang menampilkan gambar daun kelor segar serta warna-warna alami yang mencerminkan kesegaran dan kualitas produk. Kantong teh ini dilengkapi dengan label informatif yang mencantumkan manfaat kesehatan dari teh daun kelor dan petunjuk penyajian yang jelas. Desain kemasan ini diharapkan tidak hanya menarik minat konsumen, tetapi juga mendukung pelestarian lingkungan dengan menggunakan bahan ramah lingkungan.

Luaran Produk

Produk yang dihasilkan dari pengolahan daun kelor adalah teh yang dibuat dari 2 gram serbuk daun kelor kering. Terdapat dua varian teh, yaitu yang dicampur dengan madu atau jeruk, yang telah diuji coba dan dinyatakan layak untuk dikonsumsi serta dapat dijual kepada masyarakat.



Gambar 2. Luaran Produk Teh Daun Kelor

Manfaat Daun Kelor

Mengonsumsi teh herbal daun kelor secara rutin dapat memberikan berbagai manfaat bagi tubuh kita seperti; Meningkatkan Kesehatan Jantung, Meningkatkan Kesehatan Pencernaan, Membantu Meningkatkan Energi. Selain itu daun kelor mengandung nutrisi yang dapat membantu mencegah stunting pada anak. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama. Mengonsumsi daun kelor atau teh berbahan daun kelor merupakan salah satu alternatif

pengecahan stunting. Menurut Astawan (2008) mengatakan bahwa Senyawa polifenol dalam teh juga berfungsi sebagai antioksidan yang dapat memperlambat dan mencegah proses oksidasi akibat radikal bebas, sehingga mengurangi risiko kerusakan sel dan potensi penyakit kronis.

Berdasarkan Hasil Evaluasi menunjukkan bahwa peserta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai pemanfaatan daun kelor *Moringa oleifera* untuk pencegahan stunting setelah mengikuti sesi edukasi dan sosialisasi. Evaluasi dilakukan melalui pertanyaan lisan yang dijawab dengan baik oleh peserta, yang mengungkapkan kepuasan dan peningkatan pemahaman mereka tentang pengolahan teh herbal daun kelor sebagai solusi pencegahan stunting.

Suprpto dan Arda (2021); Hukubun et al., (2024) mengatakan bahwa tujuan pendidikan kesehatan merupakan mencapai perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam menjaga kesehatan, menciptakan lingkungan sehat, dan meningkatkan derajat kesehatan secara keseluruhan. Pengetahuan tentang gizi yang baik pada ibu sangat penting dalam mencegah stunting pada balita. Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan kesadaran ibu dalam mengikuti dan memahami langkah-langkah pencegahan stunting. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada pengolahan daun kelor menjadi teh bubuk sangat penting untuk mengatasi masalah stunting di Negeri Itawaka.

Hasil dari diskusi bersama masyarakat Negeri Itawaka Kecamatan Saparua Timur terkait produk teh kelor dapat melibatkan beberapa aspek penting, seperti manfaat kesehatan dari teh kelor, potensi pasarnya, hingga cara pengolahan yang optimal. Produk teh kelor ini bisa dikembangkan menjadi produk unggulan lokal dengan fokus pada promosi manfaatnya yang kaya akan antioksidan dan nutrisi. Selain itu, perlu dipertimbangkan juga pengemasan yang menarik serta strategi pemasaran yang efektif agar produk ini dapat bersaing di pasar lokal maupun nasional.

SIMPULAN

Pengabdian ini menyoroti potensi besar Negeri Itawaka dalam memanfaatkan tanaman kelor (*Moringa oleifera*), yang tumbuh subur di wilayah tersebut, untuk diolah menjadi teh herbal. Negeri Itawaka memiliki kekayaan sumber daya alam yang melimpah, dan iklim tropisnya sangat mendukung pertumbuhan kelor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa daun kelor, yang selama ini hanya dimanfaatkan sebagai sayuran, dapat diolah menjadi teh herbal yang memiliki berbagai manfaat kesehatan, seperti menurunkan tekanan darah, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, dan mendukung kesehatan pencernaan.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan melibatkan sosialisasi dan pelatihan kepada ibu-ibu rumah tangga di Negeri Itawaka mengenai proses pembuatan teh herbal dari daun kelor. Pelatihan ini mencakup semua tahapan penting, mulai dari pemilihan dan pembersihan daun, proses pengeringan, hingga penghalusan daun menjadi bubuk siap seduh. Edukasi juga diberikan mengenai manfaat kesehatan teh daun kelor dan pentingnya menjaga kebersihan dalam proses produksinya. Evaluasi kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman dan keterampilan peserta dalam mengolah daun kelor menjadi teh herbal.

Selain manfaat kesehatan, terdapat potensi pengembangan teh kelor sebagai produk unggulan lokal. Dengan manfaat kesehatan yang kaya akan nutrisi dan antioksidan, serta desain kemasan yang menarik, teh kelor memiliki peluang untuk dipasarkan tidak hanya di tingkat lokal, tetapi juga di pasar yang lebih luas. Secara keseluruhan, pemanfaatan tanaman kelor memberikan manfaat ganda bagi masyarakat Negeri Itawaka, baik dari sisi kesehatan maupun ekonomi. Kegiatan ini telah meningkatkan kesadaran masyarakat akan potensi tanaman kelor dan memberdayakan mereka melalui pengolahan dan pemasaran produk teh herbal, yang bernilai tinggi dan mudah diakses.

SARAN

Kegiatan pengabdian ini harus terus digaungkan secara masif kepada masyarakat luas sehingga potensi alam yang dimiliki di sekitar kita dapat dimanfaatkan lebih maksimal untuk Kesehatan dan kesejahteraan Masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam sosialisasi dan pembuatan teh herbal daun kelor, terkhususnya Bapak Raja Negeri Itawaka dan Ketua PKK Negeri Itawaka, yang telah memberikan dukungan penuh dalam proses sosialisasi dan penyuluhan mengenai manfaat serta cara pembuatan teh herbal daun kelor. Bantuan Anda sangat penting dalam memastikan informasi yang akurat dan relevan sampai ke masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Asriani, H., Bau, T., Pitriani, P., & Jamaluddin, J. (2023). Pelatihan Pembuatan Teh Herbal dari Daun Kelor Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Pada Ibu PKK di Kecamatan Parigi Barat. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 129-136.
- Astawan, M. (2008). *Khasiat warna-warni makanan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Hamsinah, H., Suhaenah, A., Effendy, N., Aminah, A., & Fatwa, I. (2022). Pembuatan Teh Seduh Herbal Dari Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Peningkat Imunitas Tubuh Di SMAN 13 Maros Kecamatan Tompobulu Kabupaten Maros. *Dikmas: Jurnal Pendidikan Masyarakat dan Pengabdian*, 2(1), 103-110.
- Hukubun, R. D., Huwae, L. M. C., Huwae, L. B. S., & Huka, J. A. F. (2024). SEHATI: Sosialisasi Pencegahan dan Aksi Penanganan Stunting di Negeri Hatalai, Kota Ambon. *Sejahtera: Jurnal Inspirasi Mengabdi Untuk Negeri*, 3(1), 17-28.
- Huwae, L. M. C., Dabutar, P. S., Oeijano, G. A., Kundiman, C. R., Mahua, A. U., & Hukubun, R. D. (2023). Pelaksanaan Skrining Kesehatan sebagai Upaya Mencegah Penyakit Tidak Menular pada Usia Produktif dan Lansia di Negeri Latuhalat. *Sejahtera: Jurnal Inspirasi Mengabdi Untuk Negeri*, 2(1), 26-36.
- Lawalata, F. F., Cornelis, M., Hutubessy, V. I., Tuapattinaya, B. T. V., & Hukubun, R. D. (2022). Mitigasi Bencana Tsunami Bagi Siswa SD Negeri 1 Latuhalat. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(2), 201-206.
- Saidi, I. A., Azara, R., & Yanti, E. (2022). *Nutrisi dan Komponen Bioaktif pada Sayuran Daun*. Umsida Press, 1-140.
- Silalahi, M. (2020). Pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera* Lam) sebagai bahan obat tradisional dan bahan pangan. *Majalah Sainstekes*, 7(2).
- Siqhny, Z. D., Haslina, H., & Pratiwi, E. (2023). Sosialisasi Pasca Panen Daun Kelor Dan Pelatihan Teh Herbal Susu Daun Kelor Bagi Siswa Smk Ibu Kartini Kota Semarang. *Tematik*, 3(2), 40-45.
- Suprpto, S., & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)*, 1(2), 77-87.
- Winarno, F. G. (2018). *Tanaman Kelor (Moringa oleifera): Nilai Gizi, Manfaat, dan Potensi Usaha*. Gramedia Pustaka Utama.
- Yamin La Ode Muhammad, Rizal, & B.D Abdullah Igo. (2022). Inovasi Pengolahan Teh Dari Daun Kelor Sebagai Minuman Fungsional Untuk Meningkatkan Pendapatan Di Desa Ghonsume Kecamatan Duruka Kabupaten Muna. *Jurnal Online Program Studi Pendidikan Ekonomi*, 7(4), 102-114.
- Zubair, M. S., Musnina, W. O. S., Widodo, A., Zainal, A. P., Jamaluddin, J., & Yuyun, Y. (2024). Pelatihan Pembuatan Teh Herbal Daun Kelor Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Di Desa Tosale. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 99-104.