

## PEMBUATAN JAMU TRADISIONAL DAUN KELOR YANG DIMODIFIKASI DALAM BENTUK PUDDING DI DUSUN SILADAN, DESA TAMANBALI, BANGLI

Putu Sulistiawati Dewi<sup>1)</sup>, Daniel Manek<sup>2)</sup>, Luh Nik Pradnya Anggi<sup>3)</sup>, I Wayan  
Wisma Arandika<sup>4)</sup>

<sup>1,2,3,4)</sup>Universitas Mahasaraswati Denpasar

Email: [manekdaniel@unmas.ac.id](mailto:manekdaniel@unmas.ac.id)

### ABSTRAK

Indonesia mempunyai kekayaan alam yang melimpah dan beraneka ragam tanaman obat tumbuh di Indonesia. Kekayaan alam ini bermanfaat besar bagi kesehatan masyarakat. Beberapa penelitian membuktikan bahwa Indonesia sangat berpotensi sebagai tempat tumbuh dan berkembangnya bahan obat terhadap masyarakat. Salah satu tumbuhan yang dapat dimanfaatkan baik sebagai bahan makanan maupun obat-obatan ialah tanaman kelor (*Moringa oleifera* L.). Tanaman kelor termasuk ke dalam familia Moringaceae dan memiliki banyak sebutan seperti kelor, marangghi, moltong, kelo, kelo, kawano, dan ongge. Tanaman kelor mengandung lebih dari 90 jenis nutrisi berupa vitamin esensial, mineral, asam amino, antipenuaan, dan antiinflamasi. Tujuan pengabdian ini yaitu agar warga bisa mengubah hidupnya dapat gemar dan rutin akan mengkonsumsi minuman obat tradisional khususnya jamu untuk menambah zat gizi dan nutrisi serta menjaga kesehatan daya tahan tubuh. Metode pelaksanaan yang dilakukan melalui 4 tahapan yaitu : observasi, persiapan dan perancangan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil dari program kerja pengabdian masyarakat terkait dengan pembuatan jamu tradisional dalam bentuk pudding di Pondok Harmoni berjalan cukup baik, warga mengapresiasi kegiatan yang kami selenggarakan. Setelah dilakukannya kegiatan ini diharapkan masyarakat di wilayah pondok harmoni di Dusun Siladan mulai memanfaatkan hasil alam sehingga dapat dimanfaatkan sebagai produk yang menyehatkan.

**Kata kunci :** Penyuluhan, Pelatihan, Daun Kelor, Pudding.

### ANALISIS SITUASI

Kelor memiliki julukan sebagai tanaman ajaib, karena telah terbukti menjadi sumber nutrisi alami dengan khasiat penyembuhan melebihi apa yang biasanya dikandung tanaman. Kelor diketahui mengandung 90 nutrisi dan mengandung 539 senyawa yang dikenal dalam pengobatan tradisional Afrika dan India yang telah digunakan dalam pengobatan tradisional untuk pencegahan berbagai penyakit. Disetiap bagian tanaman kelor memiliki peran sebagai stimulan jantung, peredaran darah, antiepilepsi, antiinflamasi, anti maag, sifat diuretik., menurunkan tekanan darah, menurunkan kolesterol, antioksidan, antidiabetes, antibakteri dan antijamur (Rizkayanti, 2017).

Tumbuhan kelor merupakan salah satu tumbuhan nutraceutical yang dapat memberikan efek di dalam pengobatan. Olahan dari daun kelor ini dapat

dikembangkan di dalam industri makanan maupun industri farmasi (Oktaviani 2019, Silalahi, 2020). Tanaman kelor mengandung nilai gizi yang baik di dalam buah, biji, daun, bunga, kulit kayu, dan akar. Bagian daun dan bunga kelor mengandung sumber protein dan serat pangan yang baik (Simboolan dkk 2007). Antioksidan merupakan salah satu kandungan tanaman kelor yang paling berkhasiat, daun pada tanaman kelor adalah bagian yang mengandung antioksidan tinggi (Zuhra dkk 2008). Bunga kelor juga mengandung antioksidan yang aman untuk industri makanan dan dapat meningkatkan kesehatan. Biji kelor mengandung sejumlah vitamin A dan E, ketika diekstraksi akan menghasilkan minyak yang mengandung protein tinggi. Daun kelor kaya akan protein, mineral, beta-karoten, vitamin C, kalsium, dan kalium (Angelina, 2021). Oleh karena itu, sebagian besar masyarakat belum mengetahui manfaat daun kelor bagi kesehatan, terutama bagi bahan pengolahan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) bagi balita (Rahayu, 2018 ).

### **RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan dari hasil observasi yang dilakukan di Pondok Harmoni, kami menemukan sebagian besar disekitar wilayah Pondok harmoni ini masih asri dan banyak potensi bahan alam yang digunakan sebagai obat tradisional dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit. Namun, seiring dengan berjalannya waktu, masyarakat lebih menggunakan obat yang sudah beredar dipasaran daripada menggunakan potensi alam yang mereka miliki.

Disini permasalahan mitra yang dihadapi yaitu:

- 1) Kurangnya pemanfaatan bahan alam untuk menambah zat gizi dan nutrisi serta menjaga kesehatan daya tahan tubuh.
- 2) Gemar akan konsumsi minuman obat tradisional seperti jamu, masih dikatakan kurang bagi anak-anak hingga orang dewasa yang menggunakannya dalam menambah zat gizi dan nutrisi serta menjaga kesehatan daya tahan tubuh.

### **SOLUSI YANG DIBERIKAN**

Berdasarkan permasalahan yang terjadi maka solusi yang dapat diberikan kepada masyarakat adalah dengan pelaksanaan program pengabdian masyarakat dengan topik program kerja pembuatan jamu tradisional dari daun kelor yang dapat dimodifikasi dalam bentuk pudding di Dusun Siladan, Desa Tamanbali, Bangli. Yaitu;

- 1) Memberikan edukasi mengenai pemanfaatan bahan alam dalam menambah zat gizi dan nutrisi serta menjaga daya tahan tubuh.
- 2) Mengajak masyarakat dalam memanfaatkan potensi bahan alam, disini kami mengajak masyarakat untuk pelatihan dalam pembuatan jamu tradisional yang dimodifikasi dalam bentuk pudding sehingga pandangan akan jamu yang terkesan kuno dapat dimodifikasi menjadi salah satu makanan modern namun tetap mengutamakan khasiat didalamnya.

## **METODE PELAKSANAAN**

Dalam mengatasi permasalahan dan pemanfaatan bahan alam untuk pembuatan jamu tradisional maka pelaksanaan program pengabdian masyarakat dapat memberikan solusi dari permasalahan yang terjadi dan diharapkan dapat memberikan manfaat yang positif bagi warga di Pondok harmoni. Adapun metode yang digunakan dalam pelaksanaan program kerja yaitu :

1) Tahap observasi dan wawancara

Tahap ini merupakan tahapan pertama dalam menganalisa permasalahan yang ada di dalam masyarakat. Observasi yang dilakukan dengan cara terjun langsung ke Pondok Harmoni, Di Dusun Siladan pada tanggal 7 Juli 2023. Observasi awal dilakukan dengan mengamati lingkungan seputaran Pondok Harmoni yang masih terlihat asri.

2) Tahap Persiapan dan Perencanaan

Tahap persiapan diawali dengan perancangan kegiatan dan proposal di posko pengabdian. Persiapan selanjutnya adalah penyusunan formula dan pengumpulan alat dan bahan yang didapatkan. Tahapan selanjutnya adalah pada tanggal Sabtu, 15 Juli 2023 kami melakukan koordinasi dengan Bapak Kelian Dusun Siladan Dengan Pemilik Pondok Harmoni dalam melaksanakan kegiatan untuk penyuluhan kepada warga mengenai “Manfaat Jamu Daun Kelor kepada Warga Di wilayah Pondok Harmoni”

3) Tahap Pelaksanaan

Pada kegiatan tersebut di tanggal 16 Juli 2023 diisi dengan pemaparan materi mengenai “Manfaat Jamu Daun Kelor yang dapat di modifikasi dalam bentuk pudding”. Pada tanggal 4 Agustus 2023 diisi dengan pelatihan/praktek “Pembuatan jamu tradisional dari daun kelor yang dapat di modifikasi dalam bentuk pudding”. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan minat masyarakat khususnya ibu hamil, sedang menyusui, balita dan anak-anak sebagai keperluan nutrisi dan memiliki efek yang menyehatkan serta memperlancar produksi ASI.

4) Tahap Evaluasi

Pada tahap ini kami membahas hal-hal yang perlu kami evaluasi untuk dapat dijadikan motivasi menjadi lebih baik lagi kedepannya. Setelah kami memberikan pengabdian masyarakat ini, pemikiran masyarakat terkait dengan jamu sudah mulai menunjukkan perubahan. Hal ini ditandai dengan kemauan masyarakat untuk mencoba jamu yang telah kami buat. Masyarakat sangat antusias dalam mencicipi dan berencana untuk mencoba kembali membuat dirumah, setelah kami membagikan brosur cara pembuatannya. Kami sangat senang melihat antusias masyarakat yang disamping mencicipi jamu yang telah diberikan.

## HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Sebagai pembukaan dalam program kerja, kami melakukan penyuluhan terkait pentingnya meningkatkan minat masyarakat terhadap obat tradisional khususnya jamu dari berbagai kalangan usia sehingga masyarakat mampu memanfaatkan potensi alam untuk menjadikan obat/jamu sebagai penambah zat gizi dan nutrisi serta untuk menjaga daya tahan tubuh.



**Gambar 1.** Penyuluhan Kepada Masyarakat

Kegiatan ini berlangsung interaktif antara pembawa materi dan audien. Dimana beberapa audien saling berbagi mengenai pengalaman beliau terhadap penggunaan tanaman herbal. Kami sangat mengapresiasi kemauan mereka dalam berbagi pengalaman seputar penggunaan tanaman herbal. Walaupun masyarakat masih membuat olahan jamu dengan ciri khas yang sudah ada sebelumnya dan belum mengetahui jika pembuatan jamu dari tanaman herbal dapat diinovasikan dalam bentuk pudding.

Kegiatan ini berlangsung interaktif antara pembawa materi dan audien. Dimana beberapa audien saling berbagi mengenai pengalaman beliau terhadap penggunaan tanaman herbal. Kami sangat mengapresiasi kemauan mereka dalam berbagi pengalaman seputar penggunaan tanaman herbal. Walaupun masyarakat masih membuat olahan jamu dengan ciri khas yang sudah ada sebelumnya dan belum mengetahui jika pembuatan jamu dari tanaman herbal dapat diinovasikan dalam bentuk pudding.

Pada pelatihan pembuatan pudding jamu masyarakat sangat senang dalam menyaksikan pembuatannya dan masyarakat aktif juga *sharing* dalam diskusi terkait dengan pembuatan pudding jamu. Setelah masyarakat dapat mencoba pudding jamu yang telah dibuat ternyata masyarakat baru mengetahui bahwa jamu dapat dikreasikan menjadi olahan yang lebih modern tanpa mengesampingkan manfaatnya. Selain itu masyarakat juga sangat penasaran dengan cara pembuatan yang kami praktekan karena kami menggunakan alat-alat sederhana.



**Gambar 2.** Pembuatan Puding Kelor

Pada partisipasi masyarakat dalam hal tersebut dapat dibedakan menjadi 2 yaitu partisipasi horizontal dan partisipasi vertikal. Partisipasi horizontal dilakukan oleh sesama warga, antar sesama warga atau anggota perkumpulan. Sedangkan partisipasi vertikal dilakukan oleh bawahan dengan atasan, antara klien dengan patron, atau antara masyarakat sebagai suatu keseluruhan dengan pemerintah.



**Gambar 3.** Sosialisasi Puding Kelor

Berdasarkan pengabdian ini tergolong ke dalam partisipasi horizontal karena kami dari perkumpulan mahasiswa dengan warga di Pondok Harmoni, Dusun Siladan. Bentuk partisipasi masyarakat terdiri dari: pikiran (*psychological participation*), tenaga (*physical participation*), pikiran dan tenaga (*psychological dan physical participation*), keahlian (*participation with skill*), barang (*material participation*) dan uang (*money participation*). Bentuk partisipasi masyarakat pada pengabdian ini yaitu pikiran dan tenaga dikarenakan pada kegiatan ini masyarakat ikut terlibat pada sesi diskusi yang ditandai dengan keaktifan audien dalam menyampaikan pengalaman serta kemauan dalam memperhatikan materi yang diberikan. Selain itu audien juga aktif berdiskusi saat pembuatan olahan jamu yang dimana masyarakat menanyakan penambahan ke olahan jamu yang akan dibuat. Dari semua undangan yang telah disebar,  $\pm 90\%$  dari total undangan yang telah disebar berkenan untuk hadir dalam

acara kami. Hal ini menandakan antusiasme warga dalam menghadiri acara yang kami selenggarakan.

## SIMPULAN

Berdasarkan rumusan masalah maka dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Inovasi olahan jamu tradisional dalam bentuk pudding di Pondok Harmoni telah terlaksana dengan baik yang ditunjukkan dengan partisipasi warga pada saat kegiatan berlangsung. Selain itu banyak warga di Pondok Harmoni yang baru mengetahui manfaat dari bahan alam sebagai obat tradisional dalam bentuk jamu dapat dikreasikan sedemikian rupa tanpa mengurangi manfaat dari obat tradisional itu sendiri.
- 2) Dari penyuluhan yang telah diberikan warga bisa mengubah hidupnya dapat gemar dan rutin akan mengkonsumsi minuman obat tradisional khususnya jamu untuk menambah zat gizi dan nutrisi serta menjaga kesehatan daya tahan tubuh.

## SARAN

Pelaksanaan program kerja Pembuatan Pudding Jamu Daun kelor telah terlaksana dengan baik serta memenuhi target capaian yang di inginkan oleh tim pelaksana. Untuk pelaksanaan program pengabdian masyarakat yang selanjutnya di lokasi yang sama kami menyarankan untuk memperkenalkan jenis-jenis jamu yang lain beserta inovasi yang lebih menarik sehingga dapat menambah kebaruaran program kerja yang akan dilaksanakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Angelina, C., Swasti, Y. R., & Pranata, F. S. (2021). Peningkatan nilai gizi produk pangan dengan penambahan bubuk daun kelor (*Moringa oleifera*). *Jurnal Agroteknologi*, 15(01), 79-93.
- Oktaviani, D. J., Widiyastuti, S., Maharani, D. A., Amalia, A. N., Ishak, A. M., & Zuhrotun, A. (2019). Review: Bahan Alami Penyembuh Luka. *Farmasetika.com*, 4(3), 44.
- Putra, I. W. D. P., Dharmayudha, A. A. G. O., & Sudimartini, L. M. (2016). Identifikasi senyawa kimia ekstrak etanol daun kelor (*Moringa oleifera* L) di Bali. *Indonesia Medicus Veterinus*, 5(5), 464-473.
- Rahayu, T. B., & Nurindahsari, Y. A. W. (2018). Peningkatan status gizi balita melalui pemberian daun kelor (*Moringa oleifera*). *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(2), 87-91
- Rizkayanti, R., Diah, A. W. M., & Jura, M. R. (2017). Uji aktivitas antioksidan ekstrak air dan ekstrak etanol daun kelor (*Moringa oleifera* LAM). *Jurnal Akademika Kimia*, 6(2), 125-131.
- Silalahi, M. (2020). Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa oleifera* Lam) sebagai Bahan Obat Tradisional dan Bahan Pangan. *Majalah Sainstekes*, 7(2), 107–116. <https://doi.org/10.33476/ms.v7i2.1703>
- Simbolan JM, M Simbolan, N Katharina. (2007). Cegah Malnutrisi dengan Kelor. Yogyakarta: Kanisius.

Zuhra CF., Taringan J., Sihotang H. (2008). Aktivitas antioksidan senyawa flavonoid dari Daun Katuk. *Jurnal Biologi Sumatera*, 3(1), 7-10.