

2045

Indonesia Emas untuk Generasi Emas





Peran Kelor

dalam

Menyongsong Indonesia Emas 2045

Penulis :

**Aki Pangebon Kelor
Kampoeng Kelor Adi Soemarmo**



Pengantar

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Salam sejahtera bagi kita semua.

Puji syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga karya tulis ini dapat diselesaikan. Karya tulis ini disusun sebagai bentuk kontribusi pemikiran dalam upaya mewujudkan Indonesia Emas 2045, khususnya melalui pemanfaatan potensi tanaman Kelor.

Kelor (*Moringa oleifera*) adalah tanaman yang memiliki potensi luar biasa, baik dari segi gizi, ekonomi, maupun lingkungan. Kandungan nutrisi yang lengkap dan manfaatnya yang beragam bagi kesehatan menjadikan Kelor sebagai sumber pangan yang sangat berharga. Selain itu, pengembangan industri Kelor dapat menciptakan lapangan kerja dan meningkatkan perekonomian masyarakat.

Karya tulis ini membahas secara komprehensif mengenai potensi Kelor dalam mendukung terwujudnya Indonesia Emas 2045, serta strategi yang perlu dilakukan untuk memaksimalkan pemanfaatannya. Diharapkan karya tulis ini dapat menjadi masukan yang bermanfaat bagi Bapak Presiden dan para pemangku kepentingan lainnya dalam merumuskan kebijakan dan program pengembangan Kelor di Indonesia.

Akhir kata, semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi kemajuan bangsa Indonesia.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Hormat saya,

Aki Pangebon Kelor



Daftar Isi

Pengantar	2
Daftar Isi	3
Bab 1: Pendahuluan	
• 1.1 Latar Belakang	4
• 1.2 Rumusan Masalah	4
• 1.3 Tujuan Penulisan	4
Bab 2: Potensi Kelor untuk Indonesia Emas 2045	
• 2.1 Kandungan Nutrisi dan Manfaat Kelor	5
• 2.2 Potensi Kelor di Berbagai Sektor	6
Bab 3: Strategi Pengembangan Kelor Menuju Indonesia Emas 2045	
• 3.1 Pengembangan Budidaya Kelor yang Berkelanjutan	8
• 3.2 Peningkatan Nilai Tambah Produk Kelor	8
• 3.3 Penguatan Riset dan Inovasi Kelor	9
• 3.4 Peningkatan Promosi dan Pemasaran Produk Kelor	9
• 3.5 Penguatan Regulasi dan Kebijakan Terkait Kelor	10
• 3.6 Peran Pemerintah, Swasta, dan Masyarakat	10
Bab 4: Ancaman bagi Indonesia Emas 2045 dan Peran Kelor dalam Mengatasinya	
• 4.1 Ancaman-ancaman terhadap Indonesia Emas 2045	11
• 4.2 Peran Kelor dalam Mengatasi Ancaman	12
Bab 5: Penutup	
• 5.1 Kesimpulan	14
• 5.2 Saran	14
Daftar Pustaka	15



Bab 1

Pendahuluan

1.1 Latar Belakang

Indonesia Emas 2045 merupakan cita-cita luhur bangsa Indonesia untuk menjadi negara yang maju, adil, makmur, dan berdaulat. Untuk mencapai cita-cita tersebut, dibutuhkan upaya maksimal di segala bidang, termasuk di bidang pangan dan gizi.

Kelor (*Moringa oleifera*) adalah tanaman yang memiliki potensi besar untuk mendukung terwujudnya Indonesia Emas 2045. Tanaman ini mengandung beragam nutrisi penting yang dibutuhkan tubuh, seperti protein, vitamin, mineral, dan antioksidan. Kelor juga memiliki banyak manfaat untuk kesehatan, seperti meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah stunting, dan mengatasi masalah gizi buruk.

Selain itu, Kelor juga memiliki potensi ekonomi yang besar. Kelor dapat diolah menjadi berbagai produk pangan dan non-pangan yang memiliki nilai jual tinggi. Pengembangan industri Kelor dapat menciptakan lapangan kerja dan meningkatkan pendapatan masyarakat.

Oleh karena itu, pemanfaatan Kelor secara optimal diyakini dapat mendorong tercapainya Indonesia Emas 2045.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam karya tulis ini adalah:

- Bagaimana potensi Kelor dalam mendukung terwujudnya Indonesia Emas 2045?
- Strategi apa yang perlu dilakukan untuk memaksimalkan pemanfaatan Kelor di Indonesia?

1.3 Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan karya tulis ini adalah:

- Mengetahui potensi Kelor dalam mendukung terwujudnya Indonesia Emas 2045.
- Memberikan rekomendasi strategi yang perlu dilakukan untuk memaksimalkan pemanfaatan Kelor di Indonesia.



Bab 2

Potensi Kelor untuk Indonesia Emas 2045

2.1 Kandungan Nutrisi dan Manfaat Kelor

Kelor (*Moringa oleifera*) dikenal sebagai "*The Miracle Tree*" atau "Pohon Ajaib" karena memiliki segudang manfaat bagi kesehatan. Hal ini tidak lepas dari kandungan nutrisinya yang sangat lengkap. Berikut adalah beberapa kandungan nutrisi penting yang terdapat dalam Kelor:

- **Protein:** Kelor merupakan sumber protein nabati yang baik, bahkan lebih tinggi daripada susu dan telur. Protein penting untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh, serta memperbaiki sel-sel yang rusak.
 - Kelor mengandung 18 asam amino, termasuk 8 (+1) asam amino esensial yang tidak dapat diproduksi oleh tubuh dan harus didapatkan dari makanan.
 - Asam amino esensial dalam Kelor antara lain: isoleusin, leusin, lisin, metionin, fenilalanin, treonin, triptofan, valin, dan **histidin**.
- **Vitamin:** Kelor kaya akan vitamin A, vitamin C, dan vitamin E yang berperan sebagai antioksidan untuk melindungi tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas. Kelor juga mengandung vitamin B kompleks yang penting untuk metabolisme energi dan fungsi saraf.
- **Mineral:** Kelor mengandung berbagai mineral penting seperti kalsium, zat besi, kalium, dan magnesium. Kalsium penting untuk kesehatan tulang dan gigi, zat besi untuk mencegah anemia, kalium untuk mengatur tekanan darah, dan magnesium untuk fungsi otot dan saraf.
- **Antioksidan:** Kelor kaya akan antioksidan seperti flavonoid, polifenol, dan asam askorbat yang berperan dalam melindungi tubuh dari berbagai penyakit kronis seperti kanker, penyakit jantung, dan diabetes.

Berkat kandungan nutrisinya yang lengkap, Kelor memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, di antaranya:

- **Meningkatkan daya tahan tubuh:** Antioksidan dalam Kelor membantu melindungi tubuh dari serangan virus, bakteri, dan kuman penyebab penyakit.
- **Mencegah stunting:** Kandungan protein, vitamin A, dan zat besi dalam Kelor sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga dapat membantu mencegah stunting.



- **Menjaga kesehatan jantung:** Kalium dalam Kelor membantu mengontrol tekanan darah dan menjaga kesehatan jantung.
- **Mengontrol gula darah:** Senyawa dalam Kelor dapat meningkatkan sensitivitas insulin dan mengontrol kadar gula darah, sehingga baik untuk penderita diabetes.
- **Menyehatkan mata:** Vitamin A dalam Kelor berperan penting dalam menjaga kesehatan mata dan mencegah gangguan penglihatan.
- **Meningkatkan produksi ASI:** Kelor terbukti dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

2.2 Potensi Kelor di Berbagai Sektor

Selain manfaatnya bagi kesehatan, Kelor juga memiliki potensi besar di berbagai sektor yang dapat mendukung terwujudnya Indonesia Emas 2045.

- **Sektor Pangan**

Produk Olahan	Deskripsi
Tepung Kelor	Dapat digunakan sebagai bahan baku pembuatan roti, kue, mie, dan berbagai makanan olahan lainnya. Tepung Kelor dapat meningkatkan nilai gizi produk pangan tersebut.
Daun Kelor Kering	Dapat diseduh sebagai teh atau ditambahkan ke dalam masakan sebagai bumbu penyedap.
Biji Kelor	Dapat diolah menjadi camilan sehat atau diekstrak minyaknya untuk keperluan konsumsi dan industri.
Produk Olahan Lainnya	Kelor juga dapat diolah menjadi berbagai produk inovatif lainnya, seperti mie Kelor, kue Kelor, es krim Kelor, dan sebagainya.

- **Sektor Ekonomi**

Pengembangan industri Kelor dapat menciptakan lapangan kerja dan meningkatkan pendapatan masyarakat, baik melalui budidaya, pengolahan, maupun pemasaran produk Kelor.

Potensi Ekonomi	Deskripsi
Penciptaan Lapangan Kerja	Budidaya, pengolahan, dan pemasaran Kelor membutuhkan banyak tenaga kerja, sehingga dapat membuka lapangan kerja baru.
Peningkatan Pendapatan	Kelor dapat meningkatkan pendapatan petani, pelaku usaha, dan masyarakat secara umum.
Pengembangan Industri	Kelor dapat menjadi bahan baku berbagai industri, seperti pangan, farmasi, dan kosmetik.
Peningkatan Ekspor	Produk olahan Kelor memiliki potensi ekspor yang besar, sehingga dapat meningkatkan devisa negara.



- **Sektor Lingkungan**

Kelor merupakan tanaman yang ramah lingkungan dan dapat dimanfaatkan untuk:

Manfaat Lingkungan	Deskripsi
Reboisasi dan Penghijauan	Kelor dapat tumbuh dengan cepat dan tahan terhadap kondisi kering, sehingga cocok untuk program reboisasi dan penghijauan lahan kritis.
Peningkatan Kesuburan Tanah	Daun Kelor yang jatuh dan membusuk dapat menjadi pupuk organik yang meningkatkan kesuburan tanah.
Penjernihan Air	Biji Kelor dapat digunakan sebagai koagulan alami untuk menjernihkan air.

- **Sektor Kesehatan**

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, Kelor memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, sehingga dapat dimanfaatkan untuk:

Manfaat Kesehatan	Deskripsi
Mencegah dan mengatasi stunting	Program pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis Kelor dapat diberikan kepada anak-anak dan ibu hamil untuk mencegah dan mengatasi stunting.
Meningkatkan daya tahan tubuh	Konsumsi Kelor secara teratur dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh dan mencegah berbagai penyakit.
Mengatasi masalah gizi buruk	Kelor dapat dijadikan sumber pangan alternatif yang bergizi untuk mengatasi masalah gizi buruk, terutama di daerah yang rawan pangan.



Bab 3

Strategi Pengembangan Kelor Menuju Indonesia Emas 2045

Untuk memaksimalkan potensi Kelor dalam mendukung terwujudnya Indonesia Emas 2045, diperlukan strategi pengembangan yang komprehensif dan terpadu. Berikut adalah beberapa strategi yang dapat dilakukan:

3.1 Pengembangan Budidaya Kelor yang Berkelanjutan

Pengembangan budidaya Kelor yang berkelanjutan menjadi kunci utama dalam memastikan ketersediaan bahan baku yang berkualitas. Beberapa langkah yang perlu dilakukan antara lain:

- **Penyediaan bibit unggul:** Bibit unggul memiliki produktivitas tinggi, kualitas nutrisi yang baik, dan tahan terhadap hama dan penyakit. Program pemuliaan tanaman dan sertifikasi bibit perlu digalakkan.
- **Pendampingan petani:** Petani Kelor perlu dibekali pengetahuan dan keterampilan dalam budidaya Kelor yang baik, termasuk teknik penanaman, pemupukan, pengendalian hama dan penyakit, serta teknik panen dan pascapanen. Penyuluhan, pelatihan, dan demonstrasi plot dapat menjadi metode yang efektif.
- **Pemanfaatan teknologi budidaya modern:** Penerapan teknologi modern seperti irigasi tetes, penggunaan pupuk organik, dan pengendalian hama dan penyakit terpadu dapat meningkatkan efisiensi dan produktivitas budidaya Kelor.
- **Pengembangan kawasan budidaya Kelor:** Pengembangan kawasan budidaya Kelor terpadu yang dilengkapi dengan fasilitas pengolahan dan pemasaran dapat meningkatkan skala produksi dan menjamin pasar bagi petani.

3.2 Peningkatan Nilai Tambah Produk Kelor

Nilai jual dan daya saing produk Kelor dapat ditingkatkan melalui inovasi dan teknologi pengolahan.

- **Inovasi produk:** Pengembangan produk olahan Kelor yang inovatif dan beragam, seperti makanan dan minuman fungsional, kosmetik, dan obat-obatan herbal, akan meningkatkan nilai jual Kelor.
- **Pengembangan teknologi pengolahan modern:** Penerapan teknologi pengolahan modern, seperti pengeringan, pengemasan, dan penyimpanan yang baik, dapat menjaga kualitas dan daya simpan produk Kelor.



- **Pengembangan kemasan yang menarik:** Kemasan yang menarik, informatif, dan sesuai standar dapat meningkatkan daya tarik konsumen.
- **Sertifikasi dan standarisasi produk:** Sertifikasi dan standarisasi produk Kelor menjamin kualitas dan keamanan produk, sehingga meningkatkan kepercayaan konsumen dan membuka peluang ekspor.

3.3 Penguatan Riset dan Inovasi Kelor

Riset dan inovasi merupakan fondasi untuk pengembangan Kelor yang berkelanjutan.

- **Mendorong penelitian lebih lanjut tentang manfaat Kelor:** Meskipun sudah banyak penelitian tentang Kelor, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui manfaat Kelor secara mendalam, terutama dalam bidang kesehatan, pangan, dan industri.
- **Mengembangkan inovasi produk Kelor:** Inovasi diperlukan untuk menghasilkan produk-produk Kelor yang bervariasi, berkualitas, dan bernilai tambah tinggi.
- **Menerapkan teknologi modern dalam pengolahan Kelor:** Pemanfaatan teknologi modern dapat meningkatkan efisiensi dan kualitas pengolahan Kelor.
- **Membangun database informasi Kelor:** Database informasi Kelor yang lengkap dan mudah diakses akan memudahkan penyebaran informasi dan mendukung riset dan inovasi.

3.4 Peningkatan Promosi dan Pemasaran Produk Kelor

Promosi dan pemasaran yang efektif sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan manfaat Kelor dan mendorong konsumsi produk Kelor.

- **Mengedukasi masyarakat tentang manfaat Kelor:** Sosialisasi dan edukasi mengenai manfaat Kelor perlu dilakukan melalui berbagai media, seperti media sosial, media massa, dan penyuluhan.
- **Membangun brand dan citra positif Kelor:** Kelor perlu dipromosikan sebagai "superfood" Indonesia yang memiliki segudang manfaat.
- **Memfasilitasi pemasaran produk Kelor:** Pameran, festival Kelor, dan kerja sama dengan retailer dapat meningkatkan pemasaran produk Kelor.
- **Memanfaatkan platform digital untuk promosi dan pemasaran:** Media sosial dan e-commerce merupakan platform yang efektif untuk menjangkau pasar yang lebih luas.



3.5 Penguatan Regulasi dan Kebijakan Terkait Kelor

Dukungan pemerintah dalam bentuk regulasi dan kebijakan sangat penting untuk pengembangan industri Kelor.

- **Menetapkan Kelor sebagai komoditas unggulan nasional:** Hal ini akan mendorong pemerintah untuk lebih fokus dalam pengembangan Kelor.
- **Memberikan insentif bagi petani dan pelaku usaha Kelor:** Insentif dapat berupa bantuan modal, teknologi, pelatihan, dan kemudahan akses pasar.
- **Memudahkan perizinan usaha Kelor:** Proses perizinan usaha Kelor perlu dipermudah untuk mendorong investasi di sektor ini.
- **Mendorong kemitraan antara petani, pelaku usaha, dan pemerintah:** Kemitraan yang harmonis antar pemangku kepentingan akan menciptakan ekosistem industri Kelor yang kondusif.

3.6 Peran Pemerintah, Swasta, dan Masyarakat

Pengembangan Kelor membutuhkan kolaborasi dan sinergi dari berbagai pihak.

- **Pemerintah:** Berperan dalam menyusun regulasi, menyediakan infrastruktur, memberikan pendampingan, dan memfasilitasi pemasaran.
- **Swasta:** Berperan dalam investasi, pengembangan teknologi, pengolahan, pemasaran, dan penciptaan lapangan kerja.
- **Masyarakat:** Berperan dalam budidaya, menjaga kelestarian lingkungan, dan meningkatkan konsumsi Kelor.



Bab 4

Ancaman bagi Indonesia Emas 2045 dan Peran Kelor dalam Mengatasinya

4.1 Ancaman-ancaman terhadap Indonesia Emas 2045

Meskipun Indonesia memiliki potensi besar untuk menjadi negara maju di tahun 2045, ada beberapa ancaman yang dapat menghambat tercapainya cita-cita tersebut. Ancaman-ancaman ini perlu diatasi dengan serius agar Indonesia dapat mencapai Indonesia Emas 2045.

- **Stunting:**

- Berdasarkan data Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi stunting di Indonesia masih sebesar 21,5%. Artinya, satu dari lima anak balita di Indonesia mengalami stunting.
- Angka ini masih jauh dari target Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) di bawah 20%.
- Stunting dapat menghambat pertumbuhan fisik dan kognitif anak, yang pada akhirnya akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia Indonesia di masa depan.

- **Kemiskinan dan Ketahanan Pangan:**

- Data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023 menunjukkan bahwa persentase penduduk miskin di Indonesia masih sebesar 9,57%.
- Meskipun angka ini menunjukkan penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, namun masih terdapat jutaan penduduk Indonesia yang hidup di bawah garis kemiskinan.
- Kemiskinan berdampak pada akses terhadap pangan bergizi, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi status gizi dan kesehatan masyarakat.
- Selain itu, Indonesia masih dihadapkan pada tantangan ketahanan pangan, terutama dalam menjaga stabilitas pasokan dan harga pangan.

- **Degradasi Lingkungan:**

- Data Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan (KLHK) tahun 2022 menunjukkan bahwa luas hutan Indonesia yang mengalami deforestasi sebesar 115.459,7 hektare.
- Deforestasi dan kerusakan lingkungan lainnya dapat mengancam kelestarian lingkungan dan kesehatan masyarakat.
- Pencemaran udara, air, dan tanah juga menjadi masalah serius yang perlu diatasi.



- **Ketergantungan pada Impor Pangan:**

- Indonesia masih mengimpor beberapa komoditas pangan penting, seperti gandum, kedelai, dan gula.
- Data BPS tahun 2023 menunjukkan bahwa nilai impor pangan Indonesia mencapai 18,47 miliar dolar AS.
- Ketergantungan pada impor pangan membuat Indonesia rentan terhadap fluktuasi harga pangan dunia dan gangguan pasokan.

4.2 Peran Kelor dalam Mengatasi Ancaman

Kelor bukan hanya tanaman biasa. Ia bagaikan pahlawan kecil yang siap membantu Indonesia menghadapi berbagai tantangan menuju tahun 2045. Berikut penjelasan lebih lanjut mengenai peran Kelor dalam mengatasi ancaman-ancaman tersebut:

- **Mengatasi Stunting:**

- Kandungan gizi Kelor yang lengkap, terutama protein, vitamin A, zat besi, dan kalsium, sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan mengonsumsi Kelor secara teratur, kekurangan gizi yang menjadi penyebab utama stunting dapat dicegah.
- Kelor dapat diolah menjadi berbagai jenis makanan pendamping ASI (MPASI) yang lezat dan bergizi, sehingga anak-anak tidak bosan dan mendapatkan nutrisi yang cukup.
- Program pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis Kelor dapat diintegrasikan dengan program pemerintah lainnya, seperti Posyandu dan program pemberantasan kemiskinan, untuk menjangkau lebih banyak anak yang membutuhkan.

- **Meningkatkan Ketahanan Pangan:**

- Kelor mudah dibudidayakan di berbagai kondisi lahan, bahkan di lahan yang kering dan kurang subur. Ini membuat Kelor menjadi sumber pangan alternatif yang ideal, terutama di daerah rawan pangan.
- Kelor dapat diolah menjadi berbagai produk pangan, seperti tepung, mie, kue, dan sebagainya, sehingga dapat meningkatkan keanekaragaman pangan dan mengurangi ketergantungan pada beras.
- Budidaya Kelor secara masal dapat meningkatkan produksi pangan nasional dan menjaga stabilitas harga pangan.



- **Melestarikan Lingkungan:**
 - Kelor dapat ditanam di lahan-lahan kritis untuk mencegah erosi dan meningkatkan kesuburan tanah.
 - Kelor juga dapat menyerap karbon dioksida dari udara, sehingga berperan dalam mengurangi dampak perubahan iklim.
 - Pemanfaatan Kelor sebagai bahan baku industri dapat mengurangi penggunaan bahan baku non-ramah lingkungan.
- **Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat:**
 - Budidaya dan pengolahan Kelor dapat menciptakan lapangan kerja baru bagi masyarakat, terutama di pedesaan.
 - Peningkatan produksi dan pemasaran Kelor dapat meningkatkan pendapatan petani dan pelaku usaha.
 - Kelor dapat menjadi sumber pangan yang murah dan bergizi bagi masyarakat, sehingga dapat meningkatkan status gizi dan kesehatan masyarakat.

Dengan memanfaatkan Kelor secara optimal, Indonesia dapat melangkah lebih mantap menuju Indonesia Emas 2045. Kelor bukan hanya sekedar tanaman, tetapi juga simbol harapan untuk masa depan Indonesia yang lebih baik.



Bab 5

Penutup

5.1 Kesimpulan

Kelor memiliki potensi yang sangat besar untuk mendukung terwujudnya Indonesia Emas 2045. Kandungan nutrisi yang lengkap dan manfaatnya yang beragam bagi kesehatan, pangan, ekonomi, dan lingkungan menjadikan Kelor sebagai komoditas unggulan yang perlu dikembangkan secara optimal.

Beberapa strategi yang dapat dilakukan untuk memaksimalkan potensi Kelor adalah pengembangan budidaya yang berkelanjutan, peningkatan nilai tambah produk Kelor, penguatan riset dan inovasi, peningkatan promosi dan pemasaran, serta penguatan regulasi dan kebijakan terkait Kelor. Peran aktif dari pemerintah, swasta, dan masyarakat sangat dibutuhkan dalam pengembangan Kelor.

Kelor juga dapat menjadi solusi untuk mengatasi berbagai ancaman terhadap Indonesia Emas 2045, seperti stunting, kemiskinan, degradasi lingkungan, dan ketergantungan pada impor pangan.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat diberikan kepada pemerintah, yaitu:

- Menetapkan Kelor sebagai komoditas unggulan nasional dan menyusun program pengembangan Kelor secara terpadu dan berkelanjutan.
- Mendorong riset dan inovasi Kelor untuk menemukan varietas unggul, mengembangkan produk olahan yang bervariasi dan bernilai tambah tinggi, serta meningkatkan pemanfaatan Kelor di berbagai sektor.
- Memberikan dukungan kepada petani dan pelaku usaha Kelor dalam bentuk bantuan modal, teknologi, pelatihan, dan akses pasar.
- Meningkatkan promosi dan pemasaran produk Kelor baik di dalam negeri maupun di pasar internasional.
- Mengedukasi masyarakat tentang manfaat dan cara pengolahan Kelor agar konsumsi Kelor di masyarakat meningkat.



Daftar Pustaka

1. Anwar, F., Latif, S., Ashraf, M., & Gilani, AH. (2007). Moringa oleifera: a food plant with multiple medicinal uses. *Phytotherapy Research*, 21(1), 17-25.
2. Ashutosh Pareek, dkk (2023). Moringa oleifera: An Updated Comprehensive Review of Its Pharmacological Activities, Ethnomedicinal, Phytopharmaceutical Formulation, Clinical, Phytochemical, and Toxicological Aspects. *Internasional Journal of Molecular Sciences*.
3. BPS. (2023). *Statistik Indonesia*. Badan Pusat Statistik.
4. Fahey, J. W. (2005). Moringa oleifera: A Review of the Medical Evidence for Its Nutritional, Therapeutic, and Prophylactic Properties. Part 1. *Trees for Life Journal*, 1(5).
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*.
6. Krisnadi, AD (2015). *Kelor Super Nutrisi*, Pusat Informasi dan Pengembangan Tanaman Kelor Indonesia, Blora. Google Scholar.
7. Mbikay, M. (2012). Therapeutic Potential of Moringa oleifera Leaves in Chronic Hyperglycemia and Dyslipidemia: A Review. *Frontiers in Pharmacology*, 3, 24.
8. Palada, M. C., & Chang, L. C. (2003). Suggested Cultural Practices for Moringa oleifera Lam. *International Cooperators' Guide*.
9. Price, M. L. (2007). *The Moringa Tree*. ECHO Technical Note.