



**PENYULUHAN DAN PEMBUATAN JAMU TRADISIONAL
PADA ANGGOTA PKK DESA KEMIREN BANYUWANGI**

Azmi Prasasti*, Sari Prayudeni, Stephanie Devi Artemisia, Titis Sriyanti, Avil Faisally, Fira Rizkia Sundari, Anggie Andina Ritansa, Ima Fitria Lestari

Program Studi D3 Farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

*email corresponding: azmiprasasti@stikesbanyuwangi.ac.id

Received : 12-12-2022 Revised : 09-01-2023 Accepted : 16-01-2023

DOI: 10.36858/js.v1i1.427

Keywords: Herbs, Natural Ingredients, Kemiren Village

ABSTRACT Utilization of natural materials into a herbal product is the goal of community service carried out by the Stikes Banyuwangi D3 Pharmacy team. The herbs made are beras kencur, kunyit asam, galian singset, and kunci sirih. Herbal medicine is very closely related to improving public health, especially for rural communities. Turmeric, ginger, galangal, bangle rhizome, piper betle leaf, jati belanda leaf and tamarind are natural ingredients that are made in the manufacture of herbal medicine. These natural materials are obtained from the area around Kemiren Village. The implementation time will take place on June 17, 2022 in Kemiren Village, Banyuwangi. The target of the activities women sociality in PKK Kemiren Village.

PENDAHULUAN

Desa Kemiren merupakan desa yang terdapat di daerah Kabupaten Banyuwangi. Luas desa ini 117.052 m dengan mayoritas pekerjaan penduduk sebagai petani. Komoditas utama hasil pertaniannya adalah padi, kopi dan rempah-rempah. Pengabdian masyarakat bertujuan untuk memanfaatkan hasil rempah yang terdapat di daerah Desa Kemiren. Rempah hasil pertanian masyarakat tersebut dimanfaatkan sebagai produk jamu. Jamu seringkali dikonsumsi untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Jamu yang dikenal di masyarakat diantaranya adalah kunyit asam, kunci suruh, beras kencur dan berbagai jamu lainnya.

Kunyit asam merupakan jamu yang dibuat dari buah asam (*Tamarindus indica*) dan rimpang kunyit (*Curcuma zanthorrhiza*). Kurkumin senyawa aktif yang terdapat di kunyit yang bermanfaat sebagai antioksidan, antiinflamasi dan antikanker. Kurkumin dapat menurunkan lemak tubuh melalui peningkatan oksidasi dan menurunkan esterifikasi asam lemak (Fatmawati dkk, 2020). Curcumenol mempunyai manfaat sebagai analgesik pada minuman kunyit. (Prasad, et al., 2017). Antosianin pada buah asam berfungsi sebagai analgesik atau antinyeri. (Mulyani dkk, 2014)

Jenis jamu tradisional yang lain adalah kunci sirih. Jamu ini terdiri dari bahan temu kunci (*Boesenbergia pandurata*) dan sirih (*Piper betle*). Kunci sirih bermanfaat sebagai pengobatan keputihan di area organewanitaan, memperlancar ASI dan mengurangi kadar gula dalam darah. Temu kunci dan sirih merupakan dua bahan yang mempunyai antioksidan dan senyawa bioaktif antidiabetes, seperti flavonoid, tanin, alkaloid dan tanin (Della dkk, 2018)

Beras kencur merupakan jamu yang terdiri atas bahan kencur (*Kaempferia galanga*) dan Beras (*Oryzha sativa*). Senyawa aktif pada kencur dapat digunakan sebagai antioksidan (Lim, 2016). Pengontrolan berat badan dan antidiabetes menjadikan jamu beras kencur banyak digunakan oleh masyarakat, terutama ibu-ibu rumah tangga dan remaja putri (Latifah, 2014).

Jamu galian singset salah satu jamu yang digunakan untuk menjaga berat badan agar ideal. Sampai saat ini jamu tersebut digunakan di kalangan Keraton Surakarta (Rini dkk, 2014). Galian singdet diduga dapat menjaga berat badan karena terbuat dari bahan salah satunya adalah daun jati belanda, bangle, biji pinang. Daun jati belanda berperan sebagai antiobesitas melalui inhibisi

enzim lipase karena mengandung flavonoid dan steroid dan tanin (Hidayat dkk, 2014). Galian singset mempunyai manfaat untuk menyehatkan sekaligus mempertahankan berat badan (Marta dkk, 2016).

Pengabdian kepada masyarakat ini mengacu pada sasaran ibu-ibu anggota PKK Desa Kemiren, Banyuwangi. Peran serta mereka dalam membuat jamu tradisional diharapkan mampu meningkatkan keterampilan sasaran dalam membuat jamu.

METODE

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Kemiren, Kecamatan Glagah Kabupaten Banyuwangi dengan sasaran pengabdian adalah anggota PKK setempat. Pemilihan tempat ini karena di desa Kemiren terdapat tanaman rempah yang menjadi bahan baku pembuatan jamu tradisional. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat terdiri dari penyuluhan dan pelatihan. Penyuluhan berupa terkait khasiat jamu. Pelatihan berupa pendampingan pembuatan jamu. Penyuluhan dilakukan dengan tujuan memberikan informasi dan pengetahuan tentang manfaat tanaman rempah. Setelah penyuluhan manfaat tanaman rempah, dilakukan pelatihan pembuatan jamu. Adapun jenis jamu yang dipraktikkan adalah jamu beras kencur, kunyit asam, kunci sirih dan galian singset. Bimbingan dan praktek langsung tentang cara pembuatan jamu tradisional asli Indonesia di lingkungan masyarakat Desa Kemiren di Kabupaten Banyuwangi.

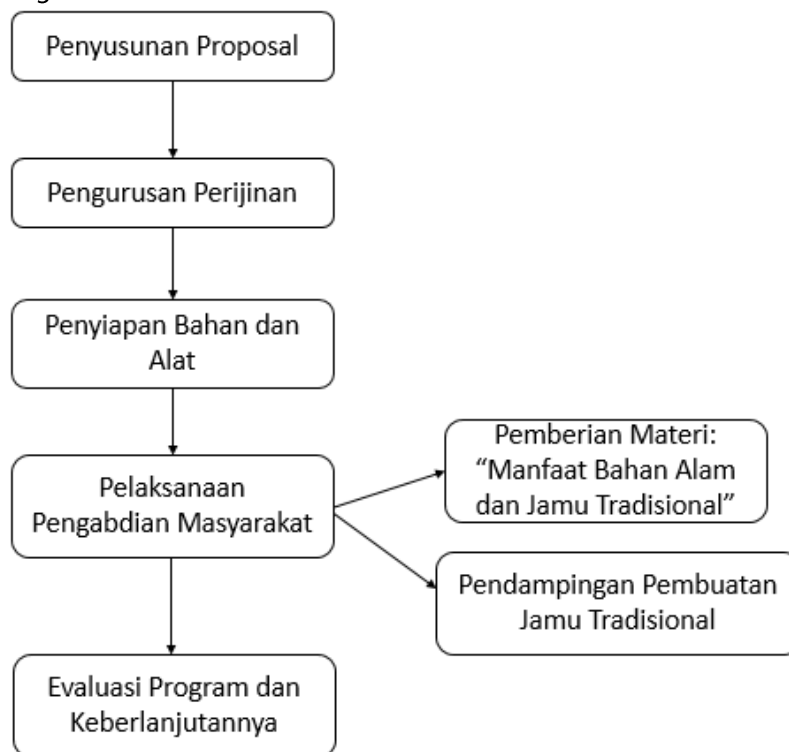


Diagram Alur Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Anggota PKK Kemiren, Banyuwangi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan luaran yang diperoleh selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini antara lain:

1. Penyuluhan Cara Pemanfaatan tanaman rempah menjadi jamu tradisional

Rempah yang dimanfaatkan sebagai jamu, akan dimasukkan kedalam materi pembuatan leaflet yang berisi, prosedur pembuatan jamu beserta manfaatnya. Setelah leaflet dibagikan, selanjutnya dilakukan pemaparan materi prosedur kerja pembuatan jamu oleh tim dosen pengabdian masyarakat.

Penyuluhan cara pemanfaatan tanaman rempah menjadi jamu dilakukan dengan membagikan leaflet yang berisi alat dan bahan, cara pembuatan, serta manfaat jamu. Setelah dilakukan pembagian leaflet, dilanjutkan pemaparan materi cara pembuatan jamu tradisional oleh tim pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Rempah

2. Pelatihan Pembuatan Jamu Tradisional

Pelatihan pembuatan jamu tradisional diawali dengan pembagian kelompok pada group anggota PKK menjadi 4 bagian kelompok yang masing-masing membuat jamu beras kencur, kunyit asam, kunci sirih dan galian singset. Arahan dan bimbingan akan di berikan oleh satu dosen sebagai penilai keterampilan mitra pada masing-masing kelompok PKK.

Adapun alat dan bahan yang dibutuhkan adalah : Pisau, Baskom, Timbangan, Blender, Gelas kimia, kain peras, wajan, kompor, saringan santan, plastik kemasan Produk.

Bahan yang dibutuhkan jamu kunyit asam: kunyit, asam jawa, gula pasir, gula jawa, air dan sedikit garam. Jamu kunci suruh: temu kunci, daun sirih, asam jawa dan sedikit garam. Jamu beras kencur: kencur, beras, serih, gula pasir, jahe dan sedikit garam. Jamu galian singset: rimpang bangle, daun jati belanda, biji pinang, asam jawa dan sedikit garam.

Jamu yang sudah dibuat dikemas dalam botol 500ml dan dibagikan kepada masyarakat dan ibu-ibu PKK desa Kemiren.



Gambar 2a. Proses Penyiapan Bahan Jamu; Gambar 2b. Proses Penggodokan Jamu



Gambar 3. Produk Jamu

Adapun bahan alam yang dibuat dalam produk jamu adalah kunyit, jahe, kencur, sereh, rimpang bangle, daun sirih, daun jati belanda dan asam jawa. Pada jamu kunyit asam, terdapat dua bahan alam utama, yaitu kunyit dan asam. Kunyit mempunyai senyawa bioaktif asam askorbat, karoten, asam kafeik, kurkumin, eugenol, p-asam kumarik (Hartatik dkk, 2014).

Pigmen utama pada kunyit yang berwarna kuning disebabkan oleh curcumin 1,7 1,7-bis(4-hydroxy-3-methoxyfenil)-1,6-heptadiene-3,5-dione, demethoxy-curcumin dan bis demethoxy-curcumin. Senyawa kurkumin ini diketahui mempunyai aktivitas antioksidan yang tinggi. Sedangkan pada asam jawa mengandung bahan aktif sebagai antiinflamasi, antipiretika dan penenang (Yusuf dan Nurkhasanah, 2020).

Pada jamu beras kencur, terdapat dua bahan alam utama: kencur dan beras. Kencur termasuk kedalam golongan Zingiberaceae. Kencur dapat dimanfaatkan sebagai penghilang rasa lelah, menghilangkan darah kotor, dan mengurangi keseleo. Bahan alam lainnya pada jamu beras kencur adalah beras. Beras termasuk kedalam famili Poaceae. Kandungan protein dan gula bermanfaat sebagai memperbaiki sel-sel yang rusak akibat luka, sedangkan gula digunakan sebagai sumber energi utama bagi tubuh (Jalil, 2019)

Jamu kunci suruh terdapat dua bahan alam utama: daun sirih dan temu kunci. Kerusakan pada pulau Langerhans pada pankreas tikus putih jantan galur Wistar yang disebabkan oleh kadar glukosa yang tinggi dapat dikurangi dengan jamu kunci suruh dengan dosis efektif 1,9ml/200 gBB (Ariyanti, 2014)

Jamu galian singset terdapat bahan alam: rimpang bangle, daun jati belanda dan biji pinang. Jamu galian singset dapat digunakan sebagai antiobesitas. Jamu galian singset lebih efektif menurunkan penambahan bobot badan pada diet tinggi lemak daripada diet pakan standar (Marta dkk, 2016).

Rencana program pengabdian masyarakat selanjutnya masih seputar pemanfaatan bahan alam di desa Kemiren dan bersama dengan anggota PKK, namun dengan sediaan produk yang berbeda. Produk selanjutnya yang akan dilakukan adalah pembuatan sediaan hand sanitizer dan sabun batang dari bahan alam.

KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Desa Kemiren Banyuwangi menghasilkan produk jamu kunyit asam, beras kencur, kunci sirih dan galian singset. Produk tersebut dimaksudkan untuk memanfaatkan bahan alam sekaligus meningkatkan daya tahan tubuh. Kegiatan ini terintegrasi dengan perkuliahan mata kuliah dan praktikum sediaan bahan alam

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada D3 Farmasi, STIKES Banyuwangi, Kepala Desa Kemiren beserta Ketua PKK Desa Kemiren, atas izin yang diberikan kepada kami, sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan. Kepada semua pihak yang telah membantu kegiatan ini baik secara langsung ataupun tidak langsung, kami ucapkan terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, R. (2014). *Uji Aktivitas Jamu Gendong Kunci Suruh (Boesenbergia Pandurata(Roxb.) Schlecht; Piper Betle L.) Sebagai Antidiabetes Pada Tikus Yang Diinduksi Streptozotocin.*
- Della Zakiyah Awaliyah, Hari Santoso, Ahmad Syaumi (2018). Profil Fitokimia pada Jamu Kunci Sirih. *e-Jurnal Ilmiah Biosaintropis (Bioscience-Tropic) Volume 4/No.1/ Halaman 8-14.*
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Nikmah, K. (2020). Kunyit Asam (Curcuma Doemstica Val) Menurunkan Intensitas Nyeri Haid. *Journals of Ners Community, 11(1), 10–17.*
- Hartiati, A., Mulyani, S., & Rahmat, S. N. (2009). Pengaruh Komposisi Bagian Kunyit (Curcuma Domestica Val) Dan Waktu Penghancuran Terhadap Kandungan Dan Aktivitas Antioksidan Kunyit. *Seminar Nasional, Program Studi Teknologi Industri Pertanian Bekerjasama Dengan Asosiasi Profesi Teknologi Agroindustri (APTA), 1, 672–681.*

- Hidayat, M., Soeng, S., Prahastuti, S., Patricia, T. H., & Yonathan, K. . (2014). Aktivitas Antioksidan dan Antitrigliserida Ekstrak Tunggal Kedelai, Daun Jati Belanda Serta Kombinasinya. *Bionatura-Jurnal Ilmu-Ilmu Hayati Dan Fisik ISSN 1411 - 0903*, 16(2), 89–94.
- Jalil, M. (2019). Pemanfaatan Curcuma longa dan Kaempferia galanga Sebagai Bahan Pembuatan Jamu “ Beras Kencur.” *Seminar Nasional Pendidikan Biologi Dan Saintek, April*, 167–173.
- Lim, T. K. (2016). *Edible Medicinal and Non-Medicinal Plants*. Cham: Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-26065-5>
- Marta, L. I., Darusman, H. S., & Ekastuti, D. R. (2019). Jamu Pelangsing Galian Singset Bermanfaat Sebagai Antiobesitas dan Antilipidemia pada Tikus. *Jurnal Veteriner*, 20(2), 255–263. <https://doi.org/10.19087/jveteriner.2019.20.2.255>
- Prasad, R., Kumar, D., Kant, V., Tandan, S. K., & Kumar, D. (2017). Curcumin Enhanced Cutaneous Wound Healing by Modulating Cytokines and Transforming Growth Factor in Excision Wound Model in Rats. *International Journal of Current Microbiology and Applied Sciences*, 6(7), 2263–2273. <https://doi.org/10.20456/ijcmas.2017.607.266>
- Sri Mulyani, Bambang Admadi Harsojuwono, G. A. K. D. P. (2014). POTENSI MINUMAN KUNYIT ASAM (Curcuma domestica Val . - . *AGRITECH, Vol. 34, No. 1, Februari 2014*, 34(1), 65–71.
- Verary Shanthi, R., & Izzati, M. (2014). Studi Etnobotani Pengobatan Tradisional untuk Perawatan Wanita di Masyarakat Keraton Surakarta Hadiningrat Ethnobotanical Study on Traditional Treatment for Women in The Surakarta Hadiningrat Royal Palace Community Info Artikel Abstrak. *Biosaintifika Biosaintifika Journal of Biology & Biology Education*, 6(2). <https://doi.org/10.15294/biosaintifika.v6i2.3101>
- Yusuf, F. M., & Nurkhasanah, N. (2015). Evaluasi Kadar Kurkumin dalam Jamu Tradisional Kunir Asam yang Dijual di Pasar Kota Gede Bulan Februari 2015. *Pharmaceutical Sciences and Research*, 2(3), 115–123. <https://doi.org/10.7454/psr.v2i3.3342>