

**PELATIHAN PENGOLAHAN MINUMAN HERBAL BERBAHAN DASAR
KUNYIT SEBAGAI PENINGKAT IMUNITAS TUBUH DI DESA
PEKUKUHAN KECAMATAN MOJOSARI KABUPATEN MOJOKERTO
PROVINSI JAWA TIMUR**

Yani Ambari*, Putra Syarifuddin Andi Azril, Livia Eka Puspitawati, Ella Kusuma Wardhani, Ana Rizkiyatul Karimah, Ella Rahman Yulianti, Bella Nur Laila, Verry Novi Sylviana, Yustisia Inggit Ganarsih, Moh. Ifan Febrian, Siti Komariyah, Ayu Cahyaning Arum, Yuniati Hoiriyah

STIKES RS Anwar Medika, Sidoarjo, Indonesia

*Koresponden penulis: yaniambari87@gmail.com

Abstrak

*Setiap orang pada masa pandemi Covid - 19 diharuskan untuk menjaga kesehatan tubuh agar tidak mudah tertular virus. Cara menjaga kesehatan tubuh yaitu dengan cara meningkatkan sistem imun. Konsumsi tanaman herbal merupakan salah satu cara untuk meningkatkan sistem imun atau kekebalan tubuh kita. Tanaman herbal yang dipercaya dapat meningkatkan sistem imun tubuh adalah salah satunya adalah kunyit. Kunyit mengandung senyawa*kurkumin dan*minyak*atsiri, senyawa ini memiliki peran sebagai antioksidan dan antimikroba. Secara empiris kunyit sering digunakan oleh masyarakat untuk mengatasi berbagai penyakit. Salah satu pemanfaatan kunyit adalah dengan mengolah kunyit menjadi serbuk instan. Kegiatan pelatihan pengolahan tanaman kunyit menjadi minuman herbal ini dilakukan di Desa Pekukuhan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari tiga tahapan. Observasi lapangan merupakan tahap pertama dalam kegiatan ini. Tahap kedua memberikan penyuluhan manfaat kunyit serta cara pengolahan secara sederhana. Tahap ketiga memberikan pelatihan pembuatan minuman herbal serbuk kunyit instan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat umum tentang manfaat kunyit dan cara pengolahannya dan diharapkan dari kegiatan ini masyarakat dapat mempraktekkan sendiri di lingkungan sekitarnya untuk menjaga kesehatan tubuh*

Kata Kunci:

imunitas; kunyit; tanaman herbal; serbuk instan

PENDAHULUAN

Salah satu cara menjaga kesehatan tubuh di masa pandemi Covid – 19 adalah dengan menerapkan pola hidup sehat. Menjaga kesehatan di masa pandemi ini telah menjadi prioritas utama bagi masyarakat. Dalam pencegahan Covid - 19, tidak hanya melakukan*protokol kesehatan* seperti patuh memakai masker, menjaga*jarak fisik antar manusia, *rutin menjaga*kebersihan tangan, tetapi juga perlu untuk memelihara dan meningkatkan sistem imun tubuh. Konsumsi tanaman herbal merupakan cara sederhana untuk meningkatkan sistem imun.

Tanaman*herbal yang dapat*digunakan untuk*meningkatkan sistem imun tubuh adalah salah satunya adalah kunyit. Tanaman ini termasuk kedalam*jenis

rempah yang banyak digunakan sebagai bumbu*dapur. Kurkuminoid**dan minyak atsiri merupakan kandungan utama yang*terkandung dalam*rimpang kunyit. (Redi Aryanta, 2019). Kurkuminoid merupakan senyawa yang berpotensi sebagai antioksidan (Mulyani, dkk, 2016). Peran antioksidan adalah untuk melindungi tubuh dari radikal bebas sehingga membantu untuk meningkatkan sistem imun tubuh. Kurkumin dilaporkan memiliki antioksidan yang kuat, yang daya antioksidannya lebih kuat 8 kali dibandingkan dengan vitamin E (Warta Penelitian dan Pengembangan Tanaman Industri, 2013).*

**Program Studi S1 Farmasi*STIKES Rumah Sakit*Anwar Medika melakukan kegiatan pengabdian masyarakat tentang pelatihan pengolahan minuman herbal berbahan dasar kunyit di Desa Pekukuhan, Kecamatan Mojosari, Kabupaten Mojokerto. Tanaman kunyit merupakan tanaman yang mudah sekali ditemukan dan didapatkan, namun masyarakat Desa Pekukuhan selama ini hanya menggunakan kunyit sebagai bumbu dapur dan jarang dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai minuman herbal yang berkhasiat untuk meningkatkan sistem imun tubuh. Bisnis minuman kesehatan juga menjadi salah satu bisnis yang menjanjikan di masa pandemi Covid - 19. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang akan kami lakukan bertujuan untuk membuat produk minuman herbal serbuk kunyit instan yang memiliki manfaat bagi kesehatan tubuh serta dapat menciptakan suatu produk inovasi untuk dapat diproduksi secara komersial oleh masyarakat.*

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Pekukuhan, Kecamatan Mojosari, Kabupaten Mojokerto dan dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa S1 Farmasi STIKES RS Anwar Medika. Kegiatan ini dilakukan selama 3 minggu pada bulan September 2021. Berikut tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, diantaranya:

1. Tahap pertama adalah melakukan observasi terhadap Desa Pekukuhan. Minggu pertama bulan September 2021 dilakukan observasi.
2. Tahap kedua adalah melakukan proses persiapan. Proses Persiapan yang dilakukan meliputi pembelian bahan pengolahan serbuk instan kunyit, pembuatan brosur yang berisi tentang manfaat tanaman kunyit dan cara pengolahannya. Tahap kedua ini dilakukan pada minggu kedua bulan September 2021.
3. Tahap terakhir adalah memberikan penyuluhan dan pelatihan cara mengolah tanaman kunyit menjadi minuman kesehatan serbuk instan. Pelatihan ini dihadiri oleh 32 orang warga desa Pekukuhan dan dilaksanakan di balai desa Pekukuhan. Tahap terakhir dilakukan pada minggu ketiga bulan September 2021. Pelatihan pengolahan kunyit menjadi serbuk instan secara garis besar dilakukan dengan cara mengekstraksi rimpang kunyit (*Curcuma domestica*) serta dilakukan proses kristalisasi. Beberapa tahapan yang dilakukan diantaranya tahap ekstraksi rimpang kunyit (*Curcuma domestica*) dengan air, selanjutnya tahap penyaringan ekstrak menggunakan kain saring dan

saringan, setelah itu tahap kristalisasi dengan dipanaskan dan diaduk dalam wajan menggunakan pemanas kompor hingga menjadi serbuk.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukan pelatihan pengolahan minuman herbal berbahan dasar kunyit, penyuluhan merupakan tahap pertama yang dilakukan. Ada 2 materi yang disampaikan dalam kegiatan penyuluhan ini. Materi pertama yaitu tentang manfaat tanaman kunyit dan materi kedua yaitu tentang bagaimana cara mengolah minuman herbal berbahan dasar kunyit. Minuman kesehatan atau minuman herbal merupakan salah satu produk olahan*industri rumah tangga. Minuman herbal sendiri adalah minuman yang terbuat dari*bagian-bagian *tanaman* yang mana bagian – bagian dari tanaman tersebut memiliki manfaat dalam menjaga kesehatan tubuh. Cara mengkonsumsi minuman herbal biasanya dengan cara*diseduh* menggunakan air mendidih*(Tasia & Widyaningsih, 2014). Balai desa Pekukuhan merupakan tempat dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat, sedangkan pelatihan pengolahan minuman herbal dilakukan di salah satu rumah warga desa Pekukuhan.



Gambar 1. Penyampaian materi oleh narasumber

Bahan-bahan yang digunakan untuk pengolahan minuman herbal berbahan dasar kunyit cukup mudah ditemukan, yaitu kunyit, air, dan gula. Tahap pertama yang dilakukan adalah kupas kunyit sampai semua kulit terbuang, lalu cuci dengan air bersih. Setelah dicuci, kemudian ditiriskan dan iris tipis-tipis.



Gambar 2. Langkah pertama proses pengolahan minuman herbal berbahan dasar kunyit

Langkah kedua, masukkan kunyit yang sudah diiris tipis ke dalam blender tambahkan air secukupnya, kemudian haluskan. Setelah diblender, kunyit di ambil sarinya dengan diperas dan dipisahkan dari ampasnya. Sari kunyit disangrai menggunakan api kecil.



Gambar 3. Langkah kedua proses pengolahan minuman herbal berbahan dasar kunyit

Langkah ketiga, pada saat sari kunyit disangrai, tambahkan gula secukupnya, aduk sampai mengental dan menjadi serbuk kristal. Serbuk kristal kunyit masukkan blender dan haluskan. Setelah dihaluskan menggunakan blender dilakukan proses pengayakan.



Gambar 4. Langkah ketiga proses pengolahan minuman herbal berbahan dasar kunyit

Langkah terakhir adalah proses pengemasan, untuk membuat produk menjadi lebih menarik maka dibutuhkan suatu kemasan. Kemasan yang digunakan dalam kegiatan ini ada dua macam, plastik klip dan botol kemasan 250 mL. Serbuk kunyit yang sudah dihaluskan dimasukkan ke dalam plastik klip, sedangkan serbuk kunyit yang telah diseduh dengan air panas, dikemas dalam botol 250 mL. Kemasan mempunyai fungsi untuk melindungi produk minuman herbal kunyit sebelum dikonsumsi.



Gambar 5. Pengolahan minuman herbal berbahan dasar kunyit



Gambar 6. Produk minuman herbal berbahan dasar kunyit yang sudah dikemas

Setelah memberikan pelatihan cara pengolahan minuman herbal berbahan dasar kunyit kepada masyarakat, tim pengabdian masyarakat juga membagikan minuman herbal yang telah dibuat secara gratis kepada masyarakat desa Pekukuhan. Pembagian secara langsung dilakukan dengan cara mengunjungi pemukiman warga, minuman herbal ini juga dibagikan kepada beberapa masyarakat desa yang sedang berada di jalan. Respon positif dan antusiasme ditunjukkan oleh masyarakat Desa Pekukuhan.



Gambar 7. Pembagian minuman herbal berbahan dasar kunyit ke salah satu warga desa pekukuhan

KESIMPULAN

Kondisi Pandemi Covid-19 mengharuskan masyarakat untuk selalu menjaga kesehatan dengan cara meningkatkan sistem imun tubuh. Minuman herbal berbahan dasar kunyit merupakan salah satu cara untuk meningkatkan sistem imun. dapat menciptakan inovasi berpeluang untuk diproduksi secara komersial oleh masyarakat. Harapan dengan dilakukan kegiatan pelatihan minuman herbal berbahan dasar kunyit menjadikan masyarakat desa Pekukuhan untuk dapat selalu menjaga kesehatan tubuh dengan mengkonsumsi minuman herbal selain itu juga menciptakan produk sendiri untuk dijadikan sebuah peluang usaha.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian*masyarakat S1 Farmasi STIKES RS Anwar Medika mengucapkan terima kasih Ketua STIKES, Ketua LPPM dan seluruh masyarakat Desa Pekukuhan, Kecamatan Mojosari, Kabupaten Mojokerto atas kesempatan yang diberikan dan mendukung kegiatan*pengabdian masyarakat ini sehingga berjalan dengan lancar dan sukses.

DAFTAR RUJUKAN

- Riadi, M. 2018. Pengertian, Fungsi, Jenis dan Ketentuan Label Produk. <https://www.kajianpustaka.com/2018/03/pengertianfungsi-jenis-dan-ketentuan-label.html> (Diakses pada 06 November 2021)
- Redi Aryanta, I. W. 2019. Manfaat Jahe*Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*. 1(2): 39 – 43.
- Tasia, W. R., & Widyaningsih, T. D. 2014. Potensi Cincau Hitam (Mesona palustris Bl.) Daun*Pandan (Pandanus amaryllifolius) dan Kayu Manis (Cinnamomum burmannii) Sebagai Bahan Baku Minuman Herbal Fungsional. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*. 2(4)
- Warta Penelitian dan Pengembangan Tanaman Industri. 2013. Khasiat Kunyit sebagai Obat Tradisional dan Manfaat Lainnya. Agustus 2013. Halaman 5