

Pemanfaatan Kekayaan Hayati Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Di Desa Bangunrejo Sukorejo Ponorogo

Utilization Of Biodiversity to Increase Body Immunity in Bangunrejo Sukorejo Ponorogo

¹⁾Asna Zultiva Rahmawati, ²⁾Faninda Novika Pertiwi

¹⁾Program Studi Pendidikan Bahasa Arab, ²⁾Program Studi Tadris IPA, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

Jl. Pramuka No.156 Ronowijayan, Siman, Ponorogo, Jawa Timur, Indonesia

Email: fanindanovika87@gmail.com, faninda_novik@yahoo.com

DOI: 10.35719/ngarsa.v3i2.414

ABSTRAK

*Desa Bangunrejo, kecamatan Sukorejo, kabupaten Ponorogo memiliki salah satu keanekaragaman hayati yaitu tanaman kunyit. Kunyit merupakan tanaman yang memiliki banyak manfaat, antara lain sebagai bumbu dapur dan juga pewarna makanan. Kunyit merupakan salah satu jenis rempah-rempah dengan nama latin *Curcuma domestica* ini sudah dibudidayakan sejak zaman dahulu. Tanaman kunyit ini selain menjadi pewarna alami yang memiliki banyak kandungan dan khasiat, tanaman ini juga merupakan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Kunyit dapat dimanfaatkan sebagai obat tradisional yang berguna untuk meningkatkan imunitas tubuh di Desa Bangunrejo. Tujuan pengabdian ini yaitu memberikan informasi terhadap masyarakat khususnya pemanfaatan bahan obat tradisional di lingkungan sekitar. Masyarakat bangunrejo sangat antusias selama proses pengabdian ini berlangsung. Metode pengabdian yang dilakukan yaitu metode pelatihan dan sosialisasi melalui media poster. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa pelatihan yang telah dilakukan mampu diterapkan di keluarga masing-masing. Setelah dilakukannya kegiatan pengabdian ini, diperoleh hasil 70% dari 10 KK (Kepala Keluarga) mengalami dampak positif terhadap pemanfaatan tanaman kunyit khususnya terhadap imunitas tubuh. Ketika merasa imunitas tubuh menurun maka dengan mengkonsumsi obat tradisional yang telah dihasilkan maka tubuh akan lebih sehat kembali. Melimpahnya kekayaan hayati yang ada akan sia-sia apabila tidak dirawat dan dimanfaatkan secara optimal.*

Kata Kunci: *Imunitas; Kekayaan Hayati; Obat Tradisional*

ABSTRACT

*Bangunrejo, Sukorejo, Ponorogo district has one type of biodiversity, namely the turmeric plant. Turmeric is a plant that has many benefits, including as a kitchen spice and also a food coloring. Turmeric is a type of spice with the Latin name *Curcuma domestica* and has been cultivated since ancient times. Apart from being a natural dye which has many ingredients and benefits, this turmeric plant is also a Family Medicinal Plant (TOGA). Turmeric can be used as a traditional medicine which is useful for increasing body immunity in Bangunrejo Village. The aim of this service is to provide information to the community, especially the use of traditional medicinal ingredients in the surrounding environment. The Bangunrejo community was very enthusiastic during this dedication process. The service method used is the ABCD method. The results of the service show that the training that has been carried out can be applied in each family. After carrying out this service activity, 70% of the 10 families (heads of families) experienced a positive impact on the use of turmeric plants, especially on the body's immunity. When you feel that your body's immunity is decreasing, by consuming the traditional medicine that has been produced, your body will be healthier again. The abundance of existing biological riches will be wasted if they are not cared for and utilized optimally.*

Keywords: *Immunity; Biological Wealth; Traditional Medicine*

PENDAHULUAN

Bangunrejo merupakan salah satu Desa di Ponorogo yang memiliki kekayaan hayati yang cukup melimpah. Kekayaan hayati yang tersedia dimanfaatkan sebagai obat tradisional yang berguna untuk menjaga kesehatan tubuh, mencegah penyakit, serta mampu meningkatkan imunitas tubuh. Manfaat yang luar biasa ini sangat dibutuhkan masyarakat apalagi ketika musim pancaroba. Desa Bangunrejo memiliki kekayaan hayati yang melimpah dan juga sumber daya manusia yang melimpah pula. Akan tetapi karena kemampuan masyarakat untuk mengolah aset alam yang kurang maksimal terkadang kekayaan hayati yang ada menjadi terbengkalai. Tanaman yang paling umum dijumpai di Desa Bumiayu termasuk tanaman dari keluarga Euphorbiaceae seperti katu, meniran hijau, meniran merah, anting-anting, yudium, patikan kebo, jarak pagar, dan singkong. Namun, tanaman yang paling sering dimanfaatkan oleh masyarakat Desa Bumiayu adalah tanaman dari keluarga Zingiberaceae, yaitu kunyit. Kunyit sering digunakan oleh masyarakat Desa Bumiayu untuk meningkatkan daya tahan tubuh, meredakan demam, meningkatkan nafsu makan, serta sebagai pengatur siklus menstruasi. Pemanfaatan kunyit sebagai obat tradisional mencerminkan kearifan lokal dalam memanfaatkan sumber daya alam untuk kesehatan dan kesejahteraan mereka (Hasanah, 2019).

Kekayaan hayati dapat didefinisikan yaitu keberagaman bentuk kehidupan yang terdiri dari gen, selain itu spesies tumbuhan, hewan, mikroorganisme, ekosistem dan juga proses ekologi (Sutoyo, 2010). Kekayaan hayati yang dimaksud pada pengabdian ini yaitu kekayaan hayati berupa tumbuh-tumbuhan. Keberadaan kekayaan hayati memiliki nilai penting yang berperan bagi kelangsungan hidup bagi manusia baik jasmani maupun rohani serta bagi keberlangsungan kekayaan hayati tersebut. Selain manfaat keberadaan kekayaan hayati juga merupakan bagian dari terbentuknya bumi (melalui tahap evolusi) ataupun secara pandangan agama sebagai makhluk ciptaan. Sehingga tetap lestari merupakan hak dari keanekaragaman hayati itu sendiri (Samuel, n.d)

Tanaman di pekarangan sekitar rumah dapat dimanfaatkan dan dioptimalkan melalui pengembangan budidaya tanaman obat untuk diolah menjadi obat tradisional yang dapat meningkatkan imunitas tubuh, baik itu olahan minuman ataupun lainnya. Kehidupan setelah pandemi seperti ini masyarakat mulai menyadari pentingnya menjaga pola hidup sehat, tubuh yang harus selalu kuat agar dapat beraktivitas dengan maksimal. Kondisi ini dapat dilakukan dengan memanfaatkan tanaman yang ada disekitar untuk bertahan dari serangan penyakit maupun mengobati penyakit. Cara pengolahan tanaman obat secara tradisional sudah ada sejak zaman dahulu dan terus dikembangkan sebagai obat tradisional sehingga secara praktis dan mudah dalam dikonsumsi masyarakat (Susilowati, 2007).

Desa Bangunrejo ini, memiliki kekayaan hayati yang melimpah salah satunya yaitu kunyit atau *Curcuma domestica val.* Tanaman kunyit ini berbentuk semak dengan sifat tumbuh tahunan (Dina, n.d). Kunyit biasanya digunakan masyarakat sebagai bumbu dapur, kecantikan, jamu ataupun obat tradisional. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.6 tahun 2012 obat tradisional yaitu ramuan ataupun bahan yang bersumber dari hewan, mineral, tumbuhan, gelanik ataupun campuran dari berbagai bahan yang sudah sejak dulu dimanfaatkan

dan sudah turun temurun digunakan sebagai pengobatan berdasarkan norma yang berlaku di Masyarakat (Peraturan Menteri kesehatan No.6 tahun 2012).

Berdasarkan beberapa aturan pemerintah tentang pemanfaatan obat tradisional untuk menjaga kesehatan, dan pencegahan penyakit yaitu mengacu pada Surat Edaran No: HK.02.02/IV.2243/2020 Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, dan Perawatan Kesehatan bahwa pemerintah menganjurkan pemanfaatan obat tradisional secara maksimal dengan tetap memperhatikan petunjuk pemanfaatannya. Kemudian mengacu pada keputusan yang ditetapkan menteri kesehatan nomer HK.01.07/Menkes/187/201710 tentang penerapan formulasi obat tradisional dan juga mengacu dari Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomer 9 tahun 2016 tentang upaya pengembangan kesehatan tradisional melalui asuhan mandiri pemanfaatan tanaman obat keluarga dan keterampilan maka sudah selayaknya dilakukan sebuah pelatihan terkait pemanfaatan kekayaan hayati yang ada sebagai obat tradisional yang pada akhirnya nanti hasilnya bermanfaat untuk masyarakat.

Berdasarkan tujuan pengabdian yang telah disampaikan diatas maka konsep dari pengabdian ini adalah berkolaborasi bersama puskesmas Pembantu (PUSTU) di desa Bangunrejo untuk mengoptimalkan tanaman kunyit sebagai obat tradisional dengan melakukan pemberdayaan masyarakat setempat dengan media poster yang disosialisasikan dari rumah ke rumah dan mengadakan pelatihan langsung terkait pengolahan kunyit sebagai obat tradisional.

METODE

Kegiatan pengabdian ini tepatnya dilaksanakan di RT 01 RW 03 Desa Bangunrejo, Kecamatan Sukorejo, Kabupaten Ponorogo. Subjek kegiatan pengabdian ini yaitu masyarakat setempat berjumlah 10 KK. Pada pengabdian ini menggunakan metode pelatihan dan sosialisasi melalui media poster. Pemerolehan data didapatkan dari hasil wawancara bersama dengan warga setempat dan berdasarkan hasil pengisian angket yang telah dilakukan warga RT 01 RW 03 Desa Bangunrejo setelah pelatihan dilakukan. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara dengan menyusun beberapa pertanyaan mengenai pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan obat herbal yang bersumber dari kunyit kemudian diajukan kepada masyarakat setempat dilanjut dengan memberikan pelatihan terkait pemanfaatan kunyit kemudian ditambah dengan sosialisasi menggunakan media cetak berupa poster dilaksanakan dari rumah ke rumah (*door to door*). Setelah itu diakhir pelatihan masyarakat diminta untuk mengisi angket sebagai bentuk evaluasi dari kegiatan yang telah dilakukan. Beberapa tahap dalam pelaksanaan kegiatan ini yaitu Perizinan kepada kepala desa dilanjutkan wawancara kepada masyarakat RT 01 RW 03 Desa Bangunrejo, Kecamatan Sukorejo, Kabupaten Ponorogo. Kemudian memberikan pelatihan dan sosialisasi kepada masyarakat tentang pemanfaatan kekayaan hayati yang ada dan diakhiri dengan pengisian angket sebagai bentuk tindak lanjut kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang pemanfaatan kunyit dan pengoptimalan aset yang ada. Jumlah dari sumber daya alam di Desa Bangunrejo khususnya RT 01 RW 03 Bangunrejo, Sukorejo begitu melimpah. Selain itu

karang taruna “sulaiman” (karang taruna RT 01 RW 03 Bangunrejo) dan juga warga setempat merupakan aset yang sangat baik apabila diberdayakan secara optimal.

Tahap pertama yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini yaitu melaksanakan perizinan kepada kepala desa setempat. Bapak suwito selaku Kepala Desa Bangunrejo memberikan dukungan penuh dan juga izin untuk melaksanakan pengabdian. Beliau mendukung dengan memberikan izin untuk melaksanakan pengabdian di Desa Bangunrejo tepatnya di lingkungan rumah peneliti. Pesan ini beliau sampaikan di Rumah beliau Walikukun Bangunrejo. Tahap selanjutnya yaitu wawancara. Jumlah warga yang terlibat dalam pengabdian ini yaitu 10 KK (Kepala Keluarga) yang terdiri dari pemuda, pemudi (karang taruna), bapak-bapak, ibu-ibu yang mana jumlah dari keseluruhan berjumlah 47 orang. Tahap selanjutnya yaitu wawancara kepada masyarakat seputar pemahaman tentang pemanfaatan kunyit. Setelah didapatkan hasil langkah selanjutnya yaitu melakukan pelatihan tentang pemanfaatan kunyit sebagai obat tradisional dan dilanjutkan sosialisasi kepada masyarakat dengan media poster yang diberikan ke rumah-rumah dan diakhiri dengan pengisian angket terkait pelatihan dan sosialisasi yang telah dilakukan tentang pemanfaatan dan pengoptimalan kekayaan hayati yang ada dan terbilang melimpah di desa tersebut yaitu tanaman kunyit.

Kunyit merupakan tanaman dengan nama latin *curcuma domestica val* bagian dari suku *zingiberaceae* yang memiliki batang semu yang terbentuk dari pelepah daun-daunnya (Badan Pengawas Obat dan Makanan Indonesia, 2011). Tanaman ini banyak dijumpai pada daerah tropis dan sub tropis yaitu Cina, Bangladesh, Filipina, Jamaika, India, Indonesia, Srilangka dan Taiwan. Tanaman ini mulai tumbuh di dataran rendah sekitar kurang lebih 2000 meter di Permukaan air laut, baik pada tanah berpasir maupun tanah liat. Umumnya tanaman tersebut ditanam sebagai tanaman monokultur maupun tanaman tumpang sari baik di kebun, pekarangan maupun hutan.

Adapun tinggi dari tanaman tersebut sekitar 1,0-1,5 meter, berbentuk rumpun dan tegap, berjenis daun tunggal dan bertangkai, bentuk ujung dan pangkalnya meruncing, daunnya mempunyai tulang menyirip, permukaan yang licin dengan warna hijau pucat. Daunnya mempunyai panjang sekitar 20-40 cm dengan lebar sekitar 15-30 cm. Dimana bunga dari tanaman kunyit ini termasuk bunga majemuk dengan bentuk kerucut yang muncul pada bagian batang semunya. Panjang bunga tersebut sekitar 10-15 cm, dengan warna bunga putih sampai kuning muda ataupun kemerahan (Marisa, 2019).

Organisasi kesehatan dunia (WHO) juga menyambut baik berbagai inovasi dari seluruh dunia termasuk penggunaan kembali obat-obat tradisional. Sejarah Rakyat india dalam dunia perobatan menjelaskan bahwa kunyit berfungsi sebagai antibiotik terbaik selain itu kunyit juga digunakan untuk memperlancar sistem pencernaan (Adristy, 2020). Di Indonesia kunyit merupakan salah satu bumbu rimpang yang populer. Terdiri dari dua jenis yaitu kunyit putih dan kunyit kuning. Keduanya mempunyai aroma yang khas. Untuk ukurannya kunyit putih relatif lebih kecil dibandingkan dengan kunyit kuning (Marisa, 2019). Dewasa ini kunyit dikenal sebagai tanaman yang dapat diolah menjadi minuman yang memiliki banyak manfaat. Hal ini disebabkan oleh tingginya komponen fungsional atau kandungan senyawa pada tanaman tersebut seperti kurkuminoid dan minyak atsiri dengan kandungan lain demetoksikurkumin dan

bidemetoksikurkumin (Ita, 2020). Adapun khasiat sebagai antioksidan, antiradang, antibakteri, imunostimulan, antijamur, antivirus dan hepatoprotektor (Hasanah, 2020). Kurkuminoid yang telah disebutkan di awal yaitu senyawa yang berpotensi mengandung antioksidan. Antioksidan yang terkandung dalam minuman kunyit membantu meningkatkan imunitas tubuh dari serangan virus ataupun bakteri yang berbahaya (Ita, 2020). Kandungan kurkumin pada kunyit juga mampu menghambat aktivitas COX-2. Sehingga pada saat terjadi penghambatan COX-2 maka pembentukan prostaglandin akan terhambat, sehingga suhu tubuh akan turun ketika dalam keadaan demam (Abdul Aziz, 2019). Zat-zat aktif dalam minyak atsiri yaitu: shogaol, zingeron, gingerol dan zat-zat anti oksidan alami lainnya mempunyai khasiat untuk mengobati berbagai penyakit mulai dari penyakit ringan sampai dengan penyakit berat, seperti: batuk, kepala pusing, masuk angin, pegal-pegal, mual mutah, rematik, impoten, mabuk perjalanan, kanker juga penyakit jantung (Dina, n.d).

Rimpang dari tanaman kunyit sangat bermanfaat sebagai antikoagulan, obat cacing, menurunkan tekanan darah, obat asma, mengobati sakit perut, penambah darah, karminatif, penyakit hati, gatal-gatal, stimulan, gigitan serangga, diare dan juga rematik. Kunyit juga berkhasiat melancarkan darah, meluruhkan haid, antioksidan (emenagog), antiradang (anti inflamasi), meredakan nyeri, antibakteri dan juga mempercepat penyembuhan luka (Ida, 2018) Selain minyak atsiri dan kurkumin kandungan utama lainnya yaitu oleoresin, resin, desmitoksikurkumin, lemak, damar, gom, kalsium, protein, besi dan fosfor (Rostiana, 2004). Meskipun minuman yang bersumber dari kunyit ini memiliki banyak manfaat, banyak masyarakat yang belum mengetahui kandungan dan juga senyawa yang ada dalam tanaman kunyit. Dan meskipun tanaman herbal berkhasiat obat tumbuh melimpah, namun hanya sebagian kecil yang memanfaatkan secara maksimal (Pudiasutiningtyas, n.d).

Selanjutnya tahap wawancara. Ibu Siti ma'atus sholihah, ibu rumah tangga berumur 34 tahun ini mengatakan sudah mengetahui sejak zaman nenek moyang dulu pemanfaatan dari tanaman kunyit, akan tetapi lebih dominan digunakan sebagai bumbu dapur saja. kandungan dan senyawa yang ada dalam tanaman kunyit tersebut juga belum diketahuinya. Selanjutnya dilain posisi, hal tersebut berbeda dengan tanggapan bapak Syamsul muin. Beliau mengatakan setiap hari selalu mengkonsumsi minuman parem yaitu olahan yang berasal dari kunyit direbus dengan air dan ditambahkan gula. Hal itu adalah anjuran dari saudara beliau seorang bidan yang merekomendasikan untuk mengkonsumsi minuman kunyit /parem tersebut. Bapak kelahiran tahun 1957 ini mengaku setelah mengkonsumsi parem, perut beliau terasa nyaman.

Gambar 1. Wawancara bersama salah satu warga



Pemanfaatan kunyit sebagai obat herbal tradisional telah banyak dimanfaatkan untuk melengkapi proses memasak sebagai bumbu dan juga diolah sebagai minuman. Masyarakat

mengonsumsi obat herbal yaitu berdasarkan kepercayaan mereka bahwa obat herbal memiliki keunggulan dibandingkan dengan obat sintetik. Seperti minimnya efek samping yang disebabkan mengonsumsi obat herbal dan juga harganya yang relatif murah yang mana tersedia banyak pada lingkungan sekitar dengan memanfaatkan kearifan lokal dari Negara Indonesia (Dina, n.d).

Bersumber dari Surat Edaran Kementerian Kesehatan No: HK.02.02/IV.2243/2020 tentang Tentang Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, Dan Perawatan Kesehatan, beberapa contoh khasiat obat tradisional meliputi: Ramuan yang mengandung menir, kencur, dan mengkudu bermanfaat untuk daya tahan tubuh. Untuk kelas rimpang/empon-empon yaitu kencur, lengkuas, jahe merah, jahe temulawak dan kunyit. Untuk kelas umbi-umbian yaitu bawang putih, kulit kayu yaitu kulit kayu manis, batang yaitu sereh, daun seperti daun katu, kelor dan juga seledri. Herba seperti meniran dan juga biji-bijian seperti jinten hitam.

Dalam surat edaran tersebut juga dijelaskan beberapa khasiat dari obat tradisional yaitu ramuan yang mempunyai manfaat sebagai imunitas tubuh seperti meniran, kencur, mengkudu. Selain itu juga ramuan seledri dan juga kumis kucing bermanfaat untuk pengobatan darah tinggi. Kayu manis, mengkudu dan juga pare berfungsi sebagai obat diabetes. Ramuan dengan manfaat sebagai obat batuk ataupun mengurangi keluhan batuk diantaranya lagundi, kencur, jahe merah, lemon. Tanaman lainnya yang dapat dimanfaatkan sebagai obat tradisional dengan kandungan untuk mengurangi keluhan flu seperti mahkota dewa, jahe, jinten hitam, mint.

Selain khasiat, dalam surat edaran kementerian kesehatan tersebut juga tertulis formula ramuan tanaman obat untuk meningkatkan imunitas tubuh. Ramuan tanaman tersebut antara lain; Ramuan 1 yaitu dengan bahan jahe merah (2 ruas ibu jari), jeruk nipis (1 buah), kayu manis (3 jari), gula merah secukupnya, air 3 cangkir. Cara pembuatan dimulai dari mencuci semua bahan hingga bersih, geprek jahe merah. Rebus air sampai mengeluarkan banyak uap, kecilkan api kemudian rebus semua bahan selama 15 menit. Saring jika sudah dingin. Adapun Aturan minum yaitu diminum 1 kali sehari sebanyak 1,5 cangkir. Ramuan 2 dengan bahan kunyit (1 ruas ibu jari), lengkuas (1 ruas ibu jari), jeruk nipis (1 buah), air (3 cangkir), gula merah secukupnya. Langkah pengolahan dimulai dari mencuci bahan dilanjutkan geprek kunyit dan lengkuas dilanjutkan merebus air sampai mendidih, kemudian api dikecilkan dan masukkan semua bahan tunggu sampai kira-kira setengahnya selanjutnya matikan api, jika sudah dingin langkah terakhir yaitu menyaring. Aturan konsumsi ramuan ini sehari 2 X sebanyak 1 gelas. Ramuan 3 yaitu dengan bahan yang diperlukan dalam ramuan ini yaitu pegagan (1 jumput), jahe merah (1 ruas ibu jari), temulawak (1 iris), gula aren secukupnya, air 1,5 gelas. Adapun cara pembuatan yaitu pertama cuci pegagan hingga bersih, kemudian rebus air sampai mendidih, setelah itu kecilkan api dan pegagan yang sudah siap dimasukkan, tunggu sampai kurang lebih air tersisa 2 gelas, jika sudah dingin saring, terakhir tambahkan perasan jeruk nipis. Aturan minum ramuan ini yaitu diminum 2 x sehari 1 gelas. Ramuan ke 4 yaitu dengan bahan kencur (50 gram yang sudah dikupas), beras (100 gram), daun pandan 3 lembar, gula aren (secukupnya), air (2300 ml). Langkah-langkah pembuatan ramuan ini yaitu Sangrai beras hingga berwarna kekuningan. Kemudian haluskan beras, gula dan kencur. Masukkan ke dalam air sampai

mendidih tambahkan daun pandan kemudian saring. Aturan minum ramuan ini yaitu minum 2 X sehari. Ramuan ke 5 yaitu dengan bahan yaitu daun kelor (2 genggam), air (2 cangkir). Cara pembuatannya yaitu rebus air hingga mendidih, masukkan daun kelor yang telah disiapkan, matikan api dan saring sesudah dingin. Untuk aturan minum dewasa : 2 X sehari 1 cangkir, Anak : 2 X sehari setengah cangkir. Ramuan ke 6 yaitu dengan bahan bawang putih tunggal (lanang) (2 butir), air hangat (1 gelas), madu (secukupnya). Cara pembuatan ramuan ini yaitu langkah pertama cuci bawang putih sampai bersih, kemudian memarkan hingga halus, campurkan ke dalam air hangat dan tambahkan madu, aduk hingga larut (Surat Edaran Nomer : HK.02.02/IV.2243/2020).

Tahap selanjutnya adalah pelatihan dan sosialisasi. Proses pelatihan dilakukan bersama beberapa petugas puskesmas serta warga desa. Pelatihan yang dilakukan yaitu membuat ramuan 1-6 diatas lalu mencobanya membuat dirumah masing-masing. Kemudian setelah kurang lebih 2 minggu warga diberikan angket terkait hasil pelatihan dan tindak lanjutnya serta sebagai bahan evaluasi atas pelatihan yang telah dilakukan. Tahap setelah pelatihan yaitu sosialisasi, proses pensosialisasian tersebut peneliti menyampaikan tentang pentingnya menjaga imunitas tubuh dan juga pemanfaatan bahan-bahan alam yang dapat dijadikan obat tradisional yang berkhasiat untuk meningkatkan imunitas tubuh. Tubuh manusia diciptakan dengan berbagai kelebihan. Lingkungan sekitar sebagai tempat tinggal keseharian kerap dihinggapi bakteri dan juga virus, akan tetapi tubuh mempunyai sebuah mekanisme pertahanan untuk menangkal bakteri dan virus masuk dalam tubuh manusia. Hal ini dinamakan dengan sistem imun tubuh. Sistem imun adalah sistem dalam tubuh yang membentuk sebuah kemampuan untuk menolak bibit penyakit dan benda-benda asing yang masuk dalam tubuh manusia agar terhindar dari serangan penyakit. Menurut fox (2008) sistem imun mencakup semua struktur juga proses yang menciptakan pertahanan tubuh untuk melawan bibit penyakit dan dapat dikelompokkan dalam dua kategori yaitu sistem imun bawaan yang bersifat non spesifik dan sistem imun adaptif dengan sifat spesifik (Sopyan, 2020).

Sistem imun non spesifik yaitu sistem imun yang berfungsi saat benda asing ataupun virus yang masuk tanpa harus mengenali suatu bibit penyakit tertentu dikarenakan sistem imun ini tidak mempunyai ingatan atau memori. Sedangkan sistem imun spesifik yaitu sistem imun saat virus atau bakteri sebelumnya sudah dikenali karena sistem imun tubuh ini memiliki memori atau daya ingat tentang bibit penyakit yang sebelumnya dan mulai memproses sel imun khusus dengan sebutan limfosit untuk membasmi penyakit tersebut. Mulanya pengenalan terlebih dahulu kepada suatu bibit penyakit kemudian akan memproduksi antibodi atau T-limfosit khusus yang akan bereaksi terhadap bibit penyakit tersebut yang sudah dikenali sebelumnya (Sopyan, 2020). Berkaitan dengan imunitas tubuh, kunyit memiliki senyawa seperti kurkumin yang berperan mempertahankan imunitas tubuh.

Setelah menjelaskan pentingnya menjaga imunitas tubuh, peneliti juga menjelaskan proses menanam ataupun membudidayakan tanaman kunyit. Langkah-langkah membudidayakan tanaman kunyit yaitu pertama, menyiapkan umbi yang bermutu baik, selanjutnya media tanam (campuran tanah dan pupuk kandang atau kompos), langkah selanjutnya tanaman ini dapat di tanam di lahan ataupun dalam pot. Selanjutnya menanam umbi

dalam media tanam yang telah disiapkan, pemeliharaannya dan juga perawatan meliputi penyiraman, penyiangan. Disarankan menanam varietas yang termasuk berjenis unggul supaya tahan terhadap hama penyakit dan juga produksi tinggi, apabila media tanam kurang makan dapat menggunakan kompos maupun pupuk kandang sebagai pemupukan susulan (Muslih, 2005).

Gambar 2. Proses pelatihan pembuatan ramuan dan kunyit instan



Pada saat sosialisasi tersebut pengabdian juga menyampaikan cara membuat minuman kesehatan yang berasal dari tanaman yang tumbuh dilingkungan sekitar seperti kunyit dalam bentuk serbuk, sehingga dapat disimpan dalam waktu sekitar kurang lebih 3 bulan. Langkah selanjutnya setelah melakukan proses sosialisasi yaitu demonstrasi. Dalam proses demonstrasi ini peneliti mempraktekkan pembuatan serbuk kunyit agar dapat dikonsumsi dengan instan dan dapat disimpan dalam jangka waktu yang lebih panjang. Demonstrasi dimulai dengan menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan. Alat terdiri dari pisau yang digunakan untuk memotong kunyit, alat untuk menghaluskan baik tumbukan yang berasal dari batu, kayu atau juga bisa menggunakan blender. Langkah-langkah dari proses pengolahan yaitu pertama, mencuci bahan utama yaitu kunyit. Setelah proses mencuci yaitu memotong tipis-tipis kunyit dan kemudian dikeringkan dibawah sinar matahari. Proses penjemuran kunyit agar kering memakan waktu kurang lebih 2 hari. Setelah kering, kunyit bisa diblender atau ditumbuk sampai halus kemudian ditambah dengan gula. Setelah halus dan gula sudah tercampur, maka serbuk kunyit dapat diseduh menggunakan air panas dan dapat ditambahkan madu dan juga perasan lemon untuk menambah cita rasa nikmat dari minuman tersebut (Dina, n.d)

Membahas mengenai obat herbal, sekarang juga sudah dapat kita temukan obat herbal yang telah didistribusikan oleh sebuah PT (Perseroan Terbatas). Proses memproduksinya sudah menggunakan kemampuan teknologi yang canggih/mesin. Selain itu juga sudah melalui uji klinis dan juga sudah memiliki izin edar BPOM. NSTM (Nasa Trace Mineral) merupakan salah satu contoh produksi asli Indonesia yang mampu meningkatkan imunitas tubuh manusia. Dilansir dari akun resmi PT. Natural Nusantara, NSTM merupakan suplemen terlengkap yang didalamnya terkandung 76 unsur mineral (baik makro maupun mikro) yang bersifat alami, seimbang, murni dan lonik sehingga mudah diserap oleh tubuh dan sangat berperan dalam fungsi-fungsi syaraf (bio-elektrik). Kandungan yang terdapat dalam produk ini yaitu madu, ekstrak bawang putih, kalium, ekstrak jeruk lemon, ekstrak daun bidara, cuka apel dan kurma jawa. Kandungan dari produk tersebut mampu memperbaiki metabolisme yang ada pada tubuh, menjaga kesehatan kulit, meningkatkan dan mempertahankan daya tahan tubuh terhadap serangan virus. Obat herbal yang diproduksi oleh PT. Jatim Herbal Perkasa ini sudah memiliki

izin edar BPOM (Badan Pengawas Obat dan Makanan) TR1836144071. Jadi, seiring kemajuan teknologi, lebih mempermudah masyarakat ketika hendak mengkonsumsi obat herbal yang sudah memiliki izin BPOM.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, masyarakat sangat antusias dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan di Rt 01 Rw 03 Desa Bangunrejo ini. Hal tersebut dikarenakan kegiatan ini berkaitan dengan upaya peningkatan imunitas tubuh dan juga pemanfaatan kekayaan hayati yang ada yaitu berupa tanaman kunyit yang tumbuh melimpah di lingkungan sekitar tempat tinggal. Terdapat beberapa masyarakat yang rutin mengkonsumsi obat tradisional yang berasal dari kunyit ini akan tetapi ada juga warga yang belum mengetahui pentingnya menjaga imunitas tubuh dan juga pemanfaatan tanaman di sekitar yang mampu meningkatkan imunitas tubuh.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian di Desa Bangunrejo, khususnya di RT 01 RW 03, pelatihan tentang pemanfaatan kunyit, serta sosialisasi melalui poster dan angket. Kunyit (*Curcuma domestica* Val) merupakan tanaman yang melimpah di Desa Bangunrejo dan memiliki beragam manfaat sebagai obat tradisional, terutama karena kandungan kurkuminoid dan minyak atsiri di dalamnya. Masyarakat telah mengenal penggunaan kunyit sebagai bumbu dapur, namun pengetahuan tentang manfaat kesehatan dan kandungan senyawanya masih terbatas.

Melalui kegiatan ini, masyarakat diberi pemahaman tentang khasiat kunyit sebagai obat tradisional yang meliputi sifat antioksidan, antiradang, antibakteri, serta peranannya dalam meningkatkan imunitas tubuh. Pelatihan dilakukan untuk mengajarkan masyarakat cara membuat ramuan menggunakan kunyit dan bahan-bahan alami lainnya, serta pembuatan serbuk kunyit instan. Sosialisasi juga dilakukan untuk menjelaskan pentingnya menjaga imunitas tubuh dan teknik membudidayakan tanaman kunyit. Setelah dilakukannya kegiatan pengabdian ini, diperoleh hasil 70% dari 10 KK (Kepala Keluarga) mengalami dampak positif terhadap pemanfaatan tanaman kunyit khususnya terhadap imunitas tubuh. Kegiatan pengabdian ini berhasil memberikan pemahaman yang lebih luas kepada masyarakat tentang manfaat kunyit sebagai obat tradisional dan pentingnya menjaga imunitas tubuh. Dengan pengetahuan yang diberikan, diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan potensi alam yang ada di sekitar mereka secara optimal untuk kesehatan dan kesejahteraan bersama.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, Abdul. (2019). "Kunyit (*curcuma domestica val*) Sebagai Antipiretika". *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*. Vol 6. No 2. DOI : <https://doi.org/10.33024/v5i4>
- Kusumo, Adristy Ratna et al. (2020). "Jamu Tradisional Indonesia Tingkatkan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi". *Jurnal Layanan Masyarakat*. Vol 2.No 2. <https://doi.org/10.20473/jlm.v4i2.2020.465-471>
- Asnia, Marisa et al. (2019). "Pemanfaatan Rimpang Kunyit (*Curcuma Domestica Val*) Sebagai Perawatan Kecantikan Kulit". *Proceeding Sendi_U: Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu Dan Call For Papers*. <https://www.unisbank.ac.id/ojs/index.php/sendu/article/view/7315>

- Christina, Ida Ayu Maria. (2018). "Pengaruh metode pengeringan dan jenis pelarut terhadap rendemendan kadar kurkumin ekstrak kunyit". *Jurnal Ilmiah Teknologi Pertanian*. Vol 3. No 2. DOI: <https://doi.org/10.24843/JITPA.2018.v03.i02.p02>
- Wijaya, Dina Permata. (2021). "Sosialisasi Upaya Peningkatan Tubuh Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Minuman Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Pulau Semambu Inderalaya". *Jurnal pengabdian sriwijaya*, Vol 9, No 1. DOI: <https://doi.org/10.37061/jps.v9i1.13155>
- Direktorat Obat Asli Indonesia Deputi Bidang Pengawasan Obat Tradisional, Kosmetk Dan Produk Komplemen. (2011). *Acuan Sediaan Herbal*. Jakarta. Badan Pengawas Obat Dan Makanan Indonesia.
- Eris Septiana dan Partomuan Simanjuntak. (2015). "Aktivitas Antimikroba Dan Anti Oksidan Ekstrak Beberapa Bagian Tanaman Kunyit". *Fitofarmaka: Jurnal Ilmiah Farmasi*, Vol 5, No 1. DOI: 10.33751/jf.v5i1.193
- Hasanah, Siti Uswatun et al. (2020). "Lindungi Imunitas Masyarakat Dengan Minuman Herbal. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 3, No 2., 212-218. <https://doi.org/10.31960/caradde.v3i2.602>.
- Hidayat, Sopyan & Achmad Alvian Syahputa. (2020). Sistem Imun Pada Manusia. *Jurnal Kreasi Seni dan Budaya*. 2 (3):145.
- Imro'atun Hasanah dan Ruspeni Daesusi. (2019). "Studi Etnobotani Tanaman Obat Di Desa Bumiayu Kabupaten Bojonegoro Dan Pemanfaatannya Dalam Bentuk Herbarium Sebagai Media Pembelajaran Biologi" . *Jurnal Pedago Biologi* Vol.7 No.2. DOI: <https://doi.org/10.30651/jpb.v7i2.9310>
- Keputusan Menteri HK.01.07/Menkes/187/2017
- Mushlih F. (2005). *Temu Temuan Dan Empon-Empon Budidaya Dan Manfaat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Peraturan Menteri Kesehatan No.6 tahun 2012
- Pudiastutiningtyas, N., Mubin N., Laras Intan S. Kusumayanti H. (2015). "Diversifikasi kunyit dan sebagai minuman herbal". *Metana*, 11(1):13-20.
- Rahardjo M. Dan O. Rostiana. (2007). *Standar Prosedur Operasional Budidaya Kunyit Dalam Standar Prosedur Operasional Jahe, Kencur, Kunyit Dan Temulawak*. Badan litbang Pertanian . Balitro- Bogor.
- Suherminingsih, Ita et al. (2020). "Pembuatan Jamu Tradisional Kunyit Asam Sebagai Minuman Peningkat Daya Imunitas Tubuh Pada Masa Pandemi Covid-19". *Prosiding Seminar Nasional Abdimas Ma Chung*. Fakultas Teknik Universitas Islam Malang
- Supardi. (2006). *Pengabdian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Surat Edaran Nomer : HK.02.02/IV.2243/2020
- Susilowati E. (2007). *Toga Tanaman Obat Keluarga*. Jakarta: CV Sinar Cemerlang Abadi.
- Sutoyo. (2010). "Keanekaragaman Hayati Indonesia", *Jurnal Buana Sains* Vol 10 N0 2: 101-106
- Widyasary, RR. Lellyanna. (1999). *Perbandingan Hasil Penggunaan Ekstrak Kunyit Dan Ekstrak Daun Sirihsebagai Obat Tradisional Terhadap Kulit Wajah Berjerawat*. Jakarta: Skripsi. Fakultas Pendidikan Teknologi Dan Kejuruan, Institut Keguruan Dan Ilmu Pendidikan.