Pemanfaatan Beras Kencur dan Daun Kelor sebagai Obat Tradisional Melalui Kegiatan KKN di RT 05 Desa Mudung Darat Kabupaten Muaro Jambi

Deny Sutrisno*[1], Eka Fitri Sulasama[2], Ana Maila[3]

[1,2,3]Program Studi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi, Indonesia
*e-mail: anamaila0101@gmail.com[3]

Abstrak

Indonesia memiliki banyak tanaman herbal yang mempunyai manfaat dalam menjaga kesehatan tubuh. Pengobatan tradisional yang sudah dilakukan oleh leluhur kita telah diwariskan dari generasi ke generasi. Salah satu daerah yang masih mengandalkan pengobatan tradisional adalah Masyarakat di Desa Mudung Darat Kabupaten Muaro Jambi khususnya di RT 05. Masyarakat masih mempertahankan tradisi ini dengan memanfaatkan tumbuhan yang ada di sekitar lingkungan untuk pengobatan. Tumbuhan yang tumbuh di lingkungan RT 05 antara lain rimpang kencur (Kaempferia galanga), beras (Oryza sativa), serai (Cymbopogon citratus) dan daun kelor (M. oleifera). Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan sediaan herbal yang dibuat dapat memberikan efek imunostimulator. Efek yang akan menguntungkan untuk peningkatan respon imun spesifik dan non spesifik. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat untuk terhadap penggunaan Kencur, Serai dan Daun Kelor serta dapat mengetahui cara pengolahan sediaan herbal Beras Kencur dan Daun Kelor Tersebut tersebut. Hasil kegiatan menunjukkan terdapat peningkatan tentang pengetahuan, cara pengolahan dan konsumsi obat herbal sebelum dan setelah adanya pengabdian masyarakat.

***Kata kunci**: Daun Kelor, Kencur, KKN, Mudung Darat, Serai*

Abstract

Indonesia has many herbal plants that have benefits in maintain healthy body. Traditional treatment has been carried out by our ancestors from generation to generation. One area that still relies on traditional medicine is the community in Mudung Darat Village, Muaro Jambi Regency, especially in RT 05. The community still maintains this tradition by utilizing plants that are around the environment for treatment. Plants that grow in the environment of RT 05 include kencur rhizome (Kaempferia galanga), rice (Oryza sativa), lemongrass (Cymbopogon citratus) and Moringa leaves (M. oleifera). In this KKN activity, it is hoped that the herbal preparations made can provide an immunostimulator effect. The effect will be beneficial for increasing specific and non-specific immune responses. The purpose of this KKN activity to increase public knowledge about the use of Kencur, Lemongrass and Moringa Leaves and can find out how to process the herbal preparations of Kencur Rice and Moringa Leaves. The results of the activity showed that there was an increase in knowledge, processing and consumption of herbal medicines before and after KKN.

***Keywords**: Kencur, KKN, Lemongrass, Moringa Leaves, Mudung Darat*

1. PENDAHULUAN

Indonesia memiliki keanekaragaman hayati yang sangat lengkap. Anugerah ini membuat Indonesia menjadi negara pengobatan herbal terbaik di dunia. Beragam jenis tanaman obat dapat tumbuh dengan subur di negara kita. Tanaman obat menjadi bahan utama dalam pembuatan jamu dan obat-obatan herbal (Savitri, 2016). Semakin tersohornya istilah back to nature, semakin mendorong pemanfaatan tanaman herbal yang berefek baik terhadap kesehatan serta semakin sering dilakukannya kajian atau studi terkait tanaman herbal oleh para ilmuwan (Dynash, 2017). Lingkungan RT 05 Desa Mudung Darat Kabupaten Muaro Jambi banyak ditumbuhi tanaman kencur, serai dan daun kelor yang potensinya sangat besar untuk dimanfaatkan dan diolah menjadi obat tradisional.

Salah satu obat tradisional yang diketahui adalah parem beras kencur, merupakan ramuan yang menggunakan beberapa bahan campuran untuk dijadikan alternatif obat diantaranya rimpang kencur (*Kaempferia galanga*), beras (*Oryza sativa*) dan serai (*Cymbopogon citratus*). Parem beras kencur memiliki banyak manfaat yaitu bisa digunakan untuk menyembuhkan kaki

yang kesleo atau bengkak, melemaskan otot- otot yang kaku, melancarkan peredaran darah, serta dapat mengembalikan kekebalan tubuh. Parem beras kencur merupakan pengobatan alternatif yang cukup efektif untuk berbagai masalah (Tamara *et al*., 2017).

Selanjutnya, daun kelor (*M. oleifera*) yang banyak tumbuh di lingkungan ini ternyata dapat dimanfaatkan menjadi the daun kelor yang dapat memberikan banyak manfaat. Zat yang terkandung dalam daun kelor bekerja sebagai sumber antioksidan alami yang efektif. Karena adanya beberapa macam senyawa antioksidan seperti flavonoid, asam askorbat, karotenoid dan fenolat. Kelor merupakan salah satu dari sekian tanaman yang mengandung banyak nutrisi penting terlebih lagi dalam jumlah yang tinggi hanya pada satu tanaman saja. Namun, kelor sendiri dilaporkan memiliki kandungan nutrisi yang berbeda lebih tinggi dibandingkan dengan yang ditemukan secara individual di beberapa jenis makanan dan sayuran. Ekstrak air daun kelor memiliki kandungan senyawa aktif alkaloid, saponin, tannin, fenol, flavonoid, triterpenoid, steroid, dan glikosida (Pradana, 2019).

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik melakukan kegiatan KKN di RT 05 Desa Mudung Darat. Sasaran utama pada kegiatan KKN ini adalah seluruh warga Desa Mudung Darat RT 05, Kegiatan ini juga bertujuan untuk mengetahui dan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang apa saja manfaat yang ada di kencur, serai dan daun kelor dan bagaimana cara pengolahannya sebagai obat tradisional.

2. METODE

Metode yang dilaksanakan dalam mencapai tujuan yang diharapkan dapat dirinci sebagai berikut:

2.1. Identifikasi Masalah dan Perizinan

Sebelum melakukan pengabdian masyarakat dilakukan survei awal di lingkungan RT 05 Desa Mudung Darat Kabupaten Muaro Jambi. Kemudian melakukan pengambilan data melalui kuisioner secara *door to door*/ rumah ke rumah.

2.2. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Adapun pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Persiapan pelaksanaan
   Pembuatan proposal, undangan peserta, penyiapan materi pre-test dan post-test (McKay-Nesbitt dan Bhatnagar, 2017), materi berupa ppt sebagai bahan informasi berupa penyuluhan yang diberikan.
b. Pemberian informasi berupa penyuluhan dengan materi yang disampaikan melalui sharing session dan brosur.

2.3. Melakukan Evaluasi dan Identifikasi Hasil dari Kuisioner

Kuisioner yang diberikan dalam bentuk *form*, dilakukan *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan peserta sebelum diberi informasi dan *post-test* untuk mengetahui terjadinya apakah terjadi peningkatan pengetahuan terhadap informasi yang diberikan.

2.4. Proses Pembuatan Produk

2.4.1. Parem Beras Kencur

a. Bahan alami yang mempunyai ukuran besar seperti jahe, lembuyangan, kencur dan temu giring diiris dan dijemur di bawah sinar matahari.
b. Bahan – bahan yang setengah kering tersebut dicampurkan dengan bahan- bahan yang sudah kering dan bentuknya memang sudah kecil kecil seperti cengkeh, biji pala, kayu manis, dan adas pulawaras. Kemudian semua bahan tadi dijemur kembali sampai benar-benar kering.
c. Setelah itu, ditumbuk semua bahan tersebut sampai halus dan diayak agar partikel yang kasar tidak ikut masuk.

d. Hasil ayakan yang sudah halus kemudian dicampurkan dengan tepung beras, diaduk rata dan tambahkan minyak gondopuro. Kembali diaduk sampai semua adonan parem merata dan bertekstur lembek.
e. Setelah tercampur rata, dibuat bulatan – bulatan dari adonan tersebut lalu ditekan agar lebih pipih dan cepat kering ketika dijemur. Pipihan parem beras kencur tersebut dijemur lagi hingga kering.
f. Parem beras kencur Anda sudah jadi dan siap dipakai.

2.4.2. Teh Daun Kelor

a. Siapkan ± 500gr daun kelor lalu selanjutnya dicuci hingga bersih dan dipisahkan dari rantingnya. Setelah dicuci hingga bersih
b. Daun ditiriskan dan dipisahkan dengan daun yang sudah kuning. Daun yang sudah dipisahkan lalu dijemur hingga kering, hindari penjemuran dibawah sinar matahari langsung agar nutrisinya tidak hilang.
c. Daun yang sudah dikeringkan lalu diblender hingga kecil-kecil. Teh herbal daun kelor siap dikonsumsi.
d. Kelemahan dari teh daun kelor ini adalah memiliki rasa langau. Untuk itu, untuk mengurangi rasa langu dari daun kelor ini dapat ditambahkan madu sebagai pemanis sekaligus menyamarkan rasa langu.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dari tanggal 11 s/d tanggal 30 November tahun 2021 ini diharapkan dapat memberikan edukasi yang berkelanjutan bagi warga masyarakat di RT 05 Desa Mudung Darat Kabupaten Muaro Jambi sehingga warga dapat mengetahui manfaat dari tanaman kencur, serai dan daun kelor serta proses pembuatan olahan tanaman kencur serai, dan daun kelor dari proses awal sampai akhir.

Kegiatan ini dihadiri oleh warga di RT 05 Desa Mudung Darat. Sehingga diharapkan terdapat perubahan kondisi sebelum dan setelah program pengabdian masyarakat ini dilakukan.

3.1. Sosialisasi Kegiatan dengan Warga RT 05 Desa Mudung Darat

Kegiatan Sosialisasi ini terdiri dari pemberian materi, ceramah, penyuluhan dan diskusi dengan warga RT 05 Desa Mudung Darat yang dapat dilihat pada Gambar 1. Sebelum kegiatan ini dilakukan *pre-test* dan setelah kegiatan ini dilakukan *post test* yang dapat dilihat pada Tabel 1.

(a) (b)

Gambar 1. (a) Kegiatan Sosialisasi (b) Pengecekan Tensi Darah dan Asam Urat

Berdasarkan Tabel 1, terdapat peningkatan nilai dari hasil *pre-test* dan *post test*. Peningkatan ini berupa pengetahuan masyarakat tentang tanaman kencur, serai dan daun kelor serta khasiat dari tanaman ini, cara pengolahan dan pemanfaatan tanaman ini yang tumbuh subur di lingkungan RT 05 Desa Mudung Darat. Bahkan bisa menjadi salah satu sumber pendapatan ekonomi jika dimanfaatkan secara serius dan terus dilakukan improvisasi dalam pengolahan dan pemanfaatannya.

Tabel 1. *Pre-Test* dan *Post Test* Kegiatan Sosialisasi

No	Nama Peserta	Nilai *Pre-Test*	Nilai *Post Test*
1	Murniati	5	9
2	Maimunah	5	10
3	Asma	5	8
4	Sartika	5	9
5	Jamila	7	8
6	Marlina	5	9
7	Rokayah	6	9
8	Samsidar	6	10
9	Juriyah	6	10
10	Yusmaini	5	9
11	Rohani	7	10
12	Martini	7	9
13	Setiawati	7	9
14	Siti Rahma	6	8
15	Masnawati	6	10
16	Muasiani	8	10
	Jumlah	96	147
	Rata-Rata	6	9,18
	Persentase	6%	9%

3.3. Pembuatan Olahan Tanaman Kencur, Serai dan Daun Kelor

Sebelum dilakukan praktek pembuatan olahan tanaman kencur, serai dan daun kelor perlu dipersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan, kemudian di jelaskan langkah-langkah pembuatan produknya. Selain dilakukan penjelasan cara pembuatannya juga dibagikan brosur yang berisi komposisi dan tahap-tahap pembuatannya, agar nantinya warga dapat melakukannya sendiri di rumah masing-masing.

3.3.1. Parem Beras Kencur

Cara membuat sediaan dari kencur (*Kaempferia galanga*), beras (*Oriza sativa*) dan serai (*Cymbopogon citratus*) dalam bentuk parem keping melalui proses pengeringan selama 1 hari dengan menggunakan pelarut air. Parem dibuat dengan memasukan 100 gram simplisia dan 200 gram beras (*Oriza sativa*), air sebanyak 25 ml, parem yang didapat yaitu 100 gram dan menghasilkan 10 bulatan dengan masing-masing berat 10 gram (Silalahi, 2019). Produk olahan berupa parem beras kencur dapat dilihat pada Gambar 2.

Gambar 2. Produk Olahan Berupa Parem Beras Kencur Serai

Gambar 2 merupakan hasil pengolahan dari beras, kencur, dan serai. Parem memiliki manfaat untuk meringankan rasa sakit, melancarkan peredaran darah, menghangatkan dan mengeluarkan racun dalam tubuh sedangkan khasiat serai untuk menghangatkan badan, maka

kencur juga menunjukan hasil pada sediaan karena dari khasiatnya kencur bisa menyembuhkan luka (Riantini *et al.,* 2019).

3.3.2. The Daun Kelor

Teh daun kelor merupak sedian yang terbuat dari bahan alami yaitu daun kelor, sediaan ini cukup mudah diterapkan dikalangan masyarakat karna hanya memerlukan bahan daun kelor yang kemudian dikeringkan kemudian diblender hingga halus dan disangrai. Olahan dari daun kelor dapat dilihat pada Gambar 3.

Gambar 3. The Daun Kelor

Gambar 3 merupakan hasil olahan dari daun kelor yang berupa teh. Teh ini berkhasiat untuk mencegah diabetes, mengobati liper, menghilangkan nyeri rematik, memperkuat kekebalan tubuh, menurunkan tekanan darah tinggi, mencegah penyakit jantung, merangsang produksiasi, dan mencegah penuaan dini (Britany dan Sumarni, 2020). Sediaan ini memiliki banyak khasiat yang umum dialami masyarakat, sediaan ini juga digunakan masyrakat Desa Mudung Darat untuk menurunkan darah tinggi. Pada umumnya masyarakat desa mudung darat tidak banyak menggunakan sediaan ini untuk menurunkan darah tinggi karna tidak tau cara pengolahannya (Atiqah, 2017).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyrakat yang telah dilakukan di RT 05 Desa Mudung Darat Kecamatan Maro Sebo Kabupaten Muaro Jambi dapat disimpulkan bahwa pengetahuan dan pemahaman masyarakat di RT 05 mengalami peningkatan setelah dilakukannya penyuluhan dan pemberian edukasi yang dapat dilihat dari hasil *post test* dan *pre-test* responden terhadap kegiatan yang dilakukan. Adapun kegiatan keberlanjutan masyarakat yang diharapkan adalah dapat memanfaatkan ilmu yang diberikan saat penyuluhan kepada masyarakat luas.

DAFTAR PUSTAKA

Atiqah, S.N. 2017. Optimasi dan Uji Pelepasan Quersetin Ekstrak Daun Kelor (Moringa oleifera) dalam Sediaan Gel-Mikroemulsi. [eSkripsi]. http://etheses.uin-malang.ac.id.

Britany, M. N dan L. Sumarni. (2020). Pembuatan Teh Herbal Dari Daun Kelor Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Selama Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Limo. Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ. Universitas Muhammadiyah Jakarta. Jakarta.

Dynash, J. (2017). Keanekaragaman Hayati Flora dan Fauna Indonesia. Jakarta: Gramedia.

McKay-Nesbitt, J and N. Bhatnagar. (2017). Experimental Methods. In K. Kubacki & S. Rundle-Thiele (Eds.), Formative Research in Social Marketing. Singapore: Springer.

Pradana, D. L C., R. Revina., V. Rifkia. (2019). Pelatihan Pembuatan Teh Daun Kelor Sebagai Antioksidan dan Pencegah Diabetes Bagi Masyarakat Kampung Utan Depok. Jurnal

Keberlanjutan Program Pemberdayaan Masyarakat Era Revolusi Industri 4.0. Fakultas Kedokteran. Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Jakarta.

Riantini, N. W. A., E. Kriswiyanti., I. P. Sudiartawan. (2019). Jenis dan Bagian Tumbuhan Bahan Boreh Penyakit Tuju (Rematik) di Desa Taro Kecamatan Tegallalang, Kabupaten Gianyar, Bali. Journal of Biological Science. 6(2):206-216. http://ojs.unud.ac.id/index.php/metamorfosa.

Savitri, Astrid. (2016). Tanaman Ajaib Basmi Penyakit Dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Depok: Bibit Publisher.

Silalahi, M. (2019). Ramuan Obat Tradisional Sub-Etnis Batak Karo Yang Diperjualbelikan Di Pasar Berastagi Dan Kabanjahe Sumatera Utara, Indonesia. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan. 15(2):15-24. DOI: 10.26753/jikk.v15i2.293

Tamara, L., S. Andriani., Y. Helmiawati. (2017). Pembuatan Sediaan Parem dari Kencur (*Kaemferia galanga L*) Beras (*Oriza sativa*) Dan Serai (*Cymbopogon citratus*) Sebagai Penyembuhan Luka Memar, Bengkak dan Keseleo. Journal of Holistic and Health Science. 1(1):63-72.