



PELATIHAN PEMBUATAN SERBUK JAMU KUNYIT ASAM DI DESA KUTAI LAMA, KECAMATAN ANGGANA, KABUPATEN KUTAI KARTANEGARA TAHUN 2024

Submitted:

01 Oktober 2024

Edited:

23 April 2025

Accepted:

28 April 2025

Ghina Adhila, Novi Milasari, Reksi Sundu, Sari Nur Aisyah, Enzya Anzaryyyqurahman, Arfiatin Nurhidayah, Fadilla Nur Salsabila, Miliana Theresa Simo Saleh, Oktavia Amanda

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Email : kknt3kutlam@gmail.com

ABSTRAK

Jamu kunyit asam merupakan minuman herbal yang dikenal memiliki berbagai manfaat kesehatan, termasuk sebagai antioksidan dan anti-inflamasi. Namun, pengetahuan dan keterampilan masyarakat, khususnya ibu-ibu PKK di Desa Kutai Lama, mengenai pembuatan jamu ini masih terbatas. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu PKK dalam memproduksi jamu kunyit asam serbuk yang lebih tahan lama, serta membuka peluang usaha baru di desa. Pelatihan dilakukan oleh mahasiswa KKN dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda dengan melibatkan 15 peserta. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, demonstrasi pembuatan jamu, dan pengisian kuesioner untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan sesudah pelatihan. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa 80% peserta menilai pelatihan sangat baik dan bermanfaat. Terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai manfaat jamu dan cara pengolahannya, serta 86,7% peserta belum pernah mengikuti pelatihan serupa sebelumnya. Pelatihan ini tidak hanya memberikan pengetahuan baru kepada peserta, tetapi juga membuka peluang untuk pengembangan usaha jamu di Desa Kutai Lama, yang berpotensi meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilanjutkan untuk memperluas pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam bidang kesehatan.

Kata Kunci : Pelatihan, Serbuk Jamu, Kunyit Asam



PENDAHULUAN

Jamu merupakan minuman tradisional yang umum ditemui di masyarakat. Jamu dikenal sebagai minuman herbal yang digunakan sebagai obat untuk berbagai penyakit. Sekitar 75% dari 200 juta orang Indonesia mengkonsumsi berbagai jenis produk jamu secara teratur untuk mencegah atau mengobati penyakit. Jamu kunyit asam banyak dijual di berbagai tempat, mulai dari jamu gendong maupun jamu sachet yang diproduksi oleh industri besar. Masyarakat biasanya mengkonsumsi jamu kunyit asam dalam bentuk cair yang mudah ditemui di pasar tradisional atau penjual jamu gendong. Jamu yang dijual dalam bentuk cair bersifat mudah mengendap sehingga dalam penyajiannya penjual akan mengocok jamu terlebih dahulu kemudian disajikan dalam gelas (Torri, 2013).

Minuman jamu dibuat dari bahan-bahan alami seperti nabati dengan memanfaatkan daun, batang, akar, rimpang, bunga, dan yang lainnya. Salah satu jamu yang banyak dikenal dan dikonsumsi masyarakat adalah jamu kunyit asam. Kunyit mengandung senyawa fenolik yang digunakan sebagai antioksidan yang memiliki manfaat sebagai analgetika, antimikroba, antiinflamasi dan dapat membersihkan darah. Pengurangan nyeri haid disebabkan karena penghambatan terjadinya reaksi cyclooxygenase (COX) (Marsaid *et al.*, 2017; Restu *et al.*, 2024). Bagian tanaman kunyit yang digunakan adalah rimpang yang mengandung kurkuminoid termasuk kurkumin, desmetoksi kurkumin, bisdesmetoksi kurkumin, resin, minyak atsiri termasuk α dan β tumeron, artumeron, α atlanton, kurlon, zingiberene dan kurkumol. Penggunaan kunyit secara tradisional untuk penderita kencing manis, rematik, penyakit kulit, demam, sembelit, kurang darah dan lain sebagainya (KemenKes RI., 2012). Disamping itu kunyit juga memiliki efek sebagai hepatoprotektor, antiinflamasi, antiflogistik, antioksidan, antidiabetes, anti tukak lambung dan anti hiperkolesterolemia, antihiperlipidemia, nyeri sendi dan tulang (Esperanza *et al.*, 2021). Hasil penelitian terdahulu menemukan bahwa dosis 6 g kurkumin per hari selama 4-7 minggu aman bagi manusia dan tidak menyebabkan efek toksik. Kurkumin dapat diberikan secara oral dengan dosis 500 mg 2 kali sehari selama 30 hari (Rahmah, 2019).

Bagian tanaman asam jawa yang sering digunakan adalah buahnya yang memiliki kandungan kimia flavonoid dan proantosianidin dalam berbagai bentuk seperti apigenin, katekin, prosianidin B2, epikatekin, prosianidin dimer, prosianidin trimer, prosianidin tetramer, prosianidin pentamer, prosianidin, taxifolin, luteolin, eriodikitol dan naringenin bunga. Buah asam jawa secara tradisional digunakan untuk mengobati borok, sebagai obat luka, batuk, demam dan lain sebagainya. Disamping itu buah asam jawa juga memiliki efek sebagai antibakteri, antifungi, antioksidan, analgesik, anti-inflamasi, anti tukak lambung, spasmogenik, spasmolitik, laksatif, hepatoprotektif, anti katarak, antihiperglikemia, anti hiperlipidemia dan anti obesitas (Esperanza *et al.*, 2021). Selain itu, telah diteliti pula khasiat kurkumin sebagai agen kemopreventif dan kemoterapi penyakit kanker secara praklinik dan klinik (Mutiah, 2015).

Minuman kunyit asam sangat disenangi oleh masyarakat, karena rasanya yang segar. Namun, minuman kunyit asam ini harus selalu dibuat baru, karena tidak bisa bertahan lama, mudah ditumbuhi jamur. Sehingga diperlukan suatu inovasi dalam pembuatan minuman jamu kunyit asam, yaitu diolah menjadi minuman serbuk instan, yang rasanya juga tetap sama dengan minuman jamu kunyit asam. Serbuk jamu instan ialah obat tradisional yang berbentuk serbuk, berisi seluruh bahan tanaman penyusun jamu tersebut yang disediakan dan digunakan secara tradisional (Yusransyah *et al.*, 2023).

Masyarakat Desa Kutai Lama gemar mengonsumsi jamu kunyit asam, namun masih dalam bentuk minuman siap saji yang dijual oleh pedagang jamu keliling. Hal ini diduga karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan Masyarakat Desa Kutai Lama memproduksi minuman kunyit asam, khususnya kunyit asam dalam bentuk minuman serbuk. Di Desa Kutai Lama, salah satu organisasi masyarakat yang berperan aktif ialah ibu-ibu PKK, sehingga dapat diberdayakan pada aktivitas pengabdian kepada masyarakat dalam pembuatan serbuk jamu kunyit asam. Oleh karena itu, dipandang perlu bagi Mahasiswa KKN-T Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda untuk melakukan Penyuluhan dan Pelatihan kepada masyarakat desa

khususnya ibu-ibu PKK dengan mengambil judul "Pelatihan Pembuatan Serbuk Jamu Kunyit Asam".

BAHAN DAN METODE

Tempat, Waktu, dan Kelompok Sasaran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di ruang rapat Kantor Desa Kutai Lama, pada hari Jumat tanggal 6 September 2024. Kelompok sasaran untuk kegiatan ialah 15 orang ibu-ibu PKK Desa Kutai Lama. Tujuan dari pelatihan pembuatan serbuk jamu kunyit asam serbuk ini untuk meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat khususnya ibu-ibu PKK Desa Kutai Lama, tentang manfaat jamu dan cara memodifikasi bentuk sediaan jamu sehingga memperpanjang jangka waktu penyimpanan.

Alat dan bahan

Alat yang digunakan yaitu pisau, talenan, blender, kain saring, wadah atau baskom, wajan, spatula, ayakan, dan sendok. Adapun bahan yang digunakan yaitu kunyit, serai, asam jawa, dan gula pasir.

Proses Pembuatan

Disiapkan alat dan bahan yang akan digunakan. Kunyit dikupas dan dibersihkan dengan air mengalir, lalu dirajang. Serai dibersihkan dan dipotong kecil. Kunyit dan serai dimasukkan ke dalam blender dan dihaluskan, dengan menambahkan 1 L air. Campuran bahan yang sudah diblender kemudian disaring dan didiamkan selama 1 jam agar pati mengendap, lalu dipisahkan. Disiapkan larutan asam jawa dengan melarutkan $\frac{1}{4}$ bungkus asam jawa dalam 50 mL air panas dan disaring.

Larutan kunyit dan serai yang sudah didiamkan (diendapkan) kemudian dimasukkan ke dalam wajan, dan tambahkan larutan asam jawa. Campuran bahan dimasak hingga mendidih sambil terus diaduk. Setelah mendidih, ditambahkan 1 kg gula dan diaduk hingga mengental dan terbentuk serbuk. Kemudian serbuk dihaluskan dan diayak, dan serbuk siap untuk dikemas.

Metode Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah menggunakan angket, disertai *pre* dan *post-test*. Angket merupakan metode pengumpulan data yang telah dilakukan dengan cara memberikan beberapa macam pertanyaan yang berhubungan dengan masalah penelitian (Prawiyogi, 2021). Pada pengabdian ini data angket yang ditanyakan ialah terkait kebermanfaatan kegiatan, kesesuaian pelatihan, pengetahuan setelah pelatihan, dan kemampuan melanjutkan pelatihan secara mandiri. Pertanyaan *pre* dan *post test* yang diajukan ialah terkait pemahaman peserta mengenai kelebihan produk serbuk jamu instan, empon-empon, bahan pembuat serbuk jamu instan, manfaat serbuk jamu instan.

Analisis Dan Penyajian Data

Analisis data dilakukan dengan mengumpulkan data angket, data *pre test* dan data *post test*. Setelah dikumpulkan kemudian data diolah dan dibuat dalam bentuk grafik dan tabel. Hasil dari pengolahan data digunakan untuk mengukur pemahaman peserta terkait materi pembuatan serbuk jamu kunyit asam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan pembuatan jamu kunyit asam serbuk merupakan program kerja utama dari Mahasiswa KKN STIKSAM periode 3 di Desa Kutai Lama Kecamatan Anggana Kabupaten Kutai Kartanegara. Narasumber pada kegiatan pelatihan ini yaitu Ibu Dosen apt. Ghina Adhila, S.Farm., M.Farm. Kegiatan dilaksanakan di Ruang Rapat Kantor Desa Kutai Lama yang dihadiri oleh 15 peserta dari ibu-ibu PKK.

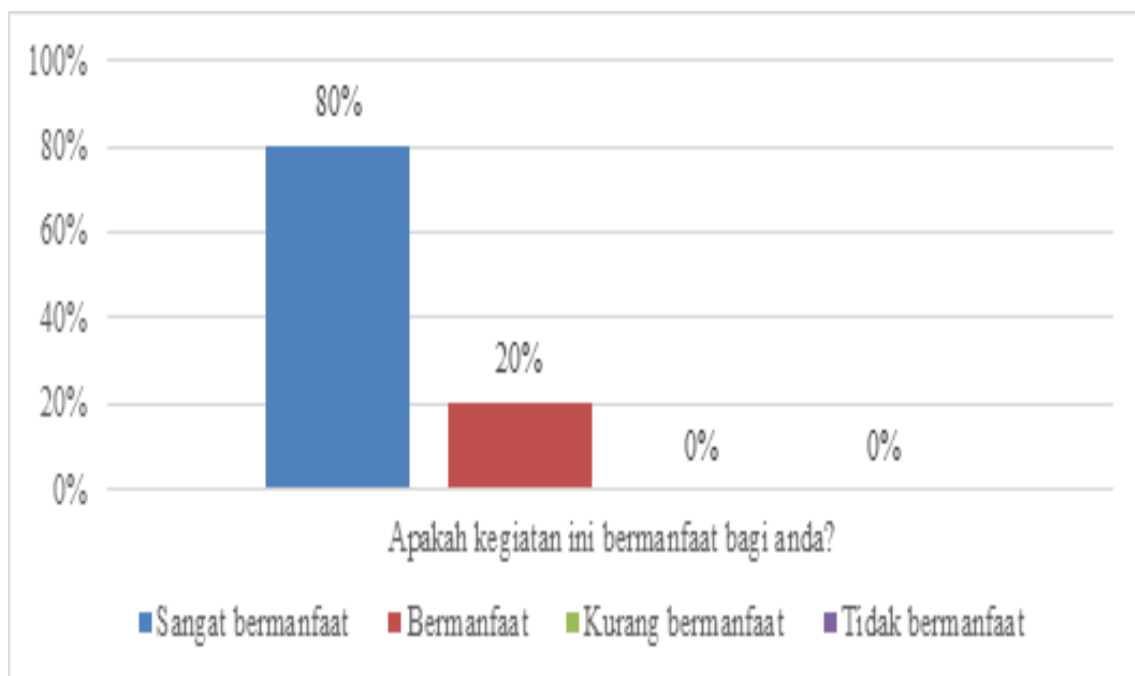
Hasil dari pelatihan ini yaitu meningkatkan pemahaman masyarakat tentang manfaat minum jamu khususnya jamu kunyit asam dan memperlihatkan secara langsung kepada ibu-ibu PKK bagaimana cara membuat jamu serbuk serta memberikan alternatif cara menyimpan jamu yang memiliki masa simpan yang cukup lama. Selain itu juga dengan diadakannya pelatihan ini, masyarakat dapat mengembangkan jamu serbuk ini dan menjadikan usaha di Desa Kutai Lama.



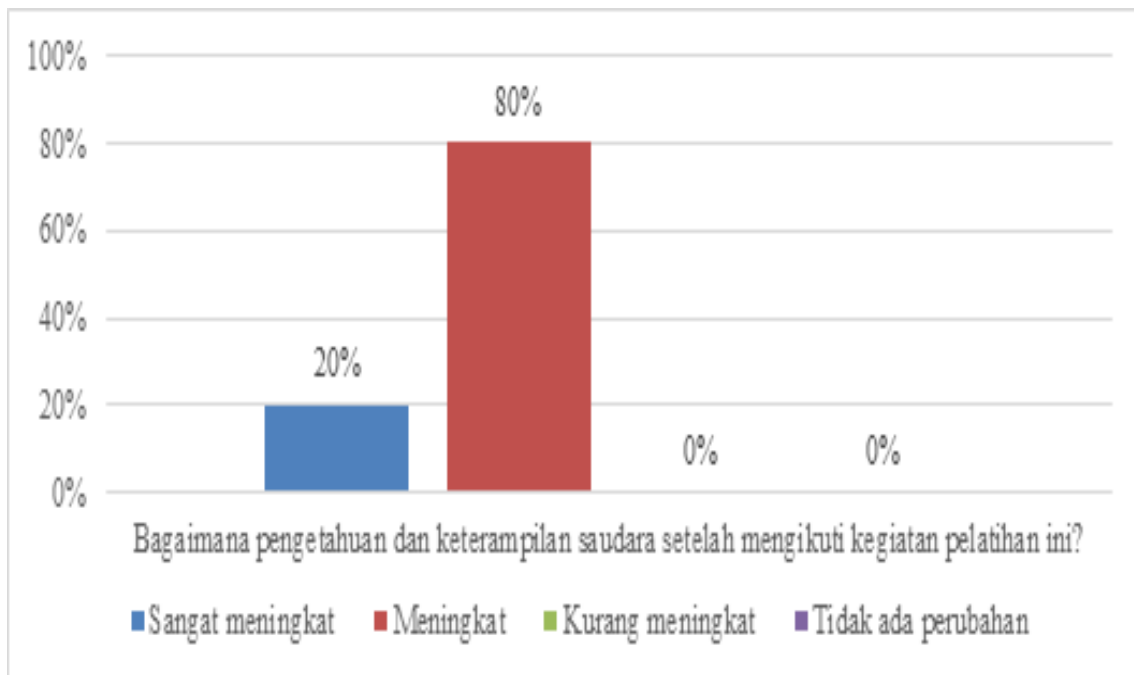
Gambar 1. Foto-foto kegiatan

Berdasarkan data yang telah diisi oleh ibu-ibu PKK, diperoleh data sebagai berikut :

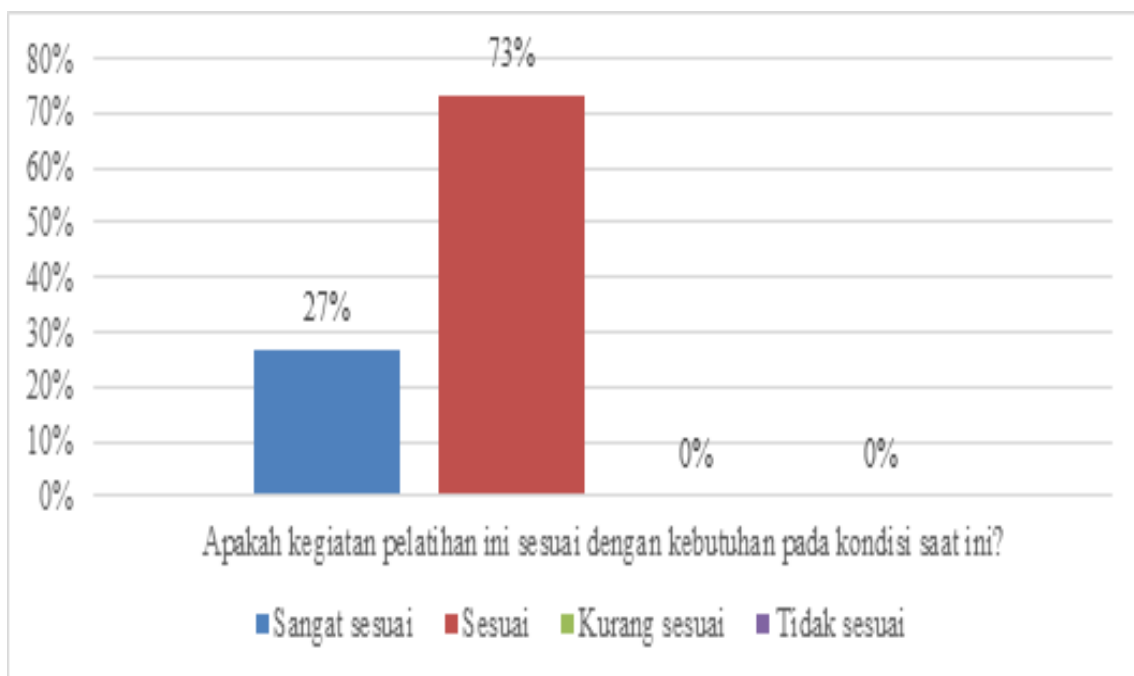
Data angket



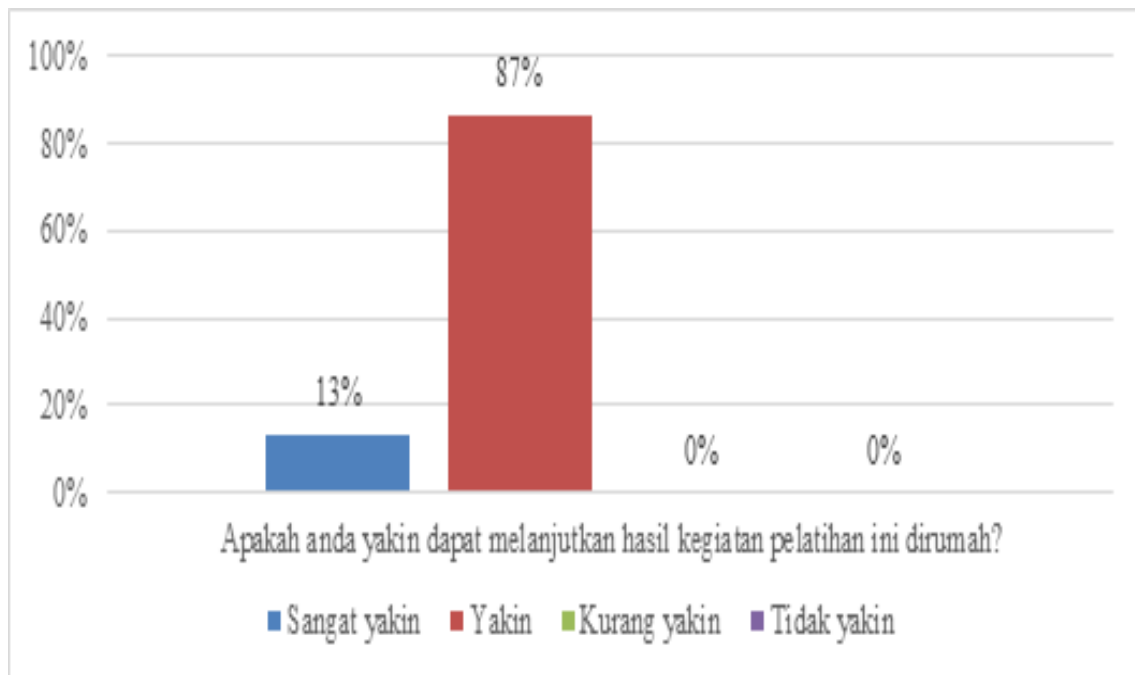
Grafik 1. Kebermanfaatan kegiatan pelatihan bagi masyarakat



Grafik 2. Pengetahuan dan keterampilan masyarakat setelah mengikuti pelatihan



Grafik 3. Kesesuaian pelatihan dengan kebutuhan kondisi masyarakat saat ini



Grafik 4. Kemampuan masyarakat untuk melanjutkan pelatihan secara mandiri

Berdasarkan data di atas diperoleh hasil terkait kegiatan “Pelatihan Pembuatan Jamu Kunyit Asam Serbuk di Desa Kutai Lama” tahun 2024. Pelatihan pembuatan jamu kunyit asam serbuk sangat bermanfaat bagi 80% peserta pelatihan dan 20% peserta lainnya menyatakan pelatihan ini bermanfaat. Kegiatan dikatakan berjalan lancar yaitu dengan mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta setelah mengikuti pelatihan. Sebanyak 80% peserta menyatakan bahwa pengetahuan dan keterampilannya meningkat, dan sangat meningkat bagi 20% peserta lainnya. Berdasarkan hasil data, 11 dari 15 peserta menyatakan pelatihan pembuatan serbuk jamu kunyit asam tahun 2024 dengan keadaan Desa. Tujuan dari kegiatan pelatihan ini ialah memberikan keterampilan kepada masyarakat Desa Kutai Lama untuk membuat jamu serbuk. Sebanyak 13 dari 15 peserta merasa yakin dapat melanjutkan produksi jamu serbuk ini di rumah.

Berdasarkan hasil kuesioner pretest dan posttest yang diisi oleh peserta pelatihan pembuatan jamu kunyit asam serbuk diketahui bahwa pengetahuan peserta meningkat pesat setelah mengikuti kegiatan ini. Peserta memahami kelebihan dari produk jamu

serbuk yaitu mudah disajikan baik sebelum dan setelah pelatihan dilaksanakan diukur dari responden peserta pretest dengan persentase

100% dan persentase posttest 100% jawaban benar. Jamu kunyit asam merupakan salah satu obat tradisional Indonesia mendapatkan responden pretest dengan persentase 46,7% dan persentase posttest 100% jawaban benar. Peserta juga telah memahami bahwa asam jawa bukan bagian dari empon-empon baik sebelum maupun sesudah pelatihan dilaksanakan diukur dari responden pretest dengan persentase 100% dan persentase posttest 100% jawaban benar. Gula merupakan bahan yang dapat mengubah jamu cair menjadi serbuk, pengetahuan ini diperoleh peserta setelah mengikuti pelatihan ini diukur dari responden pretest dengan persentase 0% dan persentase pretest 100% jawaban benar. Pengetahuan peserta tentang manfaat atau khasiat dari jamu kunyit asam sebagai pereda nyeri haid meningkat setelah mengikuti pelatihan, diukur dari responden pretest dengan persentase 60% meningkat menjadi 100% jawaban benar. Berdasarkan jabaran di atas, diketahui bahwa pemahaman peserta meningkat setelah mengikuti pelatihan pembuatan jamu kunyit asam serbuk.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan “Pelatihan Pembuatan Serbuk Jamu Kunyit Asam” yang dilaksanakan di Desa Kutai Lama pada 6 September 2024 berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu PKK dalam memproduksi jamu serbuk. Dengan melibatkan 15 peserta, pelatihan ini menunjukkan dukungan positif dari keluarga dan antusiasme peserta, sebanyak 80% menilai pelatihan sangat baik dan bermanfaat. Hasil data angket serta *pre test* dan *post test* menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai manfaat jamu dan cara mengolah jamu serbuk, serta keyakinan peserta untuk menerapkan kembali pengetahuan yang diperoleh. Selain itu, pelatihan ini juga membuka peluang untuk pengembangan usaha jamu di Desa Kutai Lama mengingat sebagian besar peserta belum pernah mengikuti pelatihan serupa sebelumnya. Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan baru, tetapi juga memberikan ide usaha yang dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat di Desa Kutai Lama.

DAFTAR PUSTAKA

- Esperanza Y., Prabowo, S., dan Handajani, F. (2021). Efektivitas Pemberian Curcumin terhadap Perbaikan Fungsi Hepar Tikus Putih (*Rattus Novergicus*) yang diinduksi Parasetamol Dosis Tinggi: Studi Literatur. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 10(2), 208-221. <https://doi.org/10.30742/jikw.v10i2.1250>
- Kementerian Kesehatan RI. (2012). *Vademekum Tanaman Obat untuk saintifikasi jamu jilid 1* (Edisi Revisi). Jakarta. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Marsaid, Nurjayanti, D., dan Rimbaga, Y. A. (2017). Efektifitas pemberian ekstrak kunyit asam terhadap penurunan dismenore pada remaja putri di desa tambang kecamatan pudak kabupaten ponorogo. *Global health science*, 2(2), 122-125. <http://dx.doi.org/10.33846/ghs.v2i2.81>
- Mutiah, R. (2015). Evidence Based Kurkumin dari Tanaman Kunyit (*Curcuma longa*) sebagai Terapi Kanker Pada Pengobatan Modern. *Jurnal Farma Sains*, 1(1), 28-41. <https://doi.org/10.18860/jip.v1i1.4178>
- Prawiyogi A., Sadiyah T. L., Purwanugraha, A., Elisa, P. N. (2021). Penggunaan Media Big Book untuk Menumbuhkan Minat Baca Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 446-452. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.787>
- Rahmah, A. R. A. (2019). Efektivitas Rimpang Kunyit (*Curcuma domestica*) terhadap Penurunan Risiko Aterosklerosis. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 113-120. <https://doi.org/10.22487/preventif.v1>
- Restu, C. V., Putri, B., dan Widayati, R.S. (2024). Pengaruh Pemberian Serbuk Instan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenorea Pada Remaja Di Sma Alislam 1 Surakarta. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(4), 13087-13092. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i4.34368>
- Torri, M. C. (2013). Knowledge and Risk Perceptions of Traditional Jamu Medicine among Urban Consumers. *European Journal of Medicinal Plants*, 3(1), 25-39. <https://doi.org/10.9734/EJMP/2013/1813>
- Yusransyah, Stiani, S. N., Fathiyati, Rachman, S. N., Halimatusyadiah, L., Endah, Ismiyati, R., Harfan, A., dan Pertiwi, M. (2023). Pelatihan Pembuatan Jamu Instan Pada Masyarakat Di Desa Kemanisan Kecamatan Curug Serang Sebagai Upaya Peningkatan Kemandirian Ekonomi Keluarga. *Jurnal Abdi Masyarakat Kita*, 3(1), 84-94. <https://doi.org/10.33759/asta.v3i1.366>