



Pelatihan Budidaya *Curcuma spp* dan Pembuatan Olahan Minuman Kesehatan untuk Peningkatan Imunitas

*Training of *Curcuma spp* Cultivation and Processing Health Drink for Increase Immunity*

Nirva Rantesigi✉, **Ulfa Sufyaningsi**, **Agusrianto**
Prodi D-III Keperawatan Poso, Poltekkes Kemenkes Palu
✉Email: nirvarantesigi@gmail.com

ABSTRAK

WHO menetapkan Corona Virus (nCoV-19) sebagai wabah pandemi global. Ancaman pandemic semakin besar ketika berbagai kasus menunjukkan penularan antar manusia (*human to human transmission*) pada petugas kesehatan yang merawat pasien, menyebabkan peningkatan jumlah kasus yang luar biasa hingga kasus terkonfirmasi covid 19 sampai Juni 2021 berjumlah 178.837.204. pada kelompok rentan dengan imunitas yang menurun rentan untuk tertular dan menderita infeksi Covid 19, peningkatan imunitas masyarakat penting untuk mencegah dan melawan infeksi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk Memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat dalam membudidayakan dan mengolah curucuma sebagai salah satu minuman untuk meningkatkan imunitas tubuh. Metode kegiatan ini adalah pelatihan, pembuatan olahan minuman kesehatan dan pembuatan kebun Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Hasil kegiatan yaitu meningkatnya pengetahuan tentang manfaat curcuma untuk imunitas, keluarga membuat kebun TOGA dan mampu membuat plahan dari bahan curcuma. Kesimpulan yaitu meningkatnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam budidaya dan pengolahan curcuma menjadi minuman kesehatan. Saran bagi petugas kesehatan untuk rutin memberikan pendampingan kepada masyarakat dalam upaya peningkatan imunitas fisik seperti penggunaan bahan alam dimasa pandemi covid.

Kata Kunci: Pelatihan; *Curcuma spp*; imunitas.

ABSTRACT

WHO has declared Corona Virus (nCoV-19) as a global pandemic. The threat of a pandemic is getting bigger when various cases show human-to-human transmission to health workers who treat patients, causing an extraordinary increase in the number of cases until confirmed cases of covid 19 until June 2021 amounted to 178.837,204. in vulnerable groups with decreased immunity who are susceptible to contracting and suffering from Covid 19 infection, increasing community immunity is important to prevent and fight infection. The purpose of this activity to provide knowledge and skills to the community in cultivating and processing curucuma as a drink to increase body immunity. The methods of this activity are training, making processed health drinks and making a family medicinal plant garden (TOGA). The results of the activity are increasing knowledge about the benefits of curcuma for immunity, families making TOGA gardens and being able to make plans from curcuma ingredients. The conclusion is the increasing knowledge and skills of the community in the cultivation and processing of curcuma into health drinks. Suggestions for health workers to routinely provide assistance to the community in efforts to increase physical immunity such as the use of natural materials during the covid pandemic.

Keywords: Training; *curcuma spp*; immunity.

Copyright (c) 2021

DOI: <http://doi.org/10.33860/mce.v1i1.654>

Received: 19-10-2021; Accepted: 28-10-2021; Published: 28-10-2021

PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020 dunia dikagetkan dengan kejadian infeksi berat dengan penyebab yang belum diketahui, yang berawal dari laporan dari Cina kepada *World Health Organization* (WHO) terdapatnya 44 pasien pneumonia yang berat di suatu wilayah yaitu Kota Wuhan tepatnya di hari terakhir tahun 2019. Dugaan awal hal ini terkait dengan pasar basah yang menjual ikan, hewan laut dan berbagai hewan lain. Pada 10 Januari 2020 penyebabnya mulai teridentifikasi dan didapatkan kode genetiknya yaitu virus corona baru. Tidak lama kemudian mulai muncul laporan dari provinsi lain di Cina bahkan di luar Cina, pada orang-orang dengan riwayat perjalanan dari Kota Wuhan dan Cina yaitu Korea Selatan, Jepang, Thailand, Amerika Serikat, Makau, Hongkong, Singapura, Malaysia hingga total 25 negara termasuk Prancis, Jerman, Uni Emirat Arab, Vietnam dan Kamboja. Ancaman pandemik semakin besar ketika berbagai kasus menunjukkan penularan antar manusia (*human to human transmission*) pada dokter dan petugas medis yang merawat pasien tanpa ada riwayat berpergian ke pasar yang sudah ditutup. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Sebagaimana telah diketahui bahwa virus corona menyerang kekebalan tubuh sehingga tubuh diminta untuk mampu menahan serangan dari Covid-19. Jika covid-19 menyerang kelompok dengan imunitas yang rendah, maka akan terjadi kegawatan pada system pernafasan (Randolph & Barreiro, 2020). Imunitas yang baik akan mampu menghadapi infeksi virus covid-19. Sehingga saat terjadinya wabah covid-19 setiap individu dituntut untuk semaksimal mungkin meningkatkan imunitas dalam diri mereka, hal ini akan menguntungkan bagi mereka dalam pertahanan tubuhnya.

Penularan langsung antar manusia (*human to human transmission*) ini menimbulkan peningkatan jumlah kasus yang luar biasa hingga pada Menurut data WHO kasus terkonfirmasi covid 19 sampai juni 2021 berjumlah 178.837.204, sedangkan kasus terkonfirmasi Covid 19 di Indonesia adalah 2.033.421 dengan angka kematian 55.594. untuk di Provinsi Sulawesi Tengah jumlah kasus terkonfirmasi Covid 19 adalah 13.237 jiwa dan khusus yang terkonfirmasi covid 19 di Kab. Poso yakni 1.873 jiwa (Surveilens, 2021) Kabupaten Poso merupakan daerah jalur yang dilewati oleh orang-orang yang dari daerah Palu, Luwuk, Morowali, Morowali Utara, Tojo Una-Una yang dimana daerah Palu dan Morowali masuk dalam zona merah, Dengan kondisi geografis dan data covid-19 diatas Kab. Poso masuk dalam daerah dengan transmisi local dan rentan terhadap penyebaran Covid-19 (De Oliveira Lima, 2020).

Kondisi Desa Masani yang 7 dari 10 masyarakatnya adalah pedagang, yang menjajakan dagangannya di pasar sentral Poso, bertemunya pedagang dan pembeli dengan tidak mengindahkan protocol kesehatan akan memudahkan penyebaran virus covid-19. Peran masyarakat Indonesia dalam meminimalisir penyebaran Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) dapat dilakukan dengan menerapkan gaya hidup sehat dan makan makanan yang bergizi serta dapat meningkatkan daya tahan

tubuh. Mengonsumsi makanan yang meningkatkan daya tahan tubuh dapat mengurangi resiko penularan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) (Saifullah & Okvitasari, 2021). Oleh karena itu, salah satu cara untuk mencegah terjadinya covid-19 adalah dengan cara mengonsumsi minuman olahan kesehatan seperti curcuma spp yakni diantaranya jahe, kunyit, temulawak (Catanzaro et al., 2018)

METODE PELAKSANAAN

Pemilihan lokasi kegiatan ini berdasarkan Lokus(Lokasi khusus) kerjasama Kementerian Kesehatan dan BNPT (Badan Nasional Penanggulangan Teroris). Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sejak 20 Mei – 24 Oktober 2021, bertempat di Desa Masani, Kecamatan Poso Pesisir, Kabupaten Poso.

Metode pengabdian yang dilakukan adalah “pelatihan budidaya curcuma spp dan pengolahan minuman Kesehatan untuk meningkatkan imunitas ditengah pandemic Covid-19 di desa Masani. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan:

1. Edukasi terkait Covid-19
2. Pelatihan pembudidayaan *Curcuma spp* (jahe, kunyit, temulawak)
3. Demonstrasi pembuatan olahan minuman Kesehatan *curcuma spp* untuk meningkatkan imunitas
4. Pembentukan dan pembudidayaan *curcuma spp* sebagai tanaman herbal keluarga untuk meningkatkan imunitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelatihan budidaya *Curcuma spp*

Pelatihan merupakan usaha melakukan perubahan perilaku, sikap, keahlian, dan pengetahuan yang khusus atau spesifik. Pelatihan budidaya Curcuma Spp merupakan salah satu metode dalam memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang manfaat tanaman, cara menanam tanaman Curcuma spp agar cepat besar dan menghasilkan. Pelatihan budidaya Curcuma Spp dimulai dengan pemberian pemahaman tentang Curcuma Spp secara umum, syarat tumbuh Curcuma spp, persiapan bibit, penanaman, penyulaman, penyiraman, pemupukan, penyiangan dan terakhir adalah panen.

Pelatihan ini dihadiri oleh 36 perwakilan masyarakat, yakni ketua dan wakil ketua kelompok tani di Desa Masani. Pelatihan budidaya curcuma spp ini dilaksanakan selama satu hari full, yang dimulai dengan pembukaan, edukasi tentang Covid-19 yang dibawakan oleh narasumber dari team pengabdian masyarakat ini, selanjutnya penjelasan tentang manfaat curcuma spp bagi Kesehatan khususnya untuk meningkatkan imunitas di tengah wabah pandemic covid-19 yang di sampaikan oleh anggota pengabdian masyarakat dari kalangan mahasiswa. Masuk pada acara inti adalah penjelasan tentang cara membudidayakan curcuma spp agar tumbuh sehat dan berbuah banyak. Pelatihan ini diisi langsung oleh Koordinator BPP (Balai Penyuluh Pertanian) Kec. Poso Pesisir dan penyuluh pertanian desa Masani . Perwakilan masyarakat

yakni para pemuka kelompok tani yang hadir pada pelatihan tersebut sangat antusias mengikuti materi. Hal ini di tandai dengan banyaknya jumlah orang yang bertanya tentang pelatihan tersebut. Dari 36 peserta yang bertanya sekitar 13 orang. Hal inilah yang membuat waktu pelatihan yang awalnya dijadwalkan hanya sampai siang pukul 12.00 namun berjalan sampai pukul 16.



Gambar 1. Pelatihan pembudidayaan *curcuma spp*

2. Demonstrasi pembuatan olahan minuman Kesehatan untuk meningkatkan imunitas ditengah wabah covid-19.

Pembuatan olahan minuman Kesehatan bertujuan untuk membantu masyarakat dan memudahkan masyarakat dalam meningkatkan imunitas di tengah wabah (Nurlila & La Fua, 2020) Menimbang masyarakat desa Masani banyak yang pedagang dan mengharuskan mereka untuk senantiasa berinteraksi dengan khalayak ramai saat berjualan, sehingga menjaga diri dengan mematuhi protocol Kesehatan dan meningkatkan imunitas menjadi hal yang sangat penting dilakukan. Minuman olahan Kesehatan yang di demonstrasikan adalah *curcuma spp*. Hal ini berdasarkan teori bahwa *curcuma spp* berupa jahe, temulawak, dan kunyit mampu meningkatkan imunitas dan baik bagi Kesehatan (Aldizal et al., 2019). Kunyit merupakan salah satu dari tanaman *Curcuma SPP*. Kunyit memiliki berbagai macam manfaat diantaranya sebagai obat maag, obat penurun kolesterol, obat diare, dan obat pereda nyeri haid. Komponen aktif dalam kunyit ialah kurkuminoid. Kurkuminoid adalah komponen yang memberikan warna kuning yang bersifat sebagai antioksidan dan berkhasiat sebagai Hipokolesteromik, kolagogum, koleretik, bakteriostatik, spasmolitik, antihepatotoksik, dan anti inflamasi. Berbagai penelitian telah membuktikan khasiat dari kurkuminoid. Selain kurkuminoid, terdapat juga komponen fenolik dalam kunyit. Komponen tersebut mampu menghambat pertumbuhan kanker dan mempunyai aktivitas antimutagenik. Oleh karena itu, Kunyit mampu menekan pertumbuhan kanker. Seperti kanker paru – paru kanker payudara dan sebagainya. Jahe (*Zingiber officinale*) memiliki sifat antioksidan dan antiperadangan sehingga mampu memberikan perlindungan yang maksimal

terhadap tubuh manusia. manfaat jahe banyak sekali, diantaranya jahe dapat digunakan sebagai obat pereda pusing. Air rebusan jahe dapat memperlancar aliran darah sehingga mampu memulihkan kondisi tubuh. Selain digunakan sebagai obat pereda pusing, jahe juga bermanfaat untuk memperkuat daya imun tubuh, karena jahe mengandung banyak vitamin C dan magnesium (Qamari et al., 2017).

Demonstrasi pembuatan olahan minuman Kesehatan ini dilaksanakan setengah hari yakni dari pagi sampai siang. Dengan jumlah peserta 17 orang yang merupakan kader posyandu, baik posyandu lansia, posbindu, dll. Demonstrasi pembuatan olahan minuman kesehatan ini dibimbing oleh pengabdian dari Poltekkes Kemenkes Palu dan mahasiswa sebagai fasilitator.

Demonstrasi pembuatan olahan kesehatan ini menggunakan *Curcuma spp* hal ini masih sangat berkaitan dengan pelatihan yang dilaksanakan di hari pertama kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan pembuatan olahan minuman Kesehatan ini adalah lanjutan dari pelatihan budidaya *Curcuma Spp*. Setelah proses pengabdian masyarakat ini dilakukan masyarakat menjadi paham cara membuat olahan minuman Kesehatan yang mampu meningkatkan imunitas.



Gambar 2. Demonstrasi pembuatan olahan minuman kesehatan *Curcuma spp*

3. Pembuatan kebun TOGA

Penanaman TOGA (Tanaman Obat Keluarga) yang difokuskan pada penanaman *Curcuma Spp* yakni kunyit, jahe dan temulawak yang berfungsi untuk menambah bahan alami yang kemudian dapat diolah menjadi minuman Kesehatan penambah imunitas. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada hakekatnya adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola oleh keluarga. Ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri. Salah satu fungsi Toga adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat 4 Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Jawa Barat Buku Saku Tanaman Obat Keluarga kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang antara lain meliputi: (1) Upaya

preventif (pencegahan), (2) upaya promotif (meningkatkan/ menjaga kesehatan), (3) Upaya kuratif (penyembuhan penyakit) (Bebet & Mindarti, 2015).

Pembuatan kebun sehat ini di laksanakan oleh masyarakat dan mahasiswa anggota pengabdian masyarakat. Kegiatan ini dihadiri sekurang-kurangnya 35 masyarakat yang membantu khusus pembuatan kebun TOGA di sekitar balai desa Masani sedangkan masyarakat lainnya sibuk membentuk kebun TOGA di halaman rumah mereka masing-masing. Hal ini agar masyarakat menggunakan lahan kosong disekitar halaman mereka untuk membuat kebun TOGA.



Gambar 3. Pembuatan Kebun TOGA

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu setelah dilakukan pelatihan budidaya dan pengolahan minuman kesehatan *curcuma spp* terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang manfaat dan cara penggunaan *curcuma spp* untuk imunitas dimasa pandemi covid dan termotivasi untuk membudidayakan *curcuma* melalui kebun TOGA di keluarga masing-masing. Saran bagi petugas kesehatan untuk memberikan pendampingan kepada masyarakat dalam upaya peningkatan imunitas dimasa pandemi covid melalui pemanfaatan bahan alam.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldizal, R., Rizkio, M., Perdana, F., Suci, F., Galuh, V., Putri, A., Rina, A., Cahyani, N. D., Yanti, R., Khendri, F., Garut, F. M., & No, J. J. (2019). Temulawak Plant (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) as a Traditional Medicine. *Jurnal Ilmiah Farmako Bahari*, 51–65. <https://journal.uniga.ac.id/index.php/JFB>
- Bebet, N., & Mindarti, S. (2015). Buku Saku Tanaman Obat Keluarga (TOGA). In *Isbn: 978-979-3595-49-8* <http://perpustakaan.pertanian.go.id>
- Catanzaro, M., Corsini, E., Rosini, M., Racchi, M., & Lanni, C. (2018). Immunomodulators Inspired by Nature: A Review on Curcumin and Echinacea. *Molecules*, 23(11), 2778. <https://doi.org/10.3390/molecules23112778>

- De Oliveira Lima, C. M. A. (2020). Information about the new coronavirus disease (COVID-19). *Radiologia Brasileira*, 53(2), v–vi. <https://doi.org/10.1590/0100-3984.2020.53.2e1>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)*. 4, 1–214. <https://doi.org/10.33654/math.v4i0.299>
- Nurlila, R. U., & La Fua, J. (2020). Jahe Peningkat Sistem Imun Tubuh di Era Pandemi Covid- 19 di Kelurahan Kadia Kota Kendari. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 54–61. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v1i2.12>
- Saifullah., & Okvitasari, Y. (2021). *Training For Making Herb Curcuma (Curcuma Xanthorrhiza Roxb) To Improve The Resistance Of The Body In The Pandemic Time Covid-19*. 197–205. <http://proceeding.mbunivpress.or.id/index.php/bamara/article/view/42/37>
- Qamari, M. Al, Tarigan, D. M., & Alridiwirsa. (2017). *Budidaya Tanaman Obat & Rempah*. Umsu Press. <https://publication.umsu.ac.id/index.php/ht/article/download/625/584>
- Randolph, H. E., & Barreiro, L. B. (2020). Herd Immunity: Understanding COVID-19. *Immunity*, 52(5), 737–741. <https://doi.org/10.1016/j.immuni.2020.04.012>
- Surveilens. (2021). *Laporan Harian Kasus Covid-19 di Sulawesi Tengah*. <https://dinkes.sultengprov.go.id/>