

EDUKASI PEMBUATAN MINUMAN HERBAL SEDERHANA DARI KULIT LABU KUNING PADA MASYARAKAT KECAMATAN ABELI

Nur Fitriana Muhammad Ali¹, Restu Nur Hasanah Haris², Hesti Trisnianti Burhan³,
Wa Ode Masrida⁴, Irwan⁵, Rezky Dwi Fitriani⁶, Ikhsan Sidiq⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Program Studi S1 Farmasi, Institut Teknologi dan Kesehatan Avicenna
e-mail: restuharis.apt@gmail.com

Abstrak

Program pengabdian masyarakat oleh tim dosen S1-Farmasi ITK Avicenna mengusung tema edukasi pembuatan minuman herbal sederhana untuk kesehatan dari kulit labu kuning. Labu kuning selama ini dimanfaatkan sebagai bahan pangan, sayuran atau menjadi bahan dasar pembuatan kue. Kulit labu kuning biasanya hanya menjadi limbah atau dimanfaatkan sebagai pakan ternak. Kulit labu kuning sejauh ini disyalir memiliki kandungan kimia yang berpotensi sebagai antioksidan alami. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi pembuatan minuman herbal dari kulit buah labu kuning. Kegiatan diikuti oleh 3 orang dosen dan mahasiswa/mahasiswa S1 Farmasi ITK Avicenna. Materi dibawakan langsung oleh seorang apoteker dengan basic farmasi komunitas dan klinis. Kegiatan ini dihadiri oleh kalangan ibu rumah tangga, lansia dan kader posyandu. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi bersama masyarakat disertai demo cara meramu dan penyajian minuman herbal. Output dari kegiatan ini berupa minuman herbal dalam bentuk sediaan teh seduh kulit labu kuning. Penyuluhan edukasi minuman herbal ini diharapkan memberikan dampak positif dan manfaat terkait pemanfaatan kulit labu kuning untuk kesehatan serta memberi informasi alternatif penggunaan obat tradisional untuk masyarakat di Kecamatan Abeli.

Kata kunci: Minuman Herbal, Kulit Labu Kuning, Abeli

Abstract

The community service program by a team of ITK Avicenna S1-Pharmacy lecturers carries the education al theme of making simple herbal drinks for health from pumpkin skins. Yellow pumpkin has been used as food, vegetables or as a basic ingredient for making cakes. Pumpkin skin is usually just a waste or used as animal feed. So far, it is assumed that the skin of the pumpkin has a chemical content that has the potential as a natural antioxidant. This Community Service activity aims to provide education on making herbal drinks from pumpkin peels. The activity was attended by 3 lecturers and ITK Avicenna Bachelor of Pharmacy students/students. The material is delivered directly by a pharmacist with a community and clinical pharmacy basis. This activity was attended by housewives, the elderly and posyandu cadres. Counseling was carried out using the lecture method, discussions with the community accompanied by demonstrations on how to concoct and present herbal drinks. The output of this activity is in the form of herbal drinks in the form of tea made from pumpkin peels. It is hoped that educational counseling on herbal drinks will have a positive impact and benefits related to the use of pumpkin peels for health and provide information on alternative uses of traditional medicine for the people of Abeli District.

Keywords: Herbal Beverage, Pumpkin Peel, Abeli

PENDAHULUAN

Labu merupakan buah dengan berbagai manfaat alami. Sejak lama buah labu sering kali digunakan untuk berbagai macam olahan makanan dan kue. Buah Labu sangat populer di masyarakat dan mudah ditemui dimana saja. Dari segi kesehatan buah labu juga memiliki banyak manfaat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa buah labu berpotensi sebagai antioksidan alami yang dapat digunakan untuk pengobatan diabetes dan penyakit kardiovaskuler. Kandungan kalium yang terdapat pada buah labu dapat memperlancar metabolisme tubuh, vitamin C, vitamin A, mineral dan karbohidrat memberikan sumber gizi sehingga aman dikonsumsi sehari-hari oleh masyarakat. Tidak hanya bagian buahnya saja yang memiliki kandungan gizi tinggi tetapi biji dan kulit buahnya disyalir memiliki manfaat untuk kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa kulit labu kuning memiliki potensi sebagai antioksidan yang tinggi (Purwaningsih, dkk.,2018). Kulit labu yang sering kali menjadi sampah/limbah ternyata memiliki kandungan senyawa dengan kandungan antioksidan yang tinggi. Hal

ini memungkinkan untuk dikembangkan menjadi sumber antioksidan alami dan alternatif untuk pemanfaatan limbah dari kulit labu kuning.

Masyarakat Abeli kerap kali memanfaatkan buah labu untuk keperluan sehari-hari. Sejauh ini pemanfaatannya hanya sebatas untuk olahan sayur untuk disantap bersama makanan dan bahan utama pengganti tepung untuk membuat kue tradisional (Gao1, dkk.,2014). Untuk kulit labu nya sendiri masih menjadi limbah dan tidak dimanfaatkan lagi. Kulit labu biasanya hanya ditampung begitu saja atau menjadi pakan ternak sehari-hari. Masyarakat Abeli belum memanfaatkan dengan optimal potensi yang ada pada kulit labu kuning tersebut. Hal tersebut disebabkan karena masih kurangnya pengetahuan tentang pemanfaatan kulit labu kuning untuk kesehatan bagi masyarakat. Pemanfaatan buah labu kuning untuk olahan pangan dan kesehatan telah banyak dikembangkan sebelumnya. Namun, pemanfaatan tersebut hanya sebatas pada bagian buahnya saja yang diolah menjadi berbagai macam olahan pangan yang sehat. Untuk pemanfaatan pada kulit buahnya masih belum banyak dilakukan. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi kepada masyarakat Abeli terkait pemanfaatan kulit buah labu kuning menjadi minuman herbal sederhana untuk digunakan sebagai kesehatan. Minuman herbal ini nantinya akan dikemas dalam sediaan teh seduh sederhana. Pemilihan bentuk teh karena praktis dalam penyajian, aman, tahan lama serta tidak membutuhkan waktu yang banyak (Sukohar, dkk., 2022). Dalam kegiatan pengabdian ini juga akan diberikan edukasi terkait cara penyiapan bahan kulit labu yang baik, pengolahan, penyajian, pengemasan dan penyimpanan sediaan teh kulit labu kuning.

METODE

Kegiatan edukasi pembuatan minuman herbal dari kulit labu kuning dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 22 Oktober 2022 bertempat di rumah ketua RT warga Kecamatan Abeli. Sasaran dalam kegiatan edukasi ini adalah masyarakat di Kecamatan Abeli terutama para ibu-ibu rumah tangga dan kader posyandu. Jumlah peserta yang ditargetkan hadir adalah 30 orang. Luaran dari edukasi pembuatan minuman herbal ini adalah dapat memberikan dampak positif bagi masyarakat khususnya pengetahuan terkait penggunaan kulit labu kuning untuk kesehatan dan pemanfaatannya dalam pengolahan limbah.

Tahap pelaksanaan kegiatan meliputi :

1. Tahap Persiapan

Perizinan dilakukan 1 pekan sebelum pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Kecamatan Abeli. Kegiatan ini dilakukan bersamaan dengan kegiatan Praktek Kerja Lapangan (PKL) Farmakognosi dan Fitokimia Mahasiswa Program Studi S1 Farmasi ITK Avicena Kendari.

1. Koordinasi

Koordinasi dilakukan oleh ketua panitia kegiatan pengabdian masyarakat dibantu oleh mahasiswa PKL Farmakognosi Fitokimia. Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh tim dosen dan Mahasiswa bekerja sama dengan aparat Kecamatan/Ketua RT Abeli.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dibawakan dengan metode ceramah dan diskusi interaktif bersama masyarakat. Dosen yang bertugas dalam hal ini adalah apoteker dengan basic ilmu farmasi komunitas dan klinik. Apoteker memberikan arahan dan materi yang disertai penjelasan teerkait pemanfaatan kulit labu untuk kesehatan. Kegiatan pengabdian ini diakhiri dengan demo penyajian minuman herbal teh kulit labu kuning kepada masyarakat yang hadir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian Masyarakat kepada masyarakat merupakan salah satu tugas utama dosen untuk yang tercakup dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan sasaran masyarakat sebagai aplikasi ilmu khususnya Ilmu Kefarmasian. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini berjudul “Edukasi Pembuatan Minuman Herbal Sederhana dari Kulit Labu Kuning” dengan tujuan untuk memperkenalkan dan memanfaatkan kulit labu kuning ebagai alternatif pengobatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 22 Oktober 2022 mulai pukul 10.00-13.00 WITA. Sebagai tenaga pelaksana adalah 7 orang yang terdiri dari Dosen Program Studi S1-Farmasi, Mahasiswa Program Studi Farmasi Avicenna ITK Avicenna yang merupakan peserta PKL Farmakognosi dan Fitokimia. Adapun jumlah warga yang mengikuti penyuluhan adalah 15 orang. Edukasi pembuatan minuman herbal dilaksanakan secara tertib dan kondusif tanpa ada halangan sesuatu pun. Antusias masyarakat Kecamatan Abeli dibuktikan dengan banyaknya warga masyarakat yang ikut dalam kegiatan ini dan beragamnya pertanyaan yang dilontarkan ke pada saat

kegiatan berlangsung. Kulit labu masih menjadi asing bagi masyarakat karena sebelumnya bagian yang dimanfaatkan hanyalah buah dagingnya untuk sayuran sementara kulitnya dibiarkan dan dibuang menjadi limbah. Dalam penyuluhan dijelaskan prosedur pembuatan minuman herbal dari jahe merah dan kulit labu. Prosedur pembuatan sebagai berikut :

Penyiapan sampel dan Perajangan

Sampel yang digunakan adalah kulit labu kuning.. labu kuning bahan yang mudah didapatkan bagi warga masyarakat, berasal dari tanaman budidaya atau membeli dipasar. Penyiapan sampel secara keseluruhan dilakukan di Laboratorium Terpadu ITK Avicenna. Untuk mempermudah, penyajian sampel tersebut di perkecil bentuk dan ukurannya dengan melakukan prosedur perajangan (Gambar 1). Sebelumnya sampel tersebut dicuci terlebih dahulu untuk membersihkan dari kotoran/debu yang melekat. Untuk labu kuning diambil bagian kulitnya. Perajangan masing-masing sampel menggunakan pisau/gunting/cutter. Sampel dipotong-potong menjadi bagian yang lebih kecil (Gambar 2).



Gambar 1. Perajangan sampel labu kuning dan Kulit labu kuning dirajang

1. Pencucian

Setelah perajangan kulit labu kuning menjadi bagian yang lebih kecil, tahap selanjutnya adalah pencucian kembali. Pencucian untuk memastikan tidak ada lagi partikel debu/kotoran yang menempel pada sampel menggunakan air mengalir.

2. Pengeringan

Pengeringan yang dilakukan dapat menggunakan sinar matahari langsung atau oven Disarankan menggunakan alat-alat yang sederhana yang ada dirumah (Gambar 3). Proses pengeringan bermaksud untuk menghilangkan kandungan air yang terdapat pada sampel setelah pencucian sebelumnya. Pengeringan dilakukan sampai sampel benar-benar kering agar tidak memicu timbulnya jamur dan sampel lebih cepat rusak.

3. Penyerbukan

Setelah sampel benar-benar kering, proses penyerbukan bisa dilakukan. Alat yang digunakan bisa menggunakan blender atau ditumbuk manual menggunakan penumbuk/alat dapur. Ukuran serbuk yang diharapkan adalah yang berukuran kecil dan halus. Hal ini untuk mempermudah proses penyeduhan dan penyajian (Gambar 4 dan 5)



Gambar 2. Penyerbukan sampel dan Serbuk kulit labu kuning

4. Cara penyajian

Setelah menjadi serbuk yang halus, minuman herbal kulit labu kuning siap untuk diminum dengan cara penyajian cukup diseduh dengan air panas/hangat kemudian disaring menggunakan saringan. Bila memungkinkan bisa ditambahkan gula, madu atau perasan lemon untuk menambah cita rasa sesuai selera. Penggunaan tidak boleh berlebihan, minuman bisa digunakan sebagai alternatif untuk pencegahan dan penyembuhan penyakit tertentu seperti : menurunkan tekanan darah, kolesterol dan gula darah, dapat pula digunakan sebagai minuman menjaga stamina dan menambah imunitas tubuh.



Gambar 3. Sediaan teh kulit labu kuning Penyajian teh kulit labu kuning oleh mahasiswa farmasi kepada masyarakat Abeli

Sosialisasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hasil diskusi bersama menunjukkan bahwa labu kuning lebih sering digunakan untuk pelengkap masakan di rumah. Kulit labu masih menjadi asing bagi masyarakat karena sebelumnya bagian yang dimanfaatkan hanyalah buah dagingnya untuk sayuran sementara kulitnya dibiarkan dan dibuang menjadi limbah. Setelah peragaan penyajian masyarakat akhirnya mengetahui bahwa kedua tanaman tersebut dapat diolah menjadi minuman herbal untuk penyembuhan dan pencegahan beberapa penyakit tertentu. Masyarakat juga antusias ketika mencoba ramuan herbal yang kami sediakan secara gratis untuk dinikmati ditempat.



Gambar 4. Edukasi pemanfaatan kulit labu kuning dan Diskusi interaktif bersama masyarakat

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat memberikan dampak positif bagi masyarakat khususnya untuk masyarakat Abeli. Kulit Labu Kuning yang biasanya dibuang begitu saja dapat digunakan alternatif sebagai pengobatan. Masyarakat antusias untuk pengembangan kulit labu kuning menjadi bahan obat potensial dan siap untuk dikonsumsi.

SARAN

Kegiatan keberlanjutan selanjutnya berupa pengolahan sediaan teh kulit labu kuning sesuai dengan GMP atau pendampingan bagi masyarakat Abeli untuk pemasaran sediaan teh kulit labu kuning.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Institut Teknologi dan Kesehatan Avicenna untuk pendanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Purwaningsih, Y. Wigati, D. Indriyanti, E. 2018. Kandungan Total fenolik dan Aktivitas Ekstrak Etanol Kulit Labu Kuning (*Cucurbita moschata*). *Jurnal Ilmiah Cendekia Eksakta* 3 (2): 30-35.<http://dx.doi.org/10.3194/ce.v3i2.2475>
- Gaol, RI. Bodhi, W. Abidjulu, J. 2014. Uji Efektivitas Ekstrak Etanol Kulit Buah Labu Siam Sebagai Diuretik Pada Tikus Galur Wistar (*Rattus norvegicus*). *Jurnal Ilmiah Farmasi* 3(2): 67-72.
- Sukohar, A ., Adjeng, A. N. T. Ali, N. F. M. Oktoba, Z. Ambarwati, E. Rahayu, I. D. Afriyani, A., & Triyandi, R.2022. Pemanfaatan Kulit Labu (*Cucurbita Moschata* Durch) Sebagai Minuman Herbal Pada Masyarakat Desa Negeri Katon-Provinsi Lampung. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 215–224. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v3i2.101>