

**KKN DUTA PERUBAHAN PERILAKU UNIVERSITAS PGRI SEMARANG PRODUK  
JAMU KUNYIT ASAM UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN TUBUH dan  
SEBAGAI PELUANG USAHA DIMASA PANDEMI COVID-19 SAAT INI DI DUKUH  
MANDING RT 08 RW 01 DESA KEPOH KENCONO KECAMATAN PUCAKWANGI  
KABUPATEN PATI**

**Henry Januar Saputra<sup>1</sup>, Arisul Ulumuddin<sup>2</sup>, Agus Wismanto<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Universitas PGRI Semarang

[arisululumuddin@upgris.ac.id](mailto:arisululumuddin@upgris.ac.id)

**ABSTRACT**

*Manding Hamlet is one of the hamlets in Kepohkencono Village, Pucakwangi District, Pati Regency. According to data obtained from the 2021 Real Work Lecture (KKN) work program which will be held from January 26 to February 26 2021, the Dukuh Manding community can be said to be quite affected by COVID-19. This is due to the large number of residents who have lost their income due to the outbreak and also the panic among the residents about their physical health. From these problems, the potential of Dukuh Manding is that there are still many people who consume herbal medicine to improve and maintain their body health, here I want to develop or utilize turmeric and tamarind into something valuable that can help the economy and also maintain the health of the citizens' bodies. The approach used is Community Development which is oriented towards efforts to develop community empowerment by making the community both the subject and the object of development and involving them directly in various community service activities as an effort to increase their participation in development for their own interests. The results of this program show that the Community Development approach can be used to stimulate entrepreneurial ideas and stimulate the enthusiasm of citizens to innovate.*

**Keywords:** *turmeric, tamarind, herbs, manding, health*

**ABSTRAK**

Dukuh Manding merupakan salah satu dukuh di Desa Kepohkencono, Kecamatan Pucakwangi, Kabupaten Pati. Menurut data yang diperoleh dari program kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) 2021 yang dilaksanakan mulai 26 Januari sampai 26 Februari 2021, masyarakat Dukuh Manding dapat dikatakan cukup terdampak COVID-19. Hal ini disebabkan oleh banyaknya warga yang kehilangan penghasilan akibat wabah tersebut dan juga kepanikan warga mengenai kesehatan tubuh mereka. Dari permasalahan tersebut, potensi Dukuh Manding yaitu masih banyaknya warga yang mengonsumsi jamu untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan tubuh mereka, disini saya mau mengembangkan atau memanfaatkan kunyit dan asam jawa menjadi sesuatu yang bernilai yang bisa membantu perekonomian dan juga menjaga kesehatan tubuh warga. Pendekatan yang digunakan adalah *Community Development* yang berorientasi kepada upaya – upaya pengembangan pemberdayaan masyarakat dengan menjadikan masyarakat sebagai subjek dan sekaligus obyek pembangunan dan melibatkan mereka secara langsung dalam berbagai kegiatan pengabdian masyarakat sebagai upaya meningkatkan peran serta mereka dalam pembangunan demi kepentingan mereka sendiri. Hasil dari program ini menunjukkan bahwa pendekatan *Community Development* dapat digunakan untuk merangsang ide wirausaha dan mengakibatkan semangat warga untuk berinovasi.

**Kata kunci :** kunyit, asam jawa, jamu, manding, kesehatan

## PENDAHULUAN

Manding merupakan sebuah dukuh yang terletak di Desa Kepohkencono Kecamatan Pucakwangi Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah Indonesia. Ketua RW Dukuh manding adalah Bapak Sukar, Sekretaris Bapak Suwarto, Bendahara Bapak Jumani.



**Gambar 1.** Peta Dukuh Manding RW 01, Desa Kepohkencono, Kecamatan Pucakwangi Kabupaten Pati

Di tengah masa sulit pandemi sebagian sektor terdampak, tak hanya kesehatan. Sektor ekonomi juga mengalami dampak serius akibat pandemi virus corona. Menurut data yang diperoleh dari kuliah kerja nyata, masyarakat Desa Kutoharjo cukup terdampak pandemic. Hal ini disebabkan oleh banyaknya warga yang kehilangan penghasilan akibat wabah tersebut. Seperti misalnya pedagang makanan, terutama pedagang jajanan yang sehari-hari berjualan di sekolah, seperti cireng, cilok, batagor, bakso ikan, dan lainnya. Selama pandemi, sekolah menerapkan metode belajar dari rumah, hal ini menyebabkan tidak adanya aktivitas di sekolah sehingga mengakibatkan kegiatan perekonomian di lingkungan pendidikan itu terhenti. Selain pedagang makanan, banyak warga yang bekerja sebagai perantau dan buruh pabrik dirumahkan selama pandemi COVID-19.

Dukuh Manding mayoritas masyarakatnya masih mengonsumsi jamu herbal untuk meningkatkan kesehatan mereka. Dimasa pandemi ini, konsumsi jamu menjadi lebih meningkat.

Jamu dikenal sebagai obat tradisional yang bisa menyembuhkan berbagai gangguan kesehatan. Bukan hanya sebagai obat untuk mengobati penyakit, jamu juga biasa dikonsumsi sebagai ramuan untuk mencegah tubuh dari serangan berbagai penyakit atau sekadar menyegarkan tubuh. Hingga kini, keberadaan jamu masih eksis dan masih banyak digemari oleh masyarakat sebagai ramuan herbal yang kaya manfaat. Salah satu jamu yang banyak ditemui dan dikonsumsi masyarakat Indonesia adalah kunyit asam. Jamu kunyit asam terbuat dari bahan dasar kunyit dan dicampur dengan asam jawa. Minuman berwarna kuning dengan rasa asam manis ini memang dikenal sebagai salah satu minuman herbal yang kaya akan manfaat. Seperti dapat mencegah panas dalam, obat untuk sariawan hingga dapat menurunkan asam lambung. Pada dasarnya, kunyit sangat mudah ditanam sehingga sekarang dimasa pandemi ini banyak warga yang menanamnya untuk diolah menjadi jamu yang bisa bernilai jual tinggi saat ini.

Berdasarkan latar belakang diatas, solusi pemulihan ekonomi Dukuh Manding perlu digali berdasarkan apa yang sudah tersedia. Pengolahan kunyit dijadikan jamu herbal untuk menjaga kesehatan dan juga menjadi peluang usaha yang menjanjikan dimasa pandemi.

## **METODE DAN PELAKSANAAN**

Mitra dalam kegiatan ini adalah masyarakat Dukuh Manding Kecamatan Pucakwangi Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah Indonesia. Mereka merupakan ibu rumah tangga dan remaja berusia produktif. Pendekatan yang digunakan adalah *Community Development*. Metode ini merupakan pendekatan yang berorientasi kepada upaya-upaya pengembangan pemberdayaan masyarakat dengan menjadikan masyarakat sebagai subyek dan sekaligusobyek pembangunan dan melibatkan mereka secara langsung dalam berbagai kegiatan pengabdian masyarakat sebagai upaya meningkatkan peran serta mereka dalam pembangunan demi kepentingan mereka sendiri. Tahapan dalam kegiatan KKN dilakukan dengan (1) identifikasi kebutuhan masyarakat, (2) perancangan, (3) pembuatan, (4) pendampingan operasional. Pertama tahap identifikasi kebutuhan masyarakat,

wawancara dan observasi langsung dilakukan kepada mitra. Kedua, tahap perancangan dilakukan dengan cara studi literature dan diskusi. Tahap ketiga, pembuatan, dilakukan dengan cara sosialisasi, praktek secara langsung dan diskusi. Terakhir adalah pendampingan yang dilakukan dengan metode praktek mandiri dan tanya jawab secara langsung.

## **DISKUSI**

Kunyit atau kunir, (*Curcuma longa* Linn. syn. *Curcuma domestica* Val.), adalah termasuk salah satu tanaman rempah-rempah dan obat asli dari wilayah Asia Tenggara. Tanaman ini kemudian mengalami penyebaran ke daerah Malaysia, Indonesia, Australia bahkan Afrika. Hampir setiap orang Indonesia dan India serta bangsa Asia umumnya pernah mengonsumsi tanaman rempah ini, baik sebagai pelengkap bumbu masakan, jamu atau untuk menjaga kesehatan dan kecantikan.

Kunyit tergolong dalam kelompok jahe-jahean, Zingiberaceae. Umbi (rimpang) yang berumur lebih dari satu tahun dapat dipakai sebagai obat, umbi (rimpang) kunyit berkhasiat untuk mendinginkan badan, membersihkan, mempengaruhi bagian perut Khususnya pada lambung, merangsang, melepaskan kelebihan gas di usus, menghentikan pendarahan dan mencegah penggumpalan darah, selain dari itu juga digunakan sebagai bahan dalam masakan. Kunyit juga digunakan sebagai obat anti gatal, anti septik dan anti kejang serta mengurangi pembengkakan selaput lendir mulut. Kunyit dikonsumsi dalam bentuk perasan yang disebut filtrat, juga diminum sebagai ekstrak atau digunakan sebagai salep untuk mengobati bengkak dan terkilir. Kunyit juga berkhasiat untuk menyembuhkan hidung yang tersumbat, caranya dengan membakar kunyit dan menghirupnya.

Asam jawa, asam atau asem adalah sejenis buah yang masam rasanya; biasa digunakan sebagai campuran bumbu dalam banyak masakan Indonesia sebagai perasa atau penambah rasa asam dalam makanan, misalnya pada sayur asam atau kadang-kadang pada kuah pempek. Asam juga digunakan untuk campuran jamu tradisional yang dijual oleh penjual jamu keliling, biasanya ibu-ibu yang menggondong bakul dengan botol berisi aneka jamu (jamu gendong).

Jamu Kunyit asam adalah jamu yang berbahan dasar kunyit, dan asam jawa yang konon berkhasiat untuk menyegarkan tubuh atau dapat membuat tubuh menjadi dingin. Ada pula yang mengatakan bermanfaat untuk menghindarkan dari panas dalam atau seraiawan, serta membuat perut menjadi dingin.

Pada dasarnya banyak warga yang masih mengonsumsi jamu kunyit asam tetapi di Dukuh Manding tidak ada yang memproduksi sehingga warga selalu membeli jamu kunyit asam di penjual jamu keliling. Oleh karena itu, Eka Sri Wahyuningsih sebagai Mahasiswa KKN di Dukuh Manding mengajak dan melatih warga untuk membuat jamu kunyit asam untuk dikonsumsi pribadi dan juga bisa dipasarkan secara keliling ataupun melalui sosial media.

Komposisi jamu kunyit asam adalah, kunyit, asam jawa, gula merah, air. Pertama kupas kunyit, lalu cuci hingga bersih. Kedua, parut kunyit. Ketiga, siapkan panci yang sudah diisi air, lalu masukkan kunyit yang sudah diparut, asam jawa dan gula merah. Keempat, masak seluruh bahan tadi sampai mendidih dengan api sedang. Aduk sesekali. Keenam, tuang dan saring jamu kunyit asam agar terpisah dari ampasnya. Tahap terakhir adalah penyajian : tuang jamu kunyit asam ke dalam gelas lalu tambahkan es batu. Untuk jamu kunyit asam yang akan dijual bisa dikemas menggunakan botol.



**Gambar 2.** Produk Jamu Kunyit Asam

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Kegiatan KKN 2021 yang telah dilaksanakan di Dukuh Manding Kecamatan Pucakwangi Kabupaten Pati Jawa Tengah terbukti dapat memberikan motivasi kepada masyarakat di tengah masa sulit ini. Banyak warga yang masih belum dapat menerima kenyataan bahwa dampak COVID-19 nyata. Perilaku konsumen, perilaku kerja, dan perilaku sosial tidak akan kembali seperti saat sebelum ada pandemi. Sistem pembelajaran blended learning, pembayaran non tunai, kesadaran pentingnya kebersihan dan kesehatan, dll. Oleh sebab itu tidak boleh hanya “*wait and see*”, menunggu pandemi ini berakhir tanpa mencari solusi apapun. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah pendekatan community development cocok digunakan dalam kegiatan KKN 2021. Hal ini terbukti dari jumlah keterlibatan warga secara aktif selama program ini berlangsung. Namun kegiatan ini tidak akan berjalan dengan baik tanpa dukungan dari pemerintah Dukuh Manding baik dukungan berupa sarana prasarana maupun dukungan moral. Sampai dengan kegiatan KKN ini berakhir, pengolahan kunyit menjadi jamu kunyit asam yang bernilai tinggi. Kegiatan praktek secara langsung merangsang ide wirausaha dan membangkitkan semangat warga untuk berinovasi.

### **UCAPAN DAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dan Badan Nasional Penanggulangan Bencana atas kesempatan yang diberikan menjadi relawan COVID-19 secara nyata dan dukungan dari segenap tim (dosen dan mahasiswa) yang terlibat baik dari Universitas PGRI Semarang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Mulyani S, Bambang Admadi H dan GAK Diah Puspawati. 2013. Potensi Minuman Kunyit Asam (Curcuma domestica Val. - Tamarindus indica L.)
- Mulyani S, Bambang Admadi H dan GAK Diah Puspawati. 2014. Potensi Minuman Kunyit Asam (Curcuma domestica Val.-Tamarindus indica L.) Sebagai Minuman Kaya Antioksidan. AGRITECH, Vol. 34, No. 1, Februari 2014. Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Udayana.
- Zain, Resi Sindhu Nur .2012. Formulasi, Karakterisasi, Dan Diversifikasi Rasa Minuman Fungsional Berbasis Kunyit Asam Serta Kajian Toksisitas Dan Stabilitasnya Selama Penyimpanan. Skripsi. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Susilo. 2011. Optimasi Formula Minuman Fungsional Berbasis Kunyit (Curcuma Domestica Val.), Asam Jawa (Tamarindus Indica Linn.), Dan Jahe (Zingiber Officinale Var. Amarum)