

Pengabdian Masyarakat
Pemanfaatan Daun Sukun (*Artocarpus altilis*) sebagai Minuman Kesehatan
di Kelurahan Tanjung Selamat- Kotamadya Medan

Najla Lubis¹⁾, Hanifah Mutia Z.N.A²⁾

^{1),2)}Fakultas Pertanian, Universitas Pembangunan Panca Budi

E-mail : najla_lubis@pancabudi.ac.id

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Tanjung Selamat, Kecamatan Medan Tuntungan. Di kelurahan ini memiliki beberapa kelompok perwiridan ibu-ibu dan kelompok PKK. Namun kelompok perwiridan itu belum memiliki kegiatan maksimal selain keagamaan. Kegiatan kelompok PKK memiliki kegiatan pos pelayanan terpadu (Posyandu) bagi anak bayi dan balita. Untuk kegiatan maksimal maka diperlukan tambahan informasi dan keterampilan agar lebih meningkatkan penghasilan dan kesejahteraan kelompok tersebut.

Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan adalah mengikuti pelatihan pembuatan bahan mentah menjadi bahan baku yang dapat dipasarkan, misalnya dengan pembuatan kue, minuman yang siap dijual dipasaran, dan lain-lain. Melihat banyaknya terdapat tanaman sukun di daerah ini, salah satu upaya peningkatan penghasilan dapat dilakukan dengan membuat minuman kesehatan dari daun sukun. Target luaran yang diharapkan adalah masyarakat memperoleh pengetahuan berupa informasi dan teknologi dari kalangan Perguruan Tinggi, yang dapat meningkatkan kreativitas dan keterampilan masyarakat dalam pemanfaatan sumber daya alam di lingkungannya, meningkatkan nilai ekonomis dari tanaman sukun. Metode pengabdian dilakukan dengan ceramah dan dilanjutkan dengan diskusi (tanya jawab) dan praktek langsung pembuatan minuman.

Kata kunci : minuman, daun sukun, jeruk kesturi

PENDAHULUAN

Analisis Situasi

Kelurahan Tanjung Selamat adalah [kelurahan](#) di [kecamatan Medan Tuntungan, Medan, Sumatera Utara, Indonesia](#) yang memiliki luas keseluruhan menurut penggunaannya adalah lebih kurang 330,5 ha dengan perincian sebagai berikut :

NO	Luas Keseluruhan	Jumlah
1	Luas Pemukiman	± 300 ha
2	Luas Persawahan	5 ha
3	Luas Kuburan	3 ha
4	Luas perkarangan	7,5 ha
5	Perkantoran	5 ha
6	Luas prasarana umum lainnya	10 ha
	Total	± 330,5 ha

Letak geografis suatu wilayah adalah keberadaan posisi wilayah tersebut sesuai dengan bentuk dan letaknya di bumi. Adapun letak geografis dari Kelurahan Tanjung Selamat ini adalah berbatasan langsung dengan Kecamatan Medan Selayang. Batas – batas Kelurahan Tanjung Selamat sebagai berikut :

- Sebelah utara berbatasan dengan Kelurahan Asam Kumbang, Kecamatan Medan Selayang
- Sebelah Selatan berbatasan dengan Kelurahan Kemangan Tani, Kecamatan Medan Tuntungan
- Sebelah Timur berbatasan dengan Kelurahan Tanjung Sari, Kecamatan Medan Selayang
- Sebelah Barat berbatasan dengan Sungai Belawan

Kelurahan Tanjung Selamat memiliki jumlah penduduk sebesar 12.379 orang dengan jumlah penduduk laki-laki sebanyak 6.128 orang dan jumlah penduduk perempuan sebanyak 6.251 orang. Kelurahan ini memiliki lingkungan sebanyak Sembilan lingkungan dengan masing-masing lingkungan tersebut memiliki ketua lingkungan atau sering disebut Kepling (kepala lingkungan).

Jumlah persentase penduduk Tanjung Selamat yang berwirausaha sebanyak 27,68% (paling besar). Wirausaha di bidang penjualan, petani, dan lain sebagainya. Sebagian besar perempuan di kelurahan ini tidak bekerja, dan ada kelompok PKK di kelurahan ini, sehingga perlu dilakukan

pendekatan agar dapat menghasilkan suatu usaha, salah satunya dengan membuat minuman kesehatan dari daun sukun ini. Tanaman sukun banyak terdapat di daerah ini.

Di kelurahan ini memiliki beberapa kelompok perwiridan ibu-ibu dan kelompok PKK. Namun kelompok perwiridan itu belum memiliki kegiatan maksimal selain keagamaan. Kegiatan kelompok PKK memiliki kegiatan pos pelayanan terpadu (Posyandu) bagi anak bayi dan balita. Untuk kegiatan maksimal maka diperlukan tambahan informasi dan keterampilan agar lebih meningkatkan penghasilan dan kesejahteraan kelompok tersebut.

Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan adalah mengikuti pelatihan pembuatan bahan mentah menjadi bahan baku yang dapat dipasarkan, misalnya dengan pembuatan kue, minuman yang siap dijual dipasaran, dan lain. Melihat banyaknya terdapat tanaman sukun di daerah ini, salah satu upaya peningkatan penghasilan dapat dilakukan dengan membuat minuman kesehatan dari daun sukun.

METODE PENGABDIAN

A. Solusi yang ditawarkan

Teh merupakan salah satu minuman terpopuler yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh. Hal ini disebabkan karena teh mengandung senyawa-senyawa bermanfaat. Teh adalah sebuah infusi yang dibuat dengan cara menyeduh daun, pucuk, atau tangkai daun. Istilah "Teh" juga digunakan untuk minuman yang dibuat dari buah, rempah-rempah, atau tanaman obat lain yang diseduh, misalnya *chamomile*, *krisan* dan *jiaogulan*. Teh yang tidak mengandung daun teh disebut teh herbal.

Teh herbal dapat dibuat dari berbagai tumbuhan yang memiliki manfaat bagi kesehatan dan diekstrak dengan cara direbus. Sehingga hasil ekstrak tersebut yang digunakan sebagai minuman yang umum digunakan bagi masyarakat. Teh herbal juga memiliki nilai jual yang sangat tinggi dan dipercaya akan kegunaannya.

Daun sukun (*Arthocarpus altilis*) sangat efektif untuk mengobati beberapa penyakit kronis seperti penyakit liver, hepatitis, sakit gigi, gatal-gatal, pembesaran limpa dan penyakit jantung. Manfaat daun sukun dalam mengobati berbagai macam penyakit tersebut dikarenakan daun sukun mengandung beberapa unsur seperti asam *hidrosianat*, *asetilcolin*, *riboflavin*, *tannin* dan beberapa senyawa lainnya. Secara empiris daun sukun juga bermanfaat untuk mengatasi kerusakan ginjal. Melalui penelitian yang dilakukan oleh LIPI dan peneliti asal Cina disimpulkan bahwa daun

sukun sangat berguna untuk mengobati penyakit kardiovaskuler (Mustafa, 1998).

Jeruk kesturi (*Citrus microcarpa*) memiliki manfaat yang berkhasiat bagi kesehatan, seperti dapat mengurangi gejala panas dalam, batuk, sakit tenggorokan, juga dapat melawan penuaan dini (anti *aging*). **Jeruk kesturi banyak dipakai dalam pencampuran makanan baik itu industri maupun rumah tangga. Fungsi jeruk kesturi sebagai pemberi aroma dan penambah rasa serta sebagai pengawet alami jika dipakai pada produk minuman.**

Tingkat Penerimaan dari hasil uji organoleptik terhadap minuman daun sukun dengan cita rasa jeruk kesturi menunjukkan bahwa, dari 10 orang panelis yang berbeda umur dan profesi serta jenis kelamin dengan salah satu syarat panelis bukan sebagai perokok dan pengguna bahan aditif serta narkotika. Pada kriteria rasa panelis memberikan skor tertinggi pada pucuk dengan penambahan jeruk kesturi dengan nilai 5.97, Penambahan konsentrasi asam jeruk kasturi memberikan tingkat kemasaman pada sampel. Tingkat kemasaman juga memiliki penilaian. Untuk tingkat kemasaman pucuk dengan asam jeruk kesturi 6 ml memiliki nilai 5, 47. Untuk penerimaan keseluruhan, pucuk daun sukun dengan penambahan asam jeruk kesturi sebesar 6 ml yang dapat diterima oleh sensoris manusia.

Dari hasil penelitian tersebut dapat diberikan pemahaman kepada masyarakat untuk dapat memanfaatkan daun sukun sebagai salah satu minuman kesehatan, baik digunakan sebagai kreativitas di rumah tangga maupun untuk dapat dipasarkan (dijual).

B. Metode Pendekatan

Adapun metode yang dilakukan antara lain :

1. Ceramah dan diskusi
Bahan ceramah diberikan oleh peserta, kemudian dilanjutkan dengan diskusi (Tanya jawab) dan praktek langsung ke lapangan.
 - a. Tanaman sukun dan manfaatnya
Penceramah : Hanifah Mutia
 - b. Kandungan kimia dalam tanaman sukun
Penceramah : Najla Lubis
 - c. Prosedur Pembuatan minuman daun sukun dengan cita rasa jeruk kesturi
Penceramah : Najla Lubis
2. Praktek langsung
Praktek langsung pembuatan minuman daun sukun dengan cita rasa jeruk kesturi dengan alat yang dibutuhkan disediakan oleh kelompok perwiridan/PKK.

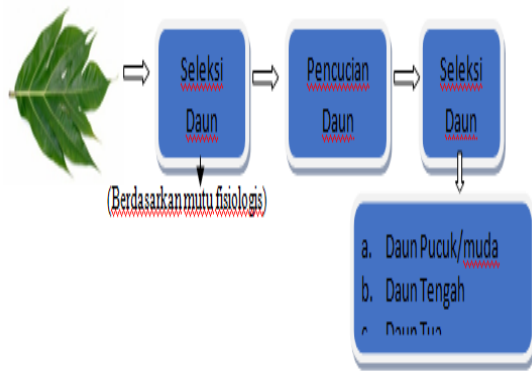
- Setelah mengetahui cara pembuatan minuman daun sukun, diharapkan dapat meningkatkan kesehatan masyarakat dan memiliki kreativitas untuk dijadikan produk yang siap dipasarkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Prosedur Pembuatan teh daun sukun

Persiapan Daun Sukun

Daun sukun yang diambil adalah daun sukun muda yang telah diseleksi berdasarkan mutu fisiologis. Mutu yang diambil berdasarkan tekstur daun yang bebas gigitan hama, ataupun terkena penyakit nekrosis daun. Seleksi daun dilanjutkan dengan memilih bagian daun yaitu pucuk daun, tengah daun, dan pangkal dari daun sukun.

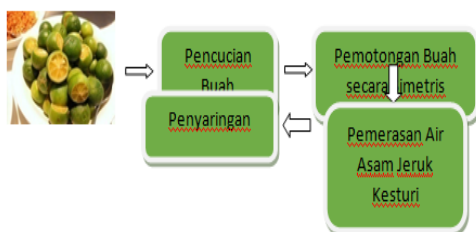


Gambar 1. Bagan persiapan daun sukun

Gambar 1. Bagan persiapan daun sukun

Persiapan Air Asam Jeruk Kesturi

Jeruk kesturi yang telah dipersiapkan diambil asamnya dengan cara memeras jeruk kesturi tersebut. Jeruk kesturi hanya diambil kandungan air pada jeruk kesturi tersebut yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh manusia dan sebagai penambah rasa serta pengawet alami dari produk makanan karena vitamin C yang terkandung didalamnya.



Gambar 2. Skema persiapan air asam jeruk kesturi

Gambar 2. Skema persiapan air asam jeruk kesturi

Pembuatan Teh

Persiapkan daun sukun terlebih dahulu yang telah dipersiapkan berdasarkan bagian daun

tersebut yaitu daun muda. Daun yang telah dipersiapkan dan diseleksi kemudian dicuci hingga bersih, lalu daun dipotong-potong kecil kemudian daun tersebut dimasukkan kedalam panci yang terbuat dari tembikar, enamel ataupun stainless untuk dilakukan proses perebusan yang di tetapkan pada pemanasan di titik 70°C. Alat aluminium tidak boleh dipergunakan dalam proses perebusan. Daun sukun yang telah direbus hanya diperbolehkan untuk pemakaian dalam satu hari tidak boleh disimpan berhari-hari. Setelah daun sukun direbus kemudian diambil ekstrak daun yang akan dijadikan teh tersebut. Dimasukkan bahan pendukung untuk menambahkan rasa serta aroma yang disukai oleh organoleptik manusia. penambahan bahan tersebut juga dapat mempengaruhi kualitas dari teh daun sukun yang dibuat. Bahan yang ditambahkan adalah gula pasir. Setelah itu, ditambahkan asam jeruk kesturi yang sangat berpengaruh dalam menentukan kualitas berdasarkan rasa, aroma serta nilai kandungan dalam teh yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh manusia.



Gambar 3. Bagan pembuatan teh

Gambar 3. Bagan pembuatan teh

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

- Daun sukun dapat dimanfaatkan sebagai salah satu jenis minuman kesehatan.
- Jeruk kesturi berfungsi sebagai pemberi aroma dan penambah rasa serta sebagai pengawet alami jika dipakai pada produk minuman.

Saran

Minuman daun sukun dapat digunakan sebagai salah satu alternatif minuman kesehatan dan dapat dipasarkan untuk lebih meningkatkan penghasilan dan kesejahteraan kelompok masyarakat.

REFERENSI

- Anonim. 1990. Hari Depan Komunitas Sukun Cilacap. Dinas Pertanian Cilacap.
 Gunarto, B. 1990. Budidaya Tanaman Sukun. Bandung. Yayasan Bhineka Swasembada.

- Anonim, 2001. Teknologi Hasil Pertanian. Agromedia Pustaka. Jakarta.
- Asti andriantiny, 2001. Kimia pangan dan Gizi. Gramedia. Jakarta.
- Eko, A.T. 1992. Pengaruh Berbagai Media Tanam Terhadap Pertumbuhan Bibit Sukun. Yogyakarta.
- Hasan, I. 2002. Pokok - Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya. Penerbit Ghalia Indonesia. Jakarta.
- Hendalastuti, H. R dan A. Rojidin. 2006. Identifikasi Sentra Produksi Buah dan Penanganan Pasca Panen Sukun Segar. Laporan Hasil Penelitian Lokal Litbang Hasil Hutan bukan Kayu. (tidak diterbitkan).
- Heyne, K.1987. Tumbuhan Berguna Indonesia jilid II, Badan Litbang. Jakarta.
- Juhaedi, 1996. Teknologi Hasil Pertanian. Erlangga. Jakarta.
- Koswra, S. 2006. Sukun Sebagai Cadangan Pangan Alternatif. ebookpangan.com
- Kumalaningsih, 2006. Ilmu Teknologi Cetakan Keempat. Universitas Indonesia Press. Jakarta.
- Kumalaningsih, 2006. Ilmu Teknologi Cetakan Keempat. Universitas Indonesia Press. Jakarta.
- Molyneux, 2003. *Citrus Flavonoids as Bioactive Compounds: Role, Bioavailability, Socio-Economic Impact and Biotechnological Approach For Their Modification, 9th ICABR International Conference on Agricultural Biotechnology: Ten Years Later*. Ravello. Italy.
- Mustafa, A.M. 1998. Isi Kandungan Arthocarpus atlitis. Food science.