

INOVASI DAUN BELUNTAS (PLUCHEA INDICA (L) LESS) SEBAGAI MINUMAN HERBAL DALAM MENGATASI BERBAGAI KELUHAN KESEHATAN PADA LANSIA

**Nelly Agustina Revi Felisa, Sony, Ardhi Taruna Revi Setiyatmiko Putra,
Ferdhi Dwi Cahyanto, Fina Sulistiya Ningsih**

Fakultas Pertanian Universitas Bojonegoro
agustinanelly56@gmail.com

Abstract

Beluntas leaves (*Pluchea Indica* (L) Less) are one of the herbal plants that are still found in several regions of Indonesia, one of which is in Bonorejo Village, Gayam District, Bojonegoro Regency. Bonorejo Village is an area in Bojonegoro with a large population of beluntas plants found around residents' yards. The beluntas plant has many ingredients and benefits for people's health, especially for the elderly. It is not uncommon for the people of Bonorejo Village to consume beluntas plants to process them as a fork which they enjoy without knowing the contents and benefits of beluntas leaves. Community service program activities in the form of training in making beluntas leaf tea bags for Family Empowerment and Welfare (PKK) cadres and Posyandu for the Elderly are a form of effort to provide knowledge and train skills to cadres in optimizing surrounding plants so that they are consumed and utilized for health needs. This activity was carried out through the Focus Group Discussion (FGD) method by taking an interactive approach to partners to gather information and reach an agreement for the sustainability of the program. The training program was attended by 20 participants from related partners who worked together to produce innovation by maximizing the use of beluntas leaves by the community. Beluntas leaves were innovated to be processed in the form of powder and coarse leaves which were packaged in tea bags so that they could be consumed using boiled water at a dose of 2g/200 ml, according to the results of experiments carried out repeatedly.

Keywords: Beluntas leaves, tea bag, training, community service.

Abstrak

Daun beluntas (*Pluchea Indica* (L) Less) adalah salah satu tanaman herbal yang masih ditemukan di beberapa wilayah Indonesia, salah satunya adalah di Desa Bonorejo Kecamatan Gayam Kabupaten Bojonegoro. Desa Bonorejo merupakan daerah di Bojonegoro dengan populasi tanaman beluntas yang cukup banyak ditemukan disekitaran pekarangan rumah warga. Tanaman beluntas memiliki banyak kandungan serta manfaat bagi kesehatan masyarakat khususnya pada lansia. Tidak jarang masyarakat Desa Bonorejo mengkonsumsi tanaman beluntas untuk diolah sebagai kulupan yang dinikmati tanpa mengetahui kandungan dan manfaat yang ada didalam daun beluntas. Kegiatan program pengabdian masyarakat dalam bentuk pelatihan pembuatan teh celup daun beluntas kepada kader Pemberdayaan dan Kesejahteraan keluarga (PKK) dan Posyandu Lansia merupakan bentuk upaya untuk memberikan pengetahuan serta melatih keterampilan pada kader dalam mengoptimalkan tanaman disekitar agar dikonsumsi dan dimanfaatkan untuk kebutuhan kesehatan. Kegiatan tersebut dilakukan melalui metode Focus Group Discussion (FGD) dengan melakukan pendekatan interaktif kepada mitra untuk menggali informasi dan melakukan kesepakatan untuk keberlangsungan program. Program pelatihan diikuti oleh 20 peserta dari mitra terkait yang bekerjasama untuk menghasilkan inovasi dengan memaksimalkan pemanfaatan daun beluntas oleh masyarakat. Daun beluntas diinovasikan menjadi olahan dalam bentuk serbuk dan daun kasar yang dikemas didalam kantong teh sehingga untuk mengonsumsinya dengan menggunakan rebusan air dengan takaran 2g/200 ml, sesuai dengan hasil eksperimen yang dilakukan berulang-ulang.

Keywords: Daun Beluntas, Teh Celup, Pelatihan, Pengabdian Masyarakat.

PENDAHULUAN

Desa Bonorejo Kecamatan Gayam merupakan daerah yang berada di pinggiran kota Bojonegoro dan yang bersedia bermitra dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat. Pengabdian masyarakat ini akan dijalankan oleh anggota kader Posyandu Lansia dan anggota Pemberdayaan dan Kesejahteraan keluarga (PKK). PKK dan Posyandu Lansia merupakan suatu mitra atau organisasi kemasyarakatan yang berperan aktif dalam menggerakkan peran masyarakat di Desa Bonorejo untuk meningkatkan suatu kesejahteraan. PKK merupakan kelompok yang berada dibawah Tim Penggerak PKK Desa atau kelurahan yang dapat dibentuk berdasarkan kewilayahan atau kegiatan. Ketua PKK mengatakan bahwa kelompok PKK pokja 4 (empat) selaku kader bidang kesehatan juga ikut andil dalam bertanggungjawab terhadap kesehatan lansia karena mereka berperan sebagai seorang pelaku dari sebuah sistem kesehatan sekaligus anggota dari Posyandu Lansia. Posyandu Lansia adalah mitra yang anggotanya berjumlah 5 dimana anggotanya merupakan kelompok PKK pada Kelompok Kerja (Pokja) 4 (empat). Keseluruhan anggota PKK itu sendiri kurang lebih berjumlah 40 orang. Rata-rata usia kader PKK dan posyandu lansia adalah 25 hingga 35 tahun dengan kondisi perekonomian dari masing-masing anggota kadernya berkecukupan serta mayoritas anggotanya adalah seorang ibu rumah tangga tetapi beberapa anggotanya juga merupakan seorang guru ngaji. Kelompok PKK dan Posyandu Lansia menjadi mitra dalam menginovasi daun beluntas untuk dimanfaatkan menjadi

olahan minuman yang dikonsumsi untuk mengatasi permasalahan kesehatan yang dialami oleh kalangan lansia.

Desa Bonorejo Kecamatan Gayam Kabupaten Bojonegoro Jawa Timur merupakan salah satu daerah di Indonesia yang memiliki jumlah lansia 228 dengan usia rata – rata diatas 55 tahun. Bu Sunarti selaku Ketua Posyandu Lansia dan bidan yang menangani permasalahan kesehatan di desa Bonorejo mengatakan bahwa masalah kesehatan yang dialami lansia saat ini terjadi karena 2 (dua) faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal seperti faktor usia dan lingkungan hidup. Bu Sunarti juga mengatakan bahwa Posyandu Lansia telah memberikan berbagai kegiatan bagi lansia yang saat ini masih berjalan diantaranya adalah senam sehat, jalan sehat, pemberian pendidikan kesehatan dan dukungan gizi melalui kerja sama dengan Dinas Sosial Kabupaten Bojonegoro yang dilakukan satu minggu sekali, serta pemeriksaan kondisi kesehatan meliputi pengukuran tinggi dan berat badan, pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, gula darah, dan lain lain. Permasalahan kesehatan yang tengah dialami lansia seperti pegal linu, kolesterol, rematik, dan permasalahan yang umum menjadi perhatian Posyandu lansia dan PKK kelurahan Bonorejo untuk menangani lebih lanjut tentang penggunaan obat-obatan yang cocok untuk dikonsumsi bagi lansia. Pemanfaatan tanaman herbal juga menjadi perhatian ketua Posyandu Lansia untuk tidak selalu bergantung pada obat kimia, akan tetapi dapat melalui pengobatan alternatif dengan memanfaatkan tanaman herbal masih jarang diterapkan didesa Bonorejo. Tanaman beluntas

merupakan salah satu tanaman herbal yang sudah jarang ditemukan dan dibudidayakan oleh masyarakat. Akan tetapi, tanaman beluntas masih ditemukan disebagian pekarangan penduduk Desa Bonorejo dan tanaman daun beluntas tersebut belum dimanfaatkan secara maksimal.

Berdasarkan permasalahan kesehatan yang terjadi pada kalangan lansia kami menginisiasikan program pemanfaatan tanaman herbal melalui mitra Posyandu Lansia dan kelompok PKK Desa Bonorejo dalam pelaksanaan program PKM-PM yaitu dengan menjalankan pelatihan dalam menginovasi daun beluntas menjadi olahan minuman herbal bagi kalangan lansia. Banyak penelitian mengatakan bahwa daun beluntas memiliki banyak manfaat yang baik bagi kesehatan dan dapat dikonsumsi untuk menjaga dan mengatasi permasalahan kesehatan yang umum dialami oleh kalangan lansia(Rochman & Ernes, 2019;Donowarti & Diah, 2020;Wibowo & Hasana, 2024). Melalui program inovasi ini akan memunculkan suatu kreativitas bagi kelompok PKK dan Posyandu Lansia untuk belajar memanfaatkan bahan alami dan meningkatkan keterampilan dalam mengolah tanaman herbal menjadi suatu olahan yang bermanfaat bagi kesehatan. Masyarakat sekitar Desa Bonorejo juga akan mendapatkan informasi dan pengetahuan tentang bagaimana mengoptimalkan daun beluntas untuk dijadikan obat tradisional dalam bentuk minuman.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Balaidesa Bonorejo Kecamatan Gayam Kabupaten Bojonegoro pada hari sabtu tanggal 29 Juni 2024. Kegiatan ini

dilaksanakan secara luring dalam bentuk sosialisasi dan pelatihan yang dijalankan oleh mitra kelompok PKK dan Posyandu Lansia serta dibantu kepala desa dalam keberlangsungan program. Program ini dilaksanakan dengan menggunakan metode Focus Group Discussion (FGD) dimana Tim pelaksana melakukan survei untuk menggali berbagai data kondisi lansia dari segi fisik, kesehatan, maupun lingkungan dan kondisi wilayah di Desa Bonorejo dapat digali untuk memenuhi kebutuhan informasi dan kelancaran program.

Adapun uraian teknis kegiatan yang akan dilakukan di Desa Bonorejo adalah sebagai berikut.

1. Persiapan dan Observasi

Tahap persiapan yaitu melakukan eskperimen produk selama 3 minggu secara berulang-ulang, koordinasi ulang dengan mitra, pembuatan buku pedoman mitra, dan observasi tempat sebelum pelaksanaan pelatihan.

2. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan yaitu pemberian sosialisasi yang berinisikan pemaparan materi dan bentuk pelatihan yang berinisikan pengaplikasian pembuatan olahan yang meliputi pengambilan dan pemilahan daun beluntas hingga pengeringan.

Tabel 1. Alat dan Bahan teh celup daun beluntas

No	Alat	Bahan
1	Gunting	Daun Beluntas (daun yang masih muda)
2	Sarung Tangan Plastik	Kemasan Ziplock uk. 10x17,6
3	Tampah	Stiker
4	Kain Warna Hitam	Air
5	Saringan	Kantong Celup Teh
6	Blender	Kemasan Ziplock uk. 14x20
7	Sendok	
8	Baskom Timbangan	
9	Lampu	

a) Teh Serbuk Daun Beluntas

Langkah – Langkah Pembuatan

1. Siapkan alat dan bahan
2. Cuci daun beluntas yang sudah dipetik hingga bersih kemudian letakkan daun beluntas yang sudah dicuci dengan air ke dalam tampah yang sudah dilapisi kain warna hitam kemudian lapisi kembali dengan kain warna hitam diatas daun beluntas hingga menutupi tampah kemudian letakkan dibawah lampu pijar yang sudah disiapkan selama 4 – 5 hari (dilakukan untuk mengeringkan daun beluntas)

3. Setelah daun beluntas kering, haluskan menggunakan blender bumbu/kopi hingga menjadi halus. Hasil daun beluntas yang sudah diblender, diayak menggunakan saringan agar mendapatkan hasil yang maksimal. Kemas daun beluntas yang sudah disaring ke dalam kemasan ziplock yang sudah ditemplei stiker kemudian timbang hingga mencapai berat 175 gram

b) Teh Celup Daun Beluntas

Langkah – Langkah Pembuatan

1. Siapkan alat dan bahan
2. Cuci daun beluntas yang

sudah dipetik hingga bersih kemudian letakkan daun beluntas yang sudah dicuci dengan air ke dalam tampah. Keringkan daun beluntas dibawah sinar matahari 3- 4 hari

3. Setelah dijemur, diangkat kemudian didiamkan selama 30 menit. Setelah didiamkan, blender daun beluntas hingga mencapai hasil yang diinginkan tetapi tidak membuat daun hancur hingga menjadi serbuk (masih dalam keadaan kasar)
4. Masukkan daun beluntas yang sudah diblender kedalam kemasan kantong celup teh secukupnya. Kemas 7 kantong celup teh yang sudah diisi daun beluntas kedalam kemasan ziplock yang sudah diberi stiker

3. Evaluasi

Tahapan pengevaluasian kegiatan pengabdian yang dilaksanakan melalui pengisian kuesioner dari peserta terkait saran dan output apa yang sudah diterima. Evaluasi ini dilakukan sebagai bentuk penilaian atau apresiasi dari peserta terkait berjalannya program pengabdian

4. Pencapaian Tujuan

Kegiatan pengabdian dapat dinilai berhasil jika menghasilkan output bagi masyarakat khususnya bagi kader Posyandu lansia dan kader PKK Desa Bonorejo. Hasil dari kegiatan ini adalah masyarakat dapat memanfaatkan tanaman daun beluntas untuk dijadikan inovasi minuman yang bermanfaat bagi kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pelatihan inovasi pembuatan teh celup yang berasal dari daun beluntas dilakukan dan didukung oleh mitra PKK dan Posyandu Lansia desa Bonorejo kecamatan Gayam Kabupaten Bojonegoro.

Dari hasil Focus Group Discussion (FGD) bersama mitra dikatakan bahwa lansia di daerah Bonorejo seringkali mengalami berbagai masalah kesehatan pada umumnya seperti pegal linu, rematik, dan lain-lain.



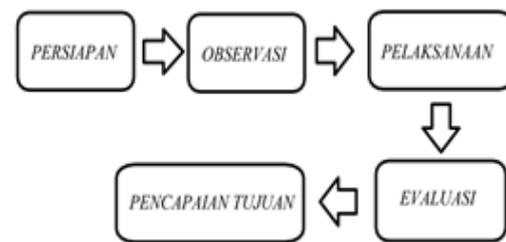
Gambar 1: Pengambilan Data Dan Diskusi Bersama Mitra

Penemuan daun beluntas yang berada di desa Bonorejo kini masih kerap ditemukan meskipun tanaman herbal ini sudah jarang ada di beberapa wilayah, akan tetapi pemanfaatan tanaman herbal ini masih belum dimaksimalkan oleh masyarakat sebagai kebutuhan kesehatan. Masih banyak masyarakat yang kurang paham terhadap manfaat tanaman herbal salah satunya adalah manfaat yang ada pada daun beluntas. Dengan ditemukannya hasil FGD tersebut Tim PKM-PM kelompok kami menginisiasikan program pemanfaatan tanaman herbal melalui mitra Posyandu Lansia dan kelompok PKK Desa Bonorejo dalam pelaksanaan program yaitu dengan menginovasi daun beluntas menjadi olahan minuman herbal bagi kalangan lansia. Penginovasian ini dilakukan sebagai bentuk pelatihan untuk

meningkatkan pengetahuan serta kreativitas kader tentang bagaimana cara memanfaatkan tanaman sekitar untuk dijadikan obat herbal. Kegiatan ini akan dilaksanakan secara luring dengan rangkaian sebagai berikut.



Gambar 2: Pelatihan Pembuatan Teh Celup Daun Beluntas



Gambar 2: Skema Pelaksanaan Program

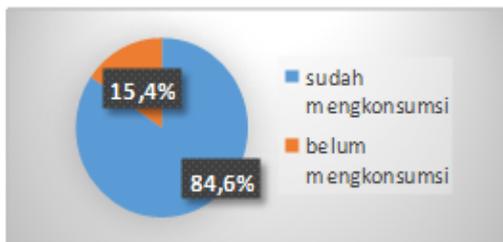
Tabel 2: Presentase keberhasilan program

No	Aspek	Indikator Keberhasilan Program
1	Persiapan dan Observasi	100 %
2	Pelaksanaan	100%
3	Evaluasi	100%
4	Pencapaian Tujuan	100%

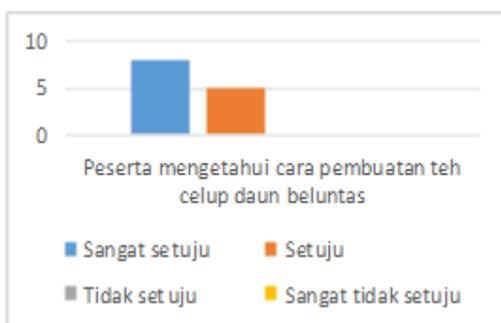
Hasil yang ingin dicapai dari adanya program inovasi daun beluntas (*Pluchea Indica* (L) Less) sebagai minuman herbal dalam upaya mengatasi berbagai keluhan kesehatan pada lansia yang dijalankan oleh kader PKK dan Posyandu Lansia dapat dilihat melalui presentase dan luaran yang dihasilkan

terhadap keseluruhan kegiatan. Presentase hasil dilakukan melalui evaluasi kegiatan sudah berjalan 100% yaitu penyebaran kuesioner kepada peserta pelatihan secara daring dan penyuluhan kepada lansia yang dilakukan untuk menilai program kerja yang sudah dijalankan.

Hasil dari evaluasi program yang telah dilaksanakan pada peserta menunjukkan hasil cukup memuaskan, yang dimana tidak ada keluhan ataupun efek samping yang terjadi setelah mengkonsumsi teh celup daun beluntas, Hal ini tentunya dapat menyadarkan masyarakat terkait manfaat daun beluntas yang masih jarang digunakan dan besar harapannya agar masyarakat dapat megolah daun beluntas secara mandiri.



Gambar 3: Diagram hasil kuesioner peserta



Gambar 4: Diagram Batang

Manfaat yang diharapkan dan ditawarkan sebagai bentuk inisiasi dari kami adalah peningkatan pengetahuan serta kreativitas dari kader yang menjadi peserta pelatihan agar mereka mampu memanfaatkan tanaman herbal yang berada dilingkungan sekitar untuk dijadikan salah satu obat herbal dalam bentuk minuman. Manfaat kedua adalah agar peserta pelatihan dapat mengajak masyarakat untuk mengoptimalkan daun beluntas untuk dimanfaatkan dan dikonsumsi terutama bagi lansia untuk meminimalisir penggunaan obat secara kimia.

Manfaat terhadap beberapa aspek diantaranya :

1. Aspek sosial
Tercapainya Pemberdayaan masyarakat yang bermanfaat dan maksimal sehingga masyarakat dapat merasakan manfaat dari program yang sudah diberikan
2. Aspek Ekonomi
Dengan adanya program inovasi daun beluntas untuk diolah, dapat membantu masyarakat untuk memanfaatkan produk olahan ini agar menjadi faktor yang dapat meningkatkan perekonomian serta dapat membantu menghemat pengeluaran untuk pembelian obat kimia
3. Aspek Budaya
Meningkatkan budaya gotong royong bagi kader PKK dan Posyandu Lansia di Desa Bonorejo
4. Aspek Pendidikan
Meningkatkan pemahaman atau pengetahuan serta kesadaran masyarakat akan pentingnya tanaman herbal

bagi kesehatan khususnya bagi lansia

5. Aspek Pengembangan Usaha Potensi Rencana

Produk olahan daun beluntas dapat dimanfaatkan dan dijadikan menjadi suatu produk teh celup yang dapat dipasarkan dan memiliki nilai jual serta dapat diinovasikan menjadi produk olahan yang lain.



Gambar 5: *Pelatihan Pembuatan Teh Celup Daun Beluntas*

SIMPULAN

Berdasarkan uraian penjelasan diatas, hasil yang ingin dicapai dari adanya program pelatihan Inovasi terhadap daun beluntas yang dijadikan teh celup minuman herbal adalah memanfaatkan tanaman beluntas yang belum dimaksimalkan penggunaannya agar dapat dikonsumsi untuk kebutuhan kesehatan oleh masyarakat khususnya lansia.. Berdasarkan hal tersebut, adapun masalah yang dapat dirumuskan antara lain:

1. Bagaimana cara meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kelompok PKK dan Posyandu lansia tentang pemanfaatan daun beluntas bagi kesehatan
2. Bagaimana cara mengoptimalkan daun beluntas agar dapat dikonsumsi dan dimanfaatkan

untuk mengatasi permasalahan pada kesehatan lansia.

Adapun tujuan dari program ini antara lain meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kelompok PKK dan Posyandu Lansia melalui inovasi tanaman herbal yaitu daun beluntas yang dapat dimanfaatkan menjadi olahan minuman berkhasiat, mengoptimalkan daun beluntas agar dapat dikonsumsi dan dimanfaatkan untuk mengatasi permasalahan kesehatan lansia. Yang diharapkan dari adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat desa Bonorejo mendapatkan informasi dan pengetahuan tentang bagaimana mengoptimalkan daun beluntas untuk dijadikan obat tradisional dalam bentuk minuman dan masyarakat desa Bonorejo mampu mempraktikkan pemanfaatan pembuatan teh dari daun beluntas sebagai minuman herbal yang bermanfaat bagi kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami dari Tim Pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terimakasih kepada pihak yang sudah membantu khususnya Pimpinan Desa Bonorejo Kecamatan Gayam Kabupaten Bojonegoro beserta mitra PKK dan Posyandu Lansia yang sudah antusias untuk bekerjasama dan mendukung keberlangsungan program terlaksana hingga berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Donowarti, I. and Diah, F.D. 2020. Pengamatan hasil olahan daun beluntas (*Pluchea indica* L.) terhadap sifat fisika dan kimianya. *Teknologi Pangan: Media Informasi dan*

- Komunikasi Ilmiah Teknologi Pertanian*. 11(2):118–134.
- Nahor, E.M. 2022. Aktivitas Antibakteri Ekstrak Tanaman Beluntas (*Pluchea indica* L.). *Prosiding Seminar Nasional Kefarmasian Program Studi Farmasi FMIPA Universitas Sam Ratulangi*. pp. 39–46.
- Putri, M.A. dan Suhartiningsih, S. 2020. Pembinaan kader lansia dalam upaya peningkatan pelayanan kesehatan lansia. *Journal of Community Engagement in Health*. 3(2): 304–308.
- Rochman, D.A. and Ernes, A. 2019. Karakteristik Fisikokimia Serbuk Jamu Daun Beluntas (*Pluchea indica* L.). *AGROMIX*. 10(1): 58–66.
- Wibowo, W. and Hasana, A.R. 2024. Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Pembuatan Kapsul Daun Beluntas RW 1 Di Kelurahan Sukoharjo Kec. Klojen Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*. 1(12): 3334–3340.
- Sinaga, E. M., Purwandari, V., & Wiratma, D. Y. (2020). PENYULUHAN KEPADA MASYARAKAT DAUN BELUNTAS (*Plucea indica* Less.) BERKHASIAT SEBAGAI PENCEGAH BAU BADAN. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 291–295.