

## **EDUKASI BU PUR (BUMBU DAPUR) SEBAGAI TANAMAN OBAT TRADISIONAL PADA KELOMPOK PD AISYIYAH KABUPATEN PEKALONGAN**

**Nur Ermawati<sup>1\*</sup>, Nila Oktaviani<sup>2</sup>, Ika Sabrina Rochmalia<sup>3</sup>,  
Luluk Ilmaknun<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>D-III Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Pekalongan,  
Indonesia

\*E-mail : [nurermawati29@gmail.com](mailto:nurermawati29@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Perubahan cuaca adalah perubahan jangka panjang dalam pola sirkulasi cuaca yang terbukti terjadi dalam rentang waktu mulai dari beberapa dekade hingga jutaan tahun. Indonesia menghadapi musim yang mengalami perputaran yang luar biasa. Musim pancaroba merupakan peralihan dua musim yang terdapat di negara tropis yaitu musim hujan dan kemarau. Musim pancaroba tidak hanya mengakibatkan masalah cuaca, namun juga mengakibatkan masalah kesehatan seperti menurunnya daya tahan tubuh, penyakit saluran pernafasan, penyakit saluran pencernaan dan penyakit yang disebabkan oleh virus. Salah satu cara untuk mencegah terjadinya lonjakan masalah kesehatan akibat pancaroba yaitu diperlukan pemahaman masyarakat mengenai tanaman obat tradisional yang dalam hal ini adalah dari kelompok bumbu dapur. Bumbu dapur telah dikenal kelompok mitra PD 'Aisyiyah kabupaten Pekalongan sebagai bahan tambahan penyedap masakan, padahal bumbu dapur tersebut memiliki manfaat lain sebagai obat bahan alam. Mitra belum memahami jenis bumbu dapur yang digunakan untuk obat herbal khususnya yang dapat dimanfaatkan sebagai obat untuk mencegah maupun mengobati penyakit. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai pemanfaatan Bu Pur (Bumbu Dapur) sebagai tanaman obat tradisional. Tahapan kegiatan antara lain: 1) tahap observasi, 2) tahap pelaksanaan yaitu pemberian materi edukasi dan demonstrasi pembuatan simplisia. Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan lancar dan mendapat respon positif dari masyarakat yang dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta terkait dengan materi. Dalam kegiatan ini, peserta juga ditunjukkan demonstrasi pembuatan simplisia dari bumbu dapur yang baik dan benar.

**Kata Kunci:** Bumbu dapur; Pengabdian Masyarakat; Tanaman obat tradisional

### **ABSTRACT**

*Climate change is a long-term alteration in weather circulation patterns that has been proven to occur over periods ranging from several decades to millions of years. Indonesia experiences extraordinary seasonal transitions. The transitional season,*

*known as “pancaroba”, marks the shift between two main seasons in tropical countries: the rainy season and the dry season. The pancaroba season not only brings about weather-related challenges but also leads to health problems such as weakened immune systems, respiratory tract infections, digestive disorders, and illnesses caused by viruses. One way to prevent a surge in health issues during this season is by raising public awareness about traditional medicinal plants, particularly those derived from kitchen spices. Kitchen spices are already known by the PD 'Aisyiyah partner group in Pekalongan regency as flavor enhancers in cooking, yet their potential as natural remedies is often overlooked. The partner group lacks knowledge about the types of spices that can be used as herbal medicine, especially those effective for preventing or treating illnesses. This initiative aims to provide education on the use of kitchen spices (Bu Pur) as traditional medicinal plants. The phases of the program were as follows: 1) observation; 2) implementation that included the delivery of counseling materials and demonstration of simplicia preparation. Based on the observation and survey, this community service was successfully implemented and received a positive response from participants. This was reflected in the high level of engagement, as indicated by the number of questions raised regarding the presented material. In addition, participants were provided with a clear and accurate demonstration of the procedures for preparing simplicia from commonly used kitchen spices. The active involvement of participants and their enthusiasm during the demonstration highlighted the relevance and practicality of the program for the community.*

**Keywords:** Kitchen spices; Community service; Traditional medicinal plants

<b>Article History:</b>	
Diterima	: 21-06-2025
Disetujui	: 17-07-2025
Diterbitkan Online	: 23-08-2025

## **PENDAHULUAN**

### **1. Analisis Situasi**

Perubahan cuaca merupakan perubahan berkepanjangan dalam sirkulasi pola cuaca secara evidensi dengan kurun waktu mulai dasawarsa sampai jutaan tahun (Aldrian et al., 2011; Setiani, 2020). Perubahan cuaca terjadi di daerah terbatas hingga regional tertentu atau dapat juga terjadi di seluruh wilayah Bumi. Indonesia menghadapi musim yang mengalami perputaran yang luar biasa. Musim kemarau umumnya berlangsung antara bulan April hingga September, sementara musim hujan terjadi dari Oktober hingga Maret. Masa peralihan antara kedua musim ini, yang dikenal sebagai musim pancaroba, biasanya terjadi pada Maret/April dan September/Oktober. Musim pancaroba merupakan transisi antara musim hujan dan kemarau yang khas di wilayah tropis (Wattimena, 2014; Nugroho, 2021). Perubahan musim ini tidak hanya berdampak pada kondisi cuaca, tetapi juga dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti penurunan imunitas tubuh, gangguan pernapasan, gangguan pencernaan, demam berdarah, serta penyakit akibat infeksi virus. Selama musim pancaroba, perubahan iklim menyebabkan pergeseran suhu, tekanan, dan komposisi udara yang menciptakan lingkungan ideal bagi pertumbuhan bakteri dan virus di sekitar manusia. Oleh karena itu, untuk mengurangi risiko peningkatan penyakit selama masa ini, penting bagi masyarakat memiliki pemahaman dan pemanfaatan tanaman obat tradisional, terutama

yang berasal dari kelompok rempah-rempah atau bumbu dapur. Situasi iklim yang buruk harus diantisipasi dengan memelihara kondisi badan dengan baik agar terbebas dari berbagai penyakit yang berkembang saat musim pancaroba, salah satunya dengan memanfaatkan bumbu dapur sebagai tanaman obat.

Tanaman obat memiliki banyak jenis spesies. Dari total sekitar 40.000 jenis tumbuh-tumbuhan obat yang telah dikenal di dunia, 30.000-nya berada di Indonesia. Jumlah tersebut mewakili 90% dari tanaman obat yang terdapat di Asia. Dari jumlah tersebut, 25% diantaranya atau sekitar 7.500 jenis sudah diketahui memiliki khasiat herbal atau tanaman obat. Namun hanya 1.200 jenis tanaman yang telah dimanfaatkan untuk bahan baku obat-obatan herbal atau jamu (Salim & Munadi, 2017). Berdasarkan Data Riset Kesehatan (Riskesmas) tahun 2018 persentase pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) di Indonesia sebesar 24,6% dan pemanfaatan pelayanan kesehatan tradisional sebesar 31,4% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Tanaman obat tradisional atau tanaman herbal merupakan tanaman yang dapat digunakan sebagai obat yang bersifat alami, yang berfungsi sebagai pencegahan maupun pengobatan suatu penyakit. Salah satu kelompok tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai tanaman obat tradisional adalah bumbu dapur. Bumbu dapur ialah zat yang pada umumnya berasal dari tanaman beraroma yang ditambahkan pada masakan yang bermaksud untuk menyedapkan makanan. Bumbu dapur yang dapat dimanfaatkan sebagai obat antara lain jahe, kunyit, lengkuas, serai, kayu manis, bawang putih, kencur, daun salam, cengkeh. Penelitian terkait tanaman obat tradisional atau tanaman herbal untuk meningkatkan daya tahan tubuh telah banyak dilakukan seperti jahe, kunyit, bawang putih, dan lain-lain.

## **2. Permasalahan Mitra dan Solusi**

Permasalahan mitra adalah belum mengoptimalkan pemanfaatan bumbu dapur sebagai obat tradisional. Kelompok mitra belum banyak mengenal dan mengetahui jenis bumbu dapur yang digunakan untuk obat herbal khususnya yang dapat dimanfaatkan sebagai obat alami untuk mencegah maupun mengobati penyakit pada musim pancaroba dan yang digunakan sebagai penambah daya tahan tubuh.

Solusi untuk permasalahan yang dihadapi mitra antara lain memberikan edukasi atau pemahaman pada masyarakat khususnya peserta penyuluhan yaitu PD 'Aisyiyah Kabupaten Pekalongan tentang pemanfaatan bumbu dapur sebagai obat tradisional yang digunakan sebagai upaya pencegahan dan pengobatan gejala penyakit yang disebabkan oleh virus, dan mendemonstrasikan cara pengolahan bumbu dapur menjadi simplisia siap pakai.

## **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

### **1. Waktu, Lokasi, dan Peserta Kegiatan**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2025 di Gedung Dakwah Muhammadiyah Kajen kabupaten Pekalongan dengan jarak 21 KM dari Universitas Pekalongan. Peserta kegiatan adalah ibu-ibu kelompok pesantren lansia pada Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut

Usia (LKS-LU) Miftahul Jannah di bawah naungan Pimpinan Daerah (PD) 'Aisyiyah Kabupaten Pekalongan yang berjumlah 30 orang.



**Gambar 1.** Peta lokasi kegiatan.

## 2. Instrumen Kegiatan

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi beberapa perangkat yang mendukung kelancaran pelaksanaan. Pertama, **lembar observasi** digunakan untuk mencatat tingkat partisipasi, antusiasme, dan keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Kedua, **angket evaluasi** diberikan kepada peserta, khususnya kelompok ibu-ibu pesantren lansia, untuk mengetahui tingkat pemahaman mereka terkait pemanfaatan bumbu dapur sebagai obat tradisional serta efektivitas metode penyuluhan yang diberikan. Ketiga, **pedoman wawancara** dipakai untuk menggali lebih dalam pengalaman dan tanggapan peserta setelah mengikuti penyuluhan maupun praktik pembuatan simplisia. Keempat, **dokumentasi foto dan video** digunakan sebagai bukti visual kegiatan sekaligus bahan refleksi untuk menilai keberhasilan dan kekurangan kegiatan. Selain itu, **produk hasil pelatihan**, berupa simplisia dari bumbu dapur yang diolah langsung oleh peserta, juga menjadi instrumen autentik untuk menilai keterampilan praktis dan keberhasilan transfer pengetahuan. Dengan kombinasi instrumen ini, tim pengabdian dapat memperoleh data yang komprehensif terkait capaian kegiatan, baik dari aspek pengetahuan, sikap, maupun keterampilan peserta.

## 3. Tahapan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang tersusun secara sistematis. Tahap pertama adalah perizinan lokasi dan kegiatan, yaitu proses pengurusan izin kepada pihak terkait agar kegiatan dapat berjalan sesuai ketentuan. Selanjutnya dilakukan pengaturan jadwal, yang disusun berdasarkan kesepakatan antara tim pengabdian dengan mitra agar kegiatan dapat terlaksana secara efektif dan efisien. Tahap berikutnya adalah persiapan teknis, yang meliputi penyusunan materi penyuluhan, penyiapan bahan herbal untuk keperluan demonstrasi dan pelatihan, serta pembuatan media pendukung berupa backdrop dan kuesioner. Setelah persiapan matang, dilaksanakan koordinasi

tim pengabdian untuk memastikan seluruh anggota memiliki pemahaman yang sama terkait alur kegiatan.

Tahapan inti kegiatan diawali dengan penyuluhan kepada masyarakat mengenai pemanfaatan bumbu dapur sebagai tanaman obat tradisional. Penyuluhan disampaikan dengan bantuan media presentasi (PowerPoint), sehingga peserta dapat melihat secara visual jenis-jenis bumbu dapur yang memiliki khasiat obat, sekaligus membandingkannya dengan tanaman yang tersedia di lingkungan rumah mereka. Setelah itu, dilakukan demonstrasi pembuatan simplisia dari bahan bumbu dapur, yang memberikan pengalaman praktis kepada peserta dalam mengolah bahan herbal agar dapat dimanfaatkan sebagai obat sederhana. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab, di mana peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, mengajukan pertanyaan, dan berdiskusi mengenai berbagai permasalahan kesehatan yang dapat diatasi dengan pemanfaatan tanaman obat, khususnya penyakit yang sering muncul pada masa pancaroba. Melalui tahapan-tahapan tersebut, kegiatan pengabdian berhasil menciptakan suasana interaktif, kolaboratif, dan memberikan manfaat nyata bagi peningkatan pengetahuan serta keterampilan peserta.

## **HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN**

Hasil analisis situasi yang diperoleh melalui survei awal pada kelompok mitra menunjukkan bahwa masyarakat pada kelompok mitra masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai jenis-jenis bumbu dapur yang berfungsi sebagai obat herbal, terutama yang bermanfaat sebagai pengobatan alami untuk mencegah atau mengatasi penyakit saat musim pancaroba serta meningkatkan daya tahan tubuh. Selain itu, mitra juga belum optimal dalam pemanfaatan bumbu dapur sebagai obat herbal.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dengan pemberian edukasi tentang bumbu dapur sebagai tanaman obat, swamedikasi menggunakan bumbu dapur, demonstrasi dan praktek pembuatan simplisia dari bumbu dapur, diakhiri dengan diskusi dan tanya jawab.

### **1. Edukasi tentang Bumbu Dapur sebagai Obat Tradisional**

Materi pokok yang disampaikan pada kegiatan ini adalah tentang pemahaman bumbu dapur sebagai tanaman obat tradisional, mencakup definisi bumbu dapur, pengobatan mandiri dengan bumbu dapur, jenis dan manfaat bumbu dapur. Beberapa tanaman kelompok bumbu dapur yang dapat digunakan sebagai obat antara lain jahe, kunyit dan daun salam.

Jahe, yang dikenal secara ilmiah sebagai *Zingiber officinale*, merupakan salah satu tanaman herbal yang rimpangnya telah lama dimanfaatkan sebagai bahan dasar dalam pengobatan tradisional dan rempah-rempah. Rimpang jahe memiliki bentuk menyerupai jari yang membesar di bagian tengah dan terdapat ruas-ruas kecil di bagian sampingnya. Jahe mengandung berbagai senyawa aktif seperti fitonutrien dan fitokimia, di antaranya minyak atsiri sebanyak 2–3%, oleoresin, damar, asam-asam organik, pati, asam malat, asam oksalat, gingerin, gingeron, minyak damar, flavonoid, polifenol, alkaloid, serta musilago. Minyak atsiri dalam jahe mengandung senyawa seperti linalool, zingiberol, kavikol, dan geraniol (Helmalia, Putrid, & Dirpan, 2019). Jahe memiliki beragam manfaat antara lain gangguan fungsi seksual

seperti impotensi, batuk, pegal-pegal, sakit kepala, rematik, nyeri pinggang, masuk angin, bronkitis, sakit lambung, nyeri otot, vertigo, mual saat kehamilan, osteoarthritis, gangguan pada sistem pencernaan, nyeri haid, kadar kolesterol dan trigliserida yang tinggi, kanker, penyakit jantung, gangguan fungsi otak seperti Alzheimer, infeksi, hingga stamina tubuh yang menurun (Laelasari & Syadza, 2022).



**Gambar 1.** Penyajian materi.

Kunyit atau *Curcuma domestica* Val. mengandung senyawa aktif utama berupa minyak atsiri dan kurkumin yang terkonsentrasi pada bagian rimpangnya. Di dalam rimpang kunyit tersebut terdapat beberapa komponen seperti minyak atsiri, kurkumin, resin, oleoresin, desmetoksikurkumin, bidesmetoksikurkumin, serta damar, gom, lemak, protein, kalsium, fosfor dan zat besi (Azizah & Salamah, 2013). Kunyit dapat digunakan sebagai bahan pengobatan tradisional untuk berbagai keperluan, seperti mempercepat penyembuhan luka, antibakteri, mengurangi motilitas usus, mengatasi bau badan, menurunkan demam, meredakan gejala diare, serta membantu dalam penanganan beberapa kondisi kesehatan lainnya (Rohmah, 2024).

Daun salam atau *Syzygium polyantha* adalah tanaman yang sudah dikenal luas oleh masyarakat dan umumnya digunakan sebagai bumbu masakan atau rempah penyedap karena memiliki aroma yang khas. Flavonoid merupakan senyawa utama yang terdapat dalam daun salam. Flavonoid termasuk dalam golongan polifenol yang berperan penting dalam membantu sistem pertahanan tubuh karena memiliki berbagai manfaat, seperti sebagai antivirus, antimikroba, antialergi, antiplatelet, antiinflamasi, antitumor, serta antioksidan (Novira & Febrina, 2019).

## **2. Sesi Diskusi dan Tanya Jawab**

Pada sesi diskusi dan tanya jawab, para peserta pengabdian Masyarakat tampak antusias menyampaikan pendapat, mengajukan pertanyaan, serta berbagi pengalaman yang relevan dengan topik yang dibahas yaitu tentang pemanfaatan bumbu dapur sebagai obat tradisional, sehingga tercipta suasana yang interaktif dan penuh semangat kolaboratif.



**Gambar 2.** Sesi diskusi dan tanya jawab.

### **3. Hasil Evaluasi Kegiatan**

Evaluasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) menunjukkan bahwa seluruh rangkaian program berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Berdasarkan lembar observasi, peserta yang terdiri dari ibu-ibu kelompok pesantren lansia menunjukkan antusiasme tinggi, yang ditunjukkan dengan partisipasi aktif selama penyuluhan, demonstrasi, maupun sesi diskusi. Hasil angket evaluasi mengindikasikan bahwa lebih dari sebagian besar peserta memperoleh pemahaman baru mengenai pemanfaatan bumbu dapur sebagai obat tradisional, terutama dalam hal pengolahan menjadi simplisia untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan mencegah penyakit saat musim pancaroba.

Selain itu, wawancara singkat dengan peserta memperlihatkan bahwa materi yang disampaikan dianggap relevan dengan kebutuhan sehari-hari, mudah dipahami, dan dapat diaplikasikan secara praktis di rumah. Peserta juga menyampaikan bahwa demonstrasi pembuatan simplisia memberikan pengalaman langsung yang bermanfaat karena dapat menjadi alternatif pengobatan mandiri berbasis bahan alami. Dokumentasi berupa hasil karya simplisia yang diproduksi peserta menjadi bukti bahwa keterampilan praktis berhasil ditransfer dengan baik. Secara keseluruhan, kegiatan PKM ini dinilai berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan peserta, serta memberikan dampak positif berupa kesadaran baru akan pentingnya pemanfaatan tanaman herbal sebagai solusi kesehatan yang mudah, murah, dan aman.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat pada kelompok mitra pesantren lansia pada Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Miftahul Jannah dibawah naungan Pimpinan Daerah (PD) 'Aisyiyah Kabupaten Pekalongan telah berhasil dan berjalan sesuai dengan yang direncanakan. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya peningkatan pemahaman mitra tentang pemanfaatan bumbu dapur dengan metode wawancara langsung. Saran dari kegiatan ini diperlukan peran serta masyarakat untuk dapat memanfaatkan bumbu dapur yang tersedia di rumah sebagai obat tradisional untuk upaya pengobatan mandiri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aldrian, E., Karmini, M., & Budiman, D. B. (2011). *Adaptasi dan mitigasi perubahan iklim di Indonesia*. Pusat Perubahan Iklim dan Kualitas Udara, Kedeputusan Bidang Klimatologi, Badan Meteorologi, Klimatologi, dan Geofisika.
- Azizah, B., & Salamah, N. (2013). Standarisasi parameter non spesifik dan perbandingan kadar kurkumin ekstrak etanol dan ekstrak terpurifikasi rimpang kunyit. *Pharmaciana*, 3(1).  
<https://doi.org/10.12928/pharmaciana.v3i1.416>
- Helmalia, H., Putrid, P., & Dirpan, A. (2019). Potensi rempah-rempah tradisional sebagai sumber antioksidan alami untuk bahan baku pangan fungsional. *Canrea Journal: Food Technology, Nutrition, and Culinary Journal*, 2(1), 26–31.  
<https://doi.org/10.20956/canrea.v2i1.113>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Laelasari, I., & Syadza, N. Z. (2022). Pendampingan pemanfaatan jahe (*Zingiber officinale*) sebagai bahan rempah dalam pembuatan inovasi makanan herbal penambah imunitas. *Jurnal Bakti Saintek*, 6(2), 31–37.  
<https://doi.org/10.14421/jbs.3483>
- Novira, P. P., & Febrina, E. (2019). Aktivitas farmakologi ekstrak daun salam (*Syzygium polyanthum* (Wight) Walp.). *Journal Farmaka*, 16(2), 288–297.  
<https://jurnal.unpad.ac.id/farmaka/article/view/17542>
- Nugroho, B. D. A. (2021). *Penerapan Klimatologi Dalam Pertanian 4.0*. Deepublish.
- Rohmah, M. N. (2024). Pemanfaatan dan kandungan kunyit (*Curcuma domestica*) sebagai obat dalam perspektif Islam. *Es-Syajar: Journal of Islam, Science and Technology Integration*, 2(1), 178–186.  
<https://doi.org/10.18860/es.v2i1.18151>
- Setiani, P. (2020). *Sains perubahan iklim*. Bumi Aksara.
- Wattimena, L. (2014). Rumah Adat di Pesisir Selatan Pulau Seram, Maluku Tinjauan Awal Etnoarkeologi. *Humaniora*, 26(3), 266–275.  
<https://jurnal.ugm.ac.id/jurnal-humaniora/article/view/6184>