

Penyuluhan pembuatan minuman anti kolesterol dari Daun Sirih Cina (*Peperomi pellucida L*) dan Madu

Suharti *¹

¹ Program Studi D3 Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Holistik
Korespondensi: Jl. Terusan Kapten Halim Km. 09, PondokSalam -Purwakarta
Email : suharti@stikesholistic.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang: Masyarakat saat ini banyak menggunakan bahan alam untuk pencegahan dan pengobatan penyakit dan digunakan bahan alami atau *back to nature*, Hal ini dibuktikan dengan banyaknya produk topikal berbahan alami untuk menjaga kesehatan, seperti penggunaan bahan kosmetik dan pencegahan penyakit. Banyak tumbuhan yang berkhasiat tumbuh disekitar lingkungan, disekitar rumah penduduk dengan mudah dan banyak ditemukan tumbuh liar, yang salah satu tumbuhan Suruhan atau Sirih cina (*Peperomia pellucida L. Kunth.*) yang berkhasiat menurunkan kholeterol dan asam urat dalam darah. Daun sirih cina cukup beragam, antara lain sebagai antibiotik, antiseptik, antibakteri, antivirus, antijamur, antiinfeksi, anti peradangan dan anti pembengkakan..

Tujuan : Mengajarkan masyarakat tentang cara pembuatan minuman dari daun sirih cina dan manfaatnya sebagai antikolesterol..

Metode: yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah dengan cara memberikan penyuluhan dalam bentuk bentuk penanyangan slide dan gambar tentang cara pembuatan daun sirih Cina dan sosialisasi tumbuhan Suruhan(Sirih Cina) yang sebagain obat kolesterol ,serta pembuatan sediaan sirup sirih cina.

Hasil: Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 12 orang warga desa Cipicung kecamatan Sukatani kabupaten purwakarta yang mengikuti penyuluhan ini ,selanjutnya warga diminta untuk mengisi Kuesioner ,dari hasil kuesioner ternyata setuju dengan Materi yang disampaikan sesuai degan kebutuhan masyarakat (66,7%); Materi disampaikan dengan jelas (75%); Waktu pemberian materi cukup memadai (92%); Masyarakat mendapat manfaat dari kegiatan (84%) : Kegiatan dapat dilakukan secara berkelanjutan (84%) ,Secara umum masyarakat puas terhadap kegiatan penyuluhan (84 %)

Kesimpulan: Kegiatan pengabdian pada masyarakat (PkM) berupa sosialisasi melalui paparan materi, Cara pembuatan minuman sirup daun Suruhan /sirih cina (*Peperomia pellucida, L.*) untuk menurunkan kadar kolesterol, pemeliharaan kesehatan serta pencegahan penyakit dapat memberikan manfaat bagi masyarakat di desa Cipicung kecamatan Sukatani (84 %) sehingga responden berharap agar kegiatan ini dapat dilakukan secara berkelanjutan.

Kata kunci : Sirih Cina , Sirup, Kolesterol

ABSTRACT

Background: Today's society for prevention and treatment uses many natural ingredients or returns to nature. This is responded to by many topical products made from active plants for health care, cosmetics and disease prevention. Many efficacious plants grow around the environment, around people's houses easily and are often found growing wild, one of which is the Seruhan or Chinese Betel plant (*Peperomia pellucida L. Kunth.*) which is efficacious in lowering cholesterol and uric acid in the blood. Chinese betel leaves are quite diverse, including as an antibiotic, antiseptic,

antibacterial, antiviral, antifungal, anti-infective, anti-inflammatory and anti-swelling.

Objective: *To teach the public about cultivation and the benefits of using plants around the environment and home as herbal medicine.*

Method: *used in this activity is to provide counseling in the form of an interactive lecture in the form of showing slides and pictures about Chinese betel leaves and an introduction to the Suruhan plant (Chinese Betel) which has cholesterol medicinal properties, as well as making Chinese betel syrup preparations.*

Results: *This outreach activity was attended by 12 residents of Cipicung village who took part in this outreach, then the residents were asked to fill out a questionnaire, from the results of the questionnaire it turned out that they agreed that the material presented was in accordance with community needs (66.7%); The material is presented clearly (75%); Time for providing material is sufficient (92%); Community benefits from activities (84%): Activities can be carried out sustainably (84%). in general, the community is satisfied with extension activities (84%)*

Conclusion: *Community service activities (PkM) are in the form of socialization activities in the form of exposure to ingredients: Making a drink from Suruhan leaf syrup / Chinese betel (Peperomia pellucida, L. Kunt.) to reduce cholesterol levels, prevent and maintain health and prevent disease, the participants were very happy and hope that it will be carried out continuously.*

Keywords: *Sirih Cina, Syrup, Cholesterol*

PENDAHULUAN

Masyarakat untuk menggunakan bahan alam atau back to nature, ditanggapi dengan banyak produk-produk topikal berbahan aktif tanaman untuk perawatan kesehatan, kosmetik dan pencegahan penyakit (Mardisiswojo, 1985). Penggunaan sirih cina (*Peperomia pellucida* L) secara tradisional biasanya dengan merebus daun kemudian air rebusan digunakan untuk kumur dan membersihkan bagian tubuh lain, atau daun sirih cina dilumatkan kemudian ditempelkan pada luka sebagai antimikroba karena memiliki daya hambat terhadap mikroba (Aiello, 2012). Ramuan dan tumbuhan obata tradisional sebagai warisan

budaya wajib mendapat perhatian serius dari semua pihak, utamanya pemerintah. Pada tataran pelayanan kesehatan tidak hanya cukup terbukti secara turun temurun

mampu memelihara kebugaran tubuh, tetapi juga harus memenuhi aspek keamanan, khasiat, dan mutunya. Potensi ramuan nusantara sangatlah besar, namun untuk meningkatkannya dan mengembangkannya dibutuhkan upaya promosi yang tepat dan terus menerus agar dikenal luas dan diminati masyarakat lintas generasi.

Salah satu tumbuhan yang potensial untuk dikembangkan yaitu Tumbuhan Suruhan atau Sirih Cina (*Peperomia pellucida*, L.

Kunt.). Daun sirih cina merupakan tumbuhan liar yang sering dianggap sebagai rumput liar, secara tradisional daun sirih cina telah dimanfaatkan oleh masyarakat dalam mengobati beberapa penyakit. Sirih cina mengandung senyawa kimia alkaloid, Tanin, Saponin, flavonoid, kalsium oksalat, lemak, dan minyak atsiri polifenil, kardenolid, steroid, titerpenoid dan karbohidrat. Khasiat dari daun sirih cina cukup beragam, antara lain sebagai antibiotik, antiseptik, antibakteri, antivirus, antijamur, antiinfeksi, anti peradangan dan anti pembengkakan. (Andriani, L., Monica, T., & Lubis, N. I. (2022) Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat kali ini adalah tentang pemanfaatan daun sirih cina sebagai obat anti kolesterol dan dilakukan di Desa Cipicung kecamatan Sukatani Kabupaten Purwakarta. dalam Hal ini untuk mengenalkan kepada masyarakat Desa Cipicung untuk pembuatan minuman sirih cina sebagai alternative pencegahan kolesterol.

METODOLOGI PENGABDIAN

Berupa kegiatan edukasi melalui pelaksanaan sosialisasi dan mendemonstrasikan cara pembuatan Minuman sirup daun sirih cina dengan penambahan madu sebagai anti kolesterol dan Melakukan survey pada sesi terakhir.

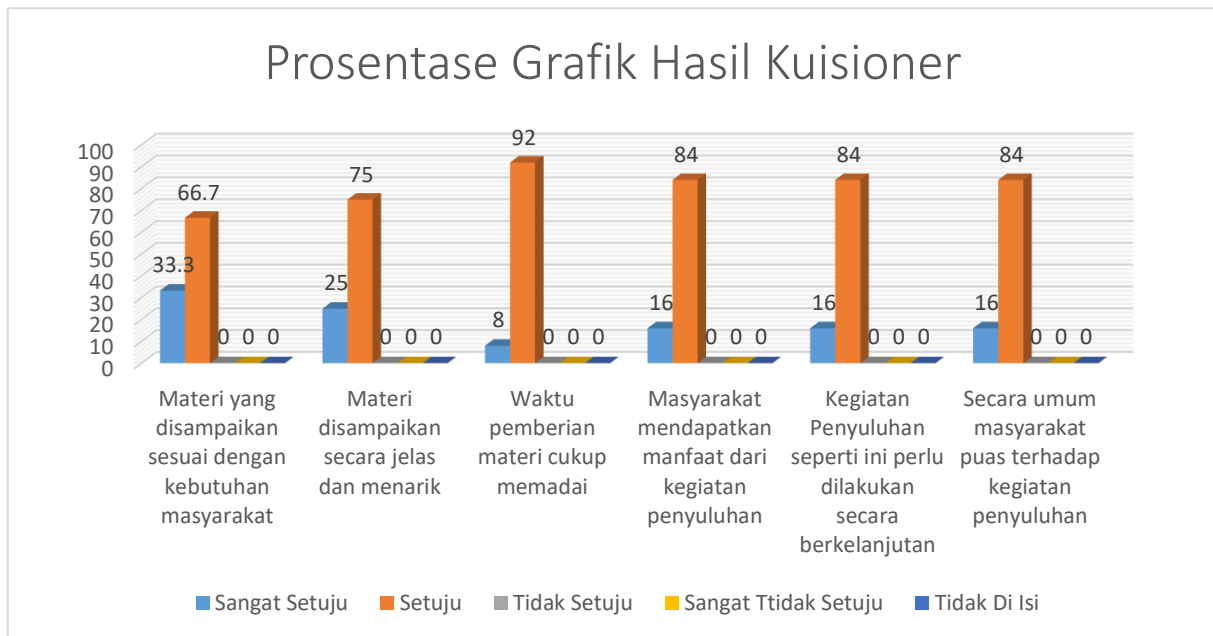
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 12 orang warga desa Cipicung yang mengikuti penyuluhan dengan cara pemaparan tentang manfaat dari daun sirih cina dan manfaat lainnya . Rata-rata pekerjaan peserta pengabdian Masyarakat adalah ibu rumah tangga dan untuk Kegiatan pengabdian dilakukan pada hari Selasa tanggal 24 Oktober 2023 selanjutnya warga diminta untuk mengisi Kuesioner ,dari hasil

kuesioner ternyata hasilnya setuju dengan Materi yang disampaikan sesuai degan kebutuhan masyarakat (66,7%) dan Sangat setuju (33,3%) ; Materi disampaikan dengan jelas yang setuju (75%)dan Sangat Setuju (25%); Waktu pemberian materi cukup memadai yang setuju (92%) dan Sangat setuju (8%); Masyarakat mendapat manfaat dari kegiatan penyuluhan yang setuju (84%) dan Sangat Setuju. (16%),kegiatan penyuluhan perlu dilakukan secara berkelanjutan yang setuju (84%)dan Sangat Setuju (16 %),Secara Umum ,masyarakat puas terhadap kegiatan penyuluhan yang setuju (84%) dan Sangat setuju (16 %), Sebaran pernyataan dan persentase respon dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel.1
Tabel Data Hasil Angket Kepuasan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di Desa Cipicung Kecamatan Sukatani Kabupaten Purwakarta

No	Pernyataan	Jumlah Responden (orang)									
		SS	(%)	S	(%)	TS	(%)	STS	(%)	Tidak diisi	(%)
1	Materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan masyarakat	4	33,3	8	66,7	0	0	0	0	0	0
2	Materi disampaikan secara jelas dan menarik	3	25	9	75	0	0	0	0	0	0
3	Waktu pemberian materi cukup memadai	1	8	11	92	0	0	0	0	0	9,0
4	Masyarakat mendapatkan manfaat dari kegiatan penyuluhan	2	16	10	84	0	0	0	0	0	4,5
5	Kegiatan Penyuluhan seperti ini perlu dilakukan secara berkelanjutan	2	16	10	84	0	0	0	0	0	4,5
6	Secara umum masyarakat puas terhadap kegiatan penyuluhan	2	16	10	84	0	0	0	0	0	0
Rata-rata Jawaban			19,05		80,95						



SIMPULAN

Penyuluhan mengenai bahaya Penyakit Kolesterol dan penyakit penyertanya serta bagaimana pencegahan dan pengobatan penyakit ini ternyata masyarakat di desa Cipicung memperlihatkan respon yang sangat baik dengan adanya penyuluhan tentang penyakit kolesterol.

Dengan Kegiatan PKM ini Masyarakat desa Cipicung dapat memanfaatkan tumbuhan daun sirih cina yang hidup disekitar lingkungan untuk

mencegah dan menurunkan kolesterol juga memperoleh manfaat dalam pemeliharaan kesehatan dan menjalani pola hidup sehat sehingga dapat menunjang aktifitas sehari hari dengan baik.

SARAN

Agar kegiatan PKM selanjutnya dapat lebih bervariasi dan memberikan manfaat terhadap masyarakat dalam penggunaan obat herbal yang berada di sekitar lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Mardiswajo, Sudarman, and Harsono Rajakmangunsudarso. *Cabe puyang, warisan nenek moyang*. Balai Pustaka, 1985.
2. Aiello, Allison E., et al. "Facemasks, hand hygiene, and influenza among young adults: a randomized intervention trial." *PloS one* 7.1 (2012):
3. Andriani, L., Monica, T., & Lubis, N. I. (2022). Pemanfaatan Tanaman Herbal (Sirih Cina, Jahe, dan Kayu Manis) Melalui Kegiatan KKN di RT 03 Kelurahan Suka Karya Kecamatan Kotabaru, Kota Jambi. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(2), 465-472.
4. Fiana, Fuan Maharani, Naelaz Zukhruf Wakhidatul Kiromah, and Ery Purwanti. "Aktivitas Antibakteri Ekstrak Etanol Daun Sukun (*Artocarpus altilis*) Terhadap Bakteri *Staphylococcus aureus* Dan *Escherichia coli*." *Pharmakon: Jurnal Farmasi Indonesia* (2020): 10-20.
5. Salvamani, Shamala, et al. "Phytochemical investigation, hypocholesterolemic and anti-atherosclerotic effects of *Amaranthus viridis* leaf extract in hypercholesterolemia-induced rabbits." *RSC advances* 6.39 (2016): 32685-32696.

6. Tjodi,A,,Amos,K,,dkk (2021),Efek Antikolesterol Sirup Sirih cina Pada Tikus Rattus Norvegicus Model Hiperkolesterolemia Jurnal Kalwedo Sains (KASA)
7. Antonioli, A. R., Andrade, M. R., & Marchioro, M. 2004. Anti-inflammatory and analgesic activity of *Peperomia pellucida* (L.) HBK (Piperaceae). *Journal of Ethnopharmacology*, 91(2?3), 215?218.
8. Putra, R. K., Suharti, S., Sobana, I., & Azzahra, S. P. (2024). Uji perbandingan potensi penurunan kadar kolesterol darah infusa herba segar dan simplisia kering sirih cina (*Peperomia pellucida* l. kunth) pada mencit putih jantan (*Mus musculus*). *Journal of Holistic and Health Sciences (Jurnal Ilmu Holistik dan Kesehatan)*, 8(1), 42-50.

