

Pelatihan Pemanfaatan Teh SIBAYAK (Si Bawang Dayak) sebagai Alternatif Pencegahan dan Pengobatan Diabetes Serta Hipertensi pada Anggota PKK Kampung SIBA Klasik

Sestiono. M^{1*}, Sania al Luthfi^{1*},

^{1*} Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik

^{2*} Program Studi D3 Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik

Jl. Sumatera No.101, Gn. Malang, Randuagung, Kec.Kebomas, Kabupaten Gresik, Jawa Timur

Corresponding author, E-mail: sestionomindaharto@umg.ac.id

ABSTRAK

Bawang dayak (*Eleutherine sp.*) merupakan tanaman yang banyak ditemukan di wilayah Kalimantan. Memiliki banyak manfaat untuk pencegahan maupun pengobatan berbagai penyakit diantaranya yaitu diabetes dan hipertensi. Tujuan dari pelatihan pembuatan teh bawang dayak oleh kelompok KKN 31 ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan anggota PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga) tentang khasiat, manfaat, dan keterampilan dalam mengolah umbi bawang dayak menjadi teh mulai dari sortasi basah, perajangan, pengeringan, sortasi kering hingga pengemasan dan pelabelan yang tepat, serta dapat dijadikan potensi usaha untuk meningkatkan pendapatan masyarakat. Hasil dari kegiatan ini yaitu anggota PKK antusias menggerakkan masyarakat untuk membudidayakan penanaman bawang dayak dan mengolah umbi bawang dayak menjadi teh, tidak hanya untuk dikonsumsi mandiri melainkan juga diperjualbelikan di khalayak umum, sehingga dapat disimpulkan kegiatan ini dapat dijadikan sebagai bekal pengetahuan dalam memenuhi kebutuhan suplemen dan pengobatan serta meningkatkan pendapatan masyarakat kampung SIBA Klasik.

Kata kunci: Bawang dayak, Teh, Diabetes, Hipertensi

ABSTRACT

Dayak onions (Eleutherine sp.) are plants that are often found in the Kalimantan region. It has many benefits for preventing and treating various diseases including diabetes and hypertension. The aim of the training on making Dayak onion tea by the KKN 31 group is to increase the knowledge of PKK (Family Welfare Empowerment) members about the properties, benefits and skills in processing Dayak onion bulbs into tea starting from wet sorting, chopping, drying, dry sorting to packaging, and appropriate labeling, and can be used as a potential business to increase people's income. The result of this activity is that PKK members are enthusiastic about mobilizing the community to cultivate Dayak onion plants and process Dayak onion bulbs into tea, not only for independent consumption but also for sale to the general public, so it can be concluded that this activity can be used as a provision of knowledge in meeting supplement needs and treatment and increasing the income of the people of the SIBA Classic village.

Key words: Dayak onions, tea, diabetes, hypertension

PENDAHULUAN

Pemakaian herbal sebagai obat-obatan tradisional telah diterima luas di negara-negara maju maupun berkembang sejak dahulu kala, bahkan dalam 20 tahun terakhir perhatian dunia terhadap obat-obatan tradisional meningkat, baik di

negara yang sedang berkembang maupun negara-negara maju. World Health Organization (WHO) atau Badan Kesehatan Dunia menyebutkan bahwa hingga 65% dari penduduk negara maju menggunakan pengobatan tradisional dan

obat-obat dari bahan alami (Kemenkes RI, 2007).

Bawang Dayak (*Eleutherine americana* Merr) merupakan suatu tanaman khas Kalimantan Tengah yang berasal dari Amerika Selatan. memiliki bentuk yang sama dengan bawang merah biasa, hanya saja berbentuk lebih lonjong bila dibandingkan dengan bawang merah biasa. Daun bawang dayak lebih lancip seperti daun pandan. Tanaman bawang dayak memiliki hampir semua kandungan fitokimia, antara lain alkaloid, glikosida, flavonoid, fenolik dan steroid. Secara empiris umbi bawang dayak (*Eleutherine palmifolia* (L.) Merr) dapat digunakan untuk pengobatan kanker payudara, kanker usus, hipertensi, diabetes melitus, stroke, demam, disuria, radang usus, disentri, penyakit kuning, obat bisul, kista, prostat, penurunan kolesterol serta trigliserida, pelancar ASI dan gangguan seksual (Muti'ah dkk, 2020).

Efek Bawang Dayak sebagai antidiabetes ditunjukkan pada aktivitasnya dalam menghambat enzim α -glukosidase. Enzim ini berperan pada proses penguraian polisakarida menjadi monosakarida. Akibat aktivitas enzim ini kadar glukosa darah akan meningkat. Aktivitas eleuterol, eleuterin dan isoeleuterin pada bawang dayak memiliki potensi sebagai antihipertensi. Aktivitas ini ditunjukkan dengan peningkatan aliran koronaria pada hati guinea pig. Selain itu, senyawa Naftakuinon banyak dihubungkan dengan aktivitas antifungal, antiparasitik,

METODE PENGABDIAN

Kegiatan ini dilaksanakan di balai RT 02 RW 05 Kampung SIBA Klasik, Kelurahan Sidokumpul, Gresik pada hari Sabtu, 30 September 2023 yang merupakan lokasi berlangsungnya KKN kelompok 31

antiviral, antimikroba, antioksidan dan antikanker (Prayitno et al., 2018).

Sediaan teh merupakan sediaan yang memiliki kelebihan mudah dilarutkan dalam air, praktis dalam penyajian, memiliki daya simpan yang relatif lama, mudah untuk dikonsumsi serta tidak membutuhkan waktu yang lama untuk penyajiannya (Rais et al., 2021).

Setelah dilakukan survey kesehatan masyarakat dengan mengadakan cek up tensi darah dan gula darah kepada beberapa warga kampung SIBA Klasik sebanyak 20 orang diketahui sebesar 95% memiliki tekanan darah yang tinggi serta 10% memiliki gula darah di atas normal. Ibu-ibu PKK kampung SIBA Klasik telah banyak menanam bawang dayak di pekarangan rumah mereka, akan tetapi mereka kurang mengetahui manfaatnya yang luas bagi kesehatan serta cara pengolahan yang tepat.

Berdasarkan uraian diatas, maka diadakan sosialisasi, edukasi serta pelatihan pada ibu-ibu PKK pembuatan teh SIBAYAK ini untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pemanfaatan umbi bawang dayak secara langsung dalam bentuk kemasan praktis yang nantinya tidak hanya dapat dikonsumsi oleh masyarakat setempat tetapi juga dapat dijual untuk meningkatkan pendapatan masyarakat.

angkatan Tahun 2021. Peserta kegiatan ini adalah perwakilan ibu-ibu anggota PKK dengan jumlah sekitar 10 orang. Metode pelaksanaan yang dilakukan pada kegiatan ini adalah dengan memberikan

penyuluhan. Penyuluhan dilakukan dengan cara sosialisasi, edukasi, pelatihan dan evaluasi akhir tentang manfaat atau khasiat tanaman bawang dayak terutama pengolahan bagian umbi bawang dayak sebagai teh herbal. Kegiatan penyuluhan pembuatan teh SIBAYAK dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu:

1. Tahap Survey

Pada tahapan ini dilakukan cek up kesehatan berupa tensi darah dan gula darah kepada beberapa warga kampung SIBA Klasik sebanyak 20 orang dengan sistem door to door, yang mana diketahui sebesar 95% memiliki tekanan darah yang tinggi serta 10% memiliki gula darah diatas normal.

Tahapan Selanjutnya yaitu penentuan tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini yaitu untuk memanfaatkan umbi bawang dayak yang ada di pekarangan lingkungan warga sebagai alternatif pencegahan dan pengobatan berbagai penyakit khususnya diabetes dan hipertensi bagi masyarakat di kampung SIBA juga untuk menghasilkan profit yang dapat meningkatkan pendapatan masyarakat.

2. Tahap Persiapan

Persiapan yang dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan adalah mempersiapkan tempat dan alat berikut rinciannya:

- a. Ruang pertemuan

- b. Bahan baku teh SIBAYAK serta kemasan
- c. Timbangan digital
- d. Lembar pertanyaan post test

3. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan penyuluhan terdiri dari 4 langkah yaitu:

a. **Sosialisasi pelaksanaan kegiatan**

Pada langkah ini dilakukan koordinasi dengan tokoh PKK terkait tempat, waktu dan peralatan yang akan digunakan pada saat kegiatan berlangsung.

b. **Edukasi khasiat dan potensi bawang dayak**

Penyampaian materi mengenai manfaat serta khasiat bawang dayak dan potensi yang terkandung sebelum dimulai kegiatan pelatihan pembuatan teh SIBAYAK.

c. **Pelatihan pembuatan teh SIBAYAK**

Penjelasan singkat persiapan dan pengenalan bentuk bahan baku, proses pengolahan bahan hingga produk siap dikemas dan dilanjut dengan praktik penyeduhan yang tepat.

d. **Evaluasi keberhasilan kegiatan**

Memberikan beberapa pertanyaan terkait pemahaman tentang khasiat bawang dayak dan cara pengolahannya yang tepat serta ketertarikan untuk mengolahnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan ini dilakukan terlebih dahulu survey kesehatan pada warga kampung SIBA Klasik dan sosialisasi perencanaan akan diadakannya kegiatan penyuluhan, berikut dokumentasi saat cek up kesehatan warga sekaligus sosialisasi tersebut:



Gambar 1. Cek up tensi dan gula darah



Gambar 2. Koordinasi sosialisasi

Edukasi dilakukan dengan penyampaian materi mengenai manfaat serta potensi yang terkandung dalam umbi bawang dayak untuk meningkatkan kesehatan masyarakat setempat. Penyampaian materi ini juga sebagai gambaran ibu-ibu PKK sebelum dimulai kegiatan pelatihan pembuatan teh SIBAYAK serta memberi informasi mengenai peluang olahan teh SIBAYAK dapat dijadikan

sebagai cikal bakal UMKM (Usaha Mikro Menengah) bagi masyarakat.

Selama penyampaian edukasi berlangsung, peserta sangat antusias memberikan pertanyaan terhadap materi yang diberikan, salah satu pertanyaan yang ditanyakan adalah mengenai perbedaan umbi bawang dayak dengan bawang merah. Bawang dayak tidak memiliki bau yang menusuk serta tidak membuat mata perih saat mengirisnya.



Gambar 3. Edukasi manfaat dan potensi bawang dayak sebagai toga

Pelatihan pembuatan teh SIBAYAK diawali dengan pemberian materi bagaimana proses pembuatan simplisia umbi bawang dayak, sebagaimana dengan urutan sebagai berikut:

1. Persiapan Bahan Baku

Umbi bawang dayak diambil langsung dari pekarangan rumah warga kampung SIBA Klasik.

2. Sortasi Basah

Proses pengolahan pasca panen yaitu memisahkan umbi bawang dayak dari umbi-umbi yang cacat serta umbi yang memiliki hama. Dilakukan secara manual dengan mensortasi satu persatu.

3. Pencucian

Umbi bawang dayak yang telah dikupas kulitnya, dilakukan pencucian langsung di kran air mengalir menggunakan wadah penampung guna membersihkan kotoran yang menempel pada umbi bawang dayak. Kemudian bahan ditiriskan.



Gambar 4. Simplisia umbi bawang dayak siap dikemas

4. Perajangan

Dilakukan perajangan umbi bawang dayak yang sudah kering dan bersih dalam keadaan kedua tangan memakai sarung tangan untuk menjaga kebersihan bahan. Umbi bawang dayak dirajang serong dengan ketebalan sekitar 2-3 mm (tidak terlalu tebal atau tipis).

Selanjutnya simplisia ditumbuk setengah halus, lalu ditimbang sebanyak 3 gram dan dimasukkan kedalam kantong teh celup. Kantung teh dikemas dengan kemasan kedap udara dan diberi label cara penyeduhan dan aturan minum.



Gambar 5. Kemasan teh celup SIBAYAK dan pelabelan cara penyeduhan

5. Pengeringan

Irisan umbi bawang dayak diletakkan dan diratakan diatas wadah yang dialasi dengan koran atau kertas dan selanjutnya diangin-anginkan didalam ruangan selama kurang lebih 3-5 hari. Dipastikan tempat pengeringan bersih dan terhindar dari cahaya matahari.

6. Sortasi Kering

Dilakukan pemisahan irisan umbi bawang dayak yang sudah kering dari irisan lainnya yang belum kering. Untuk irisan yang belum kering dilanjutkan proses pengeringan bahan tersebut.

Teh SIBAYAK disajikan seperti pada Gambar 6 diseduh dengan \pm 200 ml air panas.

7. Pengemasan

Irisan umbi bawang dayak yang sudah kering atau simplisia dikemas dalam wadah yang tertutup rapat.



Gambar 6. Seduhan teh SIBAYAK

Selama pelatihan berlangsung pertanyaan yang sering ditanyakan oleh peserta adalah pemanis alami yang dapat digunakan untuk menutupi rasa sepat. Pemanis alami yang aman dan dapat mengurangi rasa sepat teh SIBAYAK untuk penderita diabetes dengan tetap memperhatikan batas penggunaan antara lain stevia, madu dan gula aren. Selain itu penambahan jahe merah, kayu manis, sereh, cengkeh dalam penyajian teh SIBAYAK dapat meningkatkan khasiat karena ada hubungan sinergisme antar bahan tanaman obat sehingga imunitas meningkat dan mencegah terjadinya suatu penyakit.

Keberhasilan kegiatan dapat dilihat diakhir kegiatan dengan melakukan post test (Nurhayati et al., 2021). Beberapa pertanyaan post test disampaikan secara langsung tentang sejauh mana peserta memahami manfaat dan cara pengolahan teh SIBAYAK, terdapat 8 orang peserta sangat antusias menggerakkan masyarakat untuk membudidayakan penanaman bawang dayak dan mengolah umbi bawang dayak menjadi teh yang terkoordinir dalam kelompok dasawisma ibu-ibu PKK, sisanya masih mempertimbangkan untuk produksi karena kurangnya tempat untuk pengeringan di rumah mereka. Pertanyaan apakah sebelumnya peserta pernah mengonsumsi bawang dayak dalam bentuk ramuan atau tanaman segar. Sebanyak 3 orang menyatakan pernah mengonsumsi dalam bentuk rebusan umbi bawang daya segar.



Gambar 7. Kegiatan pelatihan pembuatan teh SIBAYAK

KESIMPULAN

Dengan adanya kegiatan ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa setelah pelatihan pembuatan the SIBAYAK, sebanyak 80% anggota ibu-ibu PKK antusias menggerakkan masyarakat untuk membudidayakan penanaman bawang dayak dan mengolah umbi bawang dayak menjadi teh yang terkoordinir dalam kelompok dasawisma ibu-ibu PKK.

Diharapkan anggota ibu-ibu PKK yang hadir dapat mengajak masyarakat setempat untuk meningkatkan kemauan dalam mengonsumsi ramuan tanaman herbal secara berkala dan memahami pembuatan teh SIBAYAK sehingga dapat dijadikan sebagai bekal pengetahuan dalam memenuhi kebutuhan suplemen kesehatan, menjaga imunitas dan mencegah terjadinya penyakit, serta sebagai peningkatan pendapat masyarakat kampung SIBA Klasik.

DAFTAR PUSTAKA

- Prayitno, B., & Mukti, B. H. (2018). Optimasi Potensi Bawang Dayak (*Eleutherine* Sp.) Sebagai Bahan Obat Alternatif. *Jurnal Pendidikan Hayati*, Vol. 4 (3): 149-158. ISSN: 2443-3608.
- Shalihy, W., & Widyaningrum, W. (2022). Pengaruh Suhu dan Waktu Pengovenan terhadap Tingkat Kesukaan Teh Bawang Dayak (*Eleutherine palmifolia* (L) Merr.) di Kampung Udapi Hilir. *Jurnal Agroekoteknologi dan Agribisnis*, Vol. 6 (1): 37-44. e-ISSN: 2599-0381.
- Yustina, Y., Yenti, SR, Taufik, H., Syapsan, S., & Nita, N. (2019, September). Usaha rumah industri teh BADA (Bawang Dayak) *Eleutherine americana* Merr pada komunitas BIJAK (Bunda Inovatif Jayapura Aktif Kreatif) di Kampung Jayapura, Kecamatan Bungaraya, Kabupaten Siak. Dalam Seri Konferensi Unri: Community Engagement, Vol. 1: 411-419. ISSN: 2685-9017.
- Sinthary, V., Indriyanti, N., Aryanti, F., Fadilla, R., Firmansyah, G., Jafar, F., ... & Anshory, J. (2023). Pelatihan Pelatihan Pemanfaatan Teh Umbi Bawang Dayak sebagai suplemen kesehatan pada Anggota PKK Kelurahan Sungai Merdeka. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, Vol. 4(1): 132-137. ISSN: 2722-4902.
- Putri, T. H. L. W., Budiwati, N., & Rosni, M. (2023). ANALISIS NILAI TAMBAH USAHA PENGOLAHAN TEH CELUP BAWANG DAYAK (*Eleutherine palmifolia*) KOTA PALANGKA RAYA (STUDI KASUS UMKM BERKAT UHAT KAYU). *Frontier Agribisnis*, Vol. 7(1): 136-144. e-ISSN: 0000-0000.
- Oktarlina, R. Z., Pardilawati, C. Y., Adjeng, A. N. T., & Triyandi, R. (2022). Pendampingan Pembuatan Sediaan Teh Melalui Pemanfaatan Rambut Jagung (*Zea mays*) Sebagai Minuman Herbal Antioksidan pada Petani Jagung di Desa Batanghari Ogan Kabupaten Pesawaran. *JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Ruwa Jurai*, Vol. 7(2): 49-53.
- Handayani, S., Dewantari, E. M., & Fitria, C. N. (2021). Pengaruh Pemberian Teh Bawang Dayak terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Perawat Indonesia*, Vol. 5(2): 724-730. e-ISSN: 2548-7051.