

---

## PEMANFAATAN, BUDIDAYA SERTA PENGOLAHAN DAUN CINCAU

**Resti Arania<sup>1</sup>, Rahma Fauzia Al Erza<sup>2</sup>, Radimas Lingga Yuwaka<sup>3</sup>,  
Qonita Lutfia<sup>4</sup>, Putri Permata Citra<sup>5</sup>, Rara Razetha Purwanto<sup>6</sup>**

<sup>2,3,4,5,6</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati

<sup>1</sup>Dosen Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati

Email : rararazetha31@gmail.com

### ABSTRAK

Tanaman daun cincau kaya akan zat aktif flavonoid dan alkaloid. Penelitian Lokesh dan Amitsankar (2012), kandungan zat aktif flavonoid dapat berperan sebagai anti-hepatotoksik, anti-HIV 1, anti-tumor, anti-inflamasi dan dapat memberikan efek vasodilatasi terhadap pembuluh darah yang membantu melindungi fungsi jantung. Penyuluhan ini ditujukan pada 15 santri dan 2 guru di Pondok Pesantren Raudlatul Ulum di Desa Ketapang, Lampung Utara pada 27 Maret 2021. Tujuan dari penyuluhan ini memberikan arahan apa itu daun cincau, pengetahuan kepada guru dan santri apa saja manfaat dari daun cincau, dan upaya bagaimana cara membudidayakan serta pengolahan daun cincau. Hasil sebelum pemaparan materi tingkat pengetahuan para santri sekitar 50% setelah pemaparan materi dan hasil kuisioner serta tanya jawab para santri sudah memahami materi penyuluhan sekitar 90% daripada sebelum dilakukan pemaparan materi.

Kata Kunci : Penyuluhan, Daun Cincau, Manfaat dan Budidaya

### ABSTRACT

The grass jelly plant is rich in active flavonoids and alkaloids. Research by Lokesh and Amitsankar (2012) states that the active substance content of flavonoids can act as anti-hepatotoxic, anti-HIV 1, anti-tumor, anti-inflammatory and can provide a vasodilating effect on blood vessels that help protect heart function. This counseling was aimed at 15 students and 2 teachers at the Raudlatul Ulum Islamic Boarding School in Ketapang Village, North Lampung on March 27, 2021. The purpose of this counseling was to provide guidance on what grass jelly leaves are, knowledge to teachers and students what are the benefits of grass jelly leaves, and efforts how to cultivate and process grass jelly leaves. The results before the presentation of the material, the knowledge level of the students was around 50%. After the presentation of the material and the results of the questionnaire and the questions and answers, the students had understood about 90% of the extension material than before the presentation of the material.

Keywords: Counseling, Grass Jelly Leaves, Benefits and Cultivation

## 1. PENDAHULUAN

**Cincau** (*Cyclea barbata*) adalah tumbuhan yang daunnya dapat diperas menjadi kental untuk isi minuman. Tumbuhan ini merupakan spesies dari genus *cyclea*. Daun cincau hijau banyak ditemui di berbagai tempat di Indonesia, dari pasar tradisional hingga di pusat perbelanjaan modern. Cincau hijau akan tumbuh dengan ideal di kondisi tanah yang memiliki pH 5,5-6,5 dan didukung dengan lingkungan yang teduh, lembap, dan berair dangkal. Cara pengembangbiakan tanaman ini dapat dilakukan dengan generatif melalui pertumbuhan biji atau dengan cara vegetatif dengan melalui stek batang maupun dengan pertumbuhan tunas akarnya. (Nurlela, J, 2015)

Manfaat Cincau dapat dibuat sebagai minuman kesehatan bagi penderita kanker. Telah dilakukan penelitian tentang pengaruh ekstrak daun cincau hijau terhadap aktivitas enzim antioksidan superoksidas dismutase dan katalase pada mencit bertumor mammary selain itu sebagai obat anti hipertensi. (Chalid, S. Y, 2017).

Tanaman cincau kaya akan zat aktif flavonoid dan alkaloid. Tanaman cincau memiliki kandungan zat aktif flavonoid dapat berperan sebagai anti-hepatotoksik, anti-HIV 1, anti-tumor, anti-inflamasi dan dapat memberikan efek vasodilatasi terhadap pembuluh darah yang membantu melindungi fungsi jantung. (Lokesh D, Amitsankar D, 2012). Penelitian lain membuktikan bahwa flavonoid dapat menurunkan kekakuan arteri dan dapat menjadi alternatif pengobatan untuk mengurangi risiko penyakit jantung pada pasien diabetes melitus yang telah menopause. (Curtis PJ, et al, 2013).

Salah satu tanaman yang banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia khususnya masyarakat di pulau Jawa dalam mengatasi penyakit adalah tanaman cincau hijau (*Premna oblongifolia Merr.*). Salah satu strategi untuk mencegah dan menurunkan angka hipertensi adalah dengan cara meningkatkan pengetahuan gizi pada kelompok lansia sehingga dapat meningkatkan kepedulian dalam menjaga pola hidup sehat dan patuh dalam menjalankan terapi. (Chowdhury EK, et al, 2013). Selain itu, penelitian lain membuktikan bahwa daun cincau juga memiliki aktivitas anti radang lambung. (Miladiyah I, Siregar IM. 2011).

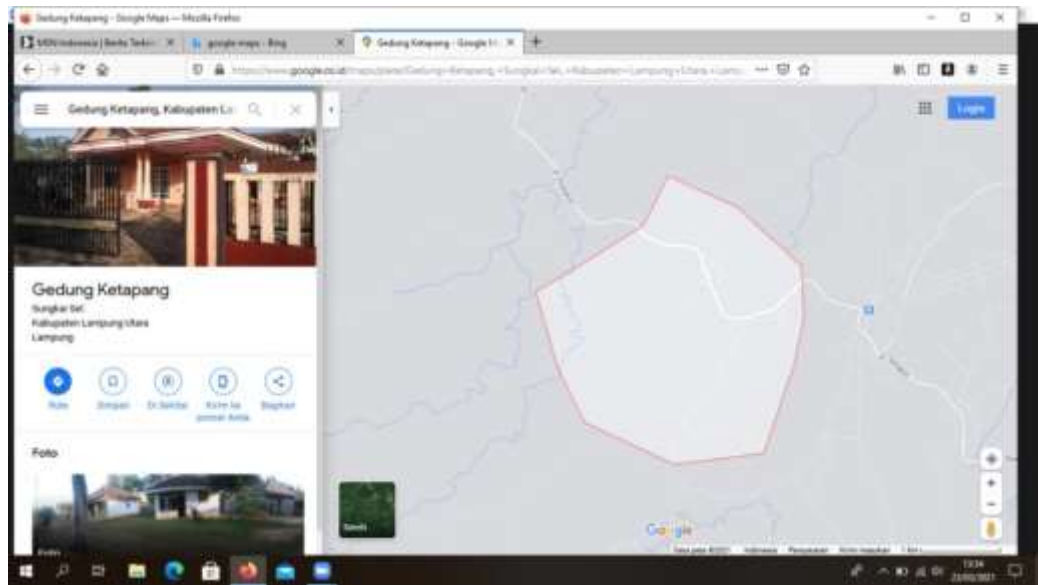
Tumbuhan ini merupakan spesies dari genus *cyclea*. Daun cincau hijau banyak ditemui di berbagai tempat di Indonesia, dari pasar tradisional hingga di pusat perbelanjaan modern. Terdapat beberapa jenis cincau yang dikenal saat ini yaitu cincau hijau, cincau hitam, dan cincau minyak. Masyarakat Indonesia menggemari jenis cincau hijau karena fisik daun cincau hijau (*Cyclea barbata*) yang tipis dan lemas sehingga lebih mudah dibentuk menjadi gelatin ataupun menjadi agar-agar. Tanaman ini dikenal dengan nama camcao (Jawa), camcauh (Sunda), juju, kepleng, krotok, tarawalu, tahulu (Melayu). (Nurlela, J, 2015).

Pada penyuluhan kali ini ditujukan pada para santri dan guru Pondok Pesantren Raudlatul Ulum di Desa Ketapang untuk mengetahui salah satu tanaman yang ada di Indonesia salah satunya adalah tanaman daun cincau berbagai manfaat yang baik bagi tubuh serta olahan dan budidaya pada tanaman daun cincau.

## 2. MASALAH

Berdasarkan uraian di atas maka kami tertarik untuk melakukan penelitian mengidentifikasi pengetahuan para santri dan guru di Pondok Pesantren Raudlatul Ulum di Desa Ketapang Lampung Utara tentang daun cincau untuk menurunkan tekanan darah tinggi dan manfaat lainnya. Dengan begitu para santri dan guru akan bertambah pengetahuannya tentang salah satu terapi non farmakologi.

Maka dari itu kami melaksanakan kegiatan penyuluhan dengan memberikan pemahaman materi manfaat, budidaya dan pengolahan pada tanaman cincau. Upaya kami setelah dilaksanakan penyuluhan adalah menambah ilmu di bidang Non Farmakologi pada tanaman cincau dengan banyaknya manfaat yang dikandungnya sekaligus memberikan isi kuisioner agar pemahaman materi dapat diserap oleh para santri dan guru.



Gambar 2.1 Peta wilayah Desa Gedung Ketapang, Lampung Utara

## 3. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat di Pondok Pesantren Raudlatul Ulum di Desa Ketapang dilaksanakan pada tanggal 27 Maret 2021 di salah satu ruangan Pondok Pesantren Raudlatul Ulum. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi penyuluhan pemaparan materi manfaat, budidaya dan olahan dari Daun Cincau. Kegiatan penyuluhan melalui tahapan sebagai berikut:

### 1. Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan dilakukan dengan pembentukan dan pembekalan tim KKL-PPM yang terdiri dari 5 orang dan selanjutnya menyusun proposal dan laporan akhir yang kemudian diajukan. Melakukan perizinan dengan via Whatsapp pada Siti Zainab S.Ag selaku Kepala Yayasan Pondok Pesantren Raudlatul Ulum di Desa Gedung Ketapang, Lampung Utara. Memberikan surat izin kegiatan KKL-PPM dan di tanda tangani oleh pihak bersangkutan.

2. Tahap Persiapan  
Mempersiapkan sosialisasi dalam bentuk penyuluhan yang melibatkan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati yang sedang melaksanakan Kegiatan Kuliah Kerja Lapangan di daerah tersebut dan dilaksanakan selama satu bulan yaitu berupa melakukan kesepakatan kerjasama dengan masyarakat di Pondok Pesantren Raudlatul Ulum di Desa Gedung Ketapang, Lampung Utara, penyusunan jadwal kegiatan, menggunakan media virtual, terjun langsung ke desa serta pembelian peralatan dan bahan.
3. Tahap Pelaksanaan  
Sosialisasi mengenai pemanfaatan serta pengolahan daun cincau
  1. Membentuk sel darah merah
  2. Sebagai obat diabetes
  3. Menyembuhkan vertigo
  4. Obat Hipertensi dll
  5. Menampilkan video cara budidaya bibit daun cincau.Sosialisasi mengenai penyuluhan dan melakukan penanaman bibit daun cincau.
4. Tahap Aplikasi  
Tahap aplikasi merupakan tahap terakhir dari kegiatan penyuluhan ini. Tahap ini mahasiswa memberikan kuisisioner kepada santri dan guru seberapa jauh dan paham pengetahuan mereka tentang daun cincau setelah kegiatan ini berakhir. Indikator keberhasilan dari tahap ini adalah para santri dan guru mampu memahami dan membudidayakan daun cincau sebagai pengobatan kesehatan.
5. Tahap Evaluasi  
Tahap evaluasi dilakukan untuk menargetkan dan memastikan masyarakat setempat agar mengetahui serta memahami pentingnya daun cincau bagi kesehatan tubuh dengan kegiatan penyuluhan dan kuisisioner. Selain itu, Kegiatan evaluasi ini dilaksanakan dengan koordinasi antar anggota TIM PKM Pengabdian Masyarakat dan Dosen Pendamping dr. Resti Arania, Sp.PA untuk mengetahui kekurangan baik dari internal TIM maupun dari mitra selama kegiatan berlangsung. Selama pelaksanaan kegiatan penyuluhan berlangsung dengan kondusif dan sesuai dengan jadwal yang direncanakan.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berikut ini identifikasi ketercapaian ditinjau dari luaran program :

1. Penyuluhan tentang Manfaat serta budidaya daun cincau di Pondok Pesantren Raudlatul Ulum di Desa Gedung Ketapang, Lampung Utara  
Penyuluhan telah dilaksanakan pada hari Sabtu, 27 Maret 2021. Dengan peserta penyuluhan adalah santri dan guru dari Pondok Pesantren Raudlatul Ulum di Desa Gedung Ketapang, Lampung Utara. Sekitar 15 santri dan 2 guru menghadiri pada saat penyuluhan. Dalam penyuluhan ini peserta diberikan materi mengenai manfaat dan budidaya daun cincau. Dalam penyuluhan ini peserta juga diberikan kuisisioner seperti pemahaman peserta setelah diadakan pemaparan materi terhadap daun cincau.

2. Meningkatkan Pengetahuan Para Santri dan Guru Tentang daun cincau  
Setelah terlaksananya penyuluhan dengan menampilkan video pemahaman budidaya daun cincau secara sederhana pada santri dan juga guru sebagai sarana pengetahuan dan informasi jika daun cincau bukan hanya untuk sekedar olahan makanan tetapi terdapat banyak manfaat bagi tubuh jika mengkonsumsinya.

3. Memberikan Ilmu Teknik Penanaman Bibit daun cincau.

Penyuluhan ini juga memberikan ilmu atau praktek setelah memaparkan materi yaitu menanam bibit daun cincau di belakang Halaman Sekolah. Penanaman ini di ikuti oleh para santri secara bergantian. Agar lebih memahami konsep materi yang kami berikan tidak hanya manfaat melainkan ilmu tambahan untuk bercocok tanam.

Kegiatan ini diakhiri dengan mengisi kuisisioner, tanya jawab, dan penanaman bibit cincau secara bergantian pada santri. Hasil sebelum pemaparan materi tingkat pengetahuan para santri sekitar 50% setelah pemaparan materi dan hasil kuisisioner serta tanya jawab para santri sudah memahami materi penyuluhan sekitar 90% daripada sebelum dilakukan pemaparan materi. Semoga dengan adanya kegiatan ini para santri dan guru termotivasi untuk terus menambah wawasan mereka tentang tanaman-tanaman yang ada di indonesia terutama tanaman yang berfungsi sebagai obat maupun mempunyai beragam manfaat untuk tubuh.

Berikut gambar kegiatan penyuluhan :



Gambar 2.2 Foto kegiatan PKM



Gambar 2.3 Foto kegiatan PKM

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan ini memberikan pengetahuan dan ilmu bercocok tanam melalui kegiatan penyuluhan ini bagaimana proses penanamannya dan manfaatnya. Sebelum diakhiri dilakukan pengisian kuisisioner dan penanaman bibit cincau secara bergantian pada santri. Dari hasil kuisisioner para santri mampu memahami materi penyuluhan dan video yang diberikan sehingga para santri maupun guru mendapatkan ilmu baru sebagai pengetahuan di bidang tanaman. Kegiatan berlangsung kondusif dan menambah pengetahuan para santri dan guru.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Chalid, S. Y. (2017). Pengaruh ekstrak cincau hijau *Cyclea barbata* L. Miers terhadap aktivitas enzim superoksida dismutase dan katalase pada mencit c3h bertumor kelenjar susu. *Jurnal Kimia Valensi*, 1(1).
- Chowdhury EK, Owen A, Krum H, Wing LMH, Ryan P, Nelson MR, Reid CM. (2013). *Barriers to achieving blood pressure treatment targets in elderly hypertensive individuals*. *J Hum Hypertens* (27):545-551.
- Curtis PJ, Potter J, Kroon PA, Wilson P, Dhatariya K, Sampson M, Cassidy A. (2013). *Vascular function and atherosclerosis progression after 1 year of flavonoid intake in statin-treated postmenopausal women with type 2 diabetes*. *Am J Clin Nutr* 97:936-42.
- Dinas Kesehatan Kota Provinsi Lampung. (2014). *Profil Kesehatan Kota Provinsi Lampung 2014*.
- Dinas Kesehatan Kota Bandar Lampung. (2015). *Profil Kesehatan Kota Bandar Lampung 2015*.
- Katrin, Elya B, Shodiq AM. (2012). Aktivitas antioksidan ekstrak dan fraksi daun cincau hijau rambat (*Cyclea Barbata* Miers.) serta identifikasi golongan senyawa dari fraksi paling aktif. *Journal Bahan Alam Indonesia* 8:118-124.
- Lokesh D, Amitsankar D. (2012). *Pharmacognostical evaluation and establishment of quality parameters of medical plants of north east india*

*used by folklore healers for treatment of hypertension. J Pharmacogn*  
4:27.

Miladiyah I, Siregar IM. (2011). *Protective effects of Cyclea barbata Miers leaves against aspirin-induced gastric ulcer in mice. Universa Medicina* 30(2):10-22.

Nurlela, J. (2015). *The effect of leaf green grass jelly extract (cyclea l. barbata miers) to motility in mice balb/c male that exposed smoke. Jurnal majority, 4(4).*