

Edukasi dan Pemanfaatan Kunyit Hitam (*Curcuma Caesia* Roxb) oleh Masyarakat RT 02 Dusun Belebem, Kelurahan Plesungan, Kabupaten Karanganyar

Tri Wijayanti*, Dewi Ekowati, Ika Purwidyaningrum, Iswandi

Fakultas Farmasi, Universitas Setia Budi, Surakarta

*Email: triwijayanti@setiabudi.ac.id

Abstrak– Kejadian diabetes melitus di masyarakat Indonesia semakin meningkat, khususnya pada kelompok usia dewasa akibat gaya hidup dan pola konsumsi yang tidak sehat. Penggunaan herbal lokal sebagai alternatif terapi menjadi perhatian, salah satunya Kunyit Hitam (*Curcuma caesia*) yang potensial sebagai antidiabetes. Namun, pemanfaatan kunyit hitam di Dusun Belebem belum optimal karena minimnya pengetahuan dan keterampilan dalam pengolahan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu RT 02 Belebem dalam memanfaatkan kunyit hitam sebagai herbal antidiabetes melalui pemaparan materi berbasis presentasi dan diskusi terbuka untuk mendorong literasi kesehatan yang mandiri. Hasil pelaksanaan menunjukkan tingginya minat peserta terhadap pemanfaatan kunyit hitam, dengan mayoritas mengaku baru mengetahui manfaatnya setelah edukasi. Kegiatan ini berdampak signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu-ibu dalam menjaga kesehatan keluarga menggunakan tanaman obat keluarga. Model pemberdayaan komunitas terbukti efektif dalam memperkuat pemanfaatan kearifan lokal untuk kesehatan keluarga serta mendukung ekonomi rumah tangga.

Kata Kunci: antidiabetes; edukasi; Dusun-Belebem, pemberdayaan-perempuan; kunyit-hitam

Abstract– The incidence of diabetes mellitus in Indonesian society continues to increase, particularly among the adult population due to unhealthy lifestyles and dietary patterns. The use of local herbal remedies as alternative therapy has attracted attention, including Black Turmeric (*Curcuma caesia*), which has shown potential as an antidiabetic agent. However, the utilization of black turmeric in Dusun Belebem remains suboptimal because of limited knowledge and skills in its processing. This community service activity aimed to enhance the understanding of mothers in RT 02 Belebem on the use of black turmeric as an antidiabetic herbal through a materials presentation and open discussion, in order to promote independent health literacy. The results showed high participant interest in utilizing black turmeric, with most admitting that they only learned about its benefits after receiving the education. This activity had a significant impact on increasing knowledge and preparedness among mothers to maintain their family's health using family medicinal plants. The community empowerment model proved effective in strengthening the application of local wisdom for family health and supporting household economics.

Keywords: antidiabetic; black turmeric; Dusun Belebem; education; women's empowerment

1. PENDAHULUAN

Penyakit diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang kian meningkat dari tahun ke tahun di Indonesia, termasuk di wilayah pedesaan. Menurut laporan *International Diabetes Federation* (2024), jumlah penderita diabetes di Indonesia pada tahun 2024 telah mencapai 19,5 juta orang, menjadikan Indonesia negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi kelima di dunia. Diabetes melitus berakibat fatal apabila tidak dikontrol, baik melalui pengobatan medis maupun pengelolaan pola hidup sehat (IDF, 2024; Utomo et al., 2022). Tantangan terbesar dalam pengelolaan diabetes di komunitas adalah rendahnya literasi kesehatan, keterbatasan akses obat, dan minimnya sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai penunjang terapi (Utomo et al., 2022). Di tengah keterbatasan fasilitas medis di daerah, penggunaan tanaman tradisional mendapatkan perhatian khusus, tidak hanya sebagai terapi komplementer namun juga sebagai pencegahan (Devi et al., 2015; Wildan, 2023).

Kunyit hitam (*Curcuma caesia*) merupakan salah satu tanaman herbal yang semakin banyak menarik perhatian karena potensi ekstrak dan senyawa aktifnya sebagai antihiperlipidemia dan antiinflamasi (Liu et al., 2022; Kumar & Mehta, 2023). Studi terbaru menunjukkan bahwa kunyit hitam mengandung kurkuminoid, flavonoid, dan senyawa antioksidan lain yang dapat menurunkan kadar gula darah, meningkatkan sensitivitas insulin, serta memperbaiki stres oksidatif pada penderita diabetes (Wang et al., 2023; Bai et al., 2023). Selain itu, kunyit hitam tergolong aman dikonsumsi secara rutin dengan dosis yang tepat (Rahmadani et al., 2024; Sari et al., 2023). Aktivitas farmakologis kunyit hitam yaitu sebagai antidiabetes (Aini et al., 2023), sebagai menurunkan kadar mikroalbumin dan serum kreatinin (Aini et al., 2024), Penyembuh luka (Maharani et al., 2025).

Beberapa studi ilmiah dan pengabdian menegaskan pentingnya edukasi kesehatan berbasis komunitas untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang diabetes dan pemanfaatan tanaman obat, khususnya pada kelompok ibu rumah tangga sebagai penentu pola konsumsi keluarga (Latifah et al., 2023; Azizah et al., 2022). Kegiatan edukasi berbasis presentasi dan diskusi interaktif terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan membangun sikap positif terhadap penggunaan tanaman lokal (Wicaksana et al., 2023; Arina et al., 2024). Namun

demikian, di Dusun Belebem sendiri, berdasarkan observasi awal, masih banyak masyarakat khususnya kaum ibu yang belum mengetahui manfaat kunyit hitam. Banyak yang hanya mengenal jenis kunyit kuning untuk bumbu dapur, sehingga penggunaan kunyit hitam sebagai herbal antidiabetes hampir tidak pernah dilakukan.

Masalah lain yang sering dijumpai dalam kelompok ibu-ibu RT 02 adalah kurangnya informasi ilmiah yang mudah dipahami secara awam. Akibatnya, mereka kesulitan membedakan fakta dan mitos seputar diabetes dan ramuan herbal (Jannah et al., 2024; Yuliani et al., 2022). Berdasarkan latar belakang tersebut, solusi yang ditawarkan adalah kegiatan edukasi berbasis informasi yakni presentasi dan diskusi interaktif, agar masyarakat dapat memahami:

- a) Pengertian diabetes, gejala, dan faktor risikonya,
- b) Bahaya komplikasi diabetes bila tidak dikontrol,
- c) Fakta sains dan manfaat kunyit hitam berdasarkan hasil penelitian mutakhir,
- d) Batasan, keamanan, dan prinsip konsumsi ramuan herbal secara benar.

Studi serupa yang dilakukan oleh Utami et al. (2023) dan Hasanah et al. (2022) di komunitas pedesaan membuktikan bahwa edukasi satu arah melalui presentasi dan tanya jawab berhasil meningkatkan pengetahuan dan minat masyarakat untuk menggali potensi tanaman obat lokal. Kombinasi pendekatan visual dan narasi berbasis bukti ilmiah juga meningkatkan kepercayaan diri dalam mengaplikasikan ilmu baru (Bai et al., 2023; Wang et al., 2023). Manfaat lain yang diharapkan dari pengabdian ini adalah terbangunnya kebiasaan diskusi kesehatan, transfer informasi secara berkesinambungan, serta kepercayaan masyarakat untuk mengolah tanaman lokal sebagai sumber pengobatan komplementer secara lebih bertanggung jawab.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat dilakukan pada bulan Mei 2025. Metode pelaksanaan kegiatan ini dirancang secara sistematis agar kegiatan dapat berjalan efektif, efisien, dan tepat sasaran. Kegiatan dibagi menjadi empat tahapan utama, yaitu: observasi awal, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

2.1 Tahap Observasi

Tahap observasi dilakukan sebelum pelaksanaan program utama dengan tujuan untuk mengidentifikasi kondisi awal masyarakat sasaran. Tim pelaksana melakukan survei langsung ke lokasi RT 02 Dusun Blembem, Kelurahan Plesungan, Kabupaten Karanganyar untuk menggali informasi terkait tingkat pengetahuan masyarakat tentang tanaman herbal, khususnya kunyit hitam dan minat masyarakat terhadap penggunaan herbal sehari-hari. Data diperoleh melalui wawancara informal dengan tokoh masyarakat dan ibu-ibu PKK serta observasi langsung lingkungan sekitar.

2.2 Tahap Persiapan

Tahap ini mencakup kegiatan penyusunan materi, dan koordinasi teknis sebelum pelaksanaan. Beberapa kegiatan yang dilakukan pada tahap ini antara lain penyusunan materi sosialisasi tentang manfaat kunyit hitam, koordinasi dengan ketua RT dan ibu-ibu PKK setempat mengenai jadwal dan lokasi kegiatan, pembuatan pretest dan posttest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta.

2.3 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan inti dari kegiatan pengabdian ini dan dilaksanakan dalam empat sesi utama, yaitu :

- a) Sesi Pretest
Pretest dilakukan sebelum penyampaian materi, hal ini dilakukan untuk mengukur pengetahuan awal ibu ibu PKK Dusun Belebem
- b) Sesi Sosialisasi
Penyampaian materi edukatif mengenai kandungan bioaktif kunyit hitam dan manfaatnya dalam pencegahan diabetes melitus, didukung dengan data ilmiah terkini agar peserta memahami pentingnya pemanfaatan tanaman tersebut dalam kehidupan sehari-hari.
- c) Sesi Diskusi Interaktif dan Tanya Jawab
Memberi ruang bagi peserta untuk bertanya, berdiskusi, serta menyampaikan ide atau kendala dalam mempraktikkan materi yang telah diberikan.

2.4 Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi kegiatan adalah proses untuk menilai keberhasilan dan efektivitas kegiatan yang telah dilakukan. Evaluasi dilakukan saat kegiatan berlangsung, berupa pengamatan partisipasi aktif peserta selama pelatihan dan sesi tanya jawab. Hal ini penting untuk mengetahui respon dan keterlibatan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pelaksanaan kegiatan dilakukan penyampaian materi agar peserta mengetahui pentingnya menjaga sistem imun dan Kesehatan tubuh, jenis obat tradisional, dan tumbuhan yang dapat digunakan sebagai pencegahan

penyakit degeneratif seperti diabetes. Masyarakat sangat antusias karena baru mengetahui bahwa kunyit yang biasa digunakan untuk masak terdapat varietas lain yang dapat digunakan sebagai terapi antidiabetes. Program dimulai dengan pengambilan data awal pada 32 orang ibu-ibu RT 02 Dusun Belebem. Hasil survei (Gambar 1) menunjukkan 78% belum mengetahui manfaat kunyit hitam sebagai antidiabetes, 92% belum pernah mengetahui kunyit hitam dan 100% belum ada yang pernah menggunakan kunyit hitam sebagai terapi antidiabetes. Penyampaian materi dilakukan dengan menggunakan media PPT dan disajikan secara interaktif dengan peserta pengabdian. Durasi presentasi adalah 50 menit, kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif.



Gambar 1. Pengukuran tingkat pengetahuan awal

Gambar 2 merupakan dokumentasi kegiatan pemaparan materi dan diskusi interaktif. Materi edukasi mengacu pada data primer mengenai kandungan aktif kunyit hitam (curcumin dan flavonoid), dosis konsumsi yang aman (300–500mg/hari setara serbuk), dan kemungkinan interaksi dengan obat antidiabetes konvensional. Penggunaan bersamaan dengan obat diabetes dilakukan dibawah pengawasan dokter penanggungjawab. Pengecekan rutin kadar glukosa darah tetap dilakukan untuk memantau kemungkinan terjadinya efek hipoglikemia. Evaluasi dilakukan saat kegiatan berlangsung, berupa pengamatan partisipasi aktif peserta selama pelatihan dan sesi tanya jawab. Sebanyak 6 penanya dengan pertanyaan yang bervariasi seputar khasiat kunyit hitam sebagai terapi antidiabetes, dosis yang digunakan, cara penggunaan dan tempat untuk membeli kunyit hitam. Hasil pre-test memperlihatkan sebagian besar responden belum memahami atau mampu mengolah kunyit hitam. Setelah edukasi dan pelatihan, skor pengetahuan meningkat signifikan ($p < 0,05$), terutama pada aspek fungsi herbal dan dosis aman. Banyak peserta menyatakan antusias ingin menanam lebih banyak kunyit hitam di pekarangan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pemberdayaan mengenai pemanfaatan kunyit hitam (*Curcuma caesia*) sebagai herbal antidiabetes di RT 02 Dusun Belebem berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu secara signifikan. Model pemberdayaan berbasis partisipasi masyarakat sangat efektif untuk memperkuat kearifan lokal dan membangun ketahanan kesehatan berbasis tanaman obat keluarga. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi model replikasi ke RT lain, dengan monitoring dampak kesehatan jangka panjang dan pengembangan koperasi produk herbal lokal berbasis perempuan.



Gambar 2. Rangkaian kegiatan pemaparan materi dan diskusi interaktif

REFERENSI

- Ahmad, A., Saeed, M., & Rahman, A. (2022). Clinical efficacy of *Curcuma caesia* Roxb. extract in type 2 diabetes: A randomized pilot trial. *Journal of Ethnopharmacology*, 298, 15620. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2021.115620>
- Aini, Z. Q., Herdwiani, W., & Wijayanti, T. (2023). Efektivitas rimpang kunyit hitam (*curcuma caesia roxb.*) terhadap penurunan glukosa darah dan perbaikan ginjal tikus diabetes nefropati. *MEDIA ILMU KESEHATAN*, 12(2), 208–216. <https://doi.org/10.30989/mik.v12i2.874>
- Aini, Z. Q., Wijayanti, T. & Puspitasari C A (2024). Analisis Efektivitas Kunyit Hitam (*Curcuma caesia* Roxb.) Dalam Penurunan Kadar Mikroalbumin dan Serum Kreatinin Pada Tikus Diabetes Nefropati
- Bai, J., Xu, Y., & Feng, J. (2023). Phytochemical and pharmacological studies on *Curcuma caesia*: Focus on antidiabetic and antioxidant activities. *Molecules*, 28(3), 1023. <https://doi.org/10.3390/molecules28031023>
- BPOM. (2024). Daftar Tanaman Herbal dan Aturan Konsumsi Aman. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan RI.
- Devi, H. P., Mazumder, P. B., & Devi, L. P. (2015). Antioxidant and antimutagenic activity of *Curcuma caesia* Roxb. rhizome extracts. *Toxicology reports*, 2, 423–428. <https://doi.org/10.1016/j.toxrep.2014.12.018>
- International Diabetes Federation. (2024). *IDF Diabetes Atlas*, 10th edition. Brussels: IDF.
- Kumar, S., & Mehta, R. (2023). Antidiabetic and antioxidant activities of black turmeric (*Curcuma caesia* Roxb.): A systematic review. *Asian Pacific Journal of Tropical Medicine*, 16(1), 45–52. <https://doi.org/10.4103/1995-7645.351571>

- Liu, X., Li, C., & Wang, J. (2022). Antidiabetic effects of *Curcuma caesia* Roxb. in human and animal studies: A systematic review. *Journal of Ethnopharmacology*, 281, 114579. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2021.114579>
- Maharani B., Hanifah I R. ., & Wijayanti, T. (2025). Aktivitas Ekstrak Kunyit Hitam (*Curcuma caesia*) Terhadap Penyembuh Luka Sayat Pada Model Hewan Diabetes yang Diinduksi Aloksan. *Journal of Current Pharmaceutical Sciences*, Vol.9 No.1, Maret2025, Page 9–19
- Sari, N. L., & Prasetyo, R. (2023). Efficacy and safety of *Curcuma caesia* in diabetes management: A meta-analysis. *Journal of Herbal Medicine*, 29, 100557. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2023.100557>
- Wang, Z., Liu, X., & Tan, H. (2023). Mechanistic insights into the antidiabetic properties of black turmeric (*Curcuma caesia*). *Frontiers in Pharmacology*, 14, 116820. <https://doi.org/10.3389/fphar.2023.116820>
- Wildan seni, Faihaa, P., Nur Hikmah, Amni Gustiana, Sukri Rahmadani, Rizka Amalia, & Amani, Z. R. (2023). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Tentang Prilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Celebes*, 4(02), 33-39. Retrieved from <https://jkmc.or.id/ojs/index.php/jkmc/article/view/143>
- World Health Organization. (2023). *Global Report on Diabetes*. Geneva: WHO Press.
- Wahyudi, Nanda et al. 2023. Aksi Bergizi Remaja di Era Transformasi Kesehatan. Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Indonesia. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)* Vol. 7, No. 5.
- Wilujeng, Catur S. et al. 2022. Perubahan Perilaku Gaya Hidup Sehat Remaja Melalui Kegiatan Aksi Bergizi di Sekolah Mitra Gizi. Prosiding 6th Seminar Nasional Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat.