

PELATIHAN PEMBUATAN PUDING DAUN BINAHONG BAGI IBU-
IBU PKK DESA PAGERTOYO KECAMATAN LIMBANGAN
KABUPATEN KENDAL

Anita Dwi Puspitasari¹, Siti Maisyaroh Bakti Pertiwi², Rahmadinda Maharani Nugroho³,
Galuh Lukita Putri⁴

¹Fakultas Farmasi, Universitas Wahid Hasyim

E-mail: anita@unwahas.ac.id

²Fakultas Kedokteran, Universitas Wahid Hasyim

E-mail: smbaktipertiwi1@gmail.com

³Fakultas Farmasi, Universitas Wahid Hasyim

E-mail: rahamadinda123@gmail.com

⁴Fakultas Teknik, Universitas Wahid Hasyim

E-mail: galuhlukita0000@gmail.com

Article Info

Abstract

ARTICLE HISTORY

Received:

05/06/2024

Reviewed:

06/07/2024

Revised:

31/07/2024

Accepted:

31/07/2024

DOI:

10.54840/widharma.v3i02.269

*Pagertoyo Village, Limbangan District, Kendal Regency is one of the villages that has the potential for growth and development of herbal plants. One of them is the binahong plant (*Anredera cordifolia*). This plant has the property of curing various diseases, including lowering blood pressure and gout. This community service aims to provide education about the benefits of the binahong plant and training in making binahong pudding to PKK women in Pagertoyo Village, Limbangan District, Kendal Regency. Implementation of activities was carried out in 3 stages. The first stage is a health check (check blood pressure and uric acid). The second stage is education about the benefits of the binahong plant. The participants were given a lecture about the benefits of the binahong plant followed by a discussion and question and answer session. The third stage is training in making binahong pudding. The implementation of this community service activity ran smoothly and successfully. The participants actively participated in question-and-answer sessions and discussions as well as training.*

Keywords: Anredera cordifolia, binahong, pudding, Pagertoyo

PENDAHULUAN

Desa Pagertoyo merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Limbangan, Kabupaten Kendal. Secara topologi Desa Pagertoyo berada di wilayah pegunungan dengan variasi ketinggian antara 1000 m sampai dengan 2000 m dari permukaan laut. Desa ini cocok untuk pertumbuhan dan perkembangan tanaman herbal. Namun, penggunaan tanaman herbal sebagai pengobatan di Desa Pagertoyo, Kecamatan Limbangan Kabupaten Kendal belum banyak dilakukan.

Salah satu tanaman yang dapat tumbuh dan dipelihara oleh warga desa Pagertoyo adalah tanaman Binahong (*Anredera cordifolia*). Namun, Masyarakat Desa Pagertoyo masih banyak yang belum memanfaatkan tanaman tersebut. Tanaman binahong dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit dan seluruh bagian tanaman binahong dapat dimanfaatkan sebagai obat alami (Dadiono dan Andayani, 2022).

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan bersamaan dengan kegiatan KKN mahasiswa Universitas Wahid Hasyim dibawah bimbingan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) Ibu Dr. Anita Dwi Puspitasari, S.Si., M.Pd. dan Tim Program Ibu Siti Maisyaroh Bakti Pertiwi, S.K.M., M.Kes. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan penyuluhan tentang manfaat tanaman binahong dan pelatihan pembuatan puding Binahong kepada Ibu-ibu PKK Desa Pagertoyo Kecamatan Limbangan Kabupaten Kendal.

TINJAUAN PUSTAKA

Tanaman binahong (*Anredera cordifolia*) adalah salah satu tanaman di Indonesia yang dapat digunakan untuk mengatasi berbagai penyakit. Tanaman ini termasuk ke dalam familia *Basellaceae* yang berasal dari daratan Cina (Tiongkok) dengan nama asalnya adalah *Dheng shan chi*. Binahong tumbuh menjalar dan panjangnya dapat mencapai 5 meter, berbatang lunak, berbentuk silindris, dan pada sela-sela daun dan tangkai terdapat seperti umbi yang bertekstur kasar. Daunnya tunggal dan mempunyai tangkai pendek, bersusun berselang-seling dan berbentuk jantung. Panjang daun antara 5-10 cm dan mempunyai lebar antara 3-7 cm. Seluruh bagian tanaman binahong dapat dimanfaatkan, mulai dari akar, batang, daun, umbi dan bunganya (Ruhama dan Nova, 2018).

Tanaman binahong mengandung banyak metabolit sekunder diantaranya flavonoid, alkaloid, tanin, steroid, triterpenoid, saponin, dan minyak atsiri. Kandungan flavonoid ini dapat berfungsi sebagai antibiotik alami, sedangkan kandungan saponin dapat menurunkan kolesterol dan memiliki sifat antioksidan (Hasbullah, 2016). Daun binahong memiliki manfaat seperti menurunkan kadar gula darah, menyembuhkan luka, asam urat, mengurangi kolesterol, mencegah kanker, mengatasi gagal ginjal, dan menurunkan efek tekanan darah (Febriana, 2018).

Pada umumnya daun binahong diolah sebagai seduhan, bahan pencampur jus maupun berupa sayuran tumis (Wijaya, 2021). Daun binahong dapat digunakan dengan cara merebus maupun dimakan langsung sebagai lalapan, namun dapat pula diolah lebih lanjut seperti bentuk kering (simplicia), serbuk dan kapsul. Tanaman binahong dapat tumbuh subur dengan mudah di berbagai daerah di Indonesia tanpa memerlukan perawatan khusus. Dengan demikian, tanaman binahong memiliki potensi yang luar biasa untuk dapat dikembangkan lebih lanjut. Sangat disayangkan, potensi yang begitu luar biasa tersebut terbentur dengan terbatasnya kreasi olahan daun binahong untuk dikonsumsi (Azzahra dkk., 2022).

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian yang dilakukan terdiri dari tiga tahap dengan sasaran ibu-ibu PKK desa Pagertoyo Kecamatan Limbangan Kabupaten kendal. Tahap pertama yaitu cek kesehatan (tensi dan asam urat). Tahap kedua yaitu pemaparan berbagai informasi tentang tanaman binahong dan manfaat dari tanaman Binahong. Selanjutnya, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab dengan para peserta dan pemateri. Tahap ketiga dilakukan pelatihan cara mengolah produk inovasi dari tanaman binahong yaitu puding binahong sehingga menambah daya tarik dan minat masyarakat untuk mengkonsumsi tanaman binahong.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 6 Februari 2024 di Balai Desa Pagertoyo, Kecamatan Limbangan Kabupaten Kendal. Sasaran dari pengabdian ini adalah ibu-ibu PKK di Desa Pagertoyo. Sebanyak 24 peserta hadir untuk mengikuti kegiatan ini. Tahap pertama dari kegiatan ini yaitu cek kesehatan berupa pengukuran tensi dan kadar asam urat. Dokumentasi kegiatan cek kesehatan disajikan pada Gambar 1 sedangkan hasil tes kesehatan disajikan pada Tabel 1. Hasil cek kesehatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta yang hadir mengalami hipertensi dan asam urat.



Gambar 1. Kegiatan Cek Kesehatan

Tabel 1. Hasil Tes Kesehatan

No	Nama	Tensi (mmHg)	Kadar Asam Urat (mg/dL)
1	Sutarmi	140/83	6,9
2	Mariyamah	148/83	7,6
3	Siti Aminah	155/77	6,5
4	Haryanti	142/87	4,3
5	Rusniah	156/107	7,6
6	Sarmi	138/69	7,3
7	Suyahmi	106/64	5,2
8	Suwarti	154/91	3,6
9	Sri Tentrem	123/60	9,8
10	Munarti	182/85	7,3
11	Rubiyanti	154/79	6,6
12	Munajat	136/79	4,9
13	Miratun	131/63	12,8
14	Aspinah	180/93	3,8
15	Sunarti	154/57	5,8
16	Suyami	141/67	7,7
17	Mutiah	217/104	6,5
18	Paini	154/90	9,4
19	Roshmi	156/82	5,2
20	Legiyem	156/83	10,0
21	Kamisah	128/63	7,0
22	Turyatun	178/67	5,8
23	Muji Rahayu	160/97	10,0
24	Ramidi	124/80	8,6

Kegiatan selanjutnya adalah penyuluhan manfaat tanaman binahong. Kegiatan tersebut diawali dengan pemaparan materi secara langsung mengenai tanaman binahong dan manfaat apa saja dari tanaman binahong. Kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan produk inovasi dari daun binahong yaitu puding binahong dan serbuk dari daun binahong. Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu-Ibu PKK Desa Pagertoyo mengenai manfaat tanaman binahong. Kegiatan pemaparan materi disajikan pada Gambar 2. Pada sesi tanya jawab, para peserta antusias

memberikan berbagai pertanyaan terkait manfaat tanaman binahong bagi kesehatan dan bagaimana cara mengkonsumsinya.



Gambar 2. Kegiatan Pemaparan Materi tentang Manfaat Tanaman Binahong

Setelah pemaparan manfaat tanaman binahong, kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan puding binahong. Kegiatan pembuatan puding binahong tersaji pada Gambar 3. Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan keterampilan ibu-ibu PKK dalam mengolah tanaman binahong yang dapat dijadikan sebagai salah satu peluang usaha dan obat alternatif yang dapat menarik minat masyarakat dalam mengkonsumsinya. Para peserta sangat tertarik dengan kegiatan pelatihan ini. Mereka sangat senang karena puding yang mereka buat rasanya enak.



Gambar 3. Kegiatan Pembuatan Puding Binahong

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar dan disambut baik oleh masyarakat. Hal ini dapat dilihat dari semua peserta yang berperan aktif dalam setiap sesi kegiatan. Penyuluhan mengenai manfaat tanaman binahong dan pelatihan pembuatan puding binahong dinilai

cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan sesi foto bersama yang tersaji pada Gambar 4.



Gambar 4. Sesi Foto Bersama

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Pagertoto Kecamatan Limbangan Kabupaten Kendal dengan sasaran ibu-ibu PKK berjalan dengan lancar dan sukses. Para peserta aktif dan antusias dalam sesi diskusi tanya jawab maupun pelatihan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam mengolah tanaman binahong menjadi produk yang inovatif sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu peluang usaha.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, V.A., Pirastyo, S.P., dan Kristiutami, Y.P. 2022. Pengolahan Boba Daun Binahong sebagai Alternatif Pemanfaatan Khasiat Daun Binahong. *Jurnal Kajian Pariwisata*. Vol 4. No.1: 1-6.
- Dadiono, M.S., dan Andayani, S. 2022. Potensi Tanaman Binahong (*Anredera cordifolia*) sebagai Obat Alternatif pada Bidang Akuakultur. *Jurnal perikanan Pantura (IPP)*, Vol. 5 No. 1: 156-162.
- Febriana, H. 2018. Karakteristik Minuman Fungsional dari Variasi Komposisi Ekstrak Daun Binahong (*Anredera cordifolia*) dan Sari Buah Nenas (*Ananas comosus* (L)), Skripsi, Fakultas Teknik, Prodi Teknologi Pangan, Universitas Pasundan.
- Hasbullah, U.H.A. 2016. Kandungan Senyawa Saponin pada daun, Batang dan Umbi Tanaman Binahong (*Anredera cordifolia* (Ten) Steenis). *Planta Tropika Jurnal Agrosains (Journal of Agro Science)*, Vol. 4 No. 1: 21-23
- Ruhama, D., dan Nova, A. 2018. Pembinaan Masyarakat Tentang Pemanfaatan Tanaman Binahong (*Anredera cordifolia*) sebagai Obat Tradisional Digampong Sidorejo Langsa Lama. *Jurnal Jeumpa*, Vol. 5 No. 2:112-118.
- Wijaya, Y. G. 2021. Cara Olah Binahong dan Dosis Minumnya, Daun yang Penuh Khasiat. Kompas.Com.https://www.kompas.com/food/read/2021/01/05/145400175/caraolah_binahong-dan-dosis-minumnya-daun-yang-penuh-khasiat?page