



# UNES Journal of Community Service

Volume 3, Issue 1, June 2018

P-ISSN: 2528-5572

E-ISSN: 2528-6846

Open Access at: <http://ojs.ekasakti.org/index.php/UJCS>

## OPTIMALISASI PEMANFAATAN PANDAN WANGI UNTUK KESEHATAN KELUARGA

### OPTIMIZATION OF THE USE OF WANGI PANDAN FOR FAMILY HEALTH

Norainny Yunitasari

STIKES Delima Persada Gresik

E-mail: [yunitasari060688@gmail.com](mailto:yunitasari060688@gmail.com)

#### INFO ARTIKEL

##### Koresponden:

Norainny Yunitasari  
[yunitasari060688@gmail.com](mailto:yunitasari060688@gmail.com)

##### Kata kunci:

pandan wangi, obat herbal, senyawa antidiabetes, penyakit diabetes

hal: 11-16

#### ABSTRAK

Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, perguruan tinggi berkesempatan berbagi ilmu pengetahuan. Pada kesempatan ini Abdimas dilakukan di RT 2 Rw 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. Daerah ini sangat berpotensi untuk dikembangkan menjadi lebih baik lagi. RT ini sering mengikuti perlombaan lingkungan hidup dan di sekitar mereka banyak terdapat tanaman TOGA. Namun pengetahuan mereka terkait manfaat dari tanaman TOGA nya belum terlalu mendalam. Sehingga memang perlu dilakukan kegiatan Abdimas berupa penyuluhan. Kegiatan Abdimas pertama di daerah ini bertemakan optimalisasi pemanfaatan Pandan Wangi untuk kesehatan Keluarga. Mengingat Pandan Wangi selain berfungsi sebagai penambah aroma pada makanan, juga memiliki fungsi lain, diantaranya yaitu sebagai obat herbal untuk penyakit diabetes. Dalam penyuluhan ini, peserta penyuluhan diberikan sebuah angket sebelum acara penyuluhan dimulai. Dan ternyata hasilnya dapat disimpulkan bahwa hampir 100% dari warga setempat mengira Pandan Wangi hanya berfungsi sebagai pewangi makanan dan sering memanfaatkan Pandan Wangi dalam membuat kolak. Dari hasil survey juga dapat disimpulkan hanya 62% dari peserta penyuluhan yang mengetahui tentang obat herbal. Dan terkait dengan Pandan Wangi dapat dijadikan sebagai obat herbal, ternyata hanya 24% dari peserta yang mengetahui. Sehingga memang perlu dilakukan kegiatan penyuluhan ini. Tanggapan warga setempat terkait kegiatan ini adalah sangat antusias dan bersedia menerapkan apa yang sudah disampaikan dalam penyuluhan dalam kehidupan sehari-hari. Inti dari penyuluhan ini adalah menghimbau warga setempat untuk memanfaatkan Pandan Wangi sebagai teh. Khasiat dari teh Pandan Wangi adalah menjaga kadar gula dalam darah. Sehingga ini tidak hanya bermanfaat bagi yang sudah memiliki penyakit diabetes, tetapi juga dapat bermanfaat bagi mereka yang tidak memiliki penyakit diabetes.

Copyright © 2018 U JCS. All rights reserved

---

**ARTICLE INFO**

**Correspondent:**

**Norainny Yunitasari**  
yunitasari060688@gmail.com

**Keywords:**

fragrant pandanus,  
herbal medicine,  
antidiabetic compounds,  
diabetes.

**page: 11-16**

**ABSTRACT**

*Through Community Service activities, universities have the opportunity to share knowledge. On this occasion, Abdimas was conducted in RT 2 Rtw 3, Kebonrejo Village, Singosari Village, Kebomas District, Gresik Regency. This area has the potential to be developed even better. These RTs often take part in environmental competitions and there are many TOGA plants around them. But their knowledge regarding the benefits of the TOGA plant is not too deep. So it is indeed necessary to carry out Abdimas activities in the form of counseling. The first Abdimas activity in this area themed the optimization of the use of Fragrant Pandanus for Family health. Given the fragrant Pandan besides functioning as an aroma enhancer in food, it also has other functions, including as an herbal remedy for diabetes. In this counseling, counseling participants were given a questionnaire before the extension program began. And it turns out the results can be concluded that almost 100% of local residents think Pandan Wangi only functions as a food fragrance and often uses Pandan Wangi in making compote. From the survey results, it can also be concluded that only 62% of counseling participants knew about herbal medicine. And related to Pandan Wangi can be used as herbal medicine, apparently, only 24% of participants know. So this extension activity is indeed necessary. The response of the local people regarding this activity is very enthusiastic and willing to implement what has been conveyed in counseling in daily life. The essence of this counseling is to urge local residents to utilize Pandan Wangi as tea. The efficacy of Pandan Wangi tea is to maintain blood sugar levels. So this is not only beneficial for those who already have diabetes but also can be beneficial for those who do not have diabetes.*

Copyright © 2018 U JCS. All rights reserved

---

**PENDAHULUAN**

Pengabdian kepada Masyarakat atau sering dikenal dengan istilah Abdimas adalah salah satu Tridharma Perguruan Tinggi. Kegiatan ini dilakukan dalam rangka perwujudan peran perguruan tinggi dalam peningkatan kesejahteraan atau kemajuan masyarakat. Dalam rangka pelaksanaan Abdimas, kami memilih melakukan kegiatan ini pada RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. Pemilihan tempat Abdimas ini didasarkan pada potensi dari warga setempat yang perlu diasah lagi, karena ada kemungkinan untuk dapat dikembangkan lagi. RT ini sering ikut serta dalam perlombaan kebersihan lingkungan hidup dan selalu mendapatkan peringkat. Diharapkan setelah dilakukan Abdimas di RT ini, warga setempat selain dapat menjaga kebersihan lingkungannya juga dapat mengetahui manfaat yang terkandung di lingkungan sekitarnya. Banyak tanaman TOGA di sekitar pemukiman warga setempat, tetapi belum terlalu optimal dalam pemanfaatan tanaman TOGA tersebut. Sehingga dengan alasan inilah kami melakukan kegiatan Abdimas di tempat ini.

Program pertama yang akan dilakukan kepada warga RT ini adalah berupa penyuluhan tentang khasiat dan cara pemanfaatan dari tanaman pandan wangi. Tanaman Pandan Wangi banyak ditemukan di pekarangan warga setempat. Mereka pada awalnya mengira tanaman Pandan Wangi hanya sebatas untuk penambah aroma makanan. Banyak dari mereka belum mengetahui ada khasiat lain yang terkandung di dalam Pandan Wangi. Sehingga Abdimas memang perlu dilakukan.

Pandan Wangi memiliki nama latin yaitu *Pandanus amaryllifolius* Roxb. Pandan Wangi telah digunakan di beberapa negara Asia Tenggara termasuk Indonesia sebagai pewangi alami, pewarna alami, dan juga sebagai obat tradisional. Menurut Wakte, dkk dalam Jimtaisong dan Krisdaphong (2013) daun pandan wangi selain memiliki nilai kuliner, juga digunakan dalam industri parfum dan juga secara kesehatan sebagai diuretik, kardio-tonik, dan antidiabetes. Adanya potensi Pandan Wangi sebagai antidiabetes menyebabkan Pandan Wangi dapat dijadikan sebagai salah satu obat herbal.

Obat herbal atau biasa dikenal dengan istilah herbal medicine. Menurut WHO dalam Hidayat, M. A. (2006) obat herbal didefinisikan sebagai bahan baku atau sediaan yang berasal dari tumbuhan yang memiliki efek terapi atau efek lain yang bermanfaat bagi kesehatan manusia; komposisinya dapat berupa bahan mentah atau bahan yang telah mengalami proses lebih lanjut yang berasal dari satu jenis tumbuhan atau lebih. Pandan Wangi yang berpotensi mengandung senyawa antidiabetes dan dapat dijadikan sebagai salah satu obat herbal untuk penyakit diabetes didukung juga oleh penelitian dari Chiabchalard, A. dan Nooron, N.. Dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa teh pandan wangi dapat secara efektif menurunkan gula darah setelah makan siang. Uji coba ini dikenakan kepada 30 partisipan dan diamati selama 15 menit. Senyawa antidiabetes memiliki makna yaitu senyawa kimia yang memiliki fungsi untuk pengontrol kadar gula dalam darah.

Dalam penyuluhan ini memberikan resep pembuatan teh Pandan Wangi. Adapun resepnya sebagai berikut. Bahan yang harus disiapkan:

1. 3 gelas air
2. 4 lembar daun Pandan Wangi
3. 5 biji kapulaga
4. 1 potong jahe
5. 2 sendok makan gula.

Cara pembuatannya:

1. Dididihkan 3 gelas air
2. Setelah air mendidih, masukkan semua bahan, kecuali gula
3. Dididihkan dengan api sedang selama 10 menit
4. Tuangkan dalam gelas
5. Tambahkan gula
6. Siap disajikan.

Teh daun Pandan Wangi ini berfungsi sebagai pengontrol kadar gula dalam darah. Dan sebaiknya dikonsumsi setelah makan.

## **METODE PELAKSANAAN**

### ***Waktu, Tempat, dan Peserta Kegiatan***

Kegiatan ini dilakukan di RT 2 Rw 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. Peserta kegiatan ini adalah Warga RT 2 Rw 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

### ***Metode Pelaksanaan***

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini berupa kegiatan penyuluhan tentang optimalisasi pandan wangi sebagai salah satu obat herbal untuk penyakit diabetes. Dalam kegiatan ini, sebelum dilakukan pemberian materi penyuluhan, peserta diberi angket. Pemberian angket bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal dari peserta penyuluhan terkait tentang fungsi pandan wangi, makna obat herbal, pandan wangi sebagai salah satu obat herbal dari penyakit diabetes. Pemberian angket ini juga bermaksud untuk memberikan apersepsi kepada peserta agar pemberian materi penyuluhan dapat tergambar lebih dahulu dalam pikiran peserta. Selanjutnya dilakukan demonstrasi tentang pembuatan teh pandan wangi. Angket yang disusun berisi 9 pertanyaan dengan memilih jawaban "Ya" atau "Tidak" dan jika bersedia memberikan alasan dari jawaban yang sudah dipilih. Dari 9 pertanyaan ini intinya berisi tentang:

1. Pengetahuan warga tentang perbedaan Pandan Wangi dengan Pandan Betawi.
2. Keberadaan Pandan Wangi di pekarangan rumah mereka.
3. Manfaat Pandan Wangi.
4. Kebiasaan penggunaan Pandan Wangi dalam kehidupan sehari-hari.
5. Makna obat herbal.
6. Pandan Wangi sebagai obat herbal.
7. Cara memanfaatkan Pandan Wangi sebagai obat herbal.
8. Kesiapan membudidayakan Pandan Wangi di pekarangan rumah mereka.

## **HASIL KEGIATAN**

### ***Pengetahuan Warga RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik Terhadap Tanaman Pandan Wangi***

Warga RT 2 Keborejo sudah mengetahui perbedaan antara Pandan Wangi dengan Pandan Betawi. Biasanya mereka menggunakan Pandan Wangi untuk penambah aroma pada makanan, seperti untuk membuat kolak. Sedangkan Pandan Betawi biasanya digunakan sebagai pewarna alami untuk makanan, seperti dalam pembuatan kue. Sehingga dengan adanya pengetahuan awal ini mempermudah kegiatan penyuluhan tentang Pandan Wangi. Dari peserta yang hadir dalam acara penyuluhan, 97% dari mereka hanya mengetahui manfaat Pandan Wangi sebagai penambah aroma makanan. Kebiasaan yang sering mereka lakukan adalah menggunakan daun dari Pandan Wangi untuk menambah aroma wangi dalam membuat kolak.

### ***Pengetahuan Warga RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik Terhadap Obat Herbal***

Berdasarkan data angket yang diisi oleh peserta penyuluhan, ada 62% dari peserta yang mengetahui tentang obat herbal. Hal ini wajar saja kalau sudah banyak dari peserta yang mengetahui tentang obat herbal. Mengingat sekarang sudah ada kemajuan di bidang teknologi. Informasi semakin mudah untuk diperoleh melalui telepon genggam. Sebagian dari mereka yang mengetahui tentang obat herbal,

menganggap obat herbal itu adalah jamu. Kalau terkait dengan jamu, mereka sudah biasa mengkonsumsi jamu dalam kehidupan keseharian mereka.

***Pengetahuan Warga RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik Terhadap Tanaman Pandan Wangi Sebagai Obat Herbal***

Terkait dengan obat herbal, masih ada 24% dari peserta penyuluhan atau sekitar 8 orang yang mengetahui bahwa daun Pandan Wangi dapat dijadikan sebagai bahan dari obat herbal. Namun hanya 18% dari peserta penyuluhan atau sekitar 6 orang yang mengetahui cara membuat obat herbal dari daun Pandan Wangi. Hal ini wajar karena perkembangan teknologi dan karena ada sebagian dari warga RT tersebut yang sudah diberi informasi terlebih dahulu tentang obat herbal dari daun Pandan Wangi. Ini dilakukan dalam rangka pra kegiatan penyuluhan.

Terkait dengan cara pembuatan obat herbal dari daun Pandan Wangi, penyuluhan ini memberikan resep cara membuat Teh Pandan Wangi. Istilah "teh" banyak dari peserta penyuluhan menganggap kalau teh itu yang biasanya berwarna coklat seperti yang mereka konsumsi setiap harinya. Namun sebenarnya makna "teh" itu berarti daun kering dari semak-semak, yang berasa agak pahit dan beraroma serta penyajiannya dengan dimasukkan ke dalam air panas. Jadi penulis terinspirasi untuk membuat teh dari bahan daun Pandan Wangi. Di samping itu pemanfaatan air panas itu dalam rangka mengekstrak kandungan kimia yang ada di dalam daun Pandan Wangi.

***Tanggapan Warga RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik Setelah Dilakukan Penyuluhan***

Meskipun dari peserta penyuluhan hanya 9% yang memiliki riwayat penyakit diabetes, semua peserta sangatlah antusias dalam memanfaatkan daun Pandan Wangi sebagai salah satu obat herbal. Terbukti bahwa semua sangat antusias dalam menanyakan cara membuat teh Pandan Wangi (sesuai dengan notulen penyuluhan seperti di lampiran). Mereka juga siap untuk mengembangbiakkan Pandan wangi. Selain untuk membuat teh dan untuk penambah aroma makanan, daun Pandan Wangi juga disarankan untuk digunakan dalam menanak nasi. Hal ini bertujuan agar nasi beraroma wangi dan tahan lama. Ini dikarenakan dalam daun Pandan Wangi mengandung zat antioksidan.

**SIMPULAN DAN SARAN**

***Simpulan***

1. Warga RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik sudah memahami perbedaan antara Pandan Wangi dan Pandan Betawi. Selain itu mereka mengetahui bahwa Pandan Wangi berfungsi sebagai penambah aroma makanan (ditunjukkan ada 97% peserta yang mengisi "Ya" pada angket penyuluhan). Kebanyakan dari mereka memanfaatkan daun Pandan Wangi sebagai bahan membuat kolak.
2. Warga RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik sudah mengetahui tentang obat herbal, meskipun hanya 62% dari peserta penyuluhan. Hal ini karena dukungan perkembangan teknologi.
3. Warga RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik hanya sedikit yang mengetahui bahwa daun dari Pandan Wangi dapat dijadikan sebagai obat herbal, yaitu hanya 24% atau 8 orang saja yang sudah mengetahui. Namun dari 8 orang tersebut, hanya 6 orang saja yang

mengetahui cara membuatnya. Terkait dengan pemanfaatan daun Pandan Wangi dibuat dalam bentuk teh, banyak dari peserta penyuluhan yang sangat antusias untuk mengetahui dan menerapkan caranya.

#### **Saran**

1. Bagi RT 2 RW 3 Desa Kebonrejo Kelurahan Singosari Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.
  - a. Sebaiknya bersedia untuk memberikan ijin dalam acara penyuluhan atau kegiatan pengembangan diri warga agar potensi yang ada di lingkungan sekitar dapat digali.
  - b. Sebaiknya *welcome* terhadap perkembangan ilmu pengetahuan demi kepentingan warga.
2. Bagi Perguruan Tinggi
  - a. Bersedia menularkan ilmu pengetahuan untuk kepentingan masyarakat.
  - b. Bersedia mengembangkan ilmu pengetahuan demi kepentingan masyarakat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ningrum, A. & Schreiner, M. 2014. Pandan Leaves: "Vanilla of the East" as Potential Natural Food Ingredient; Vol. 25, No. 3: Agro FOOD Industry Hi Tech.
- Jimtaisong, A. & Krisdaphong, P. 2013. Antioxidant Actifity of Pandanus amaryllifolius Leaf and Root Extract and its Application in Topical Emulsion; Vol. 12, No. 3, pp. 425-431: Tropical Journal of Pharmaceutical Reasearch.
- Hidayat, M.A.. 2006. Obat Herbal (Herbal Medicine): Apa yang perlu Disampaikan pada Mahasiswa Farmasi dan Mahasiswa Kedokteran?; Vol. 3, No. 1, pp. 141-147: Pengembangan Pendidikan, (Online), (<https://jurnal.unej.ac.id>).
- Chiabchalard, A. & Nooron, N. Tanpa Tahun. Antihyperglycemic Effects of Pandanus amaryllifolius Roxb. Leaf Extract, (Online), ([www.ncbi.nlm.nih.gov](http://www.ncbi.nlm.nih.gov)).

=====