

Analisis Potensi Minuman Herbal dari Kunyit (*Curcuma Longa*) Dan Asam Jawa (*Tamarindus Indica*)

Putro Naywa¹⁾, Nurmahni Harahap²⁾,
Cut Maitrianti³⁾, Halimatus Sakdiah⁴⁾
^{1,2,3&4)} Siswa MTsN 1 Model Banda
Aceh
Email: putronasywa3@gmail.com

Abstrak. Minuman herbal adalah minuman yang terbuat dari bahan dasar alami yang mengandung banyak khasiat untuk kesehatan tubuh. Minuman herbal biasanya diolah dari rempah-rempah. Rempah-rempah yang sering dijadikan minuman herbal adalah jahe, kencur, kunyit, temulawak, serai, kunyit dan masih banyak lagi. Minuman herbal memiliki berbagai manfaat seperti meningkatkan daya tahan tubuh, menjaga pencernaan, dan mencegah timbulnya berbagai penyakit yang parah sekalipun. Khasiat ini didapatkan dari bahan aktif alami yang ditemukan pada tanaman tertentu. Kunyit dan asam jawa merupakan tanaman yang memiliki berbagai khasiat. Tanaman ini juga merupakan rempah yang sering digunakan untuk bahan masak. Selain digunakan untuk bahan masak, tanaman ini juga sering digunakan untuk membuat minuman yang terkenal di Indonesia yang sering disebut dengan jamu atau minuman herbal. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk menganalisis minuman herbal dari kunyit dan asam jawa. Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan banyak pernyataan yang positif pada hasil penelitian minuman herbal kunyit asam selain karena memiliki aroma, warna dan rasa yang khas minuman herbal kunyit asam kaya akan manfaat bagi kesehatan. Hasil analisis minuman herbal kunyit asam adalah aroma pada minuman herbal kunyit asam memiliki presentase sebesar SS= 50% dan S= 50% sedangkan TS= 0%. Rasa pada minuman herbal kunyit asam memiliki presentase sebesar SS= 50% dan S= 40% sedangkan TS 10%. Warna pada minuman herbal kunyit asam memiliki presentase sebesar SS= 70% dan S= 30% sedangkan TS= 0%. Tekstur pada minuman herbal kunyit asam memiliki presentase sebesar SS= 80% dan S= 20% sedangkan TS= 0 %.

Kata Kunci:1. Minuman herbal, Kunyit, Asam jawa

Abstract. Herbal drinks are drinks made from natural ingredients which contain many benefits for body health. Herbal drinks are usually made from spices. Spices that are often used as herbal drinks are ginger, galangal, turmeric, ginger, lemongrass, turmeric and many more. Herbal drinks have various benefits such as increases the body's endurance, maintains digestion, and prevents the emergence of even serious diseases. These benefits are obtained from natural active ingredients found in certain plants. Turmeric and tamarind are plants that have various benefits. This plant is also a spice that is often used as a cooking ingredient. Apart from being used as a cooking ingredient, this plant is also often used to make a famous drink in Indonesia which is often called herbal medicine or herbal drink. The aim of this research was to analyze herbal drinks from turmeric and tamarind. From the results of the research that has been carried out, there are many positive statements regarding the research results of the sour turmeric herbal drink, apart from the fact that it has a distinctive aroma, color and taste, the sour turmeric herbal drink is rich in health benefits. The results of the analysis of the sour turmeric herbal drink are that the aroma of sour turmeric tea has a percentage of SS= 50% and S= 50% while TS= 0%. The taste of sour turmeric tea has a percentage of SS=50% and S= 40% while TS is 10%. The color of sour turmeric tea has a percentage of SS= 70% and S= 30% while TS= 0%. The texture of sour turmeric herbal tea has a percentage of SS= 80% and S= 20% while TS= 0%.
Keywords:1. *Herbal drink, Turmeric, Tamarin*

PENDAHULUAN

Minuman herbal adalah minuman yang diolah dari bahan dasar herbal yang terkandung banyak khasiat untuk kesehatan tubuh. Minuman herbal biasanya diolah dari rempah-rempah. Rempah-rempah yang sering dijadikan minuman herbal adalah jahe, kencur, kunyit, temulawak, serai, kunyit dan masih banyak lagi tumbuhan lainnya. Minuman herbal bermanfaat untuk menambah imun tubuh,

mempertahankan pencernaan, dan memperlambat datangnya beragam penyakit yang parah. Khasiat ini didapatkan dari bahan herbal alami yang dapat ditemukan pada tanaman tertentu.

Kunyit dan asam jawa merupakan tanaman yang memiliki berbagai khasiat. Tanaman ini juga merupakan rempah yang sering digunakan untuk bahan masak. Selain digunakan untuk bahan masak, tanaman ini juga sering digunakan untuk membuat minuman yang terkenal di Indonesia yang sering disebut dengan jamu atau minuman herbal.

Kunyit dapat memperoleh banyak kandungan yang bermanfaat bagi tubuh. Yaitu kandungan yang terdapat dari kunyit adalah kandungan kurkumin, sesmetoksikumin, bisdesmetoksikurkumin, resim, pati, karbohidrat, protein, selulosa, lemak, vitamin C, antioksidan, senyawa pahit, senyawa besi, fosfor, kalsium, minyak atsiri. Kunyit terkandung senyawa kurkumin yang bekerja membantu nambah imun tahan tubuh, menambah sistem pertahanan tubuh, mencegah virus atau bakteri penyebab penyakit. Kandungan pada kunyit yang disebut kurkumin merupakan antioksidan yang memiliki efek antiradang poten. sehingga mengurangi rasa mual

Asam jawa termasuk tumbuhan yang tergolong tumbuhan polong-polongan yang terdapat rasa asam dan manis. Pemanfaatan yang terdapat dari tanaman ini sudah dicoba dalam penyembuhan tradisional untuk menyembuhkan gigitan ular, malaria, diabetes, sembelit, dan beberapa kondisi akut dan kronis. Asam jawa memiliki kandungan vitamin B1, B2, B3, kalium, magnesium, zat besi, kalsium, fosfor, serat, lemak, protein, karbohidrat, dan kalori. Kandungan karbohidratnya sendiri tersimpan dalam bentuk gula yang setara dengan 17 sendok teh gula pasi.

Minuman herbal tidak hanya bermanfaat untuk menambah imun tubuh, mempertahankan pencernaan, dan memperlambat datangnya beragam penyakit yang parah, masih banyak lagi khasiat yang didapatkan dari minuman herbal salah satunya, minuman herbal kunyit asam yang digunakan oleh para remaja yang mengalami nyeri haid saat sedang menstruasi.

METODE

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Laboratorium IPA MTsN 1 Model Banda Aceh. Jadwal penelitian ini dilakun pada bulan Mei.

Sumber Data, Alat dan Bahan

Sumber data dalam penelitian ini adalah responden yang berjumlah 10(sepuluh) responden. Responden tersebut merupakan Guru riset, dan beberapa murid MTsN 1 Banda Aceh.

Alat dan Bahan

a. Alat

1. Saringan
2. Wajan
3. Kompor gas
4. Wadah
5. Sendok
6. Pisau

b. Bahan

1. kunyit (*curcuma*)
2. Asam jawa (*tamarindus*)
3. Air putih
4. Gula

c. Pembuatan Teh Herbal

Pembuatan teh herbal kunyit asam dimulai dari mencuci di bawah air mengalir dan ditiriskan, selanjutnya dipotong menjadi bagian yang lebih kecil. lalu diletakkan pada air yang sudah hangat untuk direbus selama 15-18 menit. Setelah itu didiamkan sebentar, kemudian ampas asam jawa dan kunyit disaring. lalu minuman herbal dituangkan didalam gelas untuk disajikan.

Metode Pemerolehan Data

Metode yang akan dipakai dalam penelitian ini merupakan metode eksperimen dengan penilaian organoleptik. Menurut (Sugiyono, 2018) metode eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh suatu hal dengan hal yang lain dalam kondisi yang terkendali secara sistematis, logis, dan teliti serta

terkontrol terhadap kenyataan hasil yang diperoleh. Tahapan dalam penelitian eksperimen meliputi kegiatan pengumpulan, penyiapan dan pembuatan minuman herbal.

Selanjutnya setelah para panelis mengisi angket uji organoleptik, kepada setiap panelis diberikan minuman herbal. Dan berikutnya panelis mengisi angket khasiat minuman herbal dengan skala likrt. Yang terdiri dari pernyataan positif: SS = 3, S = 2, TS = 1, dan pernyataan negatif: SS = 1, S = 2, TS = 3. Selanjutnya maka peneliti melakukan wawancara terbuka tentang tanggapan panelis dengan adanya minuman herbal kunyit (*Curcuma*) Asam Jawa (*Tamarindus*). Selanjutnya peneliti melakukan wawancara terbuka tentang tanggapan panelis tentang warna, bau, rasa minuman herbal kunyit (*Curcuma*) Asam Jawa (*Tamarindus*).

Metode Pengolahan dan Analisis Data

Alat Pengumpul Data dalam penelitian ini adalah:

- Angket uji organoleptik

Metode Pengolahan data dilakukan dengan memberikan minuman herbal kunyit asam yang sudah direbus kepada panelis kemudian setelah sudah dicoba peneliti mulai memberikan angket kepada panelis untuk mengisi pernyataan yang sesuai menurut panelis mengenai minuman herbal seperti yang ada pada lampiran, kemudian setelah memberikan angket dan sudah di isi oleh panelis, lalu peneliti mulai mengolah data seperti pada hasil penelitian.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus persentase dengan

persamaan:

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \% \quad (\text{Sudijono, 2018})$$

Keterangan:

P = Angka persentase

f = Frekuensi skor angket khasiat minuman herbal kunyit asam

N = Jumlah panelis

Maka dari itu analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah perhitungan persentase dengan Uji organoleptik dengan skala hedonik pada seduhan minuman herbal dengan parameter rasa, aroma, dan warna serta tekstur.

H A S I L

Minuman herbal ini terbuat dari tanaman yang memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan tubuh. Seperti kunyit yang mengandung zat Kurkumin sehingga bisa meningkatkan daya tahan tubuh dan asam jawa bisa mencegah diabetes. Dalam penelitian ini ada beberapa unsur yang diuji yaitu, aroma, Rasa, Warna, Tekstur. Dalam penelitian ini membutuhkan panelis berjumlah 10 orang. Berikut hasilnya: Berikut hasil penelitian disajikan pada Tabel 4.1 di bawah ini

Tabel 1 Persentase Aroma Minuman Herbal Kunyit Asam

Jawaban	Jumlah Jawaban	Skor Jawaban	Presentase
SS	5	15	50
S	5	15	50
TS	0	0	0

Berdasarkan Tabel 4.1 di atas dapat dijelaskan bahwa aroma pada minuman herbal ini banyak disukai dan memiliki presentase sebesar SS= 50% dan S= 50% sedangkan TS= 0%.

Selanjutnya hasil Presentase Rasa Rasa Minuman Herbal Kunyit Asam ini terdapat pada tabel berikut

Tabel 2. Persentase Rasa Minuman Herbal Kunyit Asam

Jawaban	Jumlah Jawaban	Skor Jawaban	Presentase
SS	5	15	50
S	4	12	40
TS	1	3	10

Bedasarkan Tabel 4.2 diatas dapat dijelaskan bahwa rasa pada minuman herbal kunyit asam ini banyak disukai dan memiliki presentase sebesar SS= 50% dan S= 40% sedangkan TS 10%.

Setelah tabel 4.1, 4.2 selanjutnya ada tabel 4.3 yang berisikan Presentase Warna dari Minuman Herbal Kunyit Asam

Tabel 3. Persentase Warna Minuman Herbal Kunyit Asam

Jawaban	Jumlah Jawaban	Skor Jawaban	Presentase
SS	7	21	70
S	3	9	30
TS	0	0	0

Berdasarkan Tabel 4.3 di atas dapat dijelaskan bahwa Warna pada minuman herbal kunyit asam ini banyak disukai dan memiliki presentase sebesar SS= 70% dan S= 30% sedangkan TS= 0%.

Terakhir data pada tabel 4. yang berisikan presentase dari tekstur minuman herbal seperti pada tabel berikut

Tabel 4. Persentase Tekstur Minuman Herbal Kunyit Asam

Jawaban	Jumlah Jawaban	Skor Jawaban	Presentase
SS	8	24	80
S	2	6	20
TS	0	0	0

Berdasarkan Tabel 4.4 di atas dapat dijelaskan bahwa tekstur pada minuman herbal kunyit asam ini banyak disukai dan memiliki presentase sebesar SS= 80% dan S= 20% sedangkan TS= 0%

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan banyak pernyataan yang positif pada hasil penelitian minuman herbal kunyit asam selain karena memiliki aroma, warna dan rasa yang khas, minuman herbal kunyit asam kaya akan manfaat bagi kesehatan. Hasil analisis minuman herbal kunyit asam adalah aroma pada minuman herbal kunyit asam memiliki presentase sebesar SS= 50% dan S= 50% sedangkan TS= 0%. Rasa pada minuman herbal kunyit asam memiliki presentase sebesar SS= 50% dan S= 40% sedangkan TS 10%. Warna pada minuman herbal kunyit asam memiliki presentase sebesar SS= 70% dan S= 30% sedangkan TS= 0%. Tekstur pada minuman herbal l kunyit asam memiliki presentase sebesar SS= 80% dan S= 20% sedangkan TS= 0 %. Penilaian panelis terhadap rasa minuman herbal cascara dilakukan dengan

mengamati rasa menggunakan indera pengecap (lidah), kemudian menilai kesukaan panelis dalam bentuk skala kesukaan yang dirasakan ketika mencicipi minuman herbal. Penelitian ini sesuai dengan penelitian (Rinette Visca, 2022) yang mengatakan Minuman herbal sangat baik untuk membantu kesehatan di masa pandemi COVID-19 menjadi pertanyaan keenam pada pretest dan post test. Hasil analisis menunjukkan 84% responden menjawab sangat setuju dan 16% menjawab setuju pada saat pretest dan post test. Artinya hampir separuh responden meyakini minuman herbal membantu ketahanan tubuh terhadap serangan virus sehingga pembelajaran dapat berlangsung lebih aman. Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian (Marisa Asnia, 2019) fungsi kunyit sebagai perawatan kecantikan. Hasil bahwa pemanfaatan rimpang kunyit (*Curcuma domestica* Val.) sebagai perawatan kecantikan kulit telah diakui sejak masa yang lama. Dibuktikan dengan adanya peninggalan koleksi lumpung dan lesung serta alu dan cobeknya yang terbuat dari batu zaman Neolitik, yang dipakai untuk menggiling atau untuk menumbuk dedaunan menjadi ekstrak dan serbuk

SIMPULAN

Minuman herbal kunyit asam adalah minuman yang berasal dari tumbuhan kunyit dan asam jawa, minuman ini adalah salah satu minuman yang merupakan variasi dari pada minuman herbal pada umumnya karena terbuat dari tumbuhan campuran yaitu kunyit dan asam jawa, selain itu minuman herbal kunyit asam ini memiliki berbagai manfaat dan dapat meningkatkan imunitas tubuh manusia. Serta minuman herbal ini adalah salah satu obat-obatan alternatif yang terbuat berasal bahan herbal tanpa ada campuran zat kimia. Dan berdasarkan hasil dan pembahasan maka dapat disimpulkan dari penelitian minuman herbal kunyit asam ini adalah bahwasanya minuman ini banyak disukai karena memiliki aroma dan rasa yang nikmat dan warna dan tekstur yang unik.. Penilaian panelis terhadap rasa minuman herbal ini dilakukan dengan mengamati rasa menggunakan indera pengecap (lidah), kemudian menilai kesukaan panelis dalam bentuk skala kesukaan yang dirasakan ketika mencicipi minuman herbal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini Nur Azizah, N. D. (2021). Formulasi ‘Zilang Tea’ Teh Herbal Peningkat Imunitas Tubuh Berbahan Jahe Merah (*Zingiber Officinale* Var. *Rubrum*) Dan Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*. L). . *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Setya Medika*, 20-25.
- Dewitayani, M. I. (2019). Studi Pembuatan Teh Celup Daun Ruku-Ruku (*Ocimum Tenuiflorum* L.) Dengan Penambahan Bubuk Jahe Sebagai Minuman Penyegar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pertanian Unsyiah*, 510-516.
- Hamsinah, A. S. (2022). Pembuatan Teh Sedu Herbal Dari Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Sebagai Peningkat Imunitas Tubuh Di Sman 13 Maros Kecamatan Tompobulu Kabupaten Maros. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 103-110.
- Iin Suhesti, H. K. (2021). Penggunaan Teh Serai Jahe Sebagai Penambah Daya Tahan Tubuh Menggunakan Daun Stevia Sebagai Pemanis Alami. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 325-330.
- Jovita Kurnia Dewi, L. E. (2014). Kualitas Teh Celup Dengan Kombinasi Teh Oolong Dan Daun Stevia (*Stevia Rebaudiana Bertonii*). . *fakultas teknologi*, 1-13.
- Leli, R. (2011). Pengaruhkunyit Asam Terhadap Penanganan Nyeri Haidpada Siswi Kelas Xi Sma Negeri I Sugihwaras. *Jurnal Kesehatan* .
- Nur Ariva, A. W. (2020). Pengaruh Suhu Pengeringan Terhadap Mutu Teh Cascara Dari Kulit Kopi Arabika (*Coffea Arabica*). *Nur Ariva, A. W. (2020). Pengaruh Suhu Pengeringan Terhadap Mutu T Jurnal Teknologi Dan Industri Pertanian Indonesia* , 21-28.
- Rahayu Widaryanti, M. E. (2021). Pemanfaatan Tanaman Herbal Untuk Meningkatkan Imunitas. . *Jurnal Pengabdian “ Dharma Bakti”*, 85-91.
- Rustam, E. (2014). Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid. . *Jurnal kesehatan Andalas*, 286-290.
- Saragih, R. (2014). Uji Kesukaan Panelis Pada Teh Daun Torbangun (*Coleus Amboinicus*). . *E-Journal Widya Kesehatan Dan Lingkungan*, 46-52.
- Shinta Amelia, F. J. (2020). Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Penurunan. *Indonesian Journal Of Midwifery (Ijm)* , 143-150.
- Sugiyono. (2018). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Triastini, M. C. (2018). Uji Aktivitas Antioksidan Dan Kesukaan Panelis Terhadap Es Krim Sari Serai (*Cymbopogon Citratus* (Dc.) Stapf). Yogyakarta.
- Yulianto, S. (2016). Pengetahuan Masyarakat Tentang Asam Jawa Untuk Menyembuhkan Batuk. . *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 82-87.