
	<p><b>JLP : Jurnal Lentera Pengabdian</b>  <b>Volume 04 No 01 Januari 2026</b>  <b>E ISSN:2985-6140</b></p> <p><a href="https://lenteranusa.id/">https://lenteranusa.id/</a></p>	
-----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

## **Revitalisasi Jamu dalam Bentuk Puding Temu Ireng di RW 08 Kopiluhur Argasunya**

**Ade Irawan<sup>1\*</sup>, Diyanah Kumalasari<sup>2</sup>, Eka Ratnasari<sup>3</sup>, Mutiara Aryzka Salsabila<sup>4</sup>, Nur Syamsiyah<sup>5</sup>, Putri Khylyatul Auliya<sup>6</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon

Email: mutiaraaryzka@gmail.com

Received : 12-01-2025    Revised : 04-02-2026    Accepted : 12-02-2026    Published : 28-02-2026

### **Abstrak**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya penggunaan jamu tradisional, khususnya melalui pengembangan produk puding temu ireng. Temu ireng yang dikenal sebagai tanaman jamu dengan banyak manfaat kesehatan, diolah menjadi puding sebagai alternatif gaya hidup sehat. Kegiatan ini melibatkan kader di RW 08 Kopiluhur, Kelurahan Argasunya, Kota Cirebon, dan dilaksanakan melalui presentasi, diskusi, serta praktik langsung. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta berhasil memahami cara pembuatan puding temu ireng dan termotivasi untuk membagikan pengetahuan tersebut kepada masyarakat. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kesehatan dan kualitas hidup masyarakat.

**Kata kunci:** Jamu tradisional, temu ireng, puding, pengabdian masyarakat, kesehatan.

### **Abstract**

*This community service activity aims to raise public awareness about the importance of using traditional herbal medicine, particularly through the development of black turmeric pudding products. Black turmeric, known for its numerous health benefits, is processed into pudding as a healthy lifestyle alternative. The activity involved community leaders from RW 08 Kopiluhur, Argasunya Village, Cirebon City, and was conducted through presentations, discussions, and hands-on practice. Evaluation results indicate that participants successfully understood the process of making black turmeric pudding and were motivated to share this knowledge with the community. Thus, this activity is expected to contribute positively to improving the health and quality of life of the community.*

**Keywords:** *Traditional herbal medicine, black turmeric, pudding, community service, health.*

### **Pendahuluan**

Salah satu upaya untuk mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi di bidang pengabdian kepada masyarakat adalah melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN). Jika dilihat lebih dalam, KKN dapat diterapkan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia serta potensi disuatu daerah tertentu. Melalui kegiatan KKN-T, perguruan tinggi dapat menerapkan hasil penelitian dan pendidikan secara nyata, sehingga memberikan manfaat langsung bagi masyarakat, pemangku kepentingan dan pembangunan daerah.

Stunting merupakan masalah kesehatan yang kompleks di Indonesia, dipengaruhi oleh faktor gizi, genetik, lingkungan, dan sosial. Faktor-faktor seperti konsumsi gizi yang kurang, infeksi, dan pola asuh yang tidak tepat berkontribusi pada masalah stunting di Indonesia (Ernawati, 2020).

Stunting memiliki dampak yang signifikan dalam jangka pendek, menengah, dan panjang. Dalam jangka pendek, stunting dapat meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas pada bayi dan balita. Sementara itu, dalam jangka menengah, stunting dapat mempengaruhi kemampuan intelektual dan kognitif anak. Sedangkan dalam jangka panjang, stunting dapat berdampak pada kualitas sumber daya manusia dan meningkatkan risiko penyakit degeneratif di usia dewasa (Saputri & Tumangger, 2019).

Kebutuhan akan inovasi produk jamu tradisional juga merupakan faktor yang memengaruhi kesadaran masyarakat tentang pentingnya menggunakan jamu tradisional. Dengan adanya inovasi produk puding temu ireng, masyarakat dapat lebih mudah mengakses dan menggunakan jamu tradisional. Oleh karena itu, perlu dilakukannya upaya untuk mengembangkan dan mempromosikan produk puding temu ireng. Meningkatnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya menggunakan jamu tradisional juga dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Hal ini dapat dicapai dengan mengembangkan produk puding temu ireng yang berkualitas.

## Metode

Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini berupa presentasi materi, diskusi, praktek langsung serta pendampingan melalui buku saku yang berisi panduan lengkap tentang cara membuat puding temu ireng. Materi pelatihan disampaikan oleh mahasiswa fakultas farmasi Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon.

## Hasil

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa kader memiliki pengetahuan dan kemampuan dalam membuat puding temu Ireng yang sehat dan lezat. Kader juga dapat mempraktikkan cara membuat puding temu Ireng dengan baik. Mereka juga memiliki motivasi untuk membagikan pengetahuan dan kemampuan mereka kepada masyarakat. Evaluasi kegiatan ini juga menunjukkan bahwa kualitas materi kegiatan sangat baik. Kualitas instruktur juga sangat baik. Partisipasi kader juga sangat baik.



Gambar 1 Pemaparan Materi Puding Temu Ireng  
Sumber: Dokumentasi Pribadi





Gambar 2 Pembuatan Produk Puding Temu Ireng  
 Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar 3 Foto Bersama  
 Sumber : Dokumentasi Pribadi

## Pembahasan

KKN ini dilakukan di RW 08 dengan melakukan pemaparan materi kepada ibu-ibu kader RW 08 membahas manfaat rimpang temu ireng yang sebagai peningkatan kesehatan pencernaan, sebagai antiinflamasi, sumber antioksidan, memperkuat sistem imun, mengatasi masalah kulit, menambah nafsu makan, dan mengobati cacingan. Berikutnya cara pembuatan puding temu ireng, pertama tama siapkan bahan yang akan dipakai, kemudian mencuci temu ireng dengan air mengalir hingga bersih, parut temu ireng, lalu saring temu ireng dan ambil sarinya, didihkan air sebanyak 600ml, setelah itu masukan 1 bungkus bubuk puding plain aduk dan masukan gula sesuai selera, tambahkan sari temu ireng 2 sendok makan aduk hingga mendidih dan bening, setelah itu tuang puding kedalam cetakan dan tunggu sampai dingin. Apa itu puding temu ireng? Puding temu ireng adalah inovasi makanan sehat berbasis temu ireng, yang memiliki manfaat meningkatkan nafsu makan dan berpotensi mencegah stunting pada anak. Kandungan kurkumin dalam temu ireng memberikan warna kuning alami dan kaya antioksidan.

	<b>JLP : Jurnal Lentera Pengabdian</b> <b>Volume 04 No 01 Januari 2026</b> <b>E ISSN:2985-6140</b>  <a href="https://lenteranusa.id/">https://lenteranusa.id/</a>	
-----------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

Tabel 1. Rincian Kegiatan

No	Pokok Bahasan	Petugas
1	Pengenalan UMKM	Pemateri
2	Manfaat dan khasiat Temu Ireng	Pemateri
3	Cara pengolahan temu ireng	Pemateri
4	Cara pembuatan produk puding temu ireng	Pemateri

## Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada pengembangan produk puding temu ireng telah berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader di RW 08 Kopiluhur, Kelurahan Argasunya, Kota Cirebon. Melalui pelatihan yang meliputi pengenalan manfaat temu ireng dan cara pembuatan puding, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang baik. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kesehatan individu, tetapi juga berpotensi meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan. Keberhasilan ini membuka peluang untuk kegiatan serupa di masa depan, dengan rekomendasi untuk evaluasi yang lebih mendalam dan pengembangan materi yang lebih menarik untuk meningkatkan efektivitas program.

## Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih kepada Tim KKN RW 08 Kopi Luhur Kelurahan Argasunya, RW 08 Kopi Luhur, Kelurahan Argasunya, Dosen Pendamping Lapangan dan semua pihak yang telah membantu dan mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## Daftar Pustaka

- Ernawati, A. (2020). Gambaran Penyebab Balita Stunting di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 16(2), 77–94. <https://doi.org/10.33658/JL.V16I2.194>
- Saputri, R. A., & Tumangger, J. (2019). Hulu-Hilir Penanggulangan Stunting Di Indonesia. *Journal of Political Issues*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.33019/JPI.V1I1.2>