

TRAINING AND COUNSELING OF THE BENEFITS OF CIPLUKAN FOR HEALTH AND CULTIVATION IN SUMBERWRINGIN AND MAESAN DISTRICT IN BONDOWOSO

PELATIHAN DAN PENYULUHAN MANFAAT CIPLUKAN BAGI KESEHATAN DAN BUDIDAYANYA DI KECAMATAN SUMBERWRINGIN DAN KECAMATAN MAESAN KABUPATEN BONDOWOSO

Tuti Kusumaningsih, Rini Devijanti Ridwan, Sidarningsih

Departemen Biologi Oral FKG UNAIR, Jl.Prof.Dr.Moestopo No.47 Surabaya 60132
Indonesia, Telp: (+6231) 5030255
email: tutikusumaningsih@yahoo.com

Abstract

Ciplukan is a wild plant with the Latin name *Physalis angulata* L which grows a lot in rice fields and community gardens. Ciplukan plants that grow wild everywhere, at first glance it seems that there is no price, even though besides being rich in benefits, the price of ciplukan fruit is quite fantastic Rp. 100.000,-/kg. Bondowoso has 23 sub-districts, including Maesan and Sumberwringin sub-districts. Currently, there are many youth communities emerging in the two sub-districts, including the MPK 8320 and FPS communities. The activities of the two communities include hydroponic training, plant nurseries, economic development, etc. For this reason, the Community Service Team of the Faculty of Dentistry, Universitas Airlangga designed an activity to combine the existing problems in community groups, namely the lack of knowledge or information about the benefits to health, economic value, and cultivation of ciplukan plants. The existence of this problem causes community members not to have the courage to cultivate ciplukan plants, the low level of income from community members makes it difficult to find sources of funds to cultivate ciplukan plants. The purpose of this activity is to increase knowledge and skills about the health benefits and cultivation of ciplukan which will have an impact on improving the economy. The solutions offered are 1. Providing counseling and promoting ciplukan as a toga plant and its health benefits. 2. As an initial stage, distributing ciplukan plants to the community around the community 3. Providing counseling about ciplukan cultivation. This activity received a very good response from the community around the community in particular and the Bondowoso community in general, even community members have hopes and aspirations for ciplukan fruit to become the "Icon" of Bondowoso city.

Keywords : tanaman ciplukan, komunitas FPS, komunitas MPK 8320

Abstrak

Ciplukan merupakan tanaman liar yang bernama latin *Physalis angulata* L yang banyak tumbuh di area persawahan dan kebun warga. Tanaman ciplukan yang tumbuh liar, sepiantas terlihat tidak ada harganya, padahal selain kaya manfaat kini harga buah ciplukan cukup fantastis Rp.100.000,-/kg. Bondowoso mempunyai 23 kecamatan, diantaranya adalah kecamatan Maesan dan Sumberwringin. Saat ini banyak sekali bermunculan komunitas anak muda yang berada di dua kecamatan tersebut, diantaranya adalah komunitas MPK 8320 dan FPS. Kegiatan dari kedua komunitas tersebut antara lain pelatihan hidroponik, pembibitan tanaman, pengembangan perekonomian dll. Untuk itu Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Airlangga merancang kegiatan menggabungkan adanya permasalahan yang ada pada kelompok komunitas yaitu kurangnya pengetahuan atau informasi tentang manfaat terhadap kesehatan, nilai ekonomis dan budidaya tanaman ciplukan. Adanya permasalahan ini yang menyebabkan anggota komunitas tidak punya

keberanian untuk membudidayakan tanaman ciplukan, rendahnya tingkat penghasilan dari anggota komunitas sehingga kesulitan mencari sumber dana untuk membudidayakan tanaman ciplukan. Tujuan kegiatan ini meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan tentang manfaat kesehatan dan budidaya ciplukan yang akan berdampak pada peningkatan ekonomi. Solusi yang ditawarkan yaitu 1. Memberikan penyuluhan dan mempromosikan ciplukan sebagai tanaman toga dan manfaatnya terhadap kesehatan. 2. Sebagai tahap awal membagikan tanaman ciplukan kepada masyarakat di sekitar komunitas 3. Memberikan penyuluhan tentang budidaya ciplukan. Kegiatan ini mendapat respons yang sangat baik dari masyarakat di sekitar komunitas khususnya dan masyarakat Bondowoso pada umumnya, bahkan anggota komunitas mempunyai harapan dan cita-cita agar buah ciplukan menjadi **ICON** kota Bondowoso.

Kata kunci : ciplukan, komunitas FPS, komunitas MPK 8320

PENDAHULUAN

Bagi generasi milenial, mungkin asing mendengar sebutan buah ciplukan. Buah ini bernama latin *Physalis Angulata L* yang biasa ditemukan tumbuh liar di area persawahan dan kebun warga. Melihat buah ciplukan tumbuh di sembarang lahan, sepintas terlihat tak ada harganya. Padahal selain kaya manfaat, kini harga ciplukan selangit. Tumbuhan ini bukan tanaman asli Indonesia. Sebaliknya, tanaman liar yang buahnya berbentuk seperti lampion ini dari negara tropis Amerika dan tersebar ke berbagai kawasan di Amerika, Pasifik, Australia, dan Asia. Ciplukan dapat tumbuh di daratan rendah atau di bawah pohon dan agak lembab. Di lembah Amazon, ciplukan dipakai sebagai obat penenang, depuratif (pembersih darah), anti rematik, dan meredakan sakit telinga. Di Taiwan, digunakan sebagai obat tradisional, seperti diabetes, hepatitis, asma, dan malaria. Di Peru, daunnya digunakan untuk penyakit hati, malaria, dan hepatitis. Sementara di Afrika Barat, ciplukan dipercaya bisa menyembuhkan kanker. Di Indonesia, rasa buah yang bentuknya seperti tomat kecil atau cherry yang berwarna kuning jingga ini mempunyai rasa asam-asam manis tumbuh tak bertuan. Setiap daerah memiliki nama yang berbeda, di daerah Sunda misalnya, dikenal dengan nama cecenet. Di Madura dengan nama nyornyoran, Bali dikenal dengan keceplok, dedes atau lelelep jika berada di Sumatera, dan orang Minahasa menyebutnya dengan leletokan.

Meski tumbuh liar, buah yang berasal dari Amerika Serikat ini memiliki khasiat yang luar biasa untuk berbagai penyakit, mulai dari penyakit jantung, asma, demam, tekanan darah tinggi, kanker payudara, menghilangkan kuning pada bayi yang baru lahir, kencing kotor, menyadarkan orang pingsan, stroke, kencing manis, sakit persendian, menurunkan kolesterol, tambah darah, penawar racun, diabetes, epilepsi, hingga penyakit kulit seperti kurap.

Mengapa begitu berkhasiat? karena dari satu buah ciplukan memiliki kandungan antioksidan yang tinggi. Inilah yang membuat ciplukan menjadi suplemen yang kaya nutrisi untuk berbagai penyakit. Antioksidan ini yang dapat menetralkan radikal bebas dan dapat melindungi tubuh dari berbagai penyakit. Ciplukan juga mengandung Anti inflamasi yang dapat mengurangi rasa nyeri karena radang sendi, asam urat, nyeri otot, hingga wasir. Dalam sebuah penelitian menyebutkan buah ciplukan dapat mengatasi rasa nyeri akibat penyakit lupus.

Tidak hanya untuk ragam penyakit, bagi yang bermasalah dengan berat badan, dengan menyantap buah yang terdapat dalam bungkus kelopak yang menggelembung berbentuk telur berujung meruncing berwarna hijau muda kekuningan ini secara rutin, berat badan bisa susut. Buah ini kalorinya rendah hanya 53 kalori per 100 gram.

Ciplukan penyumbang nutrisi yang besar tanpa khawatir lemak. Sangat bagus juga untuk keseimbangan kolesterol dan jantung sehat karena mengandung asam lemak jenuh dan linoleat. Manfaat tumbuhan liar ini tidak hanya pada buahnya saja, melainkan pada akar untuk demam dan obat cacing. Daun untuk patah tulang, busung air, bisul, borok, dan lainnya.

Dulu, buah yang dalam bahasa Inggris bernama *Ground Cherry* ini terlihat tak ada harganya. Namun kini, telah menjadi komoditi yang memiliki nilai jual yang terbilang tinggi. Di supermarket besar, bisa dijumpai buah ini di banderol Rp200.000-Rp500.000 per kilo. Buah ciplukan yang terbilang mahal sesungguhnya sebanding dengan manfaatnya. Buah ini mengandung senyawa-senyawa aktif, antara lain saponin pada tunas, flavonoid pada daun dan tunas, polifenol dan fisalin pada buah, withangulation A pada buah, asam palmitat dan stearat pada biji, alkaloid pada akar, chlorogenik acid pada batang dan daun, tannin pada buah, kriptoxantin pada buah, dan vitamin C dan gula (Retno WK, 2015) Sayangnya, hingga saat ini masih tumbuh liar dan masih sedikit petani, bahkan bisa dibilang nyaris tidak ada yang membudidayakannya (Retno WK, 2015). Zat lain yang juga vital tapi langka dikonsumsi lantaran perubahan gaya hidup adalah imunomodulator. Nyoman Kertia mengatakan bahwa salah satu bahan imunomodulator jempolan adalah fisalin yang terdapat dalam ciplukan atau *cecendet* (*Physalis angulata*) (Trubus, Maret 2020).

Pada saat ini di Indonesia bahkan diseluruh dunia sedang terjadi pandemi infeksi virus corona atau yang dikenal sebagai COVID 19. Untuk menangkal atau untuk mencegah agar seseorang tidak terinfeksi Covid 19 salah satu cara alternatif adalah dengan mengonsumsi tanaman herbal seperti ciplukan karena mempunyai khasiat sebagai imunomodulator. Imunomodulator adalah zat biologis atau sintetis yang dapat merangsang, menekan atau memodulasi sistem kekebalan baik adaptif maupun *innate immunity* (Mahime et al, 2013; Singune et al, 2018)

Sayangnya, hingga saat ini masih tumbuh liar dan masih sedikit petani, bahkan bisa dibilang nyaris tidak ada yang membudidayakannya.



Gambar 1. Tanaman ciplukan (*Physalis angulata* L)

Bondowoso dikenal dengan nama kota tape atau kota pensiunan, disebut kota pensiunan karena kotanya adem ayem, pertumbuhan ekonominya sangat lambat. Kabupaten Bondowoso terdiri dari 23 kecamatan, 10 kelurahan dan 209 desa. Bondowoso berada di persimpangan jalur dari Besuki dan Situbondo menuju Jember. Kabupaten Bondowoso merupakan satu-satunya kabupaten yang tidak memiliki wilayah laut (terkurung daratan) di wilayah Tapal Kuda Jawa Timur.

Letak Kabupaten Bondowoso tidak berada pada daerah yang strategis. Meskipun berada di tengah, namun Kabupaten Bondowoso tidak dilalui jalan negara yang menghubungkan antar provinsi Bondowoso juga tidak memiliki lautan. Ini yang menyebabkan Bondowoso sulit berkembang dibandingkan dengan kabupaten lainnya di Jawa Timur.

Kecamatan Maesan adalah sebuah kecamatan di Kabupaten Bondowoso yang berjarak sekitar 13 Km dari ibu kota Kabupaten Bondowoso kearah selatan. Pusat pemerintahannya berada di Desa Maesan. Batas wilayah kecamatan Maesan sebelah utara berbatasan dengan Kecamatan Grujugan dan Kecamatan Tamanan, sebelah Timur berbatasan dengan Kecamatan Tamanan, sebelah Selatan berbatasan dengan Kabupaten Jember dan sebelah Barat berbatasan dengan Kabupaten Jember.

Kecamatan Sumberwringin adalah sebuah kecamatan di kabupaten Bondowoso yang berjarak sekitar 27 Km dari ibu kota kabupaten Bondowoso ke arah Tenggara. Pusat pemerintahannya berada di Desa Sumberwringin. Sumberwringin terletak dilereng Gunung Ijen. Adapun batas wilayah Kecamatan Sumberwringin sebelah Utara berbatasan dengan Kecamatan Sukosari, sebelah Timur berbatasan dengan Kecamatan Botolinggo dan Kecamatan Ijen, sebelah Selatan berbatasan dengan Ijen dan Kecamatan Tlogosari sedangkan sebelah Barat berbatasan dengan Kecamatan Tlogosari dan Kecamatan Tlogosari.

Saat ini banyak sekali bermunculan komunitas anak muda yang berada di dua kecamatan tersebut, diantaranya adalah komunitas MPK 8320 dan FPS. Kegiatan dari kedua komunitas tersebut antara lain pelatihan hidroponik, pembibitan tanaman, pengembangan perekonomian dll. Untuk itu Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Airlangga merancang kegiatan menggabungkan adanya permasalahan yang ada pada kelompok komunitas yaitu kurangnya pengetahuan atau informasi tentang manfaat terhadap kesehatan, nilai ekonomis dan budidaya tanaman ciplukan. Adanya permasalahan ini yang menyebabkan anggota komunitas tidak punya keberanian untuk membudidayakan tanaman ciplukan, rendahnya tingkat penghasilan dari anggota komunitas sehingga kesulitan mencari sumber dana untuk membudidayakan tanaman ciplukan. Tujuan kegiatan ini meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan tentang manfaat kesehatan dan budidaya ciplukan yang akan berdampak pada peningkatan ekonomi. Solusi yang ditawarkan yaitu 1.Memberikan penyuluhan dan mempromosikan ciplukan sebagai tanaman toga dan manfaatnya terhadap kesehatan.2.Sebagai tahap awal membagikan tanaman ciplukan kepada masyarakat di sekitar komunitas 3.Memberikan penyuluhan tentang budidaya ciplukan.

Tujuan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan tentang manfaat kesehatan dan budidaya ciplukan yang akan berdampak pada peningkatan ekonomi masyarakat di sekitar komunitas khususnya dan masyarakat Bondowoso pada umumnya.

METODE PELAKSANAAN

Tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan mitra adalah dengan menggunakan metode pelatihan dan penyuluhan, mitra diberikan penyuluhan tentang budidaya tanaman ciplukan. Kemudian peserta diajarkan dengan cara pelatihan untuk praktik langsung cara budidaya tanaman ciplukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan beberapa kali pertemuan melalui Zoom meeting , maka disepakati bahwa sebelum kita memberikan penyuluhan tentang manfaat ciplukan terhadap kesehatan dan bagaimana cara membudidayakan ciplukan, kita harus mengerjakan / membuat pembibitan terlebih dahulu.

Pada tanggal 18 Agustus 2020 dilakukan pengiriman benih ciplukan ke kedua Mitra, kemudian dicoba dikembang biakan akan tetapi gagal (tidak tumbuh). Kemudian kita usahakan mencari lagi bibit ciplukan yang lebih unggul. Pada 12 September 2020 akhirnya

Tuti Kusumaningsih, dkk : *Pelatihan Dan Penyuluhan Manfaat Ciplukan Bagi Kesehatan Dan Budidayanya Di Kecamatan Sumberwringin Dan Kecamatan Maesan Kabupaten Bondowoso*

kita mendapatkan dari Bandung Farm suatu perusahaan yang memang sudah berhasil membudidayakan ciplukan.



Gambar.2 Buah ciplukan yang akan dipakai sebagai benih dari Bandung Farm

Rapat koordinasi anggota komunitas pada tanggal 3 Oktober 2020 di Bondowoso.



Gambar 3. Rapat koordinasi team di Bondowoso

Proses pembibitan ciplukan



Gambar 4. Proses pembibitan ciplukan oleh tim di Bondowoso.

Pada tanggal 25 Oktober 2020 kami sebagai Ketua pelaksana Pengmas mengadakan kunjungan meninjau ke lokasi Mitra kerja di Bondowoso.



Gambar 5. Peninjauan ke beberapa lokasi perbenihan di Desa Sukosari Kidul



Gambar 6. Tanaman ciplukan sudah berdaun tiga helai 11 Nopember 2020

Pada tanggal 28 Nopember 2020 hari Sabtu jam 10 pagi bertempat di Kantor Kelurahan Sokosari Kidul Kecamatan Sumberwringin Kabupaten Bondowoso diadakan penyuluhan Dengan tema “ Manfaat Ciplukan Bagi Kesehatan dan Budidayanya “. Penyuluhan dihadiri 44 orang yang terdiri dari anggota komunitas, pamong desa dan masyarakat di sekitar kelurahan.

Sebelum acara penyuluhan dimulai kita membagikan kuesioner yang isinya menanyakan apakah sebelumnya sudah pernah mendengar tentang tanaman ciplukan dan manfaatnya terhadap kesehatan. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa dari 44 orang yang hadir, 27 orang menjawab belum pernah mendengar tentang tanaman ciplukan (61,36%), kemudian 33 orang menjawab belum mengerti tentang manfaat ciplukan terhadap kesehatan (75%).

Selain diadakan penyuluhan kami selaku ketua Pelaksana Pengmas juga menyerahkan 1000 pohon ciplukan kepada masyarakat di sekitar komunitas yaitu Desa Sukosari Kidul Kecamatan Sumberwringin dan desa Summersari Kecamatan Maesan Kabupaten Bondowoso. Acara terakhir berupa tanya jawab yang hampir 99% dari peserta menginginkan agar Bondowoso dijadikan sentra tanaman ciplukan di Jawa-Timur dan menjadikan Ciplukan sebagai “ *Icon* “atau representasi kota Bondowoso. Terakhir kita membagikan buku saku / modul yang berjudul “Buah Kaya Manfaat Bagi Kesehatan Ciplukan yang Terabaikan “



Gambar 7. Spanduk Pengabdian Kepada Masyarakat



Gambar 8. Penyuluhan “Manfaat Tanaman Ciplukan Bagi Kesehatan dan Budidayanya” oleh Ketua Pelaksana Pengmas



Gambar 9. Penyerahan 1000 tanaman Ciplukan secara simbolis, dari Ketua Pelaksana Pengmas kepada masyarakat Desa Sukosari Kidul yang diwakili oleh bapak Kepala Desa Sukosari Kidul.



Gambar 10. Hasil budidaya tanaman ciplukan berumur 25 HST (Hari Setelah Tanam) di Desa Sukosari Kidul Kecamatan Sumberwringin Kabupaten Bondowoso

SIMPULAN

Alhamdulillah kegiatan pengmas ini berjalan dengan baik dan lancar, meskipun dengan adanya Pandemi Covid 19 ini ada sedikit kesulitan mengingat jarak lokasi antara Surabaya dan Bondowoso yang cukup jauh kurang lebih 200 Km tetapi berkat semangat dari team pelaksana dan Mitra kerja yang luar biasa akhirnya Pengmas ini berhasil dengan baik.

Pada awal pelaksanaan kita memang sempat bingung karena adanya PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), karena adanya larangan untuk tidak bepergian keluar kota. Alhamdulillah terbantu dengan adanya Zoom meeting, sehingga kita bisa berkoordinasi jarak jauh.

Pengabdian masyarakat ini disambut dengan sangat baik oleh masyarakat di sekitar Komunitas MPL 8320 desa Sumbersari Kecamatan Maesan dan Komunitas FPS desa Sukosari Kecamatan Sumberwringin khususnya dan masyarakat Bondowoso pada umumnya. Tanaman dan buah ciplukan saat ini menjadi primadona, baik secara ekonomis maupun manfaatnya terhadap kesehatan, padahal beberapa puluh tahun yang lalu masyarakat Bondowoso menganggap tanaman ciplukan yang tumbuh disembarang lahan ini merupakan tanaman liar merugikan dan tidak ada manfaatnya.

Dengan adanya pengabdian masyarakat yang memberikan penyuluhan tentang manfaat tanaman ciplukan dan cara budidayanya, maka masyarakat menyambut dengan antusias dan semangat sampai ada yang berkeinginan untuk menjadikan tanaman dan buah ciplukan ini sebagai “ICON” nya kota Bondowoso, semoga keinginan masyarakat Bondowoso ini bisa tercapai dan terfasilitasi.

SARAN

Mengingat besarnya antusias masyarakat Bondowoso untuk menjadikan tanaman ciplukan ini sebagai Icon kota Bondowoso, maka hendaknya kegiatan ini dapat dijadikan pionir dalam kegiatan masyarakat berikutnya, agar keinginan dan cita-cita masyarakat Bondowoso bisa tercapai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Airlangga yang telah mendanai kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan dana Rencana Kegiatan Anggaran Tahunan (RKAT), sesuai dengan Surat Keputusan Rektor Universitas Airlangga Tentang Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Airlangga Tahun 2020 Nomor 532/UN3/2020 Tanggal 1 Juli 2020.

DAFTAR PUSTAKA

- Kusumaningtyas RM, Laily N, Limandha P. 2015. “Potential of Ciplukan (*Physalis angulata L*) as Source of Functional Ingredient”. *Procedia Chemistry*, 14 : 367-372
- Mahime, Abhijeet M Ingle et al, 2013. Immunomodulator in Day to Day Life: A Review. *Pakistan Journal of Biological Sciences*, 16 (17): 826-43
- “Obat Tradisional”, *Trubus* , 604, Maret 2020 : 110 - 111
- Singune S, Vaghela JS and Sisodia SS. 2018. “Review on Immunomodulation and Immunomodulatory activity of Some Medicinal Plant”. *European Journal of Biomedical and Pharmaceutical Sciences*, 5 (8) : 163 - 174
- Triyanto KBT, 2016. *Panduan Lengkap dan Mudah Budidaya Tanaman Ciplukan yang Berhasiat Tinggi*. Kabartani.com