

RAHASIA KULIT NANAS SEBAGAI SUMBER UNTUK MENINGKATKAN DAYA TAHAN TUBUH

Raudatul Patimah^{1*}, Bagus Susena², Annisa Dwi Febriyanti³, Camila Putri Effendi⁴
Program Studi Profesi Apoteker, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin¹
Program Studi S1 Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin²⁻⁴

Email¹: raudatul.patimah@umbjm.ac.id

ABSTRAK

Kulit nanas mengandung senyawa kimia seperti flavonoid, alkaloid, tanin, dan steroid. Flavonoid yang merupakan golongan senyawa fenolik memiliki kemampuan sebagai antioksidan, flavonoid juga memiliki aktivitas sebagai antiinflamasi, antialergi, antivirus, antikanker dan antibakteri. Limbah kulit nanas dapat dimanfaatkan jika dilihat dari kandungan senyawa aktifnya, sehingga tidak hanya daging buahnya saja yang dapat dimanfaatkan tetapi kulitnya pun juga bisa digunakan. Berdasarkan latar belakang di atas, maka kegiatan pengabdian ini bertujuan memberikan pengetahuan mengenai manfaat kulit nanas untuk meningkatkan daya tahan tubuh kepada anak-anak Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah 3 Banjarmasin. Metode kegiatan ini dilakukan dengan pemberian sosialisasi dan tanya jawab menggunakan media penyuluhan berupa penampilan materi melalui ceramah. Berdasarkan kegiatan pengabdian yang dilakukan, anak-anak Panti Asuhan aktif sebagai peserta dan antusias pada saat mengikuti kegiatan sampai selesai.

Kata Kunci: Kulit nanas, manfaat, daya tahan tubuh

ABSTRACT

Pineapple skin contains chemical compounds such as flavonoids, alkaloids, tannins and steroids. Flavonoids, which are a class of phenolic compounds, have the ability to act as antioxidants, flavonoids also have anti-inflammatory, anti-allergic, antiviral, anti-cancer and anti-bacterial activities. Pineapple skin waste can be utilized if we look at the active compound content, so that not only the flesh can be used but the skin can also be used. Based on the background above, this service activity aims to provide knowledge about the benefits of pineapple skin to increase body resistance to the children of the Banjarmasin Muhammadiyah Orphanage. This activity method is carried out by providing socialization and questions and answers using educational media in the form of presenting material through lectures. Based on the service activities carried out, the children from the Orphanage were active as participants and enthusiastic when following the activities until the end.

Keywords: *Pineapple skin, benefits, immune system*

PENDAHULUAN

Pemanfaatan tumbuhan yang memiliki khasiat terhadap kesehatan sudah sejak lama dilakukan oleh masyarakat, karena secara empiris tumbuhan mempunyai efek samping yang minimal dan lebih ekonomis karena mudah didapatkan (Sari, 2006). Salah satu tumbuhan yang bermanfaat bagi kesehatan adalah nanas (*Ananas comosus* L. Merr).

Buah nanas atau yang disebut juga dalam bahasa latin *Ananas comosus* L. Meer merupakan salah satu tanaman komoditi yang banyak ditanam di Indonesia. Nanas merupakan tanaman herba yang dapat hidup dalam berbagai musim. Tanaman ini digolongkan dalam kelas monokotil yang bersifat tahunan yang mempunyai rangkaian bunga yang terdapat di ujung batang, tumbuhnya meluas dengan menggunakan tunas samping yang berkembang menjadi cabang- cabang vegetatif, pada cabang tersebut kelak dihasilkan buah (Sari, 2002).

Buah nanas berukuran sedang, berbentuk silindris sampai kerucut bertangkai panjang, kulit buah berwarna hijau kekuningan dan ada yang merah, daging buah berwarna putih. Di Indonesia, nanas sangat populer dan sering dijumpai di pasar-pasar, tanaman ini mengandung nutrisi yang baik untuk kesehatan manusia seperti mineral, glukosa, fruktosa, sukrosa, vitamin C. Kebanyakan masyarakat menggunakan nanas hanya sebagai makanan segar yang memiliki kandungan gizi yang tinggi, dan digunakan sebagai bahan olahan seperti dodol nanas, selai nanas, jelly nanas, keripik nanas, dan sirup nanas (Abadi & Handayani, 2007)

Kulit nanas mengandung senyawa kimia seperti flavonoid, alkaloid, tanin, dan steroid, hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2015) bahwa berdasarkan hasil uji fitokimia kulit nanas positif mengandung senyawa metabolit sekunder seperti flavonoid, alkaloid, steroid, tannin dan saponin. Flavonoid yang merupakan golongan senyawa fenolik memiliki kemampuan sebagai antioksidan, flavonoid juga memiliki aktivitas sebagai antiinflamasi, antialergi, antivirus, antikanker dan antibakteri (Sandhar., 2011).

Anak-anak di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah 3 Banjarmasin merupakan kelompok usia yang sedang mengalami masa pertumbuhan, sehingga memerlukan daya tahan tubuh salah satunya biasa asupan dari konsumsi buah nanas atau pemanfaatan kulit buah nanas untuk dijadikan sirup. Berdasarkan latar

belakang diatas, maka dilakukanlah pengabdian ini untuk memberikan informasi kepada anak-anak Panti Asuhan mengenai rahasia atau manfaat kulit nanas untuk meningkatkan daya tahan tubuh.

METODE PENELITIAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan metode pemberian sosialisasi dan tanya jawab dengan menggunakan media penyuluhan berupa penampilan materi melalui ceramah.

Alat yang digunakan adalah LCD dan Proyektor, Mikrofon dan Sound, Laptop dan alat pendukung lainnya seperti kamera, kertas dan alat tulis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah 3 Banjarmasin yang beralamat di Jalan Pangeran No 24, RT.12/RW.001, Kelurahan Pangeran, Kecamatan Banjarmasin Utara, Kalimantan Selatan yang dihadiri oleh 36 orang yang terdiri dari 17 orang erempuan dan 19 orang laki-laki. Kegiatan ini dimulai dengan registrasi dan absensi oleh anak-anak Panti Asuhan, kemudian dilanjutkan dengan pembukaan, sambutan dari Pengurus Panti Asuhan Yatim dan sambutan dari ketua kegiatan Ibu apt. Raudatul Patimah, M.Farm. Acara inti yaitu penyampaian materi kemudian dilanjutkan sesi diskusi dengan anak-anak Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Banjarmasin, ditambah kegiatan tanya jawab dan kuis. Dalam kegiatan ini juga diperlihatkan dan dibawakan langsung kulit nanas segar untuk diketahui oleh anak-anak panti sambil dijelaskan ciri-ciri kulit nanas, kandungan dan manfaatnya. Gambar berikut menunjukkan kulit nanas:



**Gambar 1. Kulit Nanas
(Dokumentasi Pribadi, 2023)**

Setelah kegiatan pemaparan materi dan diskusi selesai maka dilanjutkan dengan evaluasi kegiatan pengabdian dengan membagikan lembar kepuasan. Evaluasi kepuasan peserta dilakukan setelah penyampaian materi, diskusi antar tim dan anak-anak panti. Kuesioner berupa 10 pertanyaan yang didalamnya berisi pilihan dari sangat tidak puas hingga sangat puas. Berdasarkan hasil kuesioner yang didapatkan jawaban terbanyak dari 10 soal adalah Sangat puas. Untuk jawaban Cukup Puas paling banyak didapatkan pada pertanyaan “Penampilan petugas penyuluh meliputi kerapihan dan kesopanan” yaitu sebanyak 5 orang. Untuk jawaban Puas paling banyak didapatkan pada pertanyaan “Bahasa yang digunakan penyuluh mudah dipahami” yaitu sebanyak 14 orang. Sedangkan untuk jawaban Sangat Puas paling banyak didapatkan pada 3 pertanyaan yaitu “Sikap petugas penyuluhan meliputi keramahan dan kesopanan”, “Petugas menyediakan konsumsi selama penyuluhan” dan pada pertanyaan “Materi yang disampaikan bermanfaat dan dapat diaplikasikan” yaitu sama-sama mendapatkan sebanyak 19 orang. Untuk tabel lengkap tertera dibawah ini:

Tabel 1. Evaluasi Kepuasan Peserta Pengabdian di Panti Asuhan Yatim

No	Aspek yang dinilai	STP	TP	CP	P	SP
1	Penampilan petugas penyuluh meliputi kerapihan dan kesopanan			5	10	15
2	Media yang digunakan pada saat penyuluhan			4	12	14
3	Sikap petugas penyuluhan meliputi keramahan dan kesopanan			3	8	19
4	Bahasa yang digunakan penyuluh mudah dipahami			1	14	15
5	Petugas menyediakan konsumsi selama penyuluhan			3	8	19
6	Materi yang diberikan sesuai kebutuhan peserta			4	12	14
7	Materi yang disampaikan jelas dan mudah dipahami			3	11	17
8	Petugas memberikan kesempatan bertanya kepada peserta			2	10	18
9	Petugas penyuluhan dapat menjawab pertanyaan dengan baik		1	3	9	17
10	Materi yang disampaikan bermanfaat dan dapat diaplikasikan			1	10	19

Berikut ini beberapa foto kegiatan pada saat melakukan pengabdian di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah 3 Banjarmasin.



Gambar 2. Kegiatan pemaparan materi mengenai rahasia kulit nanas sebagai sumber daya tahan tubuh

(Dokumentasi Pribadi, 2023)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan, pengabdian masyarakat dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta dan antusias pada saat mengikuti penyuluhan dengan tidak meninggalkan tempat sebelum waktu pengabdian berakhir. Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini maka dapat memberikan pengetahuan mengenai kandungan yang terdapat dalam Kulit Buah Nanas dan memberikan pemahaman tentang manfaat atau khasiat dari Kulit Buah Nanas kepada anak-anak Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah 3 Banjarmasin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin atas fasilitas yang diberikan untuk melakukan pengabdian ini dan terimakasih juga kepada Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah 3 Banjarmasin yang telah bersedia meluangkan waktu dan menerima kami untuk melakukan pengabdian

DAFTAR PUSTAKA

Abadi, F.R. dan Handayani, F., 2007, *Budidaya Pasca Panen Nanas*, Balai Pengkajian Teknologi Pertanian, Samarinda, 28.

Atikaduri, T. 2003. *Karakterisasi Sifat Fisik Dan Kimia Buah Serta Perubahannya*

- Selama Penyimpanan Dari Empat Populasi Nenas (*Ananas comosus* (L.) Merr.). [Skripsi]. Fakultas Pertanian. Institut Pertanian Bogor.
- Irfandi. 2005. Karakterisasi Morfologi Lima Populasi Nanas (*Ananas comosus* L. Merr). Skripsi. Fakultas Pertanian. Institut Pertanian Bogor.
- Kalaiselvi, dkk. 2012. Occurrence of Bioactive Compounds in *Ananas comosus* (L) : A Standardization by HPTLC. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, S1341-S1346.
- Kumaunang, Maureen, Vanda Kamu (2011). Aktifitas Enzim Bromelin dari Ekstrak Kulit Nanas (*Ananas comosus*). FMIPA Universitas Samratulangi Manado. *Jurnal Ilmiah SAINS* Vol. 11 No. 2, Hlm. 198-201.
- Oktaviani, D. 2009. Pengaruh Media Tanam Dan Asal Bahan Stek Terhadap Keberhasilan Stek Basal Daun Mahkota Nenas (*Ananas comosus*(L.) Merr.). Skripsi . Fakultas Pertanian. Institut Pertanian Bogor .
- Rosmaina, 2007. Optimasi Ba/Tdz Dan Naa Untuk Perbanyak Masal Nenas (*Ananas Comosus* L. (Merr) Kultivar Smooth Cayenne Melalui Teknik In Vitro. Tesis. Institute pertanian Bogor.
- Sari, R. N. 2002. Analisis Keragaman Morfologi dan Kualitas Buah, Populasi Nanas (*Ananas comosus* (L.) Merr.) Queen di Empat Desa Kabupaten Bogor. Skripsi. Departemen Budidaya Pertanian. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Sari, K., 2006, Pemanfaatan Obat Tradisional Dengan Pertimbangan Manfaat Dan Keamanannya, *Majalah Ilmu Kefarmasian*.
- Sandhar HK, Kumar B, Prasher S, Tiwari P, Salhan M, Sharma P. 2011. A review of phytochemistry and pharmacology of flavonoids. *International Pharmaceutica Scientia* 1(1): 25-41.
- Wardhana, A. 2009. Potensi Pemanfaatan Limbah Nanas Sebagai Bahan baku Pembuatan Nata.