

## ***Edukasi Masyarakat Mengenai Manfaat Jeruk Kalamansi Bagi Kesehatan Di Apotek Arfan Ajaya***

### ***Educating The Public About The Health Benefits Of Kalamansi Oranges At Arfan Jaya Pharmacy***

**Aina Fatkhil Haque<sup>1</sup>, Dian Handayani<sup>1</sup>, Aisyah Putri Hasanah<sup>1</sup>, Indry Lestya<sup>1</sup>, Nur Afifah<sup>1</sup>, Rosalina Evelin<sup>1</sup>, Elkharis Eirene Lamtiar Sirait<sup>1</sup>, Nadia Fransiska<sup>1</sup>, Puput Ajeng Karlina<sup>1</sup>, and Fhagel Iriansyah<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>) Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu, Bengkulu-Indonesia

\*Email Korespondensi : [fhagelmotor123@gmail.com](mailto:fhagelmotor123@gmail.com)

#### ***Abstrak***

Kegiatan edukasi masyarakat mengenai manfaat jeruk kalamansi bagi kesehatan dilaksanakan di Apotek Arfan Jaya sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya konsumsi bahan alami yang bernilai gizi tinggi. Jeruk kalamansi dikenal kaya akan vitamin C, antioksidan, serta memiliki potensi sebagai imunostimulan dan agen detoksifikasi. Edukasi ini bertujuan untuk memberikan informasi ilmiah yang mudah dipahami oleh masyarakat umum, mendorong gaya hidup sehat, serta memperkuat peran apotek sebagai pusat informasi kesehatan. Metode penyampaian dilakukan melalui penyuluhan langsung, distribusi leaflet, dan diskusi interaktif dengan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat jeruk kalamansi serta ketertarikan untuk menjadikannya bagian dari konsumsi harian. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan untuk memperluas dampak positif terhadap kesehatan masyarakat.

**Kata Kunci:** Jeruk Kalamansi, Keuntungan, Aktivitas Farmakologi

#### ***Abstract***

*A community education activity on the health benefits of calamansi (Citrus microcarpa) was conducted at Arfan Jaya Pharmacy as part of a promotive and preventive effort to raise public awareness of the importance of consuming natural, nutrient-rich ingredients. Calamansi is known to be rich in vitamin C and antioxidants, with potential benefits as an immune booster and detoxifying agent. This educational initiative aimed to deliver scientifically accurate yet easily understandable information to the general public, promote healthy lifestyle habits, and reinforce the role of pharmacies as accessible health information centers. The method of delivery included direct counseling, leaflet distribution, and interactive discussions with participants. The results indicated an increase in public knowledge about the benefits of calamansi and a growing interest in incorporating it into daily consumption. It is hoped that similar activities can be conducted regularly to broaden their positive impact on public health.*

**Keywords:** *Kalamansi Orange; Benefits; Pharmacological Activity.*

## **PENDAHULUAN**

Indonesia merupakan salah satu negara yang sangat kaya akan keanekaragaman hayati, khususnya tanaman obat yang telah digunakan secara turun-temurun oleh

masyarakat sebagai bagian dari pengobatan tradisional. Di tengah pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang kesehatan, kini semakin banyak masyarakat yang kembali memilih pendekatan alami dalam menjaga kesehatan. Salah satu alasannya adalah karena penggunaan obat tradisional dianggap lebih aman, terutama jika digunakan dengan cara yang tepat dan tidak disalahgunakan. Obat tradisional umumnya memiliki efek samping yang lebih kecil dibandingkan obat modern, sehingga menjadi alternatif yang menarik bagi banyak orang.

Salah satu tanaman yang memiliki potensi besar dalam pengobatan alami adalah jeruk kalamansi (*Citrus x microcarpa Bunge*). Tanaman ini berasal dari famili Rutaceae dan merupakan hasil persilangan antara *Citrus reticulata* dan *Fortunella margarita*. Jeruk kalamansi telah lama dikenal dan banyak dibudidayakan di wilayah Asia Tenggara, khususnya di Filipina, serta kini mulai populer di berbagai negara, termasuk Indonesia. Buah ini tidak hanya dikenal karena cita rasanya yang asam segar, tetapi juga karena kandungan gizinya yang melimpah. Jeruk kalamansi sangat kaya akan mineral dan memiliki kadar vitamin C yang tinggi, yang merupakan salah satu nutrisi penting bagi tubuh (Noviyanty *et al.*, 2019).

Jeruk Calamondin atau disebut Kalamansi bukan merupakan tanaman asli Indonesia. Jeruk ini berasal dari negeri Cina sebagai hasil perkawinan alami antara jeruk mandarin dan kumquat. Saat ini Jeruk Kalamansi banyak ditanam di Bengkulu di lahan kering/perbukitan. Bahkan di Kota Bengkulu saja, Jeruk Kalamansi sudah dibudidayakan di lahan seluas hingga 39 hektar. Melihat budidaya jeruk yang makin digiatkan di Provinsi Bengkulu, masyarakat perlu mendapat informasi yang lebih banyak tentang jeruk-jeruk ini agar mereka semakin mencintai dan makin berminat mengkonsumsinya. Dalam penelitian ini salah satu informasi yang dibagikan adalah kadar vitamin C dalam masing-masing Jeruk Kalamansi, Jeruk Gerga dan Jeruk Brastagi yang dibudidayakan secara lokal di Provinsi Bengkulu (Anggreani *et al.*, 2020).

Vitamin C merupakan salah satu jenis antioksidan alami yang berperan penting dalam menangkal radikal bebas. Antioksidan adalah senyawa yang mampu menyumbangkan elektronnya kepada molekul radikal bebas, sehingga dapat menetralkan aktivitas merusaknya. Radikal bebas sendiri merupakan senyawa tidak stabil yang dapat menyebabkan kerusakan sel dan jaringan dalam tubuh. Meskipun tubuh manusia memiliki sistem antioksidan endogen, namun jumlahnya seringkali tidak mencukupi untuk mengimbangi paparan radikal bebas yang berlebihan akibat stres, polusi, atau pola hidup tidak sehat. Oleh karena itu, dibutuhkan asupan antioksidan dari luar tubuh (antioksidan eksogen) untuk membantu menyeimbangkan kondisi ini (Herlina *et al.*, 2022).

Apotek sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan edukasi kepada masyarakat. Tidak hanya sebagai tempat untuk memperoleh obat, apotek juga diharapkan dapat menjadi pusat penyebaran informasi kesehatan yang terpercaya dan mudah diakses (Ramayana *et al.*, 2024). Oleh karena itu, Apotek Arfan Jaya mengambil inisiatif untuk menyelenggarakan kegiatan edukasi mengenai manfaat jeruk kalamansi bagi kesehatan.

Kegiatan edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kandungan nutrisi jeruk kalamansi, manfaat kesehatannya, serta cara konsumsi yang tepat. Edukasi dilakukan melalui penyuluhan langsung kepada pengunjung apotek, pembagian leaflet informatif, dan sesi tanya jawab interaktif. Dengan pendekatan ini, diharapkan masyarakat dapat memahami dan tertarik untuk menjadikan jeruk kalamansi sebagai bagian dari pola hidup sehat masyarakat.

## METODE PELAKSANAAN

Metode pengumpulan data dilakukan dengan pendekatan studi literatur terhadap berbagai hasil penelitian yang telah dipublikasikan sebelumnya. Literatur yang digunakan berasal dari sumber data sekunder, termasuk artikel ilmiah, buku teks (*textbook*), serta hasil pencarian baik secara daring (*online*) maupun luring (*offline*). Sumber *online* yang diakses meliputi situs-situs ilmiah terpercaya seperti PubMed, NCBI, serta jurnal-jurnal relevan yang berkaitan erat dengan topik pembahasan. Dalam proses pencarian dan penyaringan literatur, digunakan kata kunci seperti "Jeruk Kalamansi", "manfaat", dan "aktivitas farmakologi". Artikel dan jurnal yang dipilih merupakan publikasi yang telah terakreditasi, baik secara nasional maupun internasional, guna memastikan kualitas dan validitas informasi. Adapun kriteria inklusi dalam peninjauan literatur ini mencakup penelitian yang membahas kandungan senyawa aktif dalam jeruk kalamansi (*Citrus microcarpa*) serta berbagai manfaat atau aktivitas farmakologis yang dimiliki oleh tanaman tersebut jeruk kalamansi (Jailani, 2023).

Metode pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat (PPM) "Edukasi Masyarakat Mengenai Manfaat Jeruk Kalamansi bagi Kesehatan di Apotek Arfan Jaya" dilakukan melalui tahap-tahap berikut:

Tabel 1 Metode Pelaksanaan Kegiatan

No	Kegiatan	Uraian Kegiatan
1.	Perencanaan	Kegiatan edukasi ini bertujuan untuk mengenalkan manfaat jeruk kalamansi sebagai minuman sehat dalam bentuk sirup. Materi yang disampaikan mencakup kandungan gizi jeruk kalamansi, manfaatnya bagi tubuh, cara pengolahan sirup yang higienis dan praktis, serta cara konsumsi yang tepat. Kegiatan juga akan mengangkat peluang usaha rumahan dari produk sirup kalamansi. Untuk mendukung edukasi, disiapkan brosur. Jika memungkinkan, akan dilakukan demonstrasi langsung pembuatan sirup. Informasi kegiatan akan disebarkan melalui pengumuman lingkungan, grup WhatsApp warga, dan mading setempat. Diharapkan masyarakat tidak hanya memahami manfaat jeruk kalamansi, tetapi juga mampu memanfaatkannya secara mandiri dan bernilai ekonomis.
2.	Persiapan	Tahap persiapan diawali dengan koordinasi antara tim pengabdian dan pihak apotek sebagai mitra pelaksana kegiatan. Pemilihan apotek sebagai lokasi edukasi dilakukan karena apotek merupakan tempat strategis yang sering dikunjungi masyarakat untuk mendapatkan layanan kesehatan dan informasi obat-obatan, sehingga dinilai efektif sebagai media penyampaian edukasi. Tim kemudian melakukan observasi awal terhadap kondisi apotek, termasuk fasilitas yang tersedia dan waktu kunjungan masyarakat

		yang paling optimal untuk pelaksanaan kegiatan. Setelah itu, tim menyusun materi edukasi yang fokus pada kandungan nutrisi jeruk kalamansi, manfaatnya bagi kesehatan seperti meningkatkan daya tahan tubuh, membantu pencernaan, serta sebagai antioksidan alami, serta cara pengolahan yang praktis untuk konsumsi harian. Materi dibuat dalam bentuk brosur yang akan dibagikan kepada masyarakat yang datang ke apotek. Selain itu, dilakukan juga pembagian tugas antaranggota tim, penyusunan jadwal pelaksanaan.
3.	Pelaksanaan	Setelah penyuluhan mengenai manfaat jeruk kalamansi dalam sediaan sirup, dilakukan evaluasi untuk mengukur pemahaman masyarakat melalui survei atau tanya jawab singkat. Hal ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar perubahan pengetahuan yang terjadi setelah penyuluhan. Program ini ditutup dengan pembagian materi edukasi dalam bentuk leaflet yang berisi informasi mengenai manfaat jeruk kalamansi dan cara pengolahannya menjadi sirup, sebagai bahan referensi dan untuk memastikan informasi yang didapat bisa diterapkan di rumah. Selain itu, peserta juga diberikan sampel sirup jeruk kalamansi untuk dicoba, sebagai motivasi agar masyarakat dapat mengolah sendiri dan mengonsumsinya sebagai minuman sehat sehari-hari

Rencana evaluasi kegiatan PPM ini mencakup penggunaan beberapa indikator untuk mengukur keberhasilan kegiatan edukasi masyarakat tentang manfaat jeruk kalamansi dalam sediaan sirup yang dilaksanakan di apotek. Indikator-indikator tersebut antara lain:

1. Peningkatan Pengetahuan:

Evaluasi ini dilakukan untuk menilai sejauh mana terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai kandungan gizi, manfaat kesehatan, dan cara pengolahan jeruk kalamansi menjadi sirup yang sehat dan aman dikonsumsi. Penilaian dapat dilakukan melalui pre-test dan post-test singkat atau sesi tanya jawab.

2. Peningkatan Kemampuan Praktis:

Evaluasi dilakukan dengan mengamati sejauh mana masyarakat memahami dan mampu mempraktikkan cara pembuatan sirup kalamansi secara mandiri, baik melalui partisipasi dalam demonstrasi maupun antusiasme dalam mencoba di rumah.

3. Respon dan Minat Masyarakat:

Evaluasi ini bertujuan untuk melihat sejauh mana masyarakat tertarik terhadap materi yang diberikan, serta adanya minat untuk menjadikan sirup kalamansi sebagai alternatif minuman sehat atau peluang usaha rumahan. Penilaian dilakukan melalui observasi dan kuesioner singkat.

Dengan adanya rencana evaluasi yang terstruktur, diharapkan dapat diperoleh data yang valid untuk menilai keberhasilan kegiatan PPM serta menjadi bahan masukan untuk perbaikan dan pengembangan program di masa yang akan datang (Huriah *et al.*, 2023)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan lancar dan antusias di ikuti peserta, dimana dalam kegiatan ini di ikuti Masyarakat umum sekitar di Apotek Arfan Jaya dimana peserta kegiatan ini yaitu 20 orang dan semuanya hadir aktif pada kegiatan pengabdian ini. Serta keikutsertaan pihak apotek ikut antusias, dimana hal ini menunjukkan respon positif dari masyarakat atas kegiatan pengabdian yang di lakukan ini. Kegiatan penyuluhan Manfaat Jeruk Kalamansi sebagai upaya peningkatan pemahaman pada Masyarakat sekitar Apotek Arfan Jaya, Jl. Dempo Raya No.8, Sawah Lebar, Kec. Ratu Agung, Kota Bengkulu, Bengkulu 38222. Kegiatan ini dilakukan pada hari, Sabtu 10 Mei 2025 pukul 17.00 sampai jam 19.00 WIB.

Kegiatan ini dimulai dengan pengenalan tim pengabdian kepada pihak apotek, dilanjutkan dengan pembukaan dari anggota pengabdian. Selanjutnya tim pengabdian kemudian menyampaikan penjelasan mengenai rangkaian kegiatan yang akan dilakukan. Materi utama yang dipaparkan adalah mengenai manfaat jeruk kalamansi bagi kesehatan. Penyampaian materi dilakukan dengan metode individual, disertai dengan pemberian brosur dan sirup jeruk kalamansi dan pengisian kuisioner agar peserta lebih memahami dan terlibat secara aktif.



Gambar 1. Spanduk Kegiatan

Materi yang disampaikan mencakup pengenalan jeruk kalamansi sebagai tanaman herbal lokal yang kaya akan vitamin C dan antioksidan. Dijelaskan pula berbagai manfaat jeruk kalamansi, antara lain sebagai bahan alami untuk meningkatkan daya tahan tubuh, membantu meredakan batuk dan sakit tenggorokan, serta sebagai detoksifikasi tubuh secara alami. Selain itu, dijelaskan pula cara pengolahan jeruk kalamansi menjadi minuman sehat, seperti sirup kalamansi dan campuran dalam teh herbal. Peserta juga diberi informasi mengenai cara penyimpanan dan pengolahan jeruk kalamansi yang baik agar kandungan gizinya tetap terjaga.



Gambar 2. Brosur Materi Manfaat Jeruk Kalamansi

Setelah pemaparan materi tim pengabdian memberikan beberapa soal kuis. Hal ini bertujuan untuk mengevaluasi tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.

Tabel 2. Hasil Kuis

No	Pertanyaan	Paham	Kurang Paham	Persentase
1	Apakah Anda pernah mendengar tentang jeruk kalamansi sebelumnya?	22	0	100%
2	Apakah Anda pernah mengonsumsi jeruk kalamansi?	22	0	100%
3	Apakah Anda tertarik untuk mengonsumsi atau membudidayakan jeruk kalamansi setelah kegiatan ini?	22	0	100%
4	Seberapa besar kemungkinan Anda akan menyarankan jeruk kalamansi kepada orang lain?	22	0	100%
5	Apakah informasi yang diberikan dalam kegiatan ini menambah pengetahuan Anda tentang jeruk kalamansi?	22	0	100%
6	Bagaimana pendapat Anda tentang materi yang disampaikan?	19	3	86%
7	Apakah metode penyampaian mudah dipahami?	20	2	90%
8	Manfaat apa saja dari jeruk kalamansi yang Anda ketahui setelah mengikuti kegiatan ini?	17	5	77%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa masyarakat di sekitar apotek arfan jaya yang mengikuti kuis pemberian materi memiliki pemahaman yang terkait topik manfaat jeruk kalamansi. Setelah pemaparan materi dan pemberian brosur kepada masyarakat mengenai manfaat dari jeruk kalamansi. Bisa dilihat dari tabel 1. Hasil kuis ini, bisa kita lihat dari hasil kuis yang diberikan bahwa masyarakat sudah banyak yang paham mengenai manfaat, penggunaan dan kandungan dari jeruk minyak atsiri.

Namun, terdapat beberapa peserta masyarakat yang belum bisa menjabarkan mengenai manfaat jeruk kalamansi.



Gambar 3. Dokumentasi Bersama

Pengetahuan masyarakat ini disebabkan karena media pemaparan dan intraksi yang diberikan kepada masyarakat disajikan dengan jelas dengan menggunakan bahasa yang sederhana sehingga mudah dipahami oleh masyarakat. Adapun media yang digunakan yaitu brosur. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang manfaat jeruk kalamansi ini sejalan dengan penelitian oleh Herlina (2019) yang menyimpulkan bahwa dengan adanya edukasi mengenai manfaat jeruk kalamansi dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan dalam hal pengolahan jeruk kalamansi dengan berbagai manfaat untuk kesehatan.

### **Kesimpulan**

Jeruk kalamansi adalah buah citrus kecil yang berasal dari Asia Tenggara, dikenal dengan rasa asam segar dan aroma khas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan pada 10 Mei 2025 di Apotek Arfan Jaya berhasil menarik antusiasme 20 peserta dari masyarakat sekitar. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang manfaat jeruk kalamansi, yang kaya akan vitamin C dan antioksidan. Melalui penyuluhan yang interaktif, peserta mendapatkan informasi mengenai manfaat, cara pengolahan, dan penyimpanan jeruk kalamansi. Hasil kuisisioner menunjukkan bahwa 100% peserta telah mengenal dan mengonsumsi jeruk kalamansi, serta menunjukkan ketertarikan untuk membudidayakannya. Meskipun sebagian besar peserta memahami manfaat jeruk kalamansi, beberapa masih kurang mampu menjabarkan informasi tersebut secara detail. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat dan menunjukkan respon positif terhadap upaya pengabdian yang dilakukan.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan ribuan terima kasih dan menyampaikan penghargaan yang amat dalam kepada Apotek Arfan Jaya. Dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggreani, N., & Yeni, R. F. (2020). Analisis Kadar Vitamin C Pada Jeruk Lokal Di Provinsi Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Farmacy*, 7(2), 270-276.
- Herlina, M. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Miskin Pinggiran Hutan: Strategi Meningkatkan Penghasilan Melalui Berkebun Dan Pembuatan Sirup Jeruk Kalamansi. *Edupreneur: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat bidang Kewirausahaan*, 2(1), 19-24.
- Herlina, H., Mulyani, E., & Wulandari, T. (2022). Perbandingan Aktivitas Antioksidan Pada Minuman Infused Water Dari Jeruk Nipis, Jeruk Lemon Dan Jeruk Kalamansi Dengan Metode DPPH. *Jurnal Insan Farmasi Indonesia*, 5(1), 56-65.
- Huriyah, H., Hanafiah, M. A., & Sumartono, E. (2023). Pelatihan Pembuatan Minuman Kalamansi Telang. *Jurnal PADAMU NEGERI (Pengabdian pada Masyarakat Bidang Eksakta)*, 4(1), 19-24.
- Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1-9.
- Noviyanty, Y. (2019). Identifikasi Senyawa Flavonoid dari Ekstrak Etanol Kulit Buah Jeruk Kalamansi (*Citrus x microcarpa Bunge*). *Jurnal Ilmiah Pharmacy*, 6(2), 312-321.
- Ramayana, W., Sari, I. N., Firly, A., & Suhardi, R. T. (2024). Training Need Analysis Pada Apotek Vitka Farma Windsor Kota Batam. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 6(2). 45-51.