

KHASIAT KUNYIT SEBAGAI OBAT TRADISIONAL DAN MANFAAT LAINNYA

Tanaman kunyit mempunyai banyak manfaat dan kegunaan, yaitu sebagai jamu dan obat tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh, pencegahan, perawatan, serta pengobatan berbagai jenis penyakit. Selain itu juga sering digunakan sebagai bumbu, rempah, bahan pangan, pengawet, pewarna, kosmetik, dan bahan baku cat. Kunyit mempunyai peranan yang sangat besar di bidang kesehatan masyarakat, karena khasiatnya sebagai jamu dan obat tradisional yang efektif, murah, dan aman. Kunyit telah dimasukkan dalam daftar prioritas WHO sebagai tanaman obat yang paling banyak dipakai di beberapa negara dan sering disebut dalam buku-buku farmasi serta ditulis sebagai resep obat tradisional maupun resep resmi.

Tanaman kunyit berasal dari Asia Tenggara, diduga dari India dan Indo-Malaysia. Tanaman tersebut banyak ditanam di Bangladesh, Cina, Filipina, India, Indonesia, Jamaika, Sri Lanka, dan Taiwan. Lingkungan tumbuhnya mulai dari dataran rendah sampai ketinggian sekitar 2.000 meter di atas permukaan air laut, baik pada tanah liat maupun berpasir. Pada umumnya kunyit ditanam sebagai tanaman monokultur maupun sebagai tanaman tumpang sari di pekarangan, kebun, maupun hutan.

Kunyit merupakan salah satu jenis tanaman temu-temuan yang termasuk dalam famili Zingiberaceae yang mempunyai batang semu yang dibentuk dari pelepah daun-daunnya. Ketinggian tanamannya dapat mencapai 1,0 - 1,5 meter, tumbuh tegap dan membentuk rumpun seperti semak yang bergerombol. Daunnya tunggal dan bertangkai, berbentuk lancet yang lebar, bertepi rata, ujung dan pangkalnya meruncing, bertulang menyirip,

permukaannya licin, dan berwarna hijau pucat. Panjang daunnya sekitar 20 - 40 cm dan lebarnya sekitar 15 - 30 cm (Gambar 1). Bunganya merupakan bunga majemuk yang berbentuk kerucut yang muncul dari batang semunya. Panjang bunga berkisar antara 10 - 15 cm, berwarna putih sampai kuning muda atau kemerahan. Setiap bunga mempunyai tiga lembar kelopak dan tiga lembar tajuk (Gambar 1).

Bagian utama tanaman kunyit adalah rimpangnya yang merupakan tempat tumbuhnya tunas. Kulit rimpang berwarna kecokelatan dan bagian dalamnya berwarna kuning tua, kuning jingga, atau kuning jingga kemerahan sampai kecokelatan. Rimpang utama berbentuk bulat panjang seperti telur ayam yang merupakan induk rimpang (*bulb*) yang biasa disebut empu atau kunir lelaki. Rimpang induk membentuk cabang yang letaknya lateral yang berbentuk seperti jari (*fingers*) yang lurus atau melengkung. Induk rimpang rasanya agak pahit, getir, kaya akan pigmen dan resin, sedangkan anak rimpang rasanya agak manis dan berbau aromatis.

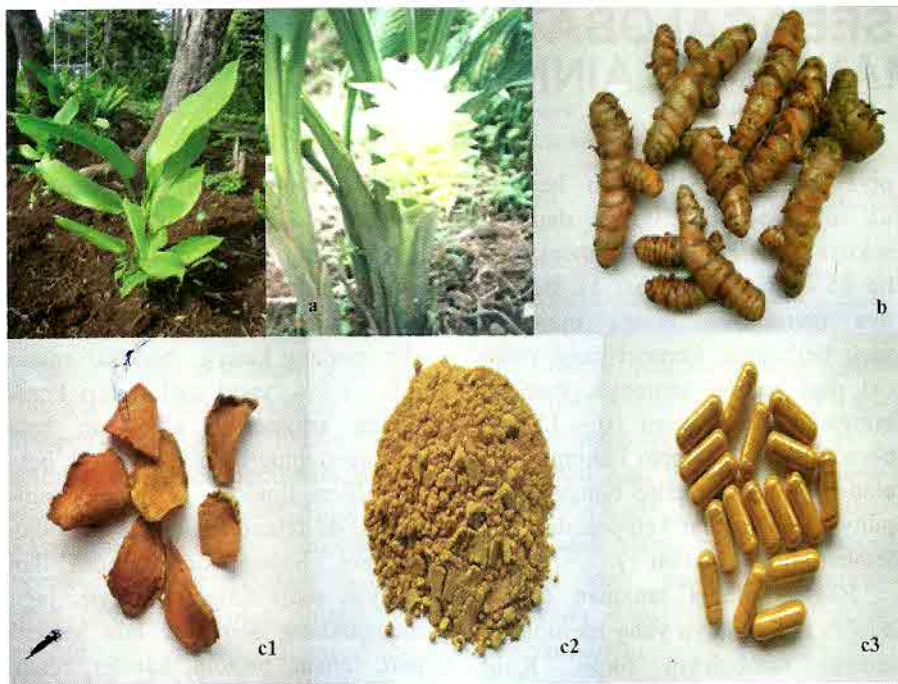
Kandungan Senyawa Kimia Rimpang Kunyit

Senyawa utama yang terkandung dalam rimpang kunyit adalah kurkuminoid dan minyak atsiri. Kandungan kurkuminoid berkisar antara 3,0 - 5,0%, yang terdiri dari kurkumin dan turunannya yaitu demetoksikurkumin dan bisdemetoksikurkumin. Kurkuminoid berbentuk kristal prisma atau batang pendek, membentuk emulsi atau tidak larut dalam air, dan mudah larut dalam aseton, etanol, metanol, bensen, dan khloroform. Senyawa tersebut memberikan fluoresensi warna kuning,

jingga, sampai jingga kemerahan yang kuat di bawah sinar ultra violet yang tidak stabil jika kena sinar matahari dan menjadi stabil apabila dipanaskan. Kandungan minyak atsiri rimpang kunyit berkisar antara 2,5 - 6,0%, yang terdiri dari komponen artumeron, alfa dan beta tumeron, tumerol, alfa atlanton, beta kariofilen, linalol, 1,8 sineol, zingiberen, dd felandren, d-sabinen, dan borneol. Selain kurkuminoid dan minyak atsiri rimpang kunyit juga mengandung senyawa lain seperti pati, lemak, protein, kamfer, resin, damar, gom, kalsium, fosfor, dan zat besi.

Kunyit Sebagai Obat Tradisional

Kunyit mempunyai khasiat sebagai jamu dan obat tradisional untuk berbagai jenis penyakit. Senyawa yang terkandung dalam kunyit (kurkumin dan minyak atsiri) mempunyai peranan sebagai antioksidan, antitumor, antikanker, antimikroba, antipikun, dan antiracun. Secara tradisional kunyit sering digunakan oleh masyarakat di berbagai negara untuk mengobati berbagai jenis penyakit, seperti penyakit yang disebabkan oleh mikroba parasit, gigitan serangga, penyakit mata, cacar, sakit perut (diare, sembelit, kembung), gangguan pencernaan, gangguan hati, asma, menghilangkan gatal-gatal dan penyakit kulit lain, mengurangi rasa nyeri dan sakit pada penderita rematik arthritis. Di beberapa negara seperti di Madagaskar, Cina, India, dan Yunani, kunyit sering digunakan sebagai antiparasit, antiinfeksi, antiperiodik, astringen, diuretik, perangsang, dan tonik. Selain itu juga sebagai obat luka, sakit perut, penyakit hati, dan gangguan saluran kencing.



Gambar 1. Tanaman kunyit a) Rumpun (kiri) dan bunga (kanan) b). Rimpang kunyit, c1) Simplisia, c2) Serbuk dan c3) Kapsul serbuk dari rimpang kunyit

Antioksidan

Antioksidan adalah suatu senyawa yang dapat menangkal senyawa-senyawa radikal bebas. Kunyit dinyatakan dapat mencegah kerusakan akibat senyawa radikal bebas tersebut. Secara *in-vitro* telah dibuktikan bahwa kurkuminoid kunyit dapat menghambat proses peroksidasi lemak pada hati tikus. Kurkumin dilaporkan merupakan antioksidan yang kuat yang daya antioksidannya dinyatakan 8 kali lebih kuat dibandingkan dengan vitamin E. Daya antioksidan dari kurkumin mungkin sebagai penetral senyawa radikal bebas, penghambat enzim reaksi oksidasi seperti sitokrom P-450, menyetop (*chelating* atau *disarming*) proses oksidasi dari ion logam seperti Fe, memadamkan (*quencing*) oksigen, sehingga tidak tersedia untuk reaksi oksidasi.

Antitumor dan antikanker

Secara *in-vitro*, senyawa kurkumin yang terkandung dalam rimpang

kunyit bersifat sitotoksik yang dapat menghambat proliferasi sel-sel kanker dan dapat mengurangi dan menghilangkan bau, rasa gatal dan nyeri, cairan eksudat yang keluar dari luka, dan mengurangi ukuran luka dari kanker. Oleh karena itu, kunyit memungkinkan untuk digunakan sebagai antiradang yang berguna dalam terapi pengobatan tumor dan kanker. Kurkumin juga dapat berpotensi untuk digunakan sebagai *Cox-2 inhibitor* sintetik karena dapat menghambat *Cox-2 enzymes*, sehingga dapat digunakan untuk mengobati penyakit kanker, rematik, arthritis, gout, dan inflamasi.

Antipikun

Aktivitas kunyit sebagai *Cox-2 inhibitor* telah digunakan untuk studi mengenai penyakit *Alzheimer*. Kurkumin diketahui dapat mengurangi inflamasi dan terjadinya kerusakan sel-sel pada otak tikus, sehingga berpotensi untuk digunakan sebagai obat pencegah penyakit *Alzheimer*.

Hasil penelitian membuktikan bahwa orang-orang yang rutin mengkonsumsi makanan yang menggunakan kunyit sebagai salah satu bahan bumbu masaknya mempunyai resiko yang rendah terhadap penyakit *Alzheimer*. Telah dilaporkan bahwa India merupakan negara yang mempunyai jumlah terendah penderita penyakit *Alzheimer* di dunia. Hal ini disebabkan penduduk India banyak mengonsumsi sejenis makanan yang bernama *curry* yang menggunakan kunyit sebagai bahan utama bumbu masaknya.

Penelitian terhadap 1.010 orang yang berusia lanjut antara (60 - 93) tahun, menunjukkan bahwa orang yang sering mengkonsumsi makanan *curry* mempunyai daya ingat yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang jarang atau tidak mengkonsumsinya.

Penurun kadar lemak dan kolesterol dalam darah dan hati

Hasil pengujian secara *in-vivo* membuktikan bahwa aktivitas kurkuminoid selain mengurangi dan mencegah terbentuknya lemak pada sel-sel hati juga menurunkan kandungan kolesterol serta meningkatkan sekresi kolesterol dari hati dan empedu.

Antimikroba, antiseptik, dan anti-inflamasi

Penelitian secara *in-vitro*, *in-vivo*, dan uji klinis telah membuktikan, bahwa kunyit bersifat antimikroba yang dapat menghambat pertumbuhan dan membunuh beberapa jenis jamur, bakteri, dan virus. Senyawa kurkumin yang terkandung dalam rimpang kunyit juga toksik terhadap beberapa jenis bakteri seperti *Staphylococcus aureus*, *Micrococcus pyogenes* var. *aureus*, dan *Micrococcus pyogenes*. Kunyit juga dilaporkan dapat menghambat replikasi dari virus *Human immu-*

nodeficiency virus (HIV). Pada pengujian secara *in-vitro*, ekstrak kunyit dalam eter dan khloroform dapat menghambat pertumbuhan beberapa jamur *dermatophytes*. Sementara ekstrak dalam alkohol dapat menghambat produksi aflatoksin dari jamur *Aspergillus parasiticus*. Oleh karena itu kunyit sering digunakan sebagai antiseptik, obat luka, dan obat berbagai jenis penyakit infeksi seperti cacar, hepatitis, sakit gigi, malaria, bronchitis, borok, radang dan bengkak, obat gingivitis (pembengkakan selaput lendir mulut), serta penyakit kulit lainnya. Kurkumin juga dapat berperan sebagai antiinflamasi, yaitu dapat mengurangi kadar histamin dan menaikkan kortison yang diproduksi oleh kelenjar adrenal. Pemberian kurkumin secara oral efektif dapat mengurangi inflamasi pada binatang percobaan. Kurkumin juga memungkinkan untuk digunakan sebagai antiinflamasi untuk terapi kanker. Selain kurkumin, minyak atsiri kunyit juga berperanan sebagai antiseptik dan antiinflamasi yang lebih kuat dari pada obat kimia *hydrocortisone* yang biasa digunakan untuk mengobati penyakit arthritis dan edema.

Antiracun dan penetral zat yang tidak digunakan oleh tubuh

Kunyit bersifat antiracun, sehingga sering digunakan untuk mengobati keracunan arsenik, luka gigitan serangga, binatang berbisa, dan lintah. Dilaporkan juga bahwa kunyit dapat menetralsir zat-zat yang sudah tidak digunakan oleh tubuh.

Ramuhan Jamu dan Obat Tradisional Berbahan Kunyit

Bahan rimpang kunyit yang digunakan sebagai ramuan jamu atau obat dapat berbentuk simplisia, serbuk, rimpang segar, kapsul ekstrak, kapsul serbuk, atau pil, sedangkan

untuk obat luar biasanya berbentuk salep. Beberapa jenis terapi dan pengobatan penyakit secara tradisional yang menggunakan kunyit segar di antaranya adalah:

1. Asap dari rimpang yang dibakar jika dihisap dapat melegakan hidung yang tersumbat.
2. Pasta dari bunga dapat digunakan untuk obat cacing, penyakit kulit, dan penyakit kelamin (*gonorrhoea*).
3. Ramuan jamu *kunyit asam* yang merupakan campuran rimpang kunyit dan asam jawa (*Tamarindus indica* L.) serta gula merah dapat digunakan untuk menghilangkan bau keringat, rasa sakit pada waktu menstruasi, dan rasa pegal-pegal atau nyeri pada persendian tulang.
4. Rebusan rimpang yang ditambah dengan gula dan susu dapat digunakan sebagai pendingin dan obat penyakit kuning.
5. Rimpang yang dimasak bersama jeringau, cuka lunak, kuning telur, baik digunakan untuk membersihkan setelah melahirkan dan menyembuhkan ngilu pada waktu buang air kecil.
6. Rimpang yang diiris-iris yang dicampur dengan gambir dan diseduh dengan air mendidih digunakan untuk obat kumur gusi dan gigi yang membengkak.
7. Parutan rimpang yang dicampur dengan asam dan tawas, dapat digunakan untuk mengobati luka.
8. Rimpang yang digiling halus dapat digunakan untuk mengobati bengkak dan rematik.
9. Air sari rimpang yang dimasak digunakan untuk kompres dan cuci mata dan untuk mengurangi rasa nyeri dan panas pada mata.
10. Air perasan rimpang yang dicampur madu digunakan untuk obat penyakit kuning.

Manfaat Lain Dari Kunyit

Selain pemanfaatannya sebagai jamu dan obat tradisional, kunyit juga sering digunakan sebagai bumbu dan rempah, bahan pangan, pengawet makanan, pewarna alami, kosmetik, dan bahan untuk upacara adat.

Bumbu dan rempah

Anak rimpang kunyit (*finger*) rasanya agak manis dan berbau aromatis, sehingga sering digunakan sebagai bahan utama bumbu dan rempah pemberi cita rasa dan aroma pada makanan dan minuman. Rasa dan aroma tersebut disebabkan karena kandungan minyak atsirinya. Kunyit sering digunakan sebagai salah satu bahan utama bumbu pada masakan ikan dan daging, karena dapat menghilangkan bau anyir. Di Sumatra Barat, daunnya sering digunakan sebagai bahan utama bumbu untuk memasak daging rendang. Di Amerika Serikat dan Inggris, serbuknya biasa digunakan secara langsung sebagai bahan bumbu berbagai masakan. Di India, serbuk kunyit sering digunakan sebagai bahan dasar bumbu sejenis makanan yang disebut *Curry*. Sementara di Maroko, sering digunakan untuk bumbu sejenis makanan yang disebut *Harira soup*.

Pewarna alami

Rimpang kunyit terutama induknya (*bulb*) banyak mengandung senyawa pigmen. Sebelum ditemukan bahan pewarna sintetis, kunyit sering digunakan sebagai bahan pewarna alami untuk berbagai jenis makanan, kosmetik, obat, bahan-bahan tekstil dan batik, kertas, anyaman tikar, dan bahan kerajinan lainnya.

Bahan kosmetik

Kunyit bersifat mendinginkan, membersihkan, menghilangkan bau

