

## Pembuatan Produk Mie “Kekar” Daun Kelakai (*Stenochlaena palustris*) Dan Buah Karamunting (*Melastoma malabathricum*) Pada Kelompok Ibu-Ibu Pengajian Di Kelurahan Menteng Palangka Raya

Nursiah, Mohamad Rozik, Maryani\*

Fakultas Pertanian, Universitas Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

\*Korespondensi: [maryani@fish.upr.ac.id](mailto:maryani@fish.upr.ac.id)

### Abstrak

Pengetahuan masyarakat yang ada di Kelurahan Menteng terhadap pemanfaatan tanaman Kelakai (*Stenochlaena palustris*) dan Karamunting (*Melastoma malabathricum*) masih sangat minim, padahal nilai ekonomis kelakai dapat ditingkatkan lagi dengan cara melakukan inovasi pengembangan produk pengolahannya. Daun kelakai dapat diolah menjadi mie kelakai. Sedangkan buah karamunting dengan memanfaatkan zat warna alam yang dikandungnya dapat diolah menjadi pewarna pada produk mie dari daun kelakai yang dihasilkan. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mitra yakni ibu-ibu kelompok pengajian di Kelurahan Menteng, Kota Palangka Raya tentang diversifikasi produk olahan dari sumber daya lokal yakni daun kelakai dan karamunting menjadi produk pangan. Kegiatan ini dilaksanakan di Kelurahan Menteng Kecamatan Jekan Raya Kota Palangka Raya Kalimantan Tengah. Metode yang dipakai dalam pencapaian tujuan tersebut adalah pemberdayaan partisipatif aktif masyarakat melalui kerjasama dengan mitra yakni transfer ilmu dan teknologi melalui kegiatan penyuluhan diversifikasi produk olahan pangan dengan menerapkan konsep pemanfaatan sumberdaya lokal. Hasil penilaian pretes dan postes kegiatan menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan dengan rerata sebesar 59%. Kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mitra dalam mengolah bahan lokal menjadi olahan pangan yang akan menunjang ketahanan pangan.

**Kata Kunci:** Daun kelakai; buah karamunting; produk olahan

### Abstract

The knowledge of the people in Menteng Subdistrict regarding the use of Kelakai (*Stenochlaena palustris*) and Karamunting (*Melastoma malabathricum*) plants is still very minimal, even though the economic value of kelakai can be further increased by innovating the development of processing products. Kelakai leaves can be processed into kelakai noodles. Meanwhile, karamunting fruit, by utilizing the natural dyes it contains, can be processed into coloring for noodle products from the kelakai leaves produced. The aim of this community service is to increase the knowledge and skills of partners, namely the women of the Koran study group in Menteng Village, Palangka Raya City regarding the diversification of processed products from local resources, namely kelakai and karamunting leaves into food products. This activity was carried out in Menteng Village, Jekan Raya District, Palangka Raya City, Central Kalimantan. The method used to achieve this goal is active participatory empowerment of the community through collaboration with partners, namely the transfer of knowledge and technology through outreach activities on the diversification of processed food products by applying the concept of utilizing local resources. The results of the pre-test and post-test activity assessments showed that there was an increase in knowledge with an average of 59%. This activity can increase partners' knowledge and skills in processing local ingredients into processed food that will support food security.

**Keywords:** Kelakai leaves; karamunting fruit; processed products

---

Submit: Februari 2023

Diterima: September 2023

Publis: November 2023



Amaliah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY-NC-ND 4.0)

## 1. Pendahuluan

Kelakai merupakan tanaman paku-pakuan yang hidup dilahan gambut dan banyak ditemukan di Kota Palangka Raya Propinsi Kalimantan Tengah yang memiliki struktur tanah gambut. Habitat tanaman kelakai ini memang di daerah yang basah dan tergenang (Sutomo et al., 2010). Kelakai merupakan salah satu tumbuhan khas hutan rawa yang memiliki keragaman nutrisi dan khasiat. Manfaat dari mengkonsumsi tanaman kelakai sangat banyak yaitu sebagai obat diare, pereda demam, mengobati sakit kulit dan masyarakat dayak mempercayai bahwa kelakai bisa digunakan untuk obat penambah darah dan obat awet muda. Selama ini bagian kelakai yang dikonsumsi oleh masyarakat dan dipercayai sebagai bahan obat tradisional adalah bagian daun. Banyak penelitian yang sudah dilakukan untuk membuktikan kebenaran khasiat yang dimiliki oleh daun kelakai. Beberapa penelitian membuktikan bahwa daun kelakai mengandung zat aktif yaitu zat besi (Fe), kalsium, vitamin C, dan vitamin A (David, 2018; Liu et al., 1999).

Tanaman karamunting jika dilihat dari kandungan flavonoid yang dimiliki buah kamunting, maka buah ini berpotensi untuk dijadikan zat warna alam pada makanan. Penampilan buah karamunting yang berwarna ungu menunjukkan ada pewarna alami yang terkandung didalamnya (Jumiati et al., 2017; Sinaga et al., 2019). Zat warna alam (pigmen) adalah zat warna yang secara alami terdapat dalam tanaman maupun hewan. Zat warna alam dapat dikelompokkan sebagai warna hijau, kuning, dan merah. Penggunaan zat warna alam untuk makanan dan minuman tidak memberikan kerugian bagi kesehatan, seperti halnya zat warna sintetis yang semakin banyak penggunaannya. Diantara zat warna sintetis yang sangat berbahaya untuk kesehatan sehingga penggunaannya

dilarang adalah zat warna merah rhodamin B. Di Indonesia, terdapat kecenderungan penyalahgunaan pemakaian zat pewarna untuk berbagai bahan pangan, misalnya zat warna untuk tekstil dan kulit dipakai untuk mewarnai bahan makanan. Hal ini sangat berbahaya bagi kesehatan karena adanya residu logam berat pada zat pewarna tersebut. Zat warna merah yang banyak terdapat di alam dikelompokkan kedalam dua golongan yaitu karotenoid dan antosianin. Antosianin tergolong pigmen yang disebut flavonoid yang pada umumnya larut dalam air. Warna pigmen antosianin berwarna merah, biru, violet dan biasanya dijumpai pada bunga, buah-buahan dan sayur-sayuran. Salah satu senyawa flavonoid yang terkandung dalam buah karamunting adalah antosianin. Antosianin diketahui dapat berfungsi sebagai antioksidan (Jordheim, 2007; Sari et al., 2018).

Tanaman kelakai dan karamunting mudah ditemukan di sekitar lahan basah, salah satunya di daerah Kelurahan Menteng, Kecamatan Jekan Raya Kota Palangka Raya. Kelakai ini oleh masyarakat setempat juga dimanfaatkan masyarakat menjadi sayur dan biasa dijual dalam keadaan segar Rp.2.000/ikat dan karamunting merupakan tanaman yang tumbuh liar dan bisa dikonsumsi langsung karena buahnya memiliki rasa yang manis, yang biasanya sangat disukai oleh anak-anak setempat. Pengetahuan masyarakat setempat terhadap pemanfaatan tanaman kelakai dan karamunting sangat minim, padahal nilai ekonomis kelakai dapat ditingkatkan lagi dengan cara melakukan inovasi pengembangan produk pengolahannya. Daun kelakai dapat diolah menjadi keripik kelakai, mie kelakai dan pembuatan olahan roti dengan memanfaatkan tepung kelakai. Sedangkan buah karamunting dengan memanfaatkan zat warna alam yang dikandungnya dapat diolah menjadi sirup karamunting, mie karamunting dan selai karamunting.

Pengolahan diversifikasi produk tanaman pangan khas rawa ini cukup sederhana dan teknologi yang digunakan tidak rumit.

Di Kelurahan Menteng, Kota Palangka Raya terdapat sekelompok ibu-ibu pengajian yang beranggotakan sekitar 20 orang dengan latar belakang ibu rumah tangga dan pedagang kecil. Keluarga anggota kelompok pengajian ini tergolong menengah ke bawah dengan kisaran penghasilan Rp2.000.000 s/d 3.000.000/bulan. Anggota kelompok pengajian sangat tertarik mengolah potensi alam di sekitar Kelurahan Menteng namun mereka belum memiliki keterampilan yang dapat meningkatkan nilai jual produk olahan pangan, sehingga diperlukan kegiatan yang dapat membuka pola pikir dan peningkatan keterampilan dengan teknologi yang mudah dan sederhana serta sikap masyarakat untuk melakukan kegiatan penganekaragaman fungsi tanaman kelakai dan karamunting yang bahan bakunya sangat mudah didapat di sekitar Kelurahan Menteng. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kelompok pengajian di Kelurahan Menteng mengenai pengolahan diversifikasi olahan pangan tanaman khas lahan basah yaitu pengolahan mie yang memanfaatkan tanaman daun kelakai dan buah karamunting.

## 2. Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui pelatihan dan pendampingan. Pada kegiatan pelatihan ini melibatkan 2 orang mahasiswa dan peserta pelatihan adalah kelompok ibu-ibu pengajian Kelurahan Menteng sebanyak 25 orang. Dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini, tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi:

### *Tahapan Persiapan*

Pada tahap persiapan ini, tim melakukan penyiapan sarana prasarana

pelaksanaan kegiatan seperti peralatan standar minimal yang dimiliki oleh mitra sasaran dalam pengembangan usaha.

### *Tahap Pelatihan Produksi*

Pelatihan produksi ini diberikan kepada kelompok mitra dimulai dari pemilihan bahan baku olahan dan pelatihan cara pengolahan bahan daun kelakai dan buah karamunting. Kegiatan ini bersifat aktif dengan melibatkan peran mitra dalam proses pengolahan produksi. Materi dalam pelatihan ini diberikan kepada setiap peserta pelatihan untuk mempermudah peserta mencoba mengulang kembali secara mandiri sesuai dengan panduan materi yang diberikan.

### *Pendampingan*

Setelah pelatihan dilaksanakan, kelompok mitra didampingi sampai pada tingkat terampil. Target dari pendampingan yang dilakukan kepada kelompok mitra adalah mitra telah terampil mengolah produk mie "KEKAR" yang terbuat dari daun kelakai dan buah karamunting dan berinovasi dengan produk olahan sehingga mampu memodifikasi olahan dengan rasa yang khas.

### *Tahapan Pelatihan*

Pelatihan akan dilakukan dengan metode praktek langsung dengan masyarakat tentang cara pelaksanaan pengolahan mie "KEKAR" dari daun kelakai dan buah karamunting. Tahapan pelatihan ini dilakukan dengan urutan proses sebagai berikut:

#### **a. Penyediaan Alat dan Bahan**

Alat yang digunakan dalam pembuatan mie kelakai dan karamunting yaitu: Markatto (alat pencetak & pemotong mie), oven, baskom /wadah plastik, rol kayu, panci, kompor, ayakan, kuas, sealer dan plastik sealer untuk pengemasan. Sedangkan bahan-bahan yang diperlukan antara lain adalah: mie

kelakai bahan: 1 kg tepung terigu, 5 butir telur ayam, minyak sayur secukupnya, garam secukupnya, daun kelakai yang telah menjadi sari, dan buah karamunting yang telah menjadi sari.

### b. Prosedur Kerja

Cara pembuatan mie “KEKAR” terdiri dari beberapa tahap, antara lain:

- a) Bahan-bahan disiapkan dan ditimbang sesuai kebutuhan dalam formulasi (resep) untuk memudahkan penanganan formula didasarkan pada total tepung 500 gram.
- b) Semua bahan kering (terigu dan tepung sagu) dicampur rata dalam wadah /baskom) sedangkan garam dan daun kelakai/buah karamunting dilarutkan dalam air.
- c) Buat lekukan (sumur) ditengah-tengah tepung dalam wadah dan isi dengan telur, air dan bahan cair lainnya.
- d) Campur semua bahan secara perlahan-lahan dengan tangan atau sendok sampai semua bahan tercampur sempurna dan terbentuk adonan.
- e) Adonan dikeluarkan dari baskom /wadah lalu “diadoni” atau “diuleni” dengan tangan sampai terbentuk adonan yang kalis /sempurna.
- f) Pengadonan dapat dilakukan dengan menekan-nekan adonan di atas meja menggunakan kayu. Adonan kalis dibulatkan, ditutup plastik dan didiamkan  $\pm 30$  menit, lalu diadoni lagi  $\pm 5$  menit. Adonan dipotong-potong atau dibagi – bagi menjadi  $\pm 100$  gram, dibentuk bulat dan dipipihkan dengan roll kayu sampai ketebalan  $\pm 1,5$  cm.
- g) Lembaran adonan ditipiskan dengan markatto (alat pembuat mie) di mulai dari ketebalan No. 1 sampai No. 4.
- h) Lembaran adonan dipotong dengan markatto atau alat lainnya membentuk talitali mi. Sampai tahap ini, mie yang dihasilkan adalah mie mentah (raw/fresh noodle) yang siap diolah

menjadi bermacam-macam masakan yang diinginkan.

- i) Untuk mendapatkan mie basah (boilled/wet noodle), mie mentah direbus dalam air mendidih sambil diaduk perlahan-lahan selama sekitar 3 menit. Mie diangkat dan didinginkan dengan cara mencuci di bawah air mengalir sampai air cucian jernih, lalu diolesi minyak goreng supaya tali-tali mi tidak lengket.
- j) Untuk mendapatkan mie kering, mie mentah dikeringkan dengan cara penjemuran atau diangin-anginkan atau juga dikeringkan dalam oven pada suhu  $\pm 50^{\circ}\text{C}$ .
- k) Untuk mendapatkan mie instant, mie basah dikukus (diteam) lalu digoreng atau dikeringkan dengan penjemuran atau dengan cara dioven.

### 3. Hasil Dan Pembahasan

Sebagai makanan alternatif pengganti nasi, mie sangat populer dikalangan masyarakat karena selain harganya murah, cara pengolahan dan penyajiannya pun juga mudah. Mie mengandung karbohidrat, yang menyumbang energi pada tubuh sehingga mi dapat dijadikan sebagai makanan pengganti nasi. Mie merupakan salah satu sumber pangan yang disukai oleh masyarakat, teksturnya yang lembut, rasanya yang enak, jika diberi kuah dengan dengan penambahan bumbu-bumbu maka akan menggugah selera konsumen apalagi dihidangkan dalam keadaan panas.

Produk-produk mie saat ini telah mengalami perkembangan dengan variasi campuran antara terigu sebagai bahan baku utama dengan bahan-bahan lain seperti umbi-umbian, kacang-kacangan dan sayur-sayuran yang tentu saja dapat meningkatkan kandungan gizi mie. Penambahan tanaman kelakai dan buah karamunting dalam pembuatan mie

“KEKAR” ini dapat meningkatkan kandungan gizi dari mie yang diproduksi

Kegiatan pengabdian yang dilakukan meliputi penyuluhan dalam bentuk ceramah yang dilakukan di ruang tertutup dengan dilengkapi media presentasi (LCD) tentang Penyuluhan tentang 1) Penyuluhan tentang pemanfaatan sumberdaya lokal sebagai bahan pangan; 2) Penyuluhan tentang khasiat tanaman kelakai dan buah karamunting.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Praktek Pembuatan Mie “KEKAR” di Kelompok Ibu-Ibu Pengajian

Kalimantan Tengah mempunyai luas sekitar 15,4 juta hektar yang terdiri dari beberapa agroekosistem yang mendukung pertumbuhan berbagai jenis tanaman sehingga tidaklah berlebihan kalau daerah ini dikatakan sebagai daerah dengan keragaman plasma nutfah yang tinggi. Salah satu jenis tanaman yang termasuk plasma nutfah dan merupakan sumber pangan yaitu kelakai (*Stenochlaena palutris*).

Kelakai merupakan tanaman jenis pakis atau paku-pakuan, termasuk dalam famili pteridaceae yang banyak tumbuh dan berkembang di Kalimantan Tengah. Tanaman ini mempunyai masa panen yang relatif singkat (4-6 hari) artinya dalam jangka waktu tersebut dapat dilakukan panen kembali, dan tumbuh baik pada daerah-daerah yang mempunyai kelembaban tinggi seperti lahan gambut (Shinta & Atyk, 2011). Di Kalimantan Tengah, luas area tumbuh tanaman ini diperkirakan mencapai ribuan hektar yang tersebar dalam bentuk spot-spot di beberapa Kabupaten, seperti Gunung Mas, Katingan, Barito Timur, dan Barito Utara.

Belum banyak penelitian tentang kelakai, namun dilaporkan bahwa kelakai mengandung Fe yang tinggi dan kaya vitamin C dan beta-karotin (Chai et al., 2012). Dari aspek ekonomi, tanaman ini juga mampu memberikan tambahan penghasilan bagi masyarakat pencari kalakai. Di pasar tradisional Kalimantan Tengah, setiap ikat (sekitar 200 g) kelakai berharga Rp 1.000,- hingga Rp 1.500,-.

Karamunting (*Rhodomlyrtus tomentosa* (Aiton) merupakan tanaman liar berkayu yang termasuk ke dalam famili Myrtaceae (jambu-jambuan). Karamunting mempunyai nama yang berbeda di beberapa daerah antara Kalamunting (Pekanbaru), Haramunting (Sumatera Utara), dan Harendong Sabrang (Jawa Barat). Buah karamunting sering dijumpai di pasar tradisional.

Ekstrak antosianin dari buah karamunting dilaporkan mempunyai aktivitas antioksidan yang kuat (Indriyani, 2014). Antioksidan diperlukan untuk mencegah atau mengurangi penyakit akibat radikal bebas. Radikal bebas adalah molekul yang kehilangan pasangannya, bersifat tidak stabil dan berusaha mencari pasangan dengan menempel pada sel sehat yang sudah berpasangan. Radikal bebas dihasilkan oleh tubuh manusia sebagai produk sampingan pada proses

pembentukan energi. Selain itu, faktor eksternal seperti perubahan lingkungan, sinar ultra violet, asap rokok, pemicu radikal dalam makanan dan polutan lain juga berperan dalam perkembangan radikal bebas (Hoe et al., 1999).

Kelompok ibu-ibu pengajian yang ada di Kelurahan Menteng ini sangat antusias dalam mengikuti atau praktek langsung pembuatan mie “KEKAR” dari tanaman Kelakai dan buah Karamunting ini. Dengan adanya pelatihan ini Ibu-Ibu Pengajian di Kelurahan Menteng mengerti bagaimana mengolah produk pangan dengan menerapkan konsep pemanfaatan sumberdaya lokal agar meningkatkan nilai jual. Kegiatan ini dilakukan oleh 2 orang dosen yang berasal dari Fakultas Pertanian Jurusan Kehutanan dan Jurusan Perikanan dan dibantu oleh 2 orang mahasiswa di lingkungan Fakultas Pertanian, Universitas Palangka Raya.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mendapat sambutan hangat dengan kedatangan Tim Pengabdian yang diharapkan mampu memberi ilmu yang bermanfaat dan saling bantu membantu demi kesuksesan program kegiatan ini. Kegiatan yang diawali dengan pengenalan/ramah tamah ini mendapat respon yang begitu baik dari masyarakat dengan banyak yang menghadiri kegiatan ini. Pada kegiatan ceramah dapat berjalan dengan baik dapat dilihat kejelasan materi yang disampaikan Tim Pengabdian dan keseriusan Kelompok ibu-ibu Pengajian dalam mendengarkan informasi.

Indikator keberhasilan kegiatan praktek salah satunya adalah respon positif dari peserta terhadap materi yang diberikan serta merasakan manfaat dari kegiatan tersebut. Keberhasilan kegiatan ini diukur menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada peserta. Berdasarkan hasil kuesioner diketahui bahwa persepsi peserta tentang bahan pangan lokal dan pemanfaatan bahan pangan lokal dari

tanaman kelakai dan buah karamunting dapat digunakan sebagai bahan pangan dalam pembuatan mie. Umumnya peserta telah mengetahui tentang bahan pangan lokal namun tidak ada peserta yang mengetahui bahwa daun kelakai dan buah karamunting dapat dimanfaatkan sebagai bahan dalam pembuatan mie, mereka hanya mengetahui bahwa beberapa tanaman yang dapat dijadikan bahan dalam pembuatan mie seperti bayam, buah naga, dan wortel. Hal ini didasarkan pada respon peserta saat ditanya mengenai pemanfaatan daun kelakai dan buah karamunting sebagai bahan pembuatan mie saat materi dan tutorial diberikan. Sebagian kecil peserta, memanfaatkan daun kelakai sebagai sayur dan dijadikan keripik kelakai sedangkan buah karamunting hanya dapat dikonsumsi langsung.

Semua peserta dalam pelatihan ini mengatakan mendapat pengetahuan dan wawasan baru tentang daun kelakai dan buah karamunting dan juga tentunya ketrampilan dan pengalaman baru untuk membuka peluang usaha baru.

Untuk meyakinkan kembali bahwa pelatihan pengolahan daun kelakai dan buah karamunting pada produk pangan mie ini memang baru pertama kali dilakukan dan diberikan kepada peserta, tim menanyakan hal ini di kuisisioner yang dibagikan. Semua peserta pelatihan menjawab memang belum pernah ada kegiatan praktek pengolahan mie memanfaatkan daun kelakai dan buah karamunting sebelumnya.

Tabel 2. Hasil Penilaian Pre Test dan Post Test pada Tahap Pembekalan Teori

Parameter yang diukur	Pre-test	Post-test	Peningkatan
Pemahaman bahan pangan lokal	70%	90%	20%
Pemahaman pemanfaatan daun kelakai	60%	90%	30%

Pemahaman pemanfaatan buah karamunting	40%	90%	50%
Pemahaman pengolahan mie	20%	90%	70%
Pemahaman pemanfaatan daun kelakai dan buah karamunting sebagai bahan pembuatan mie	0%	80%	80%
Pemahaman pengolahan mie dengan memanfaatkan daun kelakai dan buah karamunting	0%	80%	80%
Pemahaman alternative usaha yang bisa dilakukan dengan memanfaatkan daun kelakai dan buah karamunting pada pembuatan mie	0%	80%	80%
Rerata	27%	86%	59%

Persepsi peserta tentang peluang usaha pemanfaatan daun kelakai dan buah karamunting sebagai sebagai bahan dalam pembuatan mie tidak ada sebelum diberikan pelatihan. Setelah diberikan materi mengenai manfaat buah keramunting dan kandungannya yang kaya antioksidan, motivasi membuka usaha mie yang memanfaatkan daun kelakai dan buah keramunting dievaluasi dengan kuesioner. Berdasarkan hasil kuisisioner didapatkan bahwa peserta tertarik terhadap pelatihan yang dilaksanakan. Selanjutnya, sebagian besar peserta bersedia diberikan pendampingan oleh tim untuk membuka usaha dengan memanfaatkan daun kelakai dan buah keramunting dalam menghasilkan produk mie.

Pada pelaksanaan kegiatan praktek langsung pembuatan produk mie “KEKAR” juga berjalan dengan baik dan mendapat respon yang positif dilihat dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh peserta kegiatan. Proses pembuatan mie “KEKAR” dari tanaman kelakai dan

karamunting ini dapat dilakukan oleh peserta dengan baik karena proses pembuatan yang sederhana, bahan mudah didapatkan dan biaya tidak terlalu mahal.

Dengan adanya kegiatan ini diharapkan masyarakat mengetahui pemanfaatan produk natural menjadi produk olahan, serta proses pengolahan hasil pertanian tersebut sehingga bisa menjadi sebuah produk yang bisa dikomersilkan.

#### 4. Kesimpulan

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah pengetahuan ibu-ibu kelompok pengajian tentang melakukan inovasi pengembangan produk pengolahan tanaman Kelakai (*Stenochlaena palustris*) dan Karamunting (*Melastoma malabathricum*) terjadi peningkatan dengan rerata sebesar 59%. Terciptanya diversifikasi olahan pangan tanaman khas lahan basah yaitu pengolahan mie yang memanfaatkan tanaman daun kelakai dan buah karamunting yang akan menunjang ketahanan pangan.

#### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Palangka Raya khususnya Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) UPR yang telah memberikan alokasi dana untuk pelaksanaan kegiatan ini. Selain itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kelompok mitra ibu-ibu pengajian Kelurahan Menteng Kota Palangka Raya yang sangat membantu dalam pelaksanaan kegiatan ini.

#### Referensi

Chai, T. T., Panirchellvum, E., Ong, H. C., & Wong, F. C. (2012). Phenolic Contents And Antioxidant Properties of *Stenochlaena palustris* an Edible Medicinal Fern . *Botanical Studies*, 439-446.

- David, W. (2018). *Kelakai, Sayur Lokal dengan Sejuta Khasiat Pengobatan*. Indonesia: Kompasiana.
- Hoe, V. B., & Siong, K. H. (1999). The nutritional value of indigenous fruits and vegetables in Sarawak. *Asia Pac J Clin Nutr*, 24-31.
- Indriyani, N. L. (2014). *Karamunting, Si Kaya Manfaat*. Indonesia: Balai Penelitian Buah Tropika Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian Kementerian Pertanian.
- Jhordeim, M. (2007). *Isolation, Identifikation and Poperties of Pyranoanthocyanins and Anthocyanin Form*. Norway: Department of Chemistry University of Bergen.
- Jumiati, E., Mardiana, & Abdiani, I. M. (2017). Pemanfaatan Buah Karamunting Sebagai Pewarna Alami Makanan. *Agrifor*, 163-170.
- Liu, H., Orjala, J., Sticher, O., & Rali, T. (1999). Acylated flavonol glycosides from leaves of *Stenochlaena palustris*. *Journal of Natural Products*, 70-75.
- Sari, E. R., Hilma, & Cendrakasih, A. (2018). Penentuan aktivitas antioksidan ekstrak biji dan daging buah karamunting (*Rhodomyrtus tomentosa*) Hassk menggunakan metode DPPH. *Scientia Jurnal Farmasi dan Kesehatan*, 37-43.
- Shinta, & Atyk. (2011). *"Kalakai" Sayuran Lokal Potensial dan Kaya Manfaat*. Kalimantan Tengah: BPTP Badan Litbang Pertanian Kementerian Pertanian.
- Sinaga, E., Rahayu, S. E., Suprihatin, & Yenisbar. (2019). *Potensi Medisinal (Rhodomyrtus tomentosa)*. Indonesia: UNAS Press.
- Sutomo, B., & Anggraini, D. Y. (2010). *Makanan Sehat Pendamping ASI*. Jakarta: Demedia Pustaka.