

Penyuluhan Tanaman Tradisional untuk Swamedikasi di Desa Kalisoro Kecamatan Tawangmangu Kabupaten Karanganyar

Hanugrah Ardy C*¹, Agnes Prawistiyasari², Arwin Muhlisoh³

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta, Indonesia

*e-mail: hanugrahardya8@gmail.com¹, agnestiasari@gmail.com², arwin.muhlisoh@yahoo.com³

Abstrak

Untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat dan keanekaragaman tanaman herbal yang ada di Indonesia dengan memanfaatkan tanaman yang mudah di dapatkan untuk itu masyarakat perlu adanya kegiatan penyuluhan tanaman tradisional untuk swamedikasi di Desa Kalisoro Kecamatan Tawangmangu Kabupaten Karanganyar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang dengan melakukan penyuluhan tentang manfaat tanaman jahe yang dapat dibuat dalam beberapa sediaan salah satunya adalah ekstrak jahe (Zingiber Officinale) metode kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan secara offline dengan presentasi dan demonstrasi terkait pembuatan dan manfaat ekstrak jahe untuk swamedikasi yang diikuti oleh 30 warga masyarakat desa Kalisoro. Target dari kegiatan ini adalah warga desa Kalisoro akan mendapatkan tambahan pengetahuan serta memperoleh manfaat dan kegunaan tanaman tradisional jahe untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini masyarakat antusias, serta berperan aktif dalam kegiatan pengabdian.

Kata Kunci: Ekstrak, Tanaman Tradisional, Zingiber Officinale

Abstract

To improve the health status of the community and the diversity of herbal plants in Indonesia by utilizing plants that are easily available, the community needs traditional plant counseling activities for self-medication in Kalisoro Village, Tawangmangu District, Karanganyar Regency. This community service activity is designed by conducting counseling about the benefits of ginger plants that can be made in several preparations, one of which is ginger extract (Zingiber Officinale). 30 residents of Kalisoro village. The target of this activity is that the residents of Kalisoro village will get additional knowledge and gain the benefits and uses of traditional ginger plants to improve the health status of the community. As a result of this community service, the community is enthusiastic, and plays an active role in service activities.

Keywords: Extract, Traditional Plant, Zingiber Officinale

1. PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia sejak zaman dahulu kala menggunakan ramuan obat tradisional Indonesia sebagai upaya pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan. Ramuan obat tradisional Indonesia tersebut dapat berasal dari tumbuhan, hewan dan mineral, namun umumnya yang digunakan adalah dari tumbuhan (Kepmenkes, 2017).

Perkembangan pelayanan kesehatan tradisional menggunakan ramuan ini kian pesat, terbukti dari hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 bahwa persentase penduduk Indonesia yang pernah mengonsumsi jamu sebanyak 59, 12% yang terdapat pada kelompok umur di atas 15 tahun, baik laki-laki maupun perempuan, di pedesaan maupun di perkotaan dan 95, 60% merasakan manfaatnya. Persentase penggunaan tumbuhan obat berturut-turut adalah jahe 50, 36%, kencur 48, 77%, temulawak 39, 65% meniran 13, 93% dan mengkudu 11,17%.

Bentuk Sediaan jamu yang paling banyak disukai penduduk adalah cairan, diikuti berturut-turut seduhan/serbuk, rebusan/ rajangan dan bentuk kapsul/ pil/ tablet. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 menunjukkan bahwa rumah tangga yang memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional 30, 40% diantaranya memilih keterampilan tanpa alat 77,80% dan ramuan 49, 00%. Dengan berbagai pertimbangan masyarakat dapat menggunakan swamedikasi (pengobatan mandiri), definisi swamedikasi adalah pemilihan dan penggunaan obat modern, herbal maupun obat tradisional oleh seorang individu untuk mengatasi suatu penyakit atau gejala penyakit (WHO, 2010).

Beberapa tanaman herbal di Indonesia dapat dimanfaatkan untuk pengobatan atau pencegahan penyakit salah satunya adalah *Zingiber officinalis Rhizoma*, dapat digunakan sebagai anti peradangan, antibakteri, antipiretik, sitotoksik dan analgesik (BPOM, 2012). Bahan jahe dapat dikonsumsi secara diparut atau diperas, serbuk rimpang diseduh, direbus, sediaan ekstrak. Sediaan Ekstrak adalah sediaan kering, kental atau cair yang dibuat dengan cairan penyari simplisia menurut cara yang cocok, duluar pengaruh cahaya matahari langsung. Ekstrak kering harus mudah digerus menjadi serbuk (BPOM, 2019). Karena mudahnya mendapatkan bahan tradisional seperti jahe diharapkan warga masyarakat desa Kalisoro dapat menggunakan / mengkonsumsi manfaat jahe untuk mengurangi gejala penyakit serta meningkatkan status kesehatan.

Swamedikasi merupakan salah satu bagian dari *self care* yang dilakukan manusia untuk dirinya sendiri demi meningkatkan dan memelihara kesehatan, mencegah dan menghadapi penyakit. Swamedikasi adalah pemilihan dan penggunaan obat modern, herbal naupun obat tradisional oleh seorang individu untuk mengatasi penyakitnya (WHO, 2008)

Tawangmangu merupakan dataran tinggi kawasan pegunungan sehingga pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat dimana masyarakat lebih menyukai bahan herbal untuk dikonsumsi sehari-hari, selain untuk menghangatkan tubuh di musim hujan serta bahan jahe mudah di dapatkan di pasar tradisional ataupun dari tanaman obat keluarga masyarakat.

2. METODE

Metode pelaksanaan di lakukan secara langsung kepada masyarakat dengan presentasi, demonstrasi pembuatan ekstrak jahe serta disuksi dengan warga masyarakat yang diikuti 30 warga masyarakat yang diselenggarakan di balai pertemuan, tahapan kegiatan penyuluhan di mulai dengan pendahuluan, pembukaan acara oleh moderator, menjelaskan mekanisme kegiatan, selanjutnya pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat di sampaikan oleh pemateri terkait dengan latar belakang tanaman tradisional, swamedikasi, kegunaan tanaman tradisional untuk kesehatan, cara pembuatan ekstrak jahe, tahapan selanjutnya adalah sesi tanya jawab serta penutup oleh moderator menjelaskan kesimpulan dari materi penyuluhan, pembagian leaflet, ucapan terimakasih.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Program Studi Sarjana Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta mengenai Penyuluhan Tanaman Tradisional Untuk Swamedikasi di Desa Kalisoro Kecamatan Tawangmangu Kabupaten Karanganyar yang telah dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2022 di Rumah Warga Desa Kalisoro bersama warga desa setempat mendapatkan hasil yang baik sesuai yang diharapkan.

Penyuluhan diikuti oleh 30 warga di salah balai pertemuan di desa Kalisoro. Sebagian warga yang mengikuti pengabdian berprofesi sebagai wirausaha, ibu rumah tangga. Materi yang disampaikan pada saat penyuluhan adalah pengertian swamedikasi, tanaman-tanaman tradisional yang bisa digunakan untuk swamedikasi, manfaat swamedikasi. Dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, warga antusias dan semangat mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir dan diharapkan warga masyarakat bisa melakukan ataupun mengaplikasikan hasil penyuluhan dan terkait dengan swamedikasi dengan tanaman tradisional. Istilah pengobatan sendiri, meskipun belum terlalu populer, namun praktiknya telah berkembang secara luas dan menjadi tren di masyarakat. Pengobatan sendiri menurut WHO adalah pemilihan dan penggunaan obat modern, herbal, maupun obat tradisional oleh seorang individu untuk mengatasi penyakit atau gejala penyakit yang dikenali sendiri (WHO, 1998). *The International Pharmaceutical Federation (FIP)* mendefinisikan swamedikasi atau self-medication sebagai penggunaan obat-obatan tanpa resep oleh seorang individu atas inisiatifnya sendiri.

Dari masing-masing tanaman tradisional memiliki khasiat, salah satu yang sering digunakan masyarakat adalah tanaman jahe. Tata cara pembuatan dari ekstrak jahe cukup mudah yaitu menyiapkan semua bahan yang digunakan seperti jahe segar, gula, daun pandan, kayu manis dan air setelah itu memblender jahe dan disaring masukkan dalam wajan, tambahkan gula serta masukkan kayu manis dan pandan secukupnya aduk perlahan hingga ekstrak mengering seperti caramel, setelah ekstrak sudah kering, ekstrak di saring kembalimenjadi butiran yang halus dan siap untuk dikonsumsi sebagai minuman sehari-hari penghangat tubuh, meredakan masuk angin, meredakan flu batuk.



Gambar 1. a) Bahan Pembuatan Ekstrak Jahe, b) Hasil akhir ekstrak jahe



Gambar 2. Foto Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tabel 1. Komposisi Pembuatan Jahe

Bahan	Jumlah
Jahe	¼ kg
Gula pasir	¼ kg
Air	250 ml
Kayu manis	Secukupnya
Daun pandan	Secukupnya
Garam	Secukupnya

Jahe banyak dimanfaatkan sebagai obat herbal karena mengandung minyak atsiri dengan senyawa kimia aktif, seperti zingiberin, kamfer, lemonin, borneol, shogaol, sineol, fellandren, zingiberol, gingerol dan zingeron yang berkhasiat mencegah berbagai penyakit (Santoso, 2008). Jahe juga memiliki aktivitas sebagai antihistamin yang biasa dimanfaatkan untuk mengurangi stress, alergi, kelelahan dan rasa sakit kepala, mengatasi gangguan tenggorokan, rasa mual saat berkendara, serta mengurangi efek samping dari kemoterapi. Disamping itu jahe memiliki sifat antiinflamasi sehingga baik untuk mengobati radang sendi dan berbagai gangguan otot, menurunkan kadar kolesterol jahat dan menjaga kesehatan jantung (Suparyo, 2014).

Begitu banyak manfaat jahe yang bisa kita dapatkan untuk meningkatkan kesehatan, masyarakat diharapkan dapat mengaplikasikan pembuatan ekstrak jahe di rumah masing-masing untuk upaya swamedikasi dan sebagai salah satu tambahan keterampilan dan peningkatan status kesehatan masyarakat.

4. KESIMPULAN

Dari hasil penyuluhan jumlah warga yang mengikuti 30 orang, yang dapat ditarik kesimpulan dengan adanya penyuluhan tentang swamedikasi ini masyarakat desa Kalisoro antusias untuk melakukan swamedikasi untuk meningkatkan status kesehatan dengan pembuatan ekstrak jahe yang mudah dan berkhasiat dan Diharapkan warga desa Kalisoro dapat memanfaatkan tanaman tradisional yang berada disekitaran tempat tinggal untuk bisa dimanfaatkan untuk swamedikasi

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pengawas Obat dan Makanan, (2009), Taksonomi Koleksi Tanaman Obat Kebun Tanaman Obat Citeureup I. Jakarta. Kementerian Kesehatan RI. 2012. Vademekum Tanaman Obat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan RI. (2006). Acuan Sediaan Herbal. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan RI
- Bdan POM RI, (2010), Acuan Sediaan Herbal, Vol. 5, Edisi I, Direktorat Obat Asli Indonesia, Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, Jakarta, hal 30 – 31
- Departemen Kesehatan. 2007. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007 Bidang Biomedis. Jakarta: Badan Litbangkes, Depkes RI, 2007.
- Kemenkes RI. (2010). Riset Kesehatan Dsar, RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Kemenkes RI. (2017). Data dan Informasi Kesehatan Profil Kesehatan Indonesia 2016
- Santoso, H.B. (2008). Ragam dan Khasiat Tanaman Obat. PT Agromedia Pustaka. Yogyakarta
- Suparyo, S. (2014). Manfaat Rempah-Rempah Untuk Kesehatan.<http://daunbuah.com/manfaat-rempah-rempah-untuk-kesehatan> (diakses tanggal 10 juni 2022).