



Peningkatan Keterampilan Pemanfaatan Bahan Tanaman untuk Menuju Kemandirian Kesehatan Masyarakat

Sofia Ery Rahayu^{1*}, Nursasi Handayani¹, Sulisetijono¹, Nur'aini Kartikasari¹, Dhiyauddin Aridhowi¹

¹Departemen Biologi, FMIPA, Universitas Negeri Malang; Jl. Semarang 5 Malang

Email: sofia.ery.fmipa@um.ac.id

Abstrak

Kegiatan pembangunan masyarakat menitikberatkan terwujudnya kemandirian pangan dan mewujudkan kemandirian kesehatan. Langkah kegiatan yang dapat dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut melalui pembudidayaan dan pemanfaatan tanaman/sumber daya lokal sebagai bahan baku obat keluarga. Indonesia sebagai Negara dengan keanekaragaman hayati yang tinggi, banyak tanaman sayuran dan buah yang dapat dikembangkan sebagai bahan obat dan makanan. Masyarakat sasaran pengabdian kepada masyarakat adalah ibu PKK Kelurahan Karangbesuki Kota Malang. Tujuan pengabdian kepada masyarakat yang akan dicapai yaitu meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu PKK Kelurahan Karangbesuki Kota Malang tentang pengolahan tanaman lokal menjadi produk untuk menunjang kesehatan (salep dan minuman). Kegiatan yang dilakukan dengan memberikan edukasi tentang pengetahuan dasar tanaman obat keluarga dan pemanfaatannya, serta memberikan pelatihan pemanfaatannya menjadi produk bagi kesehatan keluarga. Hasil pelatihan menunjukkan peserta terlibat aktif dalam mengikuti kegiatan. Tanaman sirih hijau yang banyak ditanam masyarakat diolah menjadi salep. Buah mentimun dan jahe diolah menjadi minuman. Berdasarkan hasil uji organoleptic, peserta menyampaikan bahwa aroma dan kemanfaatan salep daun sirih tersebut bagi kesehatan sangat baik. Peserta juga menyatakan bahwa minuman jus mentimun rasanya sangat enak. Setelah mengikuti kegiatan, menurut peserta bahwa pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dalam mengolah tanaman dan bahan yang ada menjadi produk yang dapat meningkatkan kesehatan keluarga.

Kata kunci—kemandirian kesehatan, tanaman obat keluarga

Abstract

Community development activities emphasize the realization of food independence and health independence. Action steps that can be taken to achieve this goal are the cultivation and use of local plants/resources as raw materials for family medicines. As a country with high biodiversity, Indonesia has many vegetable and fruit plants that can be developed as medicinal and food ingredients. The target community for community service is PKK mothers, Karangbesuki Village, Malang City. The aim of community service that will be achieved is to increase the knowledge and skills of PKK mothers, Karangbesuki Village, Malang City regarding processing local plants into products to support health (ointments and drinks). Activities carried out by providing education about basic knowledge of family medicinal plants and their uses, as well as training on how to use them in products for family health. The results of the training showed that participants were actively involved in taking part in the activities. The green betel plant that many people plant is processed into an ointment. Cucumber and ginger are processed into drinks. Based on the results of the organoleptic test, participants said that the aroma and benefits of the betel leaf ointment for health were very good. Participants also stated that the cucumber juice drink tasted very good. After participating in the activity, according to the participants, the training could increase knowledge and skills in processing existing plants and materials into products that could improve family health.

Keywords—family medicinal plants, health independence

1. PENDAHULUAN

Pembangunan masyarakat menjadi perhatian utama pemerintah sejak dahulu.. Pembangunan masyarakat merupakan kegiatan yang terencana untuk menciptakan kondisi bagi kemajuan social ekonomi masyarakat dengan meningkatkan partisipasi masyarakat (Mahendra, 2013). Fokus pembangunan masyarakat bukan hanya bidang kemandirian pangan, namun juga bidang kemandirian kesehatan melalui pembudidayaan dan pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) (Febriansyah, 2017). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2016 menetapkan tentang upaya pengembangan kesehatan melalui asuhan mandiri, pemanfaatan tanaman obat keluarga dan ketrampilan budidaya dan pengolahannya. Asuhan mandiri kesehatan tradisional adalah upaya untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan serta mencegah dan mengatasi gangguan kesehatan ringan oleh individu, keluarga dan masyarakat dengan membudidayakan tanaman obat keluarga dan keterampilan dalam memanfaatkannya.

Ketercapaian pembangunan masyarakat diperlukan partisipasi masyarakat. Partisipasi masyarakat dapat melalui pemberdayaan masyarakat. Pemberdayaan masyarakat dapat melalui kelompok PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga). Gerakan PKK sebagai pemberdayaan masyarakat yang memfasilitasi masyarakat dalam banyak aspek. Praktik pemberdayaan masyarakat merupakan unsur penting dalam pembangunan kesehatan yang bertujuan peningkatan wawasan pengetahuan, rasa sadar dan ketrampilan individu atau keluarga agar secara aktif berperan dalam upaya pemecahan masalah kesehatan (Chandra dkk., 2021).

Salah satu Kelurahan di Kota Malang yang masyarakatnya cukup banyak adalah Kelurahan Karangbesuki Kota Malang, Kegiatan PKK Kelurahan Karangbesuki banyak ragamnya salah satunya yaitu program menanam TOGA di sekitar lokasi rumah masyarakat. Salah satu tujuan dilakukan budidaya TOGA adalah membantu masyarakat dalam mencapai kemandirian kesehatan. Berdasarkan hasil wawancara dengan masyarakat bahwa budidaya Toga di kelompok PKK Kelurahan Karangbesuki sudah berkembang, namun pengolahan hasilnya masih belum optimal. Oleh karena itu perlu adanya inovasi cara mengolah TOGA menjadi suatu produk yang bermanfaat untuk bidang pangan dan kesehatan, agar pengembangan TOGA berkelanjutan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada bulan Oktober tahun 2022. Kegiatan

pengabdian tersebut dilaksanakan di Universitas Negeri Malang. Sasaran dari program pengabdian masyarakat yang telah dilakukan adalah PKK Kelurahan Karangbesuki Kota Malang. Jumlah peserta dalam kegiatan pengabdian sebanyak 20 orang. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat meliputi kegiatan penyampaian materi dan dilanjutkan dengan kegiatan praktek.

Pada tahap awal kegiatan peserta diberikan tanya jawab tentang pemahaman TOGA. Tahap berikutnya dilakukan penyampaian materi pelatihan tentang pembuatan salep daun sirih merah dan minuman sehat jus sehat (timun-jahe-jeruk nipis). Tahap ketiga, peserta melakukan praktek proses pembuatan salep daun sirih merah dan pembuatan jus timun-jahe berbahan. Pada tahap akhir kegiatan, para peserta melakukan refleksi terhadap kegiatan yang telah dilakukan melalui pengisian angket dan tanya jawab.

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat diperoleh data tentang pemahaman peserta dalam pembuatan salep dan pembuata jus sehat. Data tersebut akan dianalisis secara deskriptif. Demikian juga data tentang refleksi oleh para peserta akan dianalisis secara deskriptif. Hasil yang telah diperoleh tersebut akan digunakan oleh Tim Pengabdian untuk mengevaluasi dan merefleksikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat meliputi pemberian materi dan praktek. Topik materi yang disampaikan keada peserta terdiri atas pembuatan salep daun sirih merah dan pembuatan jus sehat (jus mentimun-jahe). Setelah peserta mendapatkan penjelasan materi dilanjutkan dengan melakukan praktek pembuatan salep dan minuman jus sehat (Gambar 1).

Pada awal kegiatan pemberian materi tentang pembuatan salep daun sirih merah dilakukan tanya jawab tentang tanaman TOGA. Para peserta memahami tentang TOGA karena salah satu kegiatan PKK yang dilakukan yaitu melakukan penanaman TOGA di sekitar rumah. Namun pemanfaatan hasil TOGA yang dihasilkan belum optimal. Salah satu tanaman yang saat ini banyak ditanam oleh masyarakat adalah tanaman sirih merah. Tanaman sirih merah merambat dengan batang berbentuk bulat dan berwarna hijau merah keunguan. Daun tunggal dan kaku yang terletak pada setiap buku. Bentuk daunnya berbentuk hati, warna daun bagian atas hijau bercorak putih keabu-abuan, sedangkan pada permukaan bawah daun berwarna merah (Astuti dan Munawaroh, 2011).



Gambar 1. Kegiatan pelatihan pembuatan salep dan pembuatan minuman jus. Keterangan: A. Pemberian materi tentang pembuatan salep daun sirih merah, B & C. Proses pembuatan salep daun sirih merah, D. Produk salep, E. Pembuatan jus minuman kesehatan, F. Peserta mengisi angket refleksi

Masyarakat menanam sirih merah karena meyakini bahwa daun sirih merah dapat mengobati beberapa penyakit. Penyakit yang dapat diobati dengan menggunakan daun sirih merah adalah hipertensi, radang liver, radang mata, keputihan, maag, radang prostat, antidiabetes, pencegah pembentukan plak gigi dan radang gusi. Selama ini masyarakat memanfaatkan daun sirih merah secara segar dengan cara direbus, hanya dicuci dan digunakan untuk pengobatan atau sebagai obat kumur (Parfati dan Windono, 2016). Pengolahan daun sirih merah untuk tujuan pengobatan dapat dilakukan dengan mengolahnya menjadi salep. Bahan pembuatan salep daun sirih merah mudah ditemukan di masyarakat. Pembuatan salep daun sirih

merah membutuhkan simplisia daun sirih merah, beeswax, dan minyak kelapa (VCO). Setelah dilakukan proses pembuatan salep, komentar peserta bahwa awalnya mereka menduga bahwa pembuatan salep sangat sulit, namun setelah melakukan praktek ternyata pembuatan salep dapat dilakukan sendiri di rumah.

Kegiatan selanjutnya peserta menerima materi tentang jus sehat (terdiri atas mentimun-jahe-jeruk nipis) dan dilanjutkan praktek pembuatan jus sehat tersebut. Manfaat jus sehat ini sangat baik bagi kesehatan karena kandungan bahan penyusunnya. Mentimun sebagai bahan utama jus sehat memiliki manfaat untuk menurunkan tekanan darah. Kandungan kalium dalam mentimun menghambat kerja Sistem Renin Angiotensin sehingga menurunkan penyerapan natrium di ginjal. Selain itu kalium menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah perifer. Kandungan air yang tinggi dalam mentimun mengakibatkan mentimun berguna sebagai detoksifikasi (Tjiptaningrum dan Erhadestria, 2016). Bahan tambahan jus adalah jahe. Jahe mengandung senyawa aktif seperti alkaloid, flavonoid, fenolik, terpenoid, dan saponin. Keberadaan senyawa aktif tersebut sehingga jahe bermanfaat sebagai sumber antioksidan, analgesic, obat batuk, menjaga kesehatan jantung, dan memperbaiki system kekebalan tubuh (Sari dan Nasuha, 2021). Bahan tambahan lain selain jahe adalah air jeruk nipis. Jeruk nipis memiliki banyak manfaat bagi tubuh manusia, diantaranya sebagai antibakteri, antitumor, antivirus, menurunkan tekanan darah, dan meningkatkan system kekebalan tubuh (Enejoh dkk., 2015; Shi, dkk., 2020). Berdasarkan manfaat yang terkandung dalam setiap bahan penyusun jus sehat tersebut yang meliputi mentimun, jahe, dan jeruk nipis, maka dapat membantu menjaga kesehatan tubuh seseorang.

Peserta mengisi angket uji organoleptic produk salep daun sirih merah (Tabel 1) dan minuman jus kesehatan (Tabel 2) setelah melakukan kegiatan praktek.

Tabel 1. Hasil uji organoleptik salep daun sirih merah oleh peserta pengabdian kepada masyarakat

No.	Pertanyaan	Sangat baik	Baik	Cukup	Kurang
		%	%	%	%
1.	Tekstur salep daun sirih merah	60	40	0	0
2.	Aroma salep daun sirih merah	0	100	0	0
3.	Kemanfaatan salep daun sirih bagi kesehatan	30	70	0	0

Tabel 2. Hasil uji organoleptic minuman jus kesehatan oleh peserta pengabdian kepada masyarakat

No.	Pertanyaan	Sangat Disukai	Disukai	Cukup Disukai	Kurang Disukai
		%	%	%	%
1.	Aroma jus timun	40	60	0	0
2.	Rasa jus timun	60	40	0	0

Berdasarkan data pada Tabel 1 dan 2, menunjukkan bahwa peserta pengabdian kepada masyarakat memberikan pendapat bahwa tekstur dan manfaat salep daun sirih merah adalah sangat baik dan baik. Sedangkan aroma salep semua peserta berpendapat baik. Hal ini mengindikasikan bahwa salep daun sirih merah dapat diterima oleh masyarakat. Demikian juga untuk hasil uji organoleptic minuman jus mentimun, peserta memiliki sangat disukai dan disukai. Kondisi ini menunjukkan bahwa peserta menyukai minuman jus mentimun.

Pada akhir kegiatan, peserta diminta mengisi angket dan memberikan pendapatnya terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Semua peserta menyatakan bahwa kegiatan pelatihan yang telah dilakukan tersebut sangat bermanfaat. Alasan dari peserta yaitu materi pelatihan dapat menambah ketrampilan peserta dalam mengolah TOGA yang telah ditanam menjadi produk yang sangat bermanfaat bagi kesehatan.

Beberapa hari setelah kegiatan pelatihan, ada peserta yang menyampaikan bahwa salep sudah dicobakan di rumah untuk mengobati anaknya yang menderita gatal-gatal di kulit kakinya. Hasilnya anak sembuh dari sakit gatal-gatal. Akibat dari garukan pada kulit maka terjadi infeksi sekunder yang disebabkan oleh bakteri. Daun sirih merah mengandung senyawa aktif yaitu minyak esensial, alkaloid, flavonoid, dan senyawa fenolic (Heliawati dkk., 2022). Senyawa flavonoid akan mendenaturasi protein bakteri sehingga bakteri menjadi lisis, sehingga bakteri akan mati (Astuti dkk., 2017). Oleh karena itu salep daun sirih merah dapat berfungsi sebagai antibakteri. Diketahuinya proses pembuatan salep daun sirih merah maka dapat membantu dalam mengobati penyakit gatal yang disebabkan oleh bakteri. Selain itu, pembuatan jus sehat yang mudah dan kaya manfaat bagi kesehatan tubuh dapat digunakan untuk mengobati dan mencegah beberapa penyakit yang sering dialami oleh masyarakat.

4. SIMPULAN

Secara umum dapat disimpulkan pelatihan telah meningkatkan kompetensi peserta pelatihan dalam pengolahan TOGA. Para peserta pelatihan juga telah mampu melakukan pembuatan salep daun sirih

merah dan pembuatan jus minuman kesehatan. Kegiatan budidaya cacing tanah tersebut dapat dikembangkan menjadi ide usaha untuk meningkatkan perekonomian masyarakat Kelurahan Blimbing Kota Malang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini, tim satuan tugas pengabdian kepada masyarakat menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak FMIPA Universitas Negeri Malang yang telah mendukung pendanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Astuti, I.P. dan Munawaroh, E. 2011. Karakteristik Morfologi Daun Sirih Merah: *Piper croatum* Ritz. & Pav dan *Piper porphyrophyllum* N.E.Br. Koleksi Kebun Raya Bogor. *Berkala Penelitian Hayati, Edisi Khusus*, 7A: 83-85
- Astuti, S.D. Rio Dysan Tirtana, Amalia Fitriana Mahmud, Amiliyatul Mawaddah, Abdurachman, dan Moh. Yasin. 2017. Ultraviolet (UV) Activation Effect on Antibacterial Agents of Red Betel (*Piper Crocatum*) Extract to *Streptococcus mutans*. *International Symposium on Nanoscience & Nanotechnology in Life Sciences*, 1445 (2020) 012004. doi:10.1088/1742-6596/1445/1/012004
- Chandra, Bastian Rahmadi, Rudi Saprudin Darwis, dan Sahadi Humaedi. 2021. Peran pemberdayaan kesejahteraan keluarga (PKK) dalam pencegahan stunting. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4(2): 107-123
- Enejoh, Onyilofe Sunday, Ibukun Oladejo Ogunyemi, Madu Smart Bala, Isaiah Sotonye Oruene, Mohammed Musa Suleiman, Suleiman, dan Folorunsho Ambali. 2015. Ethnomedical importance of *Citrus aurantifolia* (Christm) Swingle. *The Pharma Innovation Journal*, 4(8):01-06
- Febriansyah, R. 2017. Pemberdayaan Kelompok Tanaman Obat Keluarga Menuju Keluarga Sehat di Desa Sumberadi, Mlati Sleman. *Jurnal Berdikari* 5(2): 80-90



- Heliawati, L.; Lestari, S.; Hasanah, U.; Ajiati, D.; Kurnia, D 2022. Phytochemical Profile of Antibacterial Agents from Red Betel Leaf (*Piper crocatum* Ruiz and Pav) against Bacteria in Dental Caries. *Molecules*, 27, 2861. <https://doi.org/10.3390/molecules27092861>
- Mahendra, A. 2013. Pendekatan dan strategi pembangunan masyarakat di Indonesia. *Jurnal Multi Sains*, 4(4): 32-38
- Parfati, N. dan Windono, T. 2016. Sirih Merah (*Piper crocatum* Ruiz & Pav.) Kajian Pustaka Aspek Botani, Kandungan Kimia, dan Aktivitas Farmakologi. *Media Pharmaceutica Indonesiana*, 1(2): 106-115
- Sari, D. dan Nasuha, A. 2021. Kandungan Zat Gizi, Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis pada Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.): Review. *Tropical Bioscience: Journal of Biological Science*, 1(2): 11-18
- Shia, Yu-Sheng , Yan Zhang, Hao-Tian Li, Chuan-Hai Wud , Hesham R. El-Seedi, , Wen-Kang Yed , Zi-Wei Wang , Chun-Bin Lia , Xu-Fu Zhange , Guo-Yin Kai. 2020. Limonoids from Citrus: Chemistry, anti-tumor potential, and other bioactivities. *Journal of Functional Foods* 75: 104213
- Tjiptaningrum, A. dan Stevi Erhadestria. 2016. Manfaat Jus Mentimun (*Cucumis sativus* L.) sebagai Terapi untuk Hipertensi. *Majority*, 5(1): 112-116