

Edukasi pentingnya Tanaman Herbal bagi kesehatan pada ibu rumah tangga

¹Agnes Rendowaty, ^{1*}Dewi Patmayuni, ¹Masayu Azizah, , ¹Yenni Sri Wahyuni, ²Lilik Pranata

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Bhakti Pertiwi Palembang

²Universitas Katolik Musi Charitas

*Korespondensi : dewiozorapatmayuni@gmail.com

Histori Naskah:

Diajukan: 20-12-2023

Disetujui: 31-12-2023

Publikasi: 31-12-2023

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

Abstrak

Penggunaan obat/tanaman herbal telah meningkat di banyak negara berkembang dan maju. karena efektivitas biaya terapi. Obat/tanaman herbal menjadi alternative dalam memberikan terapi bagi keluarga yang mengalami sakit. Obat herbal adalah sediaan yang hanya mengandung bahan tumbuhan. Obat herbal tradisional Indonesia yang telah dipraktekkan selama berabad-abad di masyarakat Indonesia untuk menjaga kesehatan dan mengobati penyakit. Meskipun pengobatan modern (konvensional) menjadi semakin penting di Indonesia, begitu pula dengan obat herbal masih sangat populer di pedesaan maupun di perkotaan. Berdasarkan kegunaan tradisionalnya, obat herbal adalah sedang dikembangkan menjadi bentuk terapi yang rasional, oleh praktisi herbal dan dalam bentuk fitofarmaka. Tujuan kegiatan ini untuk memberikan informasi kepada kepada Ibu ruma tangga tentang Pentingnya tanaman herbal bagi kesehatan. Pelaksanaan Kegiatan dilakukan pada ibu rumah tangga pada tanggal 9 Desember 2023. Pukul 15.00 WIB-sds. Kegiatan ini diikuti 12 ibu rumah tangga, metode edukasi dengan ceramah dan pembagian leflet. Kegiatan berlangsung secara lancar hasil menunjukkan bahwa Ibu rumah tangga memahami dari penjelasan Tim Pengabdian masyarakat tentang pentingnya Tanaman herbal bagi kesehatan.

Kata Kunci : *Edukasi, Tanaman Herbal, Ibu Rumah Tangga*

Pendahuluan

Herbal adalah tetumbuhan yang dikenali dan lekat dengan pemanfaatannya dalam menjaga vitalitas dan kesehatan tumbuh serta penyembuhan anekaragam penyakit. Penggunaan herba sebagai tanaman obat banyak berkembang terutama dalam masyarakat dunia timur. Sumbangan dunia timur dalam pemanfaatan bahan alam untuk menjaga kesehatan dan penyembuhan penyakit diketahui sangat kaya. Selain dukungan sumberdaya alam yang melimpah, aspek-aspek pengetahuan dan kearifan lokal yang kaya mendukung pengetahuan tentang tanaman obat dunia timur lebih kaya dibandingkan masyarakat eropa. Pengalaman empirik tentang pemanfaatan aneka herba dalam seni pengobatan dunia timur telah menarik perhatian masyarakat barat untuk mempelajari lebih lanjut tanaman herba sebagai sumber obatobatan masa depan. Ekplorasi potensi herba sebagai tanaman obat saat ini semakin mengukuhkan peran penting herba dalam pengobatan modern saat ini. Berbagai tanaman herba saat ini telah dilaporkan mempunyai manfaat kesehatan dan berperan penting sebagai tanaman obat (Dirhamsyah, 2021). Mekanisme Tubuh manusia cenderung dapat beradaptasi dengan lingkungan yang ada, sesuai dengan fungsi fisiologi penggunaan tanaman herbal dapat dilakukan atau di konsumsi sesuai dengan takaran yang ada (Pranata, 2021a). Hasil penelitian menunjukkan Penyuluhan peningkatan pengetahuan pada warga desa yang tunjukkan dengan meningkatnya rata-rata nilai post-test dibandingkan rata-rata nilai pre-test. Hasil monitoring tanaman yang dibagi kepada masyarakat tumbuh dengan baik. Pemanfaatan pekarangan sebagai apotek hidup (Zakiyah et al., 2020). masyarakat dapat memahami manfaat dari tanaman jahe dan mampu mempraktekkan pengolahan tanaman jahe menjadi minuman yang bisa dikonsumsi dengan baik (Agustina et al., 2021). peningkatan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam mengolah dan memanfaatkan tanaman berkhasiat obat sehingga dicapai peningkatan ketentraman/kesehatan masyarakat (Ruslin et al., 2020). Tanaman obat yang terdapat di masyarakat sendiri yang dapat digunakan sebagai peningkat imunitas tubuh (BPOM, 2020). Tubuh manusia

akan berespon terhadap apa yang di konsumsi dan tanaman herbal dapat di jadikan menjadi salah satu alternative dalam memberikan daya tahan tubuh guna mengkonsumsi tanaman herbal (Pranata, 2021b). Meningkatnya kesadaran masyarakat dalam memanfaatkan area lahan pekerangan rumah untuk Pemanfaatan potensi tanaman Toga untuk dijadikan sebagai Obat Herbal & Apotek hidup Masyarakat (Ungu et al., 2022). edukasi tanaman obat yang bermanfaat, bagian tanaman yang dapat digunakan sebagai obat serta dilakukan pula pelatihan pengolahan tanaman obat dengan menggunakan peralatan rumah tangga (Meiyanti et al., 2023). edukasi kesehatan berupa penyuluhan tentang Manfaat Bahan Alam Sebagai Obat Tradisionall berpengaruh terhadap perubahan tingkat pengetahuan masyarakat (Zakiyah et al., 2020). Peningkatan pengetahuan Kelompok Wanita Sadar Sehat dalam pemanfaatan tanaman obat (Dwi et al., 2022). Pengetahuan dan pemahaman masyarakat Desa Meurandeh dalam mengenal, memanfaatkan, menanam/membudidayakan, dan meracik sendiri tanaman obat sangat tinggi setelah kegiatan (Hasby et al., 2019). Edukasi dan pelatihan yang sudah diberikan dalam program kerja ini diterima dengan baik karena dapat memberikan pengetahuan dan manfaat kepada masyarakat mengenai mudahnya cara menanam TOGA yang nantinya bisa dimanfaatkan untuk di konsumsi ketika sedang sakit (Salsabila, D.H., 2021). upaya meningkatkan daya tahan tubuh, dengan pemanfaatan TOGA sebagai bahan untuk pembuatan minuman tradisonal (Nor et al., 2023). ibu-ibu PKK dapat memanfaatkan tumbuhan herbal menjadi jamu adalah solusi yang cukup baik untuk menjaga kesehatan imun tubuh yang memiliki nilai ekonomi (Sullaida et al., 2023). Penyuluhan edukasi minuman herbal ini diharapkan memberikan dampak positif dan manfaat terkait pemanfaatan kulit labu kuning untuk kesehatan serta memberi informasi alternatif penggunaan obat tradisional untuk masyarakat (Ungu et al., 2022). edukasi serta pelatihan penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) yang bisa ditanam di sekitar pekarangan rumah (Salsabila, D.H., 2021). Edukasi dan penerapan pengetahuan tentang TOGA terutama dikalangan ibu rumah tangga sebagai garda terdepan untuk menjaga Kesehatan keluarga sangatlah penting, terutama tentang tanaman apa saja yang termasuk dalam TOGA dan manfaatnya. (Wigati et al., 2023). menerapkan pemeliharaan tanaman TOGA keluarga dan mengkonsumsi tanaman obat dalam mengatasi penyakit-penyakit seperti hipertensi (Vera & Yanti, 2020). Edukasi yang diberikan harapannya mampu meningkatkan pengetahuan Ibu-ibu PKK yang mayoritas mengolah ramuan tanaman obat tradisional secara mandiri, sehingga dapat menerapkannya dengan tepat dan benar (Hikmawanti et al., 2021). edukasi dan sosialisasi tentang cara pembuatan ramuan tradisional diharapkan menjadi alternatif sekaligus referensi masyarakat tentang pentingnya menjaga sistem daya tahan tubuh di masa pandemi COVID-19 (Marcelina et al., 2022). Dengan adanya TOGA ini menjadi dasar untuk melakukan pengobatan swamedikasi (Putri et al., 2023). Dari hasil latar belakang menunjukkan bahwa sangat penting dilakukan edukasi kepada ibu rumah tangga untuk menjadikan tanaman herbas sebagai alterantif pengobatan di rumah jika ada keluarag yang sakit.

Tujuan Dan Manfaat

Tujuan

Tujuan kegiatan ini untuk memberikan informasi kepada ibu rumah tangga tentang pentingnya Tanaman Herbal bagi kesehatan

Manfaat

Diharapkan kegiatan ini bermanfaat bagi Ibu rumah tangga untuk menanam Tanaman Herbal bagi kesehatan dan menggunakan sebagai alternative pengobatan di rumah, selain mudah dan praktis juga menjadi bagian dari kehidupan sehari hari.

Pelaksanaan Kegiatan

Berdasarkan rumusan masalah diatas pemecahan masalah yang dapat di berikan yaitu :

1. Persiapan Program

Persiapan merupakan langkah awal yang dilakukan sebelum pelaksanaan program secara langsung. Adapun persiapan yang dilakukan yaitu persiapan segala keperluan yang akan digunakan seperti penentuan lokasi yang akan digunakan, perizinan dan persiapan administrasi.

2. Penyuluhan tentang Tanaman Herbal bagi kesehatan

Kegiatan penyuluhan merupakan salah satu alternative pemecahan masalah dengan cara melakukan pemberian informasi secara kognitif untuk membuat ibu rumah tangga memahami tentang Tanaman Herbal bagi kesehatan

3. Pembuatan Laporan

Proses pembuatan laporan merupakan proses terakhir setelah program kegiatan ini sudah selesai di laksanakan. Pembuatan laporan dilakukan sebagai pertanggung jawaban segala kegiatan yang telah dilakukan.

Hasil Kegiatan

Kegiatan persiapan pertama yang dilakukan adalah penentuan lokasi kegiatan pengabdian masyarakat penyuluhan tentang Tanaman Herbal bagi kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di salah satu RT di Kota Palembang. Setelah penentuan lokasi kegiatan, dilakukan penjajagan kesediaan pelaksanaan kegiatan dengan pengiriman surat permohonan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. kegiatan pengabdian masyarakat pada tanggal 09 Desember 2023. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat Penyuluhan tentang Tanaman Herbal bagi kesehatan telah dilaksanakan pada hari sabtu, 09 Desember 2023 pukul 15.00-17.00 WIB. Kegiatan ini diikuti oleh 12 ibu rumah tangga. Secara umum kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dengan metode ceramah tentang obat herbat untruk kesehatan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Tanaman Herbal bagi kesehatan dapat disimpulkan : Kegiatan berlangsung secara lancar dengan sambutan antusiasme para Ibu rumah tangga yang mengikuti kegiatan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta penyuluhan menanyakan lebih mendalam tentang Tanaman Herbal bagi kesehatan menunjukkan rasa ingin tahu para ibu rumah tangga dan peserta menerima penjelasan dengan baik.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami haturkan kepada kepala LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Bhakti Pertiwi Palembang.

Referensi

- Agustina, M., Sarwili, I., Masyaroh, S., Purnamasari, R., & Rijaludin, C. (2021). Pemanfaatan Tanaman Herbal Jahe Menjadi Minuman Jahe untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh di Era Pandemi Covid-19. *Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(1), 8–11.
- BPOM. (2020). *Buku Saku Obat Tradisional Untuk Daya Tahan Tubuh*. Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia.
- Dirhamsyah, T. (2021). Buku Saku Tanaman Obat Warisan Tradisi Nusantara untuk Kesehatan Rakyat. In *Pusat Penelitian dan Pengembangan Perkebunan*.
- Dwi, V., Ningrum, A., Chabib, L., Muhajir, M., & Fauzy, A. (2022). *Pendampingan Masyarakat Kelompok Wanita Sadar Sehat Berbasis Tanaman Obat Di RW . 09 Pugeran 1 . 1 Analisis Situasi Indonesia sebagai negara yang memiliki keanekaragaman hayati , berpeluang besar mengembangkan riset obat herbal , yang dibuktikan oleh adan. 2.*
- Hasby, H., Mauliza, M., & Mastura, M. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Sebagai

- Pencegahan Penyakit Degeneratif. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(1), 55. <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i1.3581>
- Hikmawanti, N. P. E., Yumita, A., & Wulandari, N. (2021). Edukasi Mengenai Pengolahan Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Sebagai Peningkat Sistem Imun Di Era Adaptasi Kebiasaan Baru Pada Kader Pkk Rw 05 Kelurahan Malaka Sari Jakarta Timur. *Jurnal Mitra Masyarakat*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.47522/jmm.v2i1.47>
- Marcelina, Bastian, M. F., Anggraeni, Q., Zaeni, B. L., AR, N. M., Hasanah, M., S, S. I. C., & Khodijah, D. (2022). Pemanfaatan Tanaman Obat untuk Ramuan Peningkat Daya Tahan Tubuh di Masa Pandemi Covid-19 Kabupaten Bekasi. *ABDIKESMAS MULAWARMAN : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 8. <https://e-journals2.unmul.ac.id/index.php/abdimasfkm/article/view/20>
- Meiyanti, Yohana, Margo, E., Kartadinata, E., & Chudri, J. (2023). Edukasi dan Pelatihan Pengolahan Tanaman Obat Untuk Menunjang Kesehatan Masyarakat Kelurahan Angke. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 4(2), 452–458. <https://doi.org/10.35870/jpni.v4i2.271>
- Nor, I., Latifah, N., Zamzani, I., Sa'adah, H., Fatmawati, E., Nurhanifah, D., & Rahma, A. (2023). Pemanfaatan Dan Peningkatan Produktivitas Tanaman Obat Keluarga (Toga) Untuk Minuman Tradisional Herbal Sebagai Immunostimulan. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 190. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.12281>
- Pranata, L. (2021a). *Fisiologi 1*. Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L. (2021b). *Fisiologi 2*. Universitas Katolik Musi Charitas.
- Putri, R. J., Natsir, R. J. P., Yahya, A., Arsyad, E., Jannah, M., Angelea, R., Riska, S., Susana, W., Ayu, N., & Aisah, S. N. (2023). Edukasi Penggunaan Tanaman Obat Herbal dan Tanaman Obat Keluarga Desa Watumeeto Kecamatan Lainea Kabupaten Konawe Selatan Education on The Use of Herbal Medicinal Plant and Family Medicine Plant in the Family Scope of Watumeeto Village , Lainea District ,. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Anoa*, 2(1), 24–30.
- Ruslin, Muhammad Fitrawan, L. O., Pascayantri, A., & Nafisah Tendri Adjeng, A. (2020). Sosialisasi dan Edukasi Pemanfaatan Tanaman Berkhasiat Obat Dalam Menghadapi Masa Pandemi COVID-19 di Kota Kendari. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 62–69.
- Salsabila, D.H., dkk. (2021). Edukasi Dan Menanam Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Masa Pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 2–5. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Sullaida, Nurmala, Jummaini, Nurlela, & AR, K. (2023). *Mengembangkan Potensi Dan Kreativitas Desa Berbasis Edukasi Melalui Pelatihan Pembuatan Minuman Sehat Untuk Meningkatkan Imun Tubuh Di Desa Mon Geudong Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe*. 2(2), 1–6.
- Ungu, N. K., Faezhal, I. T., Dwi Ayu Febriyanti, Pujianti, I., Indriyani, A. D. N., Mubarak Ns, E. M. A., Qodam, Q., Suryaningrum, I., Nadzif, M., Umiyati, I., & Maulana, A. (2022). Pembuatan Taman Edukasi Toga (Tanaman Obat Keluarga) Di Desa
-

Health Community Service (HCS)

Pengabdian Kesehatan Masyarakat , Volume : 1 | Nomor 1 | Nopember 2023 | E-ISSN : 3026-6912

DOI: <https://doi.org/10.47709/hcs.v1i1.3354>

- Larangankulon Kecamatan Mojotengah Kabupaten Wonosobo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Madani (JPMM)*, 2(2), 209–217. <https://doi.org/10.51805/jpmm.v2i2.93>
- Vera, Y., & Yanti, S. (2020). Penyuluhan pemanfaatan tanaman obat dan obat tradisional Indonesia untuk pencegahan dan penanggulangan penyakit hipertensi di Desa Salam Bue. *Jurnal Education and Development*, 8(1), 11–14.
- Wigati, D., Pratoko, D. K., Agustin, W. T., & Dianto, R. A. (2023). Edukasi dan Pelatihan Pembuatan “Vertical Garden” dan Minuman Herbal pada Kelompok PKK RW 05 di Kelurahan Wirolegi, Jember. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 3(3), 1051–1059. <https://doi.org/10.33379/icom.v3i3.2952>
- Zakiah, Z., Wantini, N. A., & Styaningrum, S. D. (2020). Peran Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Pada Manfaat Bahan Alam Sebagai Obat Tradisional. *Prosiding Seminar Nasional*, 542–547. <https://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/324/316>