

GALERI OBAT HERBAL: PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL MENJADI PRODUK KESEHATAN SEBAGAI STRATEGI PENCEGAHAN STUNTING DI KELURAHAN LEGOK

Ubaydillah Armandana¹, Nofrans Eka Saputra²

¹Organisasi Kemahasiswaan Lembaga Dakwah Ath-Thobib

²Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Corresponding author email: ubaydillaharmandana@gmail.com

ABSTRACT

Low use of herbal plants used as health products to prevent stunting in Legok Village. To provide knowledge about herbal plants and their use as health products with high selling value. Activities use socialization and training methods in accordance with the guidelines in the Herbal Medicine Gallery pocket book. This service is carried out for 3 months. Socialization of herbal plants and training in making processed herbal plant products have been carried out. This community service has been going well through training activities so that the community can make these processed products.

Keywords: *community, herbal plants, processed products, herbal medicine gallery*

ABSTRAK

Rendahnya pemanfaatan tanaman herbal yang dijadikan produk kesehatan sebagai pencegahan stunting di Kelurahan Legok. Untuk memberikan pengetahuan mengenai tanaman herbal dan pemanfaatan sebagai produk kesehatan yang bernilai jual tinggi. Kegiatan menggunakan metode sosialisasi dan pelatihan sesuai dengan panduan pada buku saku Galeri Obat Herbal. Pengabdian ini dilaksanakan selama 3 bulan. Telah dilaksanakan sosialisasi tanaman herbal dan pelatihan pembuatan produk olahan tanaman herbal. Pengabdian masyarakat ini telah berlangsung dengan baik melalui kegiatan pelatihan sehingga masyarakat dapat membuat produk olahan tersebut.

Kata kunci: *masyarakat, tanaman herbal, produk olahan, galeri obat herbal*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah yang terjadi akibat adanya gangguan kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam kurun waktu yang cukup lama yang disebabkan oleh akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting pun dapat terjadi dimulai janin masih dalam kandungan dan akan mulai nampak saat anak berusia dua tahun. Stunting yang

telah terjadi bila tidak diimbangi dengan *catch-up growth* (tumbuh kejar) akan mengakibatkan menurunnya pertumbuhan, masalah stunting ini adalah masalah kesehatan yang terjadi oleh masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik dari motorik maupun mental. Stunting dapat dibentuk oleh *growth faltering* dan *catch up growth* yang tidak memadai sehingga dapat

mencerminkan ketidakmampuan untuk dapat mencapai pertumbuhan optimal, kondisi tersebut mengungkapkan bahwa kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal dapat mengalami stunting bila pemenuhan kebutuhan selanjutnya tidak terpenuhi dengan baik¹.

Stunting dapat disebabkan juga karena adanya status gizi buruk pada ibu hamil dan balita, kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi selama kehamilan dan setelah melahirkan, akses pelayanan kesehatan ibu dan anak terbatas dan ketersediaan makanan bergizi karena ketidakmampuan masyarakat untuk memenuhi gizi seimbang. Masalah stunting yang terjadi di masyarakat jika tidak dapat ditangani dengan baik maka akan menimbulkan berbagai dampak. Dampak buruk yang ditimbulkan oleh stunting seperti terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, pertumbuhan fisik yang tidak terjadi dan adanya gangguan metabolisme tubuh yang terjadi pada balita. Dampak lainnya seperti terjadinya penurunan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, imunitas tubuh yang menurun sehingga dapat beresiko terhadap munculnya berbagai macam penyakit yang akan terjadi di masa yang akan datang².

Tanaman herbal merupakan jenis tanaman yang memiliki fungsi dan berkhasiat sebagai obat dan dapat dipergunakan untuk penyembuhan ataupun pencegahan dari berbagai penyakit. Berkhasiat ini mempunyai arti yaitu mengandung bahan zat aktif yang dapat mengobati penyakit tertentu atau jika tidak memiliki kandungan bahan zat aktif tertentu

tetapi memiliki kandungan efek resultan/sinergi dari berbagai zat yang dapat mempunyai efek mengobati. Penggunaan tanaman herbal yang dijadikan sebagai obat ini bisa dilakukan dengan cara diminum, ditempel, dihirup atau dapat dikembangkan menjadi produk kesehatan yang memiliki daya jual yang tinggi. Tanaman herbal tersebut dapat digunakan oleh masyarakat untuk dapat diracik dan disajikan sebagai obat guna penyembuhan penyakit. Tanaman herbal ini merupakan salah satu ramuan paling utama produk herbal. Tanaman herbal merupakan bahan yang dapat berasal dari tanaman yang masih sederhana, murni, belum diolah. Tanaman herbal merupakan tanaman atau bagian tanaman yang dapat digunakan menjadi bahan herbal, bagian tanaman yang dapat dipakai untuk bahan pemula bahan baku obat. Tanaman atau bagian tanaman yang dapat diekstraksi dan ekstrak tumbuhan tersebut dapat dipakai sebagai obat. Tanaman herbal ini merupakan obat tradisional yang terdiri atas tanaman yang mempunyai khasiat sebagai obat atau dapat dipercaya mempunyai khasiat sebagai obat. Di mana khasiatnya dapat diketahui dari hasil penelitian dan penggunaan oleh masyarakat³.

METODE

Sasaran dari adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah para anggota kelompok Dasa Wisma dan Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) Kelurahan Legok Kecamatan Danau Sipin. Bentuk dan metode kegiatan yang dilakukan ini meliputi kegiatan pendidikan

masyarakat melalui pelatihan, ceramah dan diskusi langsung tentang pemanfaatan tanaman herbal. Selain itu dilakukan kegiatan pelatihan pemanfaatan tanaman herbal menjadi produk kesehatan. Metode ceramah ini dipilih untuk dapat memberikan penjelasan atau materi tentang khasiat tanaman herbal. Setiap peserta diberikan buku saku galeri obat herbal. Adapun langkah-langkah kegiatan pengabdian masyarakat yakni melalui tahapan persiapan dan pelaksanaan, tahapan persiapan meliputi koordinasi dengan pihak kelurahan mengenai lokasi budidaya, penetapan waktu pelatihan, penentuan sasaran dan target peserta pelatihan, perencanaan materi pelatihan dan pelaksanaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Kelurahan Legok meliputi persiapan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan. Kegiatan persiapan ini diawali dengan melakukan survei tempat yang akan dijadikan untuk pemanfaatan dan budidaya tanaman herbal serta adanya interaksi yang terjadi antara tim dengan pihak kader dari masing-masing kelompok Dasa Wisma dan PKK Kelurahan Legok. Kegiatan ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui need assessment dari pihak masyarakat sehingga dalam melakukan kegiatan ini dapat efektif dan efisien sesuai dengan target yang dicapai. Berdasarkan hasil survei awal dan wawancara diperoleh informasi bahwa sebagian besar warga masyarakat yang tergabung dalam kelompok dasa wisma dan PKK yang masih

kurang memiliki pengetahuan mengenai cara pemanfaatan tanaman herbal untuk pengobatan dan sebagai produk yang dapat diunggulkan serta dapat menjadi suatu potensi kelurahan tersebut.

a. Pemanfaatan Tanaman Serai Wangi (*Cymbopogon nardus* L.Rendle) dan Telang (*Clitoria ternatea*) Menjadi Spray Antinyamuk



Gambar 1. Pembuatan Spray Antinyamuk

Nyamuk termasuk jenis hewan serangga yang dapat kita jumpai perannya sebagai pembawa penyakit berbahaya bagi manusia seperti penyakit kaki gajah, malaria dan Demam Berdarah Dengue (DBD). *Aedes aegypti* dan *Aedes albopictus* adalah jenis nyamuk yang dapat menyebabkan DBD. Penyakit Demam Berdarah Dengue ini merupakan jenis penyakit yang dapat diderita oleh manusia. Penyakit ini juga dipengaruhi oleh keadaan dan juga kebersihan rumah yang ditempati terutama daerah tempat tinggal yang berdekatan dengan air seperti danau, sungai dan kolam sehingga nyamuk akan lebih mudah dijumpai di lingkungan sekitar. Untuk mengurangi adanya penggunaan bahan kimia sintesis sebagai upaya untuk dapat menghindari tubuh dari gigitan nyamuk maka diperlukan pengoptimalan

penggunaan tanaman herbal yang dapat memiliki kemampuan sebagai insektisida alami terutama bagi nyamuk⁴.

Cara yang dapat dilakukan dalam pembuatan spray anti nyamuk diawali dengan pembuatan ekstrak dari batang serai dan telang dengan menggunakan metode destilasi. Bunga telang dan batang serai dipotong menjadi bagian ukuran yang sangat kecil kemudian dijemur dengan kain penutup sehingga tidak mengenai langsung sinar matahari sampai mengering untuk mengurangi kadar air pada bahan baku. Setelah kering masukan batang serai dan kulit jeruk ke dalam panci kemudian tambahkan aquades lalu tunggu sampai menguap. Setelah menguap pisahkan ekstrak batang serai dan telang. Kemudian biarkan dingin dan tambahkan alkohol 70%. Ketiga sampel tersebut kemudian dimasukan ke dalam botol spray untuk dilakukan analisa terhadap uji pH, daya sebar, dan uji organoleptik.

b. Pemanfaatan Tanaman Serai (*Cymbopogon citratus*), Telang (*Clitoria ternatea*) dan Jahe (*Zingiber officinale*) Menjadi Teh Herbal



Gambar 2. Pembuatan Teh Herbal

Teh adalah salah satu jenis minuman yang sangat banyak digemari oleh masyarakat Indonesia yang menjadikan minuman teh ini sebagai minuman penyegar sekaligus memiliki khasiat yang baik bagi tubuh. Manfaat yang dihasilkan dari minuman teh yaitu dapat memberikan rasa segar, dapat memulihkan kesehatan badan dan terbukti tidak dapat menimbulkan dampak negatif apabila dikonsumsi dalam dosis wajar. Teh ini dapat terbuat dari perpaduan jahe, telang dan serai yang akan dibuat pada kegiatan kali ini yang memiliki manfaat luar biasa⁵.

Siapkan ± 500gr telang, jahe, serai lalu selanjutnya dicuci hingga bersih dan dipisahkan dari bagian yang tidak terpakai. Setelah dicuci hingga bersih selanjutnya telang, jahe, serai ditiriskan dan dipisahkan dengan bagian yang sudah kuning. Hindari penjemuran dibawah sinar matahari langsung agar nutrisi dari tanaman herbal tersebut tidak hilang. Pengeringan ini juga bisa dilakukan menggunakan oven sehingga hasilnya lebih bagus. Bagian tanaman herbal yang sudah dikeringkan lalu diblender hingga kecil-kecil. Teh herbal perpaduan telang, jahe dan serai siap dikonsumsi. Kelemahan dari teh herbal ini adalah adanya ketidaksukaan mengenai rasa yang ada di teh herbal ini. Untuk itu, untuk dapat mengurangi rasa kurang dari teh herbal ini dapat ditambahkan madu dan jeruk lemon sehingga enak dikonsumsi.

c. Pemanfaatan Tanaman Serai Wangi (*Cymbopogon nardus* L. Rendle) dan Telang (*Clitoria ternatea*) Menjadi Sabun Padat Antiseptik



Gambar 3. Pembuatan Sabun Padat Antiseptik

Sabun padat antiseptik adalah salah satu bahan pembersih kulit yang mengandung senyawa natrium atau kalium dengan asam lemak dari minyak nabati atau hewani, berbentuk padat, lunak atau cair, berbusa, dengan atau tanpa penambahan lain seperti pewangi dan bahan lainnya yang tidak dapat membahayakan kesehatan serta tidak dapat menimbulkan iritasi pada kulit. Syarat mutu sabun padat antiseptik yang ditetapkan memiliki kadar air maksimal 15%, jumlah alkali bebas maksimal 0,1%, jumlah asam lemak minimum 71%, jumlah asam lemak bebas kurang dari 2,5%, dan minyak mineral (negatif). Penggunaan antibakteri dari bahan alam ini dapat dijadikan sebagai alternatif untuk menghindari efek samping yang dapat ditimbulkan oleh triclocarban. Penggunaan bahan alam ini bertujuan untuk menggantikan bahan-bahan sintetik, seperti pewarna, parfum, pemutih, antibakteri, dan lain-lain⁶.

Bahan serai wangi dan telang dicuci bersih lalu dikeringkan. Kemudian bahan tersebut dipotong menjadi bagian kecil-kecil. Potongan serai dan telang tersebut kemudian dimasukkan ke dalam dandang yang telah berisi aquadest, kemudian dipanaskan dengan menggunakan api kecil. Hasil destilat tersebut kemudian dimasukkan ke dalam corong pisah. Minyak yang diperoleh dapat digunakan sebagai tambahan dalam pembuatan sabun padat dan dapat di uji aktivitas antibakterinya. Proses pembuatan sabun padat antiseptik ini dapat diawali dengan mencampurkan fraksi lemak, yaitu minyak VCO dan minyak zaitun dengan alkali yaitu NaOH. Pada saat dilakukan penambahan NaOH ini, adonan tersebut akan menjadi keras dan lengket yang menunjukkan terbentuknya sabun. Kemudian ke dalam sabun ditambahkan bahan tambahan lainnya seperti gliserin dan minyak atsiri serai dan telang. Adonan kemudian diaduk sampai homogen. Sabun dapat dituangkan ke dalam cetakan dan harus didiamkan selama ± 24 jam pada suhu ruang. Setelah sabun didiamkan selama 3-4 minggu (proses aging), maka selanjutnya dapat dilakukan uji aktivitas antibakteri dan dievaluasi mutunya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh, membuktikan bahwa tanaman herbal yang ada di Kelurahan Legok ini dapat menjadi produk kesehatan yang dapat bernilai jual tinggi sehingga dapat menjadi produk unggulan di daerah dan menjadikan tanaman herbal ini menjadi tanaman yang

memiliki manfaat dalam upaya pencegahan stunting di Kelurahan Legok.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rahmadhita K. Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2020; 11(1): 225-229.
2. Muadzah, Budianita A, Hasriyani, Saputro AA, Khoirunisa FN. Edukasi Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Strategi Pencegahan DBD dan Stunting di Desa Cendono Kabupaten Kudus. *Jurnal Abdimas Indonesia*. 2022; 4(2): 136-140.
3. Sarno. Pemanfaatan Tanaman Obat (Biofarmaka) Sebagai Produk Unggulan Masyarakat Desa Depok Banjarnegara. *Abdimas Unwahas*. 2019; 4(2): 73-78.
4. Broto W, Fatimah S, Arifan F, Damayanti EK. Pemanfaatan Ekstrak Batang Serai dan Limbah Kulit Jeruk Sebagai Obat Spray Anti Nyamuk. *Pentana*. 2021; 2(1): 6-11.
5. Britany MN, Sumarni L. Pembuatan Teh Herbal dari Daun Kelor untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Selama Pandemi Covid-19 di Kecamatan Limo. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. Website:<http://jurnal.umj.ac.id/index.php/smnaskat> akses 7 Oktober, 2021.
6. Rita WS, Vinaprilliani NPE, Gunawan IWG. Formulasi Sediaan Sabun Padat Minyak Atsiri Serai Dapur (*Cymbopogon Citratus* Dc.) Sebagai Antibakteri Terhadap *Escherichia Coli* dan *Staphylococcus Aureus*. *Cakra Kimia (Indonesian E-Journal Of Applied Chemistry)*. 2018; 6(2): 152-160.