

## **Pembuatan Jamu Sebagai Obat Tradisional Bersama Warga Pulau Panjang Kota Batam**

**Habibie Deswilyaz Ghiffari<sup>1</sup>, Sri Budiasih<sup>2</sup>, Tommy Julianto<sup>3</sup>, Sri Hainil<sup>4</sup>, Desy Maniarti Gusmali<sup>5</sup>, Ayu Amelia<sup>6</sup>**

*<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Institut Kesehatan Mitra Bunda, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Habibie Deswilyaz Ghiffari

**E-mail:** [habibiedeswilyaz@gmail.com](mailto:habibiedeswilyaz@gmail.com)

### **Abstrak**

*Indonesia memiliki sekitar 7.000 spesies tumbuhan obat, namun pemanfaatannya belum optimal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan warga Pulau Panjang, khususnya para ibu, mengenai obat tradisional dan cara pembuatan jamu kunyit asam sebagai alternatif pengobatan kolesterol. Kegiatan dilaksanakan pada 15 Agustus 2024 di SD Negeri 005 Galang dengan metode ceramah, demonstrasi, diskusi, dan sesi tanya jawab. Sebelum kegiatan, dilakukan survei awal untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat. Hasilnya menunjukkan bahwa masyarakat masih memiliki pemahaman yang rendah terhadap obat tradisional. Sebanyak 25 peserta hadir dan menunjukkan antusiasme tinggi, terlihat dari keaktifan dalam sesi diskusi dan keinginan untuk mencoba membuat jamu sendiri. Demonstrasi dilakukan langsung oleh mahasiswa dari Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam dengan dukungan kader setempat. Setelah kegiatan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap manfaat obat tradisional, khususnya kunyit sebagai penurun kolesterol. Produk jamu yang telah dibuat dibagikan kepada peserta, serta diberikan doorprize sebagai bentuk apresiasi. Kesimpulannya, kegiatan ini berjalan dengan lancar dan efektif dalam memberikan edukasi serta meningkatkan minat masyarakat terhadap penggunaan obat tradisional.*

**Kata kunci** - jamu, obat tradisional, kunyit asem, edukasi kesehatan.

### **Abstract**

*Indonesia has around 7,000 medicinal plant species, but their use remains limited. This community service activity aimed to improve public knowledge in Pulau Panjang, especially among women, about traditional medicine and the preparation of kunyit asam (turmeric-tamarind) herbal drink as an alternative for managing cholesterol. The activity was conducted on August 15, 2024, at SD Negeri 005 Galang using lectures, demonstrations, discussions, and Q&A sessions. A preliminary survey showed low public understanding of traditional medicine. A total of 25 participants attended and actively engaged, especially during discussions, expressing interest in making herbal drinks independently. The demonstration was led by students from the Mitra Bunda Batam Health Institute with assistance from local health cadres. After the session, participants demonstrated better understanding, particularly about turmeric's benefit in lowering cholesterol. Bottled jamu was distributed, and door prizes were given as appreciation. In conclusion, this program ran smoothly and was effective in providing education and increasing community interest in the use of traditional medicine.*

**Keywords** - herbal drink, traditional medicine, turmeric, health education.

## PENDAHULUAN

Indonesia memiliki kurang lebih 7.000 dari 30.000 jenis tumbuhan yang memiliki kegunaan sebagai bahan obat. Jenis tumbuhan yang banyak digunakan sebagai obat antara lain jahe, kencur, temulawak, meniran, pace, dan lainnya. Tumbuhan tersebut jika dimanfaatkan dengan baik, maka dapat dikembangkan menjadi Obat Herbal Terstandar (OHT) ataupun fitofarmaka yang dilengkapi bukti data non-klinik (untuk OHT) dan data klinik (untuk fitofarmaka) (BPOM RI, 2019). Penggunaan obat tradisional semakin meningkat di kalangan masyarakat global, termasuk kelompok usia lanjut, karena dianggap lebih alami, aman, dan terjangkau. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan juga telah mendorong penggunaan obat tradisional melalui program saintifikasi jamu sebagai upaya integrasi ke dalam sistem kesehatan nasional (Kemenkes RI, 2020).

Jamu merupakan minuman kesehatan kuno yang masih dipraktikkan di masyarakat saat ini. Jamu merupakan wujud kearifan lokal yang tumbuh di masyarakat, karena masyarakat masih percaya bahwa keampuhan minuman tradisional ini mampu menyembuhkan berbagai penyakit tanpa menimbulkan efek samping (Herlina *et al.*, 2024). Jamu yang paling dikenal oleh warga Indonesia salah satunya adalah jamu gendong. Sesuai dengan namanya, jamu gedong dikenal karena sering dijual oleh para penjual jamu dengan cara menggendong dagangannya. Walaupun di Indonesia jamu banyak digemari, namun konsumsi jamu di Indonesia juga mengalami kondisi pasang surut. Hal ini disebabkan karena pemikiran masyarakat itu sendiri. Mulai dari adanya isu campuran bahan kimia obat, hingga adanya efek negatif dalam jamu. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kepercayaan dan minat pengonsumsi jamu itu sendiri (Lau *et al.*, 2019).

Kunyit merupakan salah satu tumbuhan yang mengandung fitoestrogen dengan perannya dapat menurunkan kadar kolesterol. Mekanisme fitoestrogen yang memiliki kerja seperti estrogen dengan mengikat pada reseptor estrogen dan memunculkan efek pro-estrogenik. Fitoestrogen bekerja dengan cara meningkatkan pembuangan empedu, yang sebagian besar prekursornya adalah kolesterol (Hidayat *et al.*, 2021). Tak hanya itu, kunyit juga biasanya digunakan dalam campuran makanan, pewarnaan makanan, kosmetik, dan jamu (Pratiwi *et al.*, 2018). Penelitian oleh (Deng *et al.*, 2023) menunjukkan bahwa senyawa akurkumin dalam kunyit mampu menurunkan kadar LDL yang signifikan.

Selain itu, terdapat pula temu giring biasa digunakan dan efektif sebagai antihelminik, dan penyembuhan luka di kulit serta mempunyai sifat antibakteri yang kuat. Temu giring merupakan kerabat dekat *Curcuma longa*, masih dalam keluarga *Zingiberaceae*. Bahan aktif dari tumbuhan ini secara tradisional digunakan untuk menyembuhkan sakit perut, sakit gigi, stagnasi darah, leucoderma, TBC, pembesaran limpa, memperlancar haid, sebagai karminatif, ekspektoran, diuretik, serta untuk mengobati masuk angin, infeksi, muntah, diare dan keputihan (Ismail, 2015). Penelitian (Indriaty *et al.*, 2019) menunjukkan bahwa temu giring memiliki aktivitas antibakteri terhadap *Staphylococcus aureus*.

Dari hasil survei dan pengumpulan data, ditemukan bahwa penyakit kolesterol menjadi salah satu penyakit tertinggi dan menjadi sebuah permasalahan kesehatan yang ada di Pulau Panjang. Maka dari itu dibentuklah program kerja Seminar Tentang Obat Tradisional dan Pembuatan Jamu untuk mengedukasi serta memberikan pengetahuan baru kepada masyarakat tentang penggunaan serta cara pembuatan obat tradisional sebagai alternatif pengobatan. Hal ini diperkuat oleh penelitian (Yulion *et al.*, 2022) yang menyatakan bahwa dengan dilakukannya penyuluhan dan demonstrasi terjadi peningkatan wawasan masyarakat tentang pengolahan tanaman herbal.

## METODE

Metode kegiatan yang digunakan adalah metode interaktif seperti diskusi dan tanya jawab tentang obat tradisional dan pembuatan jamu. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 Agustus 2024 pukul 08.00 WIB-selesai di SD Negeri 005 Galang, Pulau Panjang, Kelurahan Si Jantung, Kecamatan Galang.

Sebelum kegiatan dilaksanakan, dilakukan survei awal terlebih dahulu untuk mengetahui persepsi masyarakat mengenai pemahaman tentang obat tradisional, jenis-jenisnya, serta cara pembuatan jamu. Kegiatan kemudian dimulai dengan penyampaian materi yang mencakup pengertian obat tradisional, berbagai jenis dan khasiatnya, serta macam-macam jamu tradisional. Kemudian melakukan demonstrasi pembuatan jamu dan sebagai penutup, dilakukan evaluasi melalui sesi tanya jawab.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan seminar mengenai obat tradisional dan pembuatan jamu diikuti oleh masyarakat Pulau Panjang. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai jenis-jenis obat tradisional, manfaatnya, serta cara pembuatannya sebagai upaya pencegahan penyakit secara alami.

Sebelum hari pelaksanaan kegiatan, penanggung jawab dan panitia telah menginformasikan kepada warga setempat melalui perangkat RT/RW maupun kader ibu PKK terkait waktu dan tempat kegiatan. Pada hari pelaksanaan, panitia juga melakukan persiapan logistik berupa pemindahan alat dan bahan ke lokasi kegiatan serta melakukan penataan ruangan.



**Gambar 1.**  
Persiapan Alat dan Bahan

Kegiatan inti dari program ini adalah penyampaian materi melalui seminar mengenai manfaat jamu, kandungan bahan-bahan yang digunakan, serta efek jangka panjang konsumsi herbal terhadap kesehatan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya para ibu di Pulau Panjang. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi langsung pembuatan jamu kunyit asam oleh perwakilan mahasiswa dari Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam. Proses kegiatan berlangsung lancar dan teratur dengan bantuan kader setempat yang mengoordinasikan jalannya acara secara efisien.



**Gambar 2.**  
Pemberian Materi dan Pembuatan Jamu

Antusiasme masyarakat terlihat dalam sesi diskusi, di mana para ibu aktif bertanya dan menyampaikan minat untuk dapat membuat jamu kunyit asam secara mandiri, terutama sebagai upaya meningkatkan daya tahan tubuh serta sebagai alternatif pengobatan kolesterol yang menjadi keluhan umum di wilayah tersebut. Hasilnya, masyarakat Pulau Panjang, khususnya para ibu, menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai obat tradisional dan lebih mengenal berbagai jenis jamu sebagai solusi alternatif dalam menjaga kesehatan. Setelah proses pembuatan selesai, peserta diberikan kesempatan untuk mencicipi jamu yang telah dibuat, sekaligus menerima produk jamu dalam kemasan botol sebagai bentuk hasil program. Sebagai bentuk apresiasi, panitia juga membagikan doorprize kepada warga yang hadir dan meramaikan acara melalui sistem kupon yang telah disebarakan saat kegiatan berlangsung.



**Gambar 4.**  
Sesi Tanya Jawab

## **KESIMPULAN**

Kegiatan seminar dan demonstrasi pembuatan jamu kunyit asam berjalan dengan baik dan mencapai target yang ditetapkan. Materi yang disampaikan berhasil meningkatkan pemahaman peserta, terlihat dari antusiasme dan partisipasi aktif dalam sesi tanya jawab. Peserta menunjukkan minat tinggi untuk membuat jamu secara mandiri, yang mencerminkan keberhasilan kegiatan dalam memberikan edukasi mengenai pemanfaatan obat tradisional sebagai alternatif menjaga kesehatan.

Saran untuk kegiatan ini sebaiknya dilakukan saat masyarakat tidak sedang bekerja ke laut karena sebagian besar warga pulau panjang kota batam mencari nafkah sebagai pelaut supaya peserta kegiatan ini semaki banyak dan masyarakat bisa mengambil hal positif dari kegiatan ini, kemudian saran kedepannya bisa ditambah lagi jenis jamu yang didemonstrasikan sehingga masyarakat bisa tahu banyaknya tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat tradisional.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kepada seluruh masyarakat Pulau Panjang atas partisipasi dan antusiasmenya dalam kegiatan Seminar Obat Tradisional dan Pembuatan Jamu. Semoga informasi yang disampaikan bermanfaat dan menambah pemahaman tentang obat tradisional dan pembuatan jamu. Kami berharap kegiatan seperti ini dapat terus berlanjut dan memberi manfaat bagi masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- BPOM. (2019). Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 32 tentang Persyaratan Keamanan dan Mutu Obat Tradisional [Internet]. BPOM.
- Deng, Z., Ke, Y., Xiaonan, C., Hong, M., Han, X., & Wenqi, G. (2023). The Beneficial Effects of Curcumin Supplementation on Blood Lipid Levels Among Patients with Metabolic Related Diseases in Asia Area. *Frontiers in Sustainable Food System*, 7:1167913.
- Herlina., Ainul, Y., & Mandra. (2024). Persepsi Masyarakat terhadap Jau Tradisional dalam Meningkatkan Pola Konsumsi Masyarakat di Lombok. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(4).
- Hidayat, N., Imoyowati., Sigit, M., Imam, S., & Ibnu, H, S. (2021). Suplementasi Tepung Kunyit (*Curcuma domestica* Val) dalam Pakan terhadap Produksi dan Kualitas Telur Ayam Niaga Petelur. *Prosiding Seminar Teknologi dan Agribisnis Peternakan*, 24-25.
- Indriaty, S., Firmansyah, D., & Imany, S. (2019). Formulasi Sabun Mandi Cair dari Ekstrak Etanol Temu Giring (*Curcuma heyneana*) dengan Cocamidopropyl Betain Konsentrasi 1,6% dan 3,2%. *Jurnal Farmagazine*, 6(2).
- Ismail. (2015). Faktor yang Memengaruhi Keputusan Masyarakat Memilih Obat Tradisional di Gampong Lam Ujong. *Idea Nursing Journal*, 6, 7-14.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, dan Perawatan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Pusat Data dan Informasi.
- Lau., Herman., & Rahmat, M. (2019). Studi Perbandingan Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Obat Herbal dan Obat Sintetik di Campagayya Kelurahan Panaikang Kota Makassar. *Jurnal Farmasi Sandi Karsa*, 5(1), 33-37.
- Pratiwi, R., Saputri F., & Nuwarda, R. (2018). Tingkat Pengetahuan dan Penggunaan Obat Tradisional di Masyarakat: Studi Pendahuluan pada Masyarakat di Desa Hegarmanah, Jatinangor, Sumedang. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*, 7(2), 97-100.
- Yulion, R., Manik, F., & Ulandri, R. (2022). Edukasi Penggunaan Obat Konvensional dan Obat Tradisional Berbasis Kearifan Lokal di Desa Terusan Kecamatan Maro Sebo Ilir Kabupaten Batanghari Provinsi Jambi. *Jurnal Inovasi Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2).