

PEMANFAATAN TANAMAN OBAT UNTUK PEMELIHARAAN KESEHATAN, PENCEGAHAN PENYAKIT DAN PERAWATAN KESEHATAN DI DESA SUKARAJA

Nia Yuniarsih
Farmasi, Universitas Buana Perjuangan, Karawang
nia.yuniarsih@ubpkarawang.ac.id

ABSTRAK

Salah satu dari Tridharma adalah melaksanakan pengabdian terhadap masyarakat. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi dalam hal pemanfaatan tanaman obat untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan di Desa Sukaraja terhadap Kesehatan dalam menghadapi Pandemi Covid-19. Kesehatan adalah salah satu hal yang paling penting dalam menunjang kesejahteraan baik dalam suatu individu maupun dalam masyarakat. Masyarakat Desa Sukaraja sudah banyak menanam tanaman obat tetapi belum begitu faham penggunaannya. Metode yang digunakan berupa memberikan edukasi melalui pembagian informasi pemanfaatan tanaman obat. Hasil yang didapatkan masyarakat desa Sukaraja bertambah pengetahuannya tentang pemanfaatan tanaman obat .

Kata Kunci : Pengabdian Masyarakat, Desa Sukaraja, Tanaman Obat

ABSTRACT

One of the Tridharma is to carry out community service. This community service aims to provide education regarding the use of medicinal plants for health maintenance, disease prevention and health care in Sukaraja Village on Health in the face of the Covid-19 Pandemic. Health is one of the most important things in supporting well-being both in an individual and in society. The people of Sukaraja Village have planted many medicinal plants but do not really understand their use. The method used is to provide education through the sharing of information on the use of medicinal plants. The results obtained by the people of Sukaraja village increase their knowledge about the use of medicinal plants.

Keywords: Community Service, Sukaraja Village, Medicinal Plants

PENDAHULUAN

Pembangunan berkelanjutan adalah pembangunan yang memenuhi kebutuhan generasi sekarang tanpa membahayakan kesanggupan generasi mendatang untuk memenuhi kebutuhan (Antonia Panca Yuni Wulandari,2005). Pembangunan berkelanjutan juga dapat diartikan sebagai suatu proses pembangunan masa yang akandatang dengan mengoptimalkan manfaat dari

berbagai potensi yang ada serta dapat dikembangkan. Pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi (Syahril, R., 2019).

Desa Sukaraja merupakan salah satu Desa yang berada di wilayah Kabupaten Karawang yang secara administrasi terdaftar dan berada di wilayah Kecamatan Rawamerta. Pada tahun 1980-an Desa Sukaraja belum menjadi Desa dan secara administratif masih termasuk ke dalam wilayah Desa Cilandak-Kecamatan Rawamerta, namun pada tahun 1982 dilakukan pemekaran Desa menjadi 2 (dua) yaitu Desa Cibadak dan Desa Sukaraja. Seiring dengan berjalannya waktu dan pertumbuhan jumlah penduduk juga luas wilayah yang dianggap terlalu luas sehingga berdampak kepada pengelolaan yang kurang maksimal, maka pada tahun 1990 Desa Sukaraja dilakukan pemekaran menjadi 2 (dua) Desa yaitu; sebelah selatan tetap menjadi wilayah Desa Sukaraja dan untuk sebelah utara menjadi Desa Sukaratu.¹ Desa Sukaraja-Kecamatan Rawamerta terletak di daerah dataran atau pesawahan dengan ketinggian sekitar 5 m di atas permukaan laut. Desa Sukaraja berjarak 7 km dari Kota Kecamatan dan berjarak 19 km dari Kota Kabupaten. Desa Sukaraja merupakan salah satu Desa di Kabupaten Karawang yang berada di daerah dataran rendah pantai utara pulau Jawa, Sebagian besar wilayah Desa Sukaraja merupakan lahan pertanian atau sawah.² Lahan yang luas ini dapat dimanfaatkan dengan menanam tanaman obat

Sarana dan prasarana kesehatan Desa Sukaraja masih terbatas dimana tenaga dokter belum ada hanya ada 3 bidan dan 1 perawat, sehingga diperlukan informasi pemanfaatan tanaman obat untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan. Partisipasi dari masyarakat yang sehat, sejahtera, dan bahagia dalam pembangunan desa tersebut sangat diperlukan. Sehingga dapat dikatakan tanpa adanya partisipasi dan dukungan aktif dari masyarakat terkait sebagai sumber daya manusia yang unggul dan sehat dalam pelaksanaan program-program kerja desa, maka tidak akan menjadi desa yang berkembang dan sejahtera. Terlebih lagi dalam masa-masa pandemi Covid-19 ini, bahwa kesehatan sumber daya manusia terkait sangat harus dijaga dengan upaya-upaya pencegahan yang nyata dan sederhana, yaitu

seperti menggunakan masker, handsanitizer, mencuci tangan, jaga jarak, dan tidak disarankan bekerja jika dirasa sakit, makan-makanan bergizi, dan istirahat yang (Spripim Polri, 2020).

METODE

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini metode yang dilakukan adalah memberikan edukasi tentang pemanfaatan tanaman obat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Potensi sumberdaya alam yang terdapat di Desa Sukaraja memiliki luas wilayah sekitar 454,3950 Ha yang terdiri dari sawah seluas 381.615 Ha dan wilayah permukiman 72.600 Ha, hal tersebut dapat dimanfaatkan untuk menanam tanaman obat dimana fasilitas kesehatan di desa tersebut belum memadai. salah satu strategi pembangunan kesehatan adalah mendorong masyarakat agar mampu memelihara kesehatannya serta mengatasi gangguan kesehatan riingan secara mandiri melalui kemampuan asuhan mandiri.

Dalam rangka memberdayakan dan mendorong peran aktif masyarakat dalam upaya pengembangan kesehata tradisional menurut Kemenkes, 2021 perlu mengarahkan agar masyarakat dapat melakukan perawatan kesehatan secara mandiri dan benar melalui pemanfaatan tanaman obat sebagai obat tradisional. Pemanfaatan obat tradisional tersebut sebagai upaya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit, dan perawatan kesehatan termasuk pada masa Kedaruratan Kesehatan Masyarakat dan/atau Bencana Nasional *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)*.

Pembahasan

Pemanfaatan obat tradisional harus tetap memperhatikan petunjuk penggunaanya seperti di antaranya memiliki izin edar dari BPOM, informasi yang tercantum dalam kemasan harus diperhatikan antara lain aturan pakai, tanggal kadaluarsa, peringatan/kontra indikasi, khasiat, kondisi kemasan harus dalam keadaan baik, dan bentuk fisik produk dalam keadaan baik. Obat tradisional juga tidak boleh digunakan dalam keadaan kegawatdaruratan dan keadaan yang potensial membahayakan jiwa

Beberapa contoh khasiat obat tradisional menurut kemenkes 2021 meliputi:

- a. Untuk daya tahan tubuh (ramuan yang mengandung meniran/kencur/mengkudu).

- b. Untuk darah tinggi (ramuan yang mengandung seledri/kumis kucing).
- c. Untuk diabetes (ramuan yang mengandung kayu manis/mengkudu dan pare).
- d. Untuk mengurangi keluhan batuk (ramuan yang mengandung kencur/lagundi/saga/jahe merah/lemon/daun mint).
- e. Untuk mengurangi keluhan flu (ramuan yang mengandung jintan hitam/mahkota dewa atau ramuan meniran/jahe/mint/cengkeh).
- f. Untuk mengurangi keluhan sakit tenggorokan (ramuan yang mengandung jahe/kencur/jeruk nipis/adas/pala).
- g. Untuk meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI) (ramuan yang mengandung katuk/pegagan/kelor/torbangun).

Beberapa contoh khasiat ramuan tanaman obat untuk meningkatkan daya tahan tubuh meliputi:

a. Ramuan 1

1) Bahan :

Jahe Merah 2 ruas ibu jari

Jeruk Nipis 1 buah

Kayu manis 3 Jari

Gula Merah secukupnya

Air : 3 cangkir

- 2) Cara Pembuatan: Cuci bersih semua bahan, jahe merah dicuci bersih dan digeprek. Rebus air hingga mengeluarkan banyak uap, kecilkan api dan rebus semua bahan yang sudah disiapkan bersama dengan gula merah selama 15 menit. Kemudian saring dalam keadaan dingin

- 3) Cara Pemakaian Ramuan diminum 1 kali sehari sebanyak 1,5 cangkir

b. Ramuan 2

1) Bahan

Kunyit 1 ruas ibu jari

Lengkuas 1 ruas ibu jari

Jeruk Nipis 1 buah

Air 3 cangkir

Gula merah secukupnya

2) Cara Pembuatan : Cuci bersih semua bahan, kunyit dan lengkuas digeprek. Kemudian rebus air hingga mendidih, kecilkan api dan masukan semua bahan, tunggu kira - kira hingga setengahnya dan matikan, saring dalam keadaan dingin.

3) Cara Pemakaian: Ramuan diminum 2 x sehari sebanyak 1,5 cangkir.

c. Ramuan 3

1) Bahan

Pegagan 1 jumput

Jahe merah 1 ruas ibu jari

Temulawak 1 iris

Gula aren secukupnya

Air 1,5 gelas

2) Cara Pembuatan: Pegagan dicuci sampai bersih, kemudian rebus air sampai mendidih, setelah mendidih kecilkan api dan masukan pegagan yang sudah disiapkan. Tunggu sampai air tersisa kira - kira 2 gelas, sesudah dingin disaring, tambahkan perasan jeruk nipis.

3) Cara Pemakaian : Diminum 2 x sehari 1 gelas

d. Ramuan 4

1) Bahan

Kencur 50 gram yang sudah dikupas

Beras 100 gram

Daun pandan 3 lembar secukupnya

Gula aren secukupnya

Air 2300 ml

2) Cara Pembuatan : Sangrai beras hingga kekuningan. Haluskan beras, kencur dan gula. Masukkan ke dalam air sampai mendidih, tambahkan pandan kemudian disaring.

3) Cara Pemakaian : Minum 2 kali sehari 1,5 gelas

e. Ramuan 5

1) Bahan :

Daun Kelor : 2 genggam

Air : 2 cangkir

2) Cara Pembuatan : Rebus air sampai mendidih, masukan daun kelor lalu matikan api dan saring sesudah dingin.

3) Cara Pemakaian

a) Dewasa : 2 kali sehari 1 cangkir

b) Anak : 2 kali sehari 1/2 cangkir

f. Ramuan 6

1) Bahan

Bawang Putih tunggal (lanang): 2 butir

Air hangat : 1 gelas

Madu : secukupnya

2) Cara Pembuatan : Bawang putih dicuci bersih dan dimemarkan sampai halus, kemudian campurkan kedalam air hangat dan tambahkan madu, aduk hingga larut.

3) Cara Pemakaian : Ramuan diminum 2 kali sehari sebanyak secukupnya

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil dan pembahasan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan sebeagai berikut:

1. Masyarakat harus bisa perawatan kesehatan secara mandiri dan benar melalui pemanfaatan tanaman obat.
2. Pemanfaatan lahan yang luas dapat di pergunakan untuk penanaman tanaman obat.

Saran

Kekurangan yang ditemui dalam pelaksanaan pengabdian terhadap masyarakat ini adalah tidak terlaksananya dengan optimal cara pemeliharaan kesehatan terhadap penyakit di masa pandemic ini secara edukasi langsung agar terealisasinya kesadaran masyarakat desa Sukaraja.

DAFTAR PUSTAKA

Gea, Antonius Atosokhi dan Wulandari, Antonina Panca Yuni, 2005, *Relasi dengan dunia; Alam, IPTEK dan Kerja*, PT. Elex Media Komputindo.

Prodeskel Bina Pemdes on: <http://prodeskel.binapemdes.ke.mendagri.go.id/mpublik/>

Spripim Polri, 2020, Kumpulan Intisari Peraturan Dan Pedoman Corona Virus Disease 2019 (Covid-19), Jakarta Selatan, hal 2.

Syahrial, Ramon, 2019, Mengembangkan Potensi Desa dengan Peningkatan Kesehatan dan Kreativitas Masyarakat, Prosiding PKM-CSR, Vol.2, 523-536.

https://yankes.kemkes.go.id/view_unduh/50/se-dirjen-yankes-nomor-hk0202iv22432020-tentang-pemanfaatan-obat-tradisional-untuk-pemeliharaan-kesehatan-pencegahan-penyakit-dan-perawatan-kes