

Pembuatan Serbuk Tanaman Obat dalam Upaya Peningkatan Kesehatan bagi Ibu-Ibu PKK Desa Tumaratas, Kecamatan Langowan Barat, Kabupaten Minahasa

Vanda Selvana Kamu*, Max Revolta John Runtuwene, dan Dewa Gede Katja

Program Studi Kimia, Universitas Sam Ratulangi, Jalan Kampus Kleak, Manado, Indonesia 95115

*Email: vandakamu@unsrat.ac.id

ABSTRAK

Telah dilakukan kegiatan pengabdian Program Kemitraan Masyarakat (PKM) pembuatan serbuk tanaman obat bagi Ibu-ibu PKK Desa Tumaratas, Kecamatan Langowan Barat, Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara. Kegiatan pelatihan diawali dengan pengumpulan data Desa Tumaratas serta wawancara dengan perangkat desa dan dilanjutkan dengan perumusan jenis kegiatan yang akan dilakukan. Oleh karena beberapa tanaman obat merupakan juga tanaman yang dapat ditanam di pekarangan rumah dan sering digunakan sebagai bumbu dapur, maka untuk pemanfaatan lanjutan tanaman obat ini, dapat dibuat dalam bentuk serbuk supaya mempermudah saat mengkonsumsi tanaman obat tersebut. Kegiatan pelatihan ini diberikan kepada 35 Ibu PKK Desa Tumaratas. Kegiatan diawali dengan pendahuluan mengenai pentingnya tanaman obat serta jenis-jenis tanaman obat yang mudah ditanam, diolah, dan dimanfaatkan sebagai obat herbal. Selanjutnya dilakukan asesmen awal terhadap peserta kegiatan mengenai pemahaman tentang tanaman obat, kemudian dilanjutkan dengan pelatihan kepada Ibu-ibu PKK untuk membuat tanaman obat dalam bentuk serbuk, dan diakhiri dengan asesmen akhir. Tanaman obat yang digunakan adalah jahe, kunyit, dan lengkuas. Dari kegiatan ini diperoleh bahwa sekitar 69% peserta memiliki pemahaman awal yang sudah cukup baik mengenai tanaman obat. Dan di akhir kegiatan sebanyak 94% peserta sudah memiliki pengetahuan yang sangat baik mengenai tanaman obat dan telah berhasil membuat serbuk tanaman obat.

Kata kunci: tanaman obat; jahe; kunyit; lengkuas; Ibu-ibu PKK.

ABSTRACT

Community Partnership Program (PKM) service activities have been carried out to make medicinal plant powder for PKK mothers in Tumaratas Village, West Langowan District, Minahasa Regency, North Sulawesi. The training activity began with collecting data from Tumaratas Village and interviews with village officials and continued with formulating the types of activities to be carried out. Because some medicinal plants are also plants that can be planted in the home garden and are often used as kitchen spices, for further use of these medicinal plants, they can be made in powder form to make it easier to consume these medicinal plants. This training activity was provided to 35 PKK mothers in Tumaratas Village. The activity began with an introduction regarding the importance of medicinal plants and types of medicinal plants that are easy to grow, process, and use as herbal medicine. Next, an initial assessment was carried out on the activity participants regarding their understanding of medicinal plants, then continued with training for PKK women to make medicinal plants in powder form, and ended with a final assessment. The medicinal plants used are ginger, turmeric, and galangal. From this activity, it was found that around 69% of participants had a fairly good initial understanding of medicinal plants. At the end of the activity, 94% of the participants already had very good knowledge about medicinal plants and had succeeded in making medicinal plant powder.

Keywords: medicinal plants; ginger; turmeric; galangal; PKK Mothers.

PENDAHULUAN

Desa Tumaratas terletak di Kecamatan Langowan Barat Kabupaten Minahasa, Provinsi Sulawesi Utara, terdiri terdiri dari 9 jaga /lingkungan, dan jumlah penduduk yang terdapat di desa Tumaratas adalah 2032 kepala keluarga, yang di dalamnya terdiri dari laki-laki 927 dan perempuan 1105, dengan jumlah keluarga 600 KK. Kegiatan pengembangan dan pembangunan desa melibatkan berbagai unsur masyarakat diantaranya kelompok ibu-ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK).

Gerakan Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) adalah gerakan nasional dalam pembangunan masyarakat yang tumbuh dari bawah yang pengelolaanya dari, oleh dan untuk masyarakat menuju terwujudnya keluarga yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia dan berbudi luhur, sehat sejahtera, maju dan mandiri, kesejahteraan dan keadilan gender serta kesadaran hukum dan lingkungan. Pemberdayaan keluarga adalah segala upaya bimbingan dan pembinaan agar keluarga dapat hidup sehat sejahtera, maju dan mandiri. Kesejahteraan keluarga adalah kondisi tentang terpenuhinya kebutuhan dasar manusia dari setiap anggota keluarga secara material, sosial, mental dan spiritual sehingga dapat hidup layak sebagai manusia yang bermanfaat (Musjtari & Maesaroh, 2018).

Untuk setiap jaga/lingkungan desa Tumaratas mempunyai kelompok ibu-ibu PKK, yang diketuai oleh ibu kepala jaga/lingkungan untuk mengkoordinir segala kegiatan yang dilaksanakan di jaga masing-masing. Kegiatan yang dilakukan ibu-ibu PKK Desa belum berjalan optimal untuk pemberdayaan ibu-ibu anggota PKK. Sehingga tujuan pemberdayaan anggota PKK untuk hidup sejahtera, maju dan mandiri belum bisa tercapai.

Melihat potensi pada ibu-ibu PKK Desa Tumaratas Kecamatan Langowan Barat dan belum dapat memanfaatkan tumbuhan obat secara efektif dan berhasil guna diperlukan pengetahuan dan pemahaman bagaimana memanfaatkan tumbuhan obat agar dapat ditingkatkan nilai ekonominya, maka sangat perlu diberikan pengetahuan dan ketrampilan tentang pembuatan serbuk tumbuhan obat.

Tumbuhan obat adalah tumbuhan yang berkhasiat obat yaitu menghilangkan rasa sakit, meningkatkan daya tahan tubuh, membunuh bibit penyakit dan memperbaiki organ yang rusak serta menghambat pertumbuhan tidak norma seperti tumor dan kanker (Herbie, 2015). Berbagai bahan obat yang berasal dari tumbuhan hutan tropis, berkhasiat untuk pengobatan penyakit degeneratif seperti rematik, jantung/hipertensi dan antifertilitas yang bermanfaat (Anggorowati *et al.*, 2016). Tumbuhan obat dapat berupa tumbuhan liar seperti semak, belukar dan tumbuhan, hutan, tanaman perkebunan, tanaman hias maupun tanaman hortikultura tetapi sebagian besar merupakan tumbuhan liar di hutan primer maupun sekunder (Simbala, 2009). Tradisi pengobatan suatu masyarakat tidak terlepas dari kaitan budaya setempat. Pemanfaatan sumberdaya tumbuhan obat yang ditemukan,

banyak berasal dari tumbuhan hutan atau daerah sekitarnya yang masih tumbuh liar (Susi dan Rodani, 1995).

Sasaran program ini diarahkan pada kelompok ibu-ibu PKK di desa Tumaratas sebagai mitra dari usulan ini yaitu dua kelompok ibu-ibu PKK di desa Tumaratas kecamatan Langowan Barat Kabupaten Minahasa Provinsi Sulawesi Utara yaitu Kelompok Pembuat Apotik Hidup dan Kelompok Pembuat serbuk tumbuhan obat “siap pakai” dan dapat digunakan dan dikembangkan dalam usaha kecil dan dimanfaatkan.

METODE PELAKSANAAN

Tahapan pelaksanaan kegiatan PKM ini adalah sebagai berikut:

1. Rancangan kegiatan
Diawali dengan wawancara dengan calon mitra, dalam hal ini Ketua dan Pengurus PKK Desa Tumaratas. Berdasarkan hasil diskusi, maka disepakati kegiatan yang akan dibuat adalah penyuluhan dan pelatihan/workshop tentang tumbuhan obat dan penggunaan/pemanfaatannya dan dilanjutkan dengan pembuatan serbuk tanaman obat tersebut.
2. Sasaran kegiatan
Ibu-ibu PKK Desa Tumaratas, Kecamatan Langowan Barat, Kabupaten Minahasa.
3. Pelaksanaan kegiatan
 - Waktu dan tempat: 25 Agustus 2023 dan 8 September 2023, bertempat di Halaman Kantor Hukum Tua Desa Tumaratas
 - Metode pelaksanaan: penyuluhan tentang tanaman obat dan pemanfaatannya (pertemuan pertama) dan pembuatan serbuk tanaman obat (pertemuan kedua)
4. Asesmen peserta
 - Dalam pertemuan pertama dilakukan pretes kepada Ibu-ibu PKK
 - Dalam pertemuan kedua dilakukan post-tes kepada Ibu-ibu PKKAsesmen dilakukan dengan pemberian kuesioner kepada Ibu-ibu PKK untuk dilihat sejauh mana peningkatan pemahaman peserta terhadap materi tanaman obat.
5. Materi pelatihan
Materi pelatihan ini terdiri dari 2 (dua) bagian, yaitu:
 - a. Penyuluhan tentang jenis, fungsi, dan pemanfaatan tanaman obat
 - b. Pembuatan serbuk tanaman obat siap pakai
Tanaman obat yang digunakan dalam pelatihan ini, adalah jahe, kunyit, dan temulawak. Secara garis besar, skema pembuatan serbuk tanaman obat dapat dilihat dalam Gambar 1.



Gambar 1. Skema pembuatan serbuk tanaman obat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pelatihan ini, tanaman obat yang digunakan adalah jahe, kunyit, dan lengkuas. Ketiga tanaman ini merupakan jenis bumbu dapur yang banyak digunakan dalam pengolahan makanan.

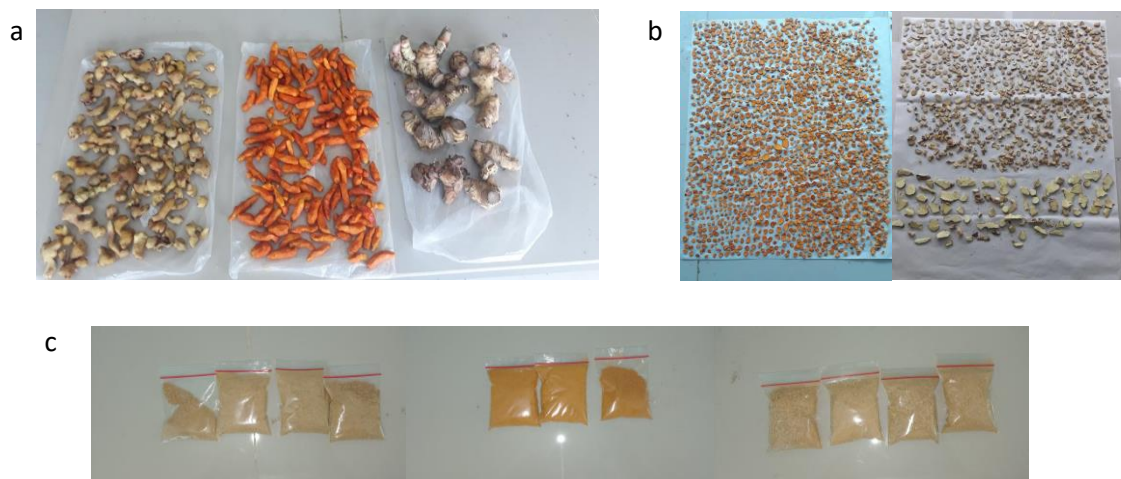
Jahe memiliki banyak manfaat selain sebagai bumbu dapur, di antaranya adalah sebagai obat tradisional. Jahe mempunyai khasiat mencegah dan mengobati berbagai penyakit, seperti batuk, pegal-pegal, sakit kepala, rematik, sakit punggung, masuk angin, bronkitis, sakit perut, nyeri otot, vertigo, mual saat hamil, osteoarthritis, gangguan sistem pencernaan, nyeri saat haid, kadar kolesterol jahat dan trigliserida dalam darah tinggi, kanker, penyakit jantung, gangguan fungsi otak, Alzheimer, penyakit menular, asma, gangguan produksi ASI, dan rendahnya stamina tubuh (Aryanta, 2019; Radam *et al.*, 2017; Syaputri *et al.*, 2021).

Lengkuas banyak digunakan sebagai bumbu masakan, namun juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan obat tradisional. Sebagai obat tradisional, lengkuas diyakini dapat menyembuhkan sakit perut, diare, dan masuk angin (Ferlinahayati *et al.*, 2019). Kandungan kimia dari lengkuas mempunyai aktivitas sebagai

antimikroba, antiulcer, dan antitumor (Parwata dan Dewi, 2008; Sastrawidana & Saraswati, 2020).

Kunyit memiliki banyak manfaat, baik sebagai bumbu makanan maupun sebagai bahan obat tradisional. Kunyit memberi warna kuning dalam masakan. Selain bermanfaat sebagai bumbu masakan, kunyit juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan obat tradisional. Kunyit berkhasiat sebagai penurun kadar lemak darah dan kolesterol, antiinflamasi, antimikroba, pembersih darah, dan sebagai obat pasca melahirkan (Sasmi *et al.*, 2017).

Berdasarkan hal-hal tersebut, maka dalam pengabdian ini dilakukan pelatihan pembuatan serbuk tanaman obat supaya tanaman obat yang telah dipreparasi dapat disimpan dalam waktu lebih lama dan dalam jangka waktu yang tidak singkat. Tahapan pertama yang dilakukan, adalah pembersihan dan pencucian tanaman kunyit, jahe, dan lengkuas. Setelah itu rimpang kunyit, jahe, dan lengkuas dipotong dalam ukuran kecil-kecil. Selanjutnya dilakukan pengeringan dengan dijemur selama kurang lebih 2-3 hari namun tidak di bawah terik matahari. Kondisi pembersihan dan pengeringan tanaman obat dapat dilihat dalam Gambar 2.



Gambar 2. (a) Tanaman obat yang sudah dicuci dan dibersihkan; (b) tanaman obat yang sudah kering; (c) serbuk tanaman obat, berturut-turut dari kiri ke kanan, lengkuas, kunyit, dan jahe.

Pembersihan tanaman obat merupakan tahapan penting dalam pembuatan serbuk tanaman obat untuk mencegah pengotor yang tidak diinginkan dan menurunkan kualitas serbuk tanaman obat yang dihasilkan. Tahapan pencucian juga bermanfaat untuk membersihkan bagian tanaman dari pengotor. Selanjutnya, tahapan pengeringan dilakukan supaya sampel tanaman obat memiliki kadar air yang cukup rendah. Menurut Moehady (2015), pengeringan pada suhu 45-60°C sudah memadai karena pada suhu ini sampel mencapai suhu air kritis sehingga pengeringan bisa berlangsung sempurna dan proses penghalusan selanjutnya dapat dilakukan dengan

mudah. Hal ini bertujuan agar penyimpanan dapat berlangsung lebih lama serta menghindari tumbuhnya mikroorganisme berbahaya yang akan berimbas negatif bagi kesehatan (Sukmawati & Merina, 2019). Pembuatan serbuk juga dilakukan agar konsumsi tanaman obat ini lebih mudah karena cukup diseduh dengan air matang hangat, sehingga menghemat waktu dalam penyajiannya (Lolok *et al.*, 2021). Adapun dokumentasi kegiatan pelatihan pembuatan serbuk tanaman obat ini dapat dilihat dalam Gambar 3.



Gambar 3. Suasana pelatihan pembuatan serbuk tanaman obat di Desa Tumaratas

Pelatihan ini dapat dikatakan berjalan dengan baik. Hal ini disebabkan karena di awal pelatihan telah dilakukan pre-test untuk melihat pemahaman peserta, dalam hal ini Ibu-ibu PKK, mengenai tanaman obat. Sebanyak 69% memiliki pemahaman yang cukup mengenai tanaman obat. Di akhir kegiatan diadakan *post-test*, yang menunjukkan sebanyak 94% telah memahami materi tanaman obat ini. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta Ibu-ibu PKK meningkat sejalan

dengan kegiatan pelatihan ini. Selain itu, peserta juga menyarankan untuk diadakan kegiatan lanjutan mengenai pengemasan produk secara lebih higienis sehingga layak untuk dipasarkan.

KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan pembuatan serbuk tanaman obat jahe, kunyit, dan lengkuas kepada Ibu-ibu PKK Desa Tumaratas telah berjalan dengan baik. Hal ini ditunjukkan dengan antusiasme dan peningkatan pemahaman peserta mengenai tanaman obat dan pembuatannya, dari awalnya tingkat pemahaman hanya 69% meningkat menjadi 94%. Pelatihan ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan Ibu-ibu dalam menyediakan serbuk tanaman obat bagi konsumsi harian keluarga. Sangat diharapkan agar kegiatan ini bisa dilanjutkan dengan materi pengemasan yang higienis serta metode pemasaran lebih lanjut. Sehingga tanaman obat yang dipelihara pribadi dapat ditingkatkan nilainya untuk menambah penghasilan bagi keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) Universitas Sam Ratulangi, Manado, yang telah mendanai penuh kegiatan ini melalui Skema Program Kemitraan Masyarakat (PKM) Kluster 1 dengan nomor kontrak 1550/UN12.13/PM/2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggorowati, D. A., Priandini, G., dan Thufail, T. (2016). Potensi Daun Alpukat (*Persea americana* Miller) Sebagai Minuman Teh Herbal yang Kaya Antioksidan. *Industri Inovatif: Jurnal Teknik Industri*, 6(1): 1-7.
- Fajarwati dan Khoirun, S. (2015). Laporan Akhir Program Ipteks Bagi Masyarakat (Ibm). Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Ferlinahayati, Said, M. dan Jorena. (2019). Pembuatan Makanan Ringan dari Herbal Lengkuas. *Jurnal Pengabdian Sriwijaya*. *Jurnal Pengabdian Sriwijaya*, 900-905.
- Herbie, T. (2015). *Kitab Tanaman Berkhasiat Obat*. Yogyakarta: Octopus Publishing House.
- Lolok, N.H., Ridwan, B.A., Ramadhan, D.S., dan Yuliasri, W.O. (2021). Pelatihan Pembuatan Produk Herbal Instan Untuk Peningkatan Pola Hidup Sehat. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 2(1): 33-40.
- Musjtari, D.N. dan Maesyaroh. (2018). Pembentukan Kampung Damai Sejahtera. *Jurnal Berdikari*, 6(1):1-15.
- Radam, R., Soendjoto, M. A., & Prihatiningtyas, E. (2017). Pemanfaatan tumbuhan yang berkhasiat obat oleh masyarakat di Kabupaten Tanah Bumbu, Kalimantan Selatan. In *Prosiding Seminar Nasional Lahan Basah* (Vol. 2016, No. 2, pp. 486-492). Lambung Mangkurat University Press.
- Sasmi, J., Mahdi, dan Kamal, S. (2017). Jenis Tanaman Yang Digunakan Untuk Obat Tradisional Di Kecamatan Kluet Selatan, *Jurnal Biotik*, 5(1): 36-59.

- Simbala, H. (2009). Keanekaragaman Floristik Dan Pemanfaatannya Sebagai Tumbuhan Obat Oleh Masyarakat Di Kawasan Konservasi Di Taman Nasional Bogani Nani Wartabone (Kab.Bolaang Mongondow. Disertasi. IPB. Bogor
- Susi dan Rodani. (1995). Kearifan Budaya dalam Tradisi Pengobatan Orang Sumbawa Barat Daya, Nusa Tenggara Barat. Prosiding Seminar Etnobotani II, Januari 1995.
- Syaputri, E.R., Selaras, G.H., dan Farma, S.A. (2021). Manfaat Tanaman Jahe (*Zingiber officinale*) Sebagai Obat-obatan Tradisional (Traditional Medicine). Prosiding SEMNAS BIO 2021 Universitas Negeri Padang Volume 01 2021, hal 579-586.
- Aryanta, I.W.R. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39-43.
- Parwata, I.M.O.A. dan Dewi, P.F.S. (2008). Isolasi Dan Uji Aktivitas Antibakteri Minyak Atsiri Dari Rimpang Lengkuas (*Alpinia galanga* L.). *Jurnal Kimia*, 2(2), 100-104.
- Moehady, B. I. (2015). Serbuk Temulawak Sebagai Bahan Baku Minuman. In Prosiding Industrial Research Workshop and National Seminar (Vol. 6, pp. 55–60).
- Sukmawati, W., dan Merina. (2019). Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Instan Untuk Meningkatkan Ekonomi Warga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(4), 210– 215.