

PEMANFAATAN TANAMAN LOKAL MENJADI MINUMAN TRADISIONAL BERKHASIAT UNTUK KESEHATAN MASYARAKAT DI WILAYAH PESISIR TELUK TOMINI

USE OF LOCAL PLANTS INTO TRADITIONAL BEVERAGES EFFECTIVE FOR PUBLIC HEALTH IN THE COASTAL AREA OF TOMINI BAY

Juliyanty Akuba¹, Nur Ayini S. Lalu², Endah Nurrohwinta Djuwarno³

^{1,3}Jurusan Farmasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

²Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

email: juliyanty@ung.ac.id

Abstrak

Minuman tradisional sangat bermanfaat untuk tubuh, salah satunya bisa meningkatkan daya tahan tubuh. Beberapa tanaman lokal yang banyak disekitar masyarakat, diantaranya Kunyit, Sereh, Jahe. Tanaman – tanaman ini sering digunakan sebagai bumbu dapur, dan banyak masyarakat yang menanam sendiri di pekarangan rumah mereka. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada masyarakat terkait pemanfaatan tanaman lokal untuk diolah menjadi produk minuman tradisional yang bisa diproduksi dan memiliki nilai jual, karena sangat bermanfaat terhadap kesehatan. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi: Identifikasi tanaman lokal yang potensial, pelatihan dan edukasi, pengembangan produk dan pemasaran. Hasil kegiatan pengabdian yaitu, masyarakat memiliki pengetahuan dan keterampilan baru dalam mengolah tanaman lokal menjadi minuman tradisional, meningkatnya produksi minuman tradisional berbasis tanaman lokal di masyarakat, peningkatan pendapatan masyarakat melalui penjualan produk-produk minuman tradisional, dan meningkatnya kesadaran akan pentingnya memanfaatkan potensi alam untuk kesehatan dan ekonomi. Kesimpulan bahwa kegiatan ini memberikan manfaat yang signifikan bagi masyarakat, seperti peningkatan pengetahuan dan keterampilan, peningkatan pendapatan, serta meningkatnya kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan memanfaatkan sumber daya alam secara optimal.

Kata kunci: Jahe; Kunyit; Sereh; Tanaman lokal.

Abstract

Traditional drinks are very beneficial for the body, one of which can increase endurance. Some local plants widely available in the community include turmeric, lemongrass, and ginger. These plants are often used as kitchen spices; many people plant them in their yards. This service activity aims to inform the public about the use of local plants to be processed into traditional beverage products that can be produced and have sales value because they are very beneficial for health. The methods used in this service include identifying potential local plants, training and education, product development, and marketing. The results of service activities are that the community has new knowledge and skills in processing local plants into traditional drinks, increased production of traditional beverages based on local plants in the community, increased community income through the sale of traditional beverage products, and increased awareness of the importance of utilizing natural potential for health. And economics. This activity concludes that it provides significant benefits for the community, such as increasing knowledge and skills, income, and awareness of the importance of maintaining health and utilizing natural resources optimally.

Keywords: Ginger; Turmeric; Lemongrass; Local plants.

PENDAHULUAN

Obat alami (herbal) dikenal dan digunakan di seluruh dunia sejak beribu tahun lamanya. Indonesia penggunaan obat alami yang lebih dikenal sebagai jamu, telah meluas sejak zaman nenek moyang hingga kini dan terus dilestarikan sebagai warisan budaya (1)(2). Bangsa Indonesia yang terdiri dari berbagai suku bangsa, memiliki keanekaragaman obat tradisional yang dibuat dari bahan – bahan alam Indonesia, termasuk tanaman obat. Indonesia memiliki keanekaragaman hayati dengan berbagai spesies tanaman yang diantaranya berkhasiat dan dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai obat. Konsep back to nature dalam dunia kesehatan sangat populer (3)(4).

Pengobatan dengan obat bahan alam diyakini mempunyai efek samping yang lebih ringan daripada obat kimia sintetis. Inilah alasan yang umum mengapa orang menggunakan produk herbal (bahan alam). Semakin populernya konsep back to nature juga disertai dengan membanjirnya produk – produk dengan konsep back to nature. Pengembangan obat alam patut mendapatkan perhatian yang

lebih besar bukan hanya karena potensi pengembangannya yang terbuka, tetapi juga permintaan pasar terhadap obat – obat tradisional ini terus meningkat untuk kebutuhan domestik maupun internasional (5)(6).

Kehidupan modern yang memiliki pola kebiasaan yang tidak sehat menyebabkan manusia lebih mudah terkena suatu penyakit. Tidak semua masyarakat mengunjungi dokter atau rumah sakit untuk berobat. Masyarakat masih ada yang kekurangan dana ataupun memiliki rumah yang lokasinya masih jauh dari pusat kesehatan masih mempercayai bahan alami. Berbagai ramuan dari daun, akar, buah, kayu dan umbi-umbian telah digunakan sejak lama untuk mendapatkan kesehatan dan menyembuhkan berbagai penyakit, yang dikenal sebagai pengobatan herbal. Semakin tersohornya istilah back to nature, semakin mendorong pemanfaatan herba yang berefek terhadap kesehatan serta semakin sering dilakukannya kajian atau studi terkait herba oleh para ilmuwan (7)(8).

Menurut Aswarina Nasution (2018), hutan tropis yang sangat luas beserta keanekaragaman hayati yang ada di dalamnya merupakan sumber

daya alam yang tak ternilai harganya. Indonesia juga dikenal sebagai gudangnya tumbuhan obat (herbal) sehingga mendapat julukan live laboratory (9)(10).

Kondisi kesehatan masyarakat yang sering mengalami sakit, dimana dapat dilihat dari cuaca sekitar yang dengan sangat mudah dapat berubah menjadikan masalah yang sering terjadi di masyarakat. Polusi udara yang disebabkan oleh asap – asap baik dari kendaraan maupun dari sisa asap perusahaan yang sangat berdampak terhadap masyarakat sekitar. Kebiasaan hidup yang tidak sehat dan jarang mengkonsumsi makanan yang bergizi.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan KKN-PK akan dilaksanakan pada bulan Juli tahun 2023 di Desa Patoameme, Kecamatan Botumoito.

Tahapan rencana aksi program ini meliputi:

- 1) Survey lokasi (observasi): melakukan penjajakan dan identifikasi potensi desa
- 2) Persiapan: menyiapkan seluruh perlengkapan pelaksanaan program, dilanjutkan dengan bimtek oleh dosen ke mahasiswa (teori dan praktik)

3) Pelaksanaan kegiatan: Identifikasi masalah kesehatan yang ada di masyarakat, identifikasi tanaman lokal berkhasiat yang ada disekitar masyarakat, kegiatan pembuatan produk minuman herbal berkhasiat untuk kesehatan

4) Bersinergi dengan masyarakat dalam membuat produk minuman herbal berkhasiat

Program ini bekerja sama dengan pihak Pemerintah Desa Patoameme Kecamatan Botumoito agar kegiatan ini dapat terus terkontrol dan dapat diberdayakan setelah pelatihan ini dilaksanakan dan bersifat kontinyu sehingga target dan sasaran yang diharapkan dapat terwujud penurunan angka kejadian. Sasaran dari kegiatan ini adalah masyarakat Desa Patoameme di Kecamatan Botumoito, serta pihak Pemerintah Desa yang turut bekerja sama. Masyarakat desa menjadi fokus utama karena mereka adalah yang akan dilatih dan diberdayakan untuk mengolah tanaman lokal menjadi minuman tradisional dengan nilai jual tinggi. Dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh, diharapkan masyarakat dapat memproduksi minuman tradisional secara mandiri, meningkatkan pendapatan, dan memberdayakan

potensi alam yang ada di sekitar mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan Kerja Bakti Pekarangan Dan Observasi Awal

Kegiatan pertama diawali dengan kerja bakti pekarangan dan observasi

awal keadaan desa. Kegiatan ini bertujuan untuk melihat kondisi yang ada di lingkungan masyarakat, sehingga bisa maksimal dalam melaksanakan program nantinya, kegiatan yang dimaksud seperti yang ditunjukkan pada gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan Kerja Bakti Pekarangan dan Observasi Awal Bersama Aparat Desa Patoameme

Kegiatan Penerimaan Mahasiswa KKN oleh Lapisan Masyarakat

Keberadaan mahasiswa KKN merupakan hal yang sangat diharapkan oleh masyarakat, karena akan sangat membantu program desa dan program mahasiswa. Hal ini yang menjadikan penerimaan mahasiswa

oleh seluruh lapisan masyarakat merupakan hal yang wajib untuk dilakukan, seperti yang ditunjukkan pada gambar 2. Pada kegiatan ini mahasiswa dikenalkan kepada seluruh lapisan masyarakat, dari ketua – ketua RT/RW yang berada disekitar desa Patoameme.



Gambar 2. Kegiatan Penerimaan Mahasiswa KKN oleh Lapisan Masyarakat

Percobaan pembuatan minuman herbal dari tanaman lokal

Kegiatan pertama diawali dengan percobaan pembuatan minuman herbal dari tanaman lokal yang tumbuh disekitaran masyarakat desa Patoameme. Pada kegiatan ini mahasiswa melakukan percobaan terlebih dahulu untuk pembuatan minuman herbal seperti yang ditunjukkan pada gambar 3. Desa Patoameme dikenal merupakan desa lokasi wisata, yang memiliki pulau yang sangat cantik, dahulu pulau di desa Patoameme sangat terkenal dan sering mengundang mancanegara untuk datang ke pulau itu, pulau itu

bernama pulau cinta, akan tetapi beberapa tahun belakangan pulau cinta di porak pondakan oleh ombak yang menyebabkan semua peralatan, pondok hanyut terbawa. Sekarang ini pemerintah sedang merenovasi pulau tersebut, dan belum di buka kembali, info terbaru akan segera dibuka untuk umum.

Desa Patoameme sangat baik dan bagus dijadikan desa wisata, oleh sebab itu pembuatan minuman herbal sangat baik, bisa dijadikan sebagai welcome drink saat tamu datang. Dan bisa dijadikan oleh – oleh disaat berkunjung ke desa Patoameme.



Gambar 3. Kegiatan Percobaan pembuatan minuman herbal dari tanaman lokal

Kegiatan Koordinasi Pelaksanaan Sosialisasi di Sekolah

Kegiatan koordinasi pelaksanaan sosialisasi di sekolah merupakan kegiatan tambahan. Pada kesempatan ini kami melakukan kegiatan sosialisasi PHBS di sekolah. Diawali

dengan meminta izin kepada pihak sekolah. Kegiatan yang dilakukan dimaksudkan untuk mengajarkan kepada adik – adik siswa untuk menghadirkan suasana Peduli Hidup Bersih dan Sehat di sekolah, seperti yang ditunjukkan pada gambar 4.



Gambar 4. Kegiatan Koordinasi Sosialisasi di Sekolah

Pembahasan

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada hakekatnya adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola oleh keluarga. Ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri (11)(12). Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman budidaya di rumah yang berkhasiat sebagai obat. Masih banyak orang yang menggunakan obat tradisional untuk menyembuhkan beberapa penyakit dengan cara menanam tanaman obat keluarga ini. Namun, lebih banyak juga orang yang menggunakan obat kimiawi untuk efek yang cepat, padahal, banyak kandungan kimia yang tidak kita ketahui di dalamnya. Kalau tanaman obat keluarga, sudah jelas semuanya natural serta dapat dikonsumsi dengan aman.

Di Indonesia sendiri berbagai macam tanaman obat dapat dengan

mudah ditemukan dan di budidaya. Seperti *Orthosiphon aristatus* (kumis kucing), *Zingiber officinale* (jahe), *Curcuma longa* (kunyit), *Piper betle* (sirih), *Cymbopogon nardus* (serai), dan masih banyak lainnya. Selain dapat dimanfaatkan sebagai obat, banyak tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai bumbu dapur. Sehingga tidak heran jika tanaman tersebut menjadi bahan yang sangat bermanfaat bagi masyarakat.

Tanaman obat adalah salah satu bahan utama produk-produk jamu, obat tradisional yaitu obat yang berdasarkan pengalaman turun-menurun dibuat dari bahan atau paduan bahan-bahan tanaman. Kartasapoetra, (1992:3) menyatakan bahwa: "tanaman obat adalah bahan yang berasal dari tanaman yang masih sederhana, murni, belum tercampur atau belum diolah". Sedangkan Soepandi (2011:3) menyatakan jenis tanaman obat adalah: a. Tanaman atau bagian tanaman yang digunakan

sebagai bahan yang digunakan sebagai jamu. b. Tanaman atau bagian tanaman yang digunakan sebagai bahan pemula bahan baku c. Tanaman atau bagian tanaman yang diekstraksi dan ekstrak tanaman tersebut digunakan sebagai obat. Jenis tanaman yang berkhasiat obat sebagaimana dijelaskan Kartasapoetra (1992: 33) antara lain adalah: "gandarusa, daun ungu, kembang coklat, pegagan, tapak dara, pepaya, greges otot, peria, cocor bebek, jarak parak, gedung hitam, kayu Aceh, tebu hitam, iler, kumis kucing, kacar, jambu biji, kayu usin, pandan wangi, lomba, brotoli, serei, ginseng, rimbang, kayu gambir, bangle, rimbang, jerango, temu lawak, kunyit, lempuyang, lengkuas, dan jahe" (13).

Tanaman obat keluarga memiliki segudang manfaat, antara lain: 1. Sebagai pelengkap obat-obatan keluarga yang bersifat tradisional 2. Bernilai tambah estetika bila ditata dengan rapi dan apik 3. Memberi contoh cara pemanfaatan lingkungan pekarangan 4. Menambah nilai keasrian dan kesejukan pekarangan rumah 5. Apabila dikelola dengan baik dan mendapat hasil tanaman obat yang baik, maka dapat menjadi sumber tambahan penghasilan keluarga (14)(15).

Dalam Pengolahan TOGA kepada ibu-ibu diberikan beberapa macam langkah diantaranya: memipis, merebus, dan menyeduh. a. Memipis Biasanya bahan yang digunakan berupa bagian tanaman atau tanaman yang masih segar seperti daun, biji, bunga, dan rimpang. Bahan tersebut dihaluskan dengan ditambahkan sedikit air. Bahan yang sudah halus diperas hingga 1/4 cangkir. Jika kurang dari 1/4 cangkir, air matang ditambahkan pada ampas, lalu diperas lagi. b. Merebus Tanaman obat direbus agar zat-zat yang berkhasiat di dalam tanaman larut ke dalam larutan air. Api yang digunakan untuk merebus sebaiknya yang volumenya mudah diatur. Pada awal perebusan digunakan api besar hingga mendidih. Jika telah mendidih, bahan di dalam air dibiarkan selama 5 menit. Selanjutnya, api kompor dikecilkan untuk mencegah air rebusan meluap sampai air rebusan tersisa sesuai kebutuhan. Bahan yang berukuran besar dipotong terlebih dahulu. Air yang digunakan dalam perebusan adalah air yang tidak berwarna, tidak berbau, tidak berasa, dan bening. Air yang kekuningan, berbau, dan mengandung kotoran sebaiknya tidak digunakan. c. Menyeduh Bahan baku yang digunakan dapat berupa bahan

yang masih segar atau bahan yang sudah dikeringkan. Sebelum diramu, bahan bahan dipotong kecil-kecil. Setelah siap, bahan diseduh dengan air panas. Setelah didiamkan selama 5 menit, bahan hasil seduhan disaring.

Sejak dahulu kala, nenek moyang kita sudah menciptakan resep minuman herbal sederhana yang dibuat dari bahan-bahan yang ada di alam. Di Indonesia sendiri, resep wedang dari rempah tertentu masih memiliki tempat di hati masyarakat. Bahkan, budaya mengonsumsi minuman herbal pun makin meningkat demi tubuh sehat dan tahan dari penyakit. Bahan yang digunakan dalam pembuatan minuman herbal instant ini adalah empon-empon ataupun rempah-rempah lokal yang tumbuh di wilayah Indonesia. Selain itu digunakan bahan pendukung lainnya seperti air dan gula. Jahe merupakan jenis rempah-rempah yang paling banyak digunakan dalam berbagai resep makanan dan minuman. Secara empiris jahe biasa digunakan masyarakat sebagai obat masuk angin, gangguan pencernaan, sebagai analgesik, da, antipiretik, anti-inflamasi dan lain-lain.

KESIMPULAN

Kesimpulan bahwa kegiatan ini memberikan manfaat yang signifikan

bagi masyarakat, seperti peningkatan pengetahuan dan keterampilan, peningkatan pendapatan, serta meningkatnya kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan memanfaatkan sumber daya alam secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Desa Patoameme Kecamatan Botumoito pada pengabdian masyarakat ini, tak lupa terima kasih juga kepada Kepala Puskesmas Kabila yang telah memberikan izin untuk melaksanakan pengabdian masyarakat serta semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu dalam membantu pelaksanaan kegiatan ini.

REFERENCES

1. Fuji N. Manfaat Empon-Empon untuk Kesehatan, Tingkatkan Imunitas Tubuh. [Internet]. 2020. Available from: <https://m.merdeka.com/jabar/manfaat-empon-empon-untuk-kesehatan-tingkatkan-imunitas-tubuh-cegah-corona->
2. C H, Y WLX. Clinical Features of Patients Infected With 2019 Novel Coronavirus In Wuhan, China. In: Lancet. 2020. p. 497–506.
3. Grenvilco DO, Kumontoy, Djefry

- D TM. Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Obat Tradisional Untuk Kesehatan Masyarakat di Desa Guaan Kecamatan Mooat Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. *J Holistik*. 2023;16(3):1–20.
4. Sullaida S, Nurmala N, Jummaini J, Nurlala N, Khairina AR KA. 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. *J Pengabdian Ekon Dan Sos*. 2023;2(2):1.
5. F R, V Y, Amani SA, H. FJ. Bunga Rampai COVID-19: Buku Kesehatan Mandiri untuk Sahabat. Depok: PD Prokami; 2020.
6. Fau A. Pemanfaatan Jenis Tanaman yang Digunakan Sebagai Bahan Pembuatan Jamu Di Daerah Sekitar Telukdalam Kabupaten Nias Selatan. *J Educ Dev*. 2020;8(2):561.
7. Fajriani A. Kajian Literatur : Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat Pesisir Melalui Tanaman Mangrove Literature Review : Empowerment of Coastal Community Health Through Mangrove Plants. *Indones Timur J Public Heal*. 2023;1(2).
8. Permatasari Kamarudin A, Rahmi F, Kusuma H, Maulana O, Pertanian F. Pengolahan Minuman Herbal Pada Masyarakat Desa Gunung Bahgie. *Community Dev J*. 2023;4(5):10096–104.
9. Nasution A, Chikmawati T, Walujo EB, Zuhud EAM. Pemanfaatan Tumbuhan Obat Secara Empiris Pada Suku Mandailing Di Taman Nasional Batang Gadis Sumatera Utara. *J Bioteknologi Biosains Indones* [Internet]. 2018 Jun 28;5(1):64. Available from: <http://ejurnal.bppt.go.id/index.php/JBBI/article/view/2772>
10. Kadir S. *Kuliner Bergizi Berbasis Budaya*. Yogyakarta: Absolute Media; 2022.
11. Mindarti S, Nurbaeti B. *Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*. Jawa Barat: Balai Pengkajian Teknologi Pertanian (BPTP); 2015.
12. Wullur AC, Dumanauw JM, Barung EN, Kalonio DE. *Pemanfaatan Bahan Alam Oleh*

- Pengobatan Tradisional Di
Daerah Pesisir Pantai
Kabupaten Minahasa Utara. e -
Pros Semnas. 2022;01
No.02(Manado):103–16.
13. Fakultas Pertanian Universitas
Merdeka Surabaya. Pengabdian
Kepada Masyarakat,
Pemanfaatan Tanaman Toga
Sebagai Minuman Herbal Pada
Masa Pandemi Covid-19
[Internet]. 2020. Available from:
https://dosen.unmerbaya.ac.id/file/content/2022/03/pemanfaatan_tanaman_toga_sebagai_minuman_herbal_nurul.pdf
14. Savitri A. Tanaman Ajaib Basmi
Penyakit dengan TOGA.
Yogyakarta: Nuha Medika; 2016.
15. Satria R, Jagat S, Farhaini A,
Nugraha IN, Putra A, Niswati H,
et al. Sosialisasi dan
Demonstrasi Pengolahan
Tanaman Obat Keluarga (Toga)
Sebagai Minuman Herbal di
Desa Gondang Kabupaten
Lombok Utara. J Pengabd.
2023;6(2):135–40.