

Pemberdayaan Kader Puskesmas Kebonarum dalam Pembuatan Jamu Antihipertensi, Bir Pletok, & Coklat Kelor

Indarto AS*, Agus Kirwanto
Jurusan Jamu Poltekkes Kemenkes Surakarta
*e-mail: indartoas@yahoo.com

Abstrak

Berdasar Riskesdas 2013, penelitian kesehatan berskala nasional yang diselenggarakan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa 49,0% rumah tangga memanfaatkan ramuan Jamu. Kegiatan pemberdayaan para kader kesehatan dan Ibu PKK di Kecamatan Kebonarum sangat diperlukan karena banyaknya kasus/gangguan penyakit degeneratif seperti gangguan stroke, hipertensi, kolesterol tinggi dan penyakit degeneratif lainnya. Berdasarkan hasil peninjauan yang telah dilakukan dengan bertanya kepada para kader mereka menyampaikan di setiap RT dan RW di Kecamatan Kebonarum ada 2-5 orang yang memiliki tekanan darah tinggi dan kolesterol tinggi. Oleh karena itu dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat dapat memanfaatkan tanaman obat yang ada disekitar serta diperlukan pemberdayaan Para kader kesehatan dan kader asmantoga untuk ditingkatkan pengetahuan dan ketrampilannya dalam pembuatan jamu untuk mencegah gangguan hipertensi, serta mampu membuat minuman tradisional bir pletok untuk peningkatan kesehatan serta pembuatan cemilan coklat kelor untuk mencegah stunting pada anak-anak. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan Penjelasan dan pemaparan materi terkait cara pembuatannya sediaan jamu untuk gangguan hipertensi, pembuatan minuman kesehatan tradisional bir pletok dan pembuatan coklat kelor sebelum dan sesudah pelatihan diberikan evaluasi dengan memberikan *pre* dan *post test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta pelatihan terkait materi yang diberikan. Hasil rata-rata nilai pre-test pengetahuan para peserta pelatihan adalah 57,42% dan rata-rata nilai *posttest* adalah 83,56% sehingga terdapat kenaikan nilai sebesar 26,14%.

Kata kunci— Pemberdayaan masyarakat, jamu hipertensi, minuman herbal bir pretok, coklat kelor

Abstract

Based on (Riskesdas) 2013, national health research conducted by the Ministry of Health's Health Research and Development Agency showed that 49.0% of households used Jamu concoctions. Empowerment activities for health cadres and PKK mothers in Kebonarum District are very necessary because of the large number of cases/disorders of degenerative diseases such as stroke, hypertension, high cholesterol and other degenerative diseases. Based on the results of an assessment carried out by asking cadres, they said that in every RT and RW in Kebonarum District there are 2-5 people who have high blood pressure and high cholesterol. Therefore, in order to improve people's health, they can utilize medicinal plants that are around them and it is necessary to empower health cadres and asmantoga cadres to increase their knowledge and skills in making herbal medicine to prevent hypertension, as well as being able to make the traditional beer pletok drink to improve health and make snacks. Moringa chocolate to prevent stunting in children. Community service activities are carried out by explaining and presenting material related to

how to make herbal medicine preparations for hypertension, making the traditional health drink bir pletok and making Moringa chocolate before and after the training is evaluated by giving a pre and post test to determine the increase in knowledge of the training participants regarding the material provided. The average pre-test knowledge score for the training participants was 57.42% and the average post-test score was 83.56%, so there was an increase in scores of 26.14%.

Keywords— *Community empowerment, hypertension herbal medicine, beer pretok herbal drink, moringa chocolate*

PENDAHULUAN

Jamu merupakan sebutan untuk obat tradisional dari Indonesia. Jamu biasa disebut dengan herba/herbal. Jamu dibuat dari bahan-bahan alami berupa bagian dari tumbuhan seperti rimpang, daun-daunan, kulit batang, dan buah. Jamu dapat digunakan untuk pengobatan dan pemeliharaan kesehatan. Meskipun rasanya pahit, namun sejak berabad-abad yang lalu Jamu selalu mendapat tempat yang penting dalam kehidupan sebagian besar masyarakat Indonesia [1]. Oleh karena itu, untuk mengemas jamu yang pahit perlu adanya inovasi agar jamu menjadi tidak pahit, rasanya enak bervariasi cara menghidangkan agar disenangi [2].

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, suatu penelitian kesehatan berskala nasional yang diselenggarakan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan, menunjukkan bahwa 30,4% rumah tangga di Indonesia memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional, di antaranya 77,8% rumah tangga memanfaatkan jenis pelayanan kesehatan tradisional keterampilan tanpa alat, dan 49,0% rumah tangga memanfaatkan ramuan. Sementara itu, Riskesdas 2010 menunjukkan 60 % penduduk Indonesia diatas usia 15 tahun menyatakan pernah minum jamu, dan 90% diantaranya menyatakan adanya manfaat minum jamu.

Secara historis, pemanfaatan

pelayanan Kesehatan tradisional telah berlangsung lama di Indonesia dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan hingga saat ini. Ada pendapat bahwa hal ini dapat ditelusuri pada relief Candi, sementara istilah Jamu (Jampi Oesada) mungkin juga dapat ditelusuri pada peninggalan tulisan jaman dulu dan di naskah Ghatot kacasraya (Mpu Panuluh), Serat Centhini serta Serat Kawruh Bab Jampi-Jampi Jawi [3].

Pandemi COVID19 meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menjaga imunitas tubuh. Salah satunya dengan mengonsumsi Jamu /obat- obatan herbal yang konon memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Perubahan gaya hidup masyarakat mulai beralih ke minuman herbal tradisional karena dianggap lebih sehat, membuat jamu semakin populer. Tidak diragukan lagi, ini juga memperluas peluang bisnis jamu karena cukup menjanjikan untuk digunakan sebagai bisnis primer atau sekunder [4]. Jamu diolah dengan berbagai teknik dan dipadukan dengan bahan-bahan lain yang bermanfaat bagi tubuh. Hal ini dapat mempermudah untuk mempromosikan brand jamu kepada kaum milenial [5]. Workshop pemberdayaan Para Kader kesehatan dan kader asman toga di wilayah Puskesmas Kebonarum merupakan kerja sama antara dosen Poltekkes Surakarta jurusan jamu dan Puskesmas Kebonarum bertujuan untuk peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam membuat

jamu hipertensi, membuat minuman tradisional yang sehat /bir pletok dan membuat coklat kelor untuk mencegah stunting. Pemilihan tempat pengabdian di Kecamatan Kebonarum mempertimbangkan beberapa hal di antaranya adalah berdasarkan survey ditemukan adanya beberapa kasus hipertensi sehingga sesuai dengan tema pengabdian, selain itu letaknya cocok untuk dilaksanakan pengabdian karena ada beberapa wisata yang dapat dimanfaatkan untuk tindak lanjut hasil pengabdian ke depan. Diharapkan dalam pelatihan ini para kader dapat membuat jamu anti hipertensi, minuman tradisional bir pletok, coklat dengan bahan dasar kelor, pemanfaatan tanaman di lingkungan desa, dan melestarikan tanaman obat dan budaya minum jamu

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu melakukan kerjasama dengan kepala Puskesmas Kebonarum dan Pengelola Kestrad Puskesmas Kebonarum. Kegiatan dilaksanakan pada 28 Agustus 2024 di Aula Puskesmas Kebonarum. Kegiatan dihadiri Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat yaitu:

1. Penjajagan Lahan dan Perencanaan bersama penanggung jawab puskesmas
2. Koordinasi dengan puskesmas kebonarum dan pengelola.
 - a. Melakukan kerjasama dengan Kepala Puskesmas Kec Kebon arum dan Pengelola kestrad Puskesmas Kebonarum
 - b. Menetapkan waktu dan rencana kegiatan
 - c. Mengundang para kader kesehatan dan kader asman toga (30 – 40 orang)
 - d. Mempersiapkan materi, bahan, dan alat

3. Pelaksanaan Kegiatan:

- a. Pembukaan dan sambutan-sambutan
- b. Pretest materi selama 10 menit
- c. Pemaparan materi
- d. Praktik pembuatan sediaan jamu antihipertensi
- e. Praktik pembuatan minuman tradisional bir pletok dan coklat kelor
- f. Posttest materi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam rangka program Pengembangan Masyarakat Desa ini dilakukan setelah melalui persiapan yang panjang meliputi penentuan tempat sasaran pengabdian, persiapan materi, pengurusan kerjasama dengan puskesmas,serta surat menyurat dan Perijinan telah dilakukan sejak bulan juli 2024 oleh Team Pengabmas, dosen Jurusan Jamu Poltekkes Kemenkes Surakarta. Persiapan juga dilakukan dengan menyiapkan materi pelatihan, leaflet penyuluhan, bahan untuk kegiatan demotrasi saat pelatihan, simplisia jamu dan tanaman obat serta minuman jamu ,bir pletok dan coklat kelor yang sudah jadi untuk contoh dan daoat dibawa pulang peserta penyuluhan.

Peserta kegiatan pengabmas terdiri dari para kader kesehatan dan Kader Asman Toga sebanyak 37 orang. Kegiatan ini dilakukan dengan metode pemberian ceramah dan tanya jawab tentang materi gangguan hipertensi, cara membuat Jamu hipertensi, cara membuat minuman tradisional bir pletok dan cara membuat Cokelas Kelor, Kegiatan pengabmas dilakukan pada tanggal 28 Agustus 2024 bertempat di ruang pertemuan Puskesmas Kebon Arum, Kegiatan ini melibatkan 3 mahasiswa jurusan jamu bernama: Zaskia Khoirunisa, Nikmahtul umah dan Atika Syauqoniyya bertuga sebagai asisten

dalam menyiapkan peralatan, membagikan materi, membagikan soal pre dan post test dan bahan lainnya baik dalam proses persiapan maupun acara inti.



Gambar 1. Pemaparan Materi Hipertensi

Kegiatan pengabmas ini diawali dengan sambutan ketua Pengabmas Bapak Indarto menyampaikan maksud dan Tujuan Pengabmas dilanjutkan sambutan dari Kepala Puskesmas Kebonarum Bapak Joko Santoso S Kep.Ns dan selanjutnya pemaparan materi inti mengenai gangguan Hipertensi, meliputi : pengertian, penyebab, tanda dan gejala, akibat serta cara pencegahan secara non Farmakologik dilanjutkan dengan materi tentang tanaman Jamu yang disampaikan oleh Bapak Agus Kirwanto. Pemaparan yang disampaikan meliputi pengenalan tanaman obat, kandungan zat fitokimia yang terkandung dalam tanaman, dosis penggunaan yang baik, serta cara pembuatan sediaan jamu yang benar.



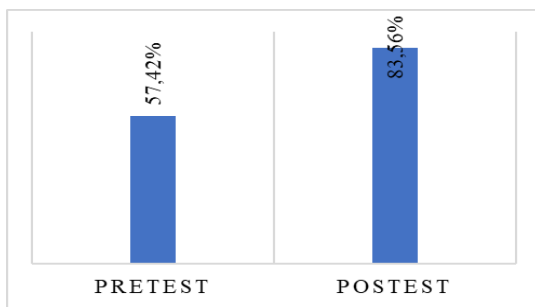
Gambar 2. Demonstrasi pembuatan jamu hipertensi

Kegiatan selanjutnya dilakukan praktik demonstrasi pembuatan jamu hipertensi yang baik dan benar yang dipandu oleh pembicara dan diikuti oleh para peserta untuk melakukan praktik yang dilakukan berupa cara pembuatan jamu hipertensi yang baik dan benar yaitu dimulai dari mempersiapkan simplisia yang untuk membuat jamu hipertensi meliputi: Seledri 15 gram, pegagan 9 gram, kumis kucing 9 gram, temulawak 9 gram. Kunyit 9 gram, meniran 9 gram. Rebus dengan air 5 gelas (1 liter) ini adalah sesuai dengan Jamu saintifikasi Hasil penelitian BPTOOT. Dilanjutkan dengan pembuatan minuman sehat tradisional bir pletok dengan bahan resep : Jahe 250 gram, cengkeh 10 biji, biji pala 1 buah, merica 12 buah, sereh 5 batang, kapulaga 10 biji kayu manis 2 ruas jari, daun pandan 3 lembar, cabe jawa 3 buah semua bahan direbus dalam air 2 liter, tunggu air sampai mendidih, kemudian masukan simplisia yang paling keras (biji, kayu, kulit dan lainya setelah mendidih kembali masukan simplisia lainnya, diamkan 10 menit setelah air mendidih kembali dan kecilkan api. Selanjutnya membuat coklat menggunakan bahan kelor dengan metode khusus pembuatan coklat. Semua kader antusias untuk membuat minuman jamu, bir pletok, dan coklat kelor di masing masing kelompok, setelah selesai semua dilakukan penilaian hasil dari masing masing kelompok dan bagi kelompok pembuat jamu, bir pletok serta coklat yang hasilnya terbaik diberikan hadiah. Sebagian hasil diminum dan dimakan bersama dan sebagian lainnya dibawa pulang para kader. Setiap kader diberikan bir pletok dan coklat yang telah dibuat sebelumnya oleh team. Sebelum kegiatan *post test*, dilakukan kegiatan tanya jawab dan mereka juga antusias untuk menanyakan hal-hal yang belum dimengerti.



Gambar 3. Hasil praktik pembuatan jamu hipertensi, bir pletok, coklat kelor

Metode dan media pembelajaran yang digunakan adalah : Ceramah dan tanya jawab dilanjutkan demonstrasi dan redemonstrasi yang diikuti semua peserta dalam kelompok (5 kelompok) serta dibantu menggunakan media LCD, Laptop, materi dan leaflet sehingga peserta dapat lebih aktif mengikuti kegiatan [6].



Gambar 4. Diagram hasil pretest & posttest kegiatan

Hasil rata-rata nilai pre-test pengetahuan para peserta pelatihan adalah 57,42% dan rata-rata nilai *posttest* adalah 83,56% sehingga terdapat kenaikan nilai sebesar 26,14% (Gambar 4). Hal ini sesuai teori bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh pendidikan formal maupun informal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pengetahuannya dan bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula dengan cara mengikuti Ceramah dan tanya jawab disertai memberikan leaflet,serta melakukan demonstrasi langsung sehingga

dapat memperoleh pengetahuan melalui pendidikan informal. Hal ini sesuai teori bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh pendidikan formal maupun informal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pengetahuannya dan bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula [7].



Gambar 4. Dokumentasi kegiatan bersama para kader kesehatan & asman toga Puskesmas Kebonarum

Peningkatan pengetahuan mengenai jamu hipertensi, pembuatan bir pletok dan pembuatan coklat kelor diperoleh melalui Ceramah, pemberian leaflet dan demonstrasi yang diberikan oleh para dosen dan mahasiswa. Hal tersebut sesuai dengan teori, peningkatan pengetahuan dan atau ketrampilan dapat ditingkatkan melalui media massa dan membaca buku, booklet, leaflet serta praktik langsung [8]. Antusiasme peserta sangat baik, karena selain penyampaian materi dengan berbagai metode, penyuluhan juga diikuti dengan kegiatan demonstrasi secara inovasi pembuatan jamu, minuman tradisional sehat dan pembuatan coklat dari bahan jamu daun kelor dan kunyit sehingga para kader kesehatan dapat mempraktekkan sendiri dengan senang.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan para kader kesehatan dan Asman Toga di wilayah puskesmas Kebon arum Kab Klaten dalam hal pemahaman jamu hipertensi, minuman Tradisional sehat bir pletok serta Coklat kelor. Adanya peningkatan Keterampilan para kader kesehatan dan kader Asman Toga dalam hal membuat jamu hipertensi, minuman tradisional sehat bir pletok serta coklat kelor setelah mengikuti pelatihan. Perlu dilakukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan tentang pemanfaatan tanaman obat untuk masyarakat luas. Diharapkan program Pengabdian Masyarakat terus dilaksanakan agar ada kesinambungan dalam meningkatkan pembuatan berbagai jamu yang dibutuhkan di masyarakat sekaligus untuk sosialisasi Tamanan obat keluarga agar dapat dimanfaatkan secara baik dan benar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada Civitas akademika Poltekkes Kemenkes Surakarta, Kepala Puskesmas Kebonarum dan Staff, Para Kader Kesehatan dan Kader Asman Toga Puskesmas Kebonarum atas kesempatan yang diberikan sehingga Kegiatan pengabdian masyarakat pembuatan jam hipertensi dan milenial dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aditama, T Y., 2014, *Jamu dan Kesehatan*, Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- [2] Nutrisia, A. S., Dewi, I. K., & Rusita, Y. D., 2018, Pengembangan formula wedang secang sebagai minuman kemasan rendah kalori, *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, No.7, Vol.1, 87-95.
- [3] Dewi, I. K., & Yuniyanto, B., 2018, Pengetahuan Tentang Jamu Sebagai Pereda Nyeri Haid Pada Siswi SMA N 1

- Jatinom Klaten, *Jurnal Kebidanan Indonesia*, No.6, Vol.2.
- [4] Drajat, A. R., Pamungkas, J., Setiawan, H. T., & Hilmi, F., 2020, Pengembangan usaha jamu herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh dalam menghadapi pandemi Covid-19. *Civitas Ministerium*, No.4, Vol.1, 61–68.
- [5] Jamudigital, 2018, Inovasi Penyajian Jamu, *Membidik Generasi Milenial. Jamudigital.Com*, pp. 1–7.
- [6] Lestari, T., Dewi, I. K., & Fitrianingrum, A., 2018, Pengaruh Pemberian Leaflet Ramuan Tradisional Kesehatan Kulit Wajah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Mahasiswa Jurusan Kebidanan Semester IV Poltekkes Kemenkes Surakarta, *Jurnal Kebidanan Indonesia*, No. 6, Vol.1.
- [7] Dewi, I. K., Winarso, A., & Yuanditra, R., 2016, Pengetahuan Ibu Tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Untuk Asam Urat, *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, No. 1, Vol. 1, 14-19.
- [8] Purnamasari, I., & Raharyani, A. E., 2020, Tingkat pengetahuan dan perilaku masyarakat Kabupaten Wonosobo tentang Covid-19, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, No.10, Vol.1, 33-42.