



Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Penyuluhan Jamu Sehat Kecamatan Galang Kota Batam

Community Service Through Healthy Jamu Counseling Galang District Of Batam City

Suhaera Suhaera¹; Sri Hainil²; Yunisa Friscia Yusri³; Shinta Sari Dewi⁴
¹⁻⁴ Institut Kesehatan Mitra Bunda, Batam

Corresponding author : emilsalimhera@gmail.com¹

Article History:

Received:

January 2, 2021

Accepted:

February 15, 2021

Published:

March 31, 2021

Keywords:

Community Service, Jamu,
Traditional

Abstract: *Jamu, as a traditional Indonesian drink, has become a symbol of cultural richness and local wisdom inherent in ancestral heritage, reflecting the deep connection between humans and nature as well as the passing down of knowledge about medicinal plants. Local wisdom plays a central role in the use of herbal medicine, emphasizing harmony between humans and nature and Indonesia's biodiversity. In the midst of modernization, herbal medicine continues to adapt to changing times and market demands, but its traditional values are still maintained. An outreach activity about herbal medicine in Galang District involved lecturers and two students from the Mitra Bunda Health Institute as well as 100 participants from the local community, starting from preparing materials and tools for making herbal medicine, discussing materials, to morning exercises at the Rempang Cate Community Health Center, all carried out together with the community. Making herbal medicine empon-empon is done by adding enough brown sugar to get the right taste. People feel fresh benefits after consuming herbal medicine and are inspired to understand the manufacturing process more deeply.*

Abstrak: Jamu, sebagai minuman tradisional Indonesia, telah menjadi simbol kekayaan budaya dan kearifan lokal yang melekat dalam warisan nenek moyang, mencerminkan hubungan yang dalam antara manusia dan alam serta turun-temurunnya pengetahuan tentang tumbuhan obat. Kearifan lokal memainkan peran sentral dalam penggunaan jamu, menegaskan harmoni antara manusia dan alam serta keberagaman hayati Indonesia. Di tengah modernisasi, jamu tetap beradaptasi dengan perubahan zaman dan tuntutan pasar, namun nilai-nilai tradisionalnya tetap terjaga. Sebuah kegiatan penyuluhan tentang jamu di Kecamatan Galang melibatkan dosen dan dua mahasiswa Institut Kesehatan Mitra Bunda serta 100 peserta dari masyarakat setempat, mulai dari persiapan bahan dan alat untuk pembuatan jamu, diskusi materi, hingga senam pagi di Puskesmas Rempang Cate, semua dilakukan bersama masyarakat. Pembuatan jamu empon-empon dilakukan dengan menambahkan gula merah secukupnya untuk mendapatkan rasa yang sesuai. Masyarakat merasakan manfaat segar setelah mengonsumsi jamu dan terinspirasi untuk memahami proses pembuatannya secara lebih dalam.

Kata Kunci: Pengabdian Masyarakat, Jamu, Tradisioal

*Suhaera, emilsalimhera@gmail.com

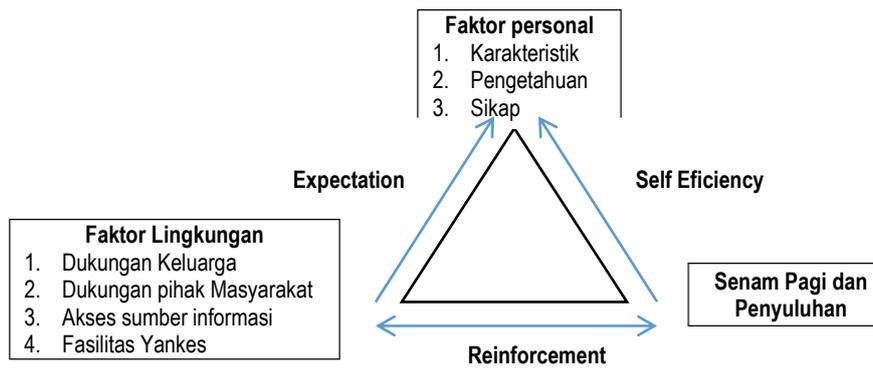
PENDAHULUAN

Jamu, sebagai minuman tradisional Indonesia, telah mengakar dalam kehidupan sehari-hari masyarakat selama berabad-abad, menjadi simbol kekayaan budaya dan kearifan lokal yang melekat dalam warisan nenek moyang. Dibalik penggunaannya yang luas, terdapat latar belakang yang melandasi eksistensinya yang kuat dalam masyarakat. Pertama-tama, jamu adalah bagian tak terpisahkan dari tradisi budaya Indonesia. Penggunaan jamu bukanlah sekadar praktik kesehatan, tetapi juga mencerminkan hubungan yang dalam antara manusia dan alam, serta antara generasi yang satu dengan yang lain. Warisan pengetahuan mengenai tumbuhan obat dan pengolahannya telah diturunkan dari nenek moyang, menciptakan ikatan yang kokoh antara masa lalu, kini, dan masa depan. Kearifan lokal memainkan peran sentral dalam penggunaan jamu. Tanaman-tanaman obat yang digunakan dalam pembuatan jamu tumbuh subur di lingkungan sekitar, menunjukkan harmoni antara manusia dan alam. Hal ini juga menegaskan bahwa solusi-solusi kesehatan dapat ditemukan dalam sumber daya alam yang melimpah di sekitar kita.

Sumber daya alam yang kaya menjadi faktor penting dalam latar belakang penggunaan jamu. Indonesia dikenal memiliki keanekaragaman hayati yang tinggi, yang mencakup berbagai macam tanaman obat yang memiliki khasiat penyembuhan. Penggunaan tanaman obat lokal menjadi ciri khas jamu, yang memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk merasakan manfaat langsung dari keberagaman hayati yang dimiliki Indonesia. Seiring dengan itu, kesehatan dan kesejahteraan masyarakat menjadi perhatian utama. Jamu telah dipercaya memiliki beragam manfaat bagi kesehatan, baik sebagai upaya pencegahan maupun pengobatan berbagai penyakit. Konsep pencegahan juga ditanamkan dalam pemahaman tradisional mengenai jamu, di mana minuman ini tidak hanya digunakan untuk menyembuhkan penyakit, tetapi juga untuk menjaga keseimbangan tubuh dan meningkatkan daya tahan tubuh.

Namun, perjalanan jamu tidak lepas dari pengaruh budaya dan modernisasi. Di era modern ini, jamu tidak hanya dijual di pasar tradisional, tetapi juga tersedia di toko-toko modern, bahkan dapat ditemukan dalam bentuk kapsul atau serbuk yang lebih praktis. Hal ini menunjukkan adaptabilitas jamu terhadap perubahan zaman dan tuntutan pasar. Meskipun demikian, esensi dan nilai-nilai tradisional dalam penggunaan jamu tetap terjaga, menegaskan bahwa jamu bukan hanya sekadar minuman, tetapi juga simbol kekayaan budaya dan kearifan lokal yang perlu dilestarikan.

METODE



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

Sasaran yang dituju pada kegiatan ini adalah masyarakat umum di sekitar Kecamatan Galang. Penyuluhan materi mengenai jamu dan melakukan senam pagi serta pembuatan jamu sehat kepada masyarakat sekitar Kecamatan Galang.

HASIL

Kegiatan ini melibatkan dosen dan 2 orang mahasiswa Institut Kesehatan Mitra Bunda. Peserta kegiatan ini adalah masyarakat yang berada di daerah Galang, Kota Batam yang berjumlah 100 orang. Pelaksanaan kegiatan mulai dari bulan September 2020 sampai dengan Februari 2021 .

Kegiatan dimulai dengan persiapan bahan dan alat untuk pembuatan jamu empon-empon. Setelah itu, dilakukan diskusi materi dan penyuluhan jamu empon-empon bersama masyarakat. Pada hari selanjutnya, dilakukan senam pagi di Puskesmas Rempang Cate bersama masyarakat sekitar. Setelah senam pagi, dilakukan distribusi jamu empon-empon kepada masyarakat yang berpartisipasi di Puskesmas Rempang Cate.

DISKUSI

Tahap persiapan dalam kegiatan ini dimulai dari persiapan semua bahan untuk pembuatan jamu empon-empon. Kemudian, dilakukan diskusi dan pembuatan jamu empon-empon bersama masyarakat. Dalam proses perebusan ditambahkan gula merah secukupnya untuk mendapatkan rasa yang cocok dan tidak terlalu manis. Setelah pembuatan jamu empon-empon, dilakukan senam bersama di Puskesmas Tiban Baru dengan masyarakat sekitar. Masyarakat merasa segar setelah diberikan jamu empon-empon dan ingin mengetahui proses pembuatan jamu empon-empon tersebut.

KESIMPULAN

Kegiatan yang dilakukan melibatkan dosen dan dua mahasiswa Institut Kesehatan Mitra Bunda serta 100 peserta dari masyarakat di daerah Galang, Kota Batam. Kegiatan ini berlangsung dari bulan September 2020 hingga Februari 2021. Dimulai dengan persiapan bahan dan alat untuk pembuatan jamu empon-empon, dilanjutkan dengan diskusi materi dan penyuluhan jamu bersama masyarakat. Selanjutnya, ada juga kegiatan senam pagi di Puskesmas Rempang Cate yang melibatkan masyarakat sekitar. Setelah senam, dilakukan distribusi jamu empon-empon kepada peserta di Puskesmas tersebut. Tahap persiapan mencakup persiapan bahan untuk jamu sehat dan penyuluhan bersama masyarakat. Dalam pembuatan jamu, gula merah ditambahkan secukupnya untuk rasa yang cocok. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa masyarakat merasa segar setelah mengonsumsi jamu empon-empon dan tertarik untuk mengetahui proses pembuatannya.

DAFTAR REFERENSI

- Dean, A., & McGuire, T. (2005). Herbal Therapies and Substance Use. *Drug and Alcohol Today*, 5(2), 37-39.
- Elfahmi, W., H. J., & Kayser, O. (2014). Jamu : Indonesian Traditional Herbal Medicine Towards Rational Phytopharmacological Use. In *Journal of Herbal Medicine*. <https://doi.org/10.1016/j/hermed.2014.01.002>.
- Muslimin, L., Wicaksana, B., Setiyawan, B., Subekti, N. A., Suksesi, H., Surachman, H., et al., (2009). Kajian Potensi Pengembangan Pasar Jamu. *Pusat Penelitian dan Pengembangan Perdagangan Dalam Negeri*, Badan Penelitian dan Pengembangan Perdagangan - Kementerian Perdagangan.
- Neubauer, I. L. (2012). *TIME*. Retrieved from Jamu : Why Isn't Indonesia's Ancient System of Herbal Healing Better Known ?.
- Prabawani, B., (2017). Jamu Brand Indonesia : Consumer Preferences and Segmentation. *Archives of Business Research*, 5(3), 80-94.