



Pelatihan Pengolahan Ramuan Berbahan Dasar Tanaman Pegagan Untuk Peningkatan Imunitas Tubuh

Vera Iriani Abdullah ¹, Mariana Isir ²

Keywords :

Kader Posyandu;
Tanaman tradisional;
Pandemic covid-19;

Correspondensi Author

Kesehatan, Poltekkes Kemenkes
Sorong
Jalan Basuki Rachmat Km.11,5
Sorong Papua Barat
Email:
verabdullah1977@gmail.com

History Article

Received: 10-04-2022;
Reviewed: 25-06-2022;
Revised: 28-07-2022;
Accepted: 29-07-2022;
Published: 24-08-2022

Abstrak. Indonesia memiliki sumber alam hayati yang terdiri dari 2.848 spesies tumbuhan obat dengan 32.014 ramuan obat. Di Propinsi Papua Barat sekitar 5,9% rumah tangga telah menggunakan layanan kesehatan tradisional yang bersumber dari tumbuhan. Daun pegagan kaya akan flavonoid quercetin memiliki efek terapeutik, serta penggunaannya sangat aman baik penggunaan secara topikal maupun secara oral. Kandungan konstituen triterpen aktifnya telah terbukti bertindak sebagai agen antialergi dan antiradang sehingga baik untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Namun daun pegagan ini belum di gunakan maksimal oleh masyarakat karena di anggap tanaman liar dan tidak memiliki khasiat untuk itu tim pengabmas terdorong untuk mengenalkan daun pegagan kepada masyarakat melalui kegiatan pelatihan pengolahan daun pegagan yang dilaksanakan pada tanggal 8 April 2022 di Kelurahan Mariat Pantai. Peserta kegiatan sebanyak 50 orang terdiri dari lurah beserta staf, ketua RT,RW, Ibu PKK, Kader Posyandu dan masyarakat. Hasil luaran berupa peningkatan pengetahuan dan produk minuman ramuan berbahan dasar daun pegagan.

Abstract. Indonesia has natural biological resources consisting of 2,848 species of medicinal plants with 32,014 medicinal ingredients. In West Papua Province around 5.9% of households have used traditional plant-based health services. Gotu kola leaves are rich in the flavonoid quercetin which has a therapeutic effect, and its use is very safe both topically and orally. The content of its active triterpene constituents has been shown to act as an antiallergic, anti-inflammatory, antifibrotic, cardioprotective, neuroprotective, antioxidant and antidepressant agent so that it is good for increasing endurance. However, the gotu kola leaf has not been used maximally by the community because it is considered a wild plant and has no efficacy for that the community service team is encouraged to introduce gotu kola leaves to the community through training on the processing of gotu kola leaves to increase endurance which was held on 8 April 2022 in the Kelurahan. Beach Mary. The activity participants were 50 people consisting of the village head and his staff, the head of the RT, RW, PKK, Posyandu cadres and the community. The output is an increase in knowledge and product drink ingredients made from gotu kola leaves.

PENDAHULUAN

Mengacu pada Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 15 Tahun 2018 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Tradisional Komplementer, maka yang dimaksud dengan pelayanan kesehatan tradisional komplementer adalah penerapan kesehatan tradisional yang memanfaatkan ilmu biomedis dan biokultural serta manfaat dan keamanannya yang terbukti secara ilmiah (Permenkes RI, 2018). Berdasarkan Riset Tumbuhan Obat dan Jamu tahun 2017, Indonesia memiliki sumber alam hayati yang terdiri dari 2.848 spesies tumbuhan obat dengan 32.014 ramuan obat, sekitar 49,0% rumah tangga di Indonesia telah memanfaatkan ramuan karena di anggap lebih alamiah sehingga dianggap lebih aman dan lebih mudah didapat (Widowati et al., 2020).

Di Propinsi Papua Barat berdasarkan hasil riset Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan tahun 2013, sekitar 5,9% rumah tangga telah menggunakan layanan kesehatan tradisional yang bersumber dari tumbuhan (Maruzy et al., 2019). Daun pegagan atau *centella asiaticais* merupakan salah satu tumbuhan obat milik keluarga *apiaceae*. Di *Asia Tenggara* telah digunakan sebagai bahan utama dalam produk *nutraceutical* (Lokanathan et al., 2016). Daun pegagan kaya akan *flavonoid quercetin* memiliki efek terapeutik, karena sangat aman. Hal ini didasarkan pada studi yang dilakukan *European Medicines Agency* menunjukkan bahwa tidak ada masalah yang timbul secara signifikan dalam penggunaannya baik secara topikal maupun secara oral (Delbo & Calapai, 2010)

Daun pegagan atau *centella asiaticais* kaya *triterpen pentasiklik*. Khasiatnya dikaitkan dengan *triterpen* bioaktif yang menonjol seperti *madekasosida* (MO), *asiatikosida* (AO), *asam madekasik* (MA), dan *asam asiatik* (AA) (Hashim et al., 2011). Studi menunjukkan kandungan *triterpen*nya berkasiat dalam penyembuhan luka dan peningkatan memori, serta dapat meningkatkan pengobatan asma, psoriasis, ulkus, dan kanker (Hashim et al., 2011). Sedangkan kandungan *konstituen triterpen* aktifnya telah terbukti bertindak sebagai agen antialergi, antiradang, antifibrotik, kardioprotektif, pelindung saraf, antioksidan, antidepresan, antikanker, antibakteri, dan antijamur (Park et al., 2017).

Walaupun memiliki manfaat yang banyak namun masih sangat jarang ditemukan

olahannya dan bahkan diabaikan karena dianggap tanaman liar. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat dan teknik pengolahan. Daun pegagan dapat di olah menjadi berbagai olahan diantaranya campuran jamu, sayuran dan keripik, lalapan bahkan dalam bentuk mie basah (Husna & Holinesti, 2019). Daun pegagan merupakan satu dari berbagai jenis tanaman obat sebagaimana dijelaskan Kartasapoetra, 1992 dikutip dalam (Sri Rahmawati Fitriatien, 2017) diantaranya ginseng, rimbang, kayu gambir, bangle, rimbang, jerango, temu lawak, kunyit, lempunyang, lengkuas, gandarusa, daun ungu, kembang coklat, daun tapak dara, 426a kat, 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, dan jahe (Sri Rahmawati Fitriatien, et all 2017).

Pengobatan tradisional dapat digunakan sebagai upaya preventif, promotif atau kuratif ringan baik sebagai adjuvant maupun komplemen dengan obat konvensional (widowati et al., 2020). Untuk itu melalui kegiatan pengabmas ini diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait obat tradisional melalui pelatihan pengolahan produk herbal berbahan dasar daun pegagan (*centella asiatica*)” sehingga masyarakat dapat menerapkan daun pegagan sebagai salah satu pengobatan alternative.

METODE

Program Kemitraan Masyarakat ini, menggunakan metode pelatihan melalui kegiatan ceramah dan demonstrasi langsung. Prosedur kegiatan terdiri dari tahap persiapan meliputi koordinasi bersama Mitra, menyangkut hasil pemantauan lapangan dan analisis data masalah menggunakan SWOT. Hasil analisis dibuat dalam bentuk Tawaran solusi masalah dan kesepakatan antara Tim dan Mitra menyangkut *Planing* kegiatan. Tahab kedua yaitu pelaksanaan dilakukan setelah adanya surat izin dan tugas yang dikeluarkan oleh Direktur Poltekkes Kemenkes Sorong. Tahab ketiga evaluasi terkait luaran hasil kegiatan.

Kegiatan dilaksanakan di kantor lurah Mariat Pantai Distrik Aimas Kabupaten Sorong selama 1 hari dengan agenda hari pertama ceramah terkait pemberian materi oleh narasumber dari Puskesmas dan Ketua tim

pengabmas, kemudian di lanjutkan dengan praktek atau demonstrasi kegiatan. Peserta kegiatan sebanyak 50 orang yang terdiri dari mitra pendukung lurah, Ketua RT, Ketua RW, TP-PKK, dan Tokoh dan mitra utama kader posyandu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan

Pada hari Senin tanggal 4 April 2022, ketua tim Bersama anggota melakukan koordinasi dengan Kepala Distrik Aimas selaku penanggung jawab wilayah. Lebih jelasnya dapat di lihat pada gambar 1 dibawah ini :



Gambar 1. Koordinasi dengan Kepala Distrik

Pada hari Rabu tanggal 6 April 2022, tim melakukan koordinasi dengan kepala Puskesmas Malawili sekaligus mengajukan permohonan narasumber tenaga gisi atau farmasi dari Puskesmas. Lebih jelas dapat dilihat pada gambar 2 dibawah ini:



Gambar 2. Koordinasi Dengan Kepala Puskesmas

B. Pelaksanaan

1. Acara Pembukaan

Pada tanggal 8 April 2022, sesuai hasil koordinasi maka kegiatan dilaksanakan pada Pukul 09.00 Wit bertempat di Kantor Lurah Mariat Pantai Kabupaten Sorong. Acara di awali dengan pembukaan yang hadir oleh Kepala Lurah Mariat Pantai dalam hal ini di wakili oleh sekretaris kelurahan, Ketua tim pengabmas serta anggota dan narasumber. Lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 3 dibawah ini :



Gambar 3. Acara Pembukaan

2. Pemaparan Materi

Pada tanggal 8 April 2022, Pukul 10.00 Wit pemaparan materi disampaikan oleh narasumber dari Puskesmas Malawili dan dari ketua tim pengabmas. Lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 4 dibawah ini:



Gambar 4. Pemaparan Materi

3. Demonstrasi Pengolahan Daun Pegagan

Setelah di berikan materi, maka dilakukan demonstrasi pengolahan ramuan peningkatan imunitas tubuh menggunakan daun pegagan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 5 dibawah ini:



Gambar 5. Demonstrasi Pengolah Ramuan

Tim melakukan demonstrasi pembuatan minuman berbasah dasar daun pegagan yang berfungsi untuk meningkatkan daya tahan tubuh dimasa pandemic Covid-19. Bahan yang di butuhkan antara lain :

- 1 jumput daun pegagan

- 1 ruas ibu jari jahe merah
- 1 iris temulawak
- Jeruk nipis
- Gula aren secukupnya
- 1,5 gelas air

Cara membuat:

- Daun Pegagan dicuci sampai bersih,
- Rebus air sampai mendidih
- Setelah mendidih kecilkan api
- Masukkan irisan daun pegagan, jahe merah dan temulawak
- Tunggu sampai air tersisa kira-kira 1gelas
- Sesudah dingin, disaring dan tambahkan perasan jeruk nipis.

C. Evaluasi

Hasil atau luaran kegiatan pengabmas ini, berupa peningkatan pengetahuan, serta produk minuman ramuan yang bermanfaat untuk meningkatkan imunitas tubuh dimasa pandemic covid-19. Minuman daun pegagan ini mudah dibuat, murah dan tidak memiliki efek negative pada tubuh. Namun untuk menerapkan produk ini masyarakat harus bisa membudidayakan daun pegagan dipekarangan rumah sehingga memudahkan jika akan digunakan.

Berdasarkan hasil wawancara dan tanya jawab menunjukkan bahwa masyarakat belum mengetahui tanaman pegagan dan manfaatnya. Hal ini di dasarkan dari hasil pre test yang dilakukan oleh tim pada saat kegiatan. Lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 6 dibawah ini:



Gambar 6. Pengetahuan Masyarakat Untuk Daun Pegagan

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dihadiri oleh 50 orang peserta terdiri dari Lurah, ketua RT,RW,Tokoh masyarakat, kader posyandu, ibu

PKK dan masyarakat. Dilakukan selama 1 hari dengan menggunakan metode ceramah, diskusi dan demonstrasi. Luaran yang dihasilkan berupa peningkatan pengetahuan serta produk olahan ramuan daun pegagan sebagai minuman untuk meningkatkan imunitas tubuh dimasa pandemic covid-19.

DAFTAR RUJUKAN

Delbo, M., & Calapai, G. (2010). Assessment report on Centella asiatica (L.) Urban, herba. *European Medicines Agency*, 44(November 2010), 1–44. http://www.ema.europa.eu/docs/en_GB/document_library/Herbal_-HMPC_assessment_report/2012/06/WC500128144.pdf

Hashim, P., Sidek, H., Helan, M. H. M., Sabery, A., Palanisamy, U. D., & Ilham, M. (2011). Triterpene composition and bioactivities of centella asiatica. *Molecules*, 16(2), 1310–1322. <https://doi.org/10.3390/molecules16021310>

Husna, A., & Holinesti, R. (2019). Analisis Kualitas Mie Basah yang Dihasilkan dari Substitusi Ekstrak Daun Pegagan. 2(september), 95–106.

James, P. B., Wardle, J., Steel, A., & Adams, J. (2018). Traditional, complementary and alternative medicine use in Sub-Saharan Africa: A systematic review. *BMJ Global Health*, 3(5). <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2018-000895>

Liana, Y. (2017). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi keluarga dalam penggunaan obat tradisional sebagai swamedikasi di Desa Tuguharum Kecamatan Madang Raya. *Jkk*, 4(1), 121–128.

Lokanathan, Y., Omar, N., Ahmad Puz, N. N., Saim, A., & Hj Idrus, R. (2016). Recent updates in neuroprotective and neuroregenerative potential of Centella asiatica. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 23(1), 4–14.

Maruzy, A., Rohmat, D., Penelitian, B. B., Pengembangan, D., Obat, T., Tradisional, O., Raya, T. J., No, L., Tengah, J., Rohmat Mujahid, D., & Besar Penelitian dan

- Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional Tawangmangu Jl Raya, B. (2019). Status Konservasi Tumbuhan Obat STATUS KONSERVASI TUMBUHAN OBAT PROVINSI PAPUA DAN PAPUA BARAT (INDONESIA) (Conservation Status of Medicinal Plants from Papua and West Papua Province (Indonesia)). *Media Konservasi*, 24(2), 114–123.
- Park, J. H., Choi, J. Y., Son, D. J., Park, E. K., Song, M. J., Hellström, M., & Hong, J. T. (2017). Anti-inflammatory effect of titrated extract of *Centella asiatica* in phthalic anhydride-induced allergic dermatitis animal model. *International Journal of Molecular Sciences*, 18(4), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijms18040738>
- PEDOMAN PENGABDIAN KEPADA KEMASYARAKATAN Revisi (1)(1).** (n.d.).
- Pratiwi, H., Choironi, N. A., & Warsinah, W. (2017). Pengaruh edukasi apoteker terhadap pengetahuan dan sikap masyarakat terkait teknik penggunaan obat. *Kartika : Jurnal Ilmiah Farmasi*, 5(2), 44. <https://doi.org/10.26874/kjif.v5i2.107>
- Readiness, E. (n.d.). *SWOT Analysis for Assessing Entrepreneurship Readiness*. 287–290.
- Sri Rahmawati Fitriatien, Gosita Ifantias Meisawitri, Tamara Putri Wiyanda, Nur Kholilah, A. Y. (2017). Kegiatan Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Bentuk Preventif Kesehatan Keluarga Mandiri. *Penamas Adi Buana*, 02, 49–56. <http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/penamas/article/view/973/806>
- Widowati, L., Sampurno, O. D., Siswoyo, H., Sasanti, R., Nurhayati, N., & Delima, D. (2020). Kajian Kebijakan Pemanfaatan Obat Tradisional Di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Pada Era Jaminan Kesehatan Nasional. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 23(4), 246–255. <https://doi.org/10.22435/hsr.v23i4>.
- Wasim Aktar, M., et al, Teori Belajar Dan Pembelajaran Di Sekolah Dasar, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2013).
- Biomass Chem Eng*, 3(2), http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127%0Ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf%0Ahttp://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772018000200067&lng=en&tlng=