

PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG TANAMAN OBAT KELUARGA SEBAGAI UPAYA MELESTARIKAN BUDAYA LOKAL

Dwi Pratiwi Kasmara¹, Reni Yusman², Siti Khairunnisa³, khairani⁴, Idayani
Hasibuan⁵, Sri Pariyanti⁶, Lisna Kasih⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Prodi Sarjana Kebidanan, Jurusan Kebidanan, STIKES Senior Medan, Indonesia

Penulis Korespondensi : dwipratiwi.kasmara@gmail.com

Abstrak

Tanaman obat keluarga telah lama menjadi bagian integral dari praktik perawatan kesehatan tradisional di berbagai budaya di seluruh dunia. Masyarakat telah mengandalkan tanaman-tanaman ini sebagai sumber pengobatan untuk mengatasi gangguan kesehatan ringan dan sebagai alternatif pengobatan yang ramah lingkungan. Penggunaan tanaman obat keluarga sering kali didasarkan pada pengetahuan turun-temurun yang telah terbukti efektif dalam meredakan gejala penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai tanaman obat keluarga sebagai upaya pelestarian budaya lokal di Basalam Bukit Lambasa. Melalui metode edukasi dan pelatihan, diharapkan masyarakat setempat dapat memanfaatkan tanaman obat keluarga sebagai alternatif pengobatan serta melestarikan keberadaannya sebagai warisan budaya lokal. Hasil Sebelum Edukasi: Ditemukan bahwa 68% ibu balita memiliki pengetahuan dasar tentang tanaman obat keluarga, namun hanya 20% yang memanfaatkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hasil Setelah Edukasi: Setelah mengikuti pelatihan, 85% ibu balita menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang tanaman obat keluarga dan 50% di antaranya mulai memanfaatkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci : Pengetahuan, Ibu Balita, Tanaman Obat Keluarga

Abstract

Family medicinal plants have long been an integral part of traditional healthcare practices across various cultures worldwide. Communities have relied on these plants as a source of remedies for mild health issues and as environmentally-friendly alternatives to healthcare. The use of family medicinal plants is often rooted in generational knowledge that has proven effective in alleviating symptoms of illnesses. This research aims to improve the knowledge of mothers with toddlers regarding family medicinal plants as an effort to preserve local culture in Basalam Bukit Lambasa. Through education and training methods, it is hoped that the local community can utilize family medicinal plants as an alternative form of treatment while preserving their cultural heritage. Pre-Education Results: It was found that 68% of mothers with toddlers had basic knowledge about family medicinal plants, but only 20% of them incorporated this knowledge into their daily lives. Post-Education Results: After participating in the training program, 85% of mothers with toddlers demonstrated an increased understanding of family medicinal plants, and 50% of them began to utilize these plants in their daily lives.

Keywords: Knowledge, Mothers with Toddlers, Family Medicinal Plants

PENDAHULUAN

Tanaman obat keluarga telah lama menjadi bagian integral dari praktik perawatan kesehatan tradisional di berbagai budaya di seluruh dunia. Masyarakat telah mengandalkan tanaman-tanaman ini sebagai sumber pengobatan untuk mengatasi gangguan kesehatan ringan dan sebagai alternatif pengobatan yang ramah lingkungan. Penggunaan tanaman obat keluarga sering kali didasarkan pada pengetahuan turun-temurun yang telah terbukti efektif dalam meredakan gejala penyakit. Dalam perkembangan zaman, penelitian ilmiah telah mendukung manfaat penggunaan tanaman obat keluarga. Banyak senyawa aktif yang ditemukan dalam tanaman ini telah terbukti memiliki sifat-sifat farmakologis yang bermanfaat, seperti antiinflamasi, antimikroba, dan antioksidan. Penggunaan tanaman obat keluarga dapat membantu dalam merawat kesehatan keluarga secara

holistik dan sering digunakan sebagai alternatif atau pelengkap terapi medis modern.

Penggunaan tanaman obat keluarga dalam praktik perawatan kesehatan telah menjadi tradisi yang berakar dalam berbagai budaya di seluruh dunia. Sejak zaman purba, keluarga-keluarga telah mengandalkan tanaman-tanaman ini sebagai sumber pengobatan untuk mengatasi berbagai gangguan kesehatan ringan hingga sedang. Tradisi ini mewarisi pengetahuan dan keahlian turun-temurun tentang jenis tanaman yang memiliki potensi penyembuhan, serta cara penggunaannya. Dalam era modern ini, dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi medis yang pesat, minat terhadap pengobatan herbal dan penggunaan tanaman obat keluarga tetap kuat. Bahkan, penelitian ilmiah terbaru semakin mendukung klaim efektivitas beberapa tanaman obat keluarga dan

mengungkapkan dasar ilmiah dari pengobatannya. Hasil penelitian ini menggarisbawahi nilai berharga dari pengetahuan tradisional yang telah ada selama berabad-abad.

Sebagai contoh, tanaman obat keluarga seperti jahe (*Zingiber officinale*) telah ditemukan memiliki sifat antiinflamasi (Grzanna et al., 2005) dan efektif dalam meredakan gejala mual dan muntah. Tanaman lain seperti kunyit (*Curcuma longa*) mengandung senyawa kurkumin yang telah terbukti memiliki sifat antioksidan dan antiinflamasi (Aggarwal et al., 2007). Sejumlah tanaman obat keluarga yang populer termasuk jahe (*Zingiber officinale*) yang dikenal karena kemampuannya meredakan mual, kunyit (*Curcuma longa*) yang memiliki sifat antiinflamasi yang kuat, dan lidah buaya (*Aloe vera*) yang digunakan untuk perawatan luka kulit. Sementara penggunaan tanaman obat keluarga telah terbukti efektif dalam banyak kasus, penting untuk menggali lebih dalam tentang keamanan dan efektivitasnya dengan merujuk pada penelitian ilmiah terkini.

Tanaman obat keluarga telah lama digunakan dalam berbagai masyarakat di seluruh dunia sebagai sumber utama pengobatan tradisional. Di Indonesia, banyak komunitas yang masih mempercayai dan mengandalkan tanaman obat keluarga untuk mengobati berbagai penyakit, menunjukkan kekayaan dan keanekaragaman pengetahuan tradisional dalam pengobatan (Setiawan et al., 2017). Namun, di era modern saat ini, banyak generasi muda, khususnya ibu dengan balita, yang mulai kehilangan akses dan pemahaman terhadap kekayaan ini (Rahmawati and Sujarwo, 2018).

Ibu dengan balita merupakan kelompok yang kritis untuk ditargetkan dalam upaya pelestarian dan peningkatan pengetahuan tentang tanaman obat keluarga. Hal ini dikarenakan mereka berada di posisi yang strategis untuk meneruskan pengetahuan ini kepada generasi berikutnya (Hidayat et al., 2019). Oleh karena itu, inisiatif untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mereka tentang manfaat dan penggunaan tanaman obat keluarga menjadi sangat penting.

Di berbagai belahan dunia, tanaman obat keluarga telah menjadi bagian integral dari kehidupan masyarakat, termasuk di Indonesia (Suryanto et al., 2018). Tanaman-tanaman ini tidak hanya berfungsi sebagai sumber pengobatan alternatif, tetapi juga sebagai bagian dari warisan budaya yang turun temurun. Di wilayah Basalam Bukit Lambasa, Kecamatan Wampu, Kabupaten Langkat, keberadaan tanaman obat keluarga telah menjadi salah satu ciri khas budaya lokal yang mendefinisikan identitas masyarakat setempat (Hartono and Putri, 2020).

Namun, di tengah arus modernisasi dan pergeseran nilai-nilai tradisional, banyak dari generasi muda, termasuk ibu-ibu dengan balita, yang mulai kehilangan pengetahuan tentang tanaman obat keluarga dan manfaatnya (Widodo, 2019). Hal ini membawa implikasi tidak hanya pada potensi hilangnya pengetahuan tradisional, tetapi juga pada kesejahteraan kesehatan masyarakat yang mungkin mendapatkan manfaat dari penggunaan tanaman obat tersebut.

Jahe (*Zingiber officinale*): Jahe sering digunakan untuk

meredakan mual dan muntah. Jahe juga telah terbukti memiliki sifat antiinflamasi (Smith et al., 2017). Kunyit (*Curcuma longa*): Kunyit mengandung senyawa kurkumin yang memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan (Aggarwal et al., 2007). Lidah Buaya (*Aloe vera*): Gel lidah buaya memiliki sifat penyembuhan kulit dan sering digunakan untuk mengobati luka bakar dan iritasi kulit (Vogler & Ernst, 1999). Bawang Putih (*Allium sativum*): Bawang putih mengandung senyawa allicin yang memiliki sifat antibiotik alami dan dapat digunakan untuk meredakan gejala flu dan pilek (Hoshino et al., 2001). Daun Sambiloto (*Andrographis paniculata*): Daun sambiloto digunakan dalam pengobatan tradisional untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan meredakan demam (Akbar, 2005). Kayu Manis (*Cinnamomum verum*): Kayu manis telah terbukti memiliki efek mengatur kadar gula darah dan dapat mendukung kesehatan jantung (Khan et al., 2003). Kemangi (*Ocimum basilicum*): Kemangi memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan dan dapat digunakan untuk meredakan gangguan pencernaan (Cavanagh & Wilkinson, 2002). Ketumbar (*Coriandrum sativum*): Ketumbar dapat digunakan dalam masakan dan memiliki sifat antiinflamasi (Chithra & Leelamma, 1999). Lengkuas (*Alpinia galanga*): Lengkuas sering digunakan dalam masakan dan juga dapat digunakan untuk meredakan gangguan pencernaan (Rahman et al., 2007). Sereh (*Cymbopogon citratus*): Sereh dapat digunakan untuk meredakan stres dan gangguan tidur (Perry & Perry, 2006).

Tanaman obat keluarga telah menjadi bagian penting dari praktik perawatan kesehatan tradisional di berbagai budaya di seluruh dunia (Gruenwald et al., 2010). Penggunaan tanaman obat keluarga mencerminkan pengetahuan turun-temurun yang telah terbukti efektif dalam meredakan gejala penyakit (Fabricant & Farnsworth, 2001). Beberapa contoh tanaman obat keluarga yang umum digunakan dan manfaat kesehatannya adalah sebagai berikut: Jahe (*Zingiber officinale*): Manfaat: Jahe sering digunakan untuk meredakan mual, muntah, dan gangguan pencernaan (Grzanna et al., 2005). Cara Penggunaan: Jahe dapat dikonsumsi dalam bentuk teh, potongan jahe segar, atau sebagai bumbu dalam masakan. Kunyit (*Curcuma longa*): Manfaat: Kunyit mengandung senyawa kurkumin yang memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan (Aggarwal et al., 2007). Cara Penggunaan: Kunyit sering digunakan dalam masakan atau sebagai bahan tambahan dalam minuman. Lidah Buaya (*Aloe vera*): Manfaat: Gel lidah buaya memiliki sifat penyembuhan kulit dan sering digunakan untuk mengobati luka bakar, luka ringan, atau iritasi kulit (Vogler & Ernst, 1999). Cara Penggunaan: Gel dapat diambil langsung dari daun lidah buaya dan dioleskan ke area yang terkena.

Beberapa contoh tanaman obat keluarga yang umum digunakan dan manfaat kesehatannya adalah sebagai berikut: Bawang Putih (*Allium sativum*): Manfaat: Bawang putih mengandung senyawa allicin yang memiliki sifat antibiotik alami. Ini sering digunakan untuk meredakan gejala flu, pilek, atau infeksi saluran pernapasan (Hoshino et al., 2001). Cara Penggunaan: Bawang putih dapat dimakan mentah, digunakan dalam masakan, atau diambil dalam bentuk suplemen. Daun Sambiloto (*Andrographis paniculata*): Manfaat: Daun

sambiloto digunakan dalam pengobatan tradisional untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan meredakan demam (Akbar, 2005). Cara Penggunaan: Biasanya daun sambiloto dibuat dalam bentuk teh atau ekstrak. Kayu Manis (*Cinnamomum verum*): Manfaat: Kayu manis dapat digunakan untuk mengatur kadar gula darah dan meningkatkan kesehatan jantung (Khan et al., 2003). Cara Penggunaan: Kayu manis sering digunakan sebagai bumbu dalam makanan atau minuman. Kemangi (*Ocimum basilicum*): Manfaat: Kemangi memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan (Cavanagh & Wilkinson, 2002). Cara Penggunaan: Daun kemangi sering digunakan dalam masakan atau teh. Ketumbar (*Coriandrum sativum*): Manfaat: Ketumbar dapat digunakan dalam masakan dan juga memiliki sifat antiinflamasi (Chithra & Leelamma, 1999). Lengkuas (*Alpinia galanga*): Manfaat: Lengkuas sering digunakan dalam masakan dan juga dapat digunakan untuk meredakan gangguan pencernaan (Rahman et al., 2007). Sereh (*Cymbopogon citratus*): Manfaat: Sereh dapat digunakan untuk meredakan stres dan gangguan tidur (Perry & Perry, 2006).

Melihat pentingnya pelestarian pengetahuan tentang tanaman obat keluarga dan potensi manfaatnya bagi masyarakat, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita di Basilam Bukit Lambasa mengenai tanaman obat keluarga sebagai salah satu upaya pelestarian budaya lokal. Melalui pemahaman dan apresiasi yang lebih baik, diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan dan menjaga warisan budaya ini untuk generasi mendatang. Basilam Bukit Lambasa, terletak di Kecamatan Wampu Kabupaten Langkat, merupakan salah satu wilayah yang kaya akan budaya dan tanaman obat keluarga. Namun, dengan kemajuan teknologi dan modernisasi, pengetahuan tentang tanaman obat tradisional mulai memudar. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu balita, agar dapat melestarikan dan memanfaatkan tanaman obat keluarga sebagai bagian dari warisan budaya lokal.

BAHAN DAN METODE

Populasi dan Sampel: Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang memiliki balita di Basilam Bukit Lambasa. Sampel diambil dengan metode purposive sampling sebanyak 50 ibu.

Metode Pengumpulan Data: Data dikumpulkan melalui wawancara, kuesioner, dan observasi lapangan.

Metode Edukasi: Penelitian ini menggunakan metode penyuluhan kesehatan oleh tim pengabdian masyarakat STIKES Senior Medan

Analisis Data: Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Sebelum Edukasi: Ditemukan bahwa 68% ibu balita memiliki pengetahuan dasar tentang tanaman obat keluarga, namun hanya 20% yang memanfaatkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil Setelah Edukasi: Setelah mengikuti pelatihan, 85% ibu balita menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang tanaman obat keluarga dan 50% di antaranya mulai memanfaatkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Pembahasan: Edukasi berperan penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya

melestarikan dan memanfaatkan tanaman obat keluarga. **Manfaat Kesehatan:** Tanaman obat keluarga sering digunakan untuk meredakan gejala gangguan kesehatan ringan hingga sedang. Ini mencakup penggunaan tanaman untuk mengatasi masalah pencernaan, gangguan pernapasan, nyeri, demam, dan banyak masalah kesehatan lainnya. Beberapa tanaman juga diketahui memiliki sifat-sifat antiinflamasi, antimikroba, dan antioksidan yang dapat mendukung kesehatan tubuh.

Penggunaan Tradisional: Penggunaan tanaman obat keluarga sering kali didasarkan pada pengetahuan turun-temurun yang telah ada dalam budaya tertentu. Setiap budaya memiliki daftar tanaman yang digunakan secara tradisional untuk mengatasi masalah kesehatan tertentu. Ini mencerminkan adaptasi masyarakat terhadap sumber daya alam di sekitarnya.

Penelitian Ilmiah: Banyak tanaman obat keluarga telah menjadi subjek penelitian ilmiah yang mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dasar ilmiah dari klaim pengobatan tradisional dan untuk mengevaluasi efektivitas serta keamanan penggunaan tanaman tersebut. Hasil penelitian ini dapat memberikan bukti yang mendukung atau membantah klaim pengobatan tradisional.

Senyawa Aktif: Tanaman obat keluarga mengandung berbagai senyawa aktif yang bertanggung jawab atas efek pengobatan mereka. Contohnya, kurkumin dalam kunyit dan allicin dalam bawang putih adalah senyawa yang telah banyak dipelajari karena efek positifnya pada kesehatan.

Pentingnya Dosis dan Penggunaan yang Aman: Meskipun tanaman obat keluarga memiliki potensi untuk membantu meredakan gejala kesehatan, penting untuk memahami dosis yang tepat dan cara penggunaannya. Beberapa tanaman dapat memiliki efek samping jika digunakan secara berlebihan atau jika berinteraksi dengan obat-obatan lain.

Penggunaan sebagai Pelengkap: Tanaman obat keluarga sebaiknya digunakan sebagai pelengkap, bukan pengganti, perawatan medis yang diresepkan oleh dokter. Untuk masalah kesehatan yang serius atau kronis, konsultasikan dengan tenaga medis yang berkualifikasi.

Keberlanjutan: Pengambilan tanaman dari alam harus dilakukan dengan berkelanjutan dan memperhatikan perlindungan lingkungan. Pengambilan berlebihan dari alam dapat membahayakan keberlanjutan tanaman obat keluarga.

Peringatan: Beberapa tanaman dapat menyebabkan reaksi alergi atau interaksi obat yang tidak diinginkan. Orang dengan kondisi medis tertentu atau alergi tertentu harus berhati-hati atau berkonsultasi dengan dokter sebelum menggunakan tanaman obat keluarga.

KESIMPULAN

Edukasi kepada ibu balita di Basilam Bukit Lambasa efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemanfaatan tanaman obat keluarga. Dengan demikian, upaya pelestarian budaya lokal melalui penggunaan tanaman obat keluarga dapat terus dilanjutkan sebagai

warisan untuk generasi mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, M. (2019). *Edukasi Masyarakat Tentang Tanaman Obat*. Yogyakarta: UGM Press.
- Hartono, A. and Putri, R.D. (2020). Cultural Significance of Medicinal Plants in Indonesia. *Journal of Ethnopharmacology*, 240, 112015.
- Hidayat, S., Pratiwi, L., and Adiwijaya, T. (2019). The Role of Mothers in Passing Down Smith, A., & Suryani, L. (2021). The Role of Local Medicinal Plants in Indonesian Culture. *Journal of Traditional Medicine*, 12(4), 123-134.
- Suryanto, E., Pratiwi, D., and Astuti, R. (2018). Medicinal Plants and Local Wisdom in Indonesia: A Review. *Biodiversitas*, 19(5), 1857-1865.
- Widodo, H. (2019). Challenges in Preserving Traditional Medicine Knowledge in the Digital Era. *Asian Journal of Ethnobiology*, 2(1), 1-9.
- Setiawan, E., Wahyuni, D., and Rosandi, R. (2017). Utilization of Medicinal Plants in Indonesia: A Comprehensive Review. *Journal of Herbal Medicine*, 12, 1-8.
- Rahmawati, N., and Sujarwo, W. (2018). Loss of Traditional Knowledge on Medicinal Plants in the Modern Era: A Case Study. *Ethnobotany Research & Applications*, 16, 1-9.
- Traditional Medicinal Plant Knowledge. *Journal of Ethnopharmacology*, 238, 111864.