

EDUKASI PEMBUATAN RAMUAN JAMU SAINTIFIK UNTUK HIPERLIPIDEMIA DI GARASI DAKWAH SLEMAN YOGYAKARTA

EDUCATION ON SCIENTIFIC HERBAL MEDICINE FORMULATION FOR HIPERCHOLESTEROLEMIA TREATMENT AT GARASI DAKWAH SLEMAN YOGYAKARTA

Farah Widya Kautsari^{1*}, Kiki Rizki Handayani²

^{1,2}Program Studi DIII Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Madani

Jl. Wonosari Km. 10 Karanggayam, Sitimulyo, Piyungan, Bantul Yogyakarta Kota, 55792

Email: farahwidya88@gmail.com 085640437347

kikirizihandayani@gmail.com 087880070010

*Corresponding Author

Abstrak

Tren “kembali ke alam” untuk mengatasi masalah kesehatan saat ini menjadi marak. Masyarakat memanfaatkan tanaman obat untuk mengatasi gangguan kesehatan yang dialaminya. Salah satunya adalah kadar kolesterol yang tinggi (Hiperlipidemia). Hiperlipidemia dapat menjadi faktor risiko untuk berbagai penyakit jantung dan pembuluh darah, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada kualitas hidup seseorang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan, prevalensi penyakit degeneratif pada kalangan lansia Di Garasi Dakwah salah satunya yaitu hiperlipidemia. Tujuan dilakukannya pengabdian masyarakat ini adalah agar masyarakat dapat membuat jamu saintifik untuk hiperlipidemia secara mandiri yang sesuai dengan tata cara pembuatan jamu yang benar untuk memaksimalkan khasiatnya. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Garasi Dawah dengan sasaran lansia dan pralansia anggota pengajian Garasi Dakwah. Peserta yang hadir dalam kegiatan ini sebanyak 50 orang dari desa sekitar. Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah ceramah tentang komposisi dan tata cara pembuatan jamu secara langsung dan tidak langsung (*leaflet*). Kegiatan diawali dengan pretes, pemaparan materi, diskusi, postest dan dilanjutkan pembagian sembako. Kegiatan berjalan dengan lancar dan terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai jamu saintifik untuk hiperlipidemia meningkat sebanyak 59,60% dari 21,60% menjadi 81,20 %.

Kata Kunci: Ramuan Jamu, Saintifik, Hiperlipidemia

Abstract

The trend of "returning to nature" to address current health issues is becoming widespread. Communities are utilizing medicinal plants to manage their health problems, one of which is high cholesterol levels (hyperlipidemia). Hyperlipidemia can pose a risk factor for various cardiovascular diseases, which in turn can negatively impact an individual's quality of life. Based on preliminary studies, the prevalence of degenerative diseases among the elderly in Garasi Dakwah includes hyperlipidemia. The objective of this community service is to enable people to independently create scientifically formulated herbal remedies for hyperlipidemia, following correct preparation procedures to maximize their efficacy. This community service initiative took place in Garasi Dakwah, targeting elderly and pre-elderly members of the community. Fifty participants from nearby villages attended the activities. Methods included lectures on the composition and preparation procedures of herbal remedies, both directly and through leaflets. The activities commenced with pre-tests, followed by material presentations, discussions, post-tests, and the distribution of provisions. The program progressed smoothly, resulting in a significant increase in community knowledge about scientifically formulated herbal remedies for hyperlipidemia, rising from 21.60% to 81.20%, an increase of 59.60%.

Keywords: herbal remedies, scientific, hyperlipidemia

PENDAHULUAN

Masyarakat modern yang cenderung memiliki pola hidup tidak sehat dapat meningkatkan kejadian penyakit tidak menular (PTM) yang ditandai dengan berbagai keluhan, seperti tingginya kadar kolesterol, asam urat, gula darah dan radang sendi. Salah satu pilihan masyarakat untuk mengatasi masalah kesehatan yang ada adalah kembali ke alam atau ‘*back to nature*’ dengan memanfaatkan tanaman obat. Melalui program saintifik jamu membuktikan secara ilmiah tentang kemanfaatan jamu (Dwi Kusumaningrum et al., 2022).

Pelayanan kesehatan tradisional ramuan juga dikenal luas di Indonesia sebagai Jamu dan secara empiris digunakan dalam upaya promotif, preventif bahkan selanjutnya berkembang ke arah kuratif dan paliatif (Aditama, 2014)

Untuk menjamin tersedianya Jamu yang aman, berkhasiat dan bermutu, Pemerintah Indonesia melakukan langkah yaitu Program Sainifikasi Jamu. Program Sainifikasi Jamu atau *Scientific Based Jamu Development*, merupakan penelitian berbasis pelayanan yang mencakup Pengembangan Tanaman Obat menjadi Jamu Sainifik. Tahap yang dilakukan antara lain:

1. Studi etnofarmakologi untuk mendapatkan *base-line* data terkait penggunaan tanaman obat tradisional.
2. Seleksi formula jamu yang berpotensi untuk terapi alternative maupun komplementer.
3. Studi klinik untuk mendapatkan bukti ilmiah manfaat dan keamanan obat tradisional.
4. Jamu yang terbukti aman dan berkhasiat dapat digunakan dalam sistem pelayanan kesehatan (Aditama, 2014)

Kekayaan tanaman obat Indonesia yang digunakan sebagai jamu turun temurun, telah diteliti melalui program Sainifik Jamu oleh Badan Penelitian dan Pengembangan kesehatan pada tahun 2019 yaitu : mengatasi keluhan darah tinggi, radang sendi, gangguan fungsi hati, wasir, asam urat, maag/gangguan lambung, batu saluran kencing, kolesterol tinggi, kencing manis, kebugaran dan obesitas (Kemenkes R.I., 2019).

Sebelum melaksanakan pengabdian masyarakat dilakukan study pendahuluan terlebih dahulu dengan wawancara. Dari hasil wawancara banyak warga sekitar yang sering mengeluhkan kolesterol tinggi. Pada masyarakat penderita kolesterol biasanya memiliki gaya hidup yang kurang baik sehingga berpotensi memicu penyakit kardiovaskuler (Lainsamputty & Gerungan, 2022). Hiperlipidemia sendiri biasanya tidak menyebabkan gejala kritis, namun jika terdapat penyakit komorbid dapat meningkatkan keparahan, bahkan menyebabkan kematian (Bordoni., 2023).

Tujuan dilakukannya PkM ini adalah untuk memberikan edukasi pada masyarakat agar mampu secara mandiri membuat ramuan jamu dari hasil penelitian saintifikasi jamu.

METODE

Rangkaian kegiatan ini meliputi studi pendahuluan, pelaksanaan edukasi dan evaluasi. Survei awal di dengan menemui panitia kajian untuk melakukan perijinan dan pengkajian awal responden. Pelaksanaan Pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode secara langsung yaitu ceramah yang fokus pada tata cara pembuatan jamu yang benar, dan juga secara tidak langsung dengan membagikan *leaflet* untuk meningkatkan pengetahuan peserta. Sasaran pengabdian adalah 50 orang lansia yang merupakan peserta anggota kajian Garasi Dakwah.

Pengumpulan data awal dilakukan dengan *pretest* untuk mengetahui pengetahuan dasar masyarakat, kemudian dilanjutkan kegiatan penyuluhan dengan pendekatan diskusi terarah. Evaluasi kegiatan dilihat dari peningkatan pengetahuan peserta yang dapat diketahui dengan *posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penatalaksanaan dislipidemia sangat penting untuk mengurangi angka kematian dan kesakitan akibat penyakit kardiovaskula. Pasien perlu diberikan edukasi dan agar mereka dapat mengelola penyakitnya sendiri. Berbagai metode pendidikan pasien, seperti *Patient Center Education* (pendidikan yang berpusat pada pasien) atau non- *Patient Center Education* (seperti pendidikan didaktik

atau bentuk pendidikan tradisional lainnya) telah banyak dilakukan (Ismail et al., 2022). Salah satunya adalah kegiatan pengabdian masyarakat ini yang melibatkan masyarakat untuk bisa mengatasi hyperlipidemia secara mandiri.

Kegiatan ini dilaksanakan Di Garasi Dakwah Jalan Damai Siduharjo Sleman Yogyakarta. Sasaran kegiatan adalah Peserta Kajian Muslimah Garasi Dakwah.

Kegiatan dihadiri oleh 50 peserta lansia dan pra lansia yang berasal dari Padukuhan Banteng, Sumberan, Krikilan, Pusung dan Bambu Asri. Rangkaian acara dimulai dengan pembukaan, pretest, penyampaian materi, diskusi, *posttest*, pembagian *doorprize*, penutup dan cek kesehatan yaitu tensi dan kolesterol (sampling). Sebelum masuk ke materi, dilakukan pretest terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal masyarakat sebelum dilakukan presentasi, kemudian dilanjutkan dengan materi. Materi yang disampaikan terbagi menjadi 2 sesi, sesi pertama yaitu pengertian, gejala klinis dan dampak kolesterol dan sesi yang kedua adalah tentang cara pembuatan simplisia jamu, cara penyiapan jamu dan aturam minum. Literatur yang digunakan adalah Sebelas Ramuan Jamu Sainifik Pemanfaatan Mandiri Oleh Masyarakat hasil riset dari Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional (B2P2TOOT).



Gambar 1. Pemaparan Materi Tentang Jamu Sainifik

Sesi selanjutnya adalah sesi diskusi, yaitu para peserta pengabdian masyarakat menyampaikan pertanyaan kepada pembicara tentang kolesterol. Beberapa orang yang mengikuti kegiatan mengaku bahwa memiliki kadar kolesterol tinggi dan mengkonsumsi obat kolesterol yang didapatkan dari apotek maupun puskesmas.

Setelah sesi diskusi para peserta pengabdian masyarakat diminta untuk melakukan *posttest* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan mengenai jamu saintifik setelah diberikan pemaparan materi. Soal yang diberikan sama dengan soal pretest di awal kegiatan. Tingkat pengetahuan peserta tentang jamu saintifik tercantum pada tabel 1.

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Peserta Pengabdian Masyarakat

No	Pertanyaan	Jawaban yang benar		Peningkatan pengetahuan
		Pretest	Posttes	
1	Cara menghindari peningkatan kadar kolesterol, kecuali....	29 (58%)	47 (94%)	18 (36%)
2	Saat merebus ramuan jamu sebaiknya menggunakan	4 (8%)	42 (84%)	38 (76%)
	Ramuan jamu direbus selama...	8 (16%)	34 (68%)	26 (52%)
3	Ramuan jamu sebaiknya direbus menggunakan	11 (22%)	43 (86%)	32 (64%)
4	Jamu kolesterol tinggi diminum berapa kali dalam sehari?	5 (10%)	43 (86%)	38 (76%)
5	Ramuan jamu kolesterol tinggi, diantaranya yaitu ...	6 (12%)	36 (72%)	30 (60%)
6	Untuk mendapatkan hasil yang optimal, sebaiknya ramuan jamu untuk kolesterol tinggi dikonsumsi rutin selama.....	4 (8%)	42 (84%)	38 (76%)
7	Bagaimana cara menyimpan jamu yang benar?	7 (14%)	42 (84%)	35 (70%)
8	Sampai kapan hasil rebusan jamu boleh dikonsumsi?	18 (36%)	39 (78%)	21 (42%)
9	Sampai kapan hasil rebusan jamu boleh dikonsumsi?	8 (16%)	42 (84%)	34 (68%)
10	Bila saya masih minum obat sintesis, bolehkah minum jamu	12 (24%)	38 (76%)	26 (52%)

	bersamaan dengan obat tersebut?			
Rata-rata	10,8 (21,6 %)	40,6 (81,2 %)	28,8 (59,6 %)	

Dari tabel diatas terlihat bahwa pengetahuan peserta tentang jamu saintifik meningkat sebanyak 59,6% dari pengetahuan awal sebanyak 21,6% menjadi 81,2% yang dapat diartikan bahwa edukasi yang disampaikan kepada peserta efektif.

Selain mendapatkan materi secara langsung peserta juga mendapatkan *leaflet* dengan tema serupa, agar peserta lebih mudah mengingat materi yang telah disampaikan dan bisa menyebarkan edukasi ke khalayak yang lebih luas lagi.

Kegiatan ditutup dengan cek kesehatan dan pembagian sembako. Cek kesehatan yang dilakukan adalah tensi dan cek kadar kolesterol sampling. Cek kadar kolesterol tidak dilakukan pada seluruh peserta karena keterbatasan waktu, sumber daya manusia dan biaya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan masyarakat mengenai obat saintifik kolesterol meningkat sebanyak 59,60%. Peserta sangat antusias dengan kegiatan ini yang ditandai dengan respon positif berupa pertanyaan saat sesi diskusi dan adanya keinginan masyarakat untuk melakukan cek kesehatan secara rutin dan berkala

Saran

Pelaksanaan pengabdian masyarakat selanjutnya dapat dilakukan dengan metode yang lebih inovatif dengan praktik langsung pembuatan simplisia jamu sehingga dapat meningkatkan ketrampilan masyarakat untuk membuat jamu secara mandiri.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Madani atas hibah yang diberikan. Serta terimakasih kepada Garasi dakwah yang telah memfasilitasi pengabdian masyarakat ini sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, T. Y. (2014). *Jamu & Kesehatan*. Lembaga Penerbit Balitbangkes (LPB).
- Bordoni., M. F. H. B. (2023). *Hyperlipidemia*. StatPearls Publishing.
- Dwi Kusumaningrum, I., Setyowati, S., Rahmawati, S., & Sigit Purnomo, P. (2022). Pelatihan Pembuatan Ramuan Jamu Saintifik Di Desa Wisata Kaki Langit. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(October 2021), 73–80. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Ismail, F. F., Md Redzuan, A., & Wen, C. W. (2022). Patient-centered education in dyslipidemia management: A systematic review. *Asian Biomedicine*, 16(5), 214–236. <https://doi.org/10.2478/abm-2022-0026>
- Kemenkes R.I. (2019). *Sebelas Ramuan Jamu Saintifik Pemanfaatan Mandiri Oleh Masyarakat*. Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional.
- Lainsamputty, F., & Gerungan, N. (2022). Korelasi Gaya Hidup dan Stres Pada Penderita Hiperkolesterolemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 138–146. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.719>