

Peningkatan Kemampuan Literasi Pemanfaatan Simplisia Tanaman Obat Herbal untuk Kesehatan Keluarga

Improvement of Literacy Skills in the Utility of Herbal Simplicia Medicine for Family Health

Abdul Khairul Rizki Purba ^{1,2,3,7*}

Sakina ⁴

Nurina Hasanatuludhhiyah ¹

Nurmawati Fatimah ¹

Nabilah Paramitha ⁵

Mukhoirotn ^{6,7}

Muchammad Toyib ^{8,9}

¹Division of Pharmacology and Therapeutics, Department of Anatomy Histology and Pharmacology, Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

²Medical Education Master Program, Faculty of Medicine, Universitas Airlangga

³Department of Health Sciences, University Medical Center, University of Groningen, The Netherlands

⁴Division of Anatomy, Department of Anatomy Histology and Pharmacology, Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

⁵Bachelor Medical Program, Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

⁶Doctoral Program of Medical Science, Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Indonesia

⁷Department of Nursing, Faculty of Health Science, Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum (Unipdu), Indonesia

⁸Office for International Affairs, Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

⁹Department of Human Resource Development, Postgraduate School, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

email: khairul_purba@fk.unair.ac.id

Kata Kunci

Obat Herbal
Imunitas
COVID-19
Gaya hidup sehat
Kesehatan masyarakat

Keywords:

Herbal medicine
Immunity
COVID-19
Healthy lifestyle
Public health

Received: April 2024

Accepted: July 2024

Published: September 2024

Abstrak

Indonesia memiliki ragam tanaman dengan berbagai manfaat untuk kesehatan. Masyarakat dalam lingkup kecil seperti keluarga, RT dan RW dapat memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk menjaga stamina agar imunitas tetap optimal. Upaya edukasi pemanfaatan simplisia TOGA dilaksanakan dalam bentuk pengabdian Masyarakat di Sumorame, Kecamatan Candi, Kabupaten Sidoarjo. Sebanyak 38 partisipan mengikuti pelatihan. Metode yang digunakan pada kegiatan ini meliputi penyuluhan dan workshop. Domain pengetahuan obat tradisional meningkat 47,6 poin lebih tinggi dari pada pretest. Sebanyak 26 partisipan (68,4%) menyatakan sering dalam penggunaan TOGA. Alasan partisipan menggunakan TOGA meliputi untuk pengobatan alami (n = 22; 57,9%), menjaga stamina dan kesehatan (n = 12; 31,6%), serta pertolongan pertama saat sakit sebelum periksa ke dokter (n = 4; 10,5%). Selama pelatihan, partisipan menyebutkan 2 hingga 6 bagian TOGA dengan khasiatnya. Partisipan mendapat informasi mengenai TOGA dan pemanfaatannya dari media sosial (15%) serta media massa (10 - 14%). Sumber informasi dari akademisi menunjukkan masih rendah (3%). Masyarakat memiliki potensi menggunakan TOGA yang bisa dipertimbangkan untuk menjaga kesehatan dalam jangka panjang. Mereka sudah mengetahui pemanfaatannya dari turun temurun dan dari informasi media massa. Edukasi oleh akademisi dan tenaga kesehatan secara berkesinambungan sangat diperlukan untuk kesehatan masyarakat serta untuk menggerakkan ekonomi.

Abstract

Indonesia has a variety of plants with various health benefits. Communities in small linkages such as families, RT, and RW can utilize family medicinal plants (TOGA) to maintain stamina so that immunity remains optimal. Educational efforts to utilize TOGA simplisia were carried out in the form of community service in Sumorame, Candi District, Sidoarjo Regency. A total of 38 participants attended the training. The methods used in this activity include counseling and workshops. The knowledge domain of traditional medicine increased by 47.6 points higher than the pretest. A total of 26 participants (68.4%) stated that they often used TOGA. The reasons for using TOGA include natural remedies (n = 22; 57.9%), maintaining stamina and health (n = 12; 31.6%), and first aid when sick before seeing a doctor (n = 4; 10.5%). During the training, participants mentioned 2 to 6 parts of TOGA with their properties. Participants received information about TOGA and its utilization from social media (15%), and mass media (10-14%). The information sources from academics are still low (3%). The community has the potential to use TOGA which can be considered to maintain health in the long term. They already know its utilization from generations and mass media information. Continuous education by academics and health workers is needed for public health and to drive the economy.



© 2024. Abdul Khairul Rizki Purba, Sakina, Nurina Hasanatuludhhiyah, Nurmawati Fatimah, Nabilah Paramitha, Mukhoirotn, Muchammad Toyib. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i9.6971>

How to cite: Purba, A, K, R., Sakina., & Hasanatuludhhiyah, N. (2024). Peningkatan Kemampuan Literasi Pemanfaatan Simplisia Tanaman Obat Herbal untuk Kesehatan Keluarga. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 9(9), 1672-1679. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i9.6971>

PENDAHULUAN

Indonesia memiliki sumber obat tradisional yang melimpah dari ragam tanaman, produk hewani, dan mineral. Lebih dari 173 spesies di Indonesia diakui sebagai tanaman obat melalui studi etnobotani yang ekstensif dan penggunaan tanaman oleh berbagai kelompok etnis. Masyarakat Indonesia menggunakan satu tanaman atau banyak tanaman untuk kesehatan yang dikenal sebagai jamu (Elfahmi *et al.*, 2014). Penggunaan obat herbal di Indonesia meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Menurut survei nasional tahun 2018, 44,2% rumah tangga memanfaatkan layanan kesehatan tradisional, meningkat dari 30,1% pada tahun 2013 (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2018). Prevalensi penggunaan obat tradisional tertinggi saat ini adalah untuk kanker atau tumor ganas (14,4%), diikuti oleh arthritis/reumatik (11,3%), kolesterol tinggi (11,3%), stroke (10,2%), diabetes (9,9%) dan penyakit ginjal. (9,7%) (Pengpid & Peltzer, 2018). Menyadari pentingnya penggunaan tanaman obat dalam perawatan kesehatan primer di Indonesia, berbagai lembaga pemerintah Indonesia, termasuk Kementerian Kesehatan, Kementerian Kehutanan, Kementerian Lingkungan Hidup, Kementerian Pertanian, Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BAPPENAS) dan Badan Obat dan Makanan Nasional Kontrol (BPOM) terlibat dalam penelitian yang diarahkan pada pengembangan tanaman obat. Pedoman pengembangan tanaman obat telah dirumuskan dalam Kebijakan Nasional Obat Tradisional (KONTRANAS) (Siahaan *et al.*, 2018).

Tanaman obat banyak digunakan dalam kesehatan secara global sehingga bermunculan institusi untuk menyediakan layanan kesehatan berbasis pengobatan tradisional. Tanaman obat terus memainkan peran perawatan kesehatan primer yang penting di beberapa daerah seperti di Surabaya yang menerapkan pelayanan obat tradisional di puskesmas dan di beberapa rumah sakit rujukan. Penggunaan obat tradisional masyarakat dapat bergantung pada faktor sosiodemografis seperti usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan atau tempat tinggal dan faktor yang berhubungan dengan kesehatan, termasuk penyakit kronis dan kesehatan fisik dan mental. Pengalaman penggunaan obat herbal di kalangan masyarakat juga menjadi faktor tingginya penggunaan obat herbal di Indonesia. Kehadiran obat modern tidak serta merta mengurangi penggunaan tanaman obat tradisional di masyarakat (Pengpid & Peltzer, 2018).

Penggunaan obat herbal juga dipengaruhi oleh edukasi dan informasi yang beredar di masyarakat. Perkembangan digital saat ini tentang penggunaan obat herbal menjadi penting untuk edukasi masyarakat. Di era industri 4.0 ini, masyarakat secara mandiri mudah mendapatkan informasi di situs web atau platform pendidikan online. Peran instansi pendidikan seperti universitas, kampus, yayasan, dan fasilitas kesehatan seperti rumah sakit dan pusat pelayanan puskesmas diharap menyediakan andil dalam penyuluhan dan pelatihan literasi digital tentang penggunaan obat herbal. Di tingkat nasional, literasi penggunaan herbal dapat diakses melalui media online dari BPOM, Kementerian Kesehatan, atau instansi pemerintah lainnya. Edukasi masyarakat yang efektif juga dapat mencegah adanya informasi yang tidak benar oleh karena itu kemampuan literasi seharusnya sudah diajarkan di tingkat pendidikan dasar dan menengah (Ahyati *et al.*, 2023). Di masa pandemi COVID-19, pengaruh informasi digital sangat besar termasuk adanya berita obat baru herbal yang bisa menekan pertumbuhan dan penyebaran virus. Masyarakat perlu didorong untuk menelaah cara penggunaan obat herbal sebelum dikonsumsi termasuk indikasi, dosis penggunaan, serta keamanan atau efek samping yang kemungkinan muncul. Penggunaan obat herbal untuk keluarga tidak selalu aman, masyarakat perlu memperhatikan penggunaannya pada ibu hamil, menyusui, anak balita, usia lanjut, dan penderita dengan penyakit penyerta. Interaksi yang merugikan antar obat herbal dengan obat modern dapat dikonsultasikan dengan dokter atau tenaga kesehatan lainnya.

Jenis obat herbal yang umum digunakan di Indonesia antara lain jamu, obat herbal terstandar dan fitofarmaka. Sediaan jamu dibuat menggunakan teknologi sederhana, dibuktikan keamanan dan khasiatnya dengan data empiris. Obat herbal terstandar dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik di hewan. Fitofarmaka dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah melalui uji praklinik pada hewan dan uji klinik pada manusia. Tumbuhan obat sangat dibutuhkan oleh masyarakat untuk menambah imunitas tubuh terutama pada masa paska pandemi. Masyarakat umumnya menanam bawang putih, serai, ceplikan, lidah buaya, lengkuas, jeruk nipis, pepermin, daun kucing, dan kencur untuk obat keluarga (Maryani & Rosdiana, 2018). Pada keadaan tertentu, masyarakat dapat konsultasi dengan dokter atau tenaga kesehatan sebelum mengkonsumsi obat tradisional herbal, agar dosis dan khasiat penggunaannya tepat sesuai

dengan indikasi. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi: meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap berbagai jenis tanaman obat, memberi pengetahuan budidaya tanaman obat di pekarangan rumah, dan memberi pelatihan cara meracik tanaman obat herbal untuk kesehatan pada paska pandemi.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di desa Sumorame, kecamatan Candi, kabupaten Sidoarjo dengan sasaran ibu-ibu PKK. Desa Sumorame memiliki luas wilayah 113,960 m². Desa Sumorame bagian utara merupakan kawasan pemukiman penduduk asli yang sebagian besar areanya merupakan kawasan persawahan. Wilayah bagian selatan didominasi oleh penduduk pendatang dengan pemukiman perumahan baru. Secara administratif, Desa Sumorame terdiri dari 2 dusun, dengan 43 RT dan 17 RW. Desa ini mudah dijangkau dengan transportasi umum karena wilayahnya berdekatan dengan Jalan Raya utama yang menghubungkan kota Surabaya dan kota Malang. Selain itu, desa ini sangat strategis didukung Jalan desa yang membelah wilayah Desa Sumorame yang merupakan jalan alternatif kearah Tulangan. Letak ini pula yang membuat desa ini diminati oleh pelaku industri untuk dijadikan tempat produksi dan perdagangan dengan beberapa usaha kecil menengah (UKM) yang menjadi salah satu sentra perekonomian. Desa ini kaya akan kegiatan kemasyarakatan, mulai dari tingkat RT hingga tingkat Desa. Berbagai organisasi kemasyarakatan berkembang dan menjadi perekat bagi kehidupan komunal masyarakat Sumorame. Organisasi tersebut berkembang dalam berbagai bentuk, mulai dari organisasi pemerintah maupun organisasi non-pemerintah termasuk Karang Taruna, Karang werda, dan PKK. Penduduk desa Sumorame bermata pencaharian petani, pegawai kantor, pekerja pabrik, peternak, dan juga pada sektor perdagangan, industri, serta kerajinan.

Metode yang digunakan meliputi penyuluhan dan workshop yang terdiri dari empat sesi. Sesi pertama ceramah tentang tanaman obat keluarga (TOGA) dan cara pemanfaatannya. Pada sesi ke dua, peserta mendapat Workshop cara pemanfaatan dan penyajian TOGA untuk ramuan batuk flu, ramuan gangguan asam lambung dan ramuan untuk penyakit darah tinggi. Sesi ke tiga merupakan sesi tambahan, peserta mendapatkan pelatihan pijat akupresur untuk meningkatkan daya tahan tubuh.

Sebelum diberi pemaparan materi pertama, peserta mengerjakan pre-test yang menggambarkan penilaian dasar peserta terhadap pengetahuan tentang tanaman obat keluarga (TOGA). Pada sesi kedua dan akhir sesi ketiga, peserta mengerjakan mid-test dan post-test. Test ini merupakan evaluasi untuk mengetahui tingkat pemahaman 6 domain yaitu: (1) Dasar pengetahuan obat tradisional, meliputi asal usul obat tradisional, pengertian jamu, obat herbal terstandar, fitofarmaka, serta pembuktian keamanan dan khasiatnya berdasar data empiris; (2) Bagaimana pemanfaatan TOGA, meliputi pemanfaatan produk jadi, pemanfaatan bagian tumbuhan, dan penggunaan eksudat tumbuhan; (3) Pengolahan simplisia, meliputi sortasi, pencucian dan penirisan; (4) Cara memperhatikan kualitas simplisia, meliputi identitas simplisia nabati, identifikasi kontaminasi, dan mutu produk; (5) Literasi pengobatan tradisional, meliputi informasi yang diperhatikan, reaksi yang merugikan, memahami penggunaan TOGA pada kelompok yang beresiko (bayi, anak, hamil, lansia, kondisi penyakit tertentu); (6) Pengetahuan penyajian TOGA, termasuk penyajian dan perebusan bagian tumbuhan akar, rimpang, umbi, kulit batang, buah, bunga dan daun. Pertanyaan masing-masing domain pada pretest dan posttest berupa pilihan ganda dengan rentang nilai antara 0 sampai maksimum 100.

Bahan yang dipersiapkan selama pelatihan terdiri dari perlengkapan audiovisual, alat tulis, saringan, kompor listrik, botol, gelas, panci, dan kendil bertutup. Simplisia bahan peraga yang disiapkan meliputi sirih merah, sambiloto, sereh merah dan mint, jahe, kencur, jeruk lemon, kemangi dan pemanis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 38 partisipan yang mengikuti pelatihan pemanfaatan simplisia tanaman obat keluarga (TOGA) di Desa Sumorame, Kecamatan Candi, Kabupaten Sidoarjo. Rerata usia partisipan 51,4 tahun (SD: 8,9). Secara keseluruhan, nilai

pengetahuan partisipan meningkat setelah pelatihan, ditunjukkan peningkatan nilai posttest dibandingkan nilai pretest. Domain pengetahuan obat tradisional terdapat peningkatan nilai posttest yang tertinggi, meningkat 47,6 lebih tinggi dari pada pretest (Tabel I). Sebanyak 26 partisipan (68,4%) menyatakan sering dalam penggunaan TOGA sedangkan 12 partisipan lainnya (31,6%) menyatakan kadang atau jarang. Alasan partisipan menggunakan TOGA meliputi untuk pengobatan alami ($n = 22$; 57,9%), menjaga stamina dan kesehatan ($n = 12$; 31,6%), dan pertolongan pertama saat sakit sebelum periksa ke dokter ($n = 4$; 10,5%). Partisipan dapat menyebutkan 2 hingga 6 bagian TOGA dan khasiatnya seperti pada Tabel II. Tanaman sereh dan rimpang jahe yang sering disebut oleh partisipan. Tanaman sereh digunakan untuk ketahanan tubuh, gangguan lambung, masuk angin, batuk, flu, hiperkolesterol. Jahe sering digunakan di keluarga untuk sakit panas, infeksi, masuk angin, panas dalam, melancarkan haid, mencegah sakit virus, sakit perut, diabetes, nyeri haid, radang tenggorokan. Partisipan mendapat informasi mengenai TOGA dan pemanfaatannya dari media sosial (15%). Partisipan juga memilih media massa seperti televisi (14%), koran (11%), dan majalah (10%) sebagai sumber informasi tentang TOGA. Sumber informasi yang spesifik dari akademisi masih rendah, yaitu sekitar 3% dari pelatihan dan penyuluhan kesehatan, serta 1% dari pakar kesehatan (Gambar 1). Ramuan yang dipraktikkan dalam pelatihan ini ramuan untuk gejala flu dan darah tinggi. Narasumber memebri demonstrasi merebus 1 liter (5 gelas belimbing) air dalam panci stainless tertutup hingga mendidih. Satu ramuan dimasukkan ke dalam panci, kemudian rebus menggunakan api kecil selama 15 menit. Panci diangkat dan didiamkan hingga dingin. Penyaringan menggunakan saringan yang berbahan non logam. Hasil penyaringan disajikan untuk diminum 3 (tiga) kali sehari pada hari yang sama yaitu setiap pagi, siang dan malam. Selama kegiatan, partisipan aktif bertanya dan merespon pertanyaan dari narasumber (Gambar 2).

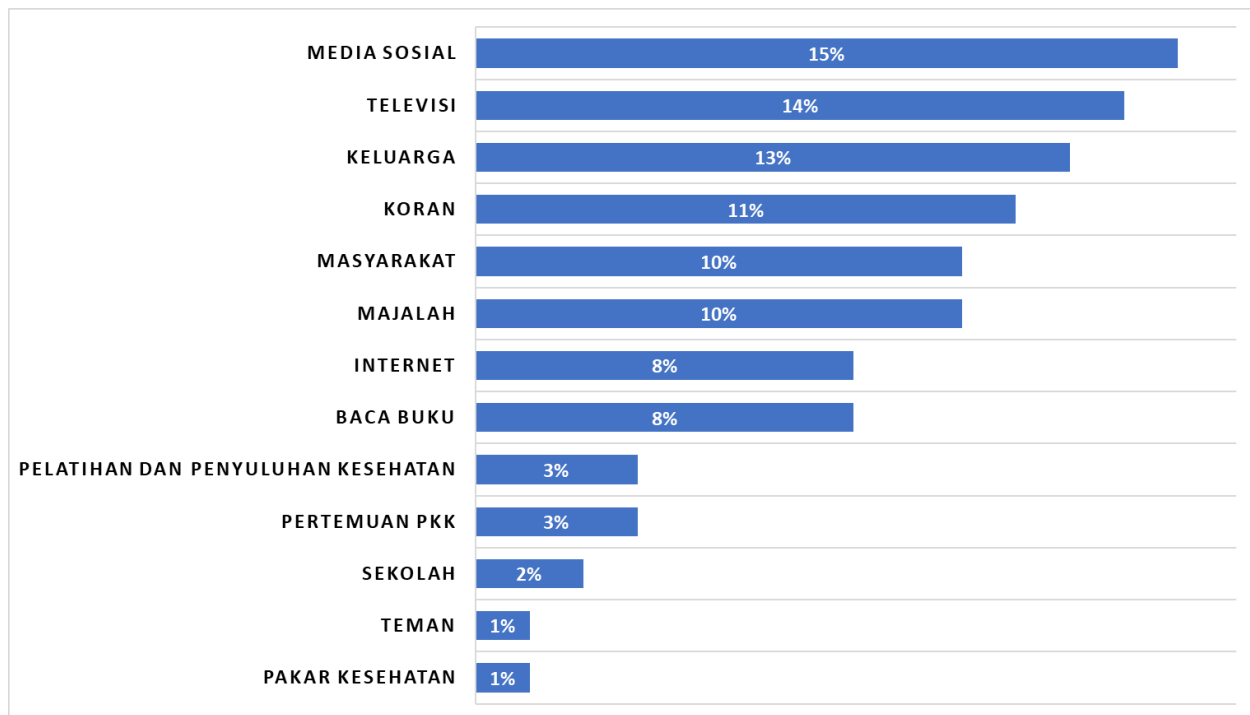
Tabel I. Nilai rerata pretest dan posttest tingkat pengetahuan peserta workshop Pemanfaatan Simplisia Tanaman Obat Keluarga di Desa Sumorame, Kecamatan Candi, Kabupaten Sidoarjo

Domain pengetahuan	Pre-test	Post-test
	Rerata (SD)	Rerata (SD)
Dasar pengetahuan obat tradisional	18,02 (2,56)	65,66 (3,48)
Pemanfaatan TOGA	54,05 (5,05)	93,94 (2,42)
Pengelolaan simplisia	60,81 (3,15)	66,67 (2,98)
Cara memperhatikan kualitas simplisia	64,86 (4,84)	87,88 (3,31)
Literasi pengobatan tradisional	72,97 (4,50)	78,79 (4,15)
Pengetahuan penyajian	72,97 (3,46)	87,88 (3,31)

Singkatan: SD, *standard deviation*; TOGA, tanaman obat keluarga

Tabel II. Tanaman dan bagiannya yang dikenal khasiatnya berdasarkan pengetahuan peserta

Bagian	TOGA / Herbal	Khasiat
Biji	Ketumbar	sakit jantung
Buah	Asem Jawa	diabetes, nyeri haid
Daun	Binahong	luka
Daun	Blimbing	gatal
Daun	Jambu	diare
Daun	Salam	asam urat, kolesterol, darah tinggi
Daun	Sambiloto	darah tinggi, kolesterol
Tanaman	Sereh	ketahanan tubuh, gangguan lambung, masuk angin, batuk, flu, hiperkolesterol
Daun	Sirih	batuk, infeksi, mimisan
Daun	Sukun	diabetes, penyakit jantung
Ekstrak	Jeruk nipis	batuk, meningkatkan daya imun
Ekstrak	Lemon	ketahanan tubuh, batuk, flu
Ekstrak	Madu	ketahanan tubuh, batuk
Rimpang	Jahe	stamina ketahanan tubuh, peradangan, sakit batuk, flu, gangguan lambung, masuk angin, panas dalam, meningkatkan daya imun, menghangatkan badan, kembung
Rimpang	Kencur	batuk, flu
Rimpang	Kunir putih	benjolan, kanker
Rimpang	Kunyit	sakit panas, infeksi, masuk angin, panas dalam, melancarkan haid, mencegah sakit virus, sakit perut, diabetes, nyeri haid, radang tenggorokan
Rimpang	Temulawak	sakit lambung, meningkatkan nafsu makan, diabetes, nyeri haid



Gambar 1. Berbagai sumber informasi dalam meningkatkan pengetahuan penggunaan herbal.



Gambar 2. Kegiatan pelatihan dan demo presentasi pengolahan TOGA jahe, kencur dan sereh untuk gejala batuk flu.

Kegiatan ini meningkatkan pengetahuan mengenai penggunaan obat-obatan yang berasal dari bahan-bahan alami seperti tumbuhan, hewan, dan mineral yang telah digunakan secara turun-temurun oleh masyarakat. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai obat tradisional di Indonesia masih kurang, meskipun penggunaannya cukup tinggi. Oleh karena itu, perlu adanya peningkatan pengetahuan mengenai obat tradisional kepada masyarakat, terutama mengenai bahaya interaksi obat dan obat palsu yang masih banyak beredar di masyarakat (Oktaviani *et al.*, 2020). Pengetahuan tentang jamu, obat herbal terstandar (OHT), dan fitofarmaka adalah penting untuk masyarakat, karena mereka menjadi sumber alternatif pengobatan dan penjagaan kesehatan. Jamu merupakan obat tradisional yang dibuat dari bahan alam, seperti tumbuhan, hewan, dan mineral. Jamu digunakan secara turun temurun yang khasiatnya terbukti secara empiris (Suparmi *et al.*, 2021). Obat Herbal Terstandar (OHT) merupakan obat tradisional yang telah dilakukan uji praklinik pada hewan percobaan dan uji klinik pada manusia untuk menunjukkan khasiatnya. Keamanan OHT memenuhi kriteria s sesuai dengan persyaratan, klaim khasiat dibuktikan secara ilmiah praklinik, dan telah dilakukan standarisasi terhadap bahan baku, serta memenuhi persyaratan mutu yang berlaku. Fitofarmaka sudah menjadi obat dari bahan alam yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik dan uji klinik. Fitofarmaka memenuhi kriteria seperti aman sesuai dengan persyaratan, klaim khasiat dibuktikan secara ilmiah/praklinik, telah dilakukan standarisasi terhadap bahan baku, dan memenuhi persyaratan mutu yang berlaku (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

Tanaman obat keluarga dimanfaatkan untuk mengobati penyakit ringan dan kronis serta meningkatkan kesehatan keluarga (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Tanaman ini dapat ditanam di pekarangan rumah dengan pemeliharaan yang baik, seperti memberikan air dan sinar matahari yang cukup serta dilakukan pemangkasan secara teratur untuk mengoptimalkan hasil panen. TOGA juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembuatan jamu dan minuman herbal (Darnia *et al.*, 2022).

Literasi masyarakat mengenai TOGA perlu digali secara mendalam agar masyarakat mendapat informasi yang tepat dan akurat. Sumber informasi tentang TOGA dapat ditemukan melalui berbagai sumber, seperti buku, artikel, situs web, media sosial, dan kegiatan literasi. TOGA dapat dimanfaatkan untuk mengobati penyakit ringan dan kronis, serta meningkatkan kesehatan keluarga (Widayanti *et al.*, 2020).

Beberapa jenis tanaman TOGA yang dapat dimanfaatkan antara lain jahe, kunyit, kumis kucing, kemangi, temulawak, dan kencur. Jahe memiliki beragam manfaat untuk kesehatan, termasuk meredakan mual, mengatasi nyeri menstruasi, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mengurangi reaksi inflamasi, mengendalikan kadar gula darah, serta membantu masalah pencernaan seperti kembung dan diare. Manfaat-manfaat ini didapat dari kandungan gingerol, shogaol, dan sifat antiinflamasi jahe. Selain itu, jahe juga diklaim dapat membantu meredakan nyeri sendi dan otot, serta menurunkan berat badan (Zhang *et al.*, 2021). Jahe juga memiliki manfaat untuk meredakan mual, mengatasi nyeri menstruasi, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mengurangi reaksi inflamasi, mengendalikan kadar gula darah, serta membantu masalah pencernaan seperti kembung dan diare (Haniadka *et al.*, 2013; Kashefi *et al.*, 2015).

Sereh atau serai memiliki beragam manfaat untuk kesehatan, antara lain meningkatkan kekebalan tubuh, mengurangi kolesterol dalam darah, meningkatkan kualitas tidur, menghilangkan rasa sakit, dan mengobati infeksi mulut dan gigi berlubang. Sereh dapat dikonsumsi sebagai minuman herbal, minyak atsiri, dan aromaterapi. Selain itu, daun sereh juga dapat dioleskan pada kulit yang terluka dan digunakan sebagai bahan kecantikan seperti deodoran, sabun, dan kosmetik (Shah *et al.*, 2011).

Kunyit memiliki beragam manfaat untuk kesehatan. Kurkumin dalam kunyit dapat merangsang dinding kantong empedu mengeluarkan cairan empedu dan merangsang keluarnya getah pancreas yang mengandung enzim pencernaan. Kunyit juga mengandung senyawa berkhasiat obat, seperti kurkuminoid yang memiliki sifat antiinflamasi, antioksidan, dan antibakteri. Selain itu, kunyit digunakan sebagai obat penyakit gangguan pembersih darah, penguat jantung, penguat lambung, peluruh kencing, dan pencegah kanker (Fuloria *et al.*, 2022). Kunyit juga dapat dimanfaatkan dalam peternakan untuk meningkatkan efisiensi pakan dan kesehatan ternak (Aderemi & Alabi, 2023).

Literasi kesehatan tradisional mencakup kemampuan individu dalam mengakses, memproses, dan memahami informasi kesehatan dasar dan layanan yang diperlukan untuk membuat keputusan yang tepat terkait kesehatan (Liu *et al.*, 2020). Hal ini menjadi penting karena literasi kesehatan yang kurang memadai sering dikaitkan dengan pemahaman yang kurang tepat mengenai informasi tertulis dan masalah komunikasi. Dengan literasi kesehatan yang baik, masyarakat dapat mengakses informasi kesehatan dengan baik dan membuat keputusan yang tepat terkait kesehatan (Wittink & Oosterhaven, 2018). Pada era digital, literasi kesehatan menjadi semakin penting dalam mencegah informasi hoaks yang berkaitan dengan penggunaan obat tradisional. Penelitian telah menunjukkan bahwa literasi kesehatan dapat membantu masyarakat dalam pemilihan media, penentuan sumber referensi, dan pengambilan keputusan kesehatan yang tepat dalam menggunakan obat tradisional (Liu *et al.*, 2020). Literasi kesehatan juga dapat membantu masyarakat dalam menjaga kesehatan tubuhnya dengan baik. Kesehatan merupakan kewajiban rutin yang harus diperhatikan, dan literasi kesehatan dapat membantu masyarakat dalam memahami informasi kesehatan dan menjaga pola hidup yang sehat. Tingkat literasi kesehatan seseorang berbeda-beda sesuai dengan usia, bahasa, pendidikan, pekerjaan, dan lingkungan (Chu-Ko *et al.*, 2021). Penggunaan obat tradisional yang tidak dikonsumsi dengan literasi kesehatan yang baik dapat menyebabkan efek samping yang negatif, seperti kerusakan organ tubuh, reaksi alergi, dan interaksi dengan obat lainnya (See *et al.*, 2020).

KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan edukasi pemanfaatan simplisia tanaman obat keluarga untuk kesehatan paska pandemi COVID-19 di Sumorame, Kecamatan Candi, Kabupaten Sidoarjo, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat terkait obat tradisional. Sebanyak 68,4% responden menyatakan bahwa masyarakat sering menggunakan TOGA sebagai cara pengobatan alami dan sebagai pertolongan pertama saat sakit sebelum berkonsultasi dengan dokter. Peserta mendapat informasi tentang TOGA dan pemanfaatannya umumnya dari media sosial maupun media massa. Sumber informasi pemanfaatan TOGA dari akademisi masih rendah. Hal ini dapat menjadi dasar pengabdian kepada masyarakat selanjutnya terkait kemampuan masyarakat dalam literasi pemanfaatan TOGA untuk kesehatan keluarga, serta membangun strategi mengembangkan peran akademisi dalam memberi edukasi kepada masyarakat baik melalui literasi media cetak maupun media digital.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada: Prof. Dr. dr Budi Santoso, Sp.OG(K) sebagai Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga yang memberi tugas pelaksanaan program pengabdian kepada Masyarakat dengan skema dana RKAT FK Universitas Airlangga program kemitraan Masyarakat No. 5112/UN3.1.1/PM/2022 dan SK Rektor Universitas Airlangga No. 1023/UN3/2022; Dr. dr. Arifa Mustika, M.Si, Bu Rachma Pantja Fadjarwati, Bu Wenny Aprilia Putri, A.md BATTRA sebagai narasumber; dr. Nurawati Fatimah, M.Si; Bu Triyani dan Bu Siti Asih sebagai pengurus PKK RW X Desa Sumorame, Candi, Sidoarjo yang memberi fasilitas; Muhammad Thoyib, Farhan Ubaidillah Ramadhan, dan Aldrianto Darma Putra sebagai tim dokumentasi.

REFERENSI

- Aderemi, F. A., & Alabi, O. M. (2023). Turmeric (*Curcuma longa*): An alternative to antibiotics in poultry nutrition. *Translational Animal Science*, *7*(1), txad133. <https://doi.org/10.1093/tas/txad133>
- Ahyati, I. U., Sya'rawi, H., & Permanasari, L. (2023). Etika Berinternet (Netiket) untuk Meningkatkan Literasi Digital Pelajar di SMAN 2 Banjarmasin. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, *8*(2), 175–180. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i2.4151>
- Chu-Ko, F., Chong, M.-L., Chung, C.-J., Chang, C.-C., Liu, H.-Y., & Huang, L.-C. (2021). Exploring the factors related to adolescent health literacy, health-promoting lifestyle profile, and health status. *BMC Public Health*, *21*(1), 2196. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12239-w>
- Darnia, M. E., Prasetya, B. G., Anggraini, S., Defia, I., Silvi, Y., Yurrahma, A., Sirait, N. S., Saragi, O., Apriani, N., Purba, M., & Andriani, A. S. (2022). Pemanfaatan TOGA Dalam Pembuatan Jamu "Kita Sehat" di Desa Pinang Sebatang Pada Era New Normal. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *1*(4), 22–27. <https://doi.org/10.26714/jipmi.v1i4.43>
- Elfahmi, Woerdenbag, H. J., & Kayser, O. (2014). Jamu: Indonesian traditional herbal medicine towards rational phytopharmacological use. *Journal of Herbal Medicine*, *4*(2), 51–73. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2014.01.002>
- Fuloria, S., Mehta, J., Chandel, A., Sekar, M., Rani, N. N. I. M., Begum, M. Y., Subramaniyan, V., Chidambaram, K., Thangavelu, L., Nordin, R., Wu, Y. S., Sathasivam, K. V., Lum, P. T., Meenakshi, D. U., Kumarasamy, V., Azad, A. K., & Fuloria, N. K. (2022). A Comprehensive Review on the Therapeutic Potential of *Curcuma longa* Linn. In Relation to its Major Active Constituent Curcumin. *Frontiers in Pharmacology*, *13*, 820806. <https://doi.org/10.3389/fphar.2022.820806>
- Haniadka, R., Saldanha, E., Sunita, V., Palatty, P. L., Fayad, R., & Baliga, M. S. (2013). A review of the gastroprotective effects of ginger (*Zingiber officinale* Roscoe). *Food & Function*, *4*(6), 845–855. <https://doi.org/10.1039/c3fo30337c>

- Kashefi, F., Khajehei, M., Alavinia, M., Golmakani, E., & Asili, J. (2015). Effect of ginger (*Zingiber officinale*) on heavy menstrual bleeding: A placebo-controlled, randomized clinical trial. *Phytotherapy Research: PTR*, **29**(1), 114–119. <https://doi.org/10.1002/ptr.5235>
- Kementerian Kesehatan Indonesia. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018 (Basic Health Survey 2018). <https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2018.pdf> accessed 10.31.18
- Liu, C., Wang, D., Liu, C., Jiang, J., Wang, X., Chen, H., Ju, X., & Zhang, X. (2020). What is the meaning of health literacy? A systematic review and qualitative synthesis. *Family Medicine and Community Health*, **8**(2). <https://doi.org/10.1136/fmch-2020-000351>
- Maryani, M., & Rosdiana, R. (2018). Upaya swamedikasi dengan tanaman obat pada kelompok ibu-ibu PKK di Kelurahan Kalamangan. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, **3**(1), 27–33. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v3i1.24>
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 6 Tahun 2016. In Menkes.
- Oktaviani, A. R., Takwiman, A., Santoso, D. A. T., Hanaratri, E. O., Damayanti, E., Maghfiroh, L., Putri, M. M., Maharani, N. A., Maulida, R., Oktadela, V. A., & Yuda, A. (2020). Pengetahuan dan pemilihan obat tradisional oleh ibu-ibu di Surabaya. *Jurnal Farmasi Komunitas*, **8**(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jfk.v8i1.21912>
- Pengpid, S., & Peltzer, K. (2018). Utilization of traditional and complementary medicine in Indonesia: Results of a national survey in 2014–15. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, **33**, 156–163. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.10.006>
- See, M., Butcher, B. E., & Barh, A. (2020). Patient literacy and awareness of medicine safety. *The International Journal of Pharmacy Practice*, **28**(6), 552–560. <https://doi.org/10.1111/ijpp.12671>
- Shah, G., Shri, R., Panchal, V., Sharma, N., Singh, B., & Mann, A. S. (2011). Scientific basis for the therapeutic use of *Cymbopogon citratus*, stapf (Lemon grass). *Journal of Advanced Pharmaceutical Technology & Research*, **2**(1), 3–8. <https://doi.org/10.4103/2231-4040.79796>
- Siahaan, Selma, & Aryastami, Ni Ketut. (2018). Studi Kebijakan Pengembangan Tanaman Obat di Indonesia. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, **28**(3). <http://dx.doi.org/10.22435/mpk.v28i3.119>
- Suparmi, S., Wahidin, D., & Rietjens, I. M. C. M. (2021). Risk characterisation of constituents present in jamu to promote its safe use. *Critical Reviews in Toxicology*, **51**(2), 183–191. <https://doi.org/10.1080/10408444.2021.1912708>
- Widayanti, A. W., Green, J. A., Heydon, S., & Norris, P. (2020). Health-Seeking Behavior of People in Indonesia: A Narrative Review. *Journal of Epidemiology and Global Health*, **10**(1), 6–15. <https://doi.org/10.2991/jegh.k.200102.001>
- Wittink, H., & Oosterhaven, J. (2018). Patient education and health literacy. *Musculoskeletal Science & Practice*, **38**, 120–127. <https://doi.org/10.1016/j.msksp.2018.06.004>
- Zhang, M., Zhao, R., Wang, D., Wang, L., Zhang, Q., Wei, S., Lu, F., Peng, W., & Wu, C. (2021). Ginger (*Zingiber officinale* Rosc.) and its bioactive components are potential resources for health beneficial agents. *Phytotherapy Research: PTR*, **35**(2), 711–742. <https://doi.org/10.1002/ptr.6858>