

**PELATIHAN SERBUK INSTAN DAN TEH SACHET HERBAL SEBAGAI UPAYA PROMOTIF DAN PREVENTIF DI PUSKESMAS CENDRAWASIH KOTA MAKASSAR**

*Training Instant Powder And Herbal Sachets Tea As A Promotional And Preventive Effort In Cendrawasih Puskesmas City Of Makassar*

**Sesilia Rante Pakadang\*, Djuniasti karim**

Poltekkes Kemenkes Makassar

\* *Email Koresponden* : [mamajassy@gmail.com](mailto:mamajassy@gmail.com)

DOI: <https://doi.org/10.32382/jpk.v3i2.3097>

**ABSTRACT**

*Traditional health services at the Public health center are training for conventional healers and herbal-based traditional medicine. The Traditional Health Independent Care Group is directly fostered by the pharmacist as the head of the pharmaceutical installation. This activity aims to increase participant's knowledge and provide training in making instant powders and herbal tea sachets. counseling on the function of herbs for promotive and preventive diseases and training on making instant powders for hypertension and tea sachets for tuberculosis. Participants in community service activities were 30 people, namely 20 cadres of traditional health self-care groups, and 10 perpetrators of herbal medicine carrying. There was an increase in participant knowledge of 42.86% as measured by a questionnaire. The success of the training is evidenced by direct practical activities from the participants after being given a training demo. Outputs: pack guidebook, guidebook intellectual property rights, instant powder products, and tea sachets in labeled packaging, 3 videos of packaging implementation online on YouTube, and packer articles. The results of the activity can be concluded that there is an increase in the knowledge and skills of the participants.*

**Keywords:** *herbs, counseling, training, instant powder, tea sachets, herbs*

**ABSTRAK**

Pelayanan kesehatan tradisional di puskesmas adalah pembinaan kepada pelaku pengobat konvensional dan pengobatan tradisional berbasis herbal. Kelompok Asuhan Mandiri Kesehatan Tradisional dibina langsung oleh apoteker sebagai kepala instalasi farmasi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta dan memberikan pelatihan pembuatan serbuk instan dan teh sachet herbal. penyuluhan tentang fungsi herbal untuk promotif dan preventif penyakit dan pelatihan pembuatan serbuk instan untuk hipertensi dan teh sachet untuk tuberkulosis. Peserta kegiatan pengmas 30 orang yaitu 20 kader kelompok asuhan mandiri kesehatan tradisional, 10 pelaku jamu gendong Terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebesar 42,86% yang diukur dengan kuesioner. Keberhasilan pelatihan dibuktikan dengan kegiatan praktik langsung dari peserta setelah diberikan demo pelatihan. Luaran: buku panduan pengmas, HaKI (hak cipta) buku panduan, produk serbuk instan dan teh sachet dalam kemasan berlabel, 3 video pelaksanaan pengmas yang telah Online pada Youtube dan artikel pengmas. Hasil kegiatan dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta.

**Kata kunci** : herbal, penyuluhan, pelatihan, serbuk instan, teh sachet, herbal

**PENDAHULUAN**

Pemerintah telah menetapkan jenis pelayanan kesehatan tradisional meliputi Pelayanan Kesehatan Tradisional Empiris, Pelayanan Kesehatan Tradisional Komplementer dan Pelayanan Kesehatan Tradisional Integrasi. Dewasa ini meskipun teknologi pengobatan telah berkembang dengan pesat namun anjuran *back to nature* juga disambut dengan baik oleh masyarakat dunia. demikian pula di Indonesia. Obat Tradisional racikan merupakan sediaan ramuan herbal yang berupa jamu yang dibuat segar, ramuan simplisia kering dan ramuan obat luar (Permenkes, 2016). Pemerintah telah

menetapkan target pelayanan Kesehatan tradisional pada tahun 2017 yaitu 3.336 puskesmas dari total 9767 puskesmas di Indonesia. Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar seperti puskesmas lainnya juga telah melakukan pelayanan Kesehatan Tradisional. Untuk melaksanakan pelayanan tersebut maka dibentuklah kelompok asuhan mandiri Kesehatan tradisional yang terdiri dari kelompok kader yang berminat dengan pengobatan herbal untuk pengembangan potensi kebermanfaatannya baik bagi masyarakat maupun perkembangan program puskesmas. Selain kader yang tergabung dalam kelompok

asuhan mandiri Kesehatan tradisional Puskesmas juga menghimpun kelompok masyarakat yang telah berkecimpung dalam pengobatan tradisional menggunakan herbal seperti jamu gendong. Cara penggunaan obat tradisional yang cukup merepotkan juga menjadi alasan orang enggan untuk bersentuhan dengan obat herbal jika tidak terpaksa. Sehingga dibutuhkan solusi untuk mengatasi penyebab keengganan tersebut demi upaya promotif dan preventif. Pakadang (2019) telah menyusun formula racikan sederhana untuk hipertensi menggunakan herbal pilihan yang telah terbukti ilmiah berpotensi sebagai anti hipertensi. Penggunaan beberapa herbal untuk tuberkulosis telah terbukti secara ilmiah antara lain meniran, miana, jahe (Pakadang, 2021; Pakadang 2022). Pengmas ini perlu dilakukan untuk mengembangkan potensi penggunaan herbal dan menjamin keamanan mutu produk. Permasalahan yang ditemukan adalah pengetahuan dan keterampilan kader dan pelaku jamu gendong masih perlu ditingkatkan. Tujuan pengmas ini meningkatkan pengetahuan peserta >30% dan memberikan keterampilan peserta membuat produk serbuk instan dan teh sachet. Pengmas juga menargetkan luaran seperti produk, buku, hak cipta, video kegiatan dan artikel pengabdian.

## **METODE PELAKSANAAN**

### **Tahapan Persiapan**

Persiapan pelaksanaan dilakukan dengan mengorientasi produk yang akan dilatihkan pada masyarakat dan menyiapkan buku panduan pengmas. Menyiapkan administrasi berupa perijinan dinas Kesehatan Kota Makassar dan Puskesmas Cendrawasih. Mengkoordinasi peserta pengmas yaitu kader dan pelaku jamu gendong.

### **Tahapan Pelaksanaan**

Kegiatan pengmas dilaksanakan 2 tahap dengan metode penyuluhan dan pelatihan.

Tahap 1 metode Penyuluhan bertujuan menambah pengetahuan peserta tentang fungsi herbal sebagai upaya promotif dan preventif khususnya untuk penyakit hipertensi dan tuberkulosis.

Tahap 2 metode pelatihan bertujuan memberikan keterampilan tentang cara pembuatan produk herbal yang sederhana yaitu serbuk instan untuk hipertensi dan teh sachet untuk tuberkulosis. Pelatihan berupa demo pembuatan produk dan praktik langsung peserta membuat duplikasi produk.

Peserta pengmas 30 orang yang terdiri

dari 20 orang kader kelompok asuhan mandiri Kesehatan tradisional binaan Puskesmas Cendrawasih dan 10 orang dari pelaku/ pembuat dan penjual jamu gendong yang berjualan di wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih.

### **Tahapan Akhir**

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengukur keberhasilan pelaksanaan pengmas. Evaluasi tahap penyuluhan dilakukan dengan pre test dan post test menggunakan kuesioner. Target yang diharapkan adalah terjadi peningkatan pengetahuan >30%. Evaluasi tahap pelatihan dilakukan dengan cara menilai keberhasilan peserta membuat duplikasi produk berdasarkan demo yang diberikan. Bahan untuk praktek telah disiapkan oleh tim pengabdian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Target tahap penyuluhan adalah meningkatkan pengetahuan peserta tentang fungsi herbal untuk promotif dan preventif penyakit khususnya hipertensi dan tuberkulosis. Target tahap ini berhasil dicapai dengan peningkatan pengetahuan sebesar 42,86% melampaui target awal 30%. Selain mengukur peningkatan pengetahuan, peserta juga diminta untuk menuliskan tanggapan mereka terhadap pelaksanaan pengmas ini. Hasilnya mereka sangat berterima kasih telah diundang untuk mengikuti acara ini karena mendapat pengetahuan baru yang selama ini belum diketahui. Hal ini menarik perhatian pengabdian untuk lebih kreatif lagi pada program-program pengmas berikutnya.

Pada tahap penyuluhan peserta antusias dan serius mengikuti karena topik yang dibahas adalah herbal, hipertensi dan tuberkulosis. Penyakit hipertensi dan tuberkulosis dipilih karena merupakan 2 jenis penyakit menular dan tidak menular yang banyak diderita oleh masyarakat hingga kini. Topik penyakit hipertensi menjadi perhatian peserta karena ternyata banyak diantara peserta atau keluarga mereka ada yang menderita hipertensi. Sehingga peserta cukup antusias memperhatikan penyuluhan dari tim pengabdian. Topik penyakit tuberkulosis menjadi perhatian khusus beberapa kader karena ternyata mereka adalah tim pengawas menelan obat di kelurahan tempat tinggal mereka. Berdasarkan Permenkes Nomor 67 Tahun 2016, Pengawas Menelan Obat (PMO) Tuberkulosis Paru adalah seseorang yang dipercaya untuk memantau penderita TB paru untuk minum obat secara teratur. Beberapa kader kelompok asuhan mandiri Kesehatan tradisional

menjadi kepanjangan tangan petugas Puskesmas untuk menyukseskan program pemerintah memberantas tuberkulosis yaitu TOSS (temukan obati sampai sembuh).

Herbal merupakan hal yang menarik untuk peserta. Meskipun keseharian mereka telah mengenal herbal namun pengetahuan mereka tentang jenis-jenis herbal yang bisa digunakan untuk pengobatan, cara penggunaan dan cara pengolahan masih perlu ditingkatkan. Sesi diskusi dimanfaatkan oleh peserta untuk bertanya tentang banyak hal seputar herbal. Peserta sangat tertarik dengan penggunaan herbal sebagai komplementer pengobatan tuberkulosis atau sebagai preventif tuberkulosis terutama untuk orang-orang yang hidup serumah dengan penderita. Demikian pula penggunaan herbal untuk hipertensi sangat diminati karena ketergantungan penderita dengan obat kimia setiap harinya.

Pada tahap pelatihan keberhasilan pelaksanaan pengmas ditinjau dari keberhasilan peserta membuat duplikasi produk serbuk instan dan teh sachet. Bahan-bahan praktik telah disiapkan oleh tim pengabdian sehingga mereka dapat mencoba membuat produk dalam jumlah kecil. Pembuatan teh sachet menggunakan simplisia kering dan prosedurnya sangat sederhana dan praktis sehingga dapat dipraktikkan oleh banyak peserta. Pembuatan serbuk instan menggunakan simplisia segar, sehingga tim pengabdian telah menyiapkan bahan segar yang telah diolah menjadi sari. Sehingga peserta dapat menjadikan serbuk instan dengan proses pemanasan yang dibutuhkan. Hasil praktik dibagi-bagi oleh peserta sebagai contoh produk untuk dibawa pulang.

Herbal yang digunakan untuk serbuk instan adalah herba seledri, buah mentimun dan bawang putih. Herba seledri telah terbukti dapat menurunkan tekanan darah hingga 42,34% jika digunakan sebagai komplementer kaptopril (Siska, 2019). Publikasi lainnya juga membuktikan potensi seledri sebagai anti hipertensi dengan berbagai mekanisme seledri dapat menurunkan tekanan darah (Afifah dkk, 2015; Hedayati dkk, 2019; Lazdia dkk, 2020, Mashhad, 2020). Buah mentimun merupakan buah yang mengandung mineral kalium dan magnesium yang cukup tinggi yaitu kalium 136mg / 100 gram mentimun dan magnesium 12 mg/100 gram mentimun. Penelitian telah membuktikan fungsi asam amino sebagai zat yang dapat menurunkan tekanan darah. Timun mengandung berbagai macam asam amino, seperti *glutamic acid*, *alanine*, *methionine*, dan *glycine*. Hal ini menunjukkan mekanisme timun

sebagai anti hipertensi (Fadli, 2021; Puji dan Safitri, 2021; Makarim, 2021; Noya, 2021; Suherlan, 2022; Veratamala, 2022). Penggunaan bawang putih sebagai anti hipertensi telah berlangsung secara empiris dan telah didukung pula oleh pembuktian senyawa Allicin yang dapat mencegah produksi angiotensin (Dokter Sehat, 2017; Anugrah, 2018).

Herbal yang digunakan dalam membuat produk teh sachet untuk tuberkulosis adalah herba meniran, daun miana dan jahe. Penelitian sebelumnya telah membuktikan ketiga herbal tersebut termasuk dalam 26 jenis tanaman yang berpotensi sebagai anti tuberkulosis secara in vitro (Pakadang dkk, 2021). Penelitian in vivo secara preklinik juga telah membuktikan miana sebagai anti tuberkulosis dengan mekanisme imunitas (Pakadang, 2022).

Luaran yang dicapai dalam kegiatan pengmas ini adalah tersedianya buku panduan pengmas. Buku panduan ini telah mendapat sertifikat HaKI (hak cipta) dengan nomor pencatatan 000349735. Produk hasil pengmas yaitu serbuk instan dan teh sachet telah dibuat dalam kemasan berlabel. Produk ini telah dipamerkan pada kegiatan pameran di Poltekkes Kemenkes Makassar dalam rangkaian acara memperingati HUT Republik Indonesia ke 77. Dokumentasi kegiatan berupa video pelaksanaan pengmas telah di unggah pada Youtube sebagai salah satu publikasi pengmas. Artikel pengmas juga telah dibuat sebagai pemenuhan target publikasi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengmas disimpulkan :

1. Terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 42,68% setelah penyuluhan.
2. Terjadi proses alih teknologi setelah pelatihan pembuatan produk serbuk instan untuk hipertensi dan produk teh sachet untuk pencegahan dan komplementer pengobatan tuberkulosis.
3. Luaran yang dicapai adalah tersedia buku panduan pengmas dengan HaKI (hak cipta) buku panduan no. pencatatan 000349735, produk serbuk instan dan teh sachet dalam kemasan berlabel, video pelaksanaan pengmas dan artikel pengmas.

## SARAN

Disarankan untuk membuat kegiatan serupa dengan tema produk herbal atau fungsi herbal lainnya untuk mendukung pengembangan potensi herbal sebagai promotif dan preventif

penyakit.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada semua pihak yang telah membantu pelaksanaan pengmas ini, terutama kepada Direktur dan Kepala Unit P2M Poltekkes Kemenkes Makassar yang telah mendanai kegiatan ini melalui DIPA Poltekkes Kemenkes Makassar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anugrah. 2018. *5 Cara Mengolah Bawang Putih Untuk Darah Tinggi Paling Efektif*. <https://halosehat.com/penyakit/darah-tinggi/cara-mengolah-bawang-putih-untuk-darah-tinggi>.
- Afifah MN., Fitria T dan Saputra O. 2015. *Konsumsi Seledri untuk Turunkan Darah Tinggi, Bagaimana Baiknya?, Khasiat Daun Seledri Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hiperkolestroemia*. <https://health.kompas.com/read/2020/06/16/060600868/konsumsi-seledri-untuk-turunkan-darah-tinggi-bagaimana-baiknya-?page=all>
- Dokter sehat.com. 2017. *15 Cara Mengatasi Darah Tinggi secara Alami*.
- Fadli, R., 2021. Banyak Makan Timun Bisa Bantu Turunkan Darah Tinggi?. <https://www.halodoc.com/artikel/banyak-makan-timun-bisa-bantu-turunkan-darah-tinggi>
- Hedayati N, Naeini MB, Mohammadinejad A., Mohajeri SA. 2019. *Beneficial effects of celery (Apium graveolens) on metabolic syndrome: A review of the existing evidences* Phytotherapy Research. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/ptr.6492>
- Lazdia W., Rahma WA., Lubis AS., Sulastri T. 2020. *Pengaruh Rebusan Daun Seledri Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Empowering Society Journal Volume 1;No.1 (April, 2020): 26-32
- Mashhad MSR., Mashhad MM., Mashhad SME., Mashhad VSM., Mohajeri SSA. 2020. *Safety Evaluation and Biochemical Efficacy of Celery Seed Extract (Apium Graveolens) Capsules in Hypertensive Patients: A Randomized, Triple-blind, Placebo-Controlled, Cross-Over, Clinical Trial*. <https://assets.researchsquare.com/files/rs-1421947/v1/724ad657-0c6a-4548-8ea2-e46a5ee3dfbb.pdf?c=1646941734>
- Makarim, F.R. 2021. *Buah-buahan yang Mampu Meredakan Tekanan Darah Tinggi*. <https://www.halodoc.com/artikel/buah-buahan-yang-mampu-meredakan-tekanan-darah-tinggi>
- Noya, ABL.. 2021. *6 buah penurun darah tinggi yang perlu anda ketahui*. <https://www.alodokter.com/6-buah-penurun-darah-tinggi-yang-perlu-anda-ketahui>
- Pakadang, S.R., Ratnah, S., Salasa, A.M., Hatta, M., 2022. *Toll Like Receptor 4 Expression Profile in Mice Infected Mycobacterium Tuberculosis Given with Miana Leaves Extract (Coleus scutellarioides (L) Benth ) ( Tuberculosis Preventive and Curative Mechanisms)* Pharmacognosy Journal,2022,14,3,497-505. <https://phcogj.com/sites/default/files/PharmacognJ-14-3-497.pdf>
- Pakadang, S.R., Hilaria, M., Dewi, S.T.R., Sinala, S., Jumain, 2021. *MIC and MKC Analysis Of Herbal Medicine In Indonesia Against Mycobacterium Tuberculosis*. Pharmacogn. J. 13. <https://doi.org/10.5530/pj.2021.13.137>
- Puji, A. dan Savitri, T., 2021. *Benarkah Timun Dapat Menurunkan Tekanan Darah untuk Penderita Hipertensi?*. <https://hellosehat.com/jantung/hipertensi/manfaat-timun-untuk-hipertensi/>
- Suherlan R. 2022. *Kenali 5 buah penurun tekanan darah*. <https://kesehatan.kontan.co.id/news/kenali-5-buah-penurun-tekanan-darah-tinggi-yang-wajib-diketahui?page=all>
- Siska, 2019. *Studi interaksi farmakodinamik dan farmakokinetik kombinasi kaptopril dan ekstrak Apium graveolens L. sebagai antihipertensi pada tikus putih jantan*. Disertasi. Fakultas Farmasi Universitas Indonesia. Jakarta.
- Veratamala A. 2022. *Daftar buah untuk menurunkan tekanan darah tinggi*. Hellosehat. <https://hellosehat.com/nutrisi/buah-untuk-menurunkan-tekanan-darah-tinggi/>
- World Health Organization.2020. *Hypertension*. [https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab_1)

