


PENINGKATAN PENGETAHUAN ASI BAGI IBU MENYUSUI DI KECAMATAN ARJASA SITUBONDO MELALUI PELATIHAN PEMBUATAN JAMU SERBUK

Diana Lady Yunita Handoyo^{*1}, Sri Nur Atiqah², Siti Zamilatul Adzkiyah³

^{1,2,3} Universitas Ibrahimy Situbondo, Indonesia

Corresponding author: lady.dianayunita@gmail.com

<p>Info Article</p> <p>Received : 04 April 2024</p> <p>Revised : 01 Mei 2024</p> <p>Accepted : 03 Juni 2024</p> <p>Publication : 30 Juni 2024</p> <p>Keywords: ASI (Air Susu Ibu), Herbal Powder, Arjasa sub-district</p> <p>Kata Kunci: ASI (Air Susu Ibu), Jamu Serbuk, Kecamatan Arjasa</p> <p><i>Licensed Under a Creative Commons Attribution 4.0 International License</i></p> 	<p>Abstract: <i>Jamu is an Indonesian cultural heritage which is used as a traditional medicine. As one of the representations of local wisdom in Indonesia, herbal medicine has developed in society with various benefits and dosage forms. The people of Arjasa District, Situbondo Regency use herbal ingredients to increase milk production in the form of herbs. Herbal medicine has several weaknesses, one of which is the bitter taste it causes when consumed, so one of the solutions given is to make herbal preparations in the form of herbal granules. The purpose of this activity is to provide insight and skills for breastfeeding mothers regarding the processing of herbal medicine granules. The result of this activity was that 100% of respondents stated that this activity provided benefits for breastfeeding mothers in processing herbal medicine.</i></p> <p>Abstrak: Jamu merupakan warisan budaya Indonesia yang digunakan sebagai pengobatan tradisonal. Sebagai salah satu representasi kearifan lokal yang ada di Indonesia, jamu berkembang di masyarakat dengan berbagai macam manfaat dan bentuk sediaan. Masyarakat Kecamatan Arjasa Kabupaten Situbondo menggunakan bahan-bahan herbal untuk meningkatkan produksi ASI dalam bentuk jamu. Jamu memiliki beberapa kelemahan salah satunya ialah rasa pahit yang ditimbulkan saat dikonsumsi sehingga salah satu solusi yang diberikan ialah membuat sediaan jamu dalam bentuk jamu granul. Tujuan dari kegiatan ini ialah memberikan wawasan dan keterampilan bagi ibu menyusui terkait dengan pengolahan jamu granul. Hasil dari kegiatan ini ialah 100% responden menyatakan kegiatan ini memberikan manfaat kepada ibu menyusui dalam pengolahan jamu.</p>
---	---

PENDAHULUAN

Indonesia sebagai negara dengan keragaman hayati terbesar ke 2 di dunia yang memiliki populasi tanaman sebesar 30.000 spesies. Diantara 30.000 spesies tersebut 9.600 diantaranya terbukti memiliki khasiat sebagai obat serta 300 spesies lainnya telah digunakan sebagai bahan obat tradisional oleh insutri obat dan obat tradisional (Kepmenkes RI, 2007).

Salah satu bentuk obat tradisional yang umum digunakan ialah jamu. Jamu menurut Permenkes No.003/Menkes/Per/2010 adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan serian, atau campuran bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat (Biofarmaka IPB, 2013).

Penggunaan jamu sendiri sudah lumrah digunakan oleh ibu-ibu menyusui di Kecamatan Arjasa Situbondo. Dimana para ibu menyusui menggunakan jamu dari campuran bahan herbal untuk meningkatkan produksi ASI. Salah satu yang tidak disukai oleh para ibu menyusui saat mengkonsumsi jamu ialah rasa pahit yang dirasakan saat pengkonsumsiannya sehingga menyebabkan rasa kurang nyaman.

Rasa pahit pada jamu dapat dihilangkan dengan membuat jamu dalam bentuk sediaan jamu granul dengan menambahkan gula saat pengolahan. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ialah memberikan wawasan dan keterampilan pembuatan jamu serbuk kepada ibu menyusui sehingga mengurangi rasa tidak nyaman saat ibu menyusi mengkonsumsi jamu.

METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan surat nomor: 070/184/431.406.3.2/2023 Pemerintah Kabupaten Situbondo tentang izin pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul “ Peningkatan Pengetahuan ASI Bagi Ibu Menyusui Di Kecamatan Arjasa Situbondo Melalui Pelatihan Pembuatan Jamu Serbuk”.

Rangkain kegiatan pengabdian masyarakat ini terbagi dalam 3 tahap yakni: Tahap pertama yakni penyampaian materi tentang peningkatan ASI menggunakan bahan herbal dan cara pembuatan jamu serbuk, Tahap ke dua yakni demonstrasi pembuatan jamu serbuk dan tahap ke 3 yakni tanya jawab dan pengisian kuisisioner tanggapan peserta terhadap kegiatan yang dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penyampaian Materi

Materi pengabdian kepada masyarakat disampaikan oleh Ibu Diana Lady Yunita Handoyo, M.Farm., Klin. Penyampaian materi berlangsung selama \pm 30 menit dengan materi yang disampaikan berupa kendala yang dialami oleh ibu menyusui dalam pemberian ASI dan upaya penanggulangannya, tanaman herbal yang berkhasiat sebagai pelancar ASI, Serta cara pembuatan jamu serbuk berbasis bahan alam. Beberapa kendala yang dialami oleh ibu menyusui diantaranya ialah jumlah ASI yang berkurang sehingga menyebabkan bayi rewel karena tidak terpenuhinya ASI. Berkurangnya produksi ASI dapat ditingkatkan dengan mengkonsumsi galaktagog herbal atau kimia. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan oleh Diana (2022) beberapa galaktagog herbal yang dapat digunakan untuk meningkatkan produksi ASI diantaranya ialah temulawak, temu kunci, kencur, sereh, buah mengkudu, asam jawa, dan Kulit buah delima. Tanaman tersebut dapat dikonsumsi dalam bentuk jamu atau jamu serbuk agar lebih mudah dan nyaman dalam pengkonsumsiannya. Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada Gambar 1:



Gambar 1. Peserta Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

2. Demonstrasi Pembuatan Jamu Serbuk

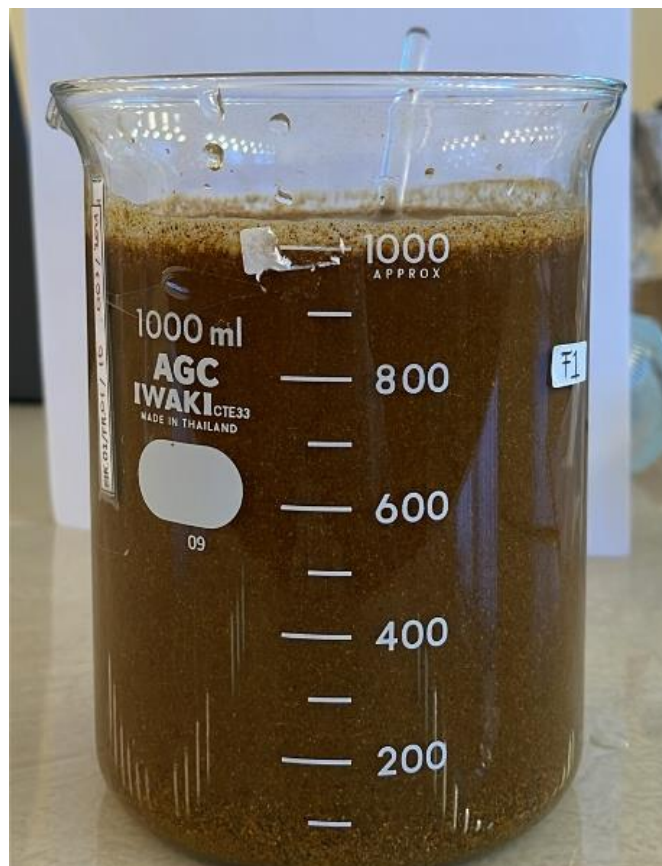
Tahap ke 2 yakni demonstrasi Pembuatan Jamu Serbuk. Pada tahap ini peserta dijelaskan langkah-langkah pembuatan jamu serbuk dengan baik dan benar. Langkah pertama ialah menimbang bahan yang dibutuhkan. Formula jamu serbuk dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 3.1: Formula Jamu Serbuk

No	Bahan	Kuantitas
1	Temulawak	100 gram
2	Temukunci	100 gram
3	Kencur	100 gram
4	Sereh	50 gram
5	Kulit Buah Delima	50 gram
6	Buah Mengkudu	50 gram
7	Asam Jawa	50 gram
8	Air	Sampai Volume 1 Liter
9	Gula Pasir	500 Gram

Sumber : Data Diolah 2023

Setelah menimbang semua bahan, selanjutnya bahan tersebut dihaluskan dan ditambahkan dengan air dan diremas untuk mendapatkan sari pati. Sari pati atau yang biasa disebut dengan filtrat di tampung hingga mencapai 1 L.



Gambar 2. Perendaman Simplisia

Filtrat tersebut kemudian di tambahkan dengan 500 gram gula pasir dan dimasak hingga mengental +_30 menit.



Gambar 3. Proses Memasak

Setelah campuran sudah menyusut dan mulai terlihat butir-butir jamu, api dimatikan dan diaduk hingga menjadi serbuk jamu. Serbuk jamu yang berukuran besar dihaluskan menggunakan blender hingga ukurannya sama.



Gambar 4. Proses Penghalusan



Gambar 5. Proses Pengemasan

3. Tanggapan Peserta Terhadap Kegiatan

Setelah rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai dilaksanakan, langkah selanjutnya ialah memberikan kuisioner kepada ibu menyusui

untuk melihat kebermanfaatan kegiatan terhadap pesreta. Hasil pengisian kuisioner dapat dilihat pada tabel 3.2

Tabel 3.2 Tanggapan Peserta Terhadap Kegiatan

No	Aspek yang dinilai	Skor (%)	
		Ya	Tidak
1	Kejelasan materi yang disampaikan	94	6
2	Kesempatan peserta untuk bertanya dan menyampaikan pertanyaan	100	0
3	Kemanfaatan kegiatan kepada peserta	100	0
4	Kemudahan penerapan pengolahan	93	7

Sumber : Data diolah 2023

Berdasarkan tanggapan yang diberikan oleh peserta, kejelasan materi yang disampaikan cukup jelas dengan skor yang didapatkan sebesar 94%, kegiatan ini sangat memberikan manfaat kepada peserta hal ini dibuktikan dengan 100 % peserta menyatakan setuju serta 93% peserta menyatakan pembuatan jamu ini mudah dalam pengolahan.

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) yang telah dilaksanakan, kegiatan ini memberikan manfaat kepada peserta 100%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penghargaan dan ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Universitas Ibrahimy Situbondo, kepada warga kecamatan Arjosari Situbondo yang telah memberikan dukungan sehingga Program Pengabdian kepada Masyarakat terlaksana dengan baik.

PUSTAKA

- Biofarmaka IPB, (2013). QUALITY OF HERBAL MEDICINE PLANTS AND TRADITIONAL MEDICINE. Bogor
- Departemen Kesehatan, (2007). KEPUTUSAN MENTRI KESEHATAN RI KEBIJAKAN OBAT TRADISIONAL. Jakarta
- Diana, (2022). STUDI ETNOBOTANI TANAMAN BERKHASIAT SEBAGAI PELANCAR ASI (AIR SUSU IBU) DI KECAMATAN ARJASA SITUBONDO.