



Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia Melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Untuk Kesehatan di Desa Karang Panggung Bengkulu Tengah

¹ Sunoto,, ² Bertha Iin Esti Indraswanti, ³Bambang Agus Hermanto

^{1,2,3}Ekonomi Pembangunan, Universitas Bengkulu, Indonesia

¹ berthaindraswanti@unib.ac.id

² simbahnoto@yahoo.co.id

³ bambangagus@unib.ac.id

© 2025 Kreativasi : *Journal of Community Empowerment*

ABSTRACT	INFO ARTIKEL
<p><i>In the development process, human resource is crucial determinant. Not only about the quantity, it also the quality. HDI is an indicator of human development which form of tree composite index; education index, healthy index, and standard of living index. To increase the HDI, one of the ways is to improve the healthy index by create programs of healthy development that could be increase the number of expecting life. The awareness of quality of life is important in a society. The herbal plants can be source of society healthy. The herbal plants usually to produce "jamu", is a traditional medicine in Indonesia. It can be preventive or curative treatment for healthy. In Karang Panggung Village, there are many herbal plants but the people usually just for cooking or to sell original form. So, how to create something new must introduced to them. Not only for healthy, but it can be created value added.</i></p> <p>Keywords: <i>Human Development Index, Herbal Plants, Jamu</i></p>	<p>Korespondensi : Bertha Iin Esti Indraswanti berthaindraswanti@unib.ac.id</p>

PENDAHULUAN

Dalam pembangunan ekonomi, aspek penting yang perlu diperhatikan adalah pembangunan manusianya. Dalam pembangunan, manusia merupakan subyek dan obyek. Sebagai subyek, manusia merupakan modal utama dalam pembangunan, sehingga manusia juga bisa menjadi penghambat pembangunan jika tidak berkualitas. Oleh karena itu, setiap negara memberi perhatian yang besar pada

pembangunan manusia. Keberhasilan pembangunan manusia sering diukur dengan indeks pembangunan manusia (IPM). IPM dihitung dari tiga indeks komposit, yaitu indeks pendidikan, indeks kesehatan, dan indeks layak hidup. Ketiga indeks tersebut diperoleh dari hasil perhitungan indikatornya masing-masing.

Kesehatan adalah modal paling dasar untuk membangun manusia Indonesia. Kesehatan tidak hanya penting untuk diri sendiri, tetapi juga menjaga keberlangsungan masa depan generasi penerus bangsa. Cita-cita menjadi negara dengan pendapatan tinggi setara negara maju dengan memanfaatkan bonus demografi pun bisa dicapai secara optimal jika sumber daya manusia yang dimiliki berkualitas dan berdaya saing. Itu termasuk kualitas dari status kesehatan setiap individu di masyarakat. Sementara saat ini, selain kualitas kesehatan belum optimal, kesenjangan juga masih ditemukan. Itu termasuk pada kesenjangan komitmen dari para pemangku kepentingan. Disparitas capaian pembangunan kesehatan antar daerah juga menjadi tantangan yang dihadapi untuk meningkatkan status kesehatan di Indonesia. Komitmen dari setiap pemangku kepentingan amat menentukan untuk memastikan status kesehatan di masyarakat bisa meningkat dan merata (Arlinta, 2023).

Ada dua isu kesehatan utama yang harus diselesaikan terkait membangun SDM yang berkualitas, yaitu *Stunting* dan Jaminan Kesehatan Nasional. Sementara ada dua isu kesehatan lainnya yang juga harus diatasi, yaitu tingginya harga obat dan alat kesehatan, serta masih rendahnya penggunaan alat kesehatan buatan dalam negeri (www.kominfo.go.id). Obat merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk menunjang kesehatan. Sejauh ini, masyarakat masih banyak bergantung pada obat-obatan modern yang berbahan kimia. Padahal budaya Indonesia sudah mengenal obat herbal yang biasa disebut jamu untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan, terutama untuk menjaga dan meningkatkan daya tahan tubuh. Bahkan jamu sudah ditetapkan menjadi warisan budaya tak benda dari Indonesia ke-13 yang masuk dalam daftar UNESCO (www.kemlu.go.id).

Pembangunan manusia pada dasarnya menjadi tanggung jawab manusianya sendiri, namun demikian, pemerintah merasa bahwa jika negara ingin memberikan kesejahteraan penduduknya, maka peran besar harus dilakukan dalam pembangunan. Berbagai kebijakan dan program dilakukan pemerintah untuk meningkatkan IPM negara atau daerah. Namun demikian dengan keterbatasan anggaran, prioritas pembangunan mesti dipilih. Oleh karena itu, keterlibatan seluruh komponen masyarakat masih sangat diperlukan. Banyak peran yang dapat diambil untuk terlibat dalam pembangunan manusia pada berbagai level. Kabupaten Bengkulu Tengah naik yaitu dari 67,96 poin pada tahun 2021 mengalami pertumbuhan menjadi 68,47 poin pada tahun 2022. Sementara IPM Provinsi Bengkulu dari 71,64 pada tahun 2021 naik menjadi 72,16 pada tahun 2022, naik lagi menjadi 72,78 pada 2023 (www.bps.go.id). Angka Kemiskinan 9,68% pada tahun 2021 naik menjadi 9.76% pada tahun 2022. Naiknya angka kemiskinan dapat mempengaruhi kesehatan penduduk, sehingga perlu diperhatikan agar tidak mempengaruhi IPM.

Desa Karang Panggung adalah salah satu desa di Kecamatan Merigi Sakti Kabupaten Bengkulu Tengah yang memiliki luas wilayah 300 Ha. Lahan terluas adalah ladang seluas 157 Ha, diikuti perkebunan seluas 102 Ha, sawah seluas 10 Ha. Lahan ladang untuk rimpang yang ada ditanami jahe, kunyit dan lengkuas dan tidak sampai 2%. Dengan jumlah penduduk sebanyak 172 jiwa pada Tahun 2021 dari 53 KK, sebagian besar bermata pencaharian sebagai petani dan buruh tani. Desa dengan kategori berkembang ini memiliki jarak 3 km dari kota kecamatan dan 32 km dari ibukota kabupaten namun tidak memiliki fasilitas pendidikan, kesehatan (hanya ada posyandu) dan ekonomi (hanya ada 2 warung kelontong dan pasar tanpa bangunan/pekan). Dengan minimnya fasilitas kesehatan di desa, masyarakat harus berusaha tetap sehat. Jika sakit, harus mencari obat di lokasi yang jauh. Sementara itu, selama ini, penduduk menjual hasil ladangnya tanpa pengolahan, sehingga tidak ada nilai tambah yang dihasilkan.

Tujuan dilaksanakannya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini untuk:

1. Menjalin silaturahmi dengan masyarakat

2. Meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang berbagai tanaman herbal untuk kesehatan
3. Memotivasi masyarakat untuk bisa memanfaatkan potensi desa terutama tanaman obat untuk hidup sehat
4. Membantu pemerintah dalam mengimplemtasikan program pembangunan kesehatan.

METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dihadiri oleh warga Desa Karang Panggung yang diundang pihak desa. Metode kegiatan yang dilakukan antara lain:

1. Dialog: untuk mengetahui sejauh mana warga mengenal tanaman herbal dan pemanfaatannya.
2. Pemutaran video tentang bermacam tanaman herbal dan video cara membuat jamu.
3. Tanya jawab/kuis dan pembagian *doorprize*: untuk pendalaman materi dan memberi *reward*.
4. Pemberian bibit tanaman herbal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan Kualitas SDM

Model pembangunan nasional yang selama ini berbasis kota menjadi berbasis pengembangan potensi desa. Potensi desa merupakan segenap sumber daya alam serta sumber daya manusia yang dimiliki desa. Sumber daya tersebut dianggap sebagai modal dasar yang nantinya dapat dikelola dan juga dikembangkan demi kepentingan, kelangsungan dan perkembangan desa. Desa secara langsung memiliki kewenangan penuh pengelola pembangunan pada satuan pemerintahan atau komunitas paling bawah, yaitu masyarakat desa. Dalam konteks ekonomi perdesaan, mengaktifkan potensi desa memerlukan pemahaman utuh mengenai besarnya potensi yang dimiliki serta karakteristik yang melekat pada potensi tersebut. Salah satu karakteristik dasar desa adalah memiliki potensi besar dalam produksi

komoditas pertanian. Maka usaha-usaha yang dilakukan dalam pembangunan desa dan perdesaan mestinya berorientasi juga pada sektor pertanian tersebut. (Fitrijanto, 2023). Sebagai sektor utama dalam perekonomian desa, pertanian menjadi ujung tombak kemajuan desa. Peran penting sektor Pertanian perlu didukung oleh sumber daya manusia yang berkualitas. Oleh karena itu, penyiapan, dan penguatan SDM dalam membangun desa harus diprioritaskan. Manusia yang sehat yang dapat melakukan Pembangunan, sehingga program Pembangunan Kesehatan menjadi salah satu prioritas Pembangunan nasional.

Kemenkes ingin meningkatkan pelayanan kesehatan dasar (primer) dengan mendorong upaya promotif, preventif, dan pemanfaatan teknologi. Ada lima prioritas yang harus dilakukan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan primer yaitu, peningkatan kesehatan ibu dan anak; percepat perbaikan gizi masyarakat; pengendalian penyakit seperti HIV, malaria, dan tuberkulosis; pembudayaan gerakan masyarakat sehat; serta penguatan fasilitas kesehatan. Kemenkes melibatkan Bappeda dan pihak swasta untuk mendukung transformasi kesehatan. Pelibatan ini karena transformasi kesehatan tidak bisa hanya dilakukan oleh pegawai di lingkungan kesehatan. (<https://nasional.kompas.com>). Sedangkan penguatan upaya kesehatan berbasis masyarakat melalui pendekatan keluarga juga terus diupayakan, ini yang disebut program Keluarga Sehat.

Pemanfaatan Tanaman Herbal

Tanaman herbal banyak ditemui di Indonesia terutama di pedesaan. Selain dimanfaatkan sebagai bumbu masakan, tanaman herbal juga dimanfaatkan sebagai tanaman obat. Pemanfaatan tanaman obat secara langsung dapat memperbaiki status gizi, sarana pemerataan pendapatan, sarana pelestarian alam, serta sarana gerakan penghijauan dan keindahan. Obat tradisional sering disebut jamu. Budaya Jamu dipercaya telah ada sejak abad ke-8 yang ditemukan pada relief di Candi Borobudur dan manuskrip-manuskrip kuno lainnya. Jamu menjadi warisan budaya tak benda dari Indonesia ke-13 yang masuk dalam daftar UNESCO. Penetapan jamu sebagai warisan budaya tak benda pada tanggal 6 Desember 2023 di Botswana.

Sunoto *et al* – Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia Melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Untuk Kesehatan di Desa Karang Panggung Bengkulu Tengah (<https://kemlu.go.id>.) UNESCO menilai budaya sehat jamu sebagai salah satu sarana ekspresi budaya dan membangun koneksi antara manusia dengan alam, serta sejalan dengan tujuan pembangunan berkelanjutan atau *sustainable development goals* (SDG's) yang dilakukan UNESCO (<https://kemenparekraf.go.id>).

Mengonsumsi jamu sangat lekat dengan tradisi kebudayaan lokal bangsa Indonesia di samping minum jamu sebagai upaya untuk menjaga kesehatan. Terutama di musim pancaroba ketika pergantian dari musim kemarau ke musim hujan begitu juga sebaliknya. Anggapan tanpa jamu badan akan terasa lesu dan pegal-pegal, sehingga jamu menjadi konsumsi rutin setiap hari. Bahkan Kementerian Kesehatan pun mencanangkan program [gerakan minum jamu](#) guna mengajak masyarakat memanfaatkan jamu untuk meningkatkan kesehatannya.

Manfaat Jamu Bagi Tubuh Antara lain:

1. Membantu mempertahankan imunitas
2. Pereda Nyeri
3. Pengobatan, seperti: batuk, hipertensi, obat asam urat dll
4. Penambah Nafsu Makan
5. Kesehatan dan Kecantikan

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilaksanakan pada merupakan satu media untuk dapat menjalin silaturahmi dengan masyarakat. Perguruan Tinggi sebagai satu lembaga pendidikan memiliki tugas dan tanggung jawab turut serta mencerdaskan kehidupan bangsa. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan untuk mewujudkannya. Desa Karang Panggung adalah salah satu desa yang sangat minim fasilitas kesehatan dan ekonomi karena jarak yang jauh dari pusat kecamatan apalagi kabupaten. Kondisi ini tentu harus disikapi dengan pengoptimalan seluruh sumber daya yang ada untuk mendukung kesehatan masyarakat sehingga kualitas sumber daya manusianya meningkat. Peningkatan kualitas SDM akan bisa menjadi kekuatan pembangunan ekonomi melalui peningkatan produktivitas kerja.

Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Karang Panggung tentang tanaman herbal dan pemanfaatannya, Tim PPM bertatap muka secara langsung di Balai Desa. Pada awal pertemuan, dialog dimulai dengan tanya jawab seputar tanaman herbal yang sudah biasa dimanfaatkan oleh masyarakat. Kemudian dilanjutkan dengan pertanyaan yang diajukan kepada peserta tentang tanaman herbal lainnya yang bisa digunakan sebagai obat diikuti dengan penjelasannya.



Gambar 1. Presentasi Narasumber

Sumber : Dokumentasi Kegiatan, 2024

Masih banyak tanaman yang tumbuh di sekitar mereka yang belum dimanfaatkan secara optimal. umumnya, mereka menggunakan tanaman herbal yang biasa untuk bumbu masakan, seperti jahe, kunyit, lengkuas, daun jeruk purut, sere, dan daun salam. Padahal pengolahan lanjutan dapat menjadi sumber kesehatan jika diolah lagi. Bahkan bisa meningkatkan nilai tambah ekonomi dan menjadi sumber penghasilan. Maka pada kesempatan ini diperkenalkan pemanfaatannya dalam pembuatan jamu sehat, selain untuk bumbu masakan. Bahkan banyak gulma yang bermanfaat yang tidak diketahui, seperti meniran, krokot, sirih cina, daun pegagan, patikan kebo, rumput teki, dan lain-lain.



Gambar 2. Beberapa Bahan Jamu yang Mudah Didapat

Sumber: Dokumentasi Narsum, 2024

Untuk memotivasi masyarakat agar mau membuat jamu, peserta dibagikan jamu sehat yang diolah dari berbagai jenis rimpang, rempah, dedaunan dan serta berbagai tanaman gulma yang sangat menyehatkan. Sekalipun rasanya agak pahit karena ada sambiloto dan meniran tetapi manfaatnya sangat istimewa, yang badannya kurang sehat akan langsung merasakan pengaruhnya. Tentu tidak lupa untuk menghilangkan pahit jamu, disediakan juga minuman herbal manis, beras kencur yang juga memberikan kehangatan dan mengurangi gatal di tenggorakan atau batuk. Ramuan sederhana dari bahan-bahan yang mudah didapatkan dengan cara pengolahan yang mudah namun berkhasiat menjadi daya Tarik untuk mencoba membuatnya. Perlu motivasi yang kuat untuk tetap menjaga Kesehatan masyarakat.

Pemutaran video pembuatan jamu sehat digunakan setelah peserta meminum jamu sehatnya dan menjawab kuis dari narasumber. Dari video yang ditayangkan, kuis yang diberikan terjawab semua. Jamu sehat dibuat untuk menjaga stamina, mengatasi masuk angin, mengurangi nyeri sendi bahkan jamu tersebut diminum untuk penyembuhan covid 19. Jamu ini diciptakan Ketika virus covid menyerang. Jamu tersebut mampu mempercepat penyembuhan covid. Adapun bahannya terdiri dari beberapa kelompok herbal, rimpang, rempah, dedaunan dan bahan pendukung

lainnya. Resep Jamu sehat untuk keluarga sekitar 1,5 liter, dengan merebus hingga mendidih beberapa waktu dari semua bahan setelah dibersihkan dan dipotong-potong:

- 1) Bahan Rimpang: Jahe, kunyit, kencur, temulawak, lengkuas, jika ada bisa ditambah kunyit putih.
- 2) Bahan Rempah: Lada hitam, pala, kapulaga, ketumbar, bunga lawang/pekak, cengkih, kayu manis, jinten (lebih bagus yang hitam), cabe jawa, kayu pule, kayu merah/secang.
- 3) Dedaunan: Serai, salam, daun jeruk purut, pandan, daun cengkeh, daun sirsak, kumis kucing, daun pudung merah, daun, sirih cina, meniran, daun kelor, daun sambiloto kering.
- 4) Bahan Lain: asam jawa, jeruk purut/jeruk nipis, gula aren, garam sedikit
- 5) Semua bahan direbus bersamaan kecuali air jeruk yang ditambahkan setelah jamu hangat dan siap diminum.

Jamu sehat ini secara medis memang belum teruji, namun secara pengalaman narasumber yang merupakan praktisi jamu, jamu tersebut sangat membantu keluarga dan masyarakat yang terkena covid 19 untuk segera sembuh. Selain itu, orang yang meminumnya pada saat tidak sehat, segera merasakan manfaatnya. Untuk pemakaian jangka panjang dapat menghilangkan banyak keluhan kesehatan seperti, nyeri di lutut, asam urat, mengontrol tekanan darah, dan tentu stamina menjadi lebih bagus dan tidak gampang lelah. Jamu tersebut bisa disimpan dalam kulkas untuk dikonsumsi di lain hari. Bisa diminum hangat ataupun dingin. Lebih baik diminum menjelang tidur malam dan pagi hari.

Resep Kedua adalah Beras Kencur. Banyak resep membuat minuman Beras Kencur, karena hal ini juga berkaitan dengan selera dan preferensi. Pembuatan minuman beras kencur pada kegiatan tersebut dilakukan sebelum acara, sehingga disajikan dalam keadaan hangat. Beras kencur juga enak dinikmati dalam kondisi dingin. Bahan yang digunakan adalah kencur bersih (tidak harus dikupas kulitnya), beras yang sudah direndam, disangrai dan digiling halus, sedikit kunyit, gula aren, gula

Sunoto *et al* – Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia Melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Untuk Kesehatan di Desa Karang Panggung Bengkulu Tengah pasir (boleh tidak menggunakan) dan sedikit garam. Cara membuatnya dengan merebus kencur yang sudah digeprek bersama gula dan garam. Tunggu rebusan kencur mendidih agak lama untuk mendapatkan banyak sari kencur dan rasa yang kuat. Setelah bau dan rasa menyengat dari kencur tidak lagi tajam, api dimatikan. Bisa ditunggu hilang uap baru disaring atau bisa langsung disaring. Hasil saringan, dimasak lagi dengan menambahkan beras halus hasil gilingan dengan terus diaduk. Banyak sedikitnya beras bisa disesuaikan dengan selera masing-masing. Memang ada yang menyukai rasa tajam dari kencur, ada yang tidak, ada yang suka agak kental, ada yang suka encer. Akan lebih enak jika ditambahkan air perasan jeruk nipis.



Gambar 3. Peserta Menikmati Jamu Sehat

Sumber: Dokumentasi Kegiatan, 2024

Peluang kerjasama dengan perguruan tinggi terutama Jurusan Ekonomi Pembangunan Universitas Bengkulu bisa dimanfaatkan untuk membantu, membina ataupun mendampingi berbagai program pembangunan yang dilaksanakan desa,

Sunoto *et al* – Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia Melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Untuk Kesehatan di Desa Karang Panggung Bengkulu Tengah sehingga kinerja desa meningkat. Pemberdayaan ekonomi masyarakat untuk meningkatkan kontribusinya pada perekonomian Indonesia

KESIMPULAN DAN SARAN

Kualitas SDM menentukan keberhasilan pembangunan ekonomi. Oleh karena itu, pembangunan manusia menjadi fokus dalam pembangunan ekonomi. Salah satu cara untuk meningkatkan pembangunan manusia adalah melalui pembangunan kesehatan sehingga angka harapan hidup meningkat. Program pembangunan kesehatan bisa melibatkan partisipasi masyarakat melalui swadaya sehat dengan memanfaatkan tanaman herbal yang melimpah di desa tidak saja sebagai bentuk pengobatan (kuratif) tetapi juga sebagai pencegahan (preventif). Pemanfaatan tanaman herbal tidak semata untuk masakan tetapi dapat diolah yang dapat memberikan nilai tambah. Nilai tambah tidak saja untuk kesehatan masyarakat tetapi juga dapat menjadi sumber penghasilan. Penciptaan nilai tambah akan mampu meningkatkan angka harapan hidup yang pada akhirnya akan meningkatkan indeks kesehatan. Oleh karena itu, gerakan swadaya sehat perlu disosialisasikan secara luas kepada masyarakat terutama di desa yang minim fasilitas kesehatan dan akses yang tidak mudah untuk mendapatkan fasilitas kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Antara. 2023. Kemenpora: Indeks pembangunan manusia naik, jadi modal Indonesia emas. Jumat, 8 September 2023 21:01 WIB. www.antaraneews.com.
- Arlinta, Deonisia. 2023. <https://www.kompas.id/baca/bebas-akses/2023/05/31/disparitas-jadi-tantangan-pembangunan-kesehatan-nasional>.
- Fitrijanto, Arief. 2023. <https://kanaldesa.com/artikel/membangun-desa-mengaktifkan-potensi-desa>.
www.bps.go.id. *Indeks Pembangunan Manusia dan Komponennya*. Diunduh tanggal 11 Mei 2024.
<https://kemlu.go.id/darwin/id/news/27480/unesco-resmi-menetapkan-jamu-sebagai-warisan-budaya-tak-benda-dari-indonesia>.
<https://www.kominfo.go.id/content/detail/22692/generasi-sehat-indonesia-unggul>. Diunduh tanggal 13 Mei 2024.
<https://nasional.kompas.com/read/2022/03/16/13381961/kemenkes-prioritaskan-5-hal-untuk-tingkatkan-pelayanan-kesehatan-primer>.
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2154/jamu-obat-herbal-terstandar-dan-fitofarmaka.
<https://kemenparekraf.go.id/ragam-ekonomi-kreatif/jamu-ramuan-herbal-khas-indonesia-yang-mendunia>.