

PROMOSI KESEHATAN TENTANG MINUMAN TRADISIONAL SEHAT PADA IBU HAMIL DI LAPANGAN KANTIN WIRABRAJA

Shantry Dhelly Susanty^{1*}, Harry Ade Saputra²

^{1,2}Universitas Fort De Kock

Email Korespondensi: shantryadhelly@fdk.ac.id^{1}, harryadesaputra@fdk.ac.id²

Info Artikel

Masuk: 29 Desember 2021

Revisi: 04 Januari 2022

Diterima: 07 Januari 2022

Keywords:

The dangers of smoking, health promotion, adolescents.

Kata kunci:

Bahaya merokok, Promosi kesehatan, Remaja.

e- ISSN: 2775-2402

Abstract

The use of natural ingredients, both as medicine and for other purposes, tends to increase, especially with the issue of Back to Nature and the prolonged crisis that has resulted in a decline in people's purchasing power. Traditional medicines and medicinal plants are widely used by the lower middle class, especially in preventive, promotive and rehabilitative efforts. The activity used in this community service program is in the form of Health Promotion about healthy traditional drinks for pregnant women in the Wirabraja field. Monitoring and evaluation were obtained from the results of observations and questionnaires given to participants. Results: From the results of monitoring activities run well and smoothly where there are supporting factors, namely community support and inhibiting factors, namely time and space. From the results of the evaluation using the dependent (paired) t-test statistic, there was a significant difference ($p=0.000$) between before and after the intervention. This activity went well and smoothly. There is an effect of health promotion on public knowledge about healthy traditional drinks for pregnant women

Abstrak

Penggunaan bahan alam, baik sebagai obat maupun tujuan lain cenderung meningkat, terlebih dengan adanya isu Back to Nature serta krisis berkepanjangan yang mengakibatkan turunnya daya beli masyarakat. Obat tradisional dan tanaman obat banyak digunakan masyarakat menengah kebawah terutama dalam upaya preventif, promotif dan rehabilitatif. Kegiatan yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini berupa Promosi Kesehatan Tentang minuman tradisional sehat pada ibu hamil di Lapangan Kantin Wirabraja. Monitoring dan evaluasi diperoleh dari hasil observasi dan kuisioner yang diberikan kepada peserta. Dari hasil monitoring kegiatan berjalan dengan baik dan lancar dimana terdapat faktor pendukung yaitu dukungan Masyarakat serta farktor penghambat yaitu waktu dan ruangan. Dari hasil evaluasi menggunakan statistik uji-t dependen (berpasangan) terdapat perbedaan signifikan ($p=0,000$) antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Kegiatan ini berjalan dengan baik dan lancar. Ada pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan masyarakat tentang minuman tradisional sehat bagi ibu hamil

PENDAHULUAN

Penggunaan bahan alam, baik sebagai obat maupun tujuan lain cenderung meningkat, terlebih dengan adanya isu Back to Nature serta krisis berkepanjangan yang mengakibatkan turunnya daya beli masyarakat. Obat tradisional dan tanaman obat banyak digunakan masyarakat menengah kebawah terutama dalam upaya preventif,

promotif dan rehabilitatif (Jonathan, 2009). Jamu adalah obat jadi atau ramuan bahan alam yang berasal dari tumbuhan, hewan, mineral, sediaan galenik atau campuran bahan tersebut yang secara tradisional telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman (Sudibyo, 2009). Salah satu metode pelayanan kesehatan tradisional komplementer yang terdapat dalam Peraturan Pemerintah Nomor 103 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional adalah pelayanan kesehatan tradisional menggunakan ramuan. Perkembangan pelayanan kesehatan tradisional menggunakan ramuan saat ini semakin pesat, terbukti dari hasil Riskesdas 2010 bahwa persentase penduduk Indonesia yang pernah mengonsumsi jamu sebanyak 59,12 % yang terdapat pada semua kelompok umur, baik laki-laki maupun perempuan, di pedesaan maupun di perkotaan. Persentase penggunaan tanaman obat berturut-turut adalah jahe (50,36%), diikuti kencur (48,77%), temulawak (39,65%), meniran (13,93%) dan pace (11,17%). Selain tanaman obat di atas, sebanyak 72,51% menggunakan tanaman oba jenis lain. Bentuk sediaan jamu yang paling banyak disukai penduduk adalah cairan, diikuti berturut-turut seduhan/serbuk, rebusan/rajan, dan bentuk kapsul/pil/tablet. Penduduk Indonesia yang mengonsumsi jamu sebesar 95,60 % merasakan manfaatnya pada semua kelompok umur dan status ekonomi, baik di pedesaan maupun perkotaan. Kementerian Kesehatan melalui penancangan pengembangan dan promosi obat tradisional Indonesia mendorong dan menggalakkan kembali pemanfaatan obat tradisional Indonesia oleh masyarakat serta dikembangkan dalam dunia kedokteran.

Tanamana di Indonesia memiliki banyak manfaat terutama bidang kesehatan. Kandungan senyawa aktif pada tanaman dapat berfungsi sebagai antioksidan, yaitu penangkal radikal bebas yang menyebabkan berbagai penyakit pada manusia (Elidar, 2017). Kondisi saat ini menunjukkan bahwa, rumah – rumah masyarakat banyak sekali terdapat tanaman – tanaman hias. Jumlah tanaman hias yang ditanam masyarakat biasanya dengan cara sederhana atau kebetulan serta jumlahnya sangat banyak dan beragam. Tanaman – tanaman tersebut memiliki khasiat sebagai obat yang dapat dibuat sederhana menjadi sediaan minuman herbal atau camilan makanan dan minuman sehat. Bagi masyarakat seharusnya hal tersebut dapat lebih dimaksimalkan dalam pengolahannya agar dapat dikonsumsi sehari hari. Contoh minuman herbal yang menyehatkan sangat digemari masyarakat adalah wedang uwuh terdiri dari campuran rempah berbagai tanaman tradisional (Herdiana et al., 2014). Camilan sehat berupa

makanan seperti keripik kenikir, kerupuk ikan lele kombinasi bayam, puding jagung kombinasi rosella, permen perasan rosella yang dapat dikonsumsi ibu hamil, ibu menyusui, balita dan anak – anak. Tanaman tersebut dapat dijadikan bahan dasar pembuatan makanan dan minuman sehat jika dikombinasi dengan bahan tambahan lain sehingga akan lebih bernilai dan bernutrisi.

Salah satu minuman tradisional bagi ibu hamil adalah jahe . ahe sebagai salah satu jenis tanaman herbal mempunyai banyak keunggulan dibandingkan dengan tanaman herbal lainnya, khususnya bagi ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah. Keunggulan pertama jahe adalah kandungan mengandung minyak terbang (minyak atsiri) yang menyegarkan dan memblokir reflek muntah sedangkan gingerol dapat melancarkan peredaran darah dan syaraf-syaraf bekerja dengan baik. Hasilnya, ketegangan bisa dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun bisa ditekan. Aromaharum jahe disebabkan oleh minyak atsiri, sedangkan oleoresinya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat. (Choiriyah dan Trisnasari, 2013).

Menurut penelitian Rovita Amran dkk tahun 2021 Hasil penelitian diketahui Nilai rata-rata Mual muntah sebelum Konsumsi Minuman Jahe 17.718 dan standar deviasi 1.954. Nilai rata-rata Mual muntah Setelah konsumsi minuman jahe 6.843 dan standar deviasi 1.297. Ada Pengaruh Pemberian Konsumsi minuman jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil TM I (p value $0,000 < 0,05$). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ayu Dwi Putri dkk (2016), dapat diketahui bahwa minuman jahe berpengaruh terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil Trimester I. Penelitian dilakukan dengan memberikan minuman jahe hangat pada 34 orang ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum. Setelah diberikan minuman jahe hangat kepada semua responden didapatkan hasil adanya penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Contoh minuman herbal yang menyehatkan sangat digemari masyarakat adalah wedang uwuh terdiri dari campuran rempah berbagai tanaman tradisional (Herdiana et al., 2014). Camilan sehat berupa makanan seperti keripik kenikir, kerupuk ikan lele kombinasi bayam, puding jagung kombinasi rosella, permen perasan rosella yang dapat dikonsumsi ibu hamil, ibu menyusui, balita dan anak – anak. Tanaman tersebut dapat dijadikan bahan dasar pembuatan makanan dan minuman sehat jika dikombinasi dengan bahan tambahan lain sehingga akan lebih bernilai dan bernutrisi. Suatu rumah biasanya banyak terdapat tanaman – tanaman tradisional yang

ditanaman atau tumbuh dengan mudah. Contoh tanaman yang biasanya dapat tumbuh dengan mudah dan dapat dimanfaatkan oleh masyarakat adalah jahe, kunyit, beluntas, rosella, kenikir, sirsak, dan srikaya. Jahe diduga mengandung senyawa aktif kurkumin, diantaranya berfungsi sebagai obat batuk, laksatif dan antioksidan (Gholib, 2008). Rosella merupakan tanaman bunga yang dengan mudah ditanama di rumah dan sebagai hiasan yang baik. Kandungan antioksidan rosella dapat menangkal radikal bebas yang menyebabkan suatu penyakit (Sari dan Aryantini, 2018). Tanaman – tanaman lain juga mengandung banyak senyawa aktif yang berfungsi sebagai antioksidan alami

Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini berupa promosi kesehatan. Media yang di gunakan yaitu leaflet, Video, Infokus dan Speaker. Monitoring dan evaluasi diperoleh dari hasil observasi dan kuisisioner yang diberikan kepada peserta. Kegiatan monitoring dilakukan dengan observasi langsung pada saat pelaksanaan promosi kesehatan. Evaluasi dilakukan dengan menilai peningkatan pengetahuan peserta melalui evaluasi Pre-Test Post-Test one group design. Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh dari peserta pengabdian masyarakat. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh maka dilakukan pre-test (01) pada peserta terlebih dahulu menggunakan kuisisioner. Selanjutnya dilakukan intervensi (X) dengan kegiatan promosi kesehatan pada peserta. Dan terakhir dilakukan post-test (02) pada peserta dengan pemberian kuisisioner. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif, dengan teknik analisis data menggunakan uji-t dependen (berpasangan).

HASIL KEGIATAN

Peserta pengabdian masyarakat ini adalah seluruh masyarakat Bukittinggi yang hadir pada kegiatan pengabdian masyarakat. Peserta yang dievaluasi berjumlah 20 orang yang dipilih secara acak dan bersedia untuk di evaluasi.

Berdasarkan hasil monitoring pelaksanaan kegiatan, dapat diidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dari kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan baik dan lancar antara lain dapat dukungan dari masyarakat yang bersedia diajak bekerja sama dan mendukung program pengabdian masyarakat. Serta antusiasme dari

masyarakat sebagai peserta dalam program pengabdian masyarakat ini. Sedangkan faktor penghambat dalam program pengabdian ini adalah waktu yang terbatas, yang menyebabkan peserta tidak dapat dibagi menjadi beberapa shift, sehingga peserta terlalu banyak dan mengakibatkan program sedikit kurang efektif.

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan Promosi Kesehatan Tentang minuman sehat bagi ibu hamil yaitu Ada pengaruh sebelum dan setelah dilakukan promosi kesehatan terhadap pengetahuan tentang minuman tradisional yang baik bagi ibu hamil ($p=0,000$), dimana terdapat kenaikan pengetahuan masyarakat dari rata-rata 1,40 menjadi 1,70, seperti yang dapat terlihat pada tabel 1.

Tabel 1.
Pengaruh promosi minuman sehat bagi ibu hamil di lapangan birapraja Bukittinggi

Variable	Mean	SD	P Value
Pengetahuan Sebelum	1.40	0.503	0.000
Pengetahuan Sesudah	1.70	0.470	

Materi promosi kesehatan yang disampaikan yaitu melalui metode diskusi interaktif, serta didukung dengan media leaflet dan video dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat akan minuman tradisional sehat bagi ibu hamil, yang dibuktikan dengan adanya terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan promosi kesehatan. Data hasil pengabdian ini sesuai beberapa penelitian yang telah dilakukan, seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Fita sari (2019), dimana diperoleh hasil ada pengaruh pendidikan kesehatan pemaparan materi dan presentasi, masyarakat lebih mengenal manfaat tanaman rumahan dan dapat mengolah secara mandiri menjadi camilan sehat berupa makanan dan minuman.

Secara teori Promosi kesehatan merupakan revitalisasi dari pendidikan kesehatan pada masa yang lalu, di mana dalam konsep promosi kesehatan tidak hanya merupakan proses penyadaran masyarakat dalam hal pemberian dan peningkatan pengetahuan dalam bidang kesehatan saja, tetapi juga sebagai upaya yang mampu menjembatani perubahan perilaku, baik di dalam masyarakat maupun dalam organisasi dan lingkungannya. Alat peraga (media) lihat memiliki fungsi untuk menstimulasi indra lihat pada saat penyampaian materi (pesan) kesehatan yang

diberikan. Alat peraga (media) dengan berfungsi membantu stimulasi indra pendengaran saat proses penyampaian materi penyuluhan (Nurmala, 2018).

Sehingga dapat diasumsikan, program pengabdian masyarakat Promosi Kesehatan Tentang minuman tradisional sehat pada ibu hamil di Lapangan Kantin Wirabrata, menggunakan metode kombinasi ceramah, leaflet, dan video dapat menstimulasi indra lihat dan indra pendengaran peserta program pengabdian masyarakat, sehingga dapat membantu peserta untuk dapat mengingat dan memahami seluruh materi-materi yang diberikan dengan baik.



SIMPULAN

Kegiatan program pengabdian masyarakat “Promosi Kesehatan Tentang minuman tradisional sehat pada ibu hamil di Lapangan Kantin Wirabraja”, berjalan dengan baik dan lancar. Ada pengaruh ($\rho=0,000$) Promosi Kesehatan Tentang minuman tradisional sehat pada ibu hamil di Lapangan Kantin Wirabraja.

REFERENCES

- lidar Yetti, 2017. Budidaya Tanaman Sirsak dan Manfaatnya untuk Kesehatan. JurnalAbdimas Mahakam. ISSN 2549-5755. Vol 1 Nomor 1.
- Herdiana Dwi D., Utami R., Anandito Katri B.R., 2014. Kinetika Degradasi Termal Aktivitas Antioksidan Pada Minuman Tradisional Wedang Uwuh Siap Minum Jurnal Teknosains Pangan., Vol. 3., No. 3., Juli., 2014. ISSN: 2302-0733.
- Gholib Djaenuddin. 2008. Uji Daya Hambat Ekstrak Etanol Jahe Merah (*Zingiberofficinale* Var. *Rubrum*) dan Jahe Putih (*Zingiber officinale* Var. *Amarum*) terhadap *Trichophyton mentagrophytes* dan *Cryptococcucneoformans*. Seminar Nasional Teknologi Peternakan dan Veteriner..
- BALITBANGKES. "Riset Kesehatan Dasar". Kementrian Kesehatan RI. 7th November 2018.
- PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 6 TAHUN 2016