

Utilizing the Benefits of Wedhang Uwuh In the Community to Overcome Types of Diseases with Middle Symptoms During the Covid-19 Pandemic at The Sidodadi Puskesmas Year 2022

Pemanfaatan Khasiat Wedhang Uwuh Pada Masyarakat Untuk Mengatasi Jenis Penyakit Dengan Gejala Ringan Pada Masa Pandemi Covid-19 di Puskesmas Sidodadi TAHUN 2022

ABSTRACT

The problem found during the current pandemic is that most people have a stigma that the treatment of various diseases is by taking drugs. This was also triggered by concerns in the community that fever, cough and flu are definite diagnoses of (+) suffering from COVID-19. So that more people follow the development of the times in their time, namely when there is a stigma that the drugs Dexamethasone and Vitamin C are able to treat patients with Covid-19, then at that time these types of drugs will experience scarcity and if there is, the price will become unstable. This is the main problem for people in Indonesia, especially for people in the Sidodadi Health Center area. The aim of PKM is that Indonesia is the largest spice-producing country in the world, where the properties of these spices are very beneficial. However, many Indonesian people still do not know the benefits of spices when processed, these traditional plants have various health benefits. The Sidodadi area is an area where most of the people make a living by farming/ gardening. Most of the people also cultivate rice by planting rice and not least in their yard or around their plantation land is planted with a spice garden. These spice plants can later be used to be processed and become one of the herbal medicine solutions for the people in the working area of the Sidodadi Health Center. Methods to overcome problems that exist with partners, namely herbal medicine can be in the form of herbal drinks, wedhang is delicious but it is one of the traditional medicines made from spices which is easy to get and easy to process, namely one example is wedhang uwuh which is a typical drink Yogyakarta with a mixture of several spices, namely ginger, secang wood, leaves and cinnamon, lemongrass root, nutmeg leaves, nutmeg seeds, cardamom, and rock sugar. Wedhang uwuh itself has several benefits including overcoming gout, preventing heart disease, warding off free radicals, boosting the immune system, treating coughs and colds, antioxidants, anti-inflammatories, stabilizing hemoglobin, antimicrobial, anti-allergic, stabilizing blood sugar, reducing the risk of cancer, good for bone health and fight the HIV virus. The result of this PKM is to produce herbal-based products from spiceplants which are efficacious for dealing with types of diseases with mild symptoms during the co-19 pandemic.

Keywords: Efficacy of Wedhang Uwuh, Sidodadi Village Community, Overcoming Mild Symptoms of Disease, During the Covid-19 Pandemic

INTISARI

Permasalahan yang ditemukan pada masa pandemi saat ini adalah kebanyakan masyarakat memiliki stigma bahwa pengobatan berbagai penyakit adalah dengan mengkonsumsi obat. Hal ini juga dipicu dengan kekhawatiran di masyarakat bahwa demam, batuk dan flu merupakan diagnosa pasti dari (+) menderita COVID-19. Sehingga masyarakat lebih banyak mengikuti perkembangan zaman dimasanya yaitu ketika muncul stigma bahwa obat Dexamethasone dan Vitamin C mampu mengobati pasien dengan Covid-19, maka pada saat itu juga jenis obat tersebut akan mengalami kelangkaan dan jika ada, harganya menjadi tidak stabil. Hal inilah yang menjadi permasalahan utama pada masyarakat di Indonesia, terutama pada masyarakat yang ada di wilayah Puskesmas Sidodadi. Tujuan PKM adalah Indonesia merupakan negara penghasil rempah-rempah terbesar yang ada di dunia, dimana khasiat dari rempah-rempah ini sangat banyak manfaatnya. Namun, masyarakat Indonesia masih banyak yang belum mengetahui manfaat dari rempah-rempah jika diolah, tanaman tradisional tersebut memiliki berbagai khasiat untuk kesehatan. Wilayah Sidodadi merupakan wilayah yang sebagian besar masyarakatnya dengan mata pencaharian adalah dengan bertani/ berkebun. Sebagian besar masyarakat juga bercocok tanam dengan menanam padi dan tidak sedikit di halaman rumah maupun disekitar lahan perkebunannya ditanami dengan tanaman rempah-rempah. Tanaman rempah-rempah inilah yang nantinya dapat digunakan untuk diolah dan menjadi salah satu

solusi obat herbal bagi masyarakat yang ada di wilayah kerja puskesmas Sidodadi. Metode untuk mengatasi masalah yang ada pada mitra yaitu Obat herbal dapat berupa minuman jamu, wedhang enak namun merupakan salah satu obat tradisional yang berbahan dasar dari rempah-rempah yang mudah di dapat dan mudah proses pengolahannya yaitu salah satu contohnya adalah wedhang uwuh yang merupakan minuman khas yogyakarta dengan campuran beberapa rempah-rempah, yaitu jahe, kayu secang, daun dan kayu manis, akar sereh, daun pala, biji pala, kapulaga, serta gula batu. Wedhang uwuh sendiri memiliki beberapa manfaat diantaranya yaitu mengatasi asam urat, mencegah penyakit jantung, menangkal radikal bebas, meningkatkan sistem imun, mengobati batuk dan pilek, antioksidan, anti inflamasi, menstabilkan hemoglobin, antimikroba, anti alergi, menstabilkan gula darah, mengurangi resiko kanker, baik untuk kesehatan tulang dan memerangi virus HIV. Hasil dari PKM ini adalah menghasilkan produk berbasis herbal dari tanaman rempah-rempah yang berkhasiat untuk mengatasi jenis penyakit dengan gejala ringan pada masa pandemi covid-19.

Kata kunci: Khasiat Wedhang Uwuh, Masyarakat Desa Sidodadi, Mengatasi Jenis Penyakit Gejala Ringan, Masa Pandemi Covid-19

PENDAHULUAN

Memanfaatkan obat herbal bukanlah hal asing bagi masyarakat Indonesia. Obat ini dianggap lebih alami, sehingga kemudian banyak dipilih. Terbukti sekitar 45% dari populasi masyarakat di Indonesia saat masa pandemic banyak yang memilih menggunakan obat-obatan yang berbahan dasar herbal, meski tidak semuanya terdaftar resmi di Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM RI). Selebihnya, yaitu sekitar 55%, memilih obat modern sebagai langkah pengobatan (Adrian, 2020)

Obat tradisional adalah bahan atau ramuan alami dari tumbuhan, yang dipercaya dapat mengobati penyakit tertentu, dan telah digunakan secara turun-temurun, misalnya jamu. Sedangkan obat modern adalah obat yang telah teruji manfaat maupun efek sampingnya secara farmakologis dan klinis. Manfaat minuman herbal untuk kesehatan tubuh telah dipercaya sejak lama. Minuman yang terbuat dari seduhan rempah dan tanaman herba ini juga kerap digunakan untuk mengobati berbagai penyakit. Selain itu, masih banyak manfaat yang dapat diperoleh dengan mengonsumsi minuman herbal. Indonesia dikenal kaya akan rempah dan tanaman obatnya. Bahan-bahan tersebut sering kali diolah menjadi minuman herbal yang kaya akan manfaat dan baik untuk kesehatan tubuh (Agustin, 2021)

Permasalahan yang ditemukan pada masa pandemi saat ini adalah kebanyakan masyarakat memiliki stigma bahwa pengobatan berbagai penyakit adalah dengan mengonsumsi obat. Hal ini juga dipicu dengan kekhawatiran di masyarakat bahwa demam, batuk dan flu merupakan diagnosa pasti dari (+) menderita COVID-19. Sehingga masyarakat lebih banyak mengikuti perkembangan zaman dimasanya yaitu ketika muncul stigma bahwa obat Dexamethasone dan Vitamin C mampu mengobati pasien dengan Covid-19, maka pada saat itu juga jenis obat tersebut akan mengalami kelangkaan dan jika ada harganya menjadi tidak stabil (Sienny, 2021).

Hal inilah yang menjadi permasalahan utama pada masyarakat di Indonesia, terutama pada masyarakat yang ada di wilayah Puskesmas Sidodadi. Indonesia merupakan negara penghasil rempah-rempah terbesar yang ada di dunia, dimana khasiat dari rempah-rempah ini sangat banyak manfaatnya. Namun, masyarakat Indonesia masih banyak yang belum mengetahui manfaat dari rempah-

rempah atau tanaman tradisional tersebut seperti tanaman jahe, kunyit, kencur, kayu manis, cengkeh dan lainnya yang dapat digunakan sebagai obat-obatan atau sebagai bahan pencegah penyakit.

Wilayah Sidodadi merupakan wilayah yang sebagian besar masyarakatnya dengan mata pencaharian adalah dengan bertani/ berkebun. Sebagian besar selain tanaman yang ada diperkebunan seperti karet dan sawit, masyarakat juga bercocok tanam dengan menanam padi dan tidak sedikit di halaman rumah maupun disekitar lahan perkebunannya ditanami dengan taman rempah-rempah. Tanaman rempah-rempah inilah yang nantinya dapat digunakan untuk diolah dan menjadi salah satu solusi obat herbal bagi masyarakat yang ada di wilayah kerja puskesmas Sidodadi.

Menurut Fridayani (2020) obat herbal dapat berupa minuman jamu, wedhang enak namun merupakan salah satu obat tradisional yang berbahan dasar dari rempah-rempah salah satu contohnya adalah wedhang uwuh yang merupakan minuman khas yogyakarta dengan campuran beberapa rempah-rempah, yaitu jahe, kayu secang, daun dan kayu manis, akar sereh, daun pala, biji pala, kapulaga, serta gula batu. Wedhang uwuh sendiri memiliki beberapa manfaat diantaranya yaitu mengatasi asam urat, mencegah penyakit jantung, menangkal radikal bebas, meningkatkan sistem imun, mengobati batuk dan pilek, antioksidan, anti inflamasi, menstabilkan hemoglobin, antimikroba, anti alergi, menstabilkan gula darah, mengurangi resiko kanker, baik untuk kesehatan tulang dan memerangi virus HIV.

METODE

Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode dengan menguraikan pelaksanaan kegiatan pada tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan. Tahapan dalam melaksanakan solusi permasalahan di Puskesmas Sidodadi adalah:

- 1). Mengkaji seluruh data kesehatan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas.
- 2). Mengurutkan masalah prioritas masalah kesehatan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas.
- 3). Mensosialisasikan solusi masalah kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas.
- 4). Melaksanakan kegiatan pembuatan wedang uwuh.
- 5). Mendistribusikan wedang uwuh kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas.
- 6). Mencatat hasil perkembangan kesehatan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas.
- 7). Mendokumentasikan kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat berupa mendistribusikan dan mensosialisasikan mengenai manfaat dan khasiat wedang uwuh. Pada pelaksanaannya dalam bentuk pemberian wedang uwuh berupa rebusan dari beberapa rempah-rempah yaitu yang terdiri dari jahe, kayu secang, daun dan kayu manis,

akar sereh, daun pala, biji pala, kapulaga, serta gula batu yang aman untuk dikonsumsi semua kalangan masyarakat. Beberapa pengabdian yang telah dilaksanakan antara lain:

Analisis Masalah yang Ada di Lapangan, tahap ini dilakukan dengan mengidentifikasi masalah yang akan diangkat dengan mengumpulkan data dari Puskesmas Sidodadi Kabupaten Asahan berupa masalah kesehatan yang paling banyak dialami oleh pasien yang berobat dimasa pandemic Covid-19. Hasil tahap identifikasi tersebut yang menjadi latar belakang pentingnya topik ini diangkat, kemudian melakukan analisis kebutuhan berupa pemberian wedhang uwuh ke masyarakat

Sosialisasi Ke Masyarakat tentang Manfaat wedhang Uwuh

Pada pengabdian ini menggunakan minuman yang berkhasiat untuk tubuh dalam menjaga Kesehatan dimasa pandemic Covid-19 berupa wedhang Uwuh. Wedhang uwuh pada dasarnya dikonsumsi untuk meningkat imun tubuh juga menjaga vitalitas tubuh agar terhindar dari jenis penyakit yang menyerang. Dengan banyaknya stigma masyarakat yang takut untuk berkunjung ke puskesmas sidodadi kab. Asahan maka minuman wedhang jahe dapat menjadi solusi untuk meningkatkan imun tubuh.



Gambar 1 Sosialisasi Ke Masyarakat tentang Manfaat wedhang Uwuh

Setelah melakukan analisis tentang masalah Kesehatan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Sidodadi Kab. Asahan maka, dilakukan sosialisasi dari manfaat dari wedhang uwuh dan juga cara pembuatannya wedhang uwuh, selanjutnya melakukan pemberian wedhang uwuh kepada masyarakat. Dalam pelaksanaan pemberian wedhang uwuh rempah-rempahnya terlebih dahulu harus disiapkan berupa jahe, kayu secang, daun dan kayu manis, akar sereh, daun pala, biji pala, kapulaga, serta gula batu setelah itu racik dan di rebus agar siap disajikan.



Gambar 2 Pemberian Wedhang Uwuh Ke Masyarakat

KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat, dengan tema pemanfaatan khasiat wedhang uwuh pada masyarakat untuk mengatasi jenis penyakit dengan gejala ringan pada masa pandemi covid-19 di puskesmas sidodadi dan dapat disimpulkan bahwa manfaat khasiat wedhang uwuh mendapatkan 90% respon positif dari masyarakat dilihat dari komentar-komentar yang disampaikan. Pemberian wedhang uwuh sebagai minuman herbal berkhasiat untuk berbagai jenis penyakit ringan pada masa pandemi Covid-19. Saran untuk kegiatan berikutnya agar memanfaatkan tanaman rempah-rempah yang ada di sekitar rumah agar mudah didapatkan dan diolah menjadi obat herbal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, (2020). Penyuluhan Pentingnya Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SosDesataruna Jakarta. *Patria*, 1(1), 57. <https://doi.org/10.24167/patria.v1i1.1779>
- Agustin, (2021). Bagian Ilmu Penyakit Dalam. Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia. CDK-197,39(1). http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/1359/3/C011171350_skripsi%20D
- Fridayani, (2020). Pelatihan Promosi Kesehatan pada Tenaga Kesehatan di Jawa Barat. *Journal of Servite*, 3 (2), 57. <https://doi.org/10.37535/102003220211>
- Gabriella, (2020). *Olahan Minuman Tradisional*. Nuha Medika, Yogyakarta
- Robiansyah, (2021). *Manajemen Organisasi Kesehatan Masyarakat*. Moeka Publishing, Bogor.
- Sienny, (2021). *Buku Ajaran Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta
- Sudirman (2020). *Buku Ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Zahir Publishing, Yogyakarta
- Yuharrani, (2020). *Tips Cara Membuat Wedang Aneka Rempah-Rempah*. Nuha Medika, Yogyakarta