

Edukasi Jamu Dan Obat Herbal: Manfaat, Risiko, dan Cara Penggunaan Yang Tepat

Joni Tandi^{*1}, Tien Wahyu Handayani², Mariyani³, Putri Adam Tandy⁴

1,2,3,4 Program Studi S1 Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Pelita Mas Palu

*e-mail: jonitandi757@yahoo.com

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
28.08.2025	15.09.2025	07.10.2025	25.10.2025

Abstract: This community service activity aimed to improve public knowledge about the use of herbal medicine and traditional herbs as safe and effective alternative treatments. The activity was conducted on Saturday, July 26, 2025, at Jl. Emmy Saelan No.106, North Tatura Village, South Palu District, RT 01, RW 08, attended by 43 community members. The method used was participatory learning through lectures, discussions, and question-and-answer sessions. The results showed a significant increase in community knowledge, where the percentage of participants who answered "Don't Know" decreased from 85% to 3.33%, while those who answered "Know" increased from 15% to 96.67% after the material presentation. This activity successfully provided practical education about the benefits, risks, and proper use of herbal medicine and traditional herbs.

Keywords: herbal medicine, traditional herbs, community education, health promotion, pharmacognosy

Abstrak: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan jamu dan obat herbal sebagai alternatif pengobatan yang aman dan efektif. Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, 26 Juli 2025 di Jl. Emmy Saelan No.106, Kelurahan Tatura Utara, Kecamatan Palu Selatan, RT 01, RW 08 yang dihadiri oleh 43 warga masyarakat. Metode yang digunakan adalah participatory learning melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat secara signifikan, dimana persentase peserta yang menjawab "Tidak Tahu" menurun dari 85% menjadi 3,33%, sementara yang menjawab "Tahu" meningkat dari 15% menjadi 96,67% setelah pemaparan materi. Kegiatan ini berhasil memberikan edukasi praktis tentang manfaat, risiko, dan cara penggunaan jamu dan obat herbal yang tepat.

Kata kunci: jamu, obat herbal, edukasi masyarakat, promosi kesehatan, farmakognosi

1. PENDAHULUAN

Indonesia memiliki kekayaan biodiversitas tanaman obat yang mencapai 9.600 jenis dari total 30.000 jenis tanaman yang ada. Potensi besar ini menjadikan Indonesia sebagai salah satu negara dengan sumber daya alam yang sangat kaya untuk pengembangan obat tradisional dan herbal (Zuhud, 2009). Namun, pemanfaatan potensi ini masih belum optimal, terutama di kalangan masyarakat di daerah-daerah yang memiliki akses terhadap berbagai tanaman berkhasiat obat.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di RT 01/RW 08 Kelurahan Tatura Utara, Kecamatan Palu Selatan, terdapat beberapa permasalahan mendasar terkait pemanfaatan jamu dan obat herbal. Pertama adalah rendahnya pengetahuan masyarakat tentang perbedaan mendasar antara jamu dan obat herbal berdasarkan regulasi BPOM, dimana dari survei awal menunjukkan 85% masyarakat tidak memahami perbedaan keduanya. Kedua, minimnya pemahaman tentang manfaat, risiko, dan efek samping dari penggunaan jamu dan obat herbal, yang dapat berimplikasi pada penggunaan yang tidak tepat dan berpotensi menimbulkan efek samping yang berbahaya. Ketiga, keterbatasan pengetahuan tentang cara pengolahan, penentuan dosis, dan aturan penggunaan yang tepat, padahal penggunaan yang tidak sesuai dapat mengurangi efektivitas atau bahkan menimbulkan risiko kesehatan. Keempat, kurangnya kesadaran tentang potensi interaksi antara jamu/obat herbal dengan obat konvensional yang dapat menyebabkan efek yang tidak diinginkan (Elfahmi et al., 2014).

Masyarakat RT 01/RW 08 Kelurahan Tatura Utara, Kecamatan Palu Selatan memiliki akses terhadap berbagai tanaman berkhasiat obat seperti kelor, kunyit, dan sereh di lingkungan sekitar mereka. Kondisi ekonomi masyarakat yang tergolong menengah ke bawah dengan penghasilan rata-rata Rp 1.500.000 - Rp 3.000.000 per bulan (BPS, 2023), membuat pemanfaatan tanaman obat lokal menjadi alternatif yang ekonomis untuk memenuhi kebutuhan kesehatan keluarga.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki ruang lingkup yang terfokus pada lokasi RT 01/RW 08 Kelurahan Tatura Utara, Kecamatan Palu Selatan, Kota Palu, Sulawesi Tengah dengan sasaran masyarakat dewasa berusia minimal 18 tahun yang berdomisili di wilayah tersebut. Materi edukasi yang akan disampaikan meliputi perbedaan jamu dan obat herbal berdasarkan regulasi BPOM, manfaat jamu dan obat herbal berdasarkan bukti penelitian terkini, risiko dan efek samping penggunaan jamu dan obat herbal, cara penggunaan dan penentuan dosis yang tepat, interaksi dengan obat konvensional, serta tips penggunaan yang bijak dan aman. Metode yang digunakan adalah program edukasi dengan pendekatan participatory learning melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran efektivitas program dengan menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta.

Pendidikan kesehatan masyarakat tentang penggunaan obat tradisional telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat (Zakiyah et al., 2020). Kegiatan edukasi yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat dapat memberikan hasil yang lebih optimal dalam transfer pengetahuan dan perubahan perilaku kesehatan. Edukasi pemanfaatan gedi merah sebagai obat dyslipidemia, berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat akan manfaat gedi merah 96%, pemahaman masyarakat tentang penyakit dislipidemia 95%, dan keterampilan masyarakat dalam mengolah gedi merah menjadi makanan dan minuman yang baik bagi kesehatan 100% (Handayani et al., 2024). Terjadi pula peningkatan yang nyata, pada pengetahuan hiperurisemias dan pemanfaatan tanaman seledri dengan takaran yang tepat, untuk mengatasi nyeri hiperurisemias (Rakanita et al., 2024). Begitu pula pada edukasi pemanfaatan gedi merah untuk mengatasi komplikasi diabetes, program ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan gedi merah sebagai alternatif pengobatan diabetes yang aman dan terjangkau (Tandi et al., 2025).

Tujuan Umum Meningkatkan pengetahuan masyarakat RT 01/RW 08 Kelurahan Tatura Utara tentang pemanfaatan jamu dan obat herbal sebagai alternatif pengobatan yang aman dan efektif melalui program edukasi komprehensif. Tujuan khusus dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang perbedaan mendasar antara jamu dan obat herbal berdasarkan regulasi BPOM, memberikan edukasi tentang manfaat, risiko, dan efek samping dari penggunaan jamu dan obat herbal berdasarkan bukti ilmiah terkini, serta meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang cara penggunaan, pengolahan, dan penentuan dosis yang tepat dan aman. Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk mensosialisasikan pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan dan kesadaran tentang potensi interaksi obat, mengukur efektivitas program edukasi melalui evaluasi pre-test dan post-test, serta memberikan panduan praktis untuk penggunaan jamu dan obat herbal yang bijak dan bertanggung jawab.

Program edukasi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam pemberdayaan masyarakat untuk memanfaatkan potensi tanaman obat lokal secara optimal, aman, dan efektif, sehingga dapat menjadi alternatif pengobatan yang ekonomis untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

2. METODE

Desain Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan *one group pre-test post-test design* untuk mengukur efektivitas program edukasi terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang jamu dan obat herbal.

Waktu dan Tempat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 26 Juli 2025 di Jl. Emmy Saelan No.106, Kelurahan Tatura Utara, Kecamatan Palu Selatan, RT 01, RW 08 (Apotek Pelita Mas) pada jam 08.00 WITA hingga selesai. Sasaran kegiatan adalah warga masyarakat RT 01/RW 08 yang berjumlah 43 orang.

Populasi dan Sampel

Populasi: Seluruh warga masyarakat RT 01/RW 08 Kelurahan Tatura Utara, Kecamatan Palu Selatan. Sampel: Sebanyak 43 warga masyarakat yang hadir dan bersedia mengikuti kegiatan edukasi secara penuh. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria inklusi: (1) warga RT 01/RW 08, (2) berusia minimal 18 tahun, (3) bersedia mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, dan (4) bersedia mengisi kuesioner pre-test dan post-test.

Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan adalah participatory learning dengan pendekatan ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan tanya jawab. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peserta terlibat aktif dalam proses pembelajaran dan berbagi pengalaman praktis penggunaan tanaman obat tradisional. Materi (gambar 1) yang disampaikan meliputi:

1. Perbedaan jamu dan obat herbal berdasarkan regulasi BPOM
2. Manfaat jamu dan obat herbal berdasarkan bukti penelitian terkini
3. Risiko dan efek samping penggunaan jamu dan obat herbal
4. Cara penggunaan dan penentuan dosis yang tepat
5. Interaksi dengan obat konvensional
6. Tips penggunaan yang bijak dan aman



Gambar 1. Brosur materi edukasi jamu dan obat herbal

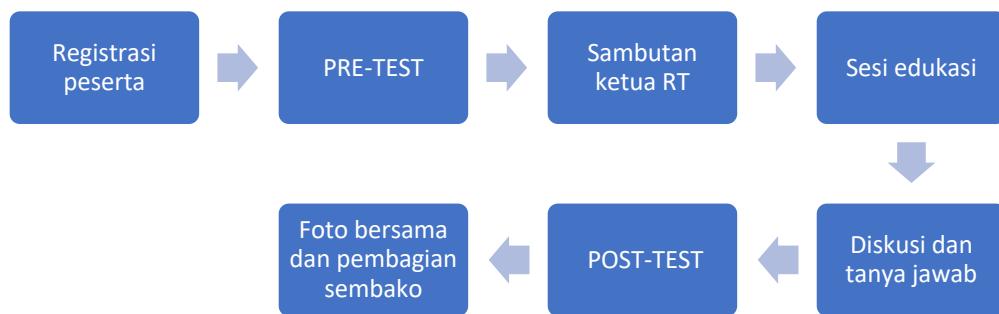
Tahapan Pelaksanaan

1. Tahap Persiapan

- Survei pendahuluan dan koordinasi dengan ketua RT untuk mengetahui profil demografis dan karakteristik masyarakat sasaran.
- Penyusunan materi edukasi dalam bentuk presentasi dan brosur informatif.
- Persiapan sarana dan prasarana (LCD proyektor, brosur, sound system, kuesioner, alat tulis).
- Penyusunan instrumen evaluasi (kuesioner pre-test dan post-test).

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan edukasi, sosialisasi, serta Bimbingan teknis kepada warga menggunakan prinsip bahwa setiap informasi yang diterima oleh warga sebaiknya melalui proses, mendengar, mengetahui, menggunakan, melaksanakan dan mengevaluasi (Patala et al., 2023). Kegiatan dilaksanakan dengan alur sebagai berikut:



Gambar 2. Alur pelaksanaan

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan melalui metode kuantitatif dengan desain pre-test dan post-test untuk mengukur efektivitas program terhadap peningkatan pengetahuan peserta.

Kuesioner Pre-test dan Post-test

Instrumen yang digunakan berupa kuesioner terstruktur yang terdiri dari 3 pertanyaan utama tentang pengetahuan dengan format pilihan ganda "Tahu" atau "Tidak Tahu":

1. Pengetahuan tentang perbedaan jamu dan obat herbal
2. Pemahaman tentang manfaat, risiko, dan efek samping jamu/obat herbal
3. Pengetahuan tentang cara dan aturan penggunaan yang tepat

Analisis Data

Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Analisis Deskriptif: Menghitung frekuensi dan persentase jawaban "Tahu" dan "Tidak Tahu" pada pre-test dan post-test
2. Perhitungan Gain Score: Menggunakan rumus:
$$\text{Gain Score (\%)} = (\text{Skor Post-test} - \text{Skor Pre-test}) / (\text{Skor Maksimal} - \text{Skor Pre-test}) \times 100\%$$
3. Analisis Efektivitas: Menggunakan kriteria interpretasi gain score: Tinggi: > 70%, Sedang: 30-70%, Rendah: < 30%.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang "Jamu dan Obat Herbal: Manfaat, Risiko, dan Cara Penggunaan yang Tepat" telah berhasil dilaksanakan dengan partisipasi aktif dari 43 warga masyarakat RT 01/RW 08 Kelurahan Tatura Utara. Antusiasme masyarakat terlihat dari keaktifan mereka dalam mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman tentang penggunaan tanaman obat tradisional seperti yang terlihat pada gambar 3.



Gambar 3. Suasana ketika meteri disampaikan

Hasil monitoring dan evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat yang sangat signifikan setelah kegiatan edukasi dilaksanakan. Data hasil evaluasi disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Judul tabel

No	Pertanyaan	Pre-test (%)		Post-test (%)		Gain Score (%)
		Tidak Tahu	Tahu	Tidak Tahu	Tahu	
1	Apakah anda mengetahui perbedaan jamu dan obat herbal?	75	25	0	100	75
2	Apakah anda mengetahui manfaat, resiko dan efek samping dari jamu maupun obat herbal?	90	10	5	95	85
3	Apakah anda mengetahui cara penggunaan aturan penggunaan jamu maupun obat herbal?	90	10	5	95	85
Rata-rata		85	15	3,33	96,67	81,67

Perhitungan gain score menunjukkan peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan dengan rata-rata gain score 81,67%. Hasil ini mengindikasikan bahwa metode edukasi yang digunakan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang pemanfaatan jamu dan obat herbal. Peningkatan pengetahuan yang paling tinggi terjadi pada pemahaman perbedaan jamu dan obat herbal dengan gain score 75%, dimana pengetahuan peserta meningkat dari 25% menjadi 100%. Sementara itu, untuk aspek pemahaman tentang manfaat, risiko dan efek samping serta cara penggunaan dan aturan penggunaan yang tepat, keduanya menunjukkan gain score yang sama yaitu 85%, dengan peningkatan dari 10% menjadi 95% peserta yang memahami materi tersebut setelah mengikuti edukasi.

Pembahasan

Program edukasi jamu dan obat herbal menunjukkan efektivitas tinggi dengan peningkatan pengetahuan rata-rata sebesar 81,67% (dari 15% menjadi 96,67%). Gain score tertinggi dicapai pada pemahaman perbedaan jamu dan obat herbal (100% peserta memahami setelah edukasi), menunjukkan keberhasilan dalam mengklarifikasi konsep dasar yang fundamental. Hal ini penting karena pemahaman klasifikasi produk herbal akan mempengaruhi cara penggunaan dan ekspektasi terhadap efek terapeutiknya.

Metode participatory learning yang diterapkan terbukti efektif dalam mentransfer pengetahuan kepada masyarakat. Hasil ini sejalan dengan tinjauan sistematis yang menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dalam pendidikan kesehatan masyarakat memberikan dampak positif signifikan, terutama ketika didukung oleh proses organisasi dan komunitas yang kuat (Marinus et al., 2025). Antusiasme masyarakat dalam diskusi dan berbagi pengalaman penggunaan tanaman obat turut mendukung keberhasilan program ini.

Meskipun demikian, masih terdapat 5% peserta yang belum sepenuhnya memahami aspek manfaat, risiko, efek samping, serta cara penggunaan yang tepat setelah edukasi. Hal ini menunjukkan kompleksitas topik interaksi obat, efek samping, dan dosage yang memerlukan pendekatan berkelanjutan. Program ini berhasil meluruskan mitos umum seperti anggapan bahwa herbal 100% aman karena alami dan tidak berinteraksi dengan obat modern, serta menekankan pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan dan penggunaan produk terdaftar BPOM.

4. KESIMPULAN

Program edukasi "Jamu dan Obat Herbal: Manfaat, Risiko, dan Cara Penggunaan yang Tepat" telah berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat RT 01/RW 08 Kelurahan Tatura Utara secara signifikan. Peningkatan pengetahuan dari 15% menjadi 96,67% menunjukkan efektivitas metode participatory learning yang digunakan. Program ini memberikan kontribusi nyata dalam pemberdayaan masyarakat untuk memanfaatkan tanaman obat lokal secara aman dan efektif sebagai alternatif pengobatan yang ekonomis.

Keberhasilan program ini dapat menjadi model replikasi untuk wilayah lain dengan karakteristik serupa. Untuk keberlanjutan program, perlu dilakukan pelatihan lanjutan tentang cara pembuatan jamu dan obat herbal yang baik serta pembentukan kader kesehatan yang dapat melanjutkan edukasi di tingkat masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Program Studi S1 Farmasi STIFA Pelita Mas Palu yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini, serta kepada masyarakat RT 01/RW 08 Kelurahan Tatura Utara yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS. (2023). *Kota Palu Dalam Angka 2004*. BPS KOTA PALU/BPS-Statistics of Palu Municipality. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Elfahmi, Woerdenbag, H. J., & Kayser, O. (2014). Jamu: Indonesian traditional herbal medicine towards rational phytopharmacological use. *Journal of Herbal Medicine*, 4(2), 51–73. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2014.01.002>
- Handayani, T. W., Tandi, J., Alaydus, S., Rajadenda, A. Al, & Sujati, N. W. (2024). Edukasi Pemanfaatan Gedi Merah Sebagai Obat Dislipidemia. *Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 250–257. <https://doi.org/10.37478/abdi.v4i2.3702>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riskendas 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK_No_57_Tahun_2013_tentangPTRM.pdf
- Marinus, J. D., la Roi, C., & Boerma, C. (2025). Levels of engagement in participatory health systems strengthening: A systematic literature review. *Social Sciences and Humanities Open*, 11(August 2024), 101246. <https://doi.org/10.1016/j.ssho.2024.101246>
- Patala, R., M, M., & A, F. A. (2023). Komplikasi dan Pencegahan Kolesterol di Desa Lampo, Kecamatan Banawa Tengah, Kabupaten Donggala, Sulawesi Tengah. *Jurnal Malikussaleh Mengabdi*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.29103/jmm.v2i1.10591>
- Rakanita, Y., Anggi, V., Tudaan, L., Novina, P., & Wahyu Handayani, T. (2024). Edukasi Pemanfaatan Seledri (*Apium graveolens*) Bagi Nyeri Hiperurisemia Warga Desa Sejahtera, Kecamatan Palolo, Sulawesi Tengah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(2), 2808–2814. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3389>
- Tandi, J., Handayani, T. W., Aril, M., & Polakitan, G. L. (2025). Education on the Use of Red Gedi to Overcome Diabetes Complications. *Prima Abdika: Journal of Community Service*, 5636(1), 147–155. <https://doi.org/https://doi.org/10.37478/abdi.v5i1>
- Tandi, J., Handayani, T. W., & Dipayana, I. M. (2024). Penyuluhan Diabetes Melitus dan Potensi Tumbuhan Sebagai Antidiabetes di Desa Muara Besar. *To Maega*, 7(2), 301–310.
- Zakiyah, Z., Wantini, N. A., & Styuningrum, S. D. (2020). Peran Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Pada Manfaat Bahan Alam Sebagai Obat Tradisional. *Prosiding Seminar Nasional*, 2(1), 542–547. <https://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/324/316>
- Zuhud, E. A. M. (2009). POTENSI HUTAN TROPIKA INDONESIA SEBAGAI PENYANGGA BAHAN OBAT (The Indonesian Tropical Forest as Buffer of Natural Medicine Product for Nation Healthy) The Indonesian tropical forest producing the medicinal plants diversity as usefull for human healthy . *Jurnal Bahan Alam Indonesia*, 6(6), 227–232.