



Edukasi Penggunaan Obat Herbal Alami Menggunakan Daun Salam, Serai, dan Jahe untuk Atasi Asam Urat di Desa Sungai Bakung RT.08

Educational Program on the Use of Natural Herbal Remedies Made from Bay Leaves, Lemongrass, and Ginger to Treat Gout in Sungai Bakung Village, RT 08

Ani Agustina¹, Chintya Amanie Fatihah², Desy Mutia³, Hafizatul Husna⁴

Published online: 3 July 2026

ABSTRACT

Gout (hyperuricemia) is a health problem characterized by elevated uric acid levels in the blood, which can lead to joint pain, inflammation, and decreased quality of life if not properly managed. In Sungai Bakung Village RT 08, community knowledge regarding non-pharmacological management of gout and the utilization of herbal plants remains limited. **Objective:** This community service activity aimed to improve community knowledge and skills in utilizing bay leaves (*Syzygium polyanthum*), lemongrass (*Cymbopogon citratus*), and ginger (*Zingiber officinale*) as herbal beverages to support gout management. **Methods:** The program was implemented through problem identification, pre-test and post-test evaluations, health education sessions, educational videos, discussions, and the distribution of booklets containing practical herbal preparation guidelines. **Results:** The intervention showed a significant improvement in participants' knowledge, with an average increase of approximately 80% based on pre-test and post-test scores. Participants also demonstrated more positive attitudes toward the safe and appropriate use of herbal remedies as supportive therapy for gout. **Conclusion:** Health education and training on herbal utilization effectively improved community knowledge and attitudes and provided a practical approach for promoting non-pharmacological management of gout through locally available medicinal plants.

Keywords: Gout; Herbal medicine; Bay leaves; Lemongrass; Ginger; Health education; Community empowerment.

Abstrak. Asam urat (hiperurisemia) merupakan salah satu masalah kesehatan yang ditandai dengan tingginya kadar asam urat dalam darah, yang dapat menyebabkan nyeri sendi, peradangan, serta penurunan kualitas hidup apabila tidak dikelola dengan baik. Di Desa Sungai Bakung RT 08, pengetahuan masyarakat mengenai penatalaksanaan nonfarmakologis asam urat dan pemanfaatan tanaman herbal masih terbatas. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan daun salam (*Syzygium polyanthum*), serai (*Cymbopogon citratus*), dan jahe (*Zingiber officinale*) sebagai minuman herbal pendukung pengelolaan asam urat. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan melalui identifikasi masalah, evaluasi menggunakan pre-test dan post-test, penyuluhan kesehatan, pemutaran video edukasi, diskusi interaktif, serta pembagian booklet yang berisi panduan praktis pembuatan minuman herbal. **Hasil:** Intervensi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan, dengan rata-rata peningkatan sekitar 80% berdasarkan hasil pre-test dan post-test. Peserta juga menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap penggunaan herbal secara aman dan tepat sebagai terapi pendukung dalam pengelolaan asam urat. **Kesimpulan:** Edukasi kesehatan dan pelatihan pemanfaatan tanaman herbal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat serta memberikan alternatif praktis dalam mendukung penatalaksanaan nonfarmakologis asam urat melalui pemanfaatan tanaman obat yang tersedia di lingkungan sekitar.

Kata kunci: asam urat; hiperurisemia; tanaman herbal; daun salam; serai; jahe; edukasi kesehatan; pemberdayaan masyarakat.

^{1*-4} Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia

*) *corresponding author*

Ani Agustina
Jalan Pramuka no.2 Banjarmasin Kalimantan Selatan
Indonesia
Email: aniagustina.id@gmail.com

PENDAHULUAN

Hiperurisemia atau yang dikenal sebagai asam urat merupakan kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah akibat gangguan metabolisme purin. Kondisi ini dapat berkembang menjadi gout arthritis yang ditandai dengan nyeri sendi, inflamasi, serta penurunan kualitas hidup apabila tidak dikelola secara optimal.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan oleh tim pengabdian di Desa Sungai Bakung RT 08, sebagian besar masyarakat mengeluhkan gejala yang mengarah pada asam urat. Namun demikian, tingginya angka keluhan tersebut belum diimbangi dengan pemahaman yang memadai terkait pengelolaan penyakit, khususnya melalui pendekatan non-farmakologis. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan kesehatan masyarakat dengan tingkat literasi kesehatan dalam memanfaatkan sumber daya lokal sebagai terapi penunjang.

Daun salam (*Syzygium polyanthum*) memiliki kandungan flavonoid, tanin, dan minyak atsiri yang berperan dalam menghambat aktivitas enzim xantin oksidase sehingga dapat membantu menurunkan kadar asam urat (Sari *et al.*, 2020). Serai (*Cymbopogon citratus*) juga memiliki potensi sebagai agen antihiperurisemia melalui mekanisme diuretik yang membantu meningkatkan ekskresi asam urat melalui urin. Sementara itu, jahe (*Zingiber officinale*) diketahui memiliki efek antiinflamasi yang dapat membantu meredakan nyeri sendi akibat deposisi kristal asam urat, serta berperan sebagai antioksidan alami (Zeng *et al.*, 2015). Kombinasi ketiga tanaman ini berpotensi memberikan efek sinergis melalui penghambatan pembentukan asam urat, peningkatan ekskresi, serta pengurangan inflamasi. Pemanfaatan tanaman herbal di masyarakat masih terbatas pada penggunaan tradisional tanpa didukung oleh pengetahuan yang memadai terkait manfaat, dosis, serta cara pengolahan yang tepat. Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat di Desa Sungai Bakung RT 08 dalam memanfaatkan tanaman herbal, khususnya daun salam (*Syzygium polyanthum*), serai (*Cymbopogon citratus*), dan jahe (*Zingiber officinale*), sebagai minuman herbal yang berpotensi sebagai terapi penunjang dalam pengelolaan asam urat.

SUMBER INSPIRASI

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilatarbelakangi oleh hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di Desa Sungai Bakung RT 08, Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Ditemukan bahwa masih banyak masyarakat yang mengeluhkan gejala asam urat, namun pengetahuan mengenai pengelolaan asam urat secara non-farmakologis dan pemanfaatan tanaman herbal seperti daun salam, serai, dan jahe masih terbatas. Selain itu, masyarakat belum memiliki keterampilan yang memadai dalam mengolah tanaman herbal menjadi minuman yang praktis dan bermanfaat bagi kesehatan. Kondisi tersebut menjadi inspirasi bagi tim untuk melaksanakan kegiatan edukasi dan pelatihan pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi pendukung dalam pengelolaan asam urat.

BAHAN DAN METODE

Metode pelaksanaan PKM ini melalui beberapa tahapan, yaitu survei sekaligus analisis masalah yang terdapat di Desa Sungai Bakung RT 08, perencanaan kegiatan, pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi kegiatan. sehingga pelaksanaan semua kegiatan dapat berjalan dengan baik.

Materi meliputi pengenalan tanaman herbal, manfaat jahe, serai, dan daun salam, serta cara pengolahannya menjadi jamu tradisional sederhana. Media yang digunakan berupa presentasi, video

demonstrasi pembuatan jamu, dan booklet edukasi. Booklet berisi beberapa resep herbal sederhana berbahan alam yang mudah ditemukan di lingkungan sekitar sebagai panduan praktis masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pre-test dan post-test yang dilakukan kepada responden bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan serta sikap responden terhadap penyakit asam urat dan pemanfaatan herbal sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Pengukuran dilakukan menggunakan instrumen kuesioner yang terdiri dari dua bagian, yaitu aspek pengetahuan dan aspek pendapat atau perspektif.

Dari kegiatan edukasi ini didapatkan peningkatan pengetahuan sebesar 80% diperoleh dari pre-test dan post-test kader posyandu yang tersaji dalam tabel berikut ini :

Tabel 1. Hasil pre-test dan post-test edukasi

No. Kader	Hasil pre-test	Hasil post-test	Selisih Hasil	Persentase Selisih	Tingkat Pengetahuan
1	10	90	+80	80%	Baik
2	10	100	+90	90%	Baik
3	20	100	+80	80%	Baik
4	10	90	+80	80%	Baik
5	10	100	+90	90%	Baik
6	20	100	+80	80%	Baik
7	30	100	+70	70%	Baik
8	10	90	+80	80%	Baik
9	10	100	+90	90%	Baik
10	20	100	+80	80%	Baik
11	20	90	+70	70%	Baik

Berdasarkan hasil pre-test, diketahui bahwa sebagian besar responden masih berada pada kategori pengetahuan kurang hingga cukup. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi edukasi, pemahaman responden mengenai penyakit asam urat masih terbatas, baik dari segi penyebab, gejala, faktor risiko, maupun cara pencegahannya. Selain itu, pemahaman mengenai penggunaan herbal sebagai terapi pendukung juga belum sepenuhnya dipahami secara benar.

Pada aspek pendapat atau perspektif, hasil pre-test menunjukkan bahwa responden pada dasarnya sudah memiliki ketertarikan terhadap penggunaan herbal. Namun, ketertarikan tersebut belum sepenuhnya didasarkan pada pengetahuan yang kuat, melainkan lebih kepada kebiasaan turun-temurun dan pengalaman pribadi. Beberapa responden juga masih ragu terhadap efektivitas dan keamanan penggunaan herbal.

Setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan kesehatan, dilakukan kembali pengukuran melalui post-test. Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kedua aspek yang diukur.

Peningkatan hasil post-test dibandingkan dengan pre-test menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap responden. Hal ini sejalan dengan konsep pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa pemberian informasi yang tepat dan terarah dapat meningkatkan pemahaman serta membentuk sikap yang lebih positif.

Pada aspek pengetahuan, mayoritas responden mengalami peningkatan skor dan berpindah ke kategori pengetahuan baik. Responden sudah mulai memahami konsep dasar asam urat, termasuk proses terjadinya penyakit, makanan yang perlu dihindari, serta pentingnya pengelolaan kadar asam urat secara tepat. Selain itu, responden juga mulai memahami peran herbal sebagai terapi pendukung, bukan sebagai pengganti pengobatan medis.

Pada aspek pengetahuan, peningkatan skor yang terjadi menunjukkan bahwa responden mampu menerima dan memahami materi yang disampaikan. Materi yang mencakup pengertian asam urat, penyebab, gejala, pencegahan, serta pemanfaatan herbal disampaikan dengan cara yang mudah dipahami, sehingga dapat meningkatkan pemahaman responden secara menyeluruh.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan ini juga dipengaruhi oleh metode penyuluhan yang digunakan. Penggunaan media seperti booklet, penyampaian secara langsung, serta adanya interaksi dua arah antara penyuluh dan responden membuat proses pembelajaran menjadi lebih efektif. Responden tidak hanya menerima informasi, tetapi juga dapat bertanya dan berdiskusi, sehingga pemahaman menjadi lebih mendalam.

Pada aspek pendapat atau perspektif, hasil post-test menunjukkan perubahan sikap yang lebih positif. Responden menjadi lebih terbuka, lebih percaya, dan lebih tertarik terhadap penggunaan herbal. Mayoritas responden berada pada kategori sangat tertarik dan menunjukkan kesiapan untuk menerapkan penggunaan herbal secara lebih bijak.

Pada aspek sikap, perubahan dari kategori cukup tertarik menjadi sangat tertarik menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga mempengaruhi persepsi dan keyakinan responden. Sikap positif ini merupakan faktor penting dalam mendorong perubahan perilaku, terutama dalam hal pemanfaatan herbal sebagai terapi pendukung.

Faktor budaya juga menjadi salah satu faktor yang mendukung hasil ini. Masyarakat yang sudah terbiasa menggunakan jamu atau herbal cenderung lebih mudah menerima informasi yang berkaitan dengan herbal, terutama jika informasi tersebut diperkuat dengan penjelasan ilmiah. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang menggabungkan budaya dan ilmu pengetahuan dapat memberikan hasil yang lebih optimal.

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan adanya perubahan yang positif antara pre-test dan post-test, yang menandakan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap responden.

Namun demikian, meskipun terjadi peningkatan yang signifikan, masih diperlukan edukasi lanjutan. Hal ini penting agar responden tidak hanya memahami manfaat herbal, tetapi juga mengetahui cara penggunaan yang tepat, dosis yang aman, serta potensi interaksi dengan obat medis. Edukasi yang berkelanjutan juga diperlukan untuk memastikan bahwa perubahan pengetahuan dan sikap dapat bertahan dalam jangka panjang.

Selain itu, evaluasi berkala juga perlu dilakukan untuk melihat sejauh mana responden menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, dampak dari penyuluhan tidak hanya berhenti pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga berlanjut pada perubahan perilaku yang nyata.

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap responden mengenai asam urat dan penggunaan herbal. Dengan meningkatnya pemahaman dan sikap yang positif, diharapkan responden dapat lebih bijak dalam menjaga kesehatan dan memanfaatkan herbal secara aman dan tepat.

KESIMPULAN

Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini dilakukan melalui edukasi dan penyuluhan yang dilengkapi dengan pemutaran video demonstrasi pembuatan minuman herbal berbahan daun salam, serai, dan jahe. Video tersebut disusun oleh tim sebagai media pembelajaran yang menampilkan tahapan pembuatan minuman herbal secara jelas dan sistematis, sehingga tetap mudah dipahami oleh masyarakat meskipun tidak dilakukan praktik secara langsung di lokasi. Melalui pendekatan ini, masyarakat diharapkan tetap memperoleh pemahaman yang baik mengenai cara pengolahan minuman herbal yang benar, serta mampu mengaplikasikannya secara mandiri di rumah. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pengelolaan asam urat melalui pendekatan non-farmakologis yang sederhana dan mudah dilakukan.

Kegiatan edukasi serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pengelolaan asam urat secara non-farmakologis. Selain itu, pada kegiatan selanjutnya disarankan adanya praktik langsung pembuatan minuman herbal agar peserta lebih memahami cara pengolahannya dan dapat menerapkannya secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada ketua RT. 08 Desa Sungai Bakung dan seluruh warga masyarakat yang telah menerima dengan baik kegiatan ini, serta aktif berpartisipasi dalam setiap sesi yang diselenggarakan dari awal sampai selesai serta teman-teman mahasiswa dan dosen yang ikut dalam kegiatan ini ataupun semua pihak yang terlibat.

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Vademekum tanaman obat untuk saintifikasi jamu jilid 1 (edisi revisi). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Putri, R. A., & Sari, M. (2022). Efektivitas rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita hiperurisemia. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 85–92.
- Sari, N. P., & Rahmawati, D. (2020). Aktivitas antioksidan dan efek diuretik serai (*Cymbopogon citratus*) terhadap kadar asam urat. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 17(2), 120–126.
- Wahyuni, S., & Lestari, D. (2021). Pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan nyeri pada penderita asam urat. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(1), 45–52.
- World Health Organization. (2023). Gout and hyperuricemia fact sheet. <https://www.who.int>
- Yulianto, B. (2009). Peran enzim xantin oksidase dalam metabolisme asam urat.
- IPB Repository. <https://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/12588>
- Zeng, Y., et al. (2015). Anti-inflammatory effects of ginger and its active compounds. *Journal of Medicinal Food*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26130691/>

This page has been intentionally left blank