



EDU MANAGE Vol. 3 No. 1. Januari-Juni 2024

EDU MANAGE

(Jurnal Manajemen Pendidikan Islam)

Email: jurnalstaini@gmail.com

<https://www.jurnal.staini.ac.id/index.php/edumanage>

Pengetahuan Masyarakat Jawa Akan Tumbuhan Herbal Sebagai Bahan Jamu Untuk Memelihara Kesehatan

Anisah Rahman¹, Nuriza Dora²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan; Indonesia

anisahrahman2002@gmail.com¹, nurizadora@uinsu.ac.id²

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji tentang kebiasaan masyarakat Jawa mengonsumsi jamu sebagai alternatif memelihara kesehatan secara alamiah dengan memanfaatkan tumbuhan herbal yang ada disekitar lingkungan rumah serta sebagai upaya untuk memelihara kesehatan dan melestarikan warisan budaya yang ada sejak zaman nenek moyang, tidak hanya melestarikan tetapi juga untuk menghindari berbagai jenis penyakit dizaman sekarang ini. Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan pengetahuan masyarakat Jawa akan tumbuhan herbal sebagai bahan jamu untuk memelihara kesehatan yang merupakan sebuah kegiatan yang biasa masyarakat jawa lakukan sebagai bentuk memelihara kesehatan dan melestarikan warisan budaya. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan metode etnografi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat Jawa memiliki pengetahuan yang luas dan mendalam tentang bagaimana manfaat dari setiap jenis tumbuhan herbal yang dibuat sebagai bahan dasar jamu. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam pengetahuan masyarakat Jawa akan tumbuhan herbal terdapat unsur-unsur pengetahuan dan warisan budaya yang masih dijaga oleh masyarakat hingga saat ini dalam memelihara kesehatan.

Kata Kunci: Kesehatan, Pengetahuan, Warisan budaya

ABSTRACT

This research examines the Javanese people's habit of consuming herbal medicine as an alternative to maintaining natural health by utilizing herbal plants found around the home environment and as an effort to maintain health and preserve the cultural heritage that has existed since the time of our ancestors, not only to preserve but also to avoid various types of herbal medicine. Diseases nowadays. The research aims to describe Javanese people's knowledge of herbal plants as herbal medicine ingredients for maintaining health, which is an activity that Javanese people usually do as a form of maintaining health and preserving cultural heritage. The type of research used in this research is qualitative with ethnographic methods. The results of the research show that the Javanese people have extensive and in-depth knowledge about the benefits of each type of herbal plant which is used as a basic ingredient for herbal medicine. Based on the results of this research, it can be concluded that in the Javanese people's knowledge of herbal plants there are elements of knowledge and cultural heritage which are still

maintained by the community today in maintaining health.

Keywords: *Cultural Heritage, Health, Knowledge,*

PENDAHULUAN

Pemanfaatan tumbuhan herbal atau tumbuhan obat digunakan sebagai bagian dari sistem pengobatan mandiri di kalangan masyarakat terutama masyarakat Jawa sudah tidak asing lagi dengan sebutan jamu. Masyarakat Jawa memiliki warisan budaya yang kaya dengan penggunaan tumbuhan herbal untuk kesehatan jasmani. Pengetahuan ini mereka dapat secara turun temurun dari generasi ke generasi dalam memilih tumbuhan obat sebagai alternatif penyembuhan penyakit yang didapat dari pengalaman-pengalaman orang tua terdahulu atau nenek moyang. Kenyataannya di zaman modern ini jamu ini masih banyak digunakan oleh para masyarakat dan tidak hanya di masyarakat Jawa saja melainkan di masyarakat dengan suku dan budaya yang berbeda dengan masyarakat Jawa. Dapat dilihat dari kejadian di tahun 2019 negara kita sedang terjangkit virus covid 19 dan sudah banyak penelitian yang membuktikan bahwa penggunaan tumbuhan-tumbuhan herbal sangat berpengaruh besar dalam masa penyembuhan orang yang terjangkit virus Corona (shella.2021). Sampai sekarang ini pemanfaatan tumbuhan herbal yang diracik untuk pembuatan jamu masih banyak dikonsumsi oleh masyarakat masyarakat yang ada di Indonesia meskipun sudah banyak obat-obat modern yang telah dipasarkan dan lebih kita kenal dengan obat dokter yang memiliki efek samping ketika kita mengkonsumsinya. Dengan banyaknya obat-obatan modern saat ini memungkinkan adanya perbedaan pandangan pada setiap orang yang menganggap bahwa obat dokter lebih cepat dan efisien dalam menyembuhkan penyakit tetapi sebagian besar masyarakat juga beranggapan jamu masih sangat efisien dalam menyembuhkan penyakit dan menjaga tubuh agar selalu tetap sehat.

Menurut penuturan dari Dr. dr. Ina Rosalina, Sp.A(K), M.Kes, MHKes. Sebagai Direktur Pelayanan Kesehatan Tradisional Kementerian Kesehatan RI dalam acara webinar Twice Weekly Webinar serial XV melalui platform Webinar dan YouTube oleh Fakultas Kedokteran Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan (FK-KMK), mengatakan bahwa pemanfaatan obat-obatan tradisional pada saat ini memiliki manfaat sebagai tindakan preventif yang berguna untuk meningkatkan imunitas tubuh serta sebagai obat konvensional yang diberikan terhadap pasien penderita covid 19 sehingga imunitas tubuh seseorang tersebut menjadi baik. Lanjut beliau mengenai penggunaan obat tradisional ini sangat berguna sebagai imunomodulator. Berdasarkan pemaparan tersebut

semakin jelas bahwa jamu sudah terbukti memberikan manfaat yang baik untuk kesehatan tubuh manusia. Bukan hanya itu tetapi juga sebagai alternatif penyembuhan penyakit yang terdapat didalam tubuh, walaupun dizaman sekarang ini sudah banyak bentuk varian baru dalam produk kamu yang dipasarkan.

Pada penelitian kali ini peneliti mencoba menggali nilai-nilai serta pengetahuan masyarakat jawa akan tumbuhan herbal sebagai bahan jamu untuk memelihara kesehatan khususnya masyarakat jawa desa Bahbutong kecamatan sidamanik kabupaten Simalungun. Dengan adanya pengetahuan-pengetahuan yang berbeda dari setiap informan akan memunculkan adanya informasi yang lebih luas dari pemikiran individu meluas menjadi pemikiran kelompok. Seperti diketahui jamu sudah tidak asing lagi terdengar ditelinga masyarakat Indonesia khususnya masyarakat jawa sebagai bentuk warisan budaya yang masih tetap terjaga dan masih terbukti dapat memberikan manfaat yang positif bagi orang-orang yang mengkonsumsi jamu. Dizaman modern sekarang ini telah banyak obat yang mampu memberikan manfaat yang positif juga bagi tubuh dengan cepat akan tetapi sudah terbukti hanya memberikan efek sembuh dalam waktu sebentar dan memungkinkan timbulnya kembali rasa sakit dari penyakit yang diderita. Munculnya obat modern saat ini atau lebih dikenal dengan obat dokter tidak membuat pengobatan secara tradisional dalam bentuk ramuan jamu tidak dikonsumsi lagi bahkan ramuan jamu masih dikonsumsi dan makin banyak peminatnya terlebih karena kejadian di tahun 2019 yaitu adanya wabah virus Corona menyatakan bahwa tumbuhan herbal mampu menyaingi obat-obat dokter secara efisien yang ampuh memberikan pengobatan isolasi Mandiri dan menyembuhkan gejala yang timbul akibat terjangkit virus Corona. Pemikiran bahwa obat-obatan tradisional yang terbuat dari tumbuhan herbal dapat menyembuhkan bukanlah sebuah omong kosong belaka tetapi dilandasi oleh beberapa penelitian-penelitian yang sudah terbukti membuktikan bahwa obat-obatan tradisional memberikan khasiat yang sangat banyak untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit.

Penelitian ini perlu dilakukan untuk menunjukkan dan memperluas pengetahuan dan membuktikan bahwa tanaman herbal sangat diperlukan dan dikonsumsi untuk menjaga dan memelihara kesehatan tubuh manusia. Adanya pemanfaatan tumbuhan herbal harus dibekali dengan pengetahuan dari berbagai jenis tanaman herbal agar tidak menyalahgunakan fungsi dari tanaman herbal itu sendiri. Penelitian ini mengungkapkan bentuk pengetahuan masyarakat Jawa akan tumbuhan herbal sebagai bahan jamu untuk memelihara kesehatan serta bagaimana masyarakat Jawa mengenal warisan budayanya didesa Bah Butong Kecamatan sidamanik. Selain itu untuk mengetahui lebih dalam

bagaimana bahan-bahan terpilih dari tumbuhan herbal yang akan digunakan sebagai bahan pembuatan jamu. Serta mengetahui bagaimana proses pembuatan jamu dengan pengetahuan yang dimiliki oleh masyarakat Jawa. Berdasarkan uraian di atas penjelasan warisan budaya masyarakat Jawa yaitu pengetahuan masyarakat Jawa akan tumbuhan herbal sebagai bahan minuman tradisional jamu untuk memelihara kesehatan. Peneliti merasa tertarik untuk mengkaji lebih dalam dan memperoleh pemahaman yang lebih lanjut maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul pengetahuan masyarakat Jawa akan tumbuhan herbal sebagai bahan jamu dalam memelihara kesehatan. Guna memperjelas masalah dan pertanyaan penelitian di atas peneliti dilakukan untuk mengetahui pengetahuan serta nilai-nilai yang terkandung di dalam warisan budaya masyarakat Jawa yaitu jamu khususnya di desa bah butong.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan metode etnografi. Penelitian Kualitatif merupakan bentuk pendekatan yang muncul pada pospositivisme yang merupakan hasil pergeseran paradigma dalam memandang suatu realitas, fenomena, atau gejala. Dimana pada pendekatan ini realita sosial dipandang sebagai suatu yang holistik/menyeluruh, kompleks, dinamis, dan penuh makna. (Creswell 2010.24). Penelitian ini menggunakan metode etnografi karena peneliti melakukan penelitian Warisan budaya yang ada didesa Bahbutong yaitu mengenai pengetahuan masyarakat Jawa akan tumbuhan herbal sebagai bahan jamu untuk memelihara kesehatan. Penelitian dilakukan di desah Bahbutong kecamatan sidamanik kabupaten Simalungun. Desa Bahbutong yang dihuni oleh berbagai individu-individu dari berbagai daerah dengan latar belakang budaya yang berbeda yaitu etnis Jawa dan etnis batak. Subjek penelitian adalah individu yang dari latar suku Jawa yang memiliki pengetahuan mengenai warisan budaya masyarakat Jawa yaitu jamu dan bagaimana pengetahuan masyarakat Jawa mengenai tumbuhan herbal sebagai bahan jamu.

Peneliti adalah instrumen utama dan mengumpulkan data dalam rangka mendapatkan sebuah data yang diperlukan. Peneliti melakukan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara karena peneliti ikut terlibat langsung ke dalam kegiatan pembuatan jamu. Sumber data primer dalam penelitian ini berupa data wawancara yakni wawancara kepada ibu-ibu suku Jawa, petani ladang, penjual jamu, ibu hamil, bapak-bapak suku Jawa, dan orang sakit. Sumber sekundernya berupa dokumentasi dokumentasi kegiatan dan hasil wawancara dari warga setempat sebagai data penguat Sumber data primer.

Teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah untuk memperoleh data yang objektif yaitu dengan memanfaatkan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Informan kunci dalam penelitian ini adalah Bapak Rahmat yang mengetahui dan memiliki berbagai informasi yang diperlukan dalam pengumpulan data. Informan tambahan dalam penelitian ini adalah bapak kartiman, ibu ayu, ibu boini, ibu mina, dan ibu Masni. Dengan jumlah 6 orang informan ini sudah cukup memberikan informasi-informasi lengkap yang dibutuhkan oleh peneliti. Teknik analisis data menggunakan metode triangulasi untuk menguji kelengkapan data dilakukan dengan membandingkan data dari hasil wawancara dengan data dari observasi dan dokumentasi. Analisis data digunakan dengan menyusun data, menjabarkannya, dan memilih data yang penting yang nantinya dibutuhkan dalam penelitian ini.

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Menurut Bloom, Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan timbul dari hasil ingin tahu tentang apa saja melalui cara dan alat tertentu. Tumbuhan herbal adalah tumbuhan atau tanaman obat yang dapat dimanfaatkan untuk pengobatan tradisional terhadap penyakit. Sejak zaman dahulu, tumbuhan herbal berkhasiat obat sudah dimanfaatkan oleh masyarakat Jawa. Pengobatan tradisional terhadap penyakit tersebut menggunakan ramuan-ramuan dengan bahan dasar dari tumbuh-tumbuhan dan segala sesuatu yang berada di alam. Jamu merupakan bentuk warisan budaya masyarakat Jawa yang sudah ada sejak zaman nenek moyang sebagai minuman tradisional dan sebagai alternatif pengobatan dari segala penyakit serta untuk menjaga kesehatan tubuh. Pemeliharaan kesehatan tubuh manusia merupakan cara agar kesehatan tubuh tetap terjaga dari segala jenis penyakit. Salah satu upaya manusia dalam memelihara kesehatan tubuh adalah dengan selalu memperhatikan makanan dan minuman yang dikonsumsi. Jika ditinjau banyak perbedaan cara setiap masyarakat dalam memelihara kesehatan tubuh salah satunya masyarakat Jawa yang memelihara kesehatan dengan mengonsumsi minuman tradisional masyarakat Jawa yaitu jamu yang sudah terbukti memberikan manfaat yang baik bagi tubuh.

Teori pendukung penelitian ini adalah Teori Foster Handerson yang mengatakan bahwa antropologi kesehatan merupakan konsep yang tepat karena termaktub dalam pengertian ilmu antropologi. Menurut Foster Anderson, Antropologi Kesehatan mengkaji masalah-masalah kesehatan dan penyakit dari dua kutub yang berbeda yaitu kutub biologi

dan kutub sosial budaya. Antropologi juga dapat memberi kepada para dokter kesehatan masyarakat yang akan bekerja dan hidup di berbagai daerah dengan aneka warna kebudayaan, metode-metode, dan cara untuk mengerti serta menyesuaikan diri dengan kebudayaan dan adat istiadat setempat. Disimpulkan bahwa Antropologi Kesehatan adalah disiplin yang memberi perhatian pada aspek-aspek biologis dan sosio-budya dari tingkah laku manusia. Terutama tentang cara-cara interaksi antara keduanya disepanjang sejarah kehidupan manusia, yang mempengaruhi kesehatan dan penyakit pada manusia (Foster/Anderson, 1986; 1-3).

Penelitian terdahulu dengan judul “Pengetahuan Masyarakat terhadap Penggunaan Jamu untuk Meningkatkan Imunitas Penderita COVID-19 yang Pernah Menjalani Isolasi Mandiri” oleh Darwin Riyon Ramadhan, Dzihni Nahdliyyati, Tasya Ananda Salsabillah, Anak Agung Sagung Dyah Pramesti, Fitriah Salsabila, Fitria Ramadanti, Metha Artanadya Eka Putri, Dainty Mutia Jayalalitha, Rahma Nugrahesi, Riko Setiawan, Dwi Nur’Aini Hidayati, Gogik Desy Putri Kurnia Dewi, Jasmine Rissa Ayudya, Eka Evita Syayidah, Hanni Prihastuti Puspitasari, pada tahun 2022. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif Menunjukkan bahwa dari hasil penelitian didapatkan 5,3% responden memiliki tingkat pengetahuan yang rendah; 84% sedang; dan 10,4% tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, diperlukan adanya promosi kesehatan guna memperbaiki pengetahuan masyarakat terkait cara penggunaan jamu racikan yang benar untuk meningkatkan imunitas saat menjalani isolasi mandiri.(Darwin dkk. 2022)

Penelitian terdahulu dengan judul “Pengetahuan Masyarakat Jawa Tentang Tanaman Bahan Dasar Jamu Tradisional Di Desa Brohol Kecamatan Sei Suka Kabupaten Batubara” oleh Ayu Lestari ditahun 2017. Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui sejarah jamu dalam masyarakat Jawa, tanaman yang dijadikan bahan dasar jamu serta khasiat tanaman, proses pembuatan jamu dengan bahan-bahan yang digunakan, khasiat pengobatan tradisional dengan jamu bagi konsumen, pengetahuan masyarakat Jawa terhadap jamu tradisional. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif yaitu teknik penelitian yang memaparkan data yang ada berdasarkan fakta yang ada di lapangan. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan melalui penelitian lapangan (field research) dengan metode observasi tanpa partisipasi dan wawancara tidak terstruktur. Dari hasil penelitian lapangan bahwa sejarah jamu ada di tengah-tengah masyarakat Jawa lebih dari seratus tahun yang lalu yang dikembangkan dilingkungan istana atau keraton yaitu Kesultanan di Yogyakarta dan Kasununan di Surakarta kemudian racikan jamu diperkenalkan pada masyarakat luas oleh dukun atau tabib yang merupakan ahli

pengobatan tradisional jaman dulu.(AyuLestari.2017)

Kelemahan penelitian terdahulu adalah Metode penelitian yang kurang tepat dalam penelitian tersebut. Kedua penelitian terdahulu menggunakan penelitian kualitatif dengan metode deskriptif yang mungkin memiliki sebuah keterbatasan dalam menjelaskan secara Kompleks pengetahuan masyarakat terkait jamu. Kelemahan selanjutnya adalah tidak adanya uraian mengenai macam-macam atau jenis tumbuhan herbal satu persatu dengan penjelasan terkait manfaatnya masing-masing. Dengan kelemahan dari penelitian terdahulu membuat peneliti ingin membuat penelitian sejenis dengan sebuah kelebihan yaitu metode penelitian yang berbeda dari penelitian terdahulu. Peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan metode etnografi. Dan menjabarkan berbagai ragam jenis tumbuhan herbal beserta manfaatnya masing-masing sebagai bahan jamu sebagai bentuk warisan budaya untuk memelihara kesehatan didesa Bah Butong.

Warisan Budaya

Penggunaan tumbuhan herbal dalam jamu adalah bagian dari warisan budaya Jawa yang telah ada selama berabad-abad. Pengetahuan ini telah diturunkan secara turun-temurun. Menurut KBBI jamu berarti obat yang dibuat dari akar-akaran, daun-daunan dan sebagainya. Jamu berasal dari Indonesia yang dibuat dan dihidangkan dalam bentuk minuman jamu dibuat dan diolah dari bahan-bahan alami yang tersedia di alam dan berasal dari tumbuhan seperti akar, daun, kulit barang, serta buah. Pada umumnya jamu dianggap tidak beracun dan tidak menimbulkan efek samping jamu memiliki banyak manfaat yang sangat berkhasiat bagi tubuh manusia bahkan dapat dipakai untuk mencegah penyakit datang sehingga minuman jamu masih dikonsumsi oleh sebagian masyarakat. Jamu merupakan warisan budaya yang sudah ada sejak zaman dahulu, di waktu itu jamu berbentuk rebusan maupun cairan yang kemudian diminum. Sesuai dengan kemajuan zaman masyarakat dengan perkembangan teknologi yang ada lebih modern dalam mengemas minuman tradisional jamu dalam bentuk serbuk dan kapsul agar bisa dikonsumsi dalam jangka waktu yang lebih lama. Pada masa Hindu Budha di Kerajaan Majapahit budaya minum jamu disampaikan menggunakan tradisi lisan sehingga diperkirakan bahwa naskah yang membahas tentang obat-obatan mengalami kerusakan akibat bencana alam peperangan atau hancur karena tidak dirawatdirawat (Debylia.2021).

Warisan budaya ini di dalam proses perkembangannya telah berkembang cukup pesat karena kedudukan jamu telah diwariskan secara turun temurun yang diawali sebagai minuman keluarga pada masa kerajaan kuno. Adapun penelitian lainnya tentang jamur dilakukan secara signifikan mulai dari tanaman herbal bahan awal hingga obat dilakukan

di penelitian mengenai jamu. Di zaman sekarang ini jamu sudah terbukti cukup efektif dalam menjaga dan memelihara kesehatan tubuh bahkan menyembuhkan segala penyakit dilihat dari tahun 2019 ketika Indonesia diterpar wabah covid 19 berperan penting dalam masa penyembuhan orang-orang yang terkena wabah ini terkhusus bagi orang-orang yang melakukan isolasi Mandiri di rumah mereka senantiasa mengkonsumsi jamu untuk membantu penyembuhan dari penyakit. Sehingga di zaman modern ini jamu diterima sebagai obat yang ampuh dalam menyembuhkan penyakit dan jamu sejajar dengan obat Farmasi atau lebih kita kenal dengan obat dokter. Terlebih adanya kesadaran masyarakat untuk kembali menerapkan konsep Back To Nature yang artinya kembali ke alam dalam memanfaatkan sumber daya yang ada untuk memelihara kesehatan tubuh.

Pengetahuan Ragam Tumbuhan Herbal

Masyarakat Jawa memiliki pengetahuan yang luas tentang berbagai tumbuhan herbal yang dapat digunakan untuk berbagai kondisi kesehatan. Ini mencakup jahe, kunyit, Temulawak, cengkeh, kayu manis, kencur, pada, beras, daun salam, sereh, asam Jawa, gula merah, gula putih, dan garam. Ragam tumbuhan herbal ini masing-masing mempunyai manfaat tersendiri dan mempunyai khasiat yang berbeda pula. Ragam tumbuhan herbal memiliki berbagai manfaat kesehatan dan digunakan dalam berbagai cara dalam berbagai masakan dan ramuan tradisional. Berikut adalah penjelasan manfaat dari beberapa di antaranya: Jahe, dapat membantu meredakan mual, meningkatkan pencernaan, dan membantu mengurangi gejala pilek. Kunyit, dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Temulawak memiliki manfaat anti inflamasi dan bisa membantu memelihara kesehatan hati serta meredakan gejala asma. Cengkeh dapat membantu meredakan nyeri gigi, memiliki sifat antibakteri, dan digunakan dalam pengobatan tradisional untuk berbagai kondisi. Kayu manis mengandung senyawa yang dapat membantu mengatur kadar gula darah, serta memiliki sifat antibakteri dan antioksidan. Kencur digunakan dalam masakan dan jamu tradisional untuk meningkatkan pencernaan dan meredakan masuk angin. Daun salam sering digunakan dalam masakan untuk memberikan aroma khas, dan juga diyakini memiliki manfaat kesehatan, seperti membantu mengontrol gula darah. Sereh memiliki aroma segar dan digunakan dalam berbagai hidangan. Ini juga dapat membantu meredakan mual dan memiliki sifat anti mikroba. Asam Jawa digunakan untuk memberi rasa asam pada hidangan dan memiliki manfaat dalam meredakan sembelit dan sebagai sumber vitamin C. Gula merah adalah gula alami yang kaya akan mineral. Ini digunakan dalam makanan penutup dan minuman tradisional. Gula putih adalah sumber energi yang cepat. Namun, konsumsi berlebihan

harus dihindari karena dapat berdampak buruk pada kesehatan. Garam adalah bahan dasar dalam masakan, tetapi konsumsi yang berlebihan dapat meningkatkan risiko tekanan darah tinggi. Dalam jumlah yang sesuai, garam membantu mempertahankan keseimbangan elektrolit dalam tubuh. Penting untuk menggunakan bahan-bahan ini dengan bijak, baik dalam masakan maupun dalam pengobatan tradisional, dan konsultasikan dengan ahli gizi atau tenaga medis jika Anda memiliki masalah kesehatan khusus. Setiap makanan dan minuman yang dikonsumsi harus halal secara zat, pembuatan serta baik cara memperolehnya. Allah berfirman dalam surah al-Baqarah ayat 168:

مُبِينٌ عَدُوٌّ لَكُمْ إِنَّهُ الشَّيْطَانُ خُطُوهُ تَتَّبِعُوا ۖ وَلَا طَيْبًا حَلَالًا الْأَرْضِ فِي مِمَّا كَلُوا النَّاسُ يَا أَيُّهَا

“Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu.” (QS. Al-Baqarah ayat 168). Dalam Tafsir Al-Qur’an al-Azim, Ibnu Katsir makanan yang tersedia di bumi boleh dikonsumsi manusia dengan syarat halal dan baik untuk dimakan tidak berdampak buruk bagi badan maupun akal.

Proses Pembuatan Jamu

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Masni (52 tahun) Pada tanggal 08 Oktober 2023, ada beberapa hal yang dilakukan dalam membuat jamu tradisional yaitu tahap awal adalah pemilihan bahan herbal yang akan digunakan dalam jamu. Di sini informan membuat jamu beras kencur maka informan memilih bahan yang akan diolah menjadi jamu beras kencur. Bahan-bahan ini berupajahe, kunyit, Temulawak, cengkeh, kayu manis, kencur, pada, beras, daun salam, sereh, asam Jawa, gula merah, gula putih, dan garam. Tahap kedua adalah pencucian di mana bahan herbal yang telah dipilih tadi kemudian dicuci untuk menghilangkan kotoran dan debu bahkan tanah yang mungkin masih menempel ketika mengambil di ladang atau perkebunan. Tahap ketiga adalah penghancuran bahan herbal yang sudah dibersihkan dan kemudian dihancurkan. Hal ini dapat dilakukan dengan alat tradisional seperti Alu ,parutan dan alat modern seperti blender. Tahap yang keempat adalah perebusan bahan herbal yang telah dihancurkan atau yang sudah diparut kemudian direbus dengan air sesuai dengan takaran seberapa banyak timbangan dari tumbuhan herbal yang sudah dihancurkan. Dalam proses perebusan memungkinkan zat-zat dalam tumbuhan larut dalam air dan menciptakan ekstrak jamu. Tahap kelima adalah penyaringan setelah proses perebusan saripati jamu harus disaring untuk memisahkan zat air dari ampas yang tidak terlarut.

Hal ini dilakukan agar pada saat mengkonsumsinya tidak susah untuk diminum. Tahap keenam adalah menambahkan bahan tambahan nah beberapa Bahan tambahan ini

diperlukan dalam proses pembuatan jamu agar jamu tidak terasa pahit dan bahan tambahan itu seperti gula merah, gula putih, dan garam untuk memberikan rasa yang diinginkan. Tahap ketujuh yaitu adalah tahap penyimpanan setelah jamu selesai dibuat informan meletakkan jamu ke dalam botol dan kemudian jamu disimpan di tempat yang sesuai untuk menjaga kualitas dan keamanan serta kebersihan jamu tersebut. Tahap terakhir adalah mengkonsumsi jamu mengkonsumsi jamu dapat bervariasi tergantung pada tujuan yang ingin dicapai seperti agar membuat badan lebih segar, menyembuhkan penyakit, dan memelihara kesehatan badan. Proses pembuatan jamu bisa bervariasi tergantung pada jenis jamu yang akan dibuat dan metode tradisional yang digunakan oleh masyarakat.

Khasiat Jamu Untuk Kesehatan

Masyarakat Jawa memiliki pengetahuan mendalam tentang manfaat jamu untuk kesehatan dan telah mewariskan pengetahuan ini secara turun-temurun. Ada beberapa manfaat jamu menurut pengetahuan masyarakat Jawa adalah untuk menjaga kesehatan umum dan meningkatkan daya tahan tubuh. Jamu sering digunakan sebagai pengobatan alternatif untuk berbagai penyakit, seperti flu, batuk, masuk angin, dan gangguan pencernaan. Sejumlah jamu tradisional digunakan oleh ibu setelah melahirkan untuk membantu pemulihan tubuh dan mengatasi masalah kesehatan yang mungkin muncul setelah persalinan. Beberapa jenis jamu juga dipercayai memiliki manfaat untuk kesehatan reproduksi, termasuk meningkatkan kesuburan, membantu dalam penyembuhan luka dan luka bakar. Selain itu mengatasi masalah pencernaan seperti sembelit atau diare. Jamu sering digunakan untuk mengatasi masalah pencernaan seperti sembelit atau diare. Beberapa jamu tradisional digunakan untuk mengurangi nyeri sendi dan gejala nyeri sendi lainnya. Masyarakat Jawa sering kali mengandalkan jamu sebagai bagian dari pengobatan tradisional mereka sebelum mencari perawatan medis modern. Jamu juga digunakan untuk memulihkan energi dan vitalitas, terutama setelah aktivitas fisik yang berat atau saat tubuh merasa lelah. Jamu diyakini membantu menjaga keseimbangan tubuh dan mempromosikan kesehatan holistik. Penting untuk diingat bahwa manfaat jamu tradisional mungkin bervariasi tergantung pada jenis jamu dan komposisinya. Meskipun jamu dapat memberikan manfaat kesehatan, konsultasi dengan tenaga medis atau ahli gizi sebelum mengonsumsi jamu tertentu adalah bijaksana, terutama jika Anda memiliki masalah kesehatan tertentu atau sedang dalam pengobatan medis.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis terkait penelitian yang dilakukan tentang warisan budaya dan kearifan lokal pada proses pembuatan Jamu berdasarkan pengetahuan masyarakat Jawa maka dapat disimpulkan bahwa warisan budaya dan kearifan lokal terwujud dalam pelaksanaan minuman tradisional Jamu desa Bahbutong kecamatan sidamanik disebabkan oleh adanya sebuah pengetahuan dan warisan budaya. Jamu merupakan warisan budaya yang sudah ada sejak zaman dahulu, di waktu itu jamu berbentuk rebusan maupun cairan yang kemudian diminum. Adanya sebuah pembaruan dalam pembuatan Jamu dikemas dalam bentuk pil dan serbuk tidak membuat pembuatan Jamu meninggalkan tradisi lama dalam pembuatannya yang masih sangat tradisional. Pengetahuan masyarakat Jawa akan tumbuhan herbal tidak hanya satu jenis saja tetapi mencakup banyak jenis tumbuhan herbal yang didapat dari budaya sendiri atau dibeli. Jamu berperan penting dalam menjaga dan memelihara kesehatan bahkan menyembuhkan segala jenis penyakit. Proses pembuatan Jamu beragam tergantung bagaimana tradisi pada masing-masing daerah. Jamu sering digunakan sebagai pengobatan alternatif untuk berbagai penyakit, seperti flu, batuk, masuk angin, dan gangguan pencernaan.

Rekomendasi dari penelitian ini adalah peneliti merekomendasikan agar melibatkan langsung ahli herbal yang sudah terpercaya dan terbukti dapat memberikan pengetahuan dan panduan yang lebih kompleks atau lebih mendalam tentang manfaat ragam tumbuhan herbal, cara meracik jamu yang benar dan tepat, dan bagaimana cara melestarikan warisan budaya khususnya masyarakat Jawa dalam memelihara kesehatan tubuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Ramadhan, Darwin Riyan, et al. "Pengetahuan Masyarakat terhadap Penggunaan Jamu untuk Meningkatkan Imunitas Penderita COVID-19 yang Pernah Menjalani Isolasi Mandiri." *Jurnal Farmasi Komunitas* 9.2 (2022): 194-199.
- Isnawati, Deby Lia. "Minuman Jamu Tradisional Sebagai Kearifan Lokal Masyarakat Di Kerajaan Majapahit Pada Abad Ke-14 Masehi." *Ejournal. Unesa. Ac. Id* 11.2 (2021):1-10.
- Salsabeilla, N. C., S. A. Nur, and A. N. Iftitah. "Budidaya tanaman obat keluarga untuk mengaktualisasi program go green di smk telkom makassar." *Jurnal Lepa-Lepa Open1*(2021):511-519.
- Kusumo, A. R., Wiyoga, F. Y., Perdana, H. P., Khairunnisa, I., Suhandi, R. I., & Prastika,

- S. S. (2020). Jamu Tradisional Indonesia: Tingkatkan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi Traditional Indonesian Jamu: Natural Way To Boost Immune System During Pandemic. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Service)*, 4(2), 465-471.
- Lestari, A., & Simarmata, T. (2018). Pengetahuan Masyarakat Jawa Tentang Tanaman Bahan Dasar Jamu Tradisional Di Desa Brohol Kecamatan Sei Suka Kabupaten Batubara. *Buddayah: Jurnal Pendidikan Antropologi*, 1(1),7-13.
- Yusuf, M. R. (2023). Konstruksi Masyarakat Mengenai” Jamu Corona” diDesa Sawotratap, Sidoarjo. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 25(2), 264-271.