

PEMANFAATAN HERBA PEGAGAN SEBAGAI PERMEN (*IMUNO CANDIES*) DI DESA SIDOMULYO BIRU-BIRU DELI SERDANG

Rafita Yuniarti^{1*}, Haris Munandar Nasution², Farida Yani³

^{1,2}Program Studi Farmasi, Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah

³Program Studi Agribisnis, Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah

*Korespondensi: rafitayuniarti@umnaw.ac.id

Abstrak

Kesehatan adalah factor yang sangat penting dalam tumbuh kembang suatu Negara. Desa Sidomulyo yang terletak di Kecamatan Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara dengan mayoritas pendidikan dan penghasilan menengah serta berusia aktif sangat rentan dengan keadaan sakit, maka dari itu perlu dilakukan suatu kegiatan untuk membantu masyarakat dalam menjaga dan meningkatkan kesehatannya dengan cara memberikan pengetahuan tentang cara menjaga dan meningkatkan kesehatan. Pegagan adalah salah satu tumbuhan herba yang mempunyai banyak manfaat, salah satunya adalah mampu menjaga dan meningkatkan imun tubuh. Pemanfaatan pegagan sebagai imuno candies karena candies (permen) hampir disukai oleh semua kalangan masyarakat dari anak-anak hingga orang dewasa sehingga diharapkan dengan mensubstitusi sari pegagan ke dalam candies, manfaat pegagan dapat dinikmati oleh semua kalangan masyarakat, metode pelaksanaan kegiatan ini adalah dengan memberikan pengetahuan tentang pembuatan dan pelatihan pembuatan permen keras sari herba pegagan. Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan ini adalah berupa produk permen sari herba pegagan sebagai imuno candies dan peningkatan pengetahuan tentang pembuatan permen sari herba pegagan sebesar 33% serta peningkatan status kesehatan sebesar 25%. Kesimpulan: 1. Dengan memberikan informasi dan pelatihan kita dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat, 2. Permen sari herba pegagan (imuno candies) dapat digunakan untuk menjaga Kesehatan.

Kata kunci: pegagan, centella asiatica, permen.

Abstract

Health is a very important factor in the growth and development of a country. Sidomulyo Village, which is located in the Biru-Biru District, Deli Serdang Regency, North Sumatra with the majority of education and middle income and active age is very vulnerable to illness, therefore it is necessary to carry out an activity to help the community in maintaining and improving their health by providing knowledge about how to maintain and improve health. Gotu kola is one of the herbal plants that has many benefits, one of which is being able to maintain and increase the body's immune system. The use of gotu kola as immune candies because candies are almost liked by all circles of society from children to adults so it is hoped that by substituting gotu kola juice into candies, the benefits of gotu kola can be enjoyed by all people, the method of implementing this activity is to provide knowledge about the manufacture and training of hard candies of gotu kola juice. The results obtained from the implementation of this activity are in the form of gotu kola juice as an immune candies and an increase in knowledge about the manufacture of gotu kola herb juice by 33% and an increase in health status by 25%. Conclusions: 1. By providing information and training, we can increase the knowledge and skills of the community, 2. Pegagan herbal juice candies (immuno candies) can be used to maintain health.

Keywords: pegagan, centella asiatica, candy

1. PENDAHULUAN

Setiap negara pasti memiliki angka kemiskinannya masing-masing. Mereka juga memiliki cara yang berbeda-beda untuk mengatasinya tergantung dari karakteristik masyarakatnya. Indonesia merupakan negara dengan penduduk terbesar nomor 4 di dunia. Saat ini negara

kita juga mengalami bonus demografi yaitu masa dimana manusia-manusia usia produktif melimpah ruah. Hal ini bagai pisau bermata dua, bisa menjadi baik untuk kita pun juga bisa menjadi bumerang bagi bangsa ini. Menjadi baik ketika kita dan negara mampu memanfaatkan bonus demografi dengan

meningkatkan kualitas sumber daya manusia secara optimal. Karena kedepan manusia-manusia usia produktif ini yang akan memimpin dan menjadikan bangsa Indonesia semakin maju dan unggul atau malah sebaliknya.

Bicara soal Pendidikan, pendidikan menjadi salah satu aspek penting dalam sebuah bangsa untuk melawan kemiskinan. Melalui Pendidikan, wawasan menjadi luas dan dapat berpikiran terbuka. Kita diajarkan ketika di bangku sekolah dasar untuk hidup berperilaku sehat saat memilih makanan dan minuman maupun mengelola kebiasaan sehat kita sehari-hari. Seperti mandi yang baik harus 2 (dua) kali sehari, sikat gigi 2 (dua) kali sehari, menjauhi makanan dan minuman *junk food*, dan lain sebagainya. Semua itu merupakan dasar kesehatan yang harusnya tetap menjadi kebiasaan masyarakat kita. Melalui pendidikan kita bisa mengenal apa itu kesehatan. Kondisi kesehatan kita juga mempengaruhi kecerdasan kita (sulistiana, 2019).

Menurut Undang-Undang Kesehatan nomor 36 tahun 2009, Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Presiden Republik Indonesia, 2009).

Orang tua memiliki peran strategis dalam mendidik dan membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Beberapa informasi yang kiranya penting diketahui dan dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang optimal bagi anaknya adalah; 1) Memenuhi kebutuhan anak akan makanan yang memenuhi standar emas, Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA) yaitu; Melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD), Memberikan ASI Eksklusif; Memberikan Makanan Pendamping ASI

(MP-ASI) mulai usia 6 bulan dan melanjutkan menyusui sampai dua tahun atau lebih; 2) Menjaga kesehatan anak; 3) Berinteraksi dengan anak dengan penuh kasih sayang lewat berbagai kegiatan yang sesuai anak, orang tua dapat memberikan belaian, senyuman, dekapan, penghargaan dan bermain, mendongeng, menyanyi serta memberikan contoh-contoh tingkah laku sehari-hari yang baik dan benar kepada anak (Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan RI, 2014.)

Penduduk Desa Sidomulyo yang terletak di Kecamatan Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara mayoritas berusia anak sampai dewasa dengan mayoritas pendidikan dan penghasilan menengah.



Gambar 1. Foto kunjungan bersama Tim Pelaksana dan Kepala Desa Sidomulyo di Kantor Kepala Desa Sidomulyo

Usia anak adalah usia aktif dimana pada usia ini aktifitas anak berlebihan sehingga jika kesehatannya tidak terjaga maka akan sangat rentan dengan sakit. Sama halnya dengan yang terjadi di beberapa sekolah dasar yang terdapat di Desa Sidomulyo, banyak siswa yang absensi atau tidak masuk kelas karena sakit, hal ini banyak dikeluhkan oleh guru kelas karena persentase kehadiran siswa yang menurun.

Selain itu tingkat Pendidikan juga mempengaruhi status Kesehatan (Pradono & Sulistyowati, 2014). Tingkat Pendidikan masyarakat Desa Sidomulyo mayoritas menengah ke bawah (SMA/ sederajat) sehingga dapat mempengaruhi status Kesehatan masyarakat setempat. Karena tingkat Pendidikan yang rendah berhubungan dengan pengetahuan yang rendah pula. Pengetahuan tentang Kesehatan yang rendah akan mempengaruhi perilaku masyarakat terhadap Kesehatan (Nasution & Aryawati, 2018).

Pemberian informasi tentang Kesehatan adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu masyarakat dalam meningkatkan pengetahuannya tentang kesehatan. Pemberian pelatihan dalam hal membuat suatu produk Kesehatan juga dapat dilakukan sebagai usaha alternatif guna membantu masyarakat dalam meningkatkan keterampilan dalam menjaga kesehatan. Dalam hal produk yang dibuat berasal dari bahan yang terdapat di desa setempat yang mempunyai khasiat terhadap Kesehatan sehingga meminimalkan biaya dan dapat menjadi tambahan pendapatan bagi masyarakat.

Pegagan adalah salah satu tumbuhan yang hidup liar di daerah pesawahan di Desa Sidomulyo. Selain di pesawahan, di pekarangan rumah warga juga masih banyak terdapat tumbuhan ini, tetapi sayangnya tumbuhan ini tidak dimanfaatkan dengan baik, bahkan tumbuhan ini dimusnahkan dengan racun kimia karena dianggap sebagai tumbuhan pengganggu. Hal ini terjadi karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang tumbuhan pegagan.

Pegagan adalah salah satu tumbuhan herba yang mempunyai banyak manfaat, salah satunya adalah mampu menjaga dan meningkatkan imun (daya tahan) tubuh (Sutardi, 2017). Banyak

penelitian yang telah dilakukan terhadap tumbuhan pegagan ini. Salah satu penelitian yang telah dilakukan adalah kandungan senyawa bioaktif, kandungan neuroprotektif, antioksidan, antidiabetik, antimikroba, antitumor, penyembuh luka, penenang khasiatnya secara farmakologis, efek samping dan toksisitas serta budi daya tanaman (Istitut Pertanian Bogor, 2018).

Selain itu pegagan juga memberikan perlindungan terhadap fungsi kognitif otak (Mughtaromah & Umami, 2016), kandungan triterpenoid dalam pegagan dipercaya dapat merevitalisasi pembuluh darah dan menyebabkan peredaran darah menuju otak menjadi lancar (Herlina, 2010). Menciptakan efek yang menenangkan dan memberikan efek peningkatan fungsi mental serta kognitif menjadi lebih baik.

Pegagan memiliki kemampuan dalam meregenerasi jaringan neuro otak yang mengalami nekrosis menjadikan pegagan banyak dipilih untuk mengatasi penyakit yang berhubungan dengan kemampuan daya ingat. Kandungan triterpenoid saponin (asiaticoside) yang terkandung di dalam pegagan diketahui melancarkan peredaran darah otak. Adanya senyawa triterpenoid dalam pegagan khususnya asiatic acid dan asiaticoside menjadi dasar berkembangnya herbal ini dalam mengatasi penyakit yang berhubungan dengan otak. Asiaticosida adalah senyawa biomarker dari tumbuhan pegagan (*Centella asiatica*) (Maruzzy dkk., 2020).

Pegagan termasuk tumbuhan yang aman karena memiliki efek samping dan toksisitas yang rendah (Sutardi, 2017), maka dari itu pegagan mempunyai prospek yang sangat besar untuk dimanfaatkan. Pemanfaatan pegagan sebagai *imuno candies* karena *candies* (permen) hampir disukai oleh semua kalangan masyarakat dari anak-anak

hingga orang dewasa sehingga diharapkan dengan memasukkan sari pegagan ke dalam *candies* manfaat pegagan dapat dinikmati oleh semua kalangan masyarakat, kecuali untuk penyakit tertentu seperti diabetes, karena dikhawatirkan bahan dasar *candies* yang mayoritas terdiri dari gula dapat mengganggu penyakit tersebut.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pembuatan permen sari herba pegagan dan membuat produk permen sari herba pegagan yang dapat dimanfaatkan sebagai *imuno candies* (permen yang dapat digunakan untuk menjaga kesehatan).

2. METODE PELAKSANAAN

Rancangan Pengabdian

Kegiatan ini dilakukan melalui beberapa tahap yaitu memberikan penyuluhan mengenai cara pembuatan permen sari herba pegagan lalu dilanjutkan dengan memberikan pelatihan pembuatan permen sari herba pegagan.

Subjek Pengabdian

Masyarakat Desa Sidomulyo, Kecamatan Biru-Biru, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

Instrumen

Untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta digunakan kuesioner. Untuk pelatihan pembuatan permen digunakan alat-alat pembuatan permen diantaranya panci, kompor, pengaduk, cawan penguap, penangas air, timbangan, kertas saring, pelumat (penghancur sayuran), cetakan permen, pembungkus permen.

Prosedur Pengumpulan Data

1. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan peserta dinilai menggunakan kuesioner. Kuesioner diberikan sebelum kegiatan dimulai dan setelah kegiatan pelatihan.

2. Penilaian Status Kesehatan

Pengaruh permen sari herba pegagan terhadap kesehatan dinilai menggunakan kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah mengkonsumsi permen sari herba pegagan.

Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis dengan cara memberikan nilai terhadap setiap jawaban dan presentasikan ke dalam bentuk persen.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengukuran tingkat pengetahuan terhadap pembuatan permen sari herba pegagan (*Centella asiatica*) dapat dilihat pada tabel 1 dan hasil rekapitulasi penilaian status kesehatan dapat dilihat pada tabel 2. Pada tabel 1, kuesioner 1 adalah kuesioner sebelum dilakukan kegiatan dan kuesioner 2 adalah kuesioner setelah dilakukan kegiatan. Sebelum dilakukan kegiatan tingkat pengetahuan masyarakat tentang pembuatan permen sari herba pegagan sebesar 61% dan setelah pelaksanaan kegiatan naik menjadi 96%, ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan sebesar 33%.

Sedangkan pada tabel 2, tabel penilaian status kesehatan diperoleh nilai 75% untuk kategori jarang sakit dan 25% untuk kategori sering sakit sebelum mengkonsumsi permen sari herba pegagan sedangkan setelah mengkonsumsi permen sari herba pegagan seluruh responden menjadi jarang sakit (100%), ini berarti ada peningkatan kesehatan sebesar 25%.

Peningkatan Kesehatan ini sesuai dengan disampaikan oleh Sutardi (2016) bahwa pegagan dapat digunakan untuk menjaga imunitas tubuh sehingga tubuh menjadi jarang sakit atau kesehatannya terjaga. Hasil pembuatan permen sari herba pegagan menghasilkan bentuk permen yang keras, transparan, berwarna hijau tua, berasa manis agak pahit.

Table 1. Data hasil pengukuran tingkat pengetahuan terhadap pembuatan permen sari herba pegagan (*Centella asiatica*)

Responden	Kuesioner 1		Kuesioner 2	
	Benar	Nilai (%)	Benar	Nilai (%)
1	6	60	10	100
2	7	70	10	100
3	7	70	10	100
4	1	10	8	80
5	6	60	9	90
6	6	60	10	100
7	7	70	9	90
8	8	80	9	90
9	6	60	9	90
10	4	40	10	100
11	7	70	10	100
12	8	80	8	80
13	2	20	9	90
14	7	70	10	100
15	8	80	9	90
16	8	80	10	100
Rata-rata	6.1	61	9.4	94

Table 2. Data Rekapitulasi Hasil Penilaian Status Kesehatan

Status Kesehatan	Kuesioner 1		Kuesioner 2		Selisih (%)
	Jumlah	Persen (%)	Jumlah	Persen (%)	
Jarang sakit	12	75	5	100	(+) 25
Sering sakit	4	25	0	0	(-) 25



Gambar 2. Permen sari herba pegagan

4. KESIMPULAN

Dari data kegiatan yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa pemberian informasi berupa penyuluhan dan pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan. Pada kegiatan ini diperoleh peningkatan pengetahuan sebesar 33% dan peningkatan Kesehatan sebesar 25% setelah mengkonsumsi permen sari herba pegagan.



Gambar 3. Pelatihan pembuatan permen sari herba pegagan

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada KEMENDIKBUD RISTEK DIKTI yang telah memberikan dana pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini untuk tahun anggaran dan tahun pelaksanaan 2022. Tidak lupa pula ucapan terima kasih disampaikan kepada Bapak Rektor Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah dan jajarannya atas dukungan dan bantuan dalam pelaksanaan kegiatan ini, serta kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

REFERENSI

- Herlina. (2010). Pengaruh Triterpen Total Pegagan (*Centella asiatica*(L)Urban) Terhadap Fungsi Kognitif Belajar dan Mengingat pada Mencit Jantan Albino(*Mus musculus*). *Jurnal Penelitian Sains*, 10(06), 21–24.
<https://jpsmipaunsri.files.wordpress.com/2010/11/0620-24-c-herlina-genap.pdf>
- Istitut Pertanian Bogor. (2018). Pegagan (*Centella asiatica*(L.) Urban). Dalam <https://pkht.ipb.ac.id/index.php/2018/03/23/pegagan-centella-asiatic-urban/>.
- Maruzy, A., Budiarti, M., & Subositi, D. (2020). Autentikasi *Centella asiatica* (L.) Urb. (Pegagan) dan Adulterannya Berdasarkan

- Karakter Makroskopis, Mikroskopis, dan Profil Kimia. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 19–30.
<https://doi.org/10.22435/jki.v10i1.1830>
- Muchtaromah, B., & Umami, L. R. (2016). *Prosiding Seminar Nasional from Basic Science to Comprehensive Education Makassar*.
- Nasution, J. D. H., & Aryawati, L. O. (2018). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Pendidikan Kesehatan Dengan Perilaku Sehat Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, Volume 06 Nomor 02 Tahun 2018, Hal. 453-458, 06(02), 453–458*.
<http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Pradono, J., & Sulistyowati, N. (2014). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan, Pengetahuan Tentang Kesehatan Lingkungan, Perilaku Hidup Sehat Dengan Status Kesehatan. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan, 17(1), 89–95*.
<https://media.neliti.com/media/publications/20885-ID-correlation-between-education-level-knowledge-of-environmental-health-healthy-be.pdf>
- UU Nomor 36 Tahun 2009-1, Presiden Republik Indonesia 1 (2009).
<https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/38778/uu-no-36-tahun-2009>
- Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan RI. (2014, Agustus 12). Orang Tua Kunci Utama Tumbuh Kembang Anak. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
<https://www.kemkes.go.id/article/view/201408120001/orang-tua-kunci-utama-tumbuh-kembang-anak.html>
- Sulistiana. (t.t.). *Hubungan Pendidikan-Kesehatan dengan Kemiskinan-S1 PWK UNEJ* Konten ini telah tayang di Kompasiana.com dengan judul “Hubungan Pendidikan-Kesehatan dengan Kemiskinan-S1 PWK UNEJ”, Diambil 7 November 2022, dari
<https://www.kompasiana.com/sulistiana06025/5dae8126097f36048c567d33/hubungan-pendidikan-kesehatan-dengan-kemiskinan-s1-pwk-unej>
- Sutardi, S. (2017). Kandungan Bahan Aktif Tanaman Pegagan dan Khasiatnya untuk Meningkatkan Sistem Imun Tubuh. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pertanian, 35(3), 121*.
<https://doi.org/10.21082/jp3.v35n3.2016.p121-130>