

EDUKASI KESEHATAN TENTANG MANFAAT TANAMAN HERBAL UNTUK PENYEMBUHAN LUKA PADA IBU PASCA BERSALIN

Health Education For The Elderly In Tibang Village, Syiah Kuala District, Banda Aceh City

Eva Rosdiana¹, Mutiawati², Rulia Meilina³, Fauziah Andika⁴, Finaul Asyura⁵, Febri Yusnanda⁶

^{1,2,3,4,5}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh, Indonesia

⁶Stikes Flora, Meda

email: evarosdiana@uui.ac.id

Abstrak

Masa nifas merupakan masa pemulihan pada ibu pasca persalinan. Masa nifas merupakan masa yang rentan karena organ reproduksi mengalami luka saat proses persalinan, sehingga dibutuhkan perawatan yang khusus agar luka persalinan dapat kembali pulih secara optimal. Salah satu perawatan luka pasca bersalin yang menjadi tradisi di Aceh adalah penggunaan obat herbal sebagai jamu yang dikonsumsi pada masa nifas. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah memberikan pengetahuan ke pada ibu nifas tentang pemanfaatan tanaman herbal untuk penyembuhan luka pada ibu pasca bersalin. Kegiatan ini di laksanakan pada tanggal 03 Desember 2025 dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang yang terdiri dari perangkat desa, kader posyandu, dan ibu nifas. Kegiatan pengabdian ini berjalan dengan sukses dan mendapatkan perhatian yang baik dari seluruh peserta sekaligus mendapatkan apresiasi dari perangkat desa. Kesimpulannya pelaksanaan edukasi kesehatan ini dapat memberikan tambahan pengetahuan ke pada peserta dan meningkatkan minat peserta untuk menggunakan bahan-bahan herbal sebagai obat tradisional untuk penyembuhan luka pasca persalinan.

Kata Kunci: Ibu Nifas, Tanaman Herbal

Abstract

The postpartum period is a critical phase of recovery for mothers following childbirth. During this period, the reproductive organs undergo trauma due to the delivery process, necessitating specialized care to ensure optimal healing. One traditional method of postpartum wound care practiced in Aceh is the use of herbal remedies, commonly consumed as traditional medicine during the postpartum period. This community service initiative aimed to enhance postpartum mothers' knowledge regarding the utilization of herbal plants for wound healing after childbirth. The activity was conducted on December 3, 2025, with a total of 30 participants, including village officials, community health post (Posyandu) cadres, and postpartum mothers. The program was successfully implemented, receiving positive engagement from all participants and formal recognition from village authorities. Based on the outcomes, this educational intervention contributed significantly to increasing participants' knowledge and interest in the use of herbal ingredients as traditional medicine for postpartum wound healing.

Keywords: Postpartum Mothers, Herbal Medicine, Wound Healing, Community Health

PENDAHULUAN

Masa postpartum merupakan periode pemulihan bagi ibu setelah proses persalinan, yang ditandai dengan kembalinya organ-organ reproduksi ke kondisi seperti sebelum kehamilan. Periode ini berlangsung sekitar 6 hingga 8 minggu. Selama masa ini, ibu akan mengalami berbagai perubahan baik secara fisik maupun psikologis. Tanpa pendampingan yang optimal dari keluarga maupun tenaga kesehatan, ibu berisiko mengalami komplikasi dalam masa pemulihan. Salah satu perubahan fisiologis yang utama adalah involusi uterus, yaitu penyusutan ukuran rahim yang sebelumnya membesar akibat kehamilan. Berat uterus dapat meningkat hingga 11 kali selama kehamilan, kemudian menyusut menjadi sekitar 500 gram satu minggu setelah melahirkan, 350 gram pada minggu kedua, dan kembali ke berat normal sekitar 50–60 gram pada minggu keenam (1).

Pada masa nifas, terdapat tiga fase penting, yaitu puerperium dini, puerperium intermedial, dan puerperium remote. Perubahan fisiologis yang terjadi mencakup sistem reproduksi, pencernaan, perkemihan, tanda-tanda vital, sistem kardiovaskular, dan muskuloskeletal. Secara psikologis, ibu akan melalui tiga tahapan adaptasi, yakni fase taking in, taking hold, dan letting go (2).

Masa nifas dianggap sebagai periode yang rentan karena organ reproduksi yang baru saja mengalami proses besar membutuhkan pemulihan optimal. Dalam budaya Jawa, tradisi mengonsumsi jamu saat masa nifas dipercaya mampu meningkatkan kesehatan ibu, memperlancar produksi ASI, serta lebih ekonomis dan mudah diakses dibandingkan dengan pengobatan modern (3). Jamu, sebagai bentuk pengobatan tradisional yang diwariskan oleh nenek moyang, dipandang lebih aman dibandingkan obat modern. Penggunaan

jamu banyak ditemui selama masa kehamilan, persalinan, dan terutama masa nifas. Alasan utama konsumsi jamu di masa ini adalah untuk membantu memperlancar produksi ASI, menjaga daya tahan tubuh, mencegah timbulnya penyakit, serta merawat kecantikan, khususnya organ reproduksi wanita (4).

Konsumsi herbal pada ibu menyusui kerap dikaitkan dengan peningkatan produksi ASI dan percepatan pemulihan stamina pasca persalinan. Beberapa tanaman herbal yang terbukti aman dan bermanfaat bagi ibu menyusui meliputi daun kacang panjang/lembayung, jantung pisang, daun katuk, sari kurma, daun pepaya, daun pare, biji klabet, dan jinten (5).

Di Provinsi Aceh, tradisi pemulihan pasca persalinan dengan herbal dikenal dengan istilah *Makjun*. *Makjun* adalah campuran berbagai bahan herbal seperti ketumbar (*Coriandrum sativum*), sijaloh (*Salix babylonica*), daun capa (*Blumea balsamifera*), kunyit (*Curcuma longa*), kunyit cina (*Curcuma xanthorrhiza*), kunyit molay (*Zingiber cassumunar*), jahe (*Zingiber officinale*), bawang putih (*Allium sativum*), cabe jawa (*Piper retrofractum*), pala (*Myristica fragrans*), kulit kecapi (*Sandoricum koetjape*), daun tutup bumi (*Elephantopus scaber*), manjakani (*Quercus infectoria*), ginseng jawa (*Talinum fruticosum*), lengkuas (*Alpinia purpurata*), serta bahan tambahan seperti pujabu, ragi, dan gula aren. Semua bahan tersebut diolah menjadi simplisia, dikeringkan, lalu digiling hingga menjadi serbuk halus (6).

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan beberapa tahapan. Tahap awal yang dilakukan adalah melaksanakan survey awal ke desa tibang untuk mengetahui permasalahan yang ada. Kemudian setelah melakukan survey

awal mengadakan FGD dengan perangkat desa dan memutuskan untuk melaksanakan edukasi tentang kesehatan lansia dan pentingnya pemantauan kesehatan pada lansia. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan pada hari Selasa tanggal 03 Desember 2025 yang dihadiri oleh perwakilan perangkat desa, kader posyandu, dan ibu nifas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema “Edukasi Kesehatan Tentang Manfaat Tanaman Herbal untuk Mengobati Luka Pada Ibu Pasca Bersalin” ini telah berhasil dan sukses dilaksanakan. Kegiatan ini telah dilaksanakan di Aula Kantor Keuchik Desa Klieng Meuria pada hari Kamis tanggal 10 Oktober 2024 pukul 09.00 wib s/d selesai. Kegiatan ini dihadiri oleh perangkat desa, bidan desa, kader posyandu, lansia dan keluarga (pendamping) yang berjumlah kurang lebih 30 peserta.

Pelaksanaan kegiatan ini telah sukses mencuri perhatian para peserta yang hadir tentang kegunaan tanaman herbal dalam mengobati pasca bersalin. Pasalnya tanaman herbal yang digunakan untuk pengobatan luka pasca bersalin merupakan tanaman herbal yang sering dijumpai dan mudah didapatkan di lingkungan tempat tinggal masyarakat. Tanaman herbal yang disosialisasikan ke masyarakat adalah kunyit, jahe merah, daun adas wangi, daun sembung, jintan hitam dan curcuma. Ke enam jenis tanaman herbal ini sangat mudah dijumpai bahkan sebagian tumbuh secara liar di lingkungan masyarakat.

Dalam kegiatan pengabdian ini tim memperkenalkan ke pada masyarakat tentang kandungan-kandungan yang terdapat dalam kunyit, jahe merah, daun adas wangi, daun sembung, jintan hitam dan curcuma. Serta manfaat dari masing-masing jenis tanaman tersebut untuk pengobatan luka pasca bersalin.

Dalam kegiatan ini juga tim mensosialisasikan ke pada para peserta tentang pengolahan ke 6 jenis tanaman tadi dalam bentuk teh seduh sehingga lebih praktis di simpan dan diminum selama pasca bersalin.

Antusiasme peserta khususnya para ibu nifas sangat terlihat jelas ketika mereka mengikuti kegiatan ini dari awal sampai akhir dan menyimak materi yang disampaikan. Beberapa peserta dan kader juga aktif memberikan pertanyaan ke pada pemateri. Perangkat desa menyatakan apresiasinya terhadap kegiatan yang dilakukan oleh tim pelaksana dan berharap ke depan akan semakin banyak lagi Kerjasama di bidang tri dharma yang dapat dilakukan antara tim pelaksana dan desa Klieng Meuria yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat. Melalui kegiatan ini masyarakat desa Klieng Meuria khususnya para peserta memiliki peningkatan pengetahuan tentang manfaat tanaman herbal untuk pengobatan luka pasca bersalin.

Hal ini terbukti dari hasil pengisian kuesioner yang dilakukan sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan yang menunjukkan bahwa 40% peserta sebelum diberikan sosialisasi tidak tahu bahwa jenis tanaman herbal tersebut dapat digunakan sebagai obat pasca bersalin. Selama ini yang mereka tahu hanyalah kunyit yang bermanfaat untuk penyembuhan luka karena mereka sendiri mengkonsumsi olahan kunyit selama masa nifas. Namun setelah diberikan sosialisasi 100% peserta mengetahui bahwa ke 6 jenis tanaman herbal tersebut ternyata dapat diolah menjadi obat untuk penyembuhan luka dan bahkan dapat diolah dalam bentuk teh herbal.

Berikut adalah foto kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh tim pelaksana di kantor geuchik desa Klieng Meuria Kecamatan Baitussalam :



Gambar 1. Pemberian Materi Tentang Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Pengobatan Luka Pasca Bersalin



Gambar 2. Foto Bersama para peserta

KESIMPULAN

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah masyarakat Klieng Meuria memiliki peningkatan pengetahuan tentang jenis-jenis tanaman herbal yang sebenarnya ada dan mudah

dijumpai di lingkungan masyarakat ternyata dapat digunakan sebagai obat untuk penyembuhan luka pasca bersalin. Masyarakat sangat antusias mengikuti kegiatan yang dilakukan yaitu sosialisasi tentang jenis tanaman herbal serta

manfaat masing-masing tanaman tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat di Desa Klieng Meuria sehingga kegiatan dan artikel ini dapat diselesaikan dengan baik.

Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada:

1. Perangkat Desa Klieng Meuria yang telah memberikan izin dan dukungan penuh selama pelaksanaan kegiatan.
2. Kader Posyandu dan Bidan Desa, yang berperan aktif dalam mendampingi pelaksanaan sosialisasi.
3. Mahasiswa Universitas Ubudiyah Indonesia (UII) yang telah berpartisipasi sebagai tim pelaksana dalam mendukung keberhasilan kegiatan ini.
4. Seluruh warga Desa Klieng Meuria yang dengan antusias berpartisipasi dalam kegiatan pemantauan kesehatan lansia.

Semoga kerja sama dan dukungan yang diberikan dapat memberikan manfaat berkelanjutan bagi masyarakat Desa Klieng Meuria serta menjadi awal dari program-program serupa di masa mendatang.

REFERENSI

1. Danur Jayanti N, Indah Mayasari S. Asuhan Komplementer Tatalaksana Afterpain pada Ibu Postpartum : Literature Review. Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan. 2022 May 31;5(1):22–8.
2. Website A, Pengetahuan Dan Budaya Terhadap Perawatan Masa Nifas Pasca Persalinan Normal Dan Sectio Caesarea Di Wilayah Kerja Puskesmas Danau Indah Lina Kurnia P, Galaupa R, Studi Sarjana

Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta P. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. Vol. 8, Jurnal Keperawatan Muhammadiyah.

3. Prastiwi RS. Pengobatan Tradisional (Jamu) Dalam Perawatan Kesehatan Ibu Nifas Dan Menyusui Di Kabupaten Tegal. Vol. 7, Jurnal SIKLUS. 2018.
4. Kesehatan K, Kesehatan P, Kebidanan SJ. Kebiasaan Konsumsi Jamu Untuk Menjaga Kesehatan Tubuh Pada Saat Hamil Dan Setelah Melahirkan Di Desa Kajoran Klaten Selatan Paryono, Ari Kurniarum.
5. Kesehatan J, Keperawatan dan, Penggunaan Herbal pada Ibu Menyusui di Kelurahan Karangklesem Purwokerto Selatan Purwokerto Sumarni P, Tinggi Kesehatan Muhammadiyah Gombong S, Anasari T, Tinggi Kesehatan Bina Cipta Husada S. VIVA MEDIKA [Internet]. Vol. 12, Viva Medika | VOLUME. Available from: <http://ejournal.uhb.ac.id/index.php/VM/issue/archive>
6. Zumaider Z, Saudah S, Rasnovi S, Harnelly E. Tumbuhan Sebagai Obat Tradisional Pasca Melahirkan Oleh Suku Aceh Di Kabupaten Pidie. Al-Kauniyah: Jurnal Biologi. 2019 Oct 31;12(2):157–63.
7. Puspita IM, Ma'rifah U, Nadhiroh AM, Taufiqoh S. Asuhan Kebidanan Nifas [Internet]. Rena Cipta Mandiri; 2022. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=H4SfEAAAQBAJ>
8. Suryatim Pratiwi Y, Handayani S. Pemanfaatan Herbal Dalam Penyembuhan Luka Perineum. Vol. 8, Jurnal Kesehatan Qamarul Huda. 2020.