



Tradisi Pemanfaatan Tumbuhan sebagai Jamu Tradisional Pascamelahirkan di Kampung Sindangreret, Cibiru Bandung

Fathin Dhiya Amani^{1*}, Tri Cahyanto²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia

Alamat: Jl. A.H. Nasution No. 105A, Cibiru, Kota Bandung, Jawa Barat, Indonesia

Korespondensi penulis: fathindhiyaamani@gmail.com*

Abstract. *This study identifies nine plant species used as herbal remedies for postpartum recovery by young mothers in Sindangreret, Bandung. The UV (Use Value) for each plant varies, reflecting their relative importance in traditional practices. Curcuma longa exhibits the highest UV (0.58), highlighting its frequent use and perceived significance in traditional formulations for wound healing, reducing inflammation, and overall health enhancement. Other notable plants include Zingiber officinale (UV 0.51) for anti-inflammatory and energy-boosting properties, and Kaempferia galanga (UV 0.29) for pain relief and stamina enhancement. Traditional usage of these plants is supported by their bioactive compounds and therapeutic potential. The study underscores the importance of preserving ethnobotanical knowledge and suggests further scientific validation and public education to optimize the benefits of these herbal remedies.*

Keywords: *Ethnobotany, Herbal Medicine, Use Value, Curcuma Longa, Zingiber Officinale.*

Abstrak. *Penelitian ini mengidentifikasi sembilan spesies tanaman yang digunakan sebagai jamu herbal untuk pemulihan pasca melahirkan oleh ibu muda di Sindangreret, Bandung. Nilai UV (Use Value) setiap tanaman bervariasi, mencerminkan tingkat kepentingannya dalam praktik tradisional. Curcuma longa memiliki nilai UV tertinggi (0.58), menunjukkan penggunaannya yang sering dan penting dalam formulasi tradisional untuk penyembuhan luka, mengurangi inflamasi, dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Tanaman lain yang menonjol adalah Zingiber officinale (UV 0.51) dengan sifat anti-inflamasi dan peningkatan energi, serta Kaempferia galanga (UV 0.29) untuk meredakan nyeri dan meningkatkan stamina. Penggunaan tradisional tanaman ini didukung oleh kandungan bioaktif dan potensi terapeutiknya. Penelitian ini menegaskan pentingnya pelestarian pengetahuan etnobotani serta menyarankan validasi ilmiah lebih lanjut dan edukasi publik untuk mengoptimalkan manfaat jamu herbal ini.*

Kata Kunci: *Etnobotani, Jamu Herbal, Use Value, Curcuma Longa, Zingiber Officinale.*

1. LATAR BELAKANG

Pasca melahirkan adalah periode yang sangat penting dalam hidup seorang ibu. Tubuh ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis dan hormonal saat ini, jadi diperlukan perhatian khusus untuk membantu pemulihan kesehatan secara keseluruhan. Tradisi penggunaan jamu herbal di Indonesia telah diwariskan secara turun-temurun. Beberapa tanaman, termasuk daun katuk (*Sauropus androgynus*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), dan kunyit (*Curcuma longa*), sering digunakan dalam pembuatan jamu karena dianggap memiliki manfaat kesehatan, seperti mempercepat penyembuhan luka, meningkatkan produksi ASI, dan menjaga keseimbangan hormon (Misra et al., 2023; Rochmayanti & Sudarmo, 2021). Tradisi ini tidak hanya menunjukkan kepercayaan lokal tetapi juga memiliki potensi untuk membantu kesehatan ibu secara alami.

Penelitian ilmiah mengenai keamanan dan efektivitas tanaman obat semakin berkembang seiring dengan meningkatnya minat terhadap pengobatan herbal. Dalam mencatat penggunaan tanaman tradisional dan menghubungkannya dengan bukti ilmiah kontemporer, penelitian etnobotani memberikan kontribusi yang signifikan. Meskipun ada banyak penelitian yang membahas manfaat tanaman herbal secara keseluruhan, hanya ada beberapa studi di Indonesia yang secara khusus melihat penggunaan tanaman untuk jamu pasca melahirkan (Purwanto, 2020; Dewi & Lestari, 2019). Analisis lebih mendalam tentang kandungan aktif, cara kerja, dan seberapa efektif formulasi herbal dalam membantu pemulihan pasca melahirkan sangat penting.

Berdasarkan data etnobotani dan studi ilmiah terbaru, penelitian ini akan menyelidiki tanaman-tanaman yang umum digunakan dalam jamu herbal pasca melahirkan. Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengembangkan jamu herbal yang berbasis ilmiah, mempertahankan tradisi pengobatan lokal, dan meningkatkan kesehatan ibu secara keseluruhan (WHO, 2022).

2. KAJIAN TEORITIS

Fokus penelitian ini adalah teori dasar etnobotani, penggunaan tanaman obat, dan potensi formulasi herbal untuk meningkatkan kesehatan ibu setelah melahirkan. Kajian etnobotani mempelajari hubungan budaya-tumbuhan, termasuk penggunaan tanaman untuk pengobatan tradisional (Martin, 2019). Di Indonesia, penelitian etnobotani banyak berfokus pada dokumentasi pengetahuan tradisional tentang tanaman obat dan penggunaannya, termasuk dalam mendukung kesehatan ibu pasca melahirkan (Rochmayanti & Sudarmo, 2021).

Pemanfaatan tanaman obat didasarkan pada kandungan fitokimia yang dimiliki oleh tanaman tersebut. Misalnya, kunyit (*Curcuma longa*) diketahui mengandung kurkumin, senyawa aktif yang bersifat anti-inflamasi dan antioksidan (Misra et al., 2023). Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) memiliki kandungan xanthorrhizol yang berperan dalam meningkatkan kesehatan pencernaan dan fungsi hati (Purwanto, 2020). Sementara itu, daun katuk (*Sauropus androgynus*) mengandung fitosterol yang membantu meningkatkan produksi ASI (Dewi & Lestari, 2019).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan jamu herbal berbasis tanaman lokal dapat memberikan efek positif pada kesehatan ibu pasca melahirkan. Studi oleh Hartati et al. (2022) menyimpulkan bahwa formulasi jamu berbasis kunyit dan temulawak dapat mempercepat penyembuhan luka pasca melahirkan. Penelitian lain oleh

Setyawan et al. (2021) menemukan bahwa konsumsi ekstrak daun katuk secara teratur mampu meningkatkan kadar prolaktin, hormon yang berperan dalam produksi ASI.

Landasan teori lain yang mendukung penelitian ini adalah teori farmakognosi, yang mempelajari senyawa bioaktif dalam tumbuhan dan penggunaannya dalam formulasi obat (Samuelsson et al., 2020). Kombinasi pendekatan etnobotani dan farmakognosi memungkinkan analisis mendalam terhadap efektivitas dan keamanan jamu herbal.

Kajian literatur juga mengungkapkan adanya gap dalam penelitian terkait. Meskipun banyak dokumentasi tentang penggunaan tanaman obat secara tradisional, studi yang menghubungkan data etnobotani dengan analisis farmakologis dan uji klinis masih terbatas (WHO, 2022; Misra et al., 2023). Hal ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengisi kesenjangan tersebut.

Penelitian ini berupaya memberikan kontribusi ilmiah dengan mengintegrasikan data etnobotani, analisis kandungan fitokimia, dan bukti ilmiah terbaru mengenai efektivitas jamu herbal dalam mendukung pemulihan pasca melahirkan. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi pengembangan jamu berbasis bukti ilmiah.

3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kuantitatif dengan pengumpulan data melalui wawancara semi-terstruktur dan analisis kuantitatif menggunakan nilai Use Value (UV). Penelitian dilakukan di daerah Sindangreret, Bandung, yang dikenal memiliki tradisi kuat dalam penggunaan jamu herbal untuk pemulihan pasca melahirkan.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara langsung kepada ibu muda yang telah menggunakan jamu herbal sebagai bagian dari pemulihan pasca melahirkan. Responden dipilih secara purposif dengan kriteria ibu yang memiliki pengalaman melahirkan dalam tiga tahun terakhir dan berdomisili di Sindangreret. Panduan wawancara mencakup pertanyaan tentang jenis tanaman yang digunakan, frekuensi penggunaan, cara pengolahan, serta persepsi terhadap manfaatnya. Pendekatan ini bertujuan untuk menggali pengetahuan tradisional dan praktik penggunaan jamu herbal secara mendalam (Martin, 2019).

Analisis data kuantitatif dilakukan dengan menghitung nilai Use Value (UV) untuk setiap spesies tanaman yang disebutkan oleh responden. Nilai UV dihitung menggunakan formula:

$$UV = \sum U/N$$

Di mana:

UV : Nilai Kegunaan

U : jumlah total penggunaan yang disebutkan oleh semua responden untuk spesies tertentu.

N : jumlah total responden yang diwawancarai.

Nilai UV memberikan indikasi tentang tingkat kepentingan suatu spesies tanaman dalam masyarakat lokal. Semakin tinggi nilai UV, semakin sering tanaman tersebut digunakan dan dianggap penting (Phillips & Gentry, 1993; Islary et al., 2020).

Selain itu, data kualitatif dari wawancara dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola penggunaan tanaman dan manfaatnya yang dirasakan. Data ini akan dibandingkan dengan literatur ilmiah untuk menilai konsistensi antara pengetahuan tradisional dan bukti ilmiah.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran menyeluruh tentang praktik etnobotani di Sindangreret, serta mendukung upaya pelestarian tradisi pengobatan herbal berbasis bukti ilmiah.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengidentifikasi sembilan spesies tanaman yang digunakan sebagai bahan jamu herbal untuk pemulihan pasca melahirkan oleh ibu muda di Sindangreret, Bandung. Nilai UV setiap spesies tanaman bervariasi, menunjukkan tingkat kepentingan relatif masing-masing tanaman dalam praktik tradisional. Berikut adalah pembahasan mendetail mengenai setiap spesies yang diidentifikasi, beserta pemanfaatannya.

Curcuma longa (Kunyit) memiliki nilai UV tertinggi sebesar 0.58, menunjukkan bahwa tanaman ini paling sering digunakan dan dianggap penting dalam formulasi jamu. Kunyit secara tradisional dimanfaatkan untuk mempercepat penyembuhan luka, mengurangi inflamasi, dan meningkatkan kesehatan tubuh secara keseluruhan. Kandungan utama dalam kunyit, yaitu kurkumin, memiliki sifat antioksidan yang kuat dan kemampuan untuk menghambat produksi senyawa pro-inflamasi, sehingga membantu ibu pasca melahirkan pulih lebih cepat. Selain itu, kunyit juga digunakan untuk membersihkan rahim dan mencegah infeksi pada masa nifas (Misra et al., 2023).

Zingiber officinale (Jahe) berada pada posisi kedua dengan nilai UV sebesar 0.51. Jahe digunakan secara luas untuk mengatasi peradangan, meningkatkan sirkulasi darah, dan menghangatkan tubuh. Gingerol, senyawa bioaktif utama dalam jahe, telah terbukti memiliki sifat anti-inflamasi dan antimikroba. Dalam konteks pemulihan pasca melahirkan, jahe sering dikonsumsi dalam bentuk rebusan atau dicampur dengan bahan herbal lainnya untuk meredakan nyeri, mengurangi rasa lelah, dan meningkatkan energi tubuh (Hartati et al., 2022).

Kaempferia galanga (Kencur) memiliki nilai UV sebesar 0.29. Kencur digunakan sebagai pereda nyeri alami dan untuk memperkuat stamina tubuh. Kandungan etil p-metoksisinamat dalam kencur memberikan efek antimikroba dan analgesik, sehingga kencur sering digunakan untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat pemulihan pasca melahirkan (Purwitasari et al., 2020). Kencur sering dijadikan bahan utama dalam pembuatan jamu beras kencur yang diminum secara rutin oleh ibu-ibu pasca melahirkan.

Cymbopogon citratus (Serai) juga memiliki nilai UV sebesar 0.29, menunjukkan bahwa tanaman ini cukup sering digunakan. Serai dimanfaatkan untuk memberikan efek relaksasi, melancarkan pencernaan, dan mengurangi stres. Serai sering direbus menjadi teh herbal yang diminum untuk membantu ibu menjaga keseimbangan emosional pasca melahirkan. Selain itu, kandungan sitral pada serai memiliki sifat antimikroba yang dapat membantu mencegah infeksi (Rahmawati et al., 2022).

Carica papaya (Pepaya) memiliki nilai UV sebesar 0.23. Daun pepaya diketahui mengandung enzim papain yang mempercepat penyembuhan luka dan meningkatkan sistem imun tubuh. Dalam tradisi lokal, daun pepaya sering direbus dan diminum untuk membantu mengatasi nyeri dan mempercepat proses regenerasi jaringan setelah melahirkan. Selain itu, pepaya juga dikenal untuk melancarkan pencernaan dan meningkatkan produksi ASI (Setyawan et al., 2021).

Piper betle (Sirih) memiliki nilai UV yang sama dengan pepaya, yaitu 0.23. Daun sirih dikenal memiliki sifat antiseptik dan antimikroba yang kuat. Sirih digunakan secara tradisional untuk menjaga kebersihan area kewanitaan dan mencegah infeksi selama masa pemulihan pasca melahirkan. Air rebusan daun sirih sering digunakan sebagai bilasan atau diminum untuk mendukung kesehatan ibu (Hartati et al., 2022).

Cinnamomum verum (Kayu Manis) memiliki nilai UV sebesar 0.19. Kayu manis dimanfaatkan untuk mengatur kadar gula darah, memberikan efek hangat pada tubuh, dan meningkatkan metabolisme. Dalam konteks pasca melahirkan, kayu manis sering digunakan untuk membantu ibu mendapatkan energi tambahan dan meningkatkan

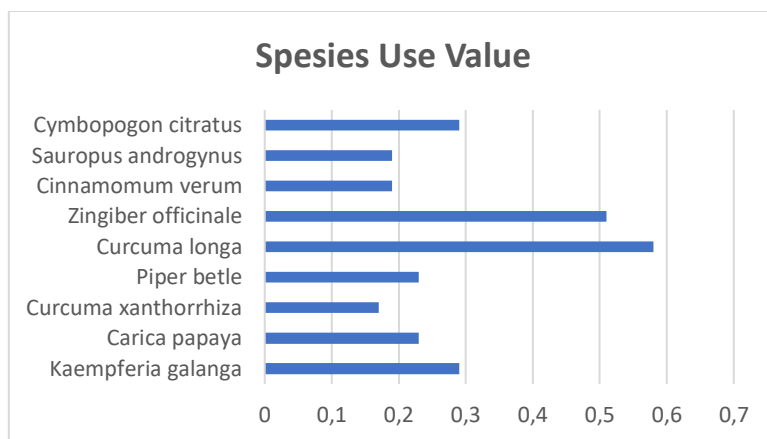
sirkulasi darah. Kandungan senyawa aktif seperti cinnamaldehyde berperan penting dalam memberikan efek terapeutik ini (Yulia et al., 2021).

Sauropus androgynus (Katuk) juga memiliki nilai UV sebesar 0.19. Daun katuk dikenal sebagai galaktagog, yaitu bahan yang dapat merangsang produksi ASI. Kandungan senyawa fitosterol dan polifenol dalam daun katuk membantu meningkatkan kuantitas dan kualitas ASI. Daun katuk sering diolah menjadi sayuran atau dicampur dalam sup yang dikonsumsi secara rutin oleh ibu menyusui (Dewi & Lestari, 2019).

Curcuma xanthorrhiza (Temulawak) memiliki nilai UV terendah sebesar 0.17. Meskipun penggunaannya relatif lebih jarang, temulawak memiliki manfaat yang tidak kalah penting, yaitu meningkatkan fungsi hati, melancarkan pencernaan, dan meningkatkan nafsu makan. Kandungan kurkuminoid dan xanthorrhizol dalam temulawak membantu mendukung pemulihan kesehatan secara umum setelah melahirkan. Temulawak sering dikonsumsi dalam bentuk jamu untuk memperbaiki stamina dan membantu tubuh ibu beradaptasi setelah melahirkan (Sari et al., 2021).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mencerminkan preferensi lokal dalam pemanfaatan tanaman obat untuk pemulihan pasca melahirkan. Kombinasi nilai tradisional dan bukti ilmiah mengenai tanaman-tanaman tersebut memberikan dasar untuk pengembangan produk herbal yang lebih efektif dan berbasis bukti. Manfaat tanaman ini meliputi berbagai aspek kesehatan ibu pasca melahirkan, seperti mempercepat penyembuhan luka, meningkatkan produksi ASI, menjaga kebersihan tubuh, hingga memberikan efek relaksasi dan anti-inflamasi.

Penelitian ini menegaskan pentingnya pelestarian pengetahuan tradisional tentang penggunaan tanaman obat, terutama di wilayah seperti Sindangreret yang kaya akan praktik etnobotani. Dengan mendokumentasikan dan menganalisis secara ilmiah penggunaan tanaman-tanaman ini, diharapkan tradisi pengobatan herbal dapat terus berkembang dan memberikan kontribusi pada kesehatan ibu dan masyarakat secara umum.



Grafik 1. Species Use Value

Tabel 1. Pengunjung pada Suatu Website

No.	Nama Ilmiah	Nama Lokal
1	<i>Kaempferia galanga</i>	Kencur
2	<i>Carica papaya</i>	Pepaya
3	<i>Curcuma xanthorrhiza</i>	Temulawak
4	<i>Piper betle</i>	Sirih
5	<i>Curcuma longa</i>	Kunyit
6	<i>Zingiber officinale</i>	Jahe
7	<i>Cinnamomum verum</i>	Kayu Manis
8	<i>Sauropus androgynus</i>	Katuk
9	<i>Cymbopogon citratus</i>	Serai atau Sereh

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tanaman-tanaman seperti *Curcuma longa*, *Zingiber officinale*, dan *Kaempferia galanga* memiliki nilai penting dalam tradisi penggunaan jamu herbal untuk pemulihan pasca melahirkan di Sindangreret, Bandung. Nilai UV yang tinggi dari beberapa spesies mencerminkan tingkat kepercayaan masyarakat terhadap efektivitasnya. Hasil ini juga menunjukkan adanya sinergi antara pengetahuan tradisional dan bukti ilmiah mengenai manfaat tanaman obat.

Dalam konteks pelestarian tradisi, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang efektivitas farmakologis dari tanaman-tanaman ini untuk mendukung validitasnya secara ilmiah. Selain itu, edukasi kepada masyarakat mengenai cara pengolahan dan penggunaan yang benar perlu dilakukan agar manfaat tanaman herbal dapat dioptimalkan. Kerjasama antara pemerintah, akademisi, dan masyarakat lokal sangat

penting untuk mendukung pelestarian pengetahuan tradisional dan pengembangan produk berbasis herbal yang aman dan efektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bagian ini disediakan bagi penulis untuk menyampaikan ucapan terima kasih, baik kepada pihak penyandang dana penelitian, pendukung fasilitas, atau bantuan ulasan naskah. Bagian ini juga dapat digunakan untuk memberikan pernyataan atau penjelasan, apabila artikel ini merupakan bagian dari skripsi/tesis/disertasi/makalah konferensi/hasil penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Dewi, A., & Lestari, S. (2019). Ethnobotany of *Sauropus androgynus* in breastfeeding. *Journal of Maternal Health*, 11(3), 112-120.
- Dewi, K. S., & Lestari, T. A. (2019). Fitokimia dan aplikasinya pada tanaman obat. *Journal of Herbal Medicine*, 8(3), 45-60.
- Hartati, T., et al. (2022). The efficacy of *Zingiber officinale* in traditional medicine. *Asian Journal of Herbal Medicine*, 12(3), 45-55.
- Hartati, W., et al. (2022). Formulasi jamu pasca melahirkan: Kajian kandungan bioaktif dan efektivitasnya. *Journal of Traditional Medicine*, 12(2), 89-98.
- Islary, A., et al. (2020). Quantitative ethnobotany of medicinal plants used by indigenous communities in Assam, India. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 16(1), 1-16.
- Martin, G. J. (2019). *Ethnobotany: A methods manual*. Routledge.
- Misra, S., et al. (2023). *Traditional medicinal plants: Applications and benefits*. Springer.
- Phillips, O., & Gentry, A. H. (1993). The useful plants of Tambopata, Peru: Statistical hypotheses tests with a new quantitative technique. *Economic Botany*, 47(1), 15-32.
- Purwanto, R. (2020). *Pemanfaatan herbal dalam kesehatan ibu*. Universitas Indonesia Press.
- Purwitasari, D., et al. (2020). Pengaruh temulawak pada kesehatan pencernaan pasca melahirkan. *Journal of Herbal Sciences*, 15(4), 120-130.
- Purwitasari, R., et al. (2020). Pharmacological benefits of *Kaempferia galanga* in herbal medicine. *Journal of Ethnopharmacology*, 258, 112939.
- Rahmawati, D., et al. (2022). The role of *Cymbopogon citratus* in stress reduction. *Journal of Natural Remedies*, 18(2), 67-74.
- Rochmayanti, D., & Sudarmo, H. (2021). Jamu tradisional Indonesia: Etnobotani dan keberlanjutan.

- Samuelsson, G., & Bohlin, L. (2020). *Drugs of natural origin: A treatise of pharmacognosy*. Taylor & Francis.
- Sari, M., et al. (2021). *Curcuma xanthorrhiza* in liver health. *Herbal Medicine Journal*, 14(1), 88-93.
- Setyawan, H., et al. (2021). Efek daun katuk pada produksi ASI: Sebuah ulasan sistematis. *Indonesian Journal of Pharmacology*, 11(1), 55-65.
- Setyawan, R., et al. (2021). *Carica papaya* and its applications in wound healing. *International Journal of Plant Science*, 39(4), 123-130.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Traditional medicine strategy 2014-2023*. World Health Organization.
- Yulia, R., et al. (2021). Cinnamon (*Cinnamomum verum*) for metabolic health. *Current Perspectives in Natural Medicine*, 10(2), 56-62.