



## **STUDI ETNOFARMAKOLOGI PEMANFAATAN TUMBUHAN OBAT OLEH MASYARAKAT DESA MENAWAN, KABUPATEN KUDUS**

Salmanera Senja Lopiani<sup>1</sup>, Putri Ayu Lestari<sup>1</sup>, Anik Nafisah Maulida<sup>1</sup>, Adieba Warda  
Hayya<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Kudus, Kudus, Jawa Tengah

\*Email Korespondensi: [adiebawarda@iainkudus.ac.id](mailto:adiebawarda@iainkudus.ac.id)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini merupakan studi etnofarmakologi yang mengkaji pemanfaatan tumbuhan obat oleh masyarakat Desa Menawan, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah. Dengan metode survei eksploratif melalui kuesioner dan wawancara semi-terstruktur terhadap 15 informan lokal, ditemukan 12 jenis tumbuhan obat yang secara tradisional digunakan untuk mengatasi gangguan kesehatan seperti demam, gangguan pencernaan, batuk, dan kelelahan. Tumbuhan ini umumnya dibudidayakan di pekarangan rumah dan diolah secara tradisional melalui perebusan, penumbukan, atau perendaman. Pengetahuan tentang tumbuhan obat diwariskan secara lisan dari generasi ke generasi, sehingga rentan hilang akibat modernisasi. Penelitian ini menekankan pentingnya pelestarian dan dokumentasi pengetahuan pengobatan tradisional sebagai warisan budaya sekaligus dasar ilmiah untuk pengembangan obat herbal lokal.

**Kata Kunci:** *Tumbuhan obat, etnofarmakologi, pengetahuan tradisional*

### **ABSTRACT**

This ethnopharmacological study investigates the use of medicinal plants by the community in Menawan Village, Kudus Regency, Central Java. Using an exploratory survey method involving questionnaires and semi-structured interviews with 15 local informants, the research identified 12 plant species traditionally used to treat ailments such as fever, indigestion, cough, and fatigue. These plants are commonly cultivated in home gardens and processed through traditional methods like boiling, pounding, or infusing. The knowledge of plant use is primarily transmitted orally through generations, making it vulnerable to loss amidst modernization. The study highlights the importance of preserving and documenting traditional medicinal knowledge, not only as cultural heritage but also as a scientific basis for the development of local herbal remedies.

**Keywords:** *Medicinal plants, ethnopharmacology, traditional knowledge*

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara megabiodiversitas dengan kekayaan hayati yang sangat tinggi, menempati posisi kedua setelah Brasil dalam hal keanekaragaman spesies tumbuhan (Von Rintelen, Hausdorf, & Rintelen, 2017). Berdasarkan data Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN), Indonesia memiliki lebih dari 30.000 spesies tumbuhan, di mana sekitar 9.600 di antaranya diketahui memiliki khasiat sebagai tumbuhan obat ((BRIN), 2021). Namun demikian, baru sekitar 300 spesies yang dimanfaatkan secara ilmiah sebagai bahan dasar pembuatan obat herbal terstandar dan fitofarmaka ((BRIN), 2021). Hal ini menunjukkan bahwa potensi tumbuhan obat di Indonesia masih sangat besar namun belum tergali secara optimal.

Kementerian Kesehatan dan Kementerian Pertanian juga mencatat bahwa sekitar 80% dari 28.000 spesies tumbuhan di Indonesia berpotensi sebagai tanaman obat. Namun, hanya 65 jenis yang telah ditetapkan sebagai komoditas unggulan nasional, termasuk 14 dari golongan rimpang seperti jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa*), dan temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) (Kemenkes, 2020). Masyarakat Indonesia telah lama memanfaatkan lebih dari 30.000 ramuan tradisional berbasis tanaman obat, meskipun hanya sebagian kecil yang telah dikembangkan menjadi produk fitofarmaka (Siregar, Nugroho, & Hidayat, 2023). *World Health Organization* (WHO) memperkuat urgensi pelestarian pengobatan tradisional ini dengan menyatakan bahwa lebih dari 80% populasi dunia masih mengandalkan pengobatan tradisional sebagai bagian dari sistem pelayanan kesehatan utama (WHO, 2013).

Pemanfaatan tumbuhan obat di Indonesia mencakup berbagai bentuk, mulai dari jamu yang dikonsumsi secara oral, ramuan oles, hingga terapi mandiri untuk mengatasi berbagai gangguan kesehatan (Amin, Sari, & Putri, 2024). Jamu, sebagai bentuk pengobatan tradisional yang telah mengakar dalam budaya masyarakat, sering digunakan untuk mengatasi penyakit seperti demam, batuk, gangguan pencernaan, dan malaria (Suswardani, Rahmawati, & Wibowo, 2017). Studi terbaru menunjukkan bahwa sekitar 30% masyarakat Indonesia menggunakan obat tradisional dalam lima tahun terakhir karena efektivitas, biaya yang lebih terjangkau, ketersediaan, dan keyakinan terhadap keamanan serta minimnya efek samping (Sari, Putra, & Wulandari, 2025).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus (2023), sekitar 42% penduduk di wilayah pedesaan Kudus masih memanfaatkan pengobatan tradisional secara mandiri di rumah. Namun, pengetahuan ini bersifat lisan dan diwariskan secara turun-temurun, sehingga sangat rentan mengalami kepunahan seiring perubahan sosial, budaya, serta minimnya dokumentasi tertulis yang sistematis. Selain itu, perubahan pola hidup masyarakat desa yang semakin terpapar gaya hidup modern dan konsumtif juga menyebabkan berkurangnya minat generasi muda dalam mempelajari dan melestarikan kearifan lokal terkait tumbuhan obat (Arianto, 2024). Hal ini menjadi tantangan tersendiri dalam upaya pelestarian dan pengembangan potensi tanaman obat di daerah

Desa Menawan, yang terletak di Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah, merupakan daerah pedesaan yang masih mempertahankan pengetahuan tradisional dalam pemanfaatan tumbuhan obat. Berdasarkan hasil survei pendahuluan dan wawancara awal pada 27 April 2025, beberapa masyarakat di desa ini masih menggunakan berbagai jenis tumbuhan seperti jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa*), sambiloto (*Andrographis paniculata*), dan temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) untuk mengobati gangguan kesehatan ringan hingga menengah seperti masuk angin, demam, batuk, serta gangguan pencernaan.

Melalui pendekatan etnofarmakologi, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mendokumentasikan jenis-jenis tumbuhan obat yang digunakan oleh masyarakat Desa Menawan, bagian tanaman yang dimanfaatkan, metode pengolahan, cara penggunaan, serta nilai-nilai tradisional yang melatarbelakangi praktik tersebut. Penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis praktik penggunaan tumbuhan obat dalam konteks sosial-budaya masyarakat serta mengevaluasi potensi pengembangannya sebagai bahan dasar fitofarmaka lokal. Hasil dari studi ini diharapkan tidak hanya berkontribusi pada pelestarian budaya lokal, tetapi juga menjadi dasar ilmiah bagi pengembangan produk herbal yang mendukung program kesehatan tradisional nasional.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode survei eksploratif yang bertujuan untuk menggali dan mendokumentasikan pengetahuan serta praktik masyarakat terkait pemanfaatan tumbuhan obat secara tradisional. Penelitian dilakukan melalui berbagai tahapan mulai dari survey lapangan, perizinan kepada kepala desa setempat, dan dilanjutkan dengan kegiatan utama yakni eksplorasi tanaman obat di

Desa Menawan, Kabupaten Kudus. Metode penelitian survey eksploratif ini menggunakan teknik pengambilan data berupa survey pemberian kuesioner terkait nilai pengetahuan dan pemanfaatan etnofarmakologi kepada masyarakat, lalu wawancara kepada masyarakat setempat terkait tumbuhan obat. Data survey yang diperoleh dari wawancara tersebut akan dianalisis secara deskriptif.

Pengambilan data penelitian setelah survey menggunakan metode wawancara. Wawancara dilakukan secara langsung setelah lembar kuesioner dikumpulkan, wawancara bersifat semi-terstruktur dengan panduan dari hasil kuesioner. Wawancara ini bertujuan untuk penggalian informasi tambahan dari responden agar eksplorasi mengenai tumbuhan obat di Desa Menawan lebih mendalam. Pertanyaan wawancara meliputi nama lokal tumbuhan obat di sekitar rumah narasumber, bagian yang digunakan atau dikonsumsi, cara narasumber mengolah tumbuhan obat tersebut, dan khasiat dari tumbuhan obat tersebut sesuai dengan pengetahuan narasumber. Hasil dari survei lembar kuesioner dan wawancara semi-terstruktur selanjutnya disajikan dalam bentuk tabel terstruktur dan pembahasan deskriptif dengan pertimbangan keabsahan data menggunakan metode triangulasi data.

## **HASIL**

Tumbuhan obat dari Desa Menawan, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah diperoleh masyarakat dari spesies tumbuhan liar dan tumbuhan budidaya yang tumbuh di area kebun, pekarangan rumah, serta lahan pertanian. Penelitian ini dilakukan melalui pendekatan survei eksploratif dengan teknik wawancara langsung kepada masyarakat setempat untuk menggali informasi terkait pengetahuan tradisional serta pemanfaatan etnofarmakologi tumbuhan obat dalam kehidupan sehari-hari.

Wawancara dilakukan terhadap 15 orang informan, yang terdiri atas petani, ibu rumah tangga, dan masyarakat sekitar yang memiliki pengetahuan lokal mengenai pemanfaatan tumbuhan obat. Informan-informan ini dipilih secara acak. Sebagian besar informan menyatakan bahwa mereka memperoleh pengetahuan mengenai tumbuhan obat secara turun-temurun dari orang tua atau leluhur, tanpa melalui pendidikan formal. Petani di Desa Menawan mengenal berbagai jenis tanaman obat yang tumbuh di ladang atau kebun mereka, sedangkan ibu rumah tangga umumnya menanam dan merawat tanaman obat di pekarangan rumah dalam bentuk Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Kegiatan pengolahan tanaman obat di Desa Menawan sebagian besar dilakukan dengan cara merebus bagian tanaman seperti daun, rimpang, atau batang, kemudian air rebusannya diminum sebagai jamu atau ramuan herbal. Selain itu, beberapa warga juga mengolah tumbuhan dengan cara ditumbuk, diperas, atau dikeringkan. Hasil survei dan wawancara diinterpretasikan melalui tabel berikut:

**Tabel 1. Jenis-jenis tumbuhan obat di Desa Menawan, Kabupaten Kudus.**

No	Nama Lokal	Nama Latin	Bagian yang Digunakan	Cara Mengolah	Khasiat
1	Jahe	<i>Zingiber officinale</i>	Rimpang	Direbus, diseduh dengan air hangat	Menghangatkan tubuh, anti-mual, antiinflamasi
2	Kunyit	<i>Curcuma longa</i>	Rimpang	Diparut dan diseduh	Antioksidan, antiinflamasi, menambah nafsu makan
3	Temulawak	<i>Curcuma xanthorrhiza</i>	Rimpang	Direbus atau dijadikan jamu	Pelancar pencernaan, menambah nafsu makan
4	Sambiloto	<i>Andrographis paniculata</i>	Daun	Direbus atau dijadikan ekstrak	Penurun demam, memperkuat daya tahan tubuh
5	Daun sirih	<i>Piper betle</i>	Daun	Direbus, ditumbuk	Antiseptik, mengatasi keputihan, bau badan
6	Kumis kucing	<i>Orthosiphon aristatus</i>	Daun dan batang	Direbus	Peluruh batu ginjal, diuretic
7	Meniran	<i>Phyllanthus niruri</i>	Seluruh bagian tanaman	Direbus	Menurunkan panas, mengobati hepatitis
8	Daun pepaya	<i>Carica papaya</i>	Daun	Direbus atau ditumbuk	Menambah nafsu makan, anti-parasit
9	Kencur	<i>Kaempferia galanga</i>	Rimpang	Ditumbuk, direbus	Obat batuk, pelancar pernapasan, masuk angina
10	Daun jambu biji	<i>Psidium guajava</i>	Daun	Direbus	Mengatasi diare, anti bakteri
11	Serai	<i>Cymbopogon citratus</i>	Batang	Direbus sebagai teh	Antibakteri, relaksasi, penurun tekanan darah

12	Kelor	<i>Moringa oleifera</i>	Daun	Direbus atau dijadikan sayur	Antioksidan, penurun kolesterol dan gula darah
----	-------	-------------------------	------	------------------------------	--

Berdasarkan hasil wawancara dan survei menggunakan kuesioner serta panduan semi-terstruktur, diketahui bahwa di Desa Menawan, Kabupaten Kudus, terdapat setidaknya 12 jenis tumbuhan obat yang secara aktif digunakan oleh masyarakat. Tanaman-tanaman ini diperoleh dari kebun atau pekarangan rumah.



(a)



(b)



(c)



(d)



(e)



(f)

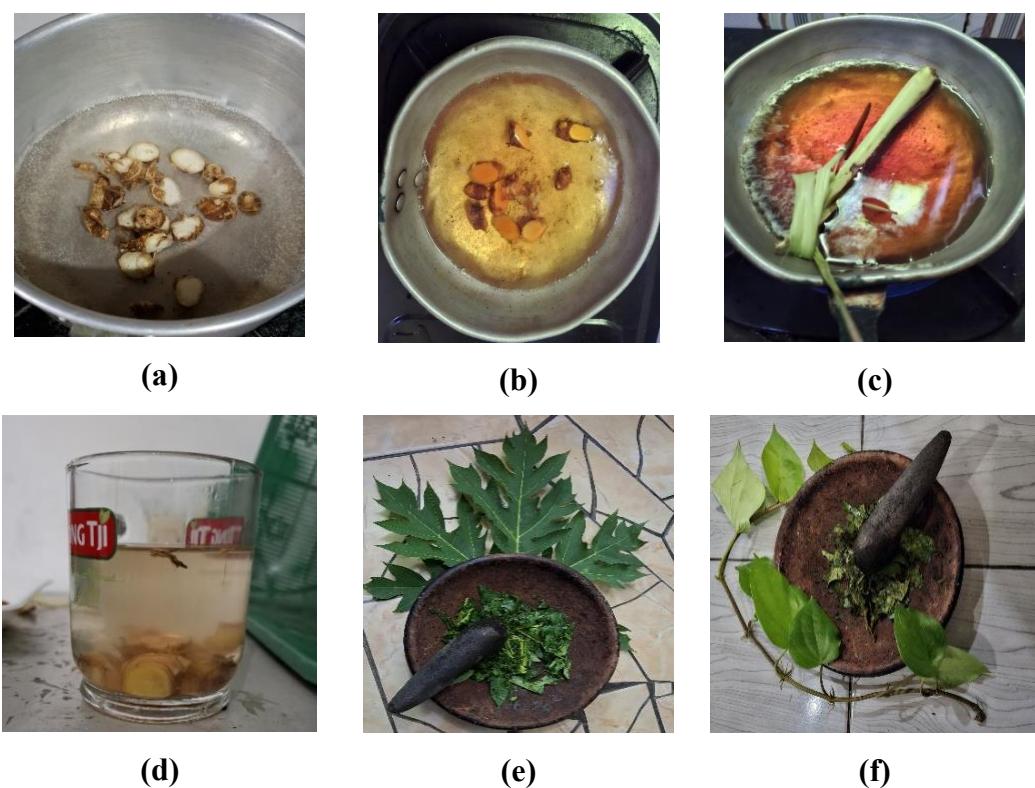
**Gambar 1.** (a) Jahe (*Zingiber officinale*); (b) Kunyit (*Curcuma longa*); (c) Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*); (d) Daun Pepaya (*Carica papaya*); (e) Daun Jambu Biji (*Psidium guajava*); (f) Serai (*Cymbopogon citratus*).

Hasil studi ini menunjukkan bahwa masyarakat Desa Menawan memiliki pengetahuan lokal yang kaya tentang tumbuhan obat dan masih mempertahankannya dalam kehidupan sehari-hari. Namun demikian, minimnya dokumentasi dan kurangnya regenerasi pengetahuan menjadi tantangan utama yang perlu diatasi melalui upaya pelestarian, edukasi, dan integrasi ke dalam program kesehatan masyarakat lokal maupun nasional.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini mengidentifikasi sebanyak 12 spesies tumbuhan obat yang digunakan oleh masyarakat Desa Menawan, Kabupaten Kudus. Tumbuhan tersebut meliputi

berbagai jenis rimpang seperti jahe, kunyit, dan temulawak, serta daun-daunan seperti daun sirih, kelor, dan meniran. Masyarakat di Desa Menawan memiliki pengetahuan yang baik mengenai bagian tumbuhan yang dapat digunakan untuk pengobatan, terutama bagian rimpang, daun, dan batang. Cara pengolahan yang paling umum dilakukan adalah perebusan hingga air mendidih, lalu air hasil rebusan dikonsumsi sebagai jamu atau obat herbal. Beberapa warga juga mengolah tumbuhan dengan cara penumbukan, perendaman dengan air panas, atau mencampur dengan bahan tambahan seperti madu, garam, atau jeruk nipis.



**Gambar 2.** Pengolahan Beberapa Tanaman Obat **(a)** Kencur yang direbus **(b)** Kunyit yang direbus **(c)** Serai direbus dengan the **(d)** Jahe direbus **(e)** Daun pepaya yang ditumbuk **(f)** Daun sirih yang ditumbuk.

Bagian tanaman yang dimanfaatkan umumnya adalah rimpang, daun, dan batang, dengan metode pengolahan paling dominan berupa perebusan. Keragaman jenis tumbuhan obat ini mencerminkan bahwa masyarakat Menawan memiliki pengetahuan tradisional yang cukup tinggi terhadap sumber daya hayati lokal. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Indriyani *et al.* (2020) dalam Jurnal Etnobotani Indonesia, yang menyatakan bahwa masyarakat pedesaan Indonesia masih sangat bergantung pada

obat tradisional, terutama di daerah yang akses terhadap fasilitas kesehatan modernnya terbatas.

**Tabel 2. Rekapitulasi Data Kuesioner Pemanfaatan Tumbuhan Obat oleh Masyarakat Desa Menawan**

No	Aspek yang Dinilai	Jumlah Responden	Persentase (%)	Keterangan/Temuan Kualitatif
1	Mengetahui adanya tumbuhan obat yang digunakan di desa	13 dari 15	86,7%	Pengetahuan diperoleh secara turun-temurun, menunjukkan masih kuatnya tradisi pengobatan lokal.
2	Sumber pengetahuan: orang tua, kakek-nenek, atau dukun lokal	11 dari 15	73,3%	Sistem pengetahuan bersifat lisan dan diwariskan secara intergenerasional. Rentan hilang jika tidak didokumentasikan secara tertulis.
3	Keterlibatan tumbuhan obat dalam ritual keagamaan atau adat	8 dari 15	53,3%	Menandakan adanya nilai budaya dan spiritual yang melekat dalam praktik etnofarmakologi.
4	Pernah menggunakan tumbuhan obat untuk penyakit ringan	14 dari 15	93,3%	Tumbuhan digunakan secara praktis untuk demam, batuk, masuk angin, gangguan pencernaan.
5	Merasakan efek positif setelah penggunaan tumbuhan obat	12 dari 15	80,0%	Mendukung efektivitas empiris penggunaan tumbuhan sebagai pengobatan tradisional.
6	Meracik ramuan herbal sendiri di rumah	10 dari 15	66,7%	Bahan yang umum digunakan: kunyit, jahe, sambiloto, daun sirih; pengolahan berupa perebusan, peremasan, atau pencampuran bahan alami.
7	Tumbuhan obat yang paling sering digunakan	-	-	Jahe ( <i>Zingiber officinale</i> ), temulawak ( <i>Curcuma xanthorrhiza</i> ), sambiloto ( <i>Andrographis paniculata</i> ); digunakan untuk imun, pencernaan, dll.

Berdasarkan data kuesioner yang disebarluaskan kepada 15 responden dan dirangkum dalam tabel 2, sebanyak 86,7% (13 responden) menyatakan bahwa mereka mengetahui adanya tumbuhan obat yang digunakan di desa, dan sebagian besar pengetahuan tersebut diperoleh secara turun-temurun. Sebanyak 73,3% (11 responden) mengakui bahwa mereka memperoleh informasi mengenai tumbuhan obat dari orang tua, kakek-nenek, atau dukun lokal. Hal ini menunjukkan bahwa sistem pengetahuan etnofarmakologi di Desa Menawan bersifat lisan dan diwariskan secara intergenerasional, sehingga rentan mengalami kepunahan apabila tidak segera didokumentasikan secara sistematis. Hal ini menunjukkan pentingnya dokumentasi tertulis sebagai bentuk konservasi pengetahuan tradisional. Fenomena serupa juga ditemukan dalam penelitian internasional oleh Heinrich *et al.* (2004) dalam *Journal of Ethnopharmacology*, yang menegaskan bahwa pengetahuan lokal yang tidak terdokumentasi rentan hilang akibat tekanan urbanisasi, perubahan pola hidup, dan minimnya minat generasi muda untuk mewarisinya. Selain itu, sebanyak 53,3% (8 responden) menyatakan bahwa beberapa tumbuhan obat juga digunakan dalam konteks ritual keagamaan atau adat, yang menandakan adanya nilai-nilai budaya yang melekat pada praktik pemanfaatan tumbuhan obat.

Pemanfaatan tumbuhan obat oleh masyarakat Menawan terbukti masih sangat praktis dan relevan dalam kehidupan sehari-hari. Sebanyak 93,3% (14 responden) menyatakan bahwa mereka pernah menggunakan tumbuhan obat untuk mengatasi penyakit ringan seperti demam, batuk, masuk angin, dan gangguan pencernaan, dengan 80% di antaranya melaporkan efek positif setelah penggunaannya. Bahkan, 66,7% (10 responden) secara aktif meracik ramuan herbal sendiri di rumah dengan bahan tumbuhan lokal seperti kunyit, jahe, sambiloto, dan daun sirih. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan tumbuhan obat tidak sekadar bersifat simbolis atau tradisional, melainkan menjadi bagian dari praktik kesehatan yang terinternalisasi dalam kehidupan masyarakat. Penelitian oleh Saslis-Lagoudakis *et al.* (2011) dalam *Proceedings of the National Academy of Sciences* (PNAS) mendukung temuan ini, dengan menyebutkan bahwa banyak pengobatan berbasis tumbuhan tradisional terbukti memiliki khasiat farmakologis yang nyata, terutama jika penggunaannya telah meluas dan konsisten dalam suatu komunitas.

Hasil wawancara mendalam juga mengungkapkan bahwa tumbuhan yang paling sering digunakan oleh warga antara lain jahe (*Zingiber officinale*) yang berfungsi sebagai penghangat tubuh dan pelancar peredaran darah, temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) untuk menambah nafsu makan dan memperbaiki fungsi hati, serta sambiloto (*Andrographis paniculata*) yang efektif menurunkan demam dan memperkuat sistem imun. Metode pengolahan tumbuhan obat umumnya berupa perebusan, peremasan, atau pencampuran dengan bahan lain seperti madu, jeruk nipis, atau garam. Penjelasan ilmiah terhadap pemanfaatan tumbuhan tersebut dapat ditemukan dalam sejumlah kajian *evidence-based medicine*.

Berdasarkan kajian berbasis bukti (*evidence-based medicine*), klaim masyarakat terhadap khasiat jahe (*Zingiber officinale*) sebagai penghangat tubuh dan pelancar peredaran darah didukung oleh penelitian Ayustaningwarno *et al.* (2024). Studi ini mengungkapkan bahwa senyawa aktif jahe seperti gingerol dan shogaol memiliki aktivitas antioksidan dan antiinflamasi yang meningkatkan fungsi endotel pembuluh darah, menurunkan stres oksidatif, serta memperbaiki aliran darah. Komponen bioaktif jahe seperti gingerol, shogaol, paradol, dan zingerone terbukti dapat meningkatkan sirkulasi darah melalui perbaikan endotel vaskular dan penurunan peradangan. Jahe juga menghambat produksi sitokin proinflamasi seperti TNF- $\alpha$  dan IL-6, serta menstimulasi enzim antioksidan seperti SOD dan katalase. Selain itu, jahe memodulasi produksi oksida nitrat (NO) berlebih yang dapat menyebabkan vasodilatasi abnormal dan mendukung homeostasis suhu tubuh. Dosis yang digunakan dalam penelitian ini berkisar antara 500 hingga 1000 mg per hari, yang efektif untuk memberikan manfaat tersebut tanpa efek samping berarti, sehingga secara ilmiah mendukung pemanfaatannya secara turun-temurun sebagai penghangat tubuh dan pelancar peredaran darah.

Penelitian oleh Permatananda *et al.* (2023) memberikan bukti awal yang mendukung potensi kunyit (*Curcuma longa*) sebagai jamu berbasis Evidence-Based Medicine (EBM). Hasil uji fitokimia menunjukkan bahwa ekstrak kunyit tradisional Bali mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, fenol, tanin, triterpen, alkaloid, dan saponin yang dikenal memiliki efek antioksidan, antimikroba, dan antiinflamasi. Kandungan flavonoid yang tinggi (2709,39 mg/100 gr) dan kapasitas antioksidan sebesar 70,9 mg/L GAEAC menunjukkan bahwa kunyit berpotensi menangkal radikal bebas dan mencegah penyakit degeneratif. Meskipun baru sebatas bukti laboratorium (*in vitro*), temuan ini

menjadi dasar ilmiah untuk pengembangan kunyit sebagai obat herbal modern. Selain itu, data etnobotani menunjukkan bahwa 36,8% responden Bali telah menggunakan kunyit sebagai obat tradisional dalam bentuk minuman loloh.

Klaim masyarakat mengenai manfaat temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) untuk meningkatkan nafsu makan dan memperbaiki fungsi hati juga memiliki dasar ilmiah. Penelitian Rahmat *et al.* (2021) dalam *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* menunjukkan bahwa temulawak mengandung senyawa kurkuminoid dan xanthorrhizol yang memiliki efek hepatoprotektif dan koleretik. Aktivitas hepatoprotektif ini berasal dari senyawa antioksidan dalam *Curcuma xanthorrhiza*, dengan pemberian oral (termasuk dosis 200 mg xanthorrhizol, senyawa aktif) yang menunjukkan perlindungan terhadap racun hati dan penurunan penanda enzim hati seperti serum transaminase, yang mengindikasikan perbaikan fungsi hati serta peningkatan produksi empedu yang mendukung nafsu makan dan fungsi pencernaan secara keseluruhan.

Sementara itu, efektivitas sambiloto (*Andrographis paniculata*) sebagai penurun demam dan penguat sistem imun juga telah dibuktikan secara klinis. Penelitian Rajanna *et al.* (2021) dalam *Journal of Ayurveda and Integrative Medicine* menunjukkan bahwa suplementasi ekstrak sambiloto standar (SAPE) sebanyak 200 mg per hari selama 30 hari pada individu sehat secara signifikan meningkatkan jumlah limfosit total, sel T (CD3<sup>+</sup>), dan sel T helper (CD4<sup>+</sup>), serta meningkatkan kadar sitokin interferon-gamma (IFN- $\gamma$ ) dan interleukin-4 (IL-4) yang merupakan indikator penguatan respons imun adaptif tipe Th1 dan Th2. Selain itu, SAPE juga menurunkan kadar interleukin-2 (IL-2) yang berperan dalam regulasi keseimbangan sel T, tanpa menimbulkan efek samping yang berarti. Efek imunostimulan ini berperan dalam memperkuat daya tahan tubuh terhadap infeksi, sehingga mendukung klaim empiris masyarakat bahwa sambiloto efektif digunakan untuk menurunkan demam.

Penelitian oleh Farida Juliantina *et al.* (2020) memberikan bukti awal yang mendukung penggunaan daun sirih merah (*Piper crocatum*) sebagai jamu berbasis pendekatan Evidence-Based Medicine (EBM). Dalam studi eksperimental laboratorium ini, ekstrak etanol daun sirih merah diuji terhadap bakteri Gram positif *Staphylococcus aureus* dan Gram negatif *Escherichia coli* menggunakan metode dilusi seri. Hasil menunjukkan bahwa ekstrak tersebut mampu menghambat dan membunuh pertumbuhan *S. aureus* pada konsentrasi 25%, serta menghambat dan membunuh *E. coli* pada

konsentrasi lebih rendah, yaitu 6,25%. Efek antibakteri yang signifikan ini menunjukkan potensi sirih merah sebagai agen antimikroba alami.

Penelitian oleh Khairun Nisak dan Chylen Setiyo Rini (2021) memberikan dasar ilmiah awal dalam pendekatan Evidence-Based Medicine (EBM) untuk penggunaan *Orthosiphon aristatus* atau kumis kucing sebagai obat batu ginjal, khususnya melalui mekanisme antibakteri. Studi ini menunjukkan bahwa ekstrak daun kumis kucing memiliki aktivitas antibakteri yang signifikan terhadap *Proteus mirabilis* dan *Staphylococcus saprophyticus*, dua bakteri penyebab umum infeksi saluran kemih (ISK) yang sering dikaitkan dengan pembentukan batu ginjal. Dengan menggunakan metode difusi cakram pada berbagai konsentrasi (25–100%), hasil menunjukkan peningkatan diameter zona hambat yang signifikan secara statistik, dengan diameter terbesar pada konsentrasi 100% (21,22 mm untuk *P. mirabilis* dan 20,71 mm untuk *S. saprophyticus*). Senyawa aktif seperti alkaloid, saponin, steroid, triterpenoid, dan fenol diduga berperan sebagai agen antimikroba. Temuan ini mengindikasikan potensi kumis kucing tidak hanya sebagai diuretik, sebagaimana dikenal secara empiris, tetapi juga sebagai agen antibakteri pendukung terapi batu ginjal yang disebabkan oleh infeksi.

Berdasarkan kajian evidence-based medicine, tanaman meniran (*Phyllanthus niruri* L.) memiliki potensi sebagai agen hepatoprotektor yang efektif dalam membantu pengobatan penyakit hati, termasuk hepatitis. Menurut Noviyanti dan Yowani (2023), ekstrak air dari *P. niruri* mampu menurunkan kadar enzim hati AST dan ALT secara signifikan ( $p < 0,001$ ), yang menjadi indikator perbaikan fungsi hati pada kondisi hepatotoksik. Efek hepatoprotektif ini bekerja melalui mekanisme pengurangan peroksidasi lipid dan perlindungan glutathione dalam bentuk tereduksi, yang penting dalam mencegah kerusakan oksidatif pada jaringan hati. Selain itu, isolat protein dari meniran juga dilaporkan berkontribusi dalam melindungi hepatosit dari stres oksidatif dan merangsang proses regeneratif di hati. Senyawa aktif utama yang bertanggung jawab terhadap efek ini adalah filantin, yang termasuk dalam golongan lignan.

Berdasarkan kajian evidence-based medicine, kencur (*Kaempferia galanga*) memiliki potensi sebagai terapi alami untuk meredakan keluhan batuk. Penelitian yang dilakukan oleh Zulkifli dan Wiwi Karnasih (2022) menunjukkan bahwa kombinasi kencur dan madu secara signifikan efektif dalam mengurangi gejala batuk pada mahasiswa. Dalam studi ini, penggunaan desain pre-eksperimental dengan pendekatan

One Group Pretest-Posttest pada 22 responden memperlihatkan adanya perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian kencur-madu, dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan kajian evidence-based medicine, daun jambu biji (*Psidium guajava* L.) menunjukkan efektivitas yang signifikan sebagai obat tradisional untuk mengatasi diare. Review literatur yang dilakukan oleh Jannah *et al.* (2024) menunjukkan bahwa 5ml ekstrak daun jambu biji sudah dapat menghambat diare karena mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, tanin, saponin, dan triterpenoid, yang memiliki aktivitas farmakologis penting, termasuk sifat antimikroba dan antidiare. Senyawa tanin berperan dalam mengurangi sekresi cairan usus dan meningkatkan konsistensi feses, sedangkan flavonoid diketahui mampu menghambat pertumbuhan bakteri penyebab diare.

Dalam kajian evidence-based medicine, sereh (*Cymbopogon citratus*) terbukti memiliki potensi sebagai terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Kristiyowati dan Sonhaji (2025) menunjukkan bahwa terapi rendam kaki menggunakan sereh selama minimal tiga hari efektif dalam menurunkan tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi. Intervensi ini memanfaatkan efek relaksasi dari air hangat dan senyawa aktif dalam sereh yang memiliki sifat vasodilator, sehingga membantu melebarkan pembuluh darah dan menurunkan tekanan darah. Hasil observasi menunjukkan bahwa keluhan seperti nyeri akut, gangguan mobilitas, dan gangguan tidur turut membaik, menandakan manfaat terapi sereh tidak hanya pada tekanan darah tetapi juga kesejahteraan umum pasien. Terapi ini dapat dijadikan sebagai alternatif non-farmakologis yang aman, murah, dan mudah diterapkan untuk mendukung pengelolaan hipertensi, khususnya pada kelompok usia lanjut.

Di sisi lain, sebanyak 60% responden menyatakan bahwa mereka menanam sendiri tumbuhan obat di pekarangan rumah dalam bentuk Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Ini merupakan indikasi kuat bahwa pelestarian tumbuhan obat secara mandiri dan berkelanjutan masih berlangsung dalam masyarakat. Upaya ini tidak hanya penting dari sisi pelestarian hayati, tetapi juga memiliki peran besar dalam meningkatkan ketahanan kesehatan lokal. Studi oleh Kartini *et al.* (2021) dalam Jurnal Pengabdian Masyarakat: Saintek menunjukkan bahwa pengembangan TOGA memiliki potensi besar

dalam mendukung kesehatan keluarga, terutama di tengah keterbatasan akses terhadap layanan medis konvensional.

Pengetahuan etnofarmakologi masyarakat Menawan tidak hanya mencerminkan pemahaman terhadap khasiat tanaman, tetapi juga mengandung nilai-nilai lokal seperti gotong-royong, spiritualitas, dan pelestarian lingkungan. Tumbuhan obat tidak hanya digunakan dalam konteks pengobatan, tetapi juga menjadi bagian dari identitas budaya dan warisan leluhur yang memperkuat ikatan sosial serta rasa kebersamaan di komunitas tersebut. Keberadaan dan pemanfaatan tumbuhan obat di Desa Menawan tidak hanya menunjukkan kekayaan pengetahuan lokal yang berharga, tetapi juga menggarisbawahi pentingnya upaya pelestarian, edukasi, dan regenerasi pengetahuan untuk menjamin keberlanjutan praktik ini di masa depan.

## **SIMPULAN**

Penelitian ini menemukan 12 jenis tumbuhan obat yang masih aktif digunakan oleh masyarakat Desa Menawan, Kudus, dengan pengetahuan yang diperoleh secara turun-temurun dan dipraktikkan melalui metode pengolahan tradisional. Tumbuhan obat ini tidak hanya berfungsi sebagai pengobatan penyakit ringan, tetapi juga memiliki nilai budaya penting. Masyarakat juga membudidayakan tanaman obat di pekarangan rumah sebagai upaya pelestarian.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih yang teramat mendalam kepada berbagai pihak yang bersangkutan, yakni:

1. Universitas Islam Negeri Sunan Kudus sebagai institusi yang memberikan dukungan fasilitas maupun jasa pendidikan untuk penulis.
2. Perangkat dan masyarakat Desa Menawan, Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
3. Ibu Adieba Warda Hayya, M.Biomed selaku dosen pembimbing penelitian ini, yang senantiasa membimbing penelitian dari rancangan awal hingga hasil akhir.
4. Rekan penulis yang telah bekerja sama dari awal hingga akhir dengan semaksimal mungkin.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- BRIN. (2021). *Potensi Keanekaragaman Hayati Indonesia sebagai Sumber Obat Alam*. Jakarta: BRIN Press.
- Amin, M., Sari, R., & Putri, L. (2024). Pemanfaatan tumbuhan obat dalam pengobatan tradisional Indonesia. *Jurnal Pengobatan Tradisional*, 15(1), 45-57.
- Arianto, D. (2024). Perubahan pola hidup dan dampaknya terhadap pelestarian kearifan lokal di pedesaan. *Jurnal Sosiologi Pedesaan*, 12(2), 98-110.
- Azis, A. U., Arifin, A. F., Pratiwi, R. L., Gayatri, S. W., & Nurmadilla, N. (2020). Efektifitas pemberian ekstrak daun kelor terhadap kadar kolesterol darah pada hewan coba mencit. *UMI Medical Journal*, 5(1), 28-35.
- Boimau, D. T., Seran, L., & Buku, M. N. (2022). Studi etnofarmakognosi pemanfaatan tumbuhan obat tradisional untuk mengobati penyakit pada ternak oleh masyarakat Desa Kelle, Kecamatan Kuanfatu, Kabupaten Timor Tengah Selatan. *JUSTER: Jurnal Sains dan Terapan*, 1(2), 69-77.
- BRIN. (2021). *Data keanekaragaman tumbuhan Indonesia*. Jakarta: BRIN.
- Cahyawati, N. (2019). *Studi etnofarmakologi tanaman obat di Desa Sumberjaya, Kecamatan Waway Karya, Kabupaten Lampung Timur sebagai sumber literasi keanekaragaman hayati*. Lampung: Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Dinas Kesehatan. (2023). *Data Penggunaan Obat Tradisional oleh Masyarakat Kabupaten Kudus*. Kudus: Dinas Kesehatan Kudus.
- Dinas Kesehatan. (2023). *Laporan penggunaan pengobatan tradisional di wilayah pedesaan Kudus*. Kudus: Dinas Kesehatan Kudus.
- Heinrich, M., Barnes, J., Gibbons, S., & Williamson, E. M. (2018). *Fundamentals of Pharmacognosy and Phytotherapy (3rd ed.)*. Elsevier Health Sciences.
- Indriyani, R., Putri, S., & Wijaya, H. (2020). Etnobotani tumbuhan obat di daerah pedesaan Indonesia. *Jurnal Etnobotani Indonesia*, 5(1), 22-30.
- Jannah, M., Rahmah, M., Naufal, M., Winda, N. O., & Hakim, A. R. (2024). Literatur review: Efektifitas daun jambu biji (*Psidium guajava* L.) sebagai obat tradisional. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 4(4), 6512-6520.
- Juliantina, F., Citra, D. A., Nirwani, B., Nurmasitoh, T., & Bowo, E. T. (2020). Manfaat sirih merah (*Piper crocatum*) sebagai agen antibakterial terhadap bakteri Gram positif dan Gram negatif. *JKKI – Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 11(2), 157-164.
- Kartini, A., Susanti, E., & Wahyuni, S. (2021). Pengembangan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai upaya meningkatkan ketahanan kesehatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Saintek*, 7(3), 120-128.
- Kemenkes, K. K. (2020). *Laporan Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kristyowati, K., & Sonhaji, S. (2025). Penerapan terapi rendam kaki menggunakan sereh untuk menurunkan hipertensi pada lansia di RW 24 Batursari, Mranggen Demak. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 3(1), 20-30.

- Martin, G. J. (2004). *Ethnobotany: A Methods Manual*. London: Earthscan Publications Ltd.
- Nisak, K., & Rini, C. S. (2021). Effectiveness of the antibacterial activity on Orthosiphon aristatus leaves extract against *Proteus mirabilis* and *Staphylococcus saprophyticus*. *Medicra (Journal of Medical Laboratory Science/Technology)*, 4(2), 72-77.
- Noviyanti, N. P., & Yowani, S. C. (2023). Potensi aktivitas hepatoprotektor dari meniran (*Phyllanthus niruri* L.) pada penderita penyakit hati. *Prosiding Workshop dan Seminar Nasional Farmasi*, 654-660.
- Oknarida, S., Husain, F., & Wicaksono, H. (2019). Kajian etnomedisin dan pemanfaatan tumbuhan obat oleh penyembuh lokal pada masyarakat Desa Colo Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus. *Solidarity: Journal of Education, Society and Culture*, 7(2).
- Permatananda, P. A., Aryastuti, A. A., Cahyawati, P. N., Udiyani, D. P., Wijaya, D., Pandit, I. G., & Wirajaya, A. A. (2020). Phytochemical and antioxidant capacity test on turmeric extract (*Curcuma longa*) traditionally processed in Bali. *Jurnal Bali Membangun Bali*, 1(2), 149-157.
- Sari, N., Putra, A., & Wulandari, F. (2025). Pola penggunaan obat tradisional di Indonesia: Studi nasional. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(1), 12-20.
- Saslis-Lagoudakis, C. H., Savolainen, V., Williamson, E. M., Forest, F., Wagstaff, S. J., Baral, S. R., & Hawkins, J. A. (2011). Phylogenies reveal predictive power of traditional medicine in bioprospecting. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(28), 11692-11697.
- Siregar, A., Nugroho, R., & Hidayat, T. (2023). Pengembangan produk fitofarmaka berbasis tanaman obat di Indonesia. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 14(2), 75-85.
- Suswardani, T., Rahmawati, D., & Wibowo, A. (2017). Peran jamu dalam pengobatan tradisional masyarakat Indonesia. *Jurnal Kebudayaan dan Kesehatan*, 9(1), 33-42.
- Syafitri, U. (2019). *Studi etnobotani tumbuhan yang berpotensi sebagai obat penyakit dalam di Desa Colo Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus Jawa Tengah*. Semarang: Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Vanduri, V. (2024). *Kajian etnofarmakologi pemanfaatan tanaman obat oleh masyarakat Desa Sukaharja, Kecamatan Sukamakmur, Kabupaten Bogor*. Bogor: Skripsi, Universitas Pakuan.
- Von Rintelen, K., Hausdorf, B., & Rintelen, T. (2017). Indonesia sebagai negara megabiodiversitas: Keanekaragaman spesies tumbuhan dan konservasi. *Biodiversity Journal*, 8(2), 121-130.
- WHO, (. H. (2013). *Traditional Medicine Strategy 2014–2023*. Geneva: WHO Press.
- Zulkifli, & K. (2022). Efektivitas pemberian kencur dan madu terhadap keluhan batuk pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 57-62.