

## DEMONSTRASI PEMBUATAN AIR REBUSAN JAHE MERAH UNTUK MEMPERCEPAT PENYEMBUHAN LUKA

Mesrida Simarmata<sup>1</sup>, Lisdayanti Simanjuntak<sup>2</sup>, Nurhaida<sup>3</sup> Tani Astuti<sup>4</sup>, Rizza Anfhal<sup>5</sup>, Ade Rachmat Yudiyanto<sup>6</sup>

<sup>1,2</sup> STIKes Mitra Husada Medan, <sup>3</sup> STIKes Binalita Sudama, <sup>4,5</sup> ITKes Ika Bina, STIKes Mitra Husada Medan <sup>6</sup>

[mesridasimarmata@gmail.com](mailto:mesridasimarmata@gmail.com), [lisdayantisimanjuntakmkm@gmail.com](mailto:lisdayantisimanjuntakmkm@gmail.com), [nurhaida1703@gmail.com](mailto:nurhaida1703@gmail.com), [taniastuti@gmail.com](mailto:taniastuti@gmail.com), [anfhalrizza@gmail.com](mailto:anfhalrizza@gmail.com), [ade\\_r\\_2001@yahoo.com](mailto:ade_r_2001@yahoo.com)

### Abstrak

Luka adalah rusaknya integritas kulit. Untuk mempercepat proses penyembuhan luka ini dapat digunakan obat kimia secara farmakologi maupun bahan alami secara herbal. Salah satu bahan alami yang dapat digunakan adalah jahe merah yang mudah didapat dimasyarakat. Berdasarkan survey lapangan didapatkan di desa bakaran batu banyak terjadi luka yaitu baik luka akut maupun luka kronik maka solusi yang ditawarkan adalah membuat demonstrasi pembuatan air rebusan jahe merah (*Gingiber Officinale Var.Rosc.Rubrum*) untuk mempercepat penyembuhan luka. Tujuan: Agar masyarakat Desa Bakaran Batu mengetahui manfaatnya dan mampu secara mandiri untuk membuat air rebusan jahe merah (*Gingiber Officinale Var.Rosc.Rubrum*) sebagai bahan alami untuk mempercepat penyembuhan luka. Metode: Melakukan demonstrasi pembuatan air rebusan jahe merah (*Gingiber Officinale Var.Rosc.Rubrum*). Hasil kegiatan: Peserta pengabdian masyarakat mengetahui guna air rebusan jahe merah dan mampu membuat air rebusan jahe merah ditandai dengan peserta mampu memperagakan kembali tahap demi tahap cara pembuatan air rebusan jahe merah

**Kata Kunci** : penyembuhan luka, jahe merah

### PENDAHULUAN

Luka adalah kerusakan integritas kulit yang dapat disebabkan oleh kontak fisik, trauma, pembedahan, penekanan, neuropatik, vaskuler. Luka terbagi 2 yaitu luka akut dengan luka kronik. Luka akut adalah luka yang pulih 8-12 minggu sedangkan luka kronik adalah luka yang sembuh lebih dari 12 minggu dan kadang menimbulkan cacat (Sri, 2018).

Luka merupakan suatu bentuk kerusakan jaringan pada kulit yang disebabkan kontak dengan

sumber panas (seperti bahan kimia, air panas, api, radiasi, dan listrik (Suryadi & dkk, 2013). Luka menyebabkan gangguan pada fungsi dan struktur anatomi tubuh. Berdasarkan waktu dan proses penyembuhannya, luka dapat diklasifikasikan menjadi luka akut dan kronik.

Proses penyembuhan luka Fase penyembuhan luka ada 3 fase yaitu fase *inflamasi* (peradangan), *proliferasi* (partumbuhan sel baru) dan *remodeling* (perbaikan jaringan rusak) (Gonzalez et al., 2016). Proses penyembuhan luka ini dapat

terjadi secara alami namun akan lebih cepat jika dilakukan perawatan luka, karena luka yang tidak dirawat dapat mengalami infeksi dan cacat sehingga memperlambat proses luka. Perawatan luka dapat dilakukan secara konvensional dan secara modern. Perawatan luka konvensional adalah perawatan luka dengan memakai kasa kering disertai pemberian anti biotik sedangkan perawatan luka modern adalah perawatan luka dengan konsep lembab (Sri, 2018) tanpa harus menggunakan antibiotik kecuali pada luka yang sudah infeksi. Therapy dalam perawatan luka dapat menggunakan therapy farmakologik yaitu obat-obatan maupun therapy herbal. Salah satu bahan herbal yang dapat membantu proses dalam penyembuhan luka (Serra et al., 2017) yaitu jahe merah. Jahe Merah mengandung Shagaol yang dapat mempercepat proses inflamasi (Kumar et al., 2012). Penelitian sebelumnya telah terbukti bahwa kapsul jahe merah dapat menurunkan kadar PGF2a pada proses inflamasi di endometrium remaja dysmenorrhoe di Akper dan Akbid Harapan Mama Deli Serdang (Simarmata et al., 2018), air rebusan jahe merah juga telah terbukti dalam mempercepat penyembuhan luka perineum ibu nifas di klinik Trismalia Deli serdang (Simarmata & Simanjuntak, 2020).

Di Desa Bakaran Batu banyak terjadi luka akut dan luka kronik namun belum banyak masyarakat yang mengetahui bahwa air rebusan jahe merah (*Gingiber Officinale Var.Rosc.Rubrum*) dapat mempercepat penyembuhan luka. Penyembuhan luka dapat dilakukan dengan biaya yang minim, mudah di temukan dan mendukung penyembuhan secara medis karena dapat menggunakan bahan alami. Solusi yang dapat diberikan kepada mitra adalah membuat pengobatan secara alami dengan bahan herbal menggunakan air rebusan jahe merah (*Gingiber Officinale Var.Rosc.Rubrum*). Pemberian informasi dengan mengadakan demonstrasi pembuatan air rebusan jahe merah (*Gingiber Officinale Var.Rosc.Rubrum*) di Desa Bakaran Batu Kabupaten Deli Serdang

## METODE

Metode yang dilakukan adalah Demonstrasi. Tahap pertama adalah memberikan penjelasan tentang manfaat air rebusan jahe merah terhadap proses penyembuhan luka kemudian dilanjut dengan tahap pembuatan air rebusan jahe merah yaitu dengan mendemonstrasikan langkah-langkah sistematis yaitu dimulai dengan penghitungan dosis air rebusan jahe merah sekali minum adalah jahe merah segar dan bersih 250 mg diparut, gula merah 250 mg (1:1) dan air putih 400 cc kemudian di masak hingga mendidih sampai air tersisa 200cc. ini adalah ukuran 1 dosis untuk 1 kali minum. Dianjurkan minum 3 kali sehari selama 3 hari karena berkaitan dengan masa inflamasi terjadi selama 3 hari sejak terjadinya luka. Bahan yang digunakan saat pembuatan air rebusan jahe merah ini adalah jahe merah, gula merah, air. Perlengkapan yang disediakan yaitu panci, kompor, saringan, parutan, gelas ukur, pisau. Cara pembuatannya adalah pilih jahe merah yang segar 250 mg kemudian di parut, tambah gula merah 250mg, masak dengan air putih 400 cc sampai mendidih hingga air tersisa 200 cc, saring rebusan jahe merah ke dalam gelas kemudian tunggu hingga dingin /hangat. Air rebusan ini dianjurkan untuk diberikan pada keluarga yang mengalami luka dengan dosis 1 gelas tiap minum sebanyak 3 kali sehari selama 3 hari berturut turut. Pada saat hal ini telah disampaikan maka yang mewakili peserta beberapa orang di persilahkan mendemonstrasikan lagi tahap demi tahap pembuatan air rebusan jahe merah dan menjelaskan cara konsumsi air rebusan jahe merah pada keluarga mereka yang menalami luka. Terlihat peserta antusias dan dapat mengulangi kembali emonstrasi pembuatan air rebusan jahe merah tersebut.

Adapun langkah dalam pembuatan air rebusan jahe merah adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Alat untuk membuat rebusan jahe merah

Gambar 1 adalah alat yang dibutuhkan dalam membuat air rebusan jahe merah terdiri dari panci untuk merebus, gelas pengukur, parutan serta bahan yaitu jahe merah segar 250 mg, gula merah 250 mg, air putih 400 cc

Sebaiknya dalam pembuatan air rebusan jahe merah direbus langsung untuk dosis konsumsi 3 hari yaitu jahe merah dan gula merah 250 mg x 3 yaitu 750 mg. Ini baru dosis satu hari, karena kita akan sediakan 3 hari maka dikali 3 kembali maka 750 mg x 3 yaitu 2250mg untuk masing-masing jahe merah dan gula merah. Untuk air putih satu dosis perlu 400 cc yang akan di rebus mendidih sampai air menyusut 50% maka tinggal 200 cc. Saat kita akan membuat dosis 3 x sehari air putih 400 cc x 3 maka 1200 cc. Untuk membuat dosis 3 hari maka 1200 cc x 3 yaitu 3600 cc. Hasil dari rebusan ini nantinya susut 50% maka 1800 cc : 200 cc tiap pemberian sehingga kita tersedia 9 dosis.

Air rebusan jahe merah yang telah tersedia dapat disimpan didalam kulkas dan dilakukan pemanasan pada setiap hari untuk dosis perhari sehingga air rebusan jahe merah dikonsumsi dalam keadaan hangat.



Gambar 2. Jahe Merah

Gambar 2 adalah jahe merah sebaiknya berusia 1 tahun baru dipanen, masih segar dan dibersihkan dari tanah dan kotoran lalu ditiriskan dan ditimbang sebanyak 250 mg untuk 1 dosis, karena akan menyediakan 9 dosis maka 2250 mg.



Gambar 3. Gula Merah

Gambar 3 adalah gula merah ditimbang sebanyak 250 mg diiris lalu dimasukkan ke dalam wadah dan dicampur air putih sebanyak 400 cc (jika 1 dosis). Jika 9 dosis untuk pemberian 3 x sehari selama 3

hari maka 2250 mg sekali masukkan dalam air rebusan. Pada saat gula merah, jahe merah dan air putih sudah di masukkan dalam wadah dan dimasak sampai mendidih sambil diaduk dan air menyusut 50 %, maka air rebusan disaring terlebih dahulu ke tempat wadah yang kering agar nantinya air rebusan tidak mengandung ampas dari jahe merah dan terhindar dari kotoran yang terkandung dalam gula merah.



Gambar 4. Jahe Yang Sudah diparut

Gambar 4 adalah jahe merah yang sudah diparut sehingga saat direbus sudah dalam keadaan diparut.



Gambar 5. Air Rebusan Jahe Merah

Gambar 5 adalah air rebusan jahe merah, warnanya agak coklat kehitaman karena warna gula merah. Jika air rebusan yang baik maka baunya seperti jahe dan rasanya manis pedas serta hangat di dalam tubuh. Air rebusan tidak boleh berbuih, atau berubah rasa asam, jika hal itu terjadi berarti kualitas air rebusan jahe merah tidak baik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil kegiatan memuaskan sejak pengajuan ke direktur dengan penetapan sk pengabdian masyarakat, dilanjut dengan pengajuan pelaksanaan pengabdian masyarakat ke kantor kepala desa berdasarkan hasil survey lapangan, atas izin dari kepala desa maka dilakukan undangan pada tokoh dan mewakili masyarakat Desa Bakaran Batu sekitar 40 orang pada hari yang direncanakan . Saat acara peserta sangat antusias dan dapat menjelaskan kembali manfaat air rebusan jahe merah serta memperagakan kembali pembuatan air rebusan jahe merah. Responden mampu kembali mengulangi sara pembuatan air rebusan jahe merah tahap demi tahap

### Pembahasan

Luka dapat sembuh melalui proses *infamasi, proliferasi, remodeling* (Sorg & Krankenhaus, 2016). Jahe merah mengandung gingerol yang dapat mempercepat proses inflamasi, jahe merah sudah terbukti sebagai anti inflamasi pada proses dismenore primer (Simarmata et al., 2018). Air rebusan jahe merah juga sudah terbukti dapat mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas (Simarmata & Simanjuntak, 2020). Selain jahe mudah didapat di tengah masyarakat, jahe juga banyak mengandung zat gizi yang baik untuk proses penyembuhan luka (Redi Aryanta, 2019). Zat gizi yang dibutuhkan seperti protein dan vitamin C (Mackay & Miller, 2016). Edukasi pada masyarakat dalam berbagai metode dapat memberi ilmu dan mempengaruhi tindakan masyarakat (Tindaon, 2018), untuk menggunakan air rebusan jahe merah ke depannya dalam perawatan luka sehingga prose penyembuhannya lebih baik.



Gambar 6. Foto perangkat desa dan pelaksana pengabdian masyarakat



Gambar 7. Foto saat pelaksana menjelaskan manfaat air rebusan jahe merah



Gambar 8. Foto memperagakan cara membuat air rebusan jahe merah



Gambar 9. Foto peserta pelaksanaan pengabdian masyarakat

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian berjalan dengan lancar, Semua pihak sangat mendukung dan peserta sangat antusias akan pengabdian masyarakat ini.

Disarankan pada masyarakat Desa Bakaran Batu untuk mengaplikasikan hasil pengabdian masyarakat ini pada keluarga dan dapat menyebarkan informasi yang didapat.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Akademi Keperawatan Harapan Mama Deli Serdang yang sudah memberi dana, sarana dan prasarana untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. lembaga/institusi yang telah memberikan kontribusi dalam pelaksanaan kegiatan. Capan terimakasih juga pada perangkat Desa Bakaran Batu yang telah memberi izin dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini

### **REFERENSI**

- Gonzalez, A. C. D. O., Andrade, Z. D. A., Costa, T. F., & Medrado, A. R. A. P. (2016). Wound healing - A literature review. *Anais Brasileiros de Dermatologia*, 91(5), 614-620. <https://doi.org/10.1590/abd1806-4841.20164741>
- Kumar, R., M., Kumar, A., & Kumar, A. (2012). \* Pharmacological Activity of Zingiber

- officinale. *International Journal of Pharmaceutical and Chemical Sciences Issn*, 1(3), 1422–1427. [www.ijpcsonline.com](http://www.ijpcsonline.com)
- Mackay, D., & Miller, A. L. (2016). *Nutritional Support for Wound Healing*. April.
- Redi Aryanta, I. W. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Serra, M. B., Barroso, W. A., Neves, N., Silva, N., Carlos, A., Borges, R., Abreu, I. C., & Oliveira, M. (2017). *From Inflammation to Current and Alternative Therapies Involved in Wound Healing*. 2017.
- Simarmata, M. &, & Simanjuntak, L. (2020). Efektifitas Air Rebusan Jahe Merah (Zingiber Officinale Var. Rosc. Rubrum) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Trismalia Tahun 2020. *Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat II “Tantangan*, 2(1), 65–72.
- Simarmata, M., Halim, B., & Ardinata, D. (2018). Effects of red ginger capsule supplementin reducing PGF2 $\alpha$  concentrations and pain intensity in primary dysmenorrhea. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 125(1), 0–6. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/125/1/012193>
- Sorg, H., & Krankenhaus, A. K. (2016). *Wound Repair and Regeneration*. July 2012. <https://doi.org/10.1159/000339613>
- Sri, G. W. (2018). *Perawatan Luka Student Hand Book CWCCA 2018*.
- Suryadi, & dkk. (2013). Wound Healing Process and Wound Care. *E-Jurnal Medika Udayana*, 2(2), 254–272.
- Tindaon, R. L. (2018). Pengaruh Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) melalui Media Leaflet dan Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Paparan Pornografi di SMP Negeri 1 Sidamanik Kec. Sidamanik Kab. Simalungan Tahun 2016. *Jumantik*, 3(1), 44–64.