



Pengolahan Rebusan Daun Sirih (REDARIH) sebagai Upaya Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Wanita

Processing of Boiled Betel Leaves (REDARIH) as an Effort to Maintain the Cleanliness of Women's Reproductive Organs

Anjelaveronika^{1*}, Elvine Ivana Kabuhung², Simeri Dona³

¹Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

^{2,3}Sarjana Kebidanan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

Alamat Kampus: Jl. Pramuka No. 2

Korespondensi penulis: anjelaveronika1717@gmail.com*

Article History:

Received: September 16, 2024

Revised: September 30, 2024

Accepted: Oktober 14, 2024

Online Available: Oktober 16, 2024

Keywords: Reproductive Organs, Betel Leaf Decoction, Women

Abstract: Reproductive organs are sensitive organs and require special care. Good care in maintaining the cleanliness of reproductive organs is beneficial in maintaining reproductive health. Maintaining the health of reproductive organs begins with maintaining personal hygiene, including vaginal hygiene which aims to keep the vagina clean, normal, healthy and free from the possibility of diseases including vaginal discharge. The use of boiled betel leaf water for women of childbearing age who experience symptoms of vaginal discharge has almost all had an effect on decreasing. The problems found in Sungai Tabuk Kota Village RT 03 & RT. 04, based on the results of the study, are the low knowledge of women about reproductive health and many women who do not care about the cleanliness of their own reproductive organs. One of the successes of community service activities is teaching the community to make boiled betel leaves by maintaining reproductive hygiene. The implementation of this service is by teaching mothers how to process boiled betel leaves (REDARIH) to maintain reproductive health. The target is all women of productive age to menopause in RT 03 & 04 in Sungai Tabuk Kota Village. The implementation of this program was carried out on Monday, August 19, 2024 at PAUD Ceria RT. 04 Tabuk River, Banjarmasin City at 10:00 WITA – finished. This activity was attended by community leaders, coordinating midwives, village midwives, health workers from the Health Center (program holders), village midwives, integrated health post cadres, mothers of productive age to menopause, mentors and also midwifery students.

Abstrak:

Organ reproduksi merupakan organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Perawatan yang baik dalam menjaga kebersihan organ reproduksi bermanfaat dalam memelihara kesehatan reproduksi. Menjaga kesehatan organ reproduksi berawal dari menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan agar vagina tetap bersih, normal, sehat dan terhindar dari kemungkinan muncul adanya penyakit termasuk keputihan. Penggunaan air rebusan daun sirih terhadap wanita usia subur yang mengalami gejala keputihan hampir seluruhnya berpengaruh mengalami penurunan. Permasalahan yang di dapat di Desa Sungai Tabuk Kota RT 03 & RT. 04, berdasarkan hasil pengkajian yaitu masih rendahnya pengetahuan wanita tentang kesehatan reproduksi dan banyaknya wanita yang tidak peduli tentang kebersihan organ reproduksinya sendiri. Salah satu keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat berupa mengajarkan masyarakat membuat rebusan daun sirih dengan menjaga kebersihan reproduksi. Pelaksanaan pengabdian ini dengan mengajarkan ibu cara mengolah rebusan daun sirih (REDARIH) untuk menjaga kesehatan reproduksi. Sasaran yaitu semua wanita usia produktif sampai menopause di rt 03 & 04 di desa Sungai Tabuk Kota. Pelaksanaan program ini dilaksanakan pada hari Senin, 19 Agustus 2024 di PAUD Ceria RT. 04 Sungai Tabuk Kota Banjarmasin pada pukul 10.00 Wita – selesai. Kegiatan ini dihadiri oleh tokoh masyarakat, bidan koordinasi, bidan desa, tenaga Kesehatan yang berasal dari Puskesmas (pemegang program), bidan desa, para kader posyandu, ibu usia produktif sampai menopause, pembimbing dan juga mahasiswa profesi bidan.

Kata Kunci : Organ Reproduksi, Rebusan Daun Sirih, Wanita

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah kesejahteraan fisik, mental dan sosial yang utuh dan bukan hanya tidak adanya penyakit atau kelemahan, dalam segala hal yang berhubungan dengan sistem reproduksi dan fungsi-fungsinya serta proses-prosesnya. Organ reproduksi merupakan organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Perawatan yang baik dalam menjaga kebersihan organ reproduksi bermanfaat dalam memelihara kesehatan reproduksi (Etnis and Maay 2021; Wahyuni et al. 2024). Alat reproduksi wanita merupakan organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Kesehatan alat reproduksi berawal dari menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan supaya vagina tetap sehat, bersih, terjaga dan terhindar dari adanya penyakit. Salah satu masalah kesehatan organ reproduksi yaitu keputihan atau fluor albus (Syari et al. 2022).

Menjaga kesehatan organ reproduksi berawal dari menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan agar vagina tetap bersih, normal, sehat dan terhindar dari kemungkinan muncul adanya penyakit termasuk keputihan (Fatiyani et al. 2023). Adapun cara yang dapat dilakukan untuk perawatan pribadi terhadap vagina adalah: membersihkan vagina dengan cara membasuh bagian antara bibir vagina secara hati – hati dan perlahan, cara membasuh vagina yang benar dari arah depan kebelakang, hindari penggunaan pengharum dan sabun antiseptic secara terus menerus, karena dapat merusak keseimbangan flora normal dalam vagina, gantilah celana dalam 2 sampai 3 kali sehari dan menggunakan celana dalam yang bersih serta terbuat dari bahan katun. Mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, jangan menggunakan handuk milik orang lain yang digunakan untuk mengeringkan vagina, cukurlah rambut vagina setidaknya 7 hari sekali maksimal 40 hari sekali untuk mengurangi kelembapan di dalam vagina, pada saat haid gunakan pembalut yang nyaman, dan berbahan lembut, apabila menggunakan closet umum siramlah terlebih dahulu tempat dudukan closet dan keringkan menggunakan tisu toilet (Muharrina et al. 2023).

Daun sirih merupakan tanaman yang sering digunakan sebagai obat tradisional yang sangat banyak manfaatnya. Ada beragam kandungan yang sangat merupakan antara lain katan ejakulasi dini, membasmi jamur *Candida albicans*, dan Daunnya mengandung eugenol yang mampu meredakan nyeri pada luka. Sedangkan kandungan karvakrol bermanfaat untuk keputihan dan pencegahan infeksi (Lister 2020). Karena karvakol bersifat disinfektan dan antijamur. mengandung arecoline yang bermanfaat untuk meningkatkan daya pikir dan saraf pusat, meningkatkan gerakan peristaltik. Dengan

meningkatnya gerakan peristaltik peredaran dalam tubuh menjadi lancar sehingga kandungan oksigen juga menjadi lebih banyak, hal tersebut sangat membantu dalam proses penyembuhan luka (Milah 2021). Kandungan kimia minyak atsiri dalam daun sirih bermanfaat sebagai antiseptik dan penghilang bau badan seperti, kadinen, kavikol, sineol, eugenol, karvanol dan zat samak. Daun sirih juga bisa digunakan sebagai ramuan penghilang bau badan dalam bentuk krim atau dengan diminum. Selain itu, daun sirih juga dapat digunakan untuk menghentikan mimisan atau perdarahan yang berasal dari hidung, dengan cara daun sirih digulung seperti rokok dan dimasukkan ke dalam lubang hidung (Anggeriani and Lamdayani 2018).

Penggunaan air rebusan daun sirih terhadap wanita usia subur yang mengalami gejala keputihan hampir seluruhnya berpengaruh mengalami penurunan. Karena daun sirih merah mempunyai kandungan eugenol yang mampu mencegah ejakulasi dini, membasmi jamur dan bersifat analgesik (anti nyeri) dan ada juga kandungan tannin pada daunnya yang bermanfaat mengurangi sekresi cairan pada vagina penggunaan air rebusan daun sirih merah terhadap penurunan gejala *fluor albus* sangat bermanfaat untuk wanita usia subur karena wanita usia subur telah mempunyai pasangan dan telah melakukan hubungan seks sangat rentang terjadinya *fluor albus* (Yastutik and Kurniawan 2024). Upaya untuk mengurangi keputihan dapat dengan cara terapi farmakologi (obat-obatan) maupun terapi non farmakologi (air rebusan daun sirih) yang dapat diberikan pada wanita yang mengalami keputihan yaitu dengan membasuh organ intim. Sirih (*piper betle* linn) merupakan tumbuhan merambat, sirih yang sering digunakan untuk dijadikan obat yaitu bagian daun (Mariana Mariana and Winarni Winarni 2023). Daun sirih mengandung minyak atsiri yang terdiri dari betlephenol, kavikol, seskuiterpen, hidrosikavikol, cavibetol, estragol, eugenol, dan karvakrol, dan di antara zat tersebut yaitu kavikol, eugenol dan etanol yang dapat digunakan untuk. Penggunaan rebusan daun sirih sebanyak 6 lembar digunakan selama 14 hari dapat menurunkan tingkat keputihan, namun dosis masih rendah sehingga kandungannya kurang maksimal. Sedangkan penggunaan daun sirih 10 lembar dengan 250cc air dan disisakan sampai 100cc dan diberikan 3 kali dalam sehari efektif dalam mengatasi keputihan (Etnis and Maay 2021).

Data yang didapatkan dari hasil pengkajian ditemukan di Rt.03 berjumlah 33 kepala keluarga dan pada Rt.04 berjumlah 77 kepala keluarga, sehingga berjumlah 110 kepala keluarga. Berdasarkan hasil dari data pengkajian didapatkan bahwa kebanyakan masyarakat terkhususnya wanita tidak memahami tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan cara mengatasi masalah kesehatan reproduksi seperti keputihan dengan

bahan yang ada di sekitar dan mudah didapatkan dan diolah menjadi obat tradisional yang dikenal oleh masyarakat sebagai tanaman yang memiliki banyak manfaat untuk kehidupan sehari-hari yang berdasarkan situasi di wilayah pengkajian banyak tanaman daun sirih di daerah rumah masyarakat yang bisa dimanfaatkan menjadi alternatif nonfarmakologi untuk menjaga kebersihan alat reproduksi wanita dan juga masyarakat sekitar mengatakan bahwa tidak pernah mendapatkan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi dan cara mengolah rebusan daun sirih sebagai alternatif upaya menjaga kesehatan reproduksi.

Permasalahan yang di dapat di Desa sungai tabuk kota Rt.03 & Rt.04, berdasarkan hasil pengkajian yaitu masih rendahnya pengetahuan wanita tentang kesehatan reproduksi dan banyaknya wanita yang tidak peduli tentang kebersihan organ reproduksinya sendiri. Menindaklanjuti permasalahan tersebut, sangat penting memberikan informasi kepada para wanita untuk selalu menjaga kesehatan reproduksi mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, maupun ibu sampai kondisi perempuan tersebut memasuki masa menopause. Maka sangat perlu mengajarkan masyarakat untuk menjaga kesehatan reproduksi dengan menggunakan bahan yang mudah dan banyak didapatkan disekitar daerah rumah masyarakat yaitu daun sirih dibuat menjadi rebusan daun sirih upaya menjaga kebersihan organ reproduksi wanita. Salah satu keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat berupa mengajarkan masyarakat membuat rebusan daun sirih dengan menjaga kebersihan reproduksi.

2. METODE

Pelaksanaan program dengan melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan mengajarkan ibu cara mengolah rebusan daun sirih (REDARIH) untuk menjaga kesehatan reproduksi. Waktu Pelaksanaan pada Pengabdian ini yaitu pada hari selasa tanggal 19 Agustus 2024, pukul 10.00 WITA sampai selesai dan tempat dilaksanakan kegiatan Pengabdian ini adalah di Paud Ceria Rt. 04 di desa sungai tabuk kota.

Peserta atau sasaran pada Pengabdian ini yaitu semua wanita usia produktif sampai menopause di rt 03 & 04 di desa sungai tabuk kota.

3. HASIL

Pelaksanaan Pengabdian ini dilaksanakan pada hari Senin, 19 Agustus 2024 di Paud ceria Rt.04 sungai tabuk kota Banjarmasin pada pukul 10.00 Wita – selesai. Kegiatan ini dihadiri oleh tokoh masyarakat, bidan koordinasi, bidan desa, tenaga Kesehatan yang berasal dari Puskesmas (pemegang program), Bidan Desa, Para Kader Posyandu, Ibu usia produktif sampai menopause, penguji dan pembimbing dan juga mahasiswa profesi bidan. Berikut susunan kegiatan yang dilaksanakan : Analisis Kebutuhan pada tahapan ini dilakukan untuk mendapatkan data awal yang diperlukan sebagai dasar dalam perancangan sistem melalui observasi tentang cakupan kunjungan K1 dan juga data angka kejadian resiko tinggi interview dengan pihak terkait, serta data dokumentasi Sedangkan studi literatur merupakan bagian kegiatan yang dilakukan untuk mempelajari dan memahami kebutuhan yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah tersebut.

- a. Mahasiswa membuka acara kegiatan, memperkenalkan diri dan menjelaskan materi kegiatan yang akan dilaksanakan serta tujuan dari pelaksanaan program kegiatan ini.
- b. Mahasiswa menyiapkan absensi dan memberikan waktu untuk mengisi absensi yang didampingi oleh mahasiswa.
- c. Selanjutnya mahasiswa memulai sesi materi dengan melakukan pengabdian Masyarakat dengan mengajarkan cara mengolah rebusan daun sirih
- d. Mahasiswa mempersilahkan kepada wanita yang ada berhadir apabila ada pertanyaan atau penjelasan yang kurang paham.
- e. Mahasiswa menjawab dan menjelaskan pertanyaan yang diajukan.
- f. Mahasiswa melakukan evaluasi penyuluhan dengan menyimpulkan semua penjelasan yang telah diberikan, serta menjawab pertanyaan-pertanyaan dan melakukan dokumentasi foto bersama.
- g. Pembagian bingkisan
- h. Kegiatan ini berlangsung \pm 1 jam.

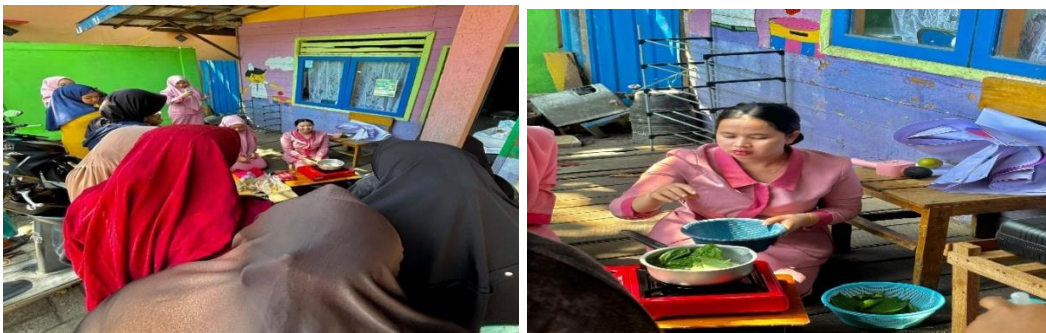
4. DISKUSI

Kegiatan pelaksanaan Pengabdian ini yaitu untuk mengajarkan dan menyadari Masyarakat Upaya menjaga Kesehatan reproduksi, kegiatan ini dihadiri oleh 20 orang wanita yang ada disekitar sungai tabuk kota. Mengawali kegiatan ini sebelum dilakukan pemaparan materi, sebelumnya disampaikan kata sambutan dari preceptor pendidik dan preceptor klinik yang menyampaikan maksud dan tujuan kegiatan ini dilaksanakan. Selanjutnya dilakukan kegiatan penyampaian materi dengan metode ceramah dengan

menggunakan media buku saku dan membagikan buku saku ke semua sasaran serta menyampaikan tentang Kesehatan reproduksi dengan lembar balik. Selanjutnya dilakukan sesi diskusi yaitu dimana sasaran para wanita boleh bertanya tentang apa saja hal yang mereka tidak tau atau tidak mengerti ataupun penjelasan yang mereka kurang pahami. Pada sesi akhir kegiatan selanjutnya melakukan evaluasi penyuluhan dengan menyimpulkan semua penjelasan yang telah diberikan, serta menjawab pertanyaan-pertanyaan dan melakukan dokumentasi foto bersama dan pembagian bingkisan.

Tujuan dilakukannya kegiatan ini yaitu dengan adanya kegiatan pengolahan rebusan daun sirih (REDARIH) upaya menjaga kesehatan reproduksi ini dapat menambah pengetahuan dan mengajarkan cara menjaga organ reproduksi dengan daun sirih. Perilaku menjaga kesehatan reproduksi merupakan upaya tindakan seseorang wanita untuk mencegah gangguan sistem reproduksinya, seperti infertilitas (gangguan kesuburana), penyakit menular seksual, kanker serviks, kanker payudara dan penyakit lainnya.

Pengabdian ini yaitu Pengolahan Rebusan Daun Sirih (REDARIH) Sebagai Upaya Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Wanita di desa sungai tabuk kota rt.03 dan rt.04 di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1 Banjarmasin. Harapannya untuk kedepannya edukasi bisa lebih diperkuat lagi dengan mengadakan kegiatan seperti hal ini, sehingga membuat para wanita sadar akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Harapannya dengan adanya penyuluhan tentang pengolahan rebusan daun sirih dapat diaplikasikan dirumah rebusan daun sirih.



Gambar 1. Penyampaian Materi dan Mengajarkan Cara Membuat Rebusan Daun Sirih



Gambar 2. Pembagian Rebusan Daun Sirih



Gambar 3. Foto Bersama saat pelaksanaan

5. KESIMPULAN

Program pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan reproduksi dengan mengajarkan membuat rebusan daun sirih (REDARIH) sebagai upaya menjaga kebersihan organ reproduksi wanita. Wanita yang ada di desa sungai tabuk kota Rt.03 & 04 dan petugas kesehatan di puskesmas dapat mengimplementasikan.

DAFTAR REFERENSI

- Anggeriani, R., & Lamdayani, R. (2018). Efektifitas pemberian air daun sirih (Piper betle L) terhadap kecepatan penyembuhan luka perineum pada ibu post partum. *Akademi Kebidanan Abdurahman Palembang*, 9(2).
- Etnis, B. R., & Maay, A. G. A. (2021). Pengaruh rebusan daun sirih hijau terhadap penurunan keputihan patologis wanita usia subur. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 1(1), 307–313. <https://doi.org/10.33096/woh.v4i04.200>
- Fatiyani, F., Erlina, E., Wahyuni, Y. F., Huda, N., & Fitriani, A. (2023). Penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja putri di desa Langa Kecamatan Syamalira Bayu Kabupaten Aceh Utara tahun 2022. In *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*. Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia.
- Lister, I. N. E. (2020). *Daun sirih merah merah manfaat untuk kesehatan* (Vol. 1).
- Mariana, M., & Winarni, W. (2023). Pengaruh air rebusan daun sirih dalam menurunkan keluhan fluor albus pada wanita usia subur di desa Serakat Jaya. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 117–126. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i4.2544>
- Milah, I. I. (2021). Literatur review: Pengaruh rebusan daun sirih terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. *Jurnal Sosial Sains*, 1(11), 381–386. <https://doi.org/10.59188/jurnalsosains.v1i11.253>
- Muharrina, C. R., Yustendi, D., Sarah, S., Herika, L., & Ramadhan, F. (2023). Kesehatan reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 5(1), 26–29. <https://doi.org/10.26714/jpmk.v5i1.11507>
- Syari, M., Harahap, N. R., Nasution, P., Rauda, R., & Dwitari, G. (2022). Pengaruh air rebusan daun sirih merah terhadap penurunan gejala fluor albus pada wanita usia subur. *Indonesian Trust Health Journal*, 5(2), 64–71. <https://doi.org/10.37104/ithj.v5i2.102>
- Wahyuni, Y. F., Fitriani, A., Prihatin, N. S., & Friscila, I. (2024). Wadah Aneuk Muda sebagai nara hubung pendidikan kesehatan reproduksi remaja di SMA Negeri 5 Kota Lhokseumawe tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Bidang Kesehatan*, 2(3), 21–32. <https://doi.org/10.57214/jpbidkes.v2i3.108>
- Yastutik, I. Y., & Kurniawan, V. E. (2024). Pengaruh air rebusan Piper crocatum terhadap penurunan gejala fluor albus pada WUS di desa Ketegan. *Journal of Education Research*, 5(3), 3318–3322. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1368>