




Counseling on improving public health through herbal honey

Nurillah Fitriyani, Giska Amelia, Amelia, Berlian Calista, Fadiel Agvasaoka, Elva

Angela, Trisna Lestari, Aan Kunaedi✉

Sekolah Tinggi Farmasi Muhammadiyah Cirebon, Cirebon, Indonesia

✉ aankunaedi@stfmuhammadiyahcirebon.ac.id

 <https://doi.org/10.31603/ce.10314>

Abstract

Gunung Manik is a village with a beautiful environment and well-preserved mountains. Its natural resources yield various abundant commodities, one of which is forest honey. The management of forest honey by farmers in Gunung Manik Village is conducted traditionally, with little attention paid to the preservation of bee colonies, mainly due to the harvesting of bees and their hives. Conversely, farmers' knowledge of the benefits of honey remains limited. This service aims to educate the public about the advantages of honey, promoting a healthier lifestyle through regular consumption. This activity employs a direct and interactive discussion method, incorporating pre-tests and post-tests to gauge participants' comprehension of the presented material. The results of this program indicate that the residents of Gunung Manik Village have gained an understanding of the benefits of honey, leading to increased interest in regular honey consumption and the cultivation of forest honey. These developments are expected to have a positive economic impact on the residents of Gunung Manik Village.

Keywords: *Honey; Honey cultivation; Health education*

Penyuluhan peningkatan kesehatan masyarakat melalui herbal madu

Abstrak

Gunung Manik merupakan salah satu desa dengan keasrian lingkungan serta pegunungan yang masih terjaga dan terawat. Potensi alam menghasilkan berbagai komoditas alam yang melimpah salah satunya adalah madu hutan. Pengelolaan madu hutan oleh petani di Desa Gunung Manik dilakukan secara tradisional bahkan tidak memperhatikan kelestarian koloni lebah dikarenakan oleh aktivitas pemanenan lebah beserta sarangnya. Di sisi lain, pengetahuan petani akan manfaat madu pun masih sangat rendah. Pengabdian ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat mengenai manfaat madu, sehingga dapat mendorong masyarakat untuk menjalani pola hidup lebih sehat dengan mengonsumsi madu secara rutin. Kegiatan ini menggunakan metode diskusi interaktif secara langsung melalui *pre test* dan *post test* guna mengetahui tingkat pemahaman peserta terkait materi yang disampaikan. Hal yang didapatkan dari program ini menunjukkan bahwa warga Desa Gunung Manik memiliki pemahaman tentang manfaat madu sehingga tertarik untuk mengonsumsi madu secara rutin dan mengembangkan madu hutan menjadi madu budidaya yang akan membawa dampak positif bagi warga Desa Gunung Manik secara ekonomi.

Kata Kunci: Madu; Budidaya madu; Penyuluhan kesehatan

1. Pendahuluan

Kejadian Desa Gunung Manik merupakan sebuah desa yang terletak di Kecamatan Ciniru, Kabupaten Kuningan yang berada pada ketinggian 720 mdpl, dengan luas wilayah mencapai 624.255 Ha. Desa Gunung Manik memiliki potensi sumber daya alam yang melimpah, beberapa hasil perkebunannya seperti kopi, pala, cengkeh, kapulaga, madu hutan dan masih banyak lagi.

Sebagian besar masyarakat belum mengetahui bahwa madu memiliki berjuta manfaat bagi kesehatan, sehingga masyarakat jarang mengonsumsi madu secara rutin. Menjaga pola makan, rutin berolahraga, mengelola stres, tidur dengan cukup merupakan salah satu upaya dalam menjaga kesehatan tubuh. Kita harus memastikan apa saja yang masuk ke dalam tubuh, karena tubuh kita membutuhkan asupan nutrisi yang seimbang seperti protein. Sumber protein yang paling mudah dijumpai adalah telur, ikan, susu, dan daging. Untuk mendapatkan karbohidrat kita bisa mengonsumsi nasi, kentang dan roti gandum. Tidak lupa untuk mengonsumsi madu dan sayur yang mengandung serat, vitamin, mineral, dan berbagai antioksidan. Selain itu kita juga bisa meningkatkan kesehatan dengan asupan tambahan seperti mengonsumsi madu secara rutin.

Madu adalah cairan manis alami yang dibuat oleh lebah madu dari nektar tumbuhan yang melalui proses dari lebah menjadi madu serta tersimpan dalam sel-sel sarang lebah (Santana et al., 2023). Madu memiliki rasa manis yang sama dengan gula atau pemanis lainnya, rasa manis tersebut berasal dari nektar yang terdapat dalam bunga Sakri (2015) dalam (Damayanti et al., 2022). Masyarakat Indonesia menggunakan madu sebagai campuran pada jamu tradisional untuk meningkatkan khasiat penyembuhan penyakit seperti infeksi pada saluran cerna dan pernafasan, serta meningkatkan kebugaran tubuh. Madu juga memiliki kemampuan untuk meningkatkan kecepatan pertumbuhan jaringan baru (Mandal & Mandal, 2011).

Kandungan dalam 100 g madu menurut data nutrisi USDA adalah energi 1,272 (304 Kcal), Karbohidrat 82,4 g, Gula/fruktosa 82,12 g, serat pangan 0,2 g, lemak 0 g, protein 0,3 g, air 17,10 g, riboflavin (vit B2) 0,038 mg (3%), niacin (vit B3) 0,121 mg (1%), asam pantothenat (B5) 0,068 mg (1%), vitamin B6 0,024 mg (2%), folat (Vit B9) 2 mg (1%), vitamin c 0,5 mg (1%), kalsium 6 mg (3%), zat besi 0,042 mg (3%), magnesium 2 mg (1%), fosfor 4 mg (1%), kalium 4 mg, seng 0,22 mg (2%). Banyaknya kandungan dalam madu yang sangat baik untuk kesehatan ini masih belum banyak diketahui oleh sebagian masyarakat, sehingga masyarakat masih jarang mengonsumsi madu untuk kesehatan. Oleh karenanya, kegiatan ini berupaya mengedukasi masyarakat tentang berbagai manfaat dari beberapa jenis madu yang dibudidaya di daerah tersebut. Pemberdayaan kesehatan masyarakat merupakan bagian yang sangat penting bahkan dapat dikatakan sebagai ujung tombak untuk pelayanan promosi kesehatan. Pemberdayaan akan lebih berhasil jika dilaksanakan melalui kemitraan serta menggunakan metode dan teknik yang tepat (Rahman & Patilaiya, 2018).

Penyuluhan kesehatan adalah salah satu metode yang dapat diterapkan untuk tindakan preventif guna mengingatkan masyarakat pentingnya menjaga kesehatan. Melalui metode penyuluhan maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok, serta masyarakat luas. Dengan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat mendukung hak literasi informasi kesehatan setiap individu. Demikian pula dengan literasi informasi kesehatan sangat mendukung untuk kegiatan pemberdayaan. Berdasarkan forum diskusi bersama aparatur desa dan

masyarakat mengenai penyuluhan terkait mengonsumsi madu sebagai peningkatan kesehatan kita dapat memanfaatkan hasil alam yang melimpah salah satunya madu hutan dan dikembangkan menjadi madu budidaya sehingga masyarakat Desa Gunung Manik dapat menghasilkan madu yang melimpah, dapat dikonsumsi secara rutin bagi kesehatan dan hasil madu yang melimpah dapat menjadi sebuah kearifan lokal dari Desa Gunung Manik.

2. Metode

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 10 Juni 2023 yang bertempat di Balai Desa Gunung Manik, dalam pelaksanaannya dihadiri oleh Bapak Kuwu, Kepala desa beserta aparaturnya dan warga desa setempat. Kegiatan pembukaan dengan dilakukannya *pre test* untuk mengetahui tingkat pemahaman *audience* sebelum dipaparkannya materi ([Gambar 1](#)). Dilanjutkan dengan pemaparan materi terkait madu beserta khasiatnya ([Gambar 2](#)). Pada akhir kegiatan dilakukan *post test*/evaluasi akhir yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman *audience* setelah dipaparkannya materi. Kegiatan terakhir yaitu penutupan, yang mana salah satunya dilakukan dengan mencoba beberapa sampling dari berbagai varietas madu nektar alpukat, kaliandra, kelapa, rambutan, mangga dan kopi ([Gambar 3](#)).



Gambar 1. Pembukaan kegiatan pengabdian



Gambar 2. Pemaparan materi



Gambar 3. Mencoba sampling madu

3. Hasil dan Pembahasan

Pada saat dilakukannya *pre test* pemateri menanyakan mengenai apa saja manfaat madu ([Kalangi, 2013](#)) dan kebanyakan warga menjawab madu sebagai pemanis alami serta sebagai campuran/topping pada makanan dan minuman. Warga sangat tertarik dengan

pemaparan materi mengenai madu beserta khasiatnya karena keseharian mereka mengonsumsi madu tetapi kebanyakan belum mengetahui bahwa madu memiliki berjuta manfaat bagi kesehatan. Beberapa di antaranya adalah madu sebagai antibiotik (Apriana et al., 2019), madu dapat memperlancar ASI (Yuliati, 2017), madu dapat meningkatkan imun tubuh dan madu dapat menyembuhkan batuk (Azizah & Kurniati, 2020).

Setelah dilakukannya evaluasi akhir serta dapat menjawab pertanyaan, warga sangat antusias untuk mengembangkan salah satu hasil alamnya yaitu madu hutan (Putri, 2021) yang dapat membawa dampak positif bagi warga Desa Gunung Manik. Warga sangat senang dapat mencoba madu dari berbagai varietas seperti madu yang berasal dari nektar kaliandra, alpukat, kelapa, rambutan dan kopi yang pastinya madu tersebut memiliki warna dan rasa yang berbeda (Toorani, 2019; Wijayanti & Siswanto, 2020).

Lebih lanjut, materi yang disampaikan mengundang daya tarik warga dalam mengonsumsi madu secara rutin. Hasil evaluasi juga menunjukkan bahwa masyarakat Desa Gunung Manik dapat mengetahui proses budidaya madu, pemanenan madu, dan proses pemeliharannya. Pada kegiatan ini terdapat beberapa kendala yang dihadapi seperti waktu tidak tepat dan ada beberapa hal yang tidak terstruktur dalam melaksanakan kegiatan serta kurangnya penghidupan suasana. Hal yang harus dilakukan untuk mengatasi kendala ini yaitu salah satunya dengan menekankan kembali waktu terhadap jadwal dan struktur kegiatan serta komunikasi antar sesama.

4. Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada hari Sabtu, 10 Juni 2023 bertempat di Balai Desa Gunung Manik ini berjalan dengan baik dan lancar. Warga sangat antusias mendengarkan dan memperhatikan dengan baik materi yang disampaikan serta aktif berdiskusi mengenai madu dan khasiatnya, sehingga mengundang daya tarik warga untuk menjalani pola hidup lebih sehat lagi dengan mengonsumsi madu secara rutin bagi kesehatan serta dapat mengembangkan madu budidaya yang akan membawa manfaat dampak positif bagi Warga Desa Gunung Manik.

Saran untuk kedepannya yaitu agar terdapat pengembangan lebih mendalam terkait dengan madu, mengingat besarnya potensi sumber daya alam yang dimiliki oleh Desa Gunung Manik yang salah satunya dapat dimanfaatkan untuk membudidayakan lebah madu di perkebunan sehingga akan menghasilkan berbagai varietas madu yang berasal dari nektar tumbuhan, yang mana nantinya madu yang dihasilkan tersebut dapat membawa berbagai dampak positif untuk kesehatan, kesejahteraan serta kemajuan desa dan masyarakatnya.

Ucapan Terima Kasih

Tim Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Bapak Kuwu, Kepala desa beserta aparaturnya dan warga Desa Gunung Manik yang telah memfasilitasi dan mendukung acara ini sehingga berjalan dengan lancar dan sukses, Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Sekolah Tinggi Farmasi Muhammadiyah Cirebon yang telah mendukung dan mendanai terlaksananya kegiatan, rekan pengabdian dan pihak-pihak terkait lainnya yang telah mendukung lancarnya kegiatan ini.

Artikel ini telah dipresentasikan pada kegiatan Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung Tahun 2023 dengan tema “Adaptif Membangkitkan Pariwisata Bumi Serumpun Sebalai melalui Konservasi Lingkungan dan EduEcoTourism Berbasis Teknologi.”

Daftar Pustaka

- Apriana, W., Hidayat, U. R., & Hardika, R. (2019). Pengaruh Pemberian Madu Sebagai Antibiotik Saat Pemasangan Terapi Intravena Terhadap Pencegahan Flebitis Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit “X” Pontianak. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 1(1), 19–28. <https://doi.org/10.53399/knj.v1i1.42>
- Azizah, A. N., & Kurniati, C. H. (2020). Obat Herbal Meredakan Batuk Pilek Pada Balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 29–36.
- Damayanti, P., Kunaedi, A., & Indawati, I. (2022). Uji Analgetik Madu Murni Hasil Fermentasi Bawang Putih Tunggal Terhadap Mencit (Mus Musculus) Jantan. *Journal of Pharmacopolium*, 5(2), 112–117.
- Kalangi, S. J. R. (2013). Khasiat Madu Pada Penyembuhan Luka Kulit. *Jurnal Biomedik (Jbm)*, 4(3), 8–11. <https://doi.org/10.35790/jbm.4.3.2012.796>
- Mandal, M. D., & Mandal, S. (2011). Honey: its medicinal property and antibacterial activity. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, 1(2), 154–160.
- Putri, D. F. A. (2021). Penerapan Hidup Sehat dengan Mengkonsumsi Madu Hutan Sebagai Minuman Herbal dalam Meningkatkan Sistem Imunitas Masyarakat Kelurahan Brang Biji, Kabupaten Sumbawa. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(5), 9–25.
- Rahman, H., & Patilayi, H. La. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 2(2), 251. <https://doi.org/10.30595/jppm.v2i2.2512>
- Sakri, F. M. (2015). *Madu dan khasiatnya: suplemen sehat tanpa efek samping*. Diandra Pustaka Indonesia.
- Santana, S. A., Maesaroh, T. F., Angela, E., & Kunaedi, A. (2023). Penyuluhan tentang “Manisnya Madu Penuh Manfaat” kepada Anak-Anak. *Jurnal SOLMA*, 12(1), 172–177.
- Toorani, M. Q. (2019). The therapeutic role of honey for treating acute cough in the pediatric population . A systematic review. *Journal of Pediatric and Neonatal Individualized Medicine*, 8(2), 1–6. <https://doi.org/10.7363/080205>
- Wijayanti, K., & Siswanto, J. (2020). *Studi Kadar Antioksidan Pada ASI Ibu Menyusui Dengan Suplementasi Kukis Daun Pepaya dan Kejadian ISPA, Diare, Demam Pada Bayi*. Politeknik Kesehaan Kemenkes Semarang.
- Yuliati. (2017). Uji Efektivitas Larutan Madu Sebagai Antibakteri Terhadap Pertumbuhan Staphylococcus Aureus dan Pseudomonas Aeruginosae Dengan Metode Disk Diffusion. *Jurnal Profesi Medika : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(1), 7–15. <https://doi.org/10.33533/jpm.v11i1.206>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License