

ETNOFARMAKOLOGI DAN PEMANFAATAN TANAMAN BERKHASIASI OBAT UNTUK IBU PASCA MELAHIRKAN DI KECAMATAN AMARASI TIMUR

Yulius Baki Korassa^{1*}, Novi Winda Lutsina², Stefany S. A. Fernandez¹, Muhamad Satria Mandala Pua¹

¹Program Studi Farmasi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Kupang, Indonesia

²Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Citra Bangsa, Kupang, Indonesia

*e-mail koresponden: yuliusbaki8@gmail.com

Diterima: 4 April 2023

Disetujui: 13 Juni 2023

Dipublikasikan: 26 Juni 2023

Abstrak

Pemanfaatan tanaman berkhasiat obat pada ibu pasca melahirkan oleh masyarakat Amarasi Timur Provinsi Nusa Tenggara Timur secara empiris perlu di inventarisasi dan dikaji secara ilmiah. Tujuannya agar diperoleh informasi yang tepat berdasarkan nama, jumlah, bagian, komposisi, cara meramu, teknik pengobatan dan khasiat dari tanaman. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif terkait pemanfaatan tanaman obat bagi ibu pasca melahirkan. Hasil Penelitian menunjukkan bagian tanaman yang digunakan masyarakat adalah jenis: kulit batang, kambium batang, daun, rimpang, biji, buah dan bunga. Jumlah tanaman yang diambil dilakukan berdasarkan kebutuhan dan diperkirakan sendiri oleh pengobat tradisional yakni satu genggam dan satu ruas ibu jari. Beberapa ramuan yang digunakan adalah: ramuan minum untuk "membersihkan darah kotor"; ramuan cuci kepala untuk mencegah "darah putih naik di kepala"; ramuan minyak gosok untuk menjaga agar tubuh tetap hangat dan membantu dalam proses persalinan; ramuan kunyah untuk membantu dalam mempermudah proses persalinan dan ramuan mandi untuk memperlancar aliran darah serta membersihkan tubuh pasca melahirkan. Terdapat 38 jenis tanaman yang digunakan oleh masyarakat Amarasi Timur yang diolah menjadi 5 ramuan yaitu ramuan minum, kunyah, cuci kepala, minyak gosok, dan mandi dengan takaran yang masih diperkirakan secara tradisional.

Kata Kunci: Etnofarmakologi, Ramuan pasca melahirkan, Amarasi Timur

Abstract

The application of plants empirically by the community in East Amarasi, East Nusa Tenggara needs to be inventoried and studied scientifically. The aim is to obtain accurate information regarding dose, quality, safety, and efficacy from empirical studies. An analysis of medicinal plants for postpartum mothers was conducted by qualitative descriptive methods. This was based on the name, amount, part, composition, method of dispensing, treatment techniques and efficacy of the plant. The results showed that the community gathered bark, stems, cambium, leaves, rhizomes, seeds, fruits and flowers. The amount of plants taken was determined by traditional practitioners, who used one handheld segment and one thumb segment to determine how much plant to take. Some of the potions used were: drinking potions to "cleanse dirty blood"; head wash potions to prevent "leukocytes rising to the head"; rubbing oil potions to keep the body still warm and assist in childbirth; chewable potions to assist in facilitating the childbirth process and bathing potions to facilitate blood flow and cleanse the body after childbirth. Based on the results, they indicate that there are 38 types of plants and 5 ingredients involved in these uses. These uses are drinking, chewing, washing the head, rubbing oil, and bathing, in traditional doses.

Keywords: Ethnopharmacology, post-partum potions, East Amarasi

PENDAHULUAN

Pemanfaatan tanaman berkhasiat obat oleh masyarakat ditujukan agar diperoleh ramuan obat tradisional yang bermutu tinggi, aman dan memiliki khasiat nyata yang teruji secara ilmiah, sehingga dapat dimanfaatkan secara luas, baik untuk pengobatan sendiri maupun digunakan dalam pelayanan kesehatan formal¹. Masyarakat Indonesia sudah sejak zaman dahulu kala menggunakan ramuan obat tradisional sebagai upaya pemeliharaan kesehatan, pencegahan

penyakit, dan perawatan kesehatan². Ramuan obat tradisional tersebut dapat berasal dari tumbuhan, hewan, dan mineral, namun umumnya yang digunakan berasal dari tumbuhan³.

Hasil ristoja tahun 2017 yang dilakukan di seluruh Indonesia tentang riset khusus eksplorasi pengetahuan lokal etnomedisin dan tumbuhan obat berbasis komunitas menunjukkan masih banyak masyarakat yang menggunakan tumbuhan disekitar mereka untuk mengobati penyakit, dimana terdapat

1874 informasi tanaman obat di provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) dan sebanyak 1316 atau sekitar 70% telah teridentifikasi sebagai tanaman obat tradisional sampai ke tingkat species, sedangkan sebanyak 558 atau sekitar 30% belum dapat teridentifikasi⁴. Jenis tanaman obat yang telah maupun belum teridentifikasi di provinsi NTT ini digunakan oleh masyarakat untuk mengatasi berbagai keluhan penyakit sehingga dapat menjadi peluang bagi untuk melakukan penelitian lebih lanjut⁴.

Penelitian etnofarmakologi tanaman bertujuan untuk mengetahui nama dan jenis tumbuhan yang berkhasiat sebagai obat tradisional baik pada bagian tumbuhan, cara pengolahan, cara menyiapkan, dosis yang digunakan dan cara menggunakan dalam pengobatan tradisional yang dilakukan oleh masyarakat secara turun temurun berdasarkan pengalaman empiris⁵. Pengobatan tradisional dengan ramuan tanaman obat telah lama digunakan oleh nenek moyang, walaupun dampak kesembuhan lebih lama dari pada kesehatan medis. Pengobatan tradisional memiliki efek samping yang kecil, namun penting untuk memperhatikan dosis dan cara yang tepat untuk meramu⁶. Penggunaan obat tradisional dari bahan alam dipercaya masyarakat secara dinamisme dan animisme (serba roh) dengan tradisi yang masih dipegang teguh oleh masyarakat selain itu dikarekanakan biaya yang murah, bahannya mudah di peroleh dan efek samping yang rendah menjadi salah satu alasan masyarakat menggunakan obat tradisional dibandingkan obat sintesis^{7,8}.

Pengetahuan akan obat-obat tradisional oleh suku Amarasi Timur ini diwariskan oleh leluhur secara turun temurun sampai dengan generasi sekarang. Pemanfaatan tanaman berkhasiat khususnya untuk mengobati ibu pasca melahirkan merupakan bagian dari kearifan lokal masyarakat setempat. Provinsi NTT terdiri dari suku-suku dan etnis yang tersebar di berbagai wilayah yang luas. Budaya dari setiap etnis yang berbeda sangat mempengaruhi jenis obat tradisional yang digunakan⁹. Amarasi Timur merupakan salah satu kecamatan yang masih menggunakan tanaman berkhasiat obat sebagai pengobatan utama¹⁰. Sejak zaman dahulu masyarakat sudah dalam pengobatan contohnya tanaman yang tumbuh di hutan dan pekarangan rumah seperti tanaman kumis kucing untuk batu ginjal, daun mengkudu untuk mimisan, *kunu rote* (nama lokal) untuk penyakit lambung, *akar memo* (nama lokal) untuk mengobati tumor daun gala-gala untuk mengobati batuk dan dimanfaatkan juga sebagai air mandi untuk ibu pasca melahirkan. Masyarakat Kecamatan Amarasi Timur dari berbagai kalangan umur

dan status sosial hingga saat ini masih memanfaatkan ramuan obat tradisional sebagai bagian dari pengobatan dan pemeliharaan kesehatan bagi ibu-ibu hamil dan pasca melahirkan. Pemanfaatannya masih dilakukan berdasarkan pengalaman dan keterampilan secara turun temurun dan telah diwariskan dari generasi ke generasi hingga saat ini dengan mengajarkan menggunakan teknik sederhana secara lisan. Informasi dan pengetahuan tentang tanaman berkhasiat obat bagi ibu pasca melahirkan belum diinventarisasi dan didokumentasi secara baik dan ilmiah, sehingga penelitian ini penting untuk dilakukan guna menginformasikan pemanfaatan tanaman lokal suku amarasi untuk pengobatan bagi ibu pasca melahirkan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini yakni deskriptif kualitatif meliputi nama tanaman, jumlah tanaman, bagian tanaman yang digunakan, komposisi, cara meramu, teknik pengobatan dan khasiat ramuan. Data yang diperoleh dengan mewawancarai responden atau informan yang jumlahnya disesuaikan dengan keadaan sebenarnya di lapangan dan di deskripsikan¹¹.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Kecamatan Amarasi Timur Kabupaten Kupang dan berlangsung pada bulan Mei sampai dengan Oktober tahun 2019.

Prosedur Penelitian

Observasi

Menggali informasi jumlah penyehat tradisional khusus ibu pasca melahirkan di seluruh wilayah Kecamatan Amarasi Timur dan meminta kesediaan menjadi informan melalui *inform consent*.

Tahap pengumpulan data

Mewawancarai penyehat tradisional yang mengetahui ramuan untuk ibu pasca melahirkan, mengambil gambar jenis tanaman yang dijadikan sebagai ramuan tradisional pasca melahirkan.

Pengolahan data

Data yang diperoleh ditabulasikan dalam bentuk foto atau gambar dan dideskripsikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian di Kecamatan Amarasi Timur Kabupaten Kupang diperoleh dari 10 orang responden yang merupakan penyehat tradisional dan telah melakukan pengobatan untuk wanita pasca melahirkan

secara turun temurun. Pada umumnya, mata pencaharian para penyehat tradisional adalah bertani, berkebun dan sebagai dukun beranak yang dapat dipanggil sewaktu dibutuhkan. Setelah melakukan pengumpulan data terhadap penyehat tradisional, maka informasi mengenai inventarisasi ramuan berkhasiat obat khusus ibu pasca melahirkan disajikan berdasarkan nama tanaman, jumlah tanaman, bagian tanaman yang digunakan, komposisi, cara meramu, teknik pengobatan dan khasiat ramuan.

Nama Tanaman Obat

Terdapat 38 jenis tanaman yang digunakan oleh masyarakat Kecamatan Amarasi Timur dan 2 bahan tambahan yaitu madu dan "abu ra'o" atau abu hasil bakaran kayu. Hal ini menjadi informasi yang khas dalam pengobatan suku Amarasi, karena pada pengobatan ibu pasca melahirkan suku Amarasi Selatan dan Amarasi Barat tidak menggunakan abu bakaran kayu dalam pengobatan¹². Informasi tanaman obat yang digunakan oleh penyehat tradisional berdasarkan pada pengalaman secara empiris dengan melihat melihat orang tua atau pengobat tradisional sebelumnya selain itu juga mendapatkan informasi melalui panggilan atau ilham dari doa. Hasil penelusuran mengungkapkan bahwa beberapa nama tanaman sudah menggunakan bahasa Indonesia sedangkan sebagiannya masih menggunakan bahasa daerah.

Hasil menunjukkan terdapat 20 tanaman yang menggunakan bahasa daerah diantaranya adalah *hau koro*, *hau base*, *tore nako'u*, *kubon moro*, daun *faunum*, daun *aikoninama*, daun *kafi*, daun *Torere*, *hau pena*, kayu *Aruda*, kulit batang *masi*, kulit batang *feu*, kayu *Sap*, daun *gala-gala* merah, daun *gala-gala* putih, rimpang *alia*, kulit batang *faloak*, daun *turis*, pucuk daun *gewang* dan rimpang *genoak*. "Hau" merupakan istilah dari Bahasa Timor yang menggambarkan bagian kayu yang digunakan untuk pengobatan, sedangkan tanaman yang menggunakan bahasa Indonesia berjumlah 18. Tanaman ini meliputi bunga kembang sepatu, biji kuenten, daun kamboja, daun advokad, daun johar, daun pisang, buah sirih, rimpang kunyit, biji lada, asam jawa, buah kelapa, bawang merah, bawang putih tunggal, sereh merah, sereh putih, biji kemiri, daun jeruk nipis, dan biji pinang. Selain informasi tentang nama obat, pada penelusuran ini diperoleh informasi mengenai cara pengambilan tanaman dimana saat pengambilan tanaman disarangkan untuk tidak terkena bayangan cahaya tubuh pengambil, tidak boleh dilangkahi oleh hewan seperti kucing atau anjing dan pengambilan tanaman tanpa berbicara dan didahului dengan doa. Hal ini

dipercaya agar tanaman yang diambil tidak kehilangan khasiat. Teknik ini memiliki kesamaan dengan dengan cara yang dilakukan oleh suku-suku Amarasi wilayah lain dan menjadi ciri khas pengobatan¹².

Jumlah takaran

Jumlah takaran yang digunakan masih berdasarkan perkiraan yang ditentukan oleh penyehat tradisional. Takaran ini masih bersifat kualitatif seperti satu genggang kayu daun ataubiji, satu ruas ibu jari rimpang, beberapa helai daun dan beberapa potong akar atau batang. Jumlah bahan yang diambil dibersihkan dan dipisahkan bagian-bagian tanaman seperlunya tanpa harus menggunakan teknik khusus (Gambar 1).



Gambar 1. Kulit batang feu

Cara pengambilan bahan disesuaikan dengan tekstur dan karakter dari bahan yang di ambil dimana untuk kulit batang, proses pengambilannya dengan cara disayat menggunakan pisau atau parang pada bagian batang yang besar. Bagian daun, buah dan bunga di ambil dengan cara dipetik. Bagian biji diambil dengan cara dipecahkan cangkang yang keras atau dengan cara dikupas dengan pisau lalu diambil bagian dalamnya. Sedangkan bagian rimpang diambil dengan cara dicabut dengan bantuan kayu atau parang dan linggis dimana masyarakat setempat mengenalnya dengan istilah do'i¹³.

Bagian tanaman yang digunakan

Bagian tanaman yang digunakan berdasarkan pengambilan data diantaranya kulit batang, kambium batang, daun, rimpang, biji, buah dan bunga. Bagian tanaman diambil seperlunya dan hanya disesuaikan dengan kebutuhan penggunaan. Jenis tanaman yang diambil bagian daun diantaranya *tore nako'u*, *kubon moro*, *faunum*, *aikoninama*, *kafi*, *torere*, *advokat*, *johar*, daun pisang, *gala-gala* merah, *gala-gala* putih, *turis*, *gewang*, *genoak*, jeruk nipis, dan daun sirih. Untuk bagian kulit batang, jenis tanaman yang diambil diantaranya *hau koro*, *hau base*, *hau pena*, kayu *aruda*,

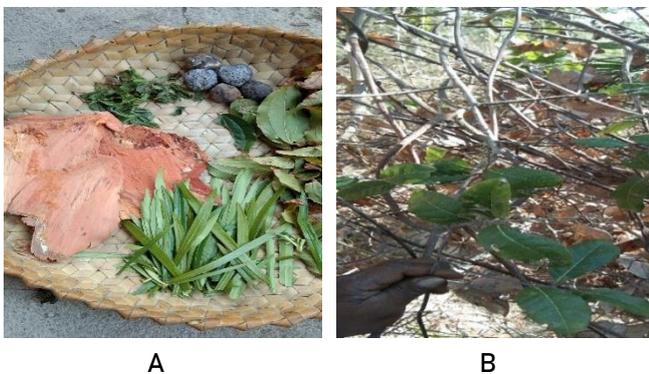
masih dan feu. Bagian batang dan pelepah ditemukan berupa kayu sap, sereh merah dan sereh putih. Jenis tanaman yang diambil bagian buah diantaranya kelapa, sirih dan asam. Jenis tanaman yang diambil bagian bunga diantaranya kembang sepatu, torere dan bunga kamboja. Jenis tanaman yang diambil rimpang antara lain kunyit mai, alia dan rimpang genoak sedangkan bagian umbinya adalah bawang merah dan bawang putih.

Komposisi Ramuan dan Teknik Pengolahan

Komposisi ramuan merupakan bahan-bahan yang diracik untuk memperoleh sebuah sediaan jadi yang mengandung satu atau lebih bahan tanaman berkhasiat obat dalam mengobati dan memelihara keadaan ibu pasca melahirkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 5 jenis ramuan yang digunakan yakni ramuan mandi, ramuan minum, ramuan kunyah, ramuan cuci kepala dan ramuan minyak gosok.

Ramuan mandi

Ramuan mandi memiliki khasiat seperti menurunkan bengkak pada kaki, tangan dan perut bagi ibu pasca melahirkan. Hasil pengambilan data untuk ramuan mandi terbagi dalam beberapa jenis ramuan yang diperoleh dari narasumber yang berbeda. Ramuan mandi terdiri dari 2 kelompok berdasarkan teknik pengolahannya yakni cara panas dengan di rebus dan cara dingin tanpa pemanasan. Ramuan mandi cara dingin meliputi *hau koro*, *hau base*, *kaif nako'u*, biji kemiri dan *kubon moro*. Ramuan mandi cara panas dengan perebusan meliputi batang sereh merah, dan daun sirih; daun *fa'unum*, kulit batang *faloak*, kulit batang *masih*, dan kulit batang *feu*, daun jeruk nipis dan daun sereh; serta daun alpukat, daun pisang dan daun johar¹⁴. Ramuan mandi dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Ramuan mandi (A) Ramuan mandi cara dingin dan (B) Ramuan daun fa'unum

Gambar 2 menunjukkan cara pengolahan ramuan mandi adalah dengan cara merebus semua bahan dengan air hingga terendam sempurna dan mendidih, lalu ramuan tersebut dibiarkan sampai hangat kemudian dapat langsung digunakan untuk mandi pada pagi dan sore hari selama 10 sampai 40 hari¹⁴. Cara meramu ramuan mandi terbagi atas 2 kategori yakni dengan cara direbus dan dengan cara tanpa di rebus atau dapat langsung digunakan setelah di ramu. Untuk membuat ramuan mandi, beberapa bahan seperti daun, buah, bunga, biji atau batang diambil seperlunya dan dibersihkan dari kotoran. Selanjutnya dicuci menggunakan air mengalir. Bahan yang bersih ini dimasukkan ke dalam periuk yang sebelumnya telah ditambahkan air. Bahan ini direbus selama 15-30 menit. Air rebusan ini biasanya digunakan untuk kebutuhan penggunaan 2-3 kali dalam sehari. Sedangkan ampasnya dapat disimpan untuk perebusan kembali dengan jumlah maksimal penggunaan sebanyak 3 kali. Air rebusan yang diperoleh dapat langsung dimandikan pada ibu pasca melahirkan dengan cara dibasuh-basuh ke seluruh tubuh ibu.

Ramuan mandi tanpa perebusan terdiri dari Hau koro, hau Base, Tores nako'u, biji kemiri dan Kubon moro. Adapun cara meramunya adalah dengan mengambil bagian-bagian dari tanaman yang sudah dipilih kemudian dibersihkan, dimasukkan ke dalam lumpang kayu sedikit demi sedikit sambil ditumbuk perlahan-lahan hingga diperoleh tekstur serat kasar dari bahan tersebut, selanjutnya bahan tersebut langsung dimasukkan ke dalam ember yang berisi air hingga terendam sempurna lalu diaduk-aduk dengan menggunakan tangan sambil sesekali diperas. Setelah itu ampasnya dipisahkan dari sarinya lalu langsung dapat digunakan dengan cara di basuh ke bagian tubuh pasca melahirkan pada pagi dan sore hari. Pada pagi hari, pembasuhan dilakukan dari dari leher hingga ke kaki dan tangan sedangkan pembasuhan dilakukan dari bagian bawah tubuh mengarah ke atas saat sore hari. Memandikan ibu setelah melahirkan dipercaya oleh masyarakat dapat menyembuhkan luka pada organ reproduksi ibu pasca-melahirkan dan melancarkan aliran darah karena mengandung obat yang dapat mengeringkan luka atau efek antioksidan bagi tubuh. Kekhasan dari ramuan mandi suku Amarasu Timur adalah banyak menggunakan kulit kayu yang diperoleh di pekarangan atau hutan sekitar dan menumbuhkannya sebelum di peras dan langsung dapat digunakan.

Ramuan minum

Ramuan minum dalam pengobatan memiliki khasiat untuk membersihkan rahim dan dipercaya dapat mengeluarkan darah kotor. Selain itu, ramuan ini dapat menambahkan stamina untuk wanita pasca melahirkan. Ramuan minum di Kecamatan Amarasi Timur terdiri dari buah asam, kunyit *mai* dan biji lada; daun *fa'unum*; buah daun sirih hutan dan *hau pena*; kwenyer dan bawang merah. Ramuan minum dapat dilihat pada Gambar 3.



A B
Gambar 3. Ramuan minum dari daun fa'unum (A) dan kunyit asam (B)

Gambar 3 menunjukkan hasil perebusan daun *fau'num* untuk diminum. Tujuan merebus tanaman berkhasiat obat adalah untuk dapat memindahkan zat-zat aktif yang ada pada tumbuhan ke dalam larutan air, kemudian diminum untuk kebutuhan pengobatan¹⁵. Cara perebusan dipercaya oleh masyarakat suku Amarasi untuk dapat membunuh kuman dan bakteri yang ada pada tumbuhan agar lebih aman saat diminum dan senyawa kandungan yang ada pada tumbuhan lebih banyak yang terkestraksi¹⁶.

Teknik meramu ramuan minum yang umum dilakukan oleh masyarakat Amarasi Timur cukup sederhana yakni dengan cara panas dan cara dingin. Untuk cara panas, bahan yang diperlukan dibersihkan dari kotoran selanjutnya direbus dengan air dan dapat langsung diminum. Masyarakat biasanya menambahkan sedikit gula atau madu untuk menutupi aroma dan rasa pahit atau sepat. Kunyit asam merupakan bahan yang sering diolah secara dingin oleh masyarakat setempat. Proses peramu yakni menghaluskan kunyit asam dan ditambahkan air. Setelah itu, campuran diremas, disaring dan ambil sarinya untuk diminum. Selain itu, masyarakat biasanya menambahkan kwenyer, lada atau madu untuk menambah rasa serta menghangatkan tubuh wanita pasca melahirkan. Kunyit mengandung bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai antinyeri, antiradang, antibakteri, menurunkan demam dan

memperlancar aliran darah sedangkan asam jawa memiliki efek menenangkan dan sebagai anti peradangan¹⁷. Mengonsumsi minuman kunyit asam merupakan salah satu upaya perawatan diri yang berbasis budaya selama masa nifas yang memberikan efek tubuh menjadi lebih segar dan fit setelah melahirkan.

Ramuan kunyah

Ramuan kunyah adalah ramuan yang penggunaannya dilakukan dengan cara di kunyah langsung baik untuk bahan segar maupun bahan yang telah dikeringkan, selanjutnya ramuan tersebut dapat ditelan. Hasil pendataan menunjukkan 2 ramuan kunyah meliputi pucuk daun turis, polok daun gewang dan kulit batang marungga serta bawang merah. Ramuan kunyah dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Ramuan kunyah

Ramuan kunyah ini digunakan oleh masyarakat Amarasi Timur untuk membantu proses persalinan dan pemulihan bagi wanita pasca melahirkan lamanya terapi dapat dilakukan untuk sekali pemakaian atau beberapa hari hingga dinyatakan sembuh. Cara mengolah tanaman dengan cara dikunyah dianggap lebih praktis dan mudah selain itu juga dapat memberikan efek lokal dalam rongga mulut serta memberikan respon pengobatan yang lebih cepat karena zat aktif akan diabsorpsi melalui mukosa mulut dan dapat langsung ditelan¹⁸. Cara meramu ramuan kunyah dilakukan dengan mengambil bahan-bahan secara segar dan langsung dari tanaman yang hidup di sekitar pekarangan rumah atau hutan sekitar. Bahan ini dibersihkan dengan air langsung di kunyah. Informasi dari penyehat ditemukan bahwa ramuan kunyah dihasilkan dari bahan tunggal dan bahan kombinasi. Secara keseluruhan, ramuan kunyah diperuntukan untuk beberapa tanaman yang tidak beracun. Hal ini karena ramuan yang digunakan untuk ditempelkan pada area perut ibu pasca melahirkan diperoleh dari kunyah secara langsung dalam mulut.

Ramuan kunyah masyarakat suku Amarasi Timur yang digunakan salahsatunya adalah kulit kelor memiliki kandungan kimia flavonoid, alkaloid, steroid,

fenolat, dan tanin. Kandungan kimia yang paling banyak ditemukan pada kulit batang kelor adalah flavonoid dan alkaloid yang dipercaya memiliki efek antibakteri, antinyeri dan antitemam¹⁹. Selain itu adanya pucuk turis yang memiliki kandungan alkaloid, saponin, polifenol dan flavonoid dipercaya sebagai antioksidan alami bagi ibu pasca melahirkan²⁰.

Ramuan Keramas

Beberapa bahan yang digunakan dalam ramuan keramas yakni buah kelapa, daun gala-gala merah, batang sereh merah, abu *ra'o*, bawang merah, bawang putih, bunga atau daun kembang sepatu, buah atau daun lemon dan rimpang *alia* merah. Ramuan cuci kepala disajikan pada Gambar 5.



Gambar 5. Ramuan cuci kepala

Ramuan cuci dengan buah kelapa memiliki baunya sangat harum dan khas serta memilikikandungan protein serta vitamin E yang baik, adanya sereh merah menambah aroma yang sedap dan menenangkan. Daun gala-gala, alia merah dan lemon dipercaya dapat menyuburkan rambut dan memberikan efek antioksidan yang baik bagi tubuh²¹. Kekhasan dari ramuan cuci kepala masyarakat suku Amarasi Timur adalah dengan penambahan abu bakaran yang percaya dapat menyerap racun dalam tubuh.

Teknik meramu untuk ramuan keramas dilakukan dengan cara menyiapkan bahan-bahan yang telah dipilih dan dibersihkan dari pengotornya, setelah itu ditumbuk dengan lumpang kayu hingga diperoleh tekstur yang sedikit halus. Hasil tumbukaan ini dicampurkan dengan parutan kelapa sambil sesekali ditambahkan air hingga tercampur merata sambil diperas. Bila sudah tercampur sempurna, ramuan dapat langsung digosokkan ke kepala hingga seluruh rambut tertutupi ramuan dan dibungkus dengan kain bersih hingga seluruh kepala tertutupi dan dibiarkan selama 1 hari.

Ramuan Minyak Urut

Hasil pendataan diperoleh 2 ramuan minyak urut yaitu minyak kelapa, minyak telon, daun *kafi*, bunga atau daun *torero* dan daun *aikoninama*, bawang merah, bawang putih, daun *aruda*, daun genoak, rimpang

genoak, kayu *sap*, kunyit dan biji kemiri. Ramuan minyak urut dapat dilihat pada Gambar 6.



Gambar 6. Ramuan minyak urut

Minyak urut merupakan salah satu terapi pada ibu hamil dengan cara adalah pijat dengan tujuan untuk meningkatkan kenyamanan terutama pada saat kehamilan²². Beberapa penelitian menjelaskan bahwa pijat pada ibu hamil bermanfaat untuk meredakan sakit kaki dan punggung, mengurangi pembekakan, meningkatkan kualitas tidur, mengurangi kecemasan atau depresi, namun sebaiknya dilakukan dilakukan pada usia kehamilan lebih dari 12 minggu sehingga dapat membantu untuk mengeluarkan metabolisme tubuh melalui system sirkulasi darah yang lancar¹⁷. Kekhasan dari minyak urut suku Amarasi Timur adalah penggunaan daun aikoniknama yang diperoleh dari hutan.

Ramuan oles atau urut dilakukan dengan cara memanaskan minyak kelapa pada wajan lalu dimasukan semua bahan dan digoreng bersama sama sambil terus diaduk-aduk hingga diperoleh warna minyak yang sedikit kuning. Diupayakan saat melakukan penggorengan bahan jangan sampai hangus agar khasiat dari tanaman tidak menjadi berkurang. Hasil penggorengn selanjutnya didinginkan dan dapat langsung digunakan dengan cara dioleskan pada sekujur tubuh wanita pasca melahirkan. Proses penyimpanannya dengan cara memasukan minyak beserta dengan ampas dan bahan-bahan yang digoreng tadi ke dalam botol kaca atau plastik lalu ditutup rapat. Hal ini bertujuan untuk mutu dari ramuan dapat bertahan lama.

Teknik Pengobatan

Teknik pengobatan merupakan tindakan yang dilakukan oleh pengobat tradisional untuk memberikan ramuan hasil racikan kepada ibu pasca melahirkan. Teknik ini meliputi minum, mandi, kunyah, oles dan keramas. Teknik pengobatan dengan minum dilakukan dengan cara memberikan ramuan minum baik panas maupun dingin ke ibu yang baru selesai melahirkan sebanyak satu gelas. Aturan minum rata-rata berkisar antar 1 sampai 4 kali sehari selama 7 hingga 40 hari atau bila kondisi sudah membaik. Fungsi dari ramuan ini adalah untuk menambah tenaga agar tidak lemas dan

membersihkan darah kotor. Teknik memandikan dilakukan dengan cara membilas atau mengusap tubuh wanita pasca melahirkan menggunakan ramuan mandi baik dengan cara panas maupun cara dingin. Pengobatan ini dilakukan 1-3 kali sehari selama 3 hingga 14 hari tergantung dari kondisi pasca melahirkan. Teknik pengobatan dengan cara keramas dilakukan 2-10 hari pasca ibu melahirkan. Teknik ini dapat dilakukan 1 hingga 3 kali. Teknik Pengobatan dengan cara dikunyah dilakukan sendiri oleh wanita pasca melahirkan dan dapat diminum 1 kali sehari hingga kondisi membaik. Ramuan ini juga diperuntukan dalam memperlancar proses persalinan dengan cara mengoleskannya pada bagian tubuh sambil dipijat agar tubuh tetap hangat dan tidak kaku. Teknik dalam pengobatan tradisional dimaksudkan untuk mengobati atau merawat dengan menggunakan cara tradisional baik ilmu, pengalaman maupun keterampilan yang diwariskan secara turun temurun dalam suatu wilayah masyarakat berdasarkan pada teori-teori, keyakinan serta pengalaman masyarakat yang mempunyai adat budaya yang berbeda. Teknik pengobatan tradisional suku Amarasi Timur digunakan dalam pemeliharaan kesehatan serta dalam pencegahan, diagnosa, perbaikan atau pengobatan penyakit secara fisik dan juga mental²³.

SIMPULAN

Terdapat 38 jenis tanaman yang digunakan oleh masyarakat Kecamatan Amarasi Timur untuk ibu pasca melahirkan. Jumlah tanaman yang diambil dilakukan berdasarkan kebutuhan dan diperkirakan sendiri oleh pengobat tradisional yakni satu genggam dan satu ruas ibu jari. Terdapat 5 ramuan yang diperoleh yaitu ramuan minum untuk membersihkan darah kotor, ramuan cuci kepala untuk mencegah darah putih tidak naik ke kepala. ramuan minyak gosok untuk menjaga agar tubuh tetap hangat dan membantu dalam proses persalinan, ramuan kunyah untuk membantu dalam mempermudah proses persalinan dan ramuan mandi untuk memperlancar aliran darah dan membersihkan tubuh dari ibu pasca melahirkan sehingga tidak kotor dan infeksi. Pengambilan tanaman berdasarkan tinjauan etnofarmakologi diantaranya pada saat pengambilan kulit batang tanaman tidak boleh terkena bayangan tubuh pengambil, tanaman yang diambil tidak boleh dilangkahi oleh hewan serta tidak bicara saat pengambilan bagian daun. Data tanaman yang diperoleh diharapkan dapat dideterminasi dan ditelusuri lebih lanjut terkait kandungan metabolit sekunder dari tanaman yang berkhasiat untuk pengobatan ibu pasca melahirkan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Harjono, Y., Yusmaini, H., Bahar, M. 2017. Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti Kabupaten Tangerang. *JPM Ruwa Jurai*, 3(1), 16-21. DOI: <https://doi.org/10.23960/jpm3116-21>
2. Anggraeni, D.F.P., Suryanti. 2020. Pengaruh Pemanfaatan Aktifasi "Pojok Toga" Terhadap Peningkatan Hasil Belajar dan Peduli Lingkungan Siswa Kelas IV SDN Benowo 1 Surabaya. *J Penelit Pendidik Guru Sekol Dasar*, 8(1), 9-78.
3. Kementerian Kesehatan RI. 2017. Formularium Ramuan Obat Tradisional Indonesia. Jakarta.
4. Kementerian Kesehatan RI. 2017. RISTOJA, Eksplorasi Pengetahuan Lokal Etnomedisin dan Tumbuhan Obat Berbasis Komunitas di Indonesia. Jakarta.
5. Mulyani, Y., Hasimun, P., Sumarna, R. 2020. Kajian Etnofarmakologi Pemanfaatan Tanaman Obat Oleh Masyarakat Di Kecamatan Dawuan Kabupaten Subang Provinsi Jawa Barat. *Galen J Pharm*, 6(1), 37-54. DOI: <https://doi.org/10.22487/j24428744.2020.v6.i1.13572>
6. Dewi, R.S., Wahyuni, Pratiwi, E., Muharni, S. 2019. Penggunaan Obat Tradisional Oleh Masyarakat di Kelurahan Tuah Karya Kota Pekanbaru. *J Penelit Farm Indones*, 8(1), 41-45. DOI: <https://doi.org/10.51887/jpfi.v8i1.781>
7. Sinaga, R., Sembiring, M.B. 2019. Eksistensi Guru Mbelin Dalam Pengobatan Tradisional Karo Di Desa Kidupen Kecamatan Juhar Kabupaten Karo (1970-1990). *Puter Hijau J Pendidik Sej*, 4(1), 14-31. DOI: <https://doi.org/10.24114/ph.v4i1.13891>
8. Heriana, A. 2007. *Tanaman Obat dan Khasiatnya*. 1st ed. Jakarta: Penerbit Swadaya.
9. Pulunggono, H.B. 1999. Ethnobotany of People Live in Amarasi of Kupang, Mollo and Amanatuna and Amanatun of South Central Timor, West Timor, Indonesia. *Media Konserv*, 6(1), 27-35. DOI: <https://doi.org/10.29244/medkon.6.1.%p>
10. Akhirian, S., Nayati, W. 2016. Wilayah Kerajaan Amarasi, Nusa Tenggara Timur: Analisis Kewilayahan Dengan Menggunakan Sistem Informasi Geografi. *Forum Arkeol*, 27(1), 23-32. DOI: <http://dx.doi.org/10.24832/fa.v27i1.55>
11. Hoffman, B., Gallaher, T. 2007. Importance Indices in Ethnobotany. *Ethnobot Res Appl*, 5, 201-218.
12. Kiuk, F.B. 2018. Inventarisasi Ramuan Obat Tradisional Pasca Melahirkan Di Desa Sahraen Kecamatan Amarasi Selatan. *Diploma Thesis*, Poltekkes Kemenkes Kupang, Kupang.
13. Payon, N.P. 2018. Etnofarmakologi Ramuan Tradisional Pasca Melahirkan Di Desa Buraen Kecamatan Amarasi Selatan. *Diploma Thesis*, Poltekkes Kemenkes Kupang, Kupang.
14. Fitrianti, Y., Angkasawati, T.J. 2015. Pengobatan Tradisional Gayo Untuk Ibu Nifas. *Bul Penelit Sist*

- Kesehat*, 18(2), 111-119. DOI: <http://dx.doi.org/10.22435/hsr.v18i2.4307>
15. Mahendra, D. 2006. *Jenis Tanaman Obat Ampuh*. Jakarta: Penebar Swadaya.
 16. Gunadi, D., Oramahi, H., Tavita, G.E. 2017. Studi Tumbuhan Obat Pada Etnis Dayak Di Desa Gerantung Kecamatan Monterado Kabupaten Bengkayang. *J Hutan Lestari*, 5(2), 425-436. DOI: <http://dx.doi.org/10.26418/jhl.v5i2.20089>
 17. Field, T. 2010. Pregnancy and Labor Massage. *Expert Rev Obstet Gynecol*, 5(2), 177-181. DOI: <http://dx.doi.org/10.1586/EOG.10.12>
 18. Banker, G., Anderson, N. 1994. *Tablet In the Theory and Practice of Industrial Pharmacy*. 3rd ed. Jakarta: UI Press.
 19. Fatimah, S., Rahayu, M., Rinding, A.L.T. 2017. Analisis Sakarin dalam Jamu Kunyit Asam yang Dijual di Malioboro dan di Pasar Beringharjo Yogyakarta. *Biomedika*, 10(1), 30-35. DOI: <http://dx.doi.org/10.31001/BIOMEDIKA.V10I1.222>
 20. Dalimartha S. Atlas *Tumbuhan Obat Indonesia*. 1st ed. Jakarta: Jakarta Trubus Agriwidya.
 21. Angendari, M.D. 2012. Rambut Indah dan Cantik Dengan Kosmetika Tradisional. *J Pendidik Teknol dan Kejuru*, 9(1), 25-36. DOI: <https://doi.org/10.23887/jptk-undiksha.v9i1.2875>
 22. Cruz, C.M., Caromano, F.A., Gonçalves, L.L., Machado, T.G., Voos, M.C. 2014. Learning and Adherence to Baby Massage After Two Teaching Strategies. *J Spec Pediatr Nurs*, 19(3), 247-256. DOI: <https://doi.org/10.1111/jspn.12076>
 23. Kementerian Kesehatan RI. 2010. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta.