

Strategi Penanggulangan Stunting dengan Pendekatan Lokal Wisdom

Stunting Prevention Strategy with a Local Wisdom Approach

Rasmiyati Ipaenin¹, Melianus Salakory^{1*}, Roberth Berthy Riry¹

¹Program studi Pendidikan Geografi FKIP, Universitas Pattimura, Ambon, Indonesia

* Melianus Salakory

E-mail: Salakory64@gmail.com

ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0003-5759-249X>

Article info: Submitted 15 September 2024 | Revised 1 October 2024 | Accepted 15 October 2024

Abstrak: Penelitian ini mengkaji pemanfaatan sawi langit (*Cyanthillium cinereum*) sebagai alternatif pengobatan tradisional untuk mengatasi infeksi cacing, yang merupakan salah satu penyebab stunting pada anak-anak. Stunting menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia, dengan prevalensi yang tinggi di Provinsi Maluku. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Pandan Kasturi, Kecamatan Sirimau, Kota Ambon, menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk mengeksplorasi penggunaan sawi langit sebagai obat cacing yang diwariskan secara turun-temurun. Hasilnya menunjukkan bahwa air rebusan sawi langit digunakan secara efektif oleh masyarakat setempat dalam mencegah dan mengobati infeksi cacing pada anak-anak. Tanaman ini mengandung senyawa aktif seperti flavonoid dan tanin yang bersifat anti-parasit dan antioksidan, yang efektif dalam meminimalkan dampak negatif dari infeksi cacing serta mendukung kesehatan tubuh. Metode sederhana yang melibatkan perebusan sawi langit mencerminkan pemanfaatan kearifan lokal sebagai solusi kesehatan yang terjangkau. Penelitian ini menyarankan perlunya studi lebih lanjut untuk mengidentifikasi senyawa aktif secara detail dan uji klinis pada manusia untuk mengoptimalkan manfaat medisnya. Dengan demikian, sawi langit memiliki potensi untuk berkontribusi dalam pencegahan stunting melalui pendekatan alami yang murah dan terjangkau, sekaligus melestarikan pengetahuan tradisional yang berharga.

Kata Kunci: Cacingan, Kearifan Lokal, Stunting, Tanaman Obat

Abstract: This study examines the use of sawi langit (*Cyanthillium cinereum*) as an alternative traditional treatment for worm infections, which is one of the causes of stunting in children. Stunting is a major health issue in Indonesia, with a high prevalence in Maluku Province. The study was conducted in Kelurahan Pandan Kasturi, Kecamatan Sirimau, Kota Ambon, using a descriptive qualitative approach to explore the use of sawi langit as a worm treatment passed down through generations. The findings show that the local community effectively uses sawi langit decoction to prevent and treat worm infections in children. This plant contains active compounds such as flavonoids and tannins, which have anti-parasitic and antioxidant properties, effectively minimizing the negative impact of worm infections while supporting overall health. The simple method of boiling sawi langit reflects the utilization of local wisdom as an affordable health solution. The study suggests the need for further research to detail the active compounds and conduct clinical trials on humans to optimize its medical benefits. Thus, sawi langit has the potential to contribute to stunting prevention through a natural, affordable approach, while also preserving valuable traditional knowledge.

Keywords: Helminthiasis, Local Wisdom, Medicinal Plants, Stunting

Panduan Sitasi: Ipaenin, R., Salakory, M., Riry, R. B. (2024). Stunting Prevention Strategy with a Local Wisdom Approach. *GEOFORUM Jurnal Geografi Dan Pendidikan Geografi*, 3(2), 67-74. <https://doi.org/10.30598/geoforumvol3iss2pp67-73>

Pendahuluan

Stunting adalah kondisi yang menggambarkan pertumbuhan terhambat pada anak-anak di bawah usia lima tahun (Bugis et al., 2024). Masalah stunting seringkali disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu panjang, terutama pada masa 1.000 hari pertama kehidupan anak, yang mencakup masa kehamilan hingga usia dua tahun (Renyoe et al., 2023). Pada periode ini, pertumbuhan dan perkembangan anak terjadi sangat cepat, sehingga kekurangan nutrisi pada masa ini berdampak signifikan pada kesehatan fisik dan mental anak dalam jangka panjang. Stunting menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia karena angka prevalensinya yang masih tinggi dibandingkan batas yang direkomendasikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Penelitian menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia, termasuk di Provinsi Maluku, masih berada pada tingkat yang memprihatinkan. Di Maluku, tingkat kejadian stunting berada pada angka 34% dengan beberapa kabupaten menunjukkan angka prevalensi yang bahkan lebih tinggi (Idris et al., 2024). Kondisi ini mendorong pemerintah untuk meningkatkan upaya intervensi gizi dan sanitasi dalam upaya pencegahan stunting. Pendekatan lokal melalui pemanfaatan kearifan tradisional juga dianggap sebagai alternatif yang dapat membantu mengatasi masalah ini. Beberapa tanaman lokal yang dikenal masyarakat setempat, seperti sawi langit, sirih merah, dan tumbuhan lainnya, sering digunakan sebagai bahan pengobatan alami terhadap cacingan, yang merupakan salah satu penyebab stunting.

Stunting tidak hanya disebabkan oleh kekurangan gizi tetapi juga oleh infeksi cacing yang sering terjadi pada anak-anak di daerah dengan sanitasi yang buruk (Salakory et al., 2023). Kondisi ini diperparah dengan rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kebersihan dan pola makan seimbang (Amelia et al., 2022). Sebagai bentuk intervensi, beberapa komunitas lokal telah memanfaatkan tanaman obat yang ditemukan di lingkungan sekitar untuk mengobati infeksi cacing. Di Kelurahan Pandan Kasturi, masyarakat menggunakan tanaman lokal seperti sawi langit sebagai bahan obat cacing alami. Meskipun penggunaan tanaman obat ini bersifat tradisional, penelitian ilmiah yang mendukung efektivitas tanaman tersebut dalam pencegahan

stunting masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan kajian mendalam mengenai potensi tanaman lokal sebagai bahan obat tradisional untuk pencegahan stunting yang diakibatkan oleh infeksi cacing. Studi ini akan mengeksplorasi jenis-jenis tanaman lokal yang digunakan masyarakat dan mengidentifikasi senyawa aktif yang berpotensi membantu mencegah infeksi cacing pada anak-anak. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan solusi yang lebih komprehensif dan terjangkau bagi masyarakat dalam mencegah stunting.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pemberian obat cacing secara teratur dapat menurunkan risiko stunting hingga 30%. Selain itu, pendekatan berbasis kearifan lokal juga dianggap efektif dalam mengatasi masalah ini, karena tanaman lokal seperti sawi langit dan sirih merah mengandung senyawa yang dapat membunuh parasit cacing. Penelitian sebelumnya oleh Yuliawati et al. (2023) mengindikasikan bahwa konsumsi obat cacing berbahan alami dapat mengurangi infeksi cacing pada anak-anak di daerah pedesaan. Selain sawi langit, Tanaman seperti sirih merah juga memiliki kandungan antibakteri yang dapat membantu mengatasi infeksi cacing (Sumual et al., 2021). Tanaman ini mudah didapatkan di lingkungan sekitar masyarakat pedesaan dan penggunaannya telah diwariskan secara turun-temurun. Beberapa senyawa dalam tanaman ini diketahui memiliki efek yang mirip dengan obat cacing kimiawi, namun dengan efek samping yang lebih minimal.

Penelitian ini berupaya untuk memverifikasi efektivitas penggunaan tanaman obat dalam mengatasi infeksi cacing di Kelurahan Pandan Kasturi. Dengan memahami potensi dan keterbatasan tanaman obat ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan rekomendasi bagi program intervensi kesehatan di daerah pedesaan. Selain itu, penelitian ini juga berusaha menyoroti bagaimana pendekatan lokal berbasis kearifan masyarakat dapat diterapkan dalam skala yang lebih luas untuk mengatasi masalah stunting di Indonesia. Walaupun telah banyak penelitian yang membahas hubungan antara infeksi cacing dan stunting, penggunaan tanaman obat sebagai strategi pencegahan stunting di Indonesia belum cukup tereksplorasi. Mayoritas penelitian fokus pada pengobatan medis dan program intervensi pemerintah, sedangkan penelitian mengenai

penggunaan tanaman lokal dan kearifan tradisional masih terbatas. Pemanfaatan kearifan lokal dalam pengobatan tradisional memiliki potensi yang belum dimanfaatkan secara optimal (Sadino et al., 2024).

Beberapa studi menyebutkan bahwa penggunaan tanaman obat sebagai alternatif pengobatan tradisional tidak hanya membantu mengurangi biaya pengobatan, tetapi juga mendorong masyarakat untuk lebih mandiri dalam menjaga kesehatan mereka (Maulani & Jonyanis, 2024). Namun, penelitian ini belum mencakup identifikasi spesifik jenis tanaman dan senyawa aktif yang efektif dalam mencegah infeksi cacung penyebab stunting. Dengan demikian, penelitian ini mencoba mengisi celah tersebut dengan mengidentifikasi tanaman lokal yang dimanfaatkan masyarakat di Kelurahan Pandan Kasturi untuk pengobatan infeksi cacung pada anak-anak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi jenis tanaman obat lokal yang digunakan oleh masyarakat Kelurahan Pandan Kasturi sebagai bahan dasar obat cacung. Selain itu, penelitian ini juga berupaya untuk menilai efektivitas tanaman obat tersebut dalam mencegah infeksi cacung yang berpotensi menyebabkan stunting. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada eksplorasi tanaman lokal yang mungkin belum teridentifikasi sebelumnya sebagai solusi pengobatan alternatif untuk mencegah stunting. Ruang lingkup penelitian mencakup analisis fitokimia pada tanaman obat yang ditemukan, serta wawancara mendalam dengan masyarakat yang memanfaatkan tanaman tersebut sebagai bagian dari pengobatan tradisional. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan data ilmiah mengenai kandungan senyawa dalam tanaman lokal, tetapi juga memperkaya pemahaman tentang cara pemanfaatan tanaman obat sebagai alternatif pengobatan dalam mencegah stunting. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi upaya pemerintah dan masyarakat dalam menurunkan angka stunting di Indonesia melalui pendekatan berbasis kearifan lokal.

Metode

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk menggambarkan dan mengeksplorasi secara mendalam penggunaan tanaman lokal sebagai obat cacung oleh masyarakat di Kelurahan Pandan Kasturi, Kecamatan Sirimau, Kota Ambon. Penelitian kualitatif adalah pendekatan penelitian yang menekankan pemahaman atas makna dari pengalaman individu atau kelompok dalam konteks tertentu, khususnya yang berkaitan

dengan permasalahan sosial (Toatubun et al., 2023). Dalam konteks ini, penelitian kualitatif digunakan untuk memahami praktik pengobatan tradisional masyarakat setempat, serta mengeksplorasi persepsi dan pengetahuan mereka mengenai tanaman obat yang biasa digunakan. Penelitian deskriptif dalam kajian ini dilakukan dengan mengumpulkan informasi rinci tentang jenis-jenis tumbuhan obat cacung yang dimanfaatkan di daerah tersebut. Pendekatan eksploratif digunakan dalam penelitian ini dengan cara langsung terjun ke lapangan untuk mengumpulkan data. Observasi langsung, wawancara mendalam, dan dokumentasi visual dilakukan untuk mendapatkan gambaran nyata mengenai pemanfaatan tanaman lokal sebagai obat cacung (Charismana et al., 2022). Dengan pendekatan ini, penelitian tidak hanya mendokumentasikan jenis tanaman yang digunakan tetapi juga meresapi aspek budaya dan kearifan lokal yang melatarbelakangi penggunaan tanaman tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai peran penting kearifan lokal dalam mendukung kesehatan masyarakat, serta kontribusinya dalam upaya pencegahan stunting.

Lokasi penelitian ini adalah Kelurahan Pandan Kasturi, yang terletak di Kecamatan Sirimau, Kota Ambon. Wilayah ini dipilih karena masyarakat setempat masih memanfaatkan tanaman obat tradisional untuk mengobati berbagai penyakit, termasuk cacung pada anak-anak. Terletak di kawasan yang kaya akan keanekaragaman hayati, Kelurahan Pandan Kasturi memiliki akses langsung ke berbagai jenis tumbuhan yang tumbuh secara alami di sekitarnya. Selain itu, lingkungan sosial dan budaya masyarakat di sini masih sangat erat kaitannya dengan praktik kearifan lokal, yang menjadikan lokasi ini sangat relevan bagi penelitian mengenai penggunaan tumbuhan obat tradisional. Penelitian di Kelurahan Pandan Kasturi diharapkan dapat mengungkap jenis-jenis tumbuhan yang biasa digunakan sebagai obat cacung, serta memberikan wawasan lebih mendalam tentang cara-cara tradisional yang dilakukan masyarakat dalam menjaga kesehatan.

Penelitian ini melibatkan masyarakat Kelurahan Pandan Kasturi, khususnya para pengobat non-medis yang dikenal sebagai *mama biang*, sebagai subjek utama. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *Snowball Sampling*, di mana peneliti mengidentifikasi informan kunci dan kemudian meminta mereka untuk merekomendasikan individu lain yang memiliki pengetahuan terkait. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh informasi yang lebih kaya dan mendalam dari masyarakat

lokal yang memiliki pengalaman panjang dalam pemanfaatan tumbuhan sebagai obat tradisional. Sebagai praktisi pengobatan tradisional, mama biang memiliki wawasan yang luas mengenai tanaman lokal yang digunakan dalam pengobatan, sehingga mereka menjadi sumber informasi yang sangat berharga dalam konteks penelitian ini.

Penelitian ini mengumpulkan dua jenis data, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari lapangan melalui wawancara, survei, dan observasi yang dilakukan terhadap para informan di Kelurahan Pandan Kasturi. Data ini mencakup informasi mengenai jenis-jenis tanaman yang digunakan sebagai obat cacung serta cara pengolahannya. Sedangkan data sekunder diperoleh dari berbagai literatur seperti jurnal ilmiah, buku, dan sumber daring yang relevan. Data sekunder ini berfungsi sebagai pelengkap yang mendukung temuan dari data primer, serta menyediakan perspektif tambahan mengenai penggunaan tumbuhan obat dalam konteks yang lebih luas. Dengan menggabungkan data primer dan sekunder, penelitian ini mendapatkan gambaran yang lebih menyeluruh tentang penggunaan tumbuhan obat lokal di masyarakat. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif, yakni dengan cara mengelompokkan data berdasarkan kategori, menyusun data dalam pola yang mudah dipahami, dan menarik Kesimpulan (Rusandi & Rusli, 2021). Data primer dari wawancara dan observasi dikelompokkan untuk mengidentifikasi pola penggunaan tanaman obat cacung. Sementara itu, data pendukung seperti nama, usia, dan jenis kelamin informan disertakan untuk memberikan konteks yang lebih lengkap. Data utama berupa jenis-jenis tumbuhan yang digunakan dianalisis untuk menilai relevansinya dalam praktik pengobatan tradisional di Kelurahan Pandan Kasturi, Kecamatan Sirimau, Kota Ambon.

Hasil dan Pembahasan

1. Identifikasi Bahan Obat Cacung Dengan Bahan Dasar dengan Kearifan Lokal (*local wisdom*)

Hasil wawancara dengan mama biang di Kelurahan Pandan Kasturi mengungkapkan bahwa penduduk setempat secara rutin memanfaatkan air rebusan sawi langit, yang juga dikenal dengan nama daun rica-rica, sebagai obat alami untuk mengatasi cacung pada anak-anak. Pengetahuan mengenai penggunaan sawi langit sebagai obat cacung telah diwariskan secara turun-temurun, dan masih dilestarikan hingga saat ini. Sawi langit, dengan nama botani *Cyanthillium cinereum* (sebelumnya diklasifikasikan sebagai *Vernonia cinerea*), merupakan tanaman gulma tahunan dari famili Asteraceae, yang tumbuh liar di berbagai wilayah, terutama di lahan terbuka, pinggir jalan,

dan area yang tidak terawat (Thongkhao et al., 2020). Meskipun sering dianggap sebagai tanaman liar yang kurang bermanfaat, sawi langit ternyata mengandung senyawa aktif yang dipercaya mampu membasmi cacung parasit di dalam tubuh. Sebagai tanaman yang mudah ditemukan dan memiliki distribusi geografis yang luas, sawi langit sangat mudah diakses oleh masyarakat pedesaan yang terbatas aksesnya terhadap layanan kesehatan modern. Penggunaan tanaman ini cukup sederhana; daun sawi langit direbus dan airnya diminumkan kepada anak-anak yang terinfeksi cacung. Praktik ini tidak hanya mencerminkan pemanfaatan sumber daya alam yang ada di sekitar, tetapi juga memperlihatkan bagaimana kearifan lokal berperan dalam menjaga kesehatan masyarakat. Masyarakat Pandan Kasturi memandang sawi langit bukan hanya sebagai gulma, tetapi sebagai tanaman yang bermanfaat dan menjadi bagian dari budaya pengobatan tradisional mereka. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan tradisional terkait tanaman obat seperti sawi langit merupakan warisan budaya yang bernilai, yang sekaligus memberikan solusi kesehatan yang murah dan mudah diakses bagi masyarakat setempat.

2. Habitat dan Distribusi

Tanaman sawi langit (*Cyanthillium cinereum*) biasanya tumbuh subur di pinggir jalan, pekarangan, dan kebun, serta dapat ditemukan di berbagai wilayah dunia dengan iklim yang beragam (Audya et al., 2023). Penyebarannya mencakup wilayah Asia dan beberapa bagian lainnya, termasuk Afrika, Arab, Baluchistan, Sri Lanka, Bombay, Himalaya, Sikkim, Assam, Madras, Bangladesh, Burma, Kepulauan Andaman, Ceylon, Thailand, Kamboja, Laos, Vietnam, Tiongkok (Hainan), Taiwan, Jepang, Filipina (Luzon dan Mindanao), Australia, serta berbagai wilayah di Indonesia seperti Jawa, Kalimantan, Maluku, Sumatera, dan Sulawesi. Tanaman ini tumbuh di berbagai jenis tanah yang subur seperti aluvial, latosol, dan grumosol, menjadikannya sangat adaptif terhadap kondisi lingkungan yang berbeda. Sawi langit dapat tumbuh optimal pada ketinggian kurang dari 400 meter di atas permukaan laut (mdpl), di mana tanaman ini menunjukkan karakteristik morfologi yang lebih menonjol. Pada ketinggian ini, sawi langit memiliki batang yang lebih tebal, daun yang lebih lebar, dan bunga berwarna lebih pekat, sehingga penampilannya lebih mencolok dibandingkan jika tumbuh di area yang lebih tinggi. Kualitas ini mungkin disebabkan oleh kondisi tanah dan iklim yang lebih sesuai di dataran rendah, yang memungkinkan tanaman berkembang dengan optimal. Adaptabilitas sawi langit terhadap

berbagai kondisi tanah dan iklim menjadikannya salah satu tanaman liar yang mudah ditemukan di berbagai wilayah, sekaligus memberikan potensi besar dalam pemanfaatannya sebagai tanaman obat di banyak komunitas lokal di berbagai belahan dunia.

3. Ciri-Ciri Sawi Langit (Daun Rica-Rica)

Sawi langit (*Cyanthillium cinereum*) merupakan tumbuhan dari famili Asteraceae, yang memiliki karakteristik morfologi yang khas dan mudah dikenali. Daunnya berwarna hijau cerah dan berbentuk tunggal, dengan posisi tumbuh selang-seling di sepanjang batang. Bentuk daun sawi langit oval memanjang, dengan tepi bergerigi, dan pada bagian ketiak daun sering kali ditemukan sepasang anak daun yang saling berhadapan. Panjang daun sawi langit berkisar antara 2 hingga 7 cm, dengan lebar antara 0,5 hingga 2,5 cm, memberikan tampilan yang relatif kecil namun



berstruktur. Batang tanaman ini bulat dan berwarna hijau, memberikan kesan segar yang cukup kontras dengan lingkungan sekitar, terutama saat tumbuh di area terbuka seperti lahan kosong atau pinggir jalan. Bunga sawi langit tersusun dalam bongkol berwarna keunguan yang cukup terang, yang biasanya muncul dalam kelompok berjumlah sekitar 5 hingga 10 kuntum per batang. Warna ungu pada bunga menambah daya tarik visual tanaman ini dan membantu dalam identifikasi, terutama di antara tanaman gulma lainnya. Bunga-bunga tersebut tidak hanya memberikan estetika yang menarik, tetapi juga menandai sawi langit sebagai anggota famili Asteraceae dengan struktur khas yang sering dimiliki oleh bunga dari famili ini. Dengan ciri-ciri yang unik ini, sawi langit mudah dikenali dan memiliki potensi untuk dimanfaatkan dalam berbagai kebutuhan, termasuk sebagai tanaman obat dalam tradisi pengobatan lokal.



Gambar 1. Sawi Langit

Tanaman *Cyanthillium cinereum* (L.) H. Rob., yang lebih dikenal sebagai sawi langit, diklasifikasikan dalam taksonomi botani sebagai berikut: tanaman ini berada di bawah Kingdom Plantae, menunjukkan bahwa ia merupakan organisme berdaun hijau yang menjalani fotosintesis. Pada tingkat Divisi, sawi langit tergolong dalam Tracheophyta, yang berarti ia adalah tumbuhan berpembuluh. Di dalam Kelas Magnoliopsida, tanaman ini termasuk dalam kelompok tumbuhan berbunga dikotil, yang memiliki dua daun lembaga. Selanjutnya, sawi langit dikategorikan dalam Ordo Asterales, yang meliputi berbagai tumbuhan berbunga yang memiliki bunga majemuk. Tanaman ini juga termasuk dalam Famili Asteraceae, yang dikenal sebagai famili bunga matahari atau aster, salah satu keluarga tumbuhan terbesar di dunia yang mencakup berbagai jenis tanaman berbunga. Genus tanaman ini adalah *Cyanthillium*, dan spesiesnya dikenal sebagai *Cyanthillium cinereum* (L.) H. Rob. Klasifikasi ini memberikan gambaran menyeluruh mengenai posisi sawi langit dalam hierarki tumbuhan, sekaligus

menunjukkan keragaman dan keunikan yang dimiliki oleh tanaman ini dalam dunia botani.

4. Cara Mengonsumsi Sawi Langit

Penggunaan sawi langit (*Cyanthillium cinereum*) sebagai obat tradisional untuk berbagai penyakit, termasuk infeksi cacing, memerlukan metode pengolahan khusus agar senyawa aktif di dalamnya dapat bekerja secara optimal. Cara mengonsumsi sawi langit melibatkan beberapa tahapan untuk memastikan bahwa tanaman ini diproses dan dikonsumsi dengan cara yang tepat. Tahap pertama adalah pengambilan tanaman dari lingkungan. Sawi langit biasanya diambil dengan cara dicabut langsung dari tanah, sehingga akarnya ikut terambil. Pengambilan sawi langit disarankan dilakukan pada waktu pagi atau sore hari. Waktu-waktu ini dipilih karena pada pagi hari fotosintesis baru dimulai dan proses penguapan masih minim, sehingga daun tanaman masih segar dan penuh dengan kandungan air. Kesegaran daun sangat penting karena pada kondisi segar, tanaman memiliki kandungan senyawa aktif yang lebih stabil, yang

nantinya dapat meningkatkan efektivitas tanaman dalam pengobatan. Setelah tanaman dicabut, langkah selanjutnya adalah membersihkan sawi langit, terutama bagian akarnya, dari tanah dan kotoran. Proses pembersihan ini tidak hanya penting untuk kebersihan tetapi juga untuk memastikan tidak ada kontaminan yang dapat mengurangi kemurnian dan efektivitas bahan herbal. Pencucian harus dilakukan dengan air bersih hingga akar dan daun benar-benar terbebas dari kotoran yang menempel. Pada tahap ini, disarankan untuk tidak merendam tanaman terlalu lama dalam air karena bisa menyebabkan pelarutan senyawa aktif di dalamnya, yang nantinya akan berkurang saat proses perebusan.

Langkah berikutnya dalam persiapan konsumsi sawi langit adalah penyiapan bahan untuk direbus. Umumnya, masyarakat menggunakan jumlah ganjil dari tanaman sawi langit untuk direbus dalam satu panci, dengan takaran yang disesuaikan berdasarkan besar-kecilnya tanaman yang digunakan. Jumlah ganjil sering kali dipilih karena adanya kepercayaan bahwa penggunaan jumlah ini dapat memberikan efek yang lebih baik dalam pengobatan tradisional, meskipun tidak ada bukti ilmiah yang mendukung kepercayaan ini. Setelah tanaman dimasukkan ke dalam panci, ditambahkan sekitar 500 ml air atau setara dengan dua gelas. Pada beberapa praktik, sebutir garam kasar juga ditambahkan. Garam kasar dianggap dapat membantu meningkatkan efisiensi ekstraksi senyawa aktif dari tanaman ke dalam air, meskipun hal ini perlu penelitian lebih lanjut untuk membuktikannya secara ilmiah. Proses perebusan dilakukan hingga air mendidih dan volume air berkurang menjadi satu gelas, yang menunjukkan bahwa sebagian besar kandungan sawi langit telah terlarut dalam air. Pemanasan pada tahap ini bertujuan untuk mengekstraksi senyawa aktif yang terdapat dalam daun, batang, dan akar sawi langit. Menurut penelitian tentang metode ekstraksi tanaman obat, pemanasan dapat membantu memecah struktur sel tanaman sehingga senyawa aktif lebih mudah larut dalam air. Namun, proses pemanasan juga perlu dilakukan dengan hati-hati karena pemanasan berlebih dapat merusak senyawa aktif tertentu yang bersifat termolabil atau rentan terhadap panas.

Air rebusan sawi langit kemudian diminum setelah dingin, dan disarankan untuk dikonsumsi satu kali sehari setelah makan. Mengonsumsinya setelah makan bertujuan untuk mengurangi risiko iritasi pada lambung, terutama bagi mereka yang memiliki kondisi lambung sensitif. Selain itu, dengan

meminumnya setelah makan, pelepasan senyawa aktif dari sawi langit dalam tubuh terjadi secara perlahan sehingga efeknya lebih bertahan lama dalam aliran darah. Ini juga membantu mempertahankan konsentrasi senyawa aktif dalam tubuh, sehingga tubuh mendapatkan manfaat optimal dari pengobatan herbal ini. Walaupun sawi langit berasal dari bahan alami, seperti halnya tanaman herbal lain, penggunaannya tetap harus dilakukan dengan hati-hati. Obat herbal, meskipun biasanya dianggap aman, masih dapat menimbulkan efek samping jika dikonsumsi berlebihan atau dalam jangka waktu yang lama tanpa pengawasan. Efek samping yang mungkin timbul bisa meliputi reaksi alergi, gangguan pencernaan, atau interaksi negatif dengan obat-obatan lain. Oleh karena itu, penting bagi pengguna untuk mematuhi dosis yang disarankan dan tidak melebihi takaran yang telah ditetapkan dalam pengobatan tradisional.

Secara ilmiah, sawi langit mengandung senyawa-senyawa yang bersifat anti-parasit dan antioksidan, seperti flavonoid dan tanin, yang efektif dalam melawan infeksi cacing (Mulyani et al., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa tanin memiliki kemampuan untuk menghambat perkembangan cacing parasit dengan mengganggu membran sel cacing dan menghentikan proses pertumbuhannya (Suharti et al., 2010). Selain itu, flavonoid dalam sawi langit berfungsi sebagai agen antiinflamasi, yang membantu mengurangi peradangan yang mungkin terjadi akibat infeksi cacing dalam tubuh. Kandungan antioksidan dalam sawi langit juga bermanfaat untuk melindungi tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas, yang dapat memperburuk kondisi kesehatan pada individu yang terkena infeksi. Dalam praktiknya, pemanfaatan sawi langit sebagai obat herbal di Kelurahan Pandan Kasturi mencerminkan penerapan kearifan lokal yang berharga. Pengetahuan ini diwariskan secara turun-temurun dan menjadi bagian dari budaya pengobatan masyarakat setempat. Pemanfaatan sawi langit sebagai obat tradisional menunjukkan bahwa banyak tanaman liar yang sering dianggap tidak bermanfaat sebenarnya memiliki potensi besar dalam mendukung kesehatan masyarakat, khususnya di daerah yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan modern. Dengan demikian, penggunaan sawi langit sebagai obat alami tidak hanya membantu mengatasi masalah kesehatan tetapi juga melestarikan kearifan lokal yang telah ada selama beberapa generasi.

Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut mengenai senyawa aktif dalam sawi langit serta

uji klinis pada manusia dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai potensi tanaman ini. Jika dikembangkan dengan metode ilmiah yang lebih terperinci, sawi langit berpotensi menjadi salah satu solusi pengobatan yang murah, mudah diakses, dan dapat diterima oleh masyarakat luas. Mengingat pentingnya aspek keamanan dan efektivitas, pemanfaatan sawi langit sebaiknya diiringi dengan panduan dari praktisi kesehatan atau pengobat tradisional berpengalaman yang memahami dosis dan cara penggunaan yang tepat.

Kesimpulan

Penelitian ini menyoroti potensi tanaman sawi langit (*Cyanthillium cinereum*) sebagai alternatif pengobatan tradisional untuk mengatasi infeksi cacing yang berkontribusi pada prevalensi stunting pada anak-anak. Stunting, yang banyak disebabkan oleh kekurangan gizi dan infeksi cacing, merupakan masalah kesehatan serius di Indonesia, termasuk di Provinsi Maluku. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini menemukan bahwa masyarakat Kelurahan Pandan Kasturi telah lama menggunakan sawi langit dalam bentuk air rebusan sebagai obat cacing bagi anak-anak, memanfaatkan pengetahuan tradisional yang diwariskan dari generasi ke generasi. Pemanfaatan tanaman ini mencerminkan bagaimana komunitas lokal menggunakan sumber daya alam yang tersedia di sekitar mereka sebagai solusi kesehatan yang mudah diakses. Sawi langit memiliki kandungan senyawa aktif seperti flavonoid dan tanin yang terbukti memiliki efek anti-parasit dan antioksidan, membantu mengurangi infeksi cacing serta melindungi tubuh dari radikal bebas. Metode pengolahan tanaman ini sederhana, yaitu dengan merebusnya bersama air dan sedikit garam, lalu mengonsumsi air rebusannya setelah dingin, idealnya sekali sehari setelah makan. Hasil penelitian ini mengungkapkan pentingnya kearifan lokal dalam mendukung kesehatan masyarakat, khususnya di daerah yang terbatas akses terhadap layanan kesehatan modern. Di samping itu, temuan ini juga membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut yang berfokus pada analisis kimiawi dan uji klinis sawi langit untuk lebih mengoptimalkan pemanfaatannya sebagai obat herbal yang aman dan efektif. Dengan demikian, tanaman ini tidak hanya menawarkan solusi murah dan mudah diakses untuk pencegahan stunting tetapi juga mendorong pelestarian pengetahuan tradisional yang berharga.

Daftar Pustaka

- Amelia, M., Diani, F., Damayanti, U. H., & ... (2022). Peningkatan kesadaran masyarakat terkait bahaya stunting melalui serangkaian edukasi dan sosialisasi di Desa Rantau Bais. *Unri Conference ...*, 4, 219–225.
<http://conference.unri.ac.id/index.php/unricsce/article/view/367%0Ahttp://conference.unri.ac.id/index.php/unricsce/article/download/367/365>
- Audya, D. T., Nurpadila, E., & Supriyatna, A. (2023). Inventarisasi dan Identifikasi Keragaman Famili Asteraceae di Kawasan UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Tanaman*, 2(1), 117–130.
<https://doi.org/10.55606/jurrit.v2i1.1465>
- Bugis, F., Salakory, M., & Leuwol, F. S. (2024). Outcome PKM Edukasi Gemar Makan Sayur Strategi Penanggulangan Kelompok Risiko Stunting di Daerah Pesisir. *JURNAL JENDELA PENGETAHUAN*, 17(1), 34–41.
<https://doi.org/10.30598/jp17iss1pp34-41>
- Charismana, D. S., Retnawati, H., & Dhewantoro, H. N. S. (2022). Motivasi Belajar Dan Prestasi Belajar Pada Mata Pelajaran Ppkn Di Indonesia: Kajian Analisis Meta. *Bhineka Tunggal Ika: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan PKN*, 9(2), 99–113.
<https://doi.org/10.36706/jbti.v9i2.18333>
- Idris, I. S., Taiyeb, A. M., & Sahribulan, S. (2024). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Prevalensi Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Galesong Utara. *Sainsmat : Jurnal Ilmiah Ilmu Pengetahuan Alam*, 13(1), 55.
<https://doi.org/10.35580/sainsmat131607602024>
- Maulani, D. A., & Jonyanis. (2024). Analisis Keberlanjutan Pengobatan Tradisional Dikei Sakai Di Desa Kesumbo Ampai Kecamatan Bathin Solapan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia (JKMI)*, 1(2), 121–134.
<https://doi.org/10.62017/jkmi.v1i2.889>
- Mulyani, E., Herlina, & Nahdiadwi, M. (2023). Analisa Kadar Flavonoid Fraksi Etil Asetat Ekstrak Etanol Tanaman Sawi Langit (*Vernonia Cinerea* L) dengan Metode Spektrofotometri Visible. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 6(01), 62–68.
<https://doi.org/10.35473/ijpnp.v6i01.2187>

- Renyoet, B. S., Oktapianus, O., & Dary, D. (2023). Prevalensi Anak Stunting di Kota Salatiga Tahun 2020. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 8(1), 76–86. <https://doi.org/10.14710/jekk.v8i1.13111>
- Rusandi, & Rusli, M. (2021). Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif dan Studi Kasus. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 2(1), 48–60. <https://doi.org/10.55623/au.v2i1.18>
- Sadino, A., Asfianti, A., Apriani, R., Nurul, Z., Rejeki, N. S., Kania, P., Apriliani, R., Aulia, S., Ofi, M., Firman, F., & Hidayah, D. N. (2024). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional Berdasarkan Kearifan Lokal di Desa Wangunjaya Kabupaten Garut. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.30595/jppm.v8i1.19901>
- Salakory, M., Leuwol, F. S., Tetelepta, G. E., & Que, S. (2023). Edukasi Penggunaan Obat Cacing Berbahan Dasar Lokal Oleh Kelompok Risiko Infeksi Soil Transmitted Helminths (Strategi Pencegahan Stunting di Dusun Pulau Osi Seram Bagian Barat) Education on the Use of Locally Sourced Deworming Medication by Soil Transmi. *Jurnal Geografi, Lingkungan Dan Kesehatan*, 1(2), 83–92. <https://ojs3.unpatti.ac.id/index.php/jglk/article/view/12087>
- Suharti, S., Wiryawan, K. G., Tiuria, R., Ridwan, Y., Fitriana, S., & Sumarni, N. (2010). Efektivitas Daun Jarak (*Jatropha curcass* Linn) Sebagai Anticacing *Ascaridia galli* dan Pengaruhnya terhadap Performa Ayam Lokal. *Media Peternakan*, 33(2), 108–114. <https://doi.org/10.5398/medpet.2010.33.2.108>
- Sumual, P. F., Bodhi, W., & Lebang, J. S. (2021). Uji Aktivitas Antelmintik Ekstrak Etanol Daun Sirih (*Piper Betle* L.) Terhadap Cacing Gelang (*Ascaris Lumbricoides*) Secara In Vitro. *Pharmakon*, 10(2), 873. <https://doi.org/10.35799/pha.10.2021.34038>
- Thongkhao, K., Pongkittiphan, V., Phadungcharoen, T., Tungphatthong, C., Urumarudappa, S. K. J., Pengsuparp, T., Sutanthavibul, N., Wiwatcharakornkul, W., Kengtong, S., & Sukrong, S. (2020). Differentiation of *Cyanthillium cinereum*, a smoking cessation herb, from its adulterant *Emilia sonchifolia* using macroscopic and microscopic examination, HPTLC profiles and DNA barcodes. *Scientific Reports*, 10(1), 14753. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-71702-7>
- Toatubun, D., Lasaiba, M. A., & Sihasale, D. A. (2023). Kajian Pemukiman Kumuh di Jalan Sultan Hasanuddin Rt 002/Rw 010 Desa Batu Merah Bawah Kota Ambon. *Jurnal Pendidikan Geografi*, 2(April), 123–130.