

JAMU GOES TO SCHOOL: PENGENALAN JAMU SEBAGAI WARISAN BUDAYA TAK BENDA ASLI INDONESIA PADA ANAK SEJAK DINI DI MADRASAH IBTIDAIYAH MUHAMMADIYAH KAUMAN WIRADESA

**Nur Ermawati^{1*}, Erin Efrilia², Sri Mumpuni Yuniarsih³,
Gilang Putra Ramadhan⁴, Muhamad Reza Patra Parama⁵,
A'mirotul Hasnah⁶**

^{1,2,4,5,6}D-III Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Pekalongan,
Indonesia

³Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pekalongan,
Indonesia

*E-mail: nurermawati29@gmail.com

ABSTRAK

Jamu adalah bahan atau ramuan yang tersusun dari tumbuhan, hewani, mineral, sediaan galenik, atau kombinasi dari berbagai komponen tersebut, yang secara turun-temurun telah dimanfaatkan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman. Secara tradisional, ramuan tersebut dikenal sebagai minuman berkhasiat yang berfungsi menjaga kesehatan, mencegah penyakit, serta diyakini mampu mengobati berbagai macam penyakit. Pada tahun 2023, UNESCO menetapkan jamu sebagai Warisan Budaya Takbenda (WBTb) karena dinilai sebagai bentuk ekspresi budaya yang menghubungkan manusia dengan alam dan menyetujui bahwa praktik kesehatan berbasis jamu selaras dengan tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs). Oleh karena itu, jamu perlu terus dipelajari, dikembangkan, dan dilestarikan antar generasi, termasuk Generasi Alpha saat ini. Beberapa faktor yang menyebabkan Generasi Alpha kurang memahami jamu antara lain gaya hidup modern dan instan yang dapat mempengaruhi preferensi Generasi Alpha terhadap produk kesehatan, adanya perkembangan teknologi yang menyebabkan generasi ini lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain gawai dan kurang berinteraksi dengan lingkungan sekitar termasuk pengenalan budaya dan warisan leluhur seperti jamu. Tujuan kegiatan ini untuk memberikan edukasi tentang jamu dan pengalaman langsung tentang jamu melalui kampanye gaya hidup dengan minum jamu. Metode yang digunakan meliputi survei dan observasi lahan, pemetaan lokasi kegiatan, edukasi, *game puzzle* dan minum jamu bersama. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta tentang jamu yang mencakup definisi, bahan dan manfaat, yang terlihat dari peningkatan nilai *post-test* dibandingkan *pre-test*. Jumlah peserta sebanyak 65 dari siswa siswi Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Kauman Wiradesa. Luaran kegiatan ini berupa media edukasi jamu berupa *puzzle*, dan artikel ilmiah yang akan diterbitkan pada jurnal nasional terakreditasi.

Kata Kunci: Generasi Alpha; Jamu; Warisan Budaya Tak Benda.

ABSTRACT

Jamu is a substance or herbal preparation composed of plants, animal-based ingredients, minerals, galenic preparations, or a combination of these components, which has been traditionally used for healing based on inherited experience. Traditionally, this preparation is known as a beneficial drink that helps maintain health, prevent illness, and is believed to cure various diseases. In 2023, UNESCO designated jamu as an Intangible Cultural Heritage (ICH) because it is considered a form of cultural expression that connects humans with nature and aligns with sustainable development goals (SDGs). Therefore, jamu must continue to be studied, developed, and preserved across generations, including the Generation Alpha. Several factors contribute to the generation Alpha's limited understanding about jamu, such as modern and instant lifestyles that influence their preferences for health products, as well as technological developments that lead them to spend more time on gadgets and less time interacting with their surroundings, including cultural learning and ancestral heritage such as jamu. This program aims to provide education about jamu and offer hands-on experience through a lifestyle campaign promoting jamu consumption. The methods used include site surveys, location mapping, education, puzzle games, and drinking jamu together. The results show an increase in participants' understanding of it's the definition, ingredients, and benefits of jamu—as reflected in the post-test scores which is higher than that of the pre-test's. A total of 65 students from Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Kauman Wiradesa participated in this program. The expected outputs of this community service program are an educational media puzzle about jamu and a scientific article for publication in a nationally accredited journal.

Keywords: Generation Alpha; Intangible Cultural Heritage; Jamu.

Article History:	
Diterima	: 07-10-2025
Disetujui	: 04-11-2025
Diterbitkan Online	: 30-12-2025

PENDAHULUAN

1. Analisis Situasi

Sejak 6 Desember 2023, Indonesia mencatat momen bersejarah di mana jamu resmi diakui sebagai bagian dalam daftar Warisan Budaya Tak Benda dari UNESCO *Intangible Cultural Heritage* (Wahyuni, 2023). Pengakuan ini bukan sekadar penghargaan terhadap minuman herbal, melainkan pengakuan terhadap nilai budaya, pengetahuan tradisional, dan kearifan lokal yang telah diwariskan secara turun-temurun sejak ratusan tahun di Nusantara. Dengan demikian, jamu tidak lagi sekadar minuman melainkan simbol identitas budaya, perwujudan harmoni manusia dan alam, serta representasi warisan leluhur yang hidup hingga masa kini.

Jamu merupakan obat tradisional yang dipercaya berakar dari lakuran kata “jampi” dalam bahasa Jawa kuno, yang berarti ramuan yang memiliki kekuatan khusus (Lim & Pranata, 2020). Dalam literatur lain, kata “jamu” dipercaya berasal dari lakuran kata “Jawa” (suku Jawa) dan “ngramu” (meramu obat) (Nurrosyidah, 2025; Saputro, Rachmawati, & Hadi, 2025).

Pembuatan dan pemanfaatan jamu telah diwariskan dari generasi ke generasi dengan mengikuti resep leluhur, serta dipengaruhi oleh budaya, keyakinan, dan tradisi masyarakat Indonesia. Sebelum layanan kesehatan modern dan obat-obatan kimia tersedia, masyarakat Indonesia sudah menggunakan metode penyembuhan tradisional. Bahan utama jamu umumnya berasal dari berbagai tanaman khas Nusantara, meskipun

beberapa komponennya juga dapat berasal dari bagian tubuh hewan. Bagian tanaman yang dimanfaatkan sangat beragam tergantung kebutuhan, seperti akar, rimpang, umbi, batang, daun, buah, bunga, biji, hingga kulit batang. Komponen-komponen tersebut digunakan oleh para leluhur untuk meracik jamu dengan tujuan pengobatan, pencegahan penyakit, serta perawatan kecantikan dan kebugaran tubuh (Tilaar & Widjaja, 2002).

Sejalan dengan perkembangan zaman, pergantian generasi juga berlangsung dalam kehidupan masyarakat. Saat ini, kita memasuki era Generasi Alpha (lahir mulai tahun 2010-2025) yang tumbuh dalam lingkungan digital dengan akses teknologi yang luas termasuk AI (*Artificial intelligence*) (Höfrová, Balidemaj, & Small, 2024), memiliki kreativitas alami, cenderung menyukai hal-hal yang instan, dan kurang menghargai proses. Pesatnya perkembangan teknologi termasuk AI memudahkan mereka dalam memperoleh informasi dan mempelajari banyak hal. Kemudahan tersebut menjadikan generasi ini berpotensi berkembang menjadi kelompok yang lebih cerdas dibandingkan generasi-generasi sebelumnya, meski ini membutuhkan studi lebih lanjut, dikarenakan mereka dapat mengakses informasi dari seluruh dunia dengan sangat mudah (Rusmiatiningsih & Rizkyantha, 2022).

Salah satu dampak dari gaya hidup modern dan kemudahan akses informasi dan barang instan adalah Generasi Alpha ini tidak memahami obat bahan alam asli Indonesia yaitu jamu. Generasi Alpha memiliki kecenderungan untuk menyukai segala sesuatu yang praktis dan instan, termasuk dalam hal kesehatan. Mereka lebih memilih menggunakan obat modern atau suplemen yang mudah diperoleh, dari pada jamu tradisional yang membutuhkan waktu lama dalam pembuatannya. Beberapa faktor yang menyebabkan Generasi Alpha kurang atau tidak memahami jamu antara lain gaya hidup modern dan instan yang dapat mempengaruhi preferensi Generasi Alpha terhadap produk kesehatan, adanya perkembangan teknologi yang menyebabkan generasi ini lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain gawai dan kurang berinteraksi dengan lingkungan sekitar termasuk pengenalan budaya dan warisan leluhur seperti jamu, kurangnya pengenalan dan edukasi tentang manfaat jamu serta pengalaman langsung tentang jamu.

2. Permasalahan Mitra dan Solusi

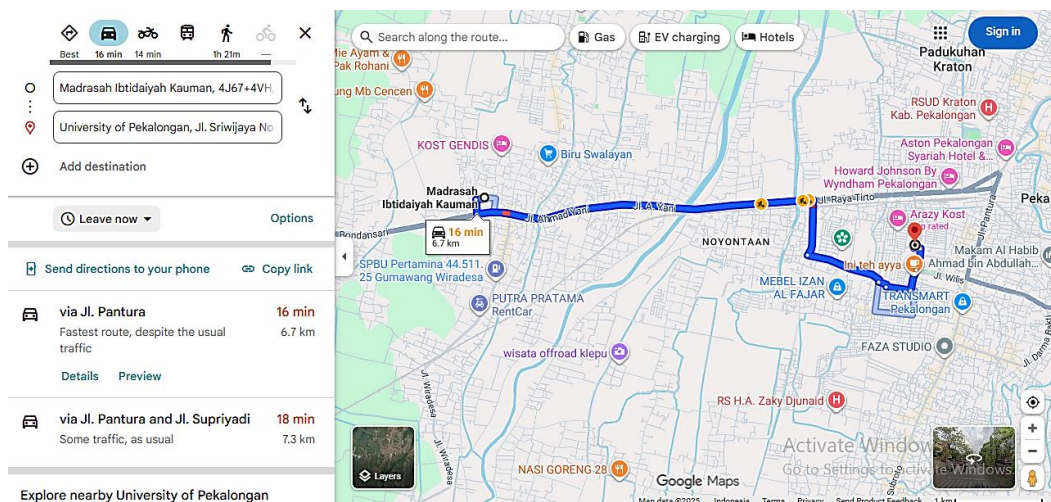
Permasalahan yang dihadapi mitra adalah kurangnya informasi, edukasi dan pengalaman langsung tentang jamu dari lingkungan sekitar pada Generasi Alpha serta adanya perkembangan teknologi yang pesat menyebabkan generasi tersebut kurang berinteraksi dengan lingkungan sekitar dalam hal pengenalan budaya seperti jamu.

Solusi yang ditawarkan oleh tim pelaksana kegiatan antara lain memberikan edukasi pada kelompok mitra tentang sejarah jamu, bahan-bahan yang digunakan sebagai jamu yang berasal dari tanaman asli Indonesia, serta manfaat jamu untuk kesehatan, memperkenalkan bahan-bahan jamu melalui games yang menarik yaitu puzzle, serta memberikan pengalaman langsung tentang jamu yaitu melalui konsumsi jamu bersama.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

1. Waktu, Lokasi dan Peserta Kegiatan

Kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan di Aula Dinas Kesehatan Kota Pekalongan pada Sabtu, 08 November 2025 dengan peserta siswa-siswi Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Kauman Wiradesa sejumlah 65.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan PKM.

Adapun jarak kampus Universitas Pekalongan menuju lokasi mitra PKM di Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Kauman Wiradesa sejauh 6.7-7 Km dengan waktu tempuh selama 15-20 menit berkendara.

2. Instrumen Kegiatan

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini mencakup lembar survei dan observasi lapangan, instrumen perizinan, serta instrumen evaluasi berupa *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan. Selain itu, media edukasi berupa materi presentasi, lembar *puzzle* pengenalan bahan jamu, dan produk jamu digunakan sebagai instrumen pendukung untuk memfasilitasi proses pembelajaran. Dokumentasi kegiatan dilakukan melalui foto dan catatan lapangan sebagai bahan evaluasi dan pelaporan akhir.

3. Tahapan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut. *Pertama*, survei dan observasi lahan; tim menggali informasi, mendata peserta, pemecahan masalah dan solusi. *Kedua*, persiapan; survei lokasi kegiatan dan perijinan. *Ketiga*, pelaksanaan *pre-test*, pemaparan materi edukasi tentang jamu dan diskusi, pengenalan bahan jamu melalui *game puzzle*, *post-test*, dan minum jamu bersama. *Keempat*, evaluasi kegiatan dan penutup.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan inti PKM ini diawali dengan *pre-test*, pemberian edukasi tentang jamu, mencakup pengertian, bahan dan manfaat; pengenalan bahan jamu melalui media *game puzzle*; *post-test* dan diakhiri kampanye gaya hidup sehat dengan minum jamu bersama.

1. Edukasi tentang Jamu

Jamu adalah bahan atau ramuan bahan yang berasal dari tanaman, hewan, mineral, sediaan sarian, atau campuran bahan tersebut yang secara turun menurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman dan diterapkan sesuai norma yang berlaku di masyarakat (Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 6, 2016). Indonesia telah mengakui jamu sebagai salah satu Warisan Budaya Tak Benda (WBTB) karena mengandung pengetahuan tradisional tentang tanaman obat, praktik dan teknik peracikan yang diwariskan turun-temurun, nilai budaya dan

filosofis masyarakat Nusantara, serta identitas budaya yang khas dan melekat pada kehidupan sehari-hari.



Gambar 2. Penyampaian Materi PKM.

Bahan penyusun jamu berasal dari berbagai tanaman yang langsung diperoleh dari alam sehingga mudah ditemukan. Jamu memiliki efek samping yang relatif lebih ringan karena tidak mengandung bahan kimia sintetis. Berikut tabel yang menyajikan bahan-bahan jamu dan manfaatnya bagi kesehatan.

Tabel 1. Kandungan Bahan-Bahan Jamu dan Manfaatnya.

No.	Bahan		Kandungan		Khasiat
1	Kunyit	(<i>Curcuma longa</i> L.)	Minyak atsiri, kurkumin, desmetoksikurkumin, bidesmetoksikurkumin		Antioksidan, antibakteri dan hipokolesteremik, menjaga dan meningkatkan daya tahan tubuh, menjaga kesehatan pencernaan
2	Jahe	(<i>Zingiber officinale</i>)	Gingerol, zingiberin	shogaol,	Anti-inflamasi, antioksidan, mengurangi rasa sakit dan nyeri otot, menghangatkan badan, meredakan mual, meningkatkan daya tahan tubuh
3	Temulawak	(<i>Curcuma xanthorrhiza</i> Roxb)	Kurkumin, minyak atsiri		Meningkatkan nafsu makan, menjaga kesehatan hati, menjaga kesehatan saluran pencernaan
4	Kencur	(<i>Kaempferia galanga</i>)	Ethyl-p-methoxycinnamate, ethylcinnamate, 1,8-cineole, transcinnamaldehyde, borneol		Ekspektoran, karminativum, antimikroba, antioksidan, antialergi, menyembuhkan luka
5	Serai	(<i>Cymbopogon citratus</i>)	Citronella, geraniol, linalool	citronelol, limonene,	Meredakan batuk, meningkatkan nafsu makan, mengurangi nyeri
6	Cengkeh	(<i>Syzygium aromaticum</i>)	Eugenol, β -caryophyllene, asam oleanolat		Antibakteri, antiinflamasi, membantu meredakan batuk pilek, antioksidan

Berbagai bahan herbal tradisional Indonesia memiliki kandungan bioaktif yang bermanfaat untuk menjaga kesehatan tubuh. Kunyit (*Curcuma longa* L.) mengandung minyak atsiri dan kurkumin yang berfungsi sebagai antioksidan, antibakteri, serta membantu meningkatkan daya tahan tubuh dan menjaga kesehatan pencernaan. Jahe (*Zingiber officinale*) kaya akan gingerol dan shogaol yang bersifat antiinflamasi, mengurangi nyeri otot, menghangatkan tubuh, serta meredakan mual. Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) dengan kandungan kurkumin dan minyak atsiri berkhasiat meningkatkan nafsu makan serta menjaga kesehatan hati dan sistem pencernaan. Kencur (*Kaempferia galanga*) memiliki senyawa seperti ethyl p-methoxycinnamate dan cineole yang berfungsi sebagai antimikroba, antioksidan, antialergi, dan membantu menyembuhkan luka. Sementara itu, serai (*Cymbopogon citratus*) mengandung citronella, geraniol, dan limonene yang membantu meredakan batuk, mengurangi nyeri, serta meningkatkan nafsu makan. Cengkeh (*Syzygium aromaticum*) yang kaya eugenol dikenal sebagai antibakteri dan antiinflamasi alami yang membantu meredakan batuk pilek dan bertindak sebagai antioksidan.

2. Pengenalan Bahan Jamu melalui Game Puzzle

Kegiatan pengenalan bahan jamu melalui game puzzle dilaksanakan untuk membantu siswa siswi memahami rempah-rempah tradisional Indonesia dengan cara yang menarik. Dalam kegiatan ini, siswa diberikan potongan-potongan *puzzle* bergambar bahan jamu, seperti jahe, kunyit, temulawak, kunir putih dan kencur.



Gambar 3. Pengenalan Jamu Melalui Game Puzzle.

Siswa menyusun puzzle hingga membentuk gambar utuh. Setelah gambar berhasil dirangkai, dosen maupun mahasiswa yang terlibat memberikan penjelasan mengenai nama bahan tersebut, ciri-cirinya, serta manfaatnya bagi kesehatan. Melalui pendekatan bermain sambil belajar ini, siswa tidak hanya melatih kemampuan berpikir logis dan ketelitian, tetapi juga memperoleh pengetahuan baru tentang kekayaan tanaman herbal Indonesia. Dengan demikian, *game puzzle* menjadi media pembelajaran yang efektif, menyenangkan, dan mudah diterima oleh anak-anak.

3. Kampanye Gaya Hidup Sehat dengan Minum Jamu Bersama

Kegiatan kampanye gaya hidup sehat melalui minum jamu bersama dilaksanakan sebagai upaya memperkenalkan kebiasaan hidup sehat kepada siswa siswi. Siswa diberikan kesempatan untuk mencicipi beberapa jenis jamu (kunyit asam dan beras kencur) yang telah disesuaikan rasa dan

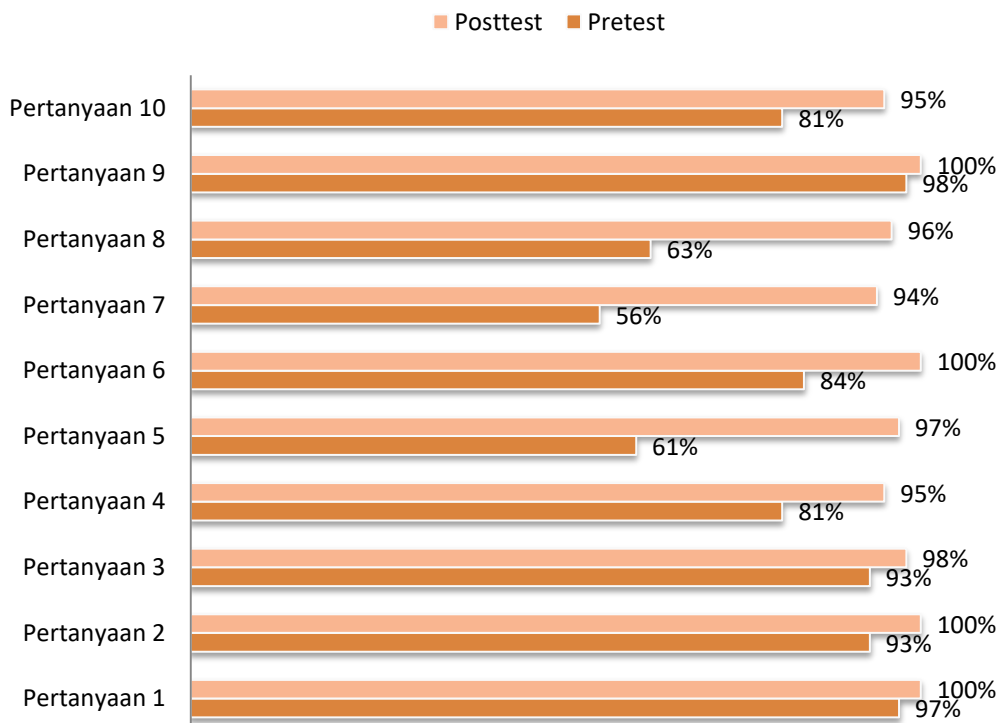
bentuknya agar lebih mudah diterima anak-anak. Selama kegiatan berlangsung, siswa tampak antusias dan aktif bertanya mengenai bahan serta khasiat jamu. Melalui kegiatan ini, sekolah berharap dapat menumbuhkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kesehatan sejak dini serta menanamkan apresiasi terhadap minuman herbal tradisional sebagai bagian dari budaya Indonesia.



Gambar 4. Kegiatan Minum Jamu Bersama.

4. Hasil Evaluasi *Pre-test* dan *Post-test*

Tahapan yang dilakukan sebelum penyajian materi yaitu pemberian soal *pre-test* kepada peserta yang bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal peserta terkait topik yang akan disampaikan sehingga tim pelaksana pengabdian masyarakat mengetahui sejauh mana pemahaman dasar peserta.



Gambar 5. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Peserta PKM.

Sedangkan *post-test* diberikan setelah penyajian materi dan diskusi selesai dilaksanakan sebagai umpan balik (*feedback*) bagi pelaksana

mengenai kualitas penyampaian materi dan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah materi disampaikan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat tentang pengenalan jamu sebagai warisan budaya tak benda (WBTb) pada siswa siswi Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Kauman Wiradesa Kabupaten Pekalongan telah terselenggara dengan baik. Hal ini terlihat dari meningkatnya pemahaman para peserta, yang ditunjukkan melalui peningkatan persentase nilai *post-test* dibandingkan dengan *pre-test*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Pekalongan atas dukungan yang diberikan baik materil maupun immaterial pada kegiatan ini. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada mitra MIM Kauman Wiradesa Kabupaten Pekalongan atas izin yang diberikan untuk menyelenggarakan kegiatan dengan tema *Jamu Goes To School*.

DAFTAR PUSTAKA

- Höfrová, A., Balidemaj, V., & Small, M. A. (2024). A systematic literature review of education for Generation Alpha. *Discover Education*, 3(1), Article 125, 1-20. <https://doi.org/10.1007/s44217-024-00218-3>
- Lim, M. A., & Pranata, R. (2020). The insidious threat of jamu and unregulated traditional medicines in the COVID-19 era. *Diabetes & metabolic syndrome*, 14(5), 895-896. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.06.022>
- Nurrosyidah, I. H. (2025). *Cantik Itu Jamu: Manfaat Jamu untuk Kecantikan yang Alami*. Airlangga University Press.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 6. 2016. *Tentang Formularium Obat Herbal Asli Indonesia*. Jakarta: Direktorat Jenderal Peraturan Perundang-Undangan Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia, Jakarta.
- Rusmiatiningsih, R., & Rizkyantha, O. (2022). Analisis karakteristik literasi generasi alpha dan implikasinya terhadap layanan perpustakaan. *Tik Ilmeu: Jurnal Ilmu Perpustakaan dan Informasi*, 6(2), 295-306. <https://doi.org/10.29240/tik.v6i2.5134>
- Saputro, H. G., Rachmawati, A. N., & Hadi, P. P. (2025). Jamu Potential as Tourism Attraction of Sukoharjo, Central Java—A Review. *TOBA: Journal of Tourism, Hospitality, and Destination*, 4(3), 215-222. <https://www.journal.literasisains.id/index.php/toba/article/view/6065>
- Tilaar, M. & Widjaja, B. T. (2002). *The Power of Jamu: Kekayaan dan Kearifan Lokal Indonesia*. Gramedia Pustaka Utama.
- Wahyuni, E. (2023, 7 Desember). *Jamu resmi jadi warisan budaya tak benda UNESCO*. Kompas.com. <https://www.kompas.com/food/read/2023/12/07/075524775/jamu-resmi-jadi-warisan-budaya-tak-benda-unesco>