Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD) **e-ISSN. 2963-3559**
Vol. 4 No. 2 Desember 2025 (P 8-14)

PEMBUATAN SEDIAAN PAREM DARI KENCUR (*Kaempferia galanga* L.) BERAS (*Oryza sativa* L), SERAI (*Cymbopogon citratus*) SEBAGAI PENYEMBUHAN LUKA MEMAR, BENGKAK DAN KESELEO.

Vishal Ramadhikri[1], Ahmad Solihin[2], Nabila Nasution[3], Ahmad Safii Hasibuan[4]
[1,2,3,4] Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidimpuan
vishalramdhikri@gmail.com

ABSTRAK

Indonesia memiliki banyak tanaman herbal yang mempunyai manfaat dalam menjaga kesehatan tubuh. Pengobatan tradisional yang sudah dilakukan oleh leluhur kita telah diwariskan dari generasi ke generasi. Perilaku pengguanaan obat yang tidak tepat akan berdampak pada keberhasilan terapi dan munculnya reaksi yang tidak diinginkan dari pengobatan. Selain obat Konvensional, obat Tradisional juga dapat dijadikan untuk jadi bahan pengobatan. Saat ini masyarakat sudah banyak menggunakan Obat Tradisonal sebagai penyembuhan berbagai penyakit dikarenakan sangat mudah didapatkan serta mudah pengolahannya. Tumbuhan yang berperan penting dalam menyembuhkan luka memar, bengkak dan keseleo adalah kencur (Kaempferia galanga L), yang digunakan untuk bahan parem adalah bagian rimpangnya. Adapun bahan lain yang digunakan untuk membuat sediaan parem adalah beras, serai. Beras itu khasiatnya untuk menghilangkan rasa panas pada luka memar, serai khasiatnya untuk mengurangi peradangan di kulit. Praktikum ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui bahan yang digunakan bisa dan menjadi sediaan parem, untuk mengetahui apakah parem bisa digunakan untuk kulit, dan untuk mengetahui apakah sediaan parem dapat disimpan dalam waktu yang lama. Metode yang digunakan secara turun – temurun serta dengan mengambil beberapa jurnal penelitian sebelumnya. Proses pembuatan parem dalam percobaan ini dengan mencampurkan semua bahan yang telah dihaluskan ke dalam satu wadah hingga terbentuk adonan, lalu adonan tersebut dibentuk menggunakan cetakan. Hasil pengujian organoleptis terhadap parem yang dihasilkan selama seminggu menunjukkan bahwa tidak ada perubahan yang signifikan meliputi bentuk, warna, bau maupun pertumbuhan jamur. Dalam penyuluhan pembuatan parem ini,remaja putri di Desa SITAMPASIMATORAS berhasil membuat sediaan dalam bentuk sediaan parem. Sediaan parem terbukti bisa mempercepat penyembuhkan luka pada kulit. Sediaan parem bisa disimpan dan digunakan dalam jangka waktu yang lama karena parem tidak di tumbuhi oleh jamur pada saat pengeringan

ABSTRACT

Indonesia has many herbal plants that have benefits in maintaining body health. The traditional medicine that has been practiced by our ancestors has been passed down from generation to generation. Improper use of medication can impact the success of therapy and lead to unwanted reactions from treatment. Besides conventional medicine, traditional medicine can also be used as a remedy. Currently, many people are using traditional medicine to heal various diseases because it is very accessible and easy to process. The plant that plays an important role in healing bruises, swelling, and sprains is kencur (Kaempferia galanga L), whose rhizome is used for making a poultice. Other ingredients used to make the poultice include rice and lemongrass. The rice helps to relieve the heat from bruises, while lemongrass is effective in reducing inflammation of the skin. This practice The purpose of this activity is to understand whether the ingredients used can be made into a paste, to find out if the paste can be used on the skin, and to determine whether the paste preparation can be stored for a long time. The method used is passed down through generations and involves taking several previous research journals. The process of making the paste in this experiment involves mixing all the ingredients that have been finely ground into one container until a dough is formed, then the dough is shaped using molds. The results of the organoleptic tests of the paste produced over a week showed that there were no significant changes in shape, color, smell, or mold growth. In the outreach program for making the paste, the girls from Sitampasimatoras Village successfully produced a preparation in the form of a paste. The paste preparation has been proven to accelerate the

healing of skin wounds. The paste preparation can be stored and used for a long time because the paste does not spoil.

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan masih menjadi masalah utama yang dihadapi masyarakat. Kesehatan itu mahal harganya sehingga tidak seorangpun ingin sakit. Tetapi, seringkali penyakit datang dengan tiba-tiba hanya karena manusia lalai menjaga kesehatan. Menjalani pola hidup sehat merupakan pekerjaan yang tidak mudah (Rizky, 2022; Harahap & Harahap, 2024). Semakin tersohornya istilah back to nature, semakin sering dilakukannya kajian atau studi terkait tanaman herbal oleh para ilmuwan (Rizky, 2022; Harahap, 2020).

Warisan nusantara akan pengobatan tradisional yang sudah dilakukan oleh leluhur atau nenek moyang kita telah banyak dicontoh oleh masyarakat. Mereka memiliki kemampuan dalam mengolah tanaman keluarga menjadi salah satu bahan pengobatan. Masyarakat terbiasa menggunakan sediaan obat bahan alam dan semakin percaya manfaatnya bagi kesehatan. Disisi lain banyaknya dampak negatif penggunaan bahan-bahan sintetik menyebabkan kecenderungan maasyarakat untuk kembali kebahan alam sebagai alternatif utama dalam pengobatan (Tamara, 2017). Penggunaan obat yang tidak rasional sudah menjadi masalah dunia, berkisar 50% obat-obatan diresepkan, didistribusikan, dijual dan di ambil pasien secara tidak tepat. Hal ini disebabkan masih kurangnya pemahaman masyarakat tentang penggunaan obat yang tepat salah satunya adalah penggunaan obat antibiotik yang tidak sesuai baik dari jenis obat, dosis, lama pemberian dan penggunaan yang berlebihan. Kondisi ini memicu terjadinya resistensi terhadap antibiotik (Hosne, 2019).

TOGA merupakan tanaman hasil budidaya rumah yang berkhasiat sebagai obat. Tanaman obat keluarga merupakan beberapa jenis tanaman obat pilihan yang ditanam dipekarangan rumah atau lingkungan sekitar rumah (Zein, 2020). Selain sebagai sarana untuk menjaga kesehatan masyarakat, toga juga berfungsi sebagai sarana penghijauan, sarana untuk pelestarian alam, sarana memperbaiki gizi, sarana penyebaran gerakan penghijauan dan sarana kkeindahan pekarangan atau lingkungan (Zein, 2020).

Salah satu obat tradisional yang diketahui adalah parem beras kencur, merupakan ramuan yang menggunakan beberapa bahan campuran untuk dijadikan alternatif obat diantaranya rimpang kencur (Kaempferia galanga), beras (Oryza sativa) dan serai (Cymbopogon citratus). Parem beras kencur memiliki banyak manfaat yaitu bisa digunakan untuk menyembuhkan kaki yang kesleo atau bengkak, melemaskan otot- otot yang kaku, melancarkan peredaran darah, serta dapat mengembalikan kekebalan tubuh. Parem beras kencur merupakan pengobatan alternatif yang cukup efektif untuk berbagai masalah (Deny, 2022; (Ristanto et al., 2019)).

Kencur (Kaempferia galanga L.) adalah tanaman herbal yang memiliki khasiat obat yang tumbuh di daerah tropis dan subtropis. Pemanfaatan kencur baik di kalangan industry

maupun rumah tangga bukan cuman digunakan sebagai obat namun bisa juga sebagai makanan, minuman yang kaya akan manfaat bagi kesehatan. Pada negara berkembang seperti Indonesia penggunaan bahan baku herbal kini lebih sering digunakan karena memiliki harga yang lebih murah serta banyak tumbuh didaerah tropis sediaan herbal dianggap lebih aman, lebih efektif, dan memiliki efek samping yang lebih kecil dibandingkan dengan bahan kimia. Pada beberapa penelitian menunjukan bahwa kencur memiliki aktivitas seperti Antijamur, Antiinflamasi, dan Antibakteri. Hal ini membuktikan bahwa tanaman herbal seperti kencur memiliki berbagai manfaat (Soleh, 2019).

Obat herbal seperti kencur memiliki kegunaan yang sudah dikenal dikalangan masyarakat baik digunakan sebagai salah satu bumbu masak, ataupun pengobatan, biasanya kencur dikenal sebagai pengobatan ,biasanya kencur dikenal sebagai obat untuk berbagai masalah kesehatan diantaranya mengobati batuk, mual, bengkak, bisul, maupun sebagai anti toksin seperti keracunan. Selain itu, juga terdapat manfaat lain dari kencur yang apabila dicampurkan dengan bahan lain seperti minyak kelapa yang dapat meredakan kaki keseleo. Kencur sendiri apabila sudah di olah menjadi minuman seperti beras kencur dapat meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah dan menghilangkan masuk angin. Hal ini juga pada dasarnya dianggap lebih aman, lebih efektif, dan memiliki efek samping yang lebih kecil dibandingkan dengan bahan kimia pada sediaan obat (Ibrahim, 2019). Kencur (Kaempferia galanga L.) merupakan salah satu tanaman Indonesia yang memiliki khasiat obat. Bahan herbal yang memiliki khasiat obat

dikarenakan dalam kencur terdapat beberapa enyawa seperti minyak atsiri, saponin, flavanoid, polifenol, yang diketahui memiliki banyak manfaat. (Soleh, 2019). Klasifikasi Tanaman Kencur Kingdom : Plantae Sub Kingdom : Phanerogamae Divisi : Spermatophyta Sub divisi : Angiospermae Class : Monocotyledonae Ordo : Scitaminales Family : Zingiberaceae Genus : Kaempferia Species : Kaemferia galanga (Shetu et al, 2018).

Serai atau Cymbopogon Citratus DC merupakan tumbuhan yang masuk kedalam family rumput-rumputan atau poaceae. Tanaman serai mampu tumbu sampai 1-1,5 m panjang daunnya mencapai 70-80cm dan lebarnya 2,5cm berwarna hijau muda, kasar,dan mempunyai aroma yang kuat. (Silalahi, 2019).

Tanaman Serai memiliki taksonomi sebagai berikut : Kingdom : Plantae Sub Kingdom : Trachebinota Divisi : Spermatophyta Sub Divisi : Angiospermae Class : Monocotyledonae Ordo : Poales

METODE

2.1 Tempat Dan Waktu Pembuatan Parem

Tempat pembuatan parem beras kencur berada di Desa SITAMPASIMATORAS, Waktu pembuatan parem dilaksanakan pada 30 Mei 2025 pada pukul 10.00-12.00.

Jenis tumbuhan yang digunakan dalam pembuatan parem ini adalah Kencur (Kempferia galanga L) Sebanyak 250 gram, Serai (Cymbopogon citratus L) sebanyak 250 gram, Beras (Oryza sativa) sebanyak 500gram dan Air secukupnya.

Peralatan yang digunakan pada pembuatan parem ini yaitu pisau, wadah plastik, blender, kertas perkamen, cetakan.

2.2 Prosedur Kerja

Prosedur pelaksanaan pembuatan Parem Beras Kencur yang pertama yaitu beras direndam selama kurang 3 jam, setelah itu dihaluskan dengan cara diblender. Kemudian diletak ke dalam baskom. Setelah itu Kencur, Serai, Lada Putih dan Daun Pepaya dicuci bersih dan dirajang diiris kecil kecil agar mempermudah saat pemblenderan.

Dilakukan proses pemblenderan terhadap bahan – bahan yang sudah dirajang kecil – kecil. Setelah dihaluskan, dituangkan bahan ke dalam wadah yang berisi tepung beras. Kemudian diaduk campuran bahan sampai homogen sampai seperti adonan. Kemudian dilakukan proses pencetakan sesuai yang dinginkan. Setelah itu, dikeringakan di lemari pengering selama 2 – 3 hari, tujuan dikeringkan untuk memperpanjang masa simpannya dan memudahkan penyimpanan serta penggunaannya.

HASIL





PEMBAHASAN

Hal yang pertama dilakukan adalah pencucian beras supaya beras yang digunakan bersih dari bahan – bahan pengotor. Kemudian dilakukan proses perendaman selama kurang lebih 3 jam, tujuannya agar mendapatkan beras yan lembut dan mudah saat proses penghalusan. Setelah direndam, dilakukan proses penghalusan dengan cara diblender setelah itu sisihkan beras yang sudah jadi tepung ke dalam baskom.

Kemudian setelah semua bahan- bahan dikupas dan dicuci bersih seperti kencur, serai, lada putih dan daun papaya. Hal ini bertujuan agar bahan – bahan terhindar

dari zat – zat pengotor seperti tanah, pasir dan debu. Setelah itu, bahan – bahan yang sudah bersih dilakukan perjangan, diiris kecil – kecil agar memudahkan saat proses penghalusan atau pemblenderan. Kemudian dilakukan proses pemblenderan satu – persatu bahan – bahan yang sudah dirajang.

Proses pemblenderan dilakukan dengan menambahkan sedikit air agar penghalusan lebih mudah. Proses pemblenderan harus benar – benar halus untuk menghasilkan adonan parem yang halus. Setelah dilakukan proses penghalusan, kemudian dimasukkan semua bahan yang telah halus ke dalam baskom yang berisi tepung beras. Kemudian dilakukan pencampuran hingga bahan seperti adonan. Setelah itu, adonan dilakukan pencetakan. Pencetakan dilakukan untuk memudahkan saat proses pengeringan. Setelah dicetak, dikeringakan di dalam lemari pengering selama kurang lebih 2 – 3 hari. Tujuan dilakukanya pengeringan untuk memperpanjang masa simpannya dan memudahkan penyimpanan serta penggunannya. Pengeringan juga dapat membantu dalam menjaga kandungan senyawa aktif dalam parem, sehingga efektivitasnya tetap terjaga saat digunakan.

Dari hasil percobaan, pembuatan parem dari kencur, beras, serai, lada putih dan daun papaya membutuhkan waktu selama satu hari yaitu penyiapan bahan dan kemudian proses pengeringan selama 2 – 3 hari.

Dari hasil evaluasi sediaan yang sudah jadi yakni sediaan parem berbentuk seperti hati atau gambar Love dan sebagian seperti kepingan uang logam, dengan warna kehijauan dengan bau khas kencur yang menyebar pada parem, bisa dirasakan dengan cara parem di pegang dengan tangan yang basah bisa menimbulkan rasa hangat, dan meringankan rasa sakit sedangkaan khasiat serai untuk menghangatkan badan, maka kencur juga menunjukkan hasil pada sediaan karena dari khasiatnya kencur dapat menyembuhkan luka.

Penggunaan sediaan parem kencur ini caranya yaitu dengan mengambil satu keeping parem kemudian dilarutkan dengann air secukupnya dan lalu dibalurkan kebagian tubuh yang mengalami memar, bengkak ataupun keseleo, tunggu sampai parem kering atau tunggu selama kurang lebih 20 menit kemudian cuci dengan air bersih ataupun dengan air hangat.

KESIMPULAN

1. Dalam praktikum ini praktikan berhasil membuat sediaan dalam bentuk sediaan parem.
2. Sediaan parem terbukti bisa mempercepat penyembuhan pada luka memar, bengkak dan keseleo

3. Sediaan parem bisa disimpan dan digunakan dalam jangka waktu yang lama karena paerem tidak di timbuhi oleh jamur pada saat pengeringan.

DAFTAR PUSTAKA

Harahap, L. J. (2020). *Pengaruh Model Pembelajaran Cooperative Integrated Reading, Composition and Guided Inquiry (CirGi) terhadap Keterampilan Berpikir Kritis dan Penguasaan Konsep Ekosistem*. Universitas Negeri Jakarta.

Harahap, L. J., & Harahap, L. J. (2024). Development of an Instrument for Measuring Intention to ACT and Healthy Eating Behavior of Students. *Jurnal of Health Science*, *17*(1), 45–54. https://doi.org/https://doi.org/10.33086/jhs.v17.i01.4547 45

Ristanto, R. H., Harahap, L. J., & Lisanti, E. (2019). Ethnoveterinary Pharmacology: Knowledge Identification of Sukarame Society, Carita, Pandeglang, Banten. *Bioscience*, *3*(2), 187. https://doi.org/10.24036/0201932106354-0-00

Hasibuan, Elmi Sariani., Rini Fitriani Dongoran. 2023. Pembuatan Sediaan Parem dari Tanaman Obat Di Desa Panobasan Kecamatan Angkola Barat Tapanuli Selatan. Jurnal Amaliah : Padangsidimpuan

Hosne Jahan Shetu, Kaniz Taskina Trisha, Shishir Ahmed Sikta, Raihanatul Anwar, Sadman Sakib Bin Rashed (2019). Pharmacological importance of Kaempferia galanga (Zingiberaceae). *International Journal of Research in Pharmacy and Pharmaceutical Sciences Volume 3; Issue 3; May 2019; Page No. 32-39*

Ibrahim H. (2019) Kaempferia galanga L. Medicinal and poisonous plants. *Plant Resources of South-East Asia.; 12(1): 334-335.*

Kastika, S. M., & Rahayu, R. (2018). *Bioprospek*. *13*(1), 26–32.

Silalahi, M. (2019). Ramuan Obat Tradisional Sub-Etnis Batak Karo Yang Diperjual belikan Di Pasar Berastagi Dan Kaban jahe Sumatera Utara, Indonesia. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan. 15(2):15-24. DOI:10.26753/jikk.v15i2.293

Soleh, Sandra Megantara. 2019. *Karakteristik Morfologi Tanaman Kencur* (*Kaempferia Galanga L.)*. Fakultas Farmasi Universitas Padjajaran : Bandung

Sutrisno, Deny., dkk. 2022. Pemanfaatan Beras Kencur dan Daun Kelor Sebagai Obat Tradisional Melalui Kegiatan KKN di RT 05 Desa

Mudung Darat Kabupaten Muaro Jambi. Fakultas Farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi : Jambi

Syah, Adam. 2021. *Efetivitas Papaya (Carica papaya.) Terhadap Penyembuhan Luka.* Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Magelang : Magelang

Tamara, L., S. Andriani., Y. Helmiawati. (2017). Pembuatan Sediaan Parem dari Kencur (Kaemferia galanga L) Beras (Oriza sativa) Dan Serai (Cymbopogon citratus) Sebagai Penyembuhan Luka Memar, Bengkak dan Keseleo. Journal of Holistic and Health Science. 1(1):63-72.

Yulion, Rizky., Feranika.,dkk. 2022. Edukasi Penggunaan Obat Konvensional dan Obat Tradisonal Berbasis Kearifan Lokal di Desa Terusan Kecamatan Maro Sebo Ilir Kabupaten Batang Hari Provinsi Jambi. JIPPM. Jambi

Zein, U. (2020). Pemanfaatan Tumbuhan Obat Dalam Upaya Pemeliharaan Kesehatan. USU Respitory Medan

DOKUMENTASI KEGIATAN



