



PELATIHAN PEMBUATAN OBAT KUMUR DAUN SELEDRI (*Apium graveolens L.*) PADA MAHASISWA, ALUMNI DAN IBU-IBU PKK KELURAHAN PUDAKPAYUNG

Supriyana¹, Rose Asni Latifah^{2✉}, Kiat Irma Fakhriyatini³, Irma Haida Yuliana Siregar⁴

Corresponding author: roseasnil@gmail.com

^{1,2,3,4} Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Semarang, Indonesia

Genesis Naskah: 28-08-2024, Revised: 21-10-2024, Accepted: 25-10-2024, Available Online: 31-10-2024

Abstrak

Upaya preventif kesehatan gigi dan mulut yang dilakukan secara mekanis yaitu menyikat gigi pada waktu yang tepat dengan cara yang benar. Tindakan pembersihan dengan menyikat gigi seringkali tidak mampu menjangkau seluruh permukaan gigi, sehingga diperlukan upaya lain seperti memanfaatkan bahan antibakteri. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah kumur-kumur menggunakan obat kumur yang mengandung antiseptik atau dapat juga menggunakan dari bahan herbal dengan ekstrak tumbuh-tumbuhan yang mengandung antibakteri. Alternatif bahan herbal yang dapat digunakan untuk menjadi obat kumur adalah daun seledri. Kandungan dalam seledri yang bisa bermanfaat sebagai antibakteri diantaranya yaitu minyak atsiri, flavonoid, saponin dan tannin. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan pelatihan kepada mahasiswa, alumni dan ibu-ibu PKK dengan pembuatan obat kumur herbal. Metode pengabdian ini meliputi presentasi, diskusi, dan praktik. Indikator keberhasilan dari pengabdian ini adalah pengukuran tingkat pengetahuan dan keterampilan peserta sebelum dan sesudah pelatihan, dengan jumlah sampel 27 orang yang terdiri dari 10 ibu-ibu PKK, 11 mahasiswa dan 6 alumni Jurusan Kesehatan Gigi. Hasil pengabdian kepada masyarakat didapatkan pengetahuan peserta mengenai cara menjaga kesehatan gigi dan mulut sebelum dilakukan pelatihan terdapat 81,5% memiliki pengetahuan baik, dan 18,5% memiliki pengetahuan cukup. Setelah dilakukan pelatihan, seluruh peserta (100%) memiliki pengetahuan yang baik mengenai cara menjaga kesehatan gigi dan mulut. Hal tersebut terjadi karena pemberian pelatihan melalui metode ceramah, diskusi dan praktek langsung dapat meningkatkan pengetahuan.

Kata Kunci : Pelatihan, Obat kumur, Daun seledri

TRAINING ON MAKING CELERY LEAF MOUTHWASH (*Apium graveolens L.*) FOR STUDENTS, GRADUATE AND PKK LADIES IN PUDAKPAYUNG VILLAGE

Abstract

Preventive efforts for dental and oral health that are carried out mechanically are brushing teeth at the right time in the right way. Cleaning actions by brushing teeth are often unable to reach the entire surface of the teeth, so other efforts are needed such as utilizing antibacterial materials. One effort that can be done is gargling using mouthwash containing antiseptics or can also use herbal ingredients with plant extracts that contain antibacterials. An alternative herbal ingredient that can be used as a mouthwash is celery leaves. The content in celery that can be useful as an antibacterial includes essential oils, flavonoids, saponins and tannins. The purpose of this community service is to provide training to students, graduates and PKK Ladies with the manufacture of herbal mouthwash. This community service method includes presentations, discussions, and practices. The indicator of the success of this service is the measurement of the level of knowledge and skills of participants before and after training, with a sample size of 27 people consisting of 10 PKK Ladies, 11 students and 6 Graduates of the Dental Health Department. The results of community service obtained participants' knowledge about how to maintain dental and oral health before the training, 81.5% had good knowledge, and 18.5% had sufficient knowledge. After the training, all participants (100%) had good knowledge about how to maintain dental and oral health. This happened because the provision of training presentations, discussion and direct practice methods can increase knowledge.

Keywords: Training, Mouthwash, Celery Leaves

Pendahuluan

Karies harus segera ditanggulangi dengan berbagai upaya kesehatan yang menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan. Upaya masyarakat dalam pengendalian aktivitas mikroorganisme pada umumnya menggunakan senyawa antimikroba atau antibakteri dan antiseptik yang berasal dari bahan-bahan kimia sintetik yang justru dapat menimbulkan dampak yang negatif pada kesehatan (Mervrayano et al., 2015).

Upaya preventif yang dilakukan secara mekanis yaitu seperti menyikat gigi pada waktu yang tepat dengan cara yang benar namun, tindakan pembersihan dengan menyikat gigi seringkali tidak mampu menjangkau seluruh permukaan gigi, sehingga diperlukan upaya lain seperti memanfaatkan bahan antibakteri (Utami et al., 2020) cara kimiawi dapat dilakukan dengan aplikasi larutan fluor, kumurkumur menggunakan obat kumur yang mengandung antiseptik atau dapat juga menggunakan bahan herbal dengan ekstrak tumbuh-tumbuhan yang mengandung antibakteri (Pujoraharjo & Herdiyati, 2018). Penggunaan antibiotik secara terus menerus dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya resistensi (Nahak et al., 2015) Berbagai efek samping yang ditimbulkan dari pemakaian bahan kimia dalam obat kumur cukup banyak dan signifikan seperti perubahan warna pada gigi, iritasi pada mulut dan lidah, mulut terasa kering dan penurunan rasa atau perubahan rasa. Sehingga diperlukan alternatif lain sebagai bahan baku pembuatan obat kumur dengan efek samping seminimal mungkin, ekonomis dan berkhasiat (B et al., 2011). Alternatif yang memenuhi syarat tersebut adalah bahan dari herbal dan salah satunya adalah daun seledri dan telah dilakukan uji batas keamanan

tanaman dengan data keamanan LD50 peroral pada tikus >5 g/kg BB dan dinyatakan tidak toksik (Suwito et al., 2017).

Seledri (*Apium graveolens L. var secalinum Alef*) merupakan tanaman yang mudah ditemukan di Indonesia, dapat hidup di dataran tinggi maupun rendah, 16 Seledri (*Apium graveolens L.*) oleh masyarakat Indonesia lebih dikenal sebagai sayuran (Wakhida, 2021) Akan tetapi ternyata seledri bisa bermanfaat untuk menurunkan kolesterol, sebagai antibakteri, antioksidan dan antiinflamasi. Kandungan dalam seledri yang bisa bermanfaat sebagai antibakteri diantaranya yaitu minyak atsiri, flavonoid, saponin dan tannin (Luthfiyani et al., 2019; Majidah et al., 2014).

Obat kumur daun seledri dengan kandungan 30% terbukti memiliki daya hambat terhadap pertumbuhan bakteri *Streptococcus mutans* lebih tinggi dibandingkan dengan konsentrasi lainnya. (Qalbi et al., 2023) Sehingga pada pengabdian masyarakat ini konsentrasi obat kumur daun seledri yang akan digunakan adalah sebesar 30%.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan tim pengabdian terhadap masyarakat Pudukpayung ditemukan bahwa sebagian masyarakat kurang peduli terhadap kebersihan rongga mulut, dan cenderung mengabaikan. Terlebih lagi upaya preventif dalam mencegah bau mulut. Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pelatihan pembuatan obat kumur dengan memberikan tutorial dan praktek menggunakan bahan-bahan dan peralatan yang ekonomis dan mudah didapatkan di lingkungan sekitar rumah (Gunawan et al., 2020). Pemberian pengetahuan manfaat obat kumur dan cara pembuatannya kepada masyarakat diharapkan masyarakat terutama ibu-ibu dapat meningkatkan

derajat kesehatan keluarga secara mandiri serta meningkatkan pendapatan ekonomi.

Metode Pelaksanaan

Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pelatihan pembuatan obat kumur dengan memberikan tutorial dan praktek pembuatan langsung menggunakan bahan-bahan dan peralatan yang ekonomis dan mudah didapatkan di lingkungan sekitar rumah. Khalayak sasaran pada pengabdian ini melibatkan Ibu-ibu PKK Kelurahan Pudakpayung, alumni Jurusan Kesehatan Gigi dan Mahasiswa Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Semarang. Instrumen pengabdian kepada masyarakat yaitu berupa modul. Setiap sasaran mendapatkan modul pelatihan yang berisi mengenai kewirausahaan, manfaat daun seledri serta tata cara pembuatan daun seledri.



Gambar 1. Modul pelatihan pembuatan obat kumur daun seledri

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung pada bulan Agustus 2024 berlokasi di Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Semarang. Tahapan diawali dengan proses perijinan kepada Kelurahan Pudakpayung, dan Jurusan Kesehatan Gigi. Dilanjutkan dengan penyusunan perencanaan dan penyusunan program kerja. Kegiatan dimulai dengan melakukan pretest mengenai cara menjaga

kesehatan gigi kepada peserta, dilanjutkan dengan pemberian materi mengenai kewirausahaan oleh ketua Pengabdian yaitu Dr.drg. Supriyana, M.Pd dan materi mengenai manfaat dan kandungan daun seledri oleh anggota Kiat Irma Fakriyatin, S.Tr.Kep.Gi, serta praktek pembuatan obat kumur daun seledri dan diskusi yang dipandu oleh Rose Asni Latifah, M.Tr.Kes. Kegiatan Pengabdian diakhiri dengan pengisian post test untuk mengetahui pengetahuan peserta setelah dilakukan pelatihan.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Semarang dengan jumlah peserta sebanyak 27 orang yang terdiri dari 10 ibu-ibu PKK, 11 mahasiswa dan 6 alumni Jurusan Kesehatan Gigi.

Kegiatan diawali dengan proses perijinan kepada Kelurahan Pudakpayung, dan Jurusan Kesehatan Gigi. Dilanjutkan dengan persamaan persepsi dengan lahan dan menyiapkan proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan pemberian soal pretest mengenai cara menjaga kesehatan gigi dan mulut kepada seluruh peserta. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi oleh pengabdian mengenai kewirausahaan dan materi mengenai manfaat dan kandungan daun seledri. Masing-masing peserta mendapatkan modul yang berisikan manfaat dan cara penggunaan daun seledri sebagai obat kumur.



Gambar 2. Pemberian materi mengenai kewirausahaan dan manfaat daun seledri

Setelah pemberian materi dilanjutkan dengan praktek secara langsung mengenai cara pembuatan obat kumur yang diikuti oleh semua peserta. Diakhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan evaluasi dengan memberikan kembali soal post test mengenai cara menjaga kesehatan gigi dan mulut kepada semua peserta. Semua peserta mendapatkkan sertifikat pelatihan pembuatan obat kumur menggunakan daun seledri.



Gambar 3. Proses praktek pembuatan obat kumur

Hasil dari pretest dan posttest peserta didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi peserta terhadap pengetahuan cara menjaga kesehatan gigi

Kategori Pengetahuan	Pretest		Post Test	
	Σ	%	Σ	%
Pengetahuan Baik	22	81,5	27	100
Pengetahuan Cukup	5	18,5	0	0
Pengetahuan buruk	0	0	0	0
Jumlah	27	100	2	100

Berdasarkan tabel 1 dari hasil pretest menunjukkan bahwa dari 27 orang terdapat 22 (81,5%) orang yang memiliki pengetahuan baik. Sedangkan 5 orang memiliki pengetahuan cukup, serta tidak ada yang memiliki pengetahuan buruk. Setelah dilakukan pelatihan mengenai pembuatan obat kumur daun seledri, seluruh peserta pelatihan (100%) memiliki pengetahuan baik mengenai cara menjaga kesehatan gigi dan mulut.



Gambar 4. Penyerahan sertifikat peserta pelatihan

Hampir semua sasaran setuju bahwan obat kumur herbal memiliki manfaat yang baik untuk kesehatan gigi daripada obat kumur yang mengandung bahan kimia. Hal tersebut terjadi karena pelatihan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah, diskusi dan praktek langsung terbukti efektif meningkatkan pengetahuan (Wiyatini et al., 2024).

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini adalah untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang ada di kelompok mitra (PKK Pudukpayung) yaitu mengenai kebersihan rongga mulut. Sebagian besar ibu PKK Pudukpayung berprofesi sebagai ibu rumah tangga yang memiliki banyak waktu luang. Oleh karena itu melalui kegiatan Pengabmas ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam hal pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut, dan pemberian pelatihan untuk mengisi waktu luang guna meningkatkan ketrampilan sehingga berpengaruh pada ekonomi pendapatan anggota ibu PKK Pudukpayung.

Bagi mahasiswa dan alumni Jurusan Kesehatan Gigi agar memiliki pandangan dan ide untuk melakukan kegiatan wirausaha dengan memanfaatkan bahan yang mudah ditemukan dengan harga murah tetapi memiliki manfaat untuk kesehatan gigi dan mulut. Kegiatan pelatihan pembuatan obat kumur daun seledri berjalan lancar, dengan peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut dengan memperhatikan baik materi serta aktif bertanya selama kegiatan berlangsung.

Kegiatan pengabdian masyarakat serupa perlu dilakukan secara berkesinambungan karena memiliki dampak dan manfaat yang baik untuk peserta karena mampu meningkatkan pengetahuan, ketrampilan serta memunculkan ide-ide baru untuk dilakukan kegiatan kewirausahaan untuk menambahkan penghasilan.

Daftar Pustaka

- B, C. V., Indrawati, R., & Sidarningsih. (2011). *Perbedaan Daya Hambat Obat Kumur Ekstrak Teh Hijau (Camellia Sinensis) Dan Metil Salisilat Terhadap Pertumbuhan Bakteri Rongga Mulut* [Bagian Biologi Oral]. Universitas Unair.
- Gunawan, I., Ardini, D., & Makdalena, M. (2020). Pelatihan Pembuatan Obat Kumur (Mouthwash) Kayu Manis (*Cinnamomum Burmanii*) Dan Daun Sirih (*Piper Betle L.*) Bagi Kelompok Kader Posyandu Desa Hajimena. *Sakai Sambayan Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 14. <https://doi.org/10.23960/jss.v4i1.198>
- Luthfiyanti, A., Pujiastuti, P., & W., M. A. (2019). Daya Antibakteri Ekstrak Daun Seledri (*Apium graveolens L.*) terhadap *Porphyromonas gingivalis*. *Stomatognatic - Jurnal Kedokteran Gigi*, 16(2), 53. <https://doi.org/10.19184/stoma.v16i2.23092>
- Majidah, D., Fatmawati, D. W. A., & Gunadi, A. (2014). *Daya Antibakteri Ekstrak Daun Seledri (Apium graveolens L.) terhadap Pertumbuhan Streptococcus mutans sebagai Alternatif Obat Kumur (Antibacterial Activity of Celery Leaves Extract [Apium graveolens L.] against Streptococcus mutans as an Alternative Mouthwash)*. Universitas Jember.
- Mervrayano, J., Rahmatini, R., & Bahar, E. (2015). Perbandingan Efektivitas Obat Kumur yang Mengandung Chlorhexidine dengan Povidone Iodine terhadap *Streptococcus*. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1). <https://doi.org/10.25077/jka.v4i1.216>
- Nahak, M. M., Tedjasulaksana, R. T., & Sumert, N. N. (2015). Efektivitas Kumur Ekstrak Etanol Daun Beluntas (*Pluchea Indica L.*) Untuk Menurunkan Jumlah Koloni *Streptococcus Sp.* Pada Plak Gigi. *Jurnal Skala Husada*, 12(1), 56–64.
- Pujoraharjo, P., & Herdiyati, Y. (2018). Efektivitas antibakteri tanaman herbal terhadap *streptococcus mutans* pada karies anak. *Indonesian Journal of Paediatric Dentistry*, 1(1), 51–56.
- Qalbi, A. A., Supriyana, & Fatmasari, D. (2023). Potential Mouthworks of Celery Leaf Extractin Inhibiting the Growth of *Streptococcus Mutants Bacteria* (Laboratory Test). *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 8(3), 2030–2034.

- Suwito, M. B., Wahyunitisari, M. R., & Umijati, S. (2017). Efektivitas Ekstrak Seledri (*Apium Graveolens* L. Var. *Secalinum Alef.*) Terhadap Pertumbuhan Bakteri *Streptococcus Mutans* Sebagai Alternatif Obat Kumur. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17(3), 159–163. <https://doi.org/10.24815/jks.v17i3.9150>
- Utami, W. J. D., Nastiti, N., & Putri, E. (2020). Cinnamon Extract Potential as Disinfectant Materials on Dental Equipment. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 5(10), 700–702.
- Wakhida, A. Z. (2021). Review: Seledri (*Apium Graveolens* L.): Botani, Ekologi, Fitokimia, Bioaktivitas, Dan Pemanfaatan. *Jurnal Pro-Life*, 8(2).
- Wiyatini, T., Supriyana, S., Utami, W. J. D., & Saadah, K. (2024). Penerapan Modifikasi Ireine's Education Model Sebagai Sarana Pelatihan Kader Posyandu Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Gigi Anak Pra Sekolah. *Gemakes: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 179–184. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i2.1603>