

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 4 No. 1	Edition: Desember 2023 – Maret 2024
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPH	
Received : 16 Desember 2023	Revised: 20 Desember 2023	Accepted: 22 Desember 2023

Edukasi Manfaat Ekstrak Daun Sereh (*Cymbopogon citratus*) Sebagai Obat Kumur anti Bakteri

Firdaus Fahdi¹, Herviani Sari²

¹Fakultas Farmasi, Program Studi Sarjana Farmasi

² Institut Kesehatan Deli Husada Delitua

e-mail : dous2966@gmail.com, sari.herviani21@gmail.com

Abstract

Dental and oral health problems are a serious problem. Even though it looks simple, maintaining oral and dental hygiene is important to maintain quality of life. Dental caries is the main cause of dental problems, this occurs due to an individual's lack of knowledge in maintaining the cleanliness of their teeth and mouth. Using lemongrass as an alternative mouthwash is another option in an effort to maintain oral hygiene. This service activity was carried out at Sembiring Deli Tua Hospital targeting participants from children to adults. Activities are carried out in three stages, namely the preparation stage, implementation stage and feedback. After participating in the service activities, it was discovered that there was an increase in participants' understanding and knowledge in maintaining oral and dental hygiene.

Keywords: *Cymbopogon citratus*, mouthwash

Abstrak

Masalah kesehatan gigi dan mulut merupakan maslaah serius. Meskipun terlihat sepele namun menjaga kebersihan gigi dan mulut penting untuk menjaga kualitas hidup. Karies gigi menjadi penyebab utama masalah gigi, hal ini terjadi karena kurangnya pengetahuan individu dalam menjaga kebersihan gigi dan mulutnya. Penggunaan sereh sebagai alternatif untuk menjadi obat kumur merupakan salah satu opsi lain dalam upaya untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut. Kegiatan pengabdian ini dilakukan di RS Sembiring Deli Tua dengan menyasar peserta baik dari anak-anak hingga dewasa. Kegiatan dilakukan dalam tiga tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan umpan balik/feedback. Setelah mengikuti kegiatan pengabdian diketahui bahwa ada peningkatan pemahaman dan pengetahuan peserta dalam menjaga kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut.

Kata Kunci : *Sereh (Cymbopogon citratus)*, obat kumur

PENDAHULUAN

Gigi merupakan salah satu elemen penting dalam kesehatan. Menjaga kesehatan dan kebersihan mulut dan gigi menjadi salah satu hal yang krusial, karena apabila kesehatan gigi terganggu maka kualitas hidup juga dapat terganggu. Karena saat sakit gigi dapat menyebabkan produktivitas seseorang menurun, karena harus menahan rasa sakit dan nyeri dari sakit gigi. Karies pada gigi merupakan masalah kesehatan yang paling banyak terjadi baik di negara berkembang maupun di negara maju. Karies gigi adalah penyakit tidak menular dan banyak dijumpai pada anak-anak, namun tidak menutup kemungkinan pada orang dewasa juga mengalami karies gigi (Novia, dkk. 2020). Pada rongga mulut terdapat banyak koloni bakteri yang berperan sebagai flora normal, beberapa bakteri yang dapat ditemukan pada rongga mulut diantaranya dari golongan *Streptococcus*, kemudian *Lactobacillus*, dan *Staphylococcus*. Selain itu juga ada bakteri dari kelompok anaerob misalnya *Bacteroides*. Bakteri-bakteri tersebut hidup dengan berdampingan didalam rongga mulut, tetapi apabila kondisi lingkungan rongga mulut pada posisi yang menguntungkan untuk perkembangbiakan bakteri maka jumlah bakteri dapat meningkat melebihi ambang batas seharusnya, hal ini yang menjadi penyebab timbulnya karies gigi ataupun masalah penyakit lain dalam rongga mulut. Keasaman pH air liur pada rongga mulut dapat meningkatkan integritas gigi, dan dapat meningkatkan remineralisasi, sementara penurunan pH air liur dapat menyebabkan demineralisasi. Proses remineralisasi yang akan menurunkan kemungkinan terjadinya karies. Remineralisasi merupakan proses permukaan gigi memperoleh mineral kembali. Mouthwash/obat kumur merupakan larutan yang berisi formula khusus. Mouthwash biasanya memiliki viskositas yang cukup pekat, saat akan digunakan mouthwash akan diencerkan dahulu sebelum digunakan. Tujuan penggunaan mouthwash sebagai pencegahan atau untuk mengobati infeksi tenggorokan. Sereh (*Cymbopogon citratus*) merupakan salah satu bahan alami yang banyak mengandung senyawa metabolit sekunder. Sereh memiliki bahan aktif yang dapat berperan sebagai antiseptik. Dalam sereh terdapat minyak atsiri yang memiliki manfaat sebagai analgesik, antidepresi, antidiuretik, deodoran, antipiretik, fungisida, antiradang, antibakteri dan antiseptik. Bergerak dari manfaat yang banyak ada pada daun sereh dan juga melimpahnya sereh di lingkungan, maka kami menggerakkan pengadaan pengabdian kepada masyarakat untuk mengedukasi masyarakat mengenai manfaat berkumur dengan ekstrak sereh sebagai mouthwash antibakteri.

II. METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Aula RS Sembiring Deli Tua pada tanggal 7/11/2023. Kegiatan ini menyasar peserta dari berbagai usia, antara lain anak-anak, remaja, dan orang dewasa yang melakukan perawatan gigi dan mulut di poli klinik gigi RS Sembiring Deli Tua. kegiatan ini diikuti sebanyak 22 peserta. Proses pelaksanaan kegiatan di bagi menjadi 3 tahapan yaitu :

1. Tahap persiapan

- Pada tahap persiapan tim dosen dan mahasiswa melakukan persiapan proposal Pengabdian Kepada Masyarakat.
- Proposal yang sudah diselesaikan kemudian di konsultasikan dan di diskusikan kepada pihak RS yang berkepentingan untuk mendapatkan izin pelaksanaan kegiatan.
- Setelah mendapatkan izin dari pihak RS, kemudian mulai dilakukan persiapan materi dan bahan untuk kegiatan penyuluhan.

- Selain itu untuk menarik minat peserta juga diberikan souvenir/goodie bag untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut.
2. Tahap pelaksanaan
- Pada tahap pelaksanaan di hari H dilakukan kegiatan *pre test* untuk melihat pengetahuan peserta dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut.
 - Kemudian dilakukan presentasi penyampaian materi mengenai keberishan gigi dan mulut, juga manfaat dari sereh (*Cymbopogon citratus*) sebagai antiseptik dan antibakteri.
 - Peserta yang hadir mengisi daftar hadir.
 - Setelah kegiatan presentasi berakhir dilakukan demo dan praktek pembuatan obat kumur dengan ekstrak sereh dan berkumur menggunakan ekstrak sereh yang sudah dibuat.
 - Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.
 - Kegiatan diakhiri dengan *post test* untuk meninjau kembali pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan.
 - Kemudian ditutup dengan pembagian *goodie bag* untuk para peserta.
3. Umpan balik/ feedback

Untuk melihat tingkat peningkatan pemahaman pada peserta dilakukan *pre test* dan *post test*. Saat *post test* peserta sudah memahami bagaimana cara menjaga kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut. Sebagian besar peserta sudah paham bagaimana cara menjaga kesehatan gigi dan mulut.

III. HASIL

Hasil yang diharapkan setelah kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini berlangsung adalah :

1. Meningkatnya pengetahuan peserta dalam menjaga kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut peserta.
2. Adanya perubahan pola kebiasaan dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut, seperti menggosok gigi 2x sehari (dipagi hari dan sebelum tidur).
3. Menghindari makanan yang dapat memicu timbulnya karies gigi.
4. Mengetahui manfaat dari sereh yang banyak di lingkungan sekitar sebagai obat kumur (mouthwash) yang bersifat antibakteri dan antiseptik.

IV. KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah adanya peningkatan pemahaman dan pengetahuan peserta dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Kemudian peningkatan pengetahuan peserta mengenai manfaat dari daun sereh yang memiliki banyak manfaat salah satunya sebagai obat kumur untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut.

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasia. (2017). Formulasi Sediaan Mouthwash Pencegah Plak Gigi Ekstrak Biji Kakao (*Theobroma cacao L*) dan Uji Efektivitas Pada Bakteri *Streptococcus mutans*. Galenika Journal Of Pharmacy. Universitas Tadulapo. Palu. Halaman 85-86.
- Depkes RI. (1995). Materi Medika Indonesia. Jilid VI. Jakarta: Departemen Kesehatan RI. Halaman 45
- Ditjen POM. 1979. Farmakope Indonesia. Edisi Ke-tiga. Jakarta: DepartemenKesehatan RI. Halaman. 33.
- Ditjen POM. (2000). Parameter Standar Umum Ekstrak Tumbuhan Obat. Cetakan Pertama. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Fainsworth. (1966). Buku Pegangan Tanaman Herbal. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. Halaman 83-85.
- Nigrum Rahma. (2018). Buku Pengantar Ramuan Herbal Tradisional. Jakrata: Rapha Publishing. Halaman 18.
- Suratri Made Ayu Lely, Tince A Jovina, dan Indirawati Tjahja N. (2017). Pengaruh (pH) Saliva terhadap Terjadinya Karies Gigi pada Anak Usia Prasekolah. Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 45, No. 4. Puslitbang Sumber Daya dan Pelayanan Kesehatan. Jakarta. Halaman 242.