

make your dream come true

Jumat, 23 Agustus 2013

Membangun Jiwa-Raga Yang Sehat dengan "Back To Nature"

Tradisi lama tak selayaknya dihilangkan. Perkembangan jaman yang membawa perubahan baru juga tidak bisa begitu saja dapat diterima. Perkembangan teknologi yang semakin canggih membuat semua hal menjadi instan. Serba ada, serba cepat dan serba mahal. Berkaitan dengan mahal, mahal itu relatif jika dikaitkan dengan pembelian barang. Namun mahal akan tetap bernilai mahal jika dikaitkan dengan masalah kesehatan. Benar dikatakan bahwa sehat itu mahal harganya. Karena sejak dulu hingga kini, biaya kesehatan tidak pernah murah, bahkan semakin mahal. Sebagian masyarakat kelas menengah ke bawah tidak bisa menjangkau patokan harga atau biaya berobat yang ditetapkan oleh rumah sakit atau dokter. Namun, dengan mahalnya tarif berobat, tak selayaknya masyarakat pasrah, tidak peduli dengan kesehatan atau membiarkan penyakit menggerogoti tubuh manusia. Karena satu tradisi yang tidak akan dan tidak mungkin terlupakan mampu mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan, yaitu minum jamu tradisional. Jamu, menjadi satu alternatif yang dapat dilakukan ketika kesehatan kita terganggu. Bahkan dengan mengkonsumsi minuman jamu, masyarakat tak perlu pusing dengan biaya. Karena bahan baku jamu mudah kita dapatkan disekeliling kita. Bahan baku jamu dapat kita tanam sendiri dipekarangan. Dengan begitu, satu tindakan kecil bernilai besar telah kita lakukan. Karena dengan memelihara dan menanam tumbuhan tidak hanya menjadi alternatif pengobatan, namun juga akan mengurangi dampak dari pemanasan global yang sedang melanda dunia.

Kita sendiri telah banyak mengetahui bahwa negeri ini adalah negeri yang kaya akan sumber daya alamnya, termasuk didalamnya kekayaan akan aneka jenis tumbuh-tumbuhan. Di Indonesia, tercatat ada ribuan jenis tanaman yang bisa digunakan sebagai obat. Dari jumlah tersebut, sudah ada sekitar 233 jenis bahan baku obat tradisional yang sudah digunakan dan telah dibuktikan secara ilmiah. Hal tersebut telah menunjukkan bahwa sebenarnya potensi memanfaatkan obat tradisional di Indonesia sangat besar. Namun, kesadaran masyarakat dalam pemanfaatannya masih rendah. Padahal, ada banyak manfaat dari tanaman obat keluarga. Diantaranya untuk mencegah timbulnya penyakit, meningkatkan derajat kesehatan, dan untuk menyembuhkan berbagai macam penyakit.

Dulu, tanaman obat keluarga (toga) atau obat tradisional begitu dipercaya para orang tua untuk mengatasi berbagai macam penyakit. Bahkan, secara turun temurun, fungsi dari masing-masing obat tradisional tersebut diwariskan. Dengan informasi turun temurun, akan jauh lebih baik daripada sekarang. Informasi yang didapat masih diterima secara utuh. Ditambah lagi dengan pemanfaatannya secara turun temurun. Hasil nyata dari konsumsi obat tradisional itu sendiri terlihat dari kesehatan para orang tua terdahulu. Keluh kesah dari gangguan kesehatan hanya tergolong sakit ringan yang mudah disembuhkan. Bukan sakit berat serupa kanker atau tumor ganas yang akhir-akhir ini sering menjadi penyebab kematian seseorang.

Khasiat dari jamu sudah terbukti sejak dulu. Jamu, sebagai obat tradisional memiliki sifat senyawa yang mudah diolah oleh tubuh dan relatif tidak berefek samping. Hal ini dapat menjadi satu alasan perlu dikembangkannya obat tradisional. Pemanfaatan jamu perlu disosialisasikan kepada masyarakat luas sebagai alternatif pengobatan yang aman untuk dikonsumsi. Komposisi dan aturan pakai ketika mengkonsumsi jamu juga harus diketahui secara jelas. Meskipun bahan baku jamu bersifat alamiah, tidak menutup kemungkinan adanya perbedaan takaran jamu yang harus dikonsumsi oleh tubuh manusia.

Menjadi suatu kewajiban bagi kita sebagai penerus bangsa untuk menjaga dan melestarikan aset berharga warisan leluhur. Kesuburan tanah bumi pertiwi yang cocok untuk menanam segala macam tumbuhan dan tanaman, selayaknya dimanfaatkan secara maksimal. Sangat disayangkan jika kesuburan tanah negeri ini tidak digunakan sebagai sarana pelestarian budaya dan lingkungan. Karena pada akhirnya, kita yang akan merasakan manfaatnya. Tubuh menjadi sehat, tentu jiwa kita akan sehat. Begitu juga manfaat dimasa depan. Pelestarian budaya pemanfaatan jamu akan dirasakan juga oleh anak cucu kita sendiri nanti dikemudian hari. Dan tidak menutup kemungkinan pula, jamu akan diakui oleh dunia sebagai warisan budaya dunia.

```
<a href="http://biofarmaka.ipb.ac.id?
/"></a>
```

Cari Disini

Pengikut

Join this site

with Google Friend Connect

There are no members yet

[Be the first!](#)

Already a member? [Sign in](#)

Mengenai Saya



better than yesterday

[Lihat profil lengkapku](#)

Arsip Blo

▼ 2013 (1)

▼ Agus

SELA

CE

BE

KE

TE

Meml

Ra

da

Na

► Mare

► Febr

► Janu

► 2012 (8)

► 2011 (1)



<http://biofarmaka.ipb.ac.id>

• <http://biofarmaka.ipb.ac.id/brc-news/brc-info/501-info-jamu-as-world-cultural-heritage-2013>,

Diposkan oleh [better than yesterday](#) di 01.20

Rekomendasikan ini di Google

Tidak ada komentar:

Poskan Komentar

Masukkan komentar Anda...

Beri komentar sebagai: Google Account

Publikasikan

Pratinjau

[Posting Lebih Baru](#)

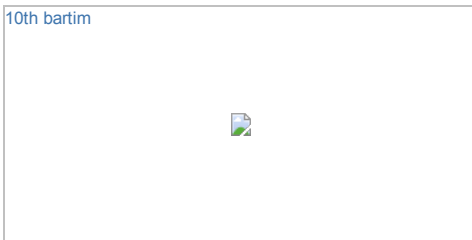
[Beranda](#)

[Posting Lama](#)

Langganan: [Poskan Komentar \(Atom\)](#)

LOMBA MENULIS 10 THN BARTIM MEMBANGUN

10th bartim



Lomba menulis "masyarakat dan perubahan iklim"

