

SIMPLE BLOG

Sunday, 31 August 2014

Jamu untuk Indonesia Sehat

Oleh: Osgar Karsena

Berasal dari tanaman yang menjadikan jamu sebagai racikan yang pahit, tidaklah aneh. Bila mengerti mengapa racikan dari tanaman ini dapat menjadi obat atau minuman kesehata, tidak sedikit orang yang berubah pikiran. Tidak dapat dipungkiri, dari penelitian-penelitian yang ada jamu memang terbukti menjadi racikan obat yang menyehatkan organ-organ manusia. Oleh karena itu meminum jamu bukanlah tanpa alasan saat ini.

Racikan yang diberitakan telah ada sejak ratusan tahun yang lalu ini dipercaya rakyat kecil sebagai obat. Ketika raja-raja di Indonesia membiasakan minum jamu dan banyak bangsanya yang mengikuti "jejak" rajanya, maka jamu sudah dilestarikan menjadi warisan dunia. Racikan atau campuran antara tanaman satu dengan yang lain seperti: akar, daun, batang tanaman menjadi berkembang sesuai kekhususannya masing-masing. Misalnya jahe, yang menjadi andalan untuk menghilangkan rasa lelah. Dewasa ini jamu telah sering diteliti meskipun saat meracik bukanlah ilmu. Ternyata jamu merupakan bahan herbal atau asli berasal dari tumbuh-tumbuhan tertentu yang memang tidak mengandung bahan-bahan yang berbahaya bagi manusia. Seperti contohnya IPB (Institut Pertanian Bogor) yang telah menjadi salah satu pelopor meminum jamu. Dengan dibantu peralatan yang kian canggih, penelitian dengan lebih mudah menemukan tanaman-tanaman lainya dengan fungsi untuk menyehatkan tubuh manusia.

Men sana in corpora sano, ketika sel-sel di dalam tubuh manusia menjadi sehat maka fungsi organ yang lainnya menjadi sehat, sehingga manusia dapat beraktivitas dengan *fit*. Begitulah kira-kira bagaimana jamu yang telah diseduh dan siap disantap yang dicerna oleh tubuh manusia. Kini telah banyak minuman "sehat" lain yang diproduksi lebih banyak dari jamu, padahal merupakan campuran dengan bahan kimia lainnya dan pastinya dibuat manis. Terbiasanya masyarakat modern ini mengonsumsi minuman yang cepat saji dan rasa yang manis, membuat masyarakat sulit menerima tantangan tersendiri untuk meminum jamu. Namun demikian, tidak sedikit orang-orang yang mulai berubah pola pikirnya. Dengan bantuan teknologi berupa internet, informasi mengenai jamu dapat lebih mudah diakses. Orang-orang yang mengerti khasiat dari jamu ini mulai mencoba-coba meminum jamu, meskipun rasanya pahit. Tapi banyak penjual jamu juga yang menyediakan pemanis alami seperti gula pasir dan madu. Campuran pemanis alami tersebut tidak membuat khasiat pada jamu hilang, malahan menambah nilai gizinya.



Pengalaman penulis saat masih kecil lebih dari 10 tahun yang lalu adalah merasakan tidak enakny minum jamu karena rasanya pahit. Tapi dengan dukungan dari orangtua meskipun dicampur dengan pemanis, penulis tidak enggan lagi untuk mengonsumsi jamu, terutama jahe. Sebab jahe ini dapat membuat tubuh hangat dan menyehatkan badan. Jadi menjadi pelopor minum jamu tidaklah sulit, karena telah mengetahui sehatnya jamu, carilah penjualnya dan minumlah!

Daftar Pustaka:
<http://biofarmaka.ipb.ac.id/brc-upt/brc-ukbb/bccs-collection>
<http://biofarmaka.ipb.ac.id/publication/journal>
<http://en.wikipedia.org/wiki/Jamu>

Sumber: <http://tuwowo.wordpress.com/2010/04/10/jamu-paitan/>

Posted by [Kamen Rider](#) at 8/31/2014

+3 Recommend this on Google

Badge Lomba



Pusat Studi Biofarmaka LPPM-IPB

Daily Calendar

ABOUT Is						
September 2014						
Su	M	Tu	W	Th	F	Sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

IROF (Indonesia Robo Fest) 2014

[Lomba Robot IROF November 2014](#)

Total Pageviews

357

Followers

with Google Friend Connect

Members (2)



Already a member? [Sign in](#)

suka?

No comments:

Post a Comment

Terimakasih untuk tanggapan/saran/opini.

Enter your comment...

Comment as: Google Accou ▾

Publish

Preview

ya
ya banget

1 (50%)

1 (50%)

Votes so far: 2
Poll closed

 0

Share It

 [Share this on Facebook](#)

 [Tweet this](#)

[View stats](#)

 [\(NEW\) Appointment](#)

Blog Archive

▼ 2014 (4)

► September (2)

▼ August (2)

Jamu
untuk
Indon
esia
Sehat

IROF
2014

[Newer Post](#)

[Home](#)

[Older Post](#)

[Subscribe to: Post Comments \(Atom\)](#)

About Me

 **Kamen Rider**

 **Follow** 0

[View my complete profile](#)