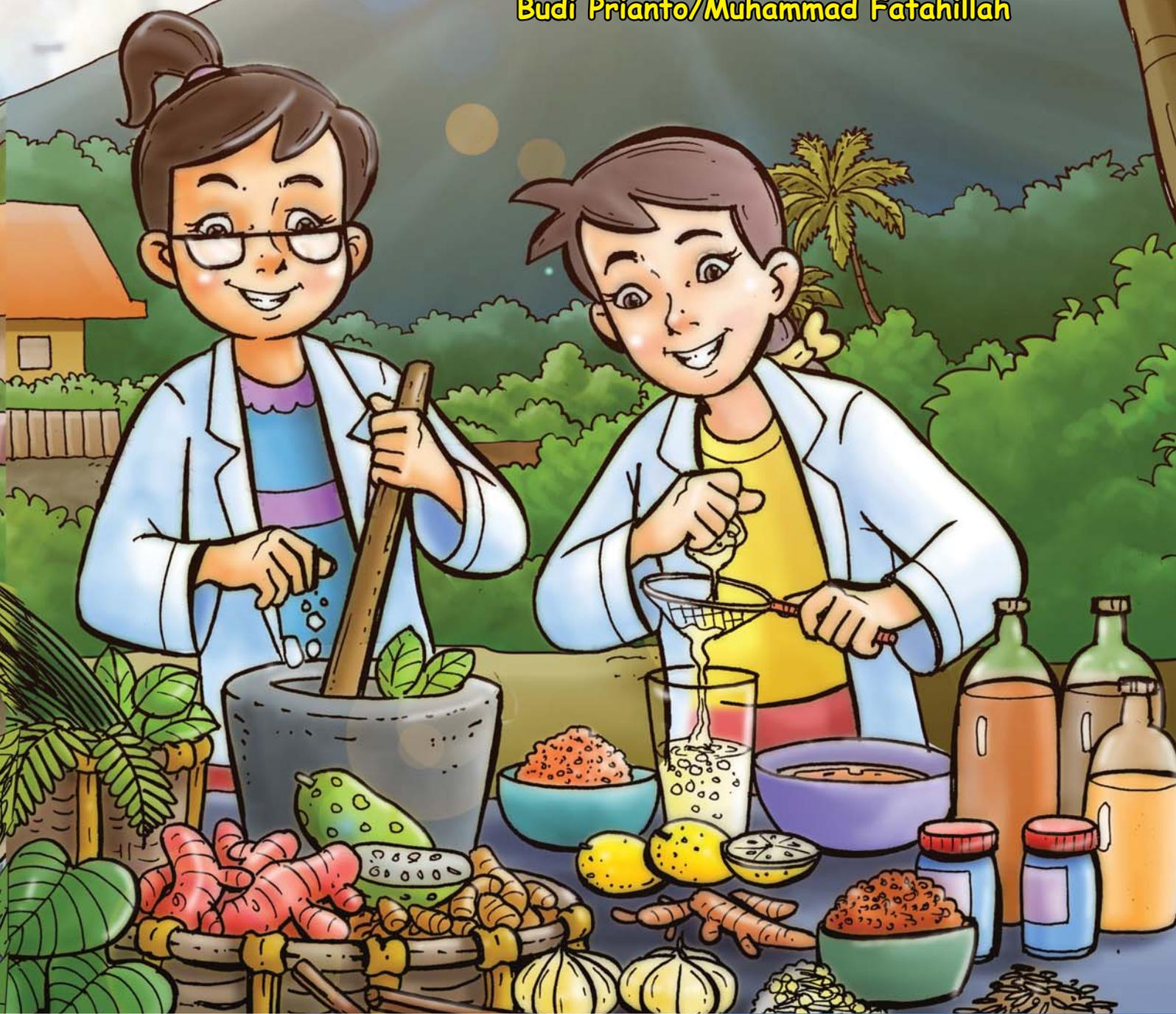




Kementerian Pendidikan, Kebudayaan,
Riset, dan Teknologi

Ramuan Sehat ala Lita dan Rasi

Febyasti Davela R.
Budi Prianto/Muhammad Fatahillah



Diadaptasi dari buku *Jamu Ramuan Tradisional Kaya Manfaat*
(Rifqa Army, 2018)

Untuk Pembaca Lancar (10—12 Tahun)



Ramuan Sehat Ala Lita dan Rasi

Febyasti Davela Ramadini

Budi Prianto/Muhammad Fatahillah

Diadaptasi dari buku *Jamu Ramuan Tradisional Kaya Manfaat*
(Rifqa Army, 2018)

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa

Ramuan Sehat Ala Lita dan Rasi

Penulis Skenario: Febyasti Davela Ramadini

Desain Grafis : Amrianis Hs.

Ilustrator : Budi Prianto
Muhammad Fatahillah

Penata Letak : Irwan

Penyunting : Dwi Agus Erinita

Diterbitkan pada tahun 2021 oleh

Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa

Jalan Daksinapati Barat IV

Rawamangun

Jakarta Timur

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Isi buku ini, baik sebagian maupun seluruhnya, dilarang diperbanyak dalam bentuk apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit, kecuali dalam hal pengutipan untuk keperluan penulisan artikel atau karangan ilmiah.

PB 582.120 959 8 RAM r	Katalog Dalam Terbitan (KDT) Ramadini, Febyasti Davela Ramuan Sehat Ala Lita dan Rasi: Diadaptasi dari buku Jamu Ramuan Tradisional Kaya Manfaat (Rifqa Army, 2018)/Febyasti Davela Ramadini; Penyunting: Dwi Agus Erenita. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, 2020. iv; 24 hlm.; 29,7 cm.
ISBN 978-623-307-048-5	
1. RAMUAN HERBAL-INDONESIA 2. KOMIK	



MENTERI PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA

KATA PENGANTAR
MENTERI PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
BUKU LITERASI BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBINAAN BAHASA

Literasi tidak dapat dipisahkan dari sejarah kelahiran serta perkembangan bangsa dan negara Indonesia. Perjuangan dalam menyusun teks Proklamasi Kemerdekaan sampai akhirnya dibacakan oleh Bung Karno merupakan bukti bahwa negara ini terlahir dari kata-kata.

Bergerak menuju abad ke-21 saat ini, literasi menjadi kecakapan hidup yang harus dimiliki semua orang. Literasi bukan hanya kemampuan membaca dan menulis, melainkan juga kemampuan mengakses, memahami, dan menggunakan informasi secara cerdas. Sebagaimana kemampuan literasi telah menjadi faktor penentu kualitas hidup manusia dan pertumbuhan negara, upaya untuk meningkatkan kemampuan literasi masyarakat Indonesia harus terus digencarkan.

Berkenaan dengan hal tersebut, pemerintah Republik Indonesia melalui Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) menginisiasi sebuah gerakan yang ditujukan untuk meningkatkan budaya literasi di Indonesia, yakni Gerakan Literasi Nasional. Gerakan tersebut hadir untuk mendorong masyarakat Indonesia terus aktif meningkatkan kemampuan literasi guna mewujudkan cita-cita Merdeka Belajar, yakni terciptanya pendidikan yang memerdekakan dan mencerdaskan.

Sebagai salah satu unit utama di lingkungan Kemendikbudristek, Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa berperan aktif dalam upaya peningkatan kemampuan literasi dengan menyediakan bahan bacaan yang bermutu dan relevan dengan kebutuhan pembaca. Bahan bacaan ini merupakan sumber pustaka pengayaan kegiatan literasi yang diharapkan akan menjadi daya tarik bagi masyarakat Indonesia untuk terus melatih dan mengembangkan keterampilan literasi.

Mengingat pentingnya kehadiran buku ini, ucapan terima kasih dan apresiasi saya sampaikan kepada Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa serta para penulis bahan bacaan literasi ini. Saya berharap buku ini akan memberikan manfaat bagi anak-anak Indonesia, para penggerak literasi, pelaku perbukuan, serta masyarakat luas.

Mari, bergotong royong mencerdaskan bangsa Indonesia dengan meningkatkan kemampuan literasi serta bergerak serentak mewujudkan Merdeka Belajar.

Jakarta, Agustus 2021



Nadiem Anwar Makarim
Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi

Sekapur Sirih

Halo teman-teman! Apakah kamu suka minum jamu?

Jamu adalah ramuan herbal yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan tubuh. Ramuan ini telah ditemukan sejak zaman nenek moyang kita dulu. Kita harus melestarikan jamu sebagai ramuan asli Indonesia yang berkhasiat. Maka itu, melalui komik ini, saya ingin mengajak teman-teman untuk ikut melestarikan jamu dengan mengonsumsinya.

Komik ini diadaptasi dari buku bacaan literasi berjudul *Jamu, Ramuan Tradisional Kaya Manfaat* karya Rifqa Army yang diterbitkan oleh Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. Komik ini diharapkan dapat meningkatkan minat baca anak Indonesia sekaligus meningkatkan pengetahuan tentang kuliner dan pemanfaatan tanaman khas Indonesia.

Jakarta, Agustus 2020

Febyasti Davela, Budi Prianto, dan Muhamad Fatahillah

Halo teman-teman!
Aku Lita.
Saat ini di sekolahku
sedang ada pameran
"Jamu, Ramuan Tradisional
Kaya Manfaat".



Aku dan Rasi akan menemani
kalian berkeliling di pameran
dan menjelaskan jamu tra-
disional Indonesia.





Di Indonesia, jamu biasanya digunakan sebagai obat herbal.

Jamu juga berfungsi untuk menjaga kebugaran tubuh dan mencegah penyakit.



Jamu berasal dari bahan-bahan alami yang ada di sekitar kita, seperti jahe, kunyit, kencur, dan lengkuas.



Saat ini, jamu sudah dikembangkan menjadi bentuk kapsul, bubuk, dan minuman cair.



Selain itu, di beberapa daerah jamu segar dijual keliling dengan digendong atau biasa disebut jamu gendong.

Jamu telah ada sejak zaman nenek moyang, tetapi hanya sedikit data yang didapatkan.

Periode Prasejarah

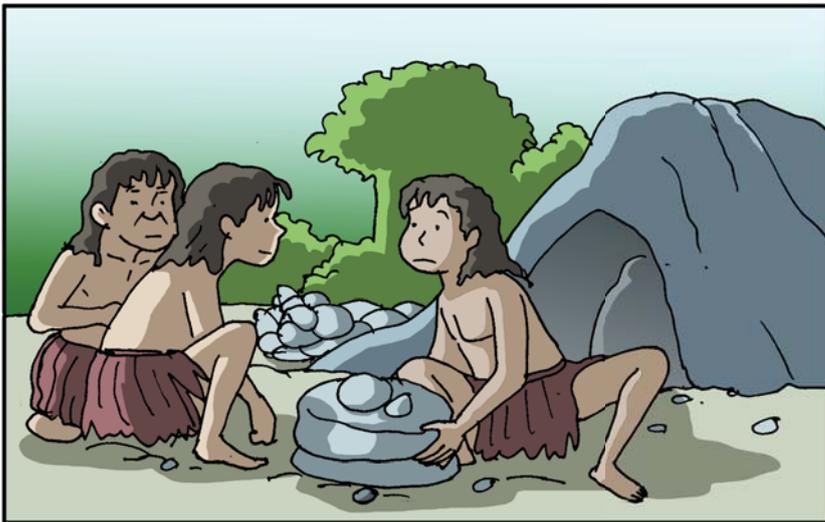
Periode Sebelum Kolonial

Periode Kolonial

Periode Jepang

Periode Kemerdekaan

Manusia purba di Indonesia, yaitu Pithecanthropus Erectus dan Pithecanthropus Soloensis terserang oleh berbagai penyakit pada zamannya.



Penyakit-penyakit tersebut antara lain penyakit infeksi, parasit, dan metabolisme.



Iya, Lit. Akhirnya, manusia purba mulai mencari-cari pengobatan untuk penyakit tersebut.

Jadi, sejak zaman purba sudah ada berbagai penyakit.



Periode Sebelum Kolonial
(Sebelum Tahun 1600)



Tahun 825 M
pada dinding candi Borobudur
terdapat relief pohon kalpataru,
pohon mitologis yang
melambangkan
'kehidupan abadi'.



Pada relief tersebut di
bawah pohon kalpataru
terpapat gambar orang yang
sedang menghancurkan ba-
han-bahan untuk pembuatan
jamu.



Hal itu
dipercaya sebagai bukti
bahwa pada abad tersebut
sudah ada penggunaan
tanaman sebagai obat.

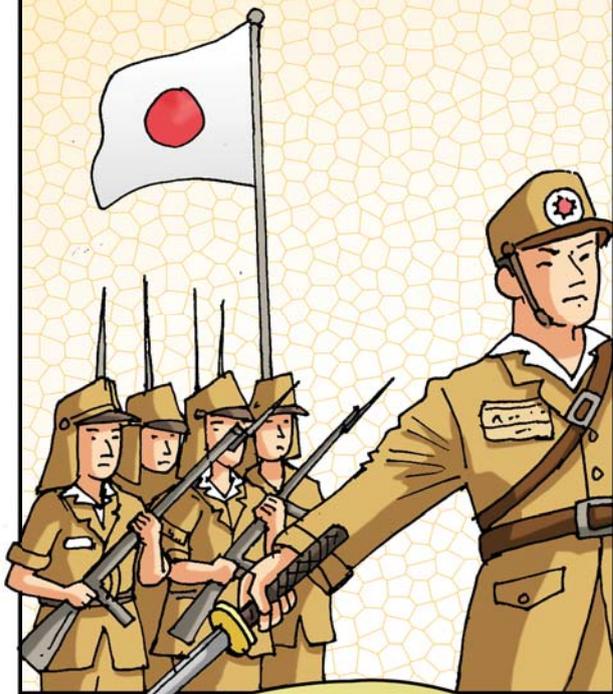
Periode Kolonial (1600–1942)

Pada periode ini ditemukan naskah-naskah kuno yang bercerita tentang tanaman sebagai obat.

Seperti *Serat Centhini* yang di dalamnya terdapat resep jamu obat tradisional.

Serat ini disusun oleh Kanjeng Gusti Pangeran Adipati Anom Amengkunegara III dan Pangeran Sunan Pakubuwono IV

Periode Jepang (1942–1945)



Pada tahun 1940 di Solo diselenggarakan seminar pertama tentang jamu.

Setelah seminar itu, terbentuklah Panitia Jamu Indonesia yang menjadi cikal bakal Jawatan Kesehatan Rakyat.



Lalu, daun ketepeng, kulit batang pule, daun sirih, bunga belimbing wuluh, dan cengkih digunakan untuk mengobati TBC.

Pada tahun 1944, diumumkan bahwa biji kopi dan daun pepaya dapat menyembuhkan disentri.

Periode Kemerdekaan

Ir. Soekarno
atau Bung Karno
memberikan perhatian
besar dalam pengembangan
obat tradisional.



Pada tahun 1949,
dosen farmakologi
Universitas Indonesia
membuat laporan daftar
tanaman berkhasiat
pengganti obat.

Lalu,
pada tahun 1950,
Werkgroep voor
Minidinale Plante
didirikan...

... untuk
memfasilitasi
penelitian-penelitian
tanaman obat
di Indonesia



Indonesia memiliki kekayaan hayati melimpah yang biasa dijadikan bahan-bahan untuk mengolah jamu.

Ada beberapa jenis tanaman yang dapat dijadikan bahan utama untuk membuat jamu.

Jahe

Jahe dapat dibuat menjadi minuman wedang jahe yang bisa menghangatkan tubuh dan meredakan masuk angin.

Sejak lama jahe digunakan untuk menghangatkan tubuh.



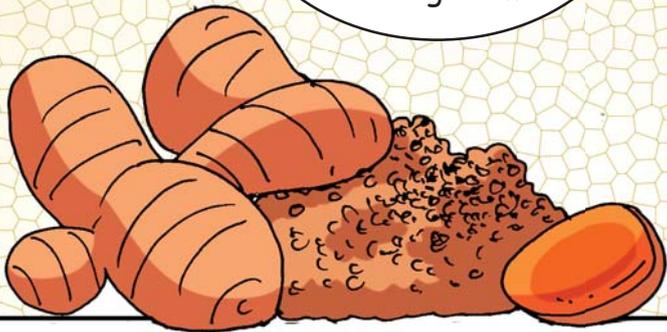
Hmmm ... mantap!

Saat ini, wedang jahe atau ginger tea menjadi populer di negara barat sebagai ramuan pencegah rasa mual.

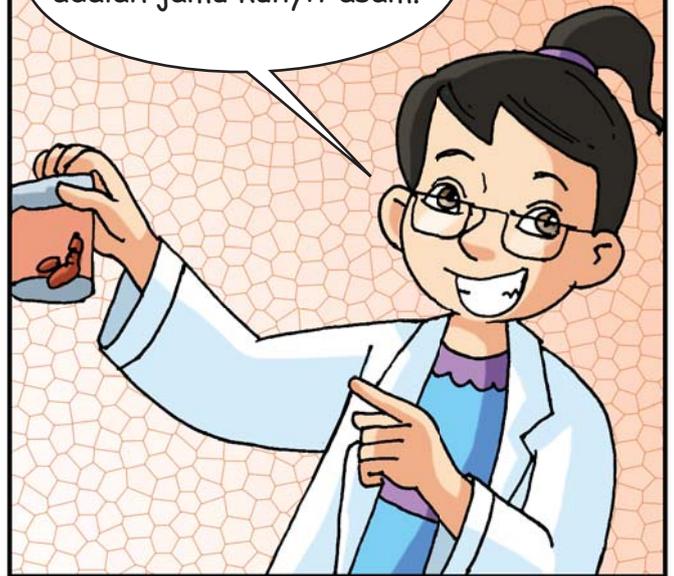


Kunyit

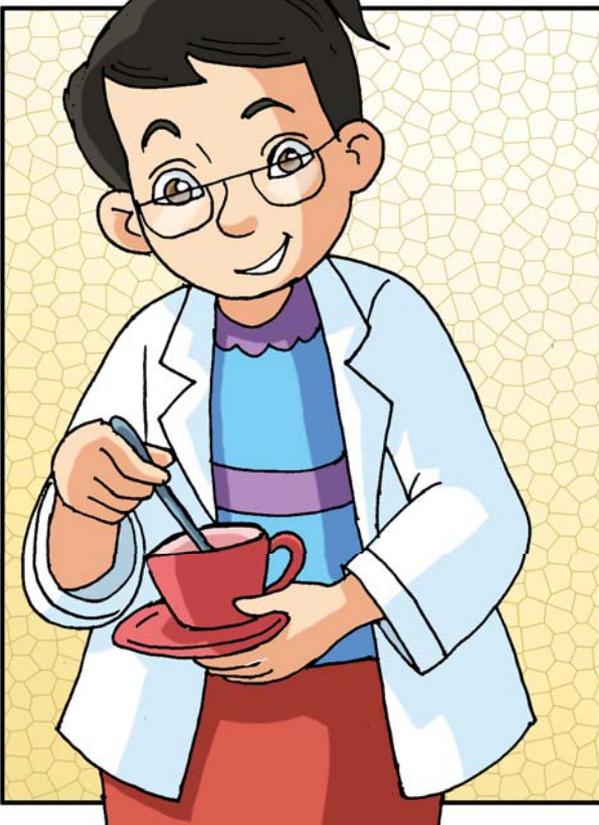
Sejak ribuan tahun lalu kunyit sudah digunakan sebagai bahan masakan yang berfungsi sebagai pewarna kuning alami



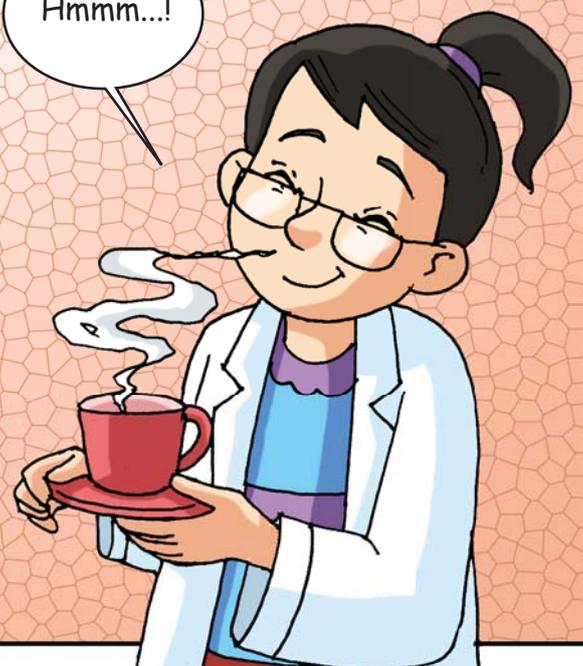
Olahan kunyit yang paling terkenal adalah jamu kunyit asam.



Jamu ini berkhasiat untuk menjaga kesehatan lambung dan meredakan nyeri saat menstruasi.



Hmmm...!



Kencur

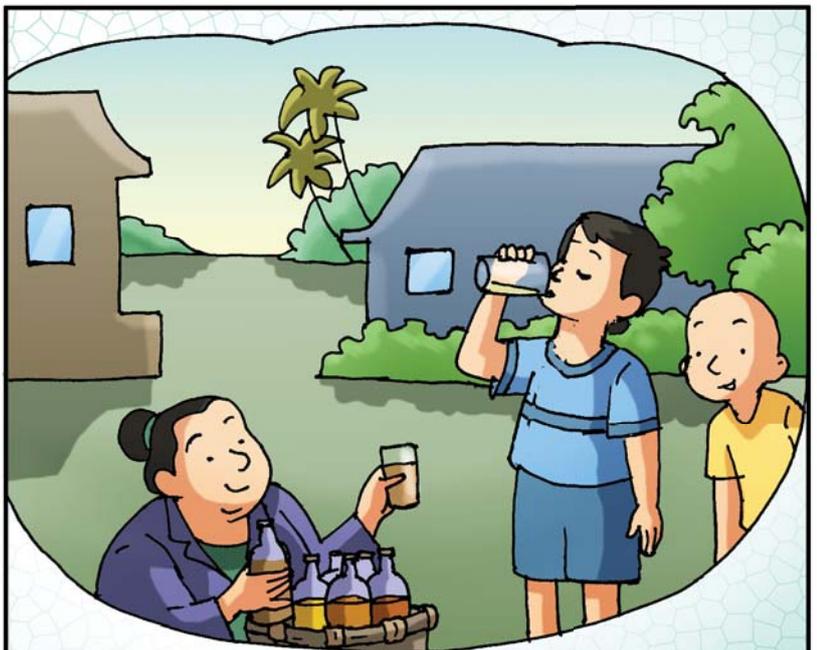
Nah,
kalau yang ini
namanya kencur.



Kencur
bermanfaat untuk mengobati
encok, bengkak, sakit perut,
dan meredakan demam.

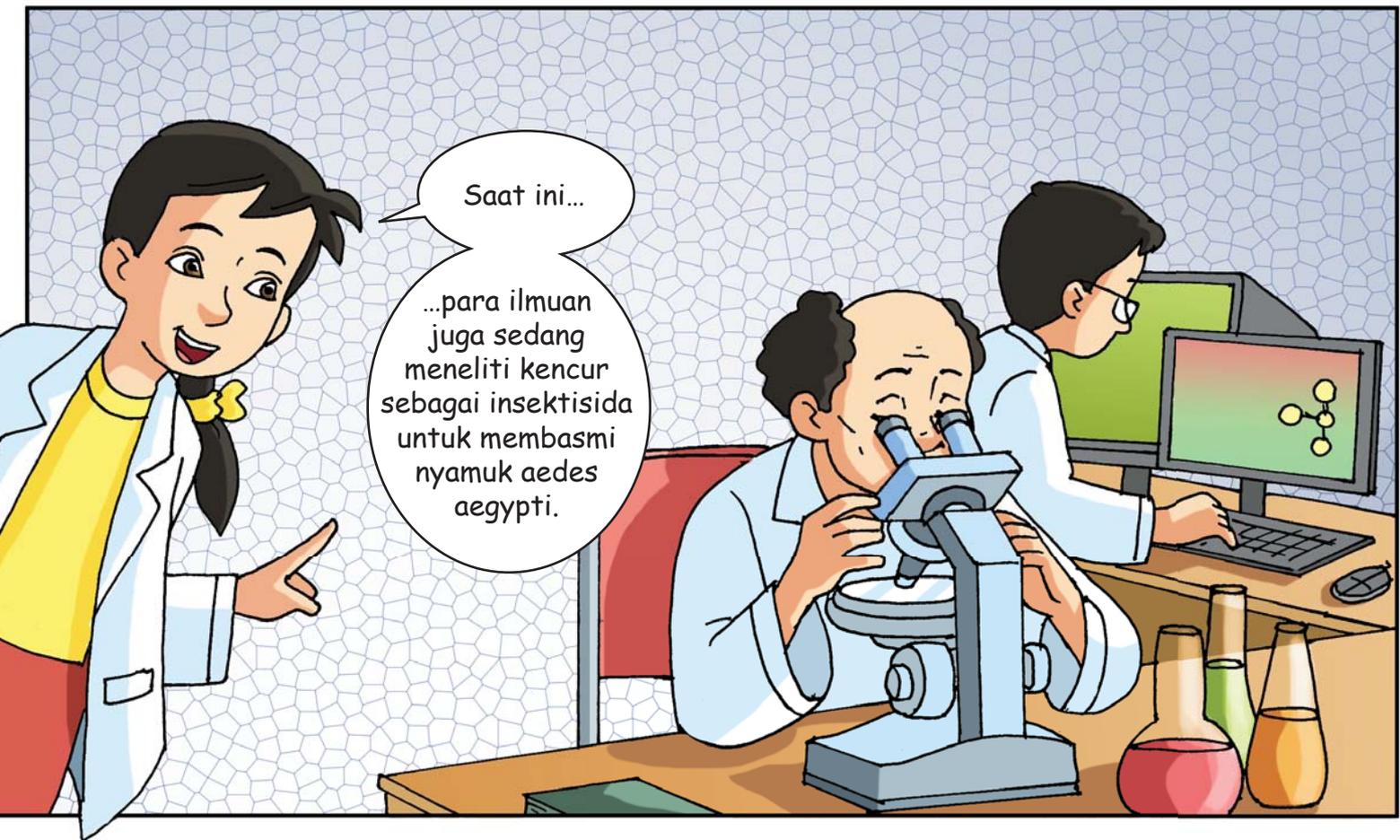


Salah satu
ramuan kencur
yang terkenal
adalah jamu beras
kencur.



Jamu ini
sering dikonsumsi anak-
anak untuk menambah
nafsu makan.





Saat ini...
...para ilmuwan juga sedang meneliti kencur sebagai insektisida untuk membasmi nyamuk aedes aegypti.



Nyamuk ini dapat menularkan penyakit demam berdarah dengue atau DBD.



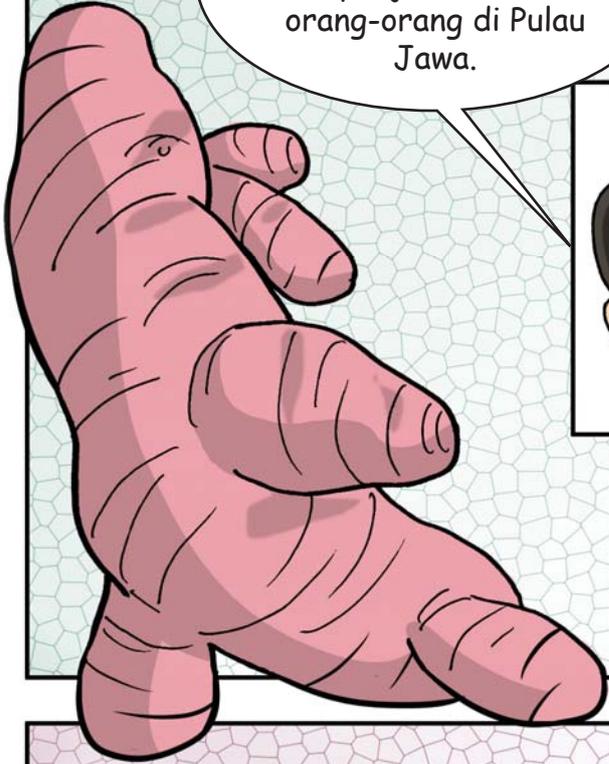
Penyakit ini adalah penyakit mematikan karena banyak penderitanya yang akhirnya meninggal dunia.



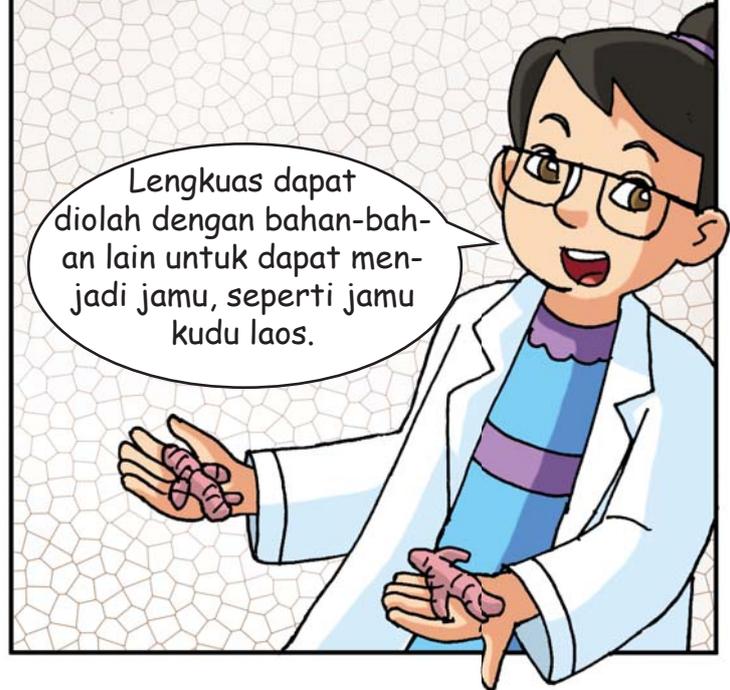
Hiii....

Lengkuas

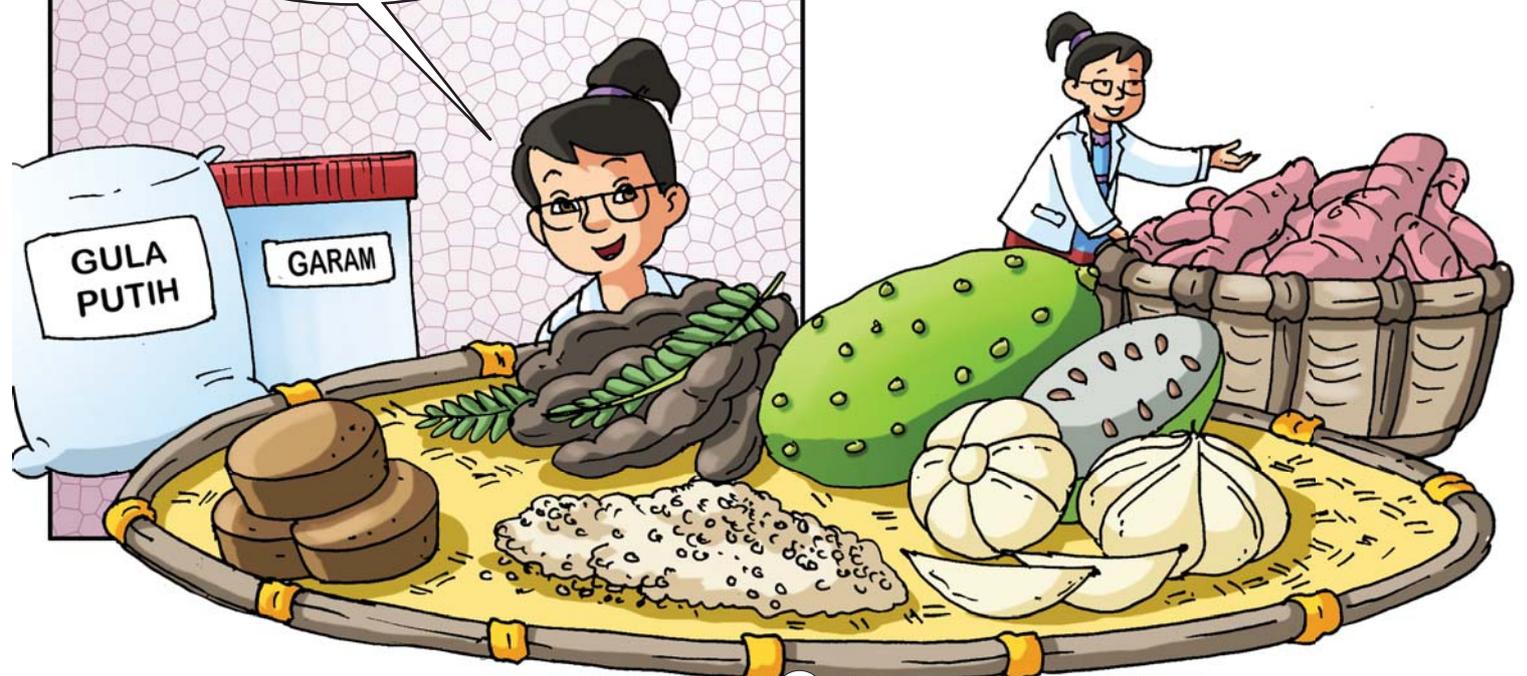
Pada abad ke-13,
lengkuas baru ditanam
dan diperjualbelikan oleh
orang-orang di Pulau
Jawa.



Lengkuas dapat
diolah dengan bahan-bah-
an lain untuk dapat men-
jadi jamu, seperti jamu
kudu laos.



Jamu ini memiliki fungsi
untuk mengatasi masalah
lambung, masuk angin, dan
untuk meningkatkan
nafsu makan.





Selain tanaman tersebut, rempah-rempah juga digunakan dalam membuat jamu.

Rempah-rempah yang biasa digunakan dalam meramu jamu adalah biji pala, merica, ketumbar, kayu manis, cengkih, dan biji adas.



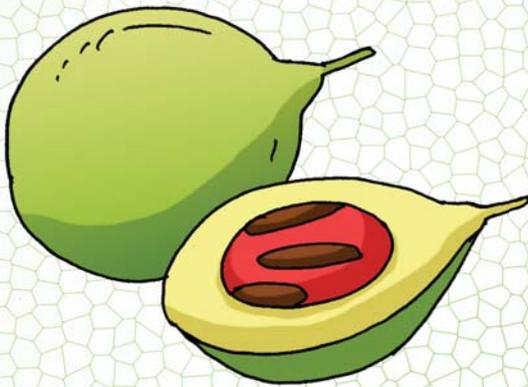
Rempah-rempah dapat digunakan untuk minuman jamu, obat luar, atau bahkan sebagai bumbu masakan.

Rempah-rempah dapat diperoleh dengan mudah di pasar tradisional, pasar swalayan, atau warung-warung terdekat.

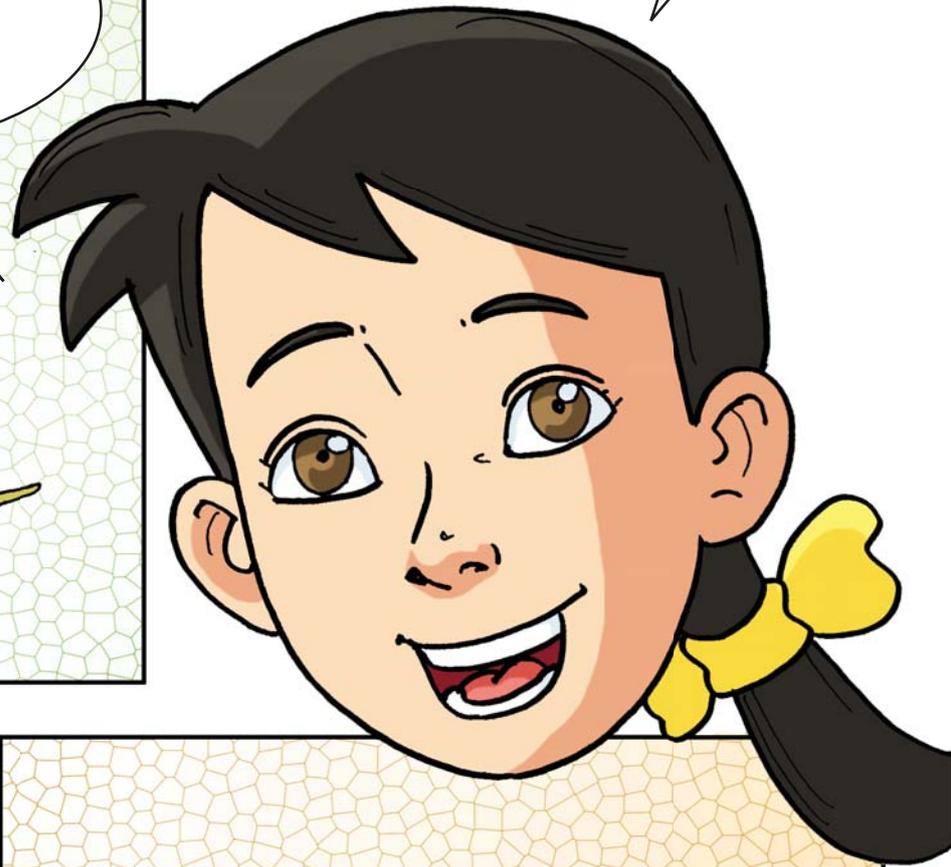


Biji Pala

Tanaman ini biasanya digunakan untuk menambah cita rasa pada masakan.



Biji pala juga bermanfaat untuk mengatasi diare serta menjaga kesehatan gigi dan mulut.



Biji pala yang diparut dan dicampur minyak oregano adalah...



...ramuan untuk membunuh bakteri di mulut dan gigi.



Merica

Terdapat dua jenis merica, yaitu merica putih dan merica hitam.

Merica memiliki khasiat utama untuk menghangatkan badan.

Merica sering diolah menjadi bentuk bubuk.

Merica hitam berfungsi untuk mengeluarkan dahak, memperlancar peredaran darah, dan mengatasi rematik.

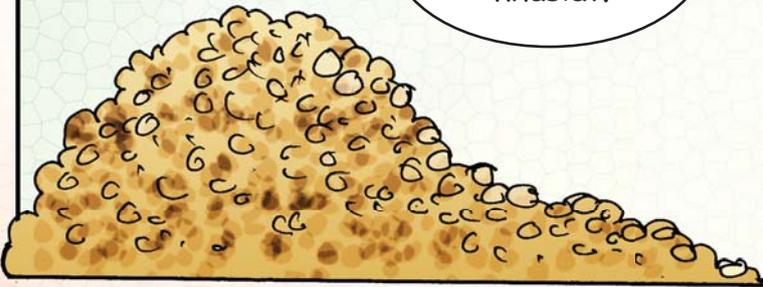
Merica putih dapat memperlancar keluarnya urine dan mengatasi penyakit kulit, seperti kusta dan eksem.

Haaachiuuu!!!

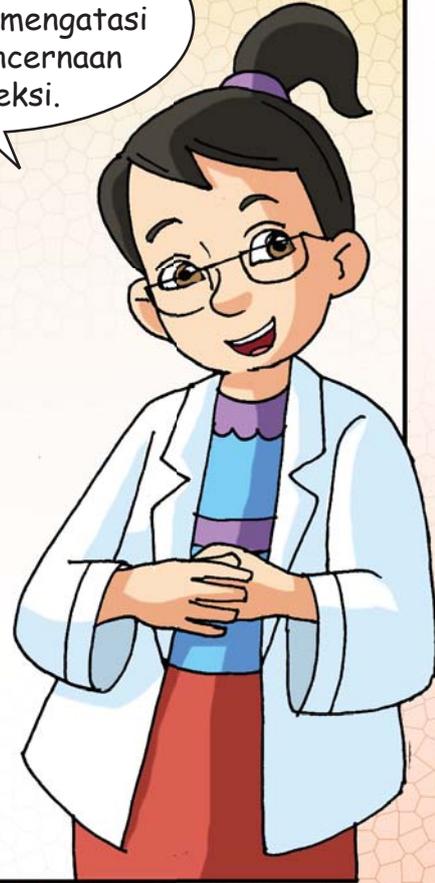
Rasi! Hahaha...

Ketumbar

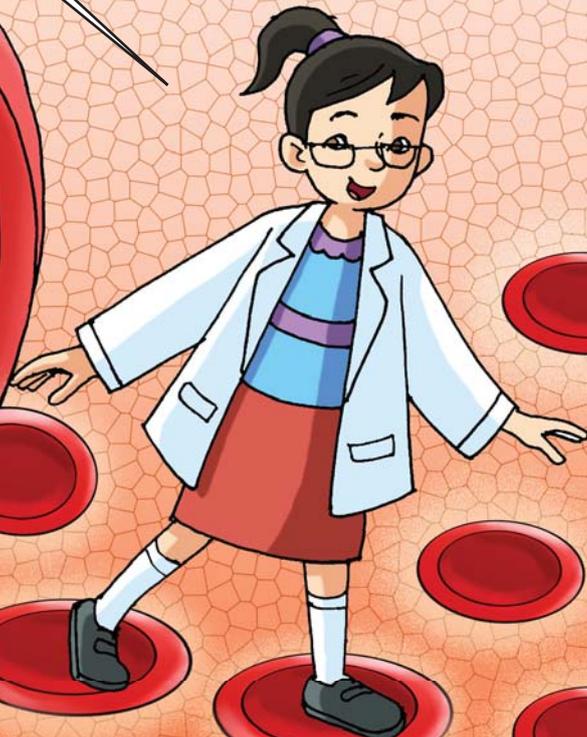
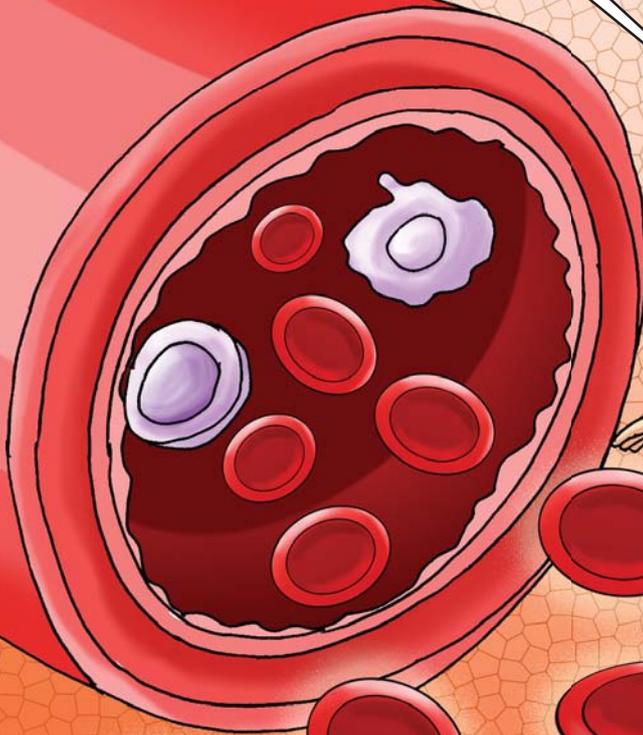
Ketumbar memiliki banyak khasiat.



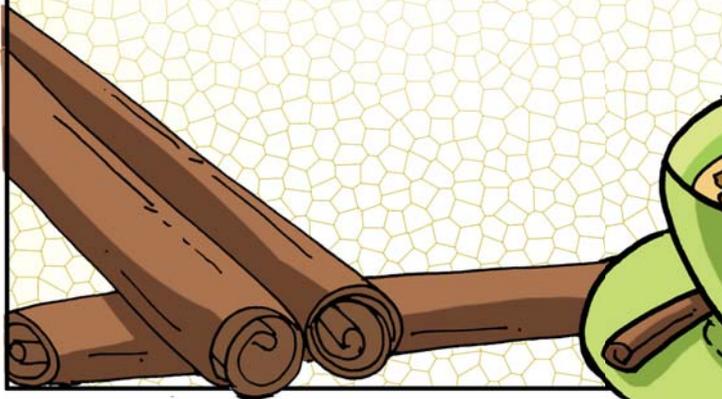
Manfaat ketumbar yang terkenal adalah untuk mengatasi masalah pencernaan dan infeksi.



Selain itu, ketumbar juga kaya akan zat besi yang dapat membantu melancarkan peredaran darah dalam tubuh.



Kayu Manis



Hmmm...
Wangi sekali.

Kayu manis
yang dicampurkan
ke teh membuat
teh menjadi
wangi.

Aroma wangi
pada kayu manis
dapat menenangkan,
bahkan dapat menghilangkan
bau badan, lo!



Ya, benar!
Kayu manis
juga dapat
menyembuhkan
penyakit kulit
dan infeksi.



Cengkih



Cengkih
berkhasiat
untuk menghentikan
diare, sakit perut,
dan rasa mual.



Campuran
air lemon dan cengkih
dapat menyembuhkan
sakit gigi, nyeri otot,
dan reumatik.



Biji Adas

Meskipun tidak sepopuler rempah lainnya, biji adas memiliki banyak khasiat, lo!

Biji adas berkhasiat untuk mengatur tekanan darah.

Selain itu, biji adas dapat mencegah gangguan pencernaan dan menjaga kadar kolesterol dalam darah.

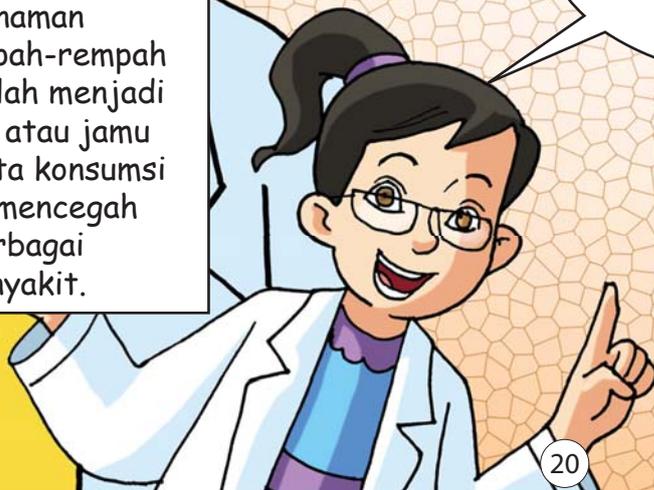


Indonesia memang sangat kaya akan tanaman dan rempah-rempahnya.



Yuk, kita budayakan minum jamu!

Tanaman dan rempah-rempah yang diolah menjadi ramuan atau jamu dapat kita konsumsi untuk mencegah berbagai penyakit.



Biodata

Penulis Skenario

Febyasti Davela Ramadini lahir di Tangerang, 26 Februari 1995. Setelah lulus sebagai sarjana sastra dari Prodi Bahasa dan Sastra Prancis Universitas Brawijaya, ia bekerja di Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa sebagai penyusun modul pembelajaran kebahasaan. Ia sangat suka jalan-jalan serta melakukan berbagai aktivitas kreatif. Ia dapat dihubungi melalui posel febidavelar@gmail.com atau Instagram @febidvl.

Ilustrator

Budi Prianto, pria kelahiran Bogor, 5 Januari 1973 dan berdomisili di Tajur, Bogor. telah malang melintang dalam dunia komik dan animasi. Beberapa pengalamannya pernah bekerja sebagai Pelukis di sanggar the Peak, sebagai Inbetween di studio Animasi Asiana Wang, dan sebagai Ilustrator di Pustaka Lebah.

Gerakan Literasi Nasional



Literasi Informasi

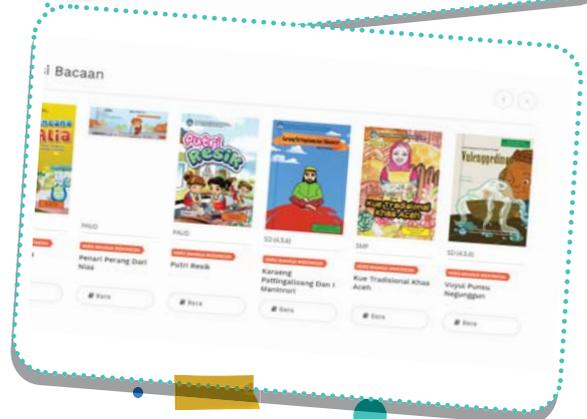
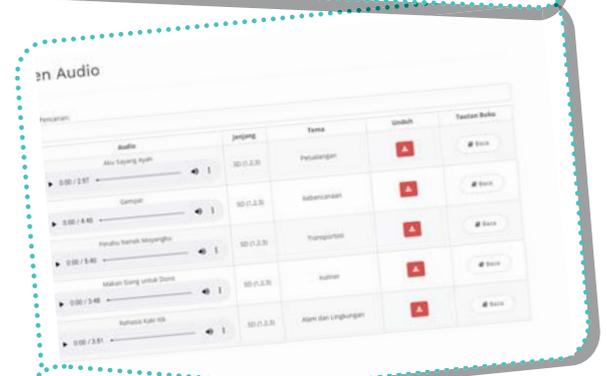
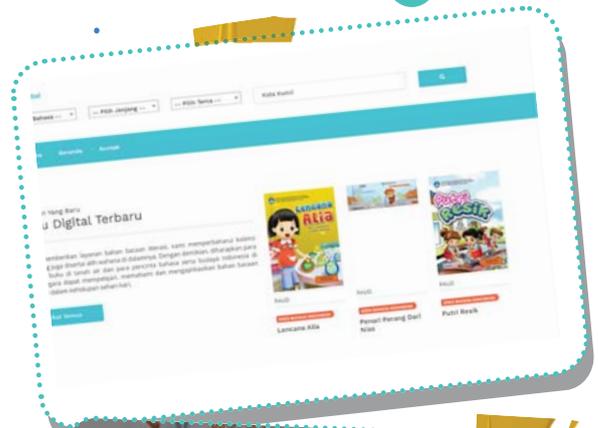
“Kemampuan untuk melakukan manajemen pengetahuan dan kemampuan untuk belajar terus-menerus. Literasi informasi merupakan kemampuan untuk menyadari kebutuhan informasi dan saat informasi diperlukan, mengidentifikasi dan menemukan lokasi informasi yang diperlukan, mengevaluasi informasi secara kritis, mengorganisasikan dan mengintegrasikan informasi ke dalam pengetahuan yang sudah ada, memanfaatkan serta mengkomunikasikannya secara efektif, legal, dan etis.”

(sebagaimana dirilis dalam www.unesco.org, dikutip dari Panduan Gerakan Literasi Sekolah, Kemdikbud 2019)

Tahukah Kamu?

Kamu bisa membaca buku literasi lainnya di laman buku digital Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, yaitu www.budi.kemdikbud.go.id.

Mari, selangkah lebih dekat dengan buku melalui Budi!
Baca buku bisa di mana saja dan kapan saja.



Petualangan Glen

Mengenal Abjad

Sebelum tidur, ibu Bina membacakan cerita dari buku yang mereka pinjam dari perpustakaan. Buku itu bercerita tentang Putri Kosaka yang diculik oleh Raja Busara. Saat Bina sudah tertidur, tiba-tiba muncullah seekor burung bernama Glen. Lalu, Glen mengajak Bina menyelamatkan Putri Kosaka. Bagaimana petualangan Glen dan Bina menyelamatkan Putri Kosaka?



Saksikan petualangan Glen dan Bina di kanal YouTube Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa!



www.youtube.com/badanpengembangandanpembinaanbahasa

Indonesia kaya akan tanaman herbal berkhasiat. Tanaman herbal tersebut jika diolah menjadi jamu, dapat bermanfaat untuk meredakan dan menyembuhkan berbagai penyakit. Selain itu, jamu juga digunakan sebagai ramuan untuk menjaga kebugaran tubuh. Jamu telah dikonsumsi sejak zaman nenek moyang dan tetap dijaga kelestariannya hingga saat ini. Kita dapat dengan mudah menemukan penjual jamu atau bahkan kita dapat membuat jamu sendiri di rumah. Hal itu karena bahan-bahan jamu mudah kita peroleh. Apa saja bahan-bahan dalam membuat jamu dan bagaimana cara mengolahnya? Yuk, kita simak penjelasan tentang jamu oleh Lite dan Rasi di buku ini!

Buku nonteks pelajaran ini telah ditetapkan berdasarkan Keputusan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 001/P/2022 Tanggal 19 Januari 2022 tentang Buku Nonteks Pelajaran Pendidikan Anak Usia Dini, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas, dan Sekolah Menengah Kejuruan yang Memenuhi Syarat Kelayakan untuk Digunakan sebagai Buku Pengayaan dalam Mendukung Proses Pembelajaran.

