



Eksistensi Jamu Tradisional Berbahan Akar dan Rimpang Tumbuhan di Kota Pekalongan

Divia Nuraini¹, Gina Marwatul Mutmainah², Agni Fadea Prastita³, Giyanti Rika Dwi Pratiwi^{4*}, Dimas Setiaji Prabowo⁵

¹⁻⁴Program Studi Tadris Bahasa Indonesia, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Negri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Indoneisa

Email: divanuraini414@gmail.com¹, ginamarwatul@gmail.com⁴

*Penulis Korespondensi: ginamarwatul@gmail.com

Abstract. *This study aims to identify the varieties of traditional herbal medicine (jamu) made from plant roots that continue to exist in Pekalongan City and to describe the traditional processing methods employed by the local community. The study adopted a qualitative descriptive approach, with data collected through participant observation, in-depth interviews, and documentation involving jamu vendors, producers, and consumers in the Banjarsari Market area and its surroundings. The findings indicate that root-based jamu is still produced and consumed by the community, particularly in the forms of kunyit asam, beras kencur, ginger, temulawak, cogon grass (alang-alang), temu ireng, galangal, and lempuyang. Each type of jamu serves different health purposes, such as maintaining stamina, stimulating appetite, relieving muscle aches, improving digestion, and supporting physical recovery. The preparation process is generally carried out using simple traditional methods, including boiling, grinding, and filtering the ingredients before consumption. Nevertheless, the sustainability of traditional jamu faces several challenges, including modernization, changing consumer preferences, and the low rate of business succession among younger generations. Therefore, preservation efforts through education, innovation, and support from various stakeholders are essential to ensure that traditional jamu remains sustainable as a cultural heritage and a symbol of the local identity of Indonesian society.*

Keywords: Cultural Heritage; Pekalongan; Plant Roots; Traditional Herbal Medicine; Traditional Processing Methods.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi ragam jamu tradisional berbahan akar tumbuhan yang masih eksis di Kota Pekalongan serta mendeskripsikan metode pengolahan tradisional yang digunakan oleh masyarakat. Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi terhadap pedagang jamu, perajin, serta konsumen di wilayah Pasar Banjarsari dan sekitarnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jamu berbahan akar masih diproduksi dan dikonsumsi masyarakat, terutama dalam bentuk kunyit asam, beras kencur, jahe, temulawak, alang-alang, temu ireng, lengkuas, dan lempuyang. Setiap jenis jamu memiliki fungsi yang berbeda, seperti menjaga stamina, meningkatkan nafsu makan, meredakan pegal linu, membantu pencernaan, dan mendukung pemulihan tubuh. Proses pengolahan umumnya dilakukan secara sederhana melalui perebusan, penghalusan, dan penyaringan bahan sebelum dikonsumsi. Meskipun demikian, keberadaan jamu tradisional menghadapi tantangan berupa modernisasi, perubahan preferensi masyarakat, dan rendahnya regenerasi pelaku usaha. Oleh karena itu, diperlukan upaya pelestarian melalui edukasi, inovasi, dan dukungan berbagai pihak agar jamu tradisional tetap lestari sebagai warisan budaya dan identitas lokal masyarakat Indonesia.

Kata kunci: Akar Tumbuhan; Jamu Tradisional; Metode Pengolahan; Pekalongan; Warisan Budaya.

1. LATAR BELAKANG

Tanaman obat tradisional merupakan salah satu spesies tanaman yang terdiri dari bagian akar, batang, daun, bunga, buah, biji serta diyakini setiap bagian tanaman tersebut memiliki kandungan yang berkhasiat, serta umumnya sangat banyak digunakan oleh manusia secara turun-menurun untuk pengobatan sistem tradisional (Widya et al., n.d.). Pebyebaran tanaman obat tradisional di Indonesia dipengaruhi oleh kontak maritim pada abad 15, termasuk pada pelayaran laksamana Cheng Ho Asal serta didukung oleh para sinthe dari

tiongkok, membawa pengetahuan botani dan bahan tanaman di wilayah kepulauan Indonesia (Adriani et al., 2024). Jamu sebagai warisan asli Indonesia yang telah diakui oleh UNESCO dan didukung oleh sumber daya hayati Indonesia akan rempah-rempah yang berlimpah sebagai bahan baku jamu (Pertiwi & Hidayat, 2024). Di antaranya, jamu berbahan akar yang paling sering dijumpai di lingkungan sekitar yaitu kunyit, jahe, kencur, temulawak, lengkuas, dan temu ireng. Selain itu, pengetahuan lokal masyarakat dalam mengidentifikasi dan memanfaatkan tumbuhan berkhasiat obat menjadi bagian penting dari pelestarian kearifan tradisional yang diwariskan lintas generasi (Orance et al., 2024). Dalam perspektif etnobotani, penggunaan tumbuhan obat masih menjadi praktik yang hidup di tengah masyarakat dan berperan dalam sistem kesehatan berbasis bahan alam (Panjaitan et al., 2023).

Keanekaragaman budaya di Indonesia merupakan aset yang harus dilestarikan. Indonesia juga kaya akan rempah-rempah yang sudah lama dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai bahan obat dan pencegahan penyakit. Pemanfaatan rempah-rempah tersebut menjadi bagian integral praktik kesehatan tradisional yang biasa masyarakat lokal menyebutnya sebagai jamu (Pradata, 2025). Salah satu minuman kesehatan tradisional yang masih eksis hingga saat ini adalah jamu, bagi masyarakat Indonesia minuman jamu merupakan resep peninggalan leluhur yang masih dipertahankan dan dikembangkan hingga saat ini.

Jamu merupakan salah satu representasi kearifan lokal yang berkembang di masyarakat karena kebermanfaatan minuman tradisional ini masih dipercaya oleh masyarakat dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit tanpa menimbulkan efek samping. Masyarakat Indonesia sudah mewariskan ramuan herbal dari generasi ke generasi sebagai bentuk kearifan lokal, tradisi, maupun praktik budaya yang sudah teruji dari waktu ke waktu (Raswadiyanto & Pujianto, 2023). Pemahaman mengenai eksistensi minuman ini penting diwujudkan oleh masyarakat karena warisan dari nenek moyang adalah jati diri bangsa yang mencerminkan bahwa bangsa Indonesia adalah bangsa yang berbudaya sejak dahulu (Pertiwi & Hidayat, 2024b). Jamu sudah digunakan berabad-abad dengan memiliki komposisi utama berbahan alam yang terdiri dari aneka jenis tumbuhan, rempah, akar, kulit batanag, biji serta bagian tumbuhan yang memiliki khasiat obat tersendiri. Bahan dasar yang digunakan dalam pembuatan jamu terdiri dari tanaman herbal yang dapat dijumpai di lingkungan sekitar (Pertiwi & Hidayat, 2024b). Diantaranya jamu berbahan akar, yang paling sering kita jumpai di lingkungan sekitar yaitu kunyit jahe, kencur, temulawak, lengkuas dan temu ireng. Meskipun jamu memiliki nilai budaya yang kuat di tingkat lokal, terdapat tantangan spesifik yang mengancam keberlangsungannya, khususnya di Kota Pekalongan.

Di Jawa Tengah, khususnya Kota Pekalongan, menyajikan lanskap sosiokultural yang unik. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kabupaten Pekalongan (2020) pada tahun 2019 Kabupaten Pekalongan merupakan daerah penghasil tanaman biofarmaka, dimana jenis tanaman biofarmaka yang dihasilkan antara lain laos/lengkuas (6.540.324 kg), jahe (241.957 kg), kapulaga/java cardamom (105.735 kg), kunyit (46.837 kg), kencur (25.607 kg), temulawak (24.497 kg), lempuyang (22.538 kg), temuireng (20.471 kg), dan temukunci (30 kg) (Anindhita, 2021). Namun pada realitasnya, eksistensi jamu tradisional berbahan akar tumbuhan di Kota Pekalongan saat ini tengah menghadapi tekanan yang banyak memiliki dimensi. Di satu sisi, arus modernisasi membawa maraknya obat klinik instan dan tren minuman kekinian yang menggeser posisi jamu akar dalam preferensi masyarakat urban. Di sisi lain, ancaman paling krusial datang dari internal yaitu krisis regenerasi. Sebagai Kota Batik dan pusat ekonomi kreatif, generasi muda Pekalongan lebih tertarik terjun ke sektor batik, garmen, atau jasa modern. Akibatnya, minat menekuni profesi perajin/jamu akar merosot tajam. Jika dibiarkan, *indigenous knowledge* masyarakat Pekalongan mengenai identifikasi akar, teknik peracikan, hingga dosis aman akan terputus dan berada di ambang kepunahan.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi ragam jenis tanaman obat berbahan akar yang digunakan sebagai bahan baku jamu tradisional di Kota Pekalongan, sekaligus mendeskripsikan metode pengolahan tradisionalnya yang aman dan berkhasiat. Kajian ini juga menganalisis pemanfaatan serta efikasi klinis maupun empiris dari masing-masing ramuan akar tersebut bagi pemeliharaan kesehatan masyarakat lokal.

2. KAJIAN TEORITIS

Bagian ini menguraikan teori-teori relevan yang mendasari topik penelitian dan memberikan ulasan tentang beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dan memberikan acuan serta landasan bagi penelitian ini dilakukan. Jika ada hipotesis, bisa dinyatakan tidak tersurat dan tidak harus dalam kalimat tanya.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk mengetahui eksistensi jamu tradisional berbahan akar tumbuhan di Kota Pekalongan. Data diperoleh melalui observasi partisipatif dan wawancara mendalam dengan pedagang jamu, perajin, dan konsumen sebagai informan kunci. Melalui observasi, peneliti mencatat jenis-jenis jamu akar yang masih beredar, kondisi fisik dan operasional usaha, praktik peracikan, serta perilaku dan minat masyarakat terhadap konsumsi jamu tradisional. Wawancara semi-terstruktur dilakukan

untuk menggali pengalaman dan persepsi pedagang mengenai keberlangsungan usaha, pengetahuan identifikasi jenis akar, teknik peracikan dan dosis, serta pandangan mereka terhadap dampak modernisasi pelayanan kesehatan dan maraknya produk kesehatan komersial. Selain itu, peneliti melakukan dokumentasi visual dan pengumpulan artefak lokal (resep tertulis, label produk, foto stand jualan) untuk mendukung triangulasi data.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Eksistensi Jamu Akar Di Kota Pekalongan

Hasil penelitian ini menemukan bahwa jamu tradisional berbahan akar masih memiliki Eksistensi di kota pekalongan, khususnya di wilayah Banjarsari dan sekitarnya. Keberlanjutan jamu ini tidak hanya tercermin dari aktifitas penjualan dan konsumsi oleh masyarakat, melainkan juga dari praktik peracikan yang tetap dipertahankan oleh para pedagang setempat. Temuan ini mengidentifikasi bahwa jamu berbahan akar masih memiliki nilai fungsional dan nilai budaya dalam kehidupan di masyarakat setempat. Di tengah kemajuan kesehatan moderen, sebagian masyarakat yang masih memilih jamu. Selain harganya terjangkau, alami dan konsumsi jamu juga sudah menjadi kebiasaan turun-temurun.

Jenis Jamu Berbahan Akar Yang Ditemukan Di Pasar Banjarsari

Berdasarkan hasil observasi dan penelusuran data, ditemukan sebanyak 7 jenis jamu berbahan akar yang sering di konsumsi oleh masyarakat. Keberagaman jenis jamu ini menunjukkan bahwa jamu berbahan akar memiliki posisi penting dalam praktik pengobatan tradisional. Setiap jenis jamu umumnya memiliki fungsi yang berbeda, mulai dari menjaga stamina, membantu mengurangi pegal linu, meningkatkan nafsu makan, menurunkan demam, hingga mendukung pemulihan tubuh. Keberadaan tersebut juga menunjukkan bahwa masyarakat masih memiliki pengetahuan lokal mengenai pemanfaatan tanaman obat, terutama dalam memilih jenis akar tertentu sesuai dengan kebutuhan kesehatan. Berdasarkan kondisi tersebut, ditemukan beberapa jenis jamu berbahan akar dan rimpang yang masih dikonsumsi Masyarakat di wilayah pasar Banjarsari dan sekitarnya.

Temulawak

Temulawak merupakan tanaman rimpang yang biasa digunakan sebagai bahan obat tradisional. Jamu temulawak bermanfaat sebagai mencegah penyakit liver dan batu ginjal. Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb), selama ini dikenal sebagai tanaman obat tradisional yang memiliki khasiat seperti meningkatkan sistem imun, melancarkan pencernaan, dan sebagai antiinflamasi alami (Putra et al., 2025). Cara pembuatan jamu temulawak cukup

sederhana, yaitu dengan merebus irisan temulawak, kunyit, dan gula merah secara bersamaan, lalu menyaring air rebusan sebelum di minum.

Kencur

Jamu beras kencur adalah ramuan khas Indonesia memiliki banyak manfaat salah satunya sebagai peningkat daya tahan tubuh. Manfaat jamu beras kencur secara empiris adalah menyegarkan tubuh, sebagai obat batuk alami, dan meningkatkan nafsu makan. Serta secara *in vitro* membuktikan bahwa jamu beras kencur memiliki aktivitas sebagai antioksidan karena mampu menghambat radikal bebas (Adriani, 2024.). Cara membuat jamu kencur/beras kencur cukup sederhana rebus gula merah, garam, jahe, asam jawa, dan daun pandan, lalu blender beras yang sudah direndam bersama kencur dengan sedikit air; setelah halus, campurkan ke air rebusan, aduk rata, lalu saring.

Jahe

Jahe merupakan tanaman herbal dari suku temu-temuan (*Zingiberaceae*) yang dibudidayakan untuk dimanfaatkan rimpangnya (akar batang) yang beraroma khas dan rasa hangat pedas. Jahe bermanfaat sebagai pereda rasa sakit yang alami dan dapat meredakan nyeri rematik, sakit kepala, dan migren. Caranya, minum wedang jahe 3 kali sehari (Koswara, n.d.). Cara pembuatan minuman jahe yaitu dengan mencuci bersih 1-2 ruas jahe, lalu geprek dan iris tipis jahe. Maskan jahe yang sudah di iris kedalam panci berisi air 1,5-2 gelas air (300-400 ml), kemudian rebus hingga mendidih. Jika ingin lebih manis, tambahkan gula sesuai selera, setelah itu saring air kedalam gelas, tunggu hingga hangat dan siap untuk di minum.

Temulawak

Temulawak merupakan tanaman rimpang yang biasa digunakan sebagai bahan obat tradisional. Jamu temulawak bermanfaat sebagai mencegah penyakit liver dan batu ginjal. Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb), selama ini dikenal sebagai tanaman obat tradisional yang memiliki khasiat seperti meningkatkan sistem imun, melancarkan pencernaan, dan sebagai antiinflamasi alami (Putra et al., 2025). Cara pembuatan jamu temulawak cukup sederhana, yaitu dengan merebus irisan temulawak, kunyit, dan gula merah secara bersamaan, lalu menyaring air rebusan sebelum di minum.

Alang-alang

Tanaman alang-alang merupakan rumput liar yang sering dianggap sebagai gulma, namun bagian akarnya memiliki banyak manfaat untuk kesehatan seperti meredakan panas dalam. Akar alang-alang telah lama dimanfaatkan untuk bahan herbal alami, terutama untuk pelancar buang air kecil, serta meredakan demam dan gangguan pada sistem kemih (Afriannisa, 2025). Cara pembuatan jamu alang-alang yaitu dengan merebus akar alang-alang kering atau

segar dengan air sampai mendidih, kemudian saring air rebusannya untuk diminum sebagai pereda panas dalam.

Temu Ireng

Khasiat temu ireng untuk kesehatan dimana kandungan zat dalam rimpang temu ireng mampu mengatasi tidak nafsu makan selain itu, kandungan antioksidan seperti saponin, tannin, flavonoid, steroid, alkaloid dan glikosida pada temu ireng mampu menstimulasi aktivitas enzim SOD, sehingga dapat meningkatkan berat badan (Miranti et al., 2025a). Untuk membuat jamu temu ireng, rebus irisan rimpang temu ireng dengan air hingga mendidih dan menyusut, kemudian saring air rebusannya sebelum dikonsumsi

Lengkuas

Lengkuas (*Alpinia galanga*) atau yang sering kita sebut laos merupakan jenis rempah-rempah yang kini banyak dimanfaatkan sebagai bahan baku pembuatan obat herbal. (Pipit Miranti et al., 2025b) Jamu lengkuas memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan yang berkhasiat untuk meredakan radang tenggorokan serta menurunkan risiko infeksi, mengatasi masuk angin, meredakan batu, dan mengurangi pegal linu pada tubuh. Cara pembuatan jamu lengkuas yaitu dengan rebus irisan lengkuas dengan air hingga mendidih dan aromanya keluar, kemudian saring airnya sebagai ramuan herbal pereda batuk atau pegal linu.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan temuan penelitian, jamu tradisional berbahan dasar akar tumbuhan terbukti masih hidup dan berkembang di Kota Pekalongan serta tetap memegang peranan yang signifikan dalam keseharian masyarakat. Kelangsungannya ditopang oleh tiga faktor utama, yakni melimpahnya bahan baku yang tersedia secara lokal, terjaganya tradisi peracikan yang diwariskan secara turun-temurun, serta kepercayaan masyarakat akan kemampuan jamu dalam memelihara kesehatan dan mengatasi keluhan ringan sehari-hari.

Ragam jamu berbahan akar yang berhasil ditemukan mulai dari kunyit asam, beras kencur, jahe, temulawak, alang-alang, temu ireng, lengkuas, hingga lempuyang membuktikan bahwa kearifan lokal terkait tanaman berkhasiat obat masih lestari dan terus dipraktikkan oleh masyarakat. Cara pengolahannya pun relatif sederhana, yakni melalui perebusan, pamarutan, atau pemblenderan bahan baku, sehingga mudah dipraktikkan oleh siapa saja dan mencerminkan watak tradisional yang membumi.

Meskipun demikian, keberlanjutan jamu tradisional tidak luput dari ancaman, terutama akibat arus modernisasi, pergeseran selera konsumen, serta minimnya generasi penerus yang mau melanjutkan usaha ini. Maka dari itu, dibutuhkan langkah-langkah nyata untuk

melestarikannya, di antaranya melalui peningkatan edukasi kepada masyarakat, pengembangan inovasi produk, serta sinergi dari berbagai pemangku kepentingan. Dengan demikian, jamu tradisional diharapkan tidak sekadar bertahan sebagai warisan budaya, melainkan juga tumbuh menjadi bagian dari identitas lokal sekaligus potensi ekonomi yang nyata bagi masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Adriani, A., Pritasari, W., & Abstrak, I. A. (2024). Literature review: Jenis dan manfaat jamu di Indonesia. *Biology and Education Journal*, 4(1).
- Afriannisa, A., Rahma, H., Azhirakeisha, M., Aisyah, R., & Zulfadiana. (2025). Pemanfaatan akar alang-alang sebagai alternatif herbal dan bahan fungsional berkelanjutan. *Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 11(2).
- Anindhita, A., Mahfur, & Khasanah, K. (2021). Strategi optimalisasi potensi biofarmaka melalui pembentukan kampung jamu di Kabupaten Pekalongan.
- Kajian profil konsumen dan perilaku konsumsi jamu di Sukoharjo Jawa Tengah*. (n.d.-a).
- Kajian profil konsumen dan perilaku konsumsi jamu di Sukoharjo Jawa Tengah*. (n.d.-b).
- Koswara, S. (n.d.). *Jahe, rimpang dengan sejuta khasiat*.
- Panjaitan, R. S. U., Rusmiyanto P. W., E., & Mukarlina. (2023). Ethnobotany of traditional medicine plant ethnic Chinese in Pemangkat Sub-district, Sambas District. *Jurnal Biologi Tropis*, 23(4), 572–581. <https://doi.org/10.29303/jbt.v23i4.5658>
- Pertiwi, S. A., & Hidayat, N. (2024a). Diplomasi Indonesia dalam mempertahankan jamu sebagai warisan budaya nasional. *Moestopo Journal International Relations (MJIR)*, 4(2).
- Pertiwi, S. A., & Hidayat, N. (2024b). Diplomasi Indonesia dalam mempertahankan jamu sebagai warisan budaya nasional. *Moestopo Journal International Relations (MJIR)*, 4(2).
- Pipit Miranti, I., Nur Cahyani, A., Hidayaturohman, E., Fathina Rifa, N., Farmasi dan Makanan, A., & Tinggi Ilmu Kesehatan Ibnu Sina Ajibarang, S. (2025a). Efek pemberian infusa kombinasi temu ireng, temulawak, kencur, dan jahe terhadap berat mencit galur Swiss-Webster: *Effect of giving a combination of black temu, temulawak, kencur and ginger infusion on the weight of Swiss-Webster strain mice*. *Stigma*, 18(1).
- Pipit Miranti, I., Nur Cahyani, A., Hidayaturohman, E., Fathina Rifa, N., Farmasi dan Makanan, A., & Tinggi Ilmu Kesehatan Ibnu Sina Ajibarang, S. (2025b). Efek pemberian infusa kombinasi temu ireng, temulawak, kencur, dan jahe terhadap berat mencit galur Swiss-Webster: *Effect of giving a combination of black temu, temulawak, kencur and ginger infusion on the weight of Swiss-Webster strain mice*. *Stigma*, 18(1).
- Putra, N., Fauziah, F., Bakhtra, A., Wahyuni, R., Fadhila, M., Eriadi, A., & Zafrul, A. (2025). Pelatihan pembuatan minuman temulawak-madu untuk membantu meningkatkan nafsu makan keluarga di Kelurahan Kurao Pagang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v3i2.2199>
- Widya, U., Surabaya, K., Leonardo, O. P., Churota'ayun, E., & Haryati, V. (n.d.). *Seminar Nasional Ilmu Terapan (SNITER): Analisis perbandingan tanaman obat tradisional*

(akar, batang, dan bunga) di Indonesia & Tiongkok ditinjau dari segi sejarah dan cara pengolahan.

- Wirasti, & Ningrum, A. (2020). Pembinaan peracik jamu di kecamatan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(2). <https://doi.org/10.31596/jpk.v3i2.88>
- Yosefina Orance, Yulimira Syafriati Y. M. Sani, & Dian Ernarningsih. (2024). Identifikasi tumbuhan berkhasiat obat tradisional berbasis pengetahuan lokal di Desa Hepang Kecamatan Lela Kabupaten Sikka. *Journal Innovation in Education*, 2(1), 160–182. <https://doi.org/10.59841/inoved.v2i1.882>