

MENCEGAH COVID 19 DENGAN HAND SANITIZER DAUN SIRIH



Merebaknya pandemi COVID 19 di seluruh Indonesia membuat kekhawatiran bagi masyarakat. Pemerintah selalu memberikan edukasi tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Akan tetapi didapati kenyataan dengan semakin menjulangnya harga antiseptik, sabun anti kuman dan hand sanitizer dipasaran sehingga saat ini masyarakat berpikir ulang untuk mendapatkan produk-produk kesehatan tersebut. Tanpa disadari selama ini masyarakat Indonesia sudah sering membuat hand sanitizer alami sendiri yang dibuat dari daun sirih. Selain lebih alami, kandungan afenol (chavicol), yang juga dapat berfungsi sebagai zat antiseptik juga tidak kalah kualitasnya dengan bahan-bahan yang produksi oleh pabrikan. Ketika membicarakan soal daun sirih, Anda mungkin akan membayangkan daun itu dikunyah oleh orang-orang tua zaman dahulu. Padahal, daun yang berbentuk hati itu juga bisa dinikmati oleh semua umur. Banyak mikroba yang bisa dilawan oleh kandungan sterol pada daun sirih. Mikroba tersebut adalah E. coli yang sering mengakibatkan diare. Menurut para ahli beberapa bakteri dapat dibasmi

dengan meminum air rebusan daun sirih, yakni *Streptococcus pyrogen*, *Staphylococcus aureus*, *Proteus vulgaris*, dan *Pseudomonas aeruginosa*. Selain itu banyak lagi manfaat baik dari daun sirih, sehingga daun sirih tidak hanya digunakan sebagai hand sanitizer tapi juga sebagai obat alami untuk kesehatan. Manfaat daun sirih ini bahkan mungkin akan membuat Anda tercengang karena beberapa manfaat daun sirih adalah mengobati luka lambung, mencegah caries gigi dan menyehatkan alat reproduksi wanita hingga mencegah penyakit jantung.

Beruntunglah para Ibu-ibu anggota KWT Citra Lestari Kelurahan Sungai Besar dan masyarakat disekitarnya karena dipekarangan mereka sebagian memiliki tanaman daun sirih yang kaya akan manfaat sehingga bahan baku hand sanitizer ini sangat murah dan mudah didapat. Cara membuatnya pun sangat mudah dan bisa dilakukan dirumah masing. pertama-tama siapkan bahan dan alat seperti daun sirih 7 lembar, air bersih 1 liter, botol, dan panci. 7 lembar daun sirih lalu cuci bersih, kemudian robek-robek dan masukkan ke dalam panci yang berisi 1 liter air lalu rebuslah selama 5 menit sengan api sedang. Setelah itu matikan kompor dan dinginkan. Jika sudah dingin rebusan daun sirih dapat dimasukkan ke dalam botol untuk dipergunakan. Bisa di semprotkan pada bagian anggota tubuh ataupun di minum untuk kesehatan. Selamat mencoba, tetap sehat dan semangat hingga COVID 19 musnah dari Bumi Indonesia tercinta.