

**PEMANFAATAN POHON PINUS (*Casuarina equisetifolia*) UNTUK
TERAPI KESEHATAN DAN BAHAN INDUSTRI**

Nona Putri Hersana

Pembimbing : Eka Arif Nugraha, S.Pd

ABSTRAK

Pohon pinus memiliki banyak manfaatnya salah satunya untuk bahan industri, namun banyak orang yang belum tahu bahwasanya pohon pinus bisa untuk terapi kesehatan yang bahannya diambil dari pohon pinus tersebut sedangkan untuk bahan industri bahannya adalah batang pohon pinus banyak sekali di Indonesia yang menggunakan pohon pinus ini untuk industri contohnya meja, kursi, lemari, dll.

PENDAHULUAN

Pohon pinus telah lama ditanam di berbagai tempat di Indonesia sebagai tanaman reboisasi. Sebagai tanaman pionir yang dapat tumbuh di berbagai kondisi dan produk utamanya sebagai penghasil getah, pinus banyak ditanam oleh Perum Perhutani di Pulau Jawa. Hutan pinus telah banyak dikembangkan di Pulau Jawa sejak zaman pemerintahan kolonial Belanda.

Hampir semua bagian pohon pinus dapat digunakan, antara lain bagian batangnya dapat disadap untuk diambil getahnya. Getah dari pohon pinus sendiri dapat diolah menjadi bahan dasar pengencer cat.

Sedangkan hasil kayunya bermanfaat untuk konstruksi, korek api, kertas dan lain sebagainya. (Novi Fuji Astuti 2020)

Aroma pohon pinus kerap digunakan untuk terapi, tak hanya itu ada beragam manfaat lain yang bisa kamu rasakan dari adanya pohon pinus baik bagi kesehatanmu maupun keperluan industri. Berikut ini informasi mengenai manfaat pohon pinus untuk kesehatan dan industri, manfaat pohon pinus antara lain, mengandung flavanoid dan vitamin C, meredakan nyeri otot, mengurangi rasa stres, menyembuhkan bronchitis, dan industri lainnya.

PEMBAHASAN

Pohon pinus sering kali dimanfaatkan untuk bahan industri seperti meja, kursi, lemari. Hutan pinus merupakan jenis hutan dengan tanaman yang bersifat homogen. Orang memilih pohon pinus untuk industri ini karena batangnya yang kuat dan kokoh. Pinus pun hanya dapat hidup di daerah yang mempunyai iklim sedang. Adapun manfaat pohon pinus namun tidak disangka ternyata pohon pinus dapat dimanfaatkan sebagai kesehatan yang bahannya ada pada pohon pinus ini contohnya, kulitnya, minyaknya, dll.

Berikut ini manfaat pohon pinus untuk kesehatan beserta penjelasannya:

1. Mengandung flavanoid dan vitamin C

Pada tahun 1940 peneliti asal Prancis menemukan bahwa kulitnya dan daun jarumnya memiliki kandungan vitamin C, tak hanya itu mereka juga menemukan bahwa pohon pinus kaya akan antioksidan, yaitu bioflavonoid. Senyawa ini kemudian diekstraksi menjadi pscnogenol dan dipasarkan menjadi obat diet, obat jet

lag, meringankan peredaran darah, nyeri lutut, kram saat menstruasi bahkan obat untuk memori lansia.

2. Rekan Nyeri otot

Dalam hal ini bahan yang dibutuhkan adalah minyak pinus untuk meredakan nyeri otot. Caranya teteskan lima tetes minyak pinus dengan dua sendok minyak sayur. Lalu pijatkan pada bagian tubuh yang nyeri.

3. Mengurangi stres

Penelitian di Universitas Kyoto Jepang menunjukkan bahwa berjalan-jalan di hutan pinus dapat mengurangi rasa stres selama 15 menit per hari. Selain dapat mengurangi rasa stres juga bisa menenangkan emosi.

4. Sembuhkan bronchitis

Selain dapat mengurangi stres, pinus dapat meredakan pilek, sinus, sesak nafas, dan bronchitis. Caranya mudah, teteskan 3 minyak esensial pinus pada semangkuk air panas kemudian tutupi kepalamu dengan handuk, dan hirup aroma pinus melalui hidung.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari artikel ini adalah pohon pinus tidak hanya dapat di gunakan untuk bahan industri namun dapat di gunakan untuk terapi kesehatan dan dapat di gunakan sebagai sumber makan jika dalam situasi yang darurat dan dapat juga di gunakan sebagai lem, getah nya juga banyak di manfaatkan untuk industri seperti kosmetik, minyak cat, kursi, lemari. Pohon pinus banyak tersebar di pulau jawa dan sumatera.

DAFTAR PUSAKA

- Novi fuji astuti (2020) manfaat pohon pinus untuk kesehtan
<https://brainly.co.id> (2019)manfaat pohon pinus untuk manusia dan lingkungan
- Sariagri (2020) getah pinus untuk industri
[https://www.merdeka.com/sehat/4-manfaat-kesehatan-pohon pinus.html](https://www.merdeka.com/sehat/4-manfaat-kesehatan-pohon-pinus.html)