



SOSIALISASI TENTANG MANFAAT TANAMAN HERBAL UNTUK MENINGKATKAN IMUNITAS TUBUH DI MASA PANDEMI COVID -19 BERSAMA WARGA RT 03/RW 14, KELURAHAN SUNGAI JAWI LUAR, KOTA PONTIANAK

Oleh
Husnani
Akademi Farmasi Yarsi Pontianak
E-mail: husnani.apoteker@gmail.com

Article History:

Received: 01-08-2021

Revised: 16-09-2021

Accepted: 28-09-2021

Keywords:

Pengabdian Kepada
Masyarakat, Covid-19,
Empon-empon, Imunitas
tubuh, Sosialisasi, Pontianak

Abstract: Pada 12 Maret 2020, WHO mengumumkan Covid-19 sebagai pandemik. Di awal virus corona ini masuk Indonesia, di masyarakat banyak beredar informasi bahwa empon-empon dapat menyembuhkan covid-19. Tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah diperlukan upaya nyata untuk mensosialisasikan serta mengedukasi masyarakat utamanya kelompok dengan latar belakang pendidikan dan ekonomi yang kurang untuk lebih memahami apa itu covid-19 hingga upaya mencegah penularan covid-19, serta memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang tanaman herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemik covid-19. Kegiatan dilaksanakan dengan cara metode ceramah dan diskusi tanya jawab, kegiatan dilaksanakan di rumah warga dan dihadiri 34 orang warga RT 03/RW 14 Pontianak, kegiatan ini tetap mengacu protokol kesehatan covid-19, memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan dengan menggunakan hand sanitizer maupun sabun. Peserta sangat antusias dalam menerima materi sehingga banyak mengajukan pertanyaan yang sifatnya diskusi terbuka maupun berbagi pengalaman sehari-hari dalam memanfaatkan tanaman herbal untuk menjaga kesehatan.

PENDAHULUAN

Corona virus adalah suatu kelompok virus yang dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia. Beberapa jenis coronavirus diketahui menyebabkan infeksi saluran nafas pada manusia mulai dari batuk pilek hingga yang lebih serius seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Gejala-gejala COVID-19 yang paling umum adalah demam, batuk kering, dan rasa lelah. Gejala lainnya yang lebih jarang dan mungkin dialami beberapa pasien meliputi rasa nyeri dan sakit, hidung tersumbat, sakit kepala, konjungtivitis, sakit tenggorokan, diare, kehilangan indera rasa atau penciuman, ruam pada kulit, atau perubahan warna jari tangan atau kaki. Gejala-gejala yang dialami biasanya bersifat ringan dan muncul secara bertahap. Beberapa orang menjadi terinfeksi tetapi hanya memiliki gejala ringan (WHO, 2020). Virus ini dapat



ditularkan dari manusia ke manusia dan telah menyebar secara luas di China dan lebih dari 190 negara dan teritori lainnya. Pada 12 Maret 2020, WHO mengumumkan COVID-19 sebagai pandemik. COVID-19 adalah penyakit baru yang telah menjadi pandemi. Penyakit ini harus diwaspadai karena penularan yang relatif cepat, memiliki tingkat mortalitas yang tidak dapat diabaikan, dan belum adanya terapi definitif. Masih banyak knowledge gap dalam bidang ini sehingga diperlukan studistudi lebih lanjut (Adityo Susilo dkk., 2020)

Di awal virus corona ini masuk Indonesia, di masyarakat banyak beredar informasi bahwa empon-empon dapat menyembuhkan covid-19. Dari permasalahan-permasalahan di atas maka diperlukan upaya nyata untuk mensosialisasikan serta mengedukasi masyarakat utamanya kelompok dengan latar belakang pendidikan dan ekonomi yang kurang untuk lebih memahami apa itu covid-19 hingga upaya mencegah penularan covid-19. Untuk permasalahan kedua, maka diperlukan edukasi bagi masyarakat bahwa empon-empon itu belum terbukti secara klinis dapat menyembuhkan covid-19, melainkan untuk menjaga kesehatan dari segi imunitas tubuh. Sehingga diperlukan sosialisasi dan edukasi terhadap tanaman-tanaman herbal yang dapat digunakan menjadi jamu, manfaat tanaman herbal tersebut bagi kesehatan, hingga cara mengonsumsi jamu tersebut dengan benar. Jamu dapat digunakan juga untuk anak-anak. Menurut Geertz (1961) obat tradisional bukan semata-mata hanya untuk wanita namun tersedia pula untuk laki-laki dan anak-anak. Jamu memiliki beberapa keunggulan, seperti toksisitasnya rendah dan efek samping yang ditimbulkan ringan (Andriati & Wahjudi, 2016). Dengan demikian diharapkan masyarakat dapat memahami secara komprehensif dan utuh bagaimana harus berperilaku di masa pandemi ini.

Terkait dengan tanaman herbal, maka dengan kegiatan ini akan tercapai masyarakat yang paham akan manfaat tanaman obat keluarga yang merupakan bagian dari tanaman herbal dapat digunakan untuk mencegah virus corona dengan meningkatkan imunitas tubuh seseorang. Edukasi dan sosialisasi kepada masyarakat dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab dengan sasaran masyarakat umum. Peserta sosialisasi merupakan warga RT 03/RW 14 dengan latar belakang pendidikan ibu-ibu tersebut beragam (Lulusan SD, SLTP, SLTA dan Perguruan Tinggi), ibu-ibu warga tersebut diharapkan dapat mendukung program kesehatan sehingga terbiasa untuk menerima informasi dan menyebarluaskan informasi yang didapatkan kepada keluarganya dan masyarakat sekitarnya.

Gambaran Umum Masyarakat Sasaran

Masyarakat sasaran pada sosialisasi ini merupakan kumpulan ibu-ibu dari warga RT 03/RW 14 yang mana ada sebagai ibu rumah tangga, karyawan kantor swasta, PNS, pedagang dan profesi lainnya. Ibu-ibu warga RT 03/RW 14 rutin berkumpul dalam bentuk arisan RT dan mengadakan seminar-seminar kesehatan guna mendapatkan informasi kesehatan secara berkala.

Indonesia sendiri merupakan negara yang memiliki keanekaragaman hayati, salah satunya tanaman yang akrab dengan masyarakat seperti jenis rimpang jahe, kunyit, temulawak dan lain-lain.

Dalam penanganan untuk memproteksi diri dari infeksi virus covid-19 diperlukan pertahanan tubuh yang kuat selain menerapkan protokol kesehatan yang ketat. Beberapa tanaman secara empiris memiliki khasiat sebagai penambah imunitas tubuh seperti jahe, kunyit, temulawak dan lain-lain.

Daerah RT 03/RW 14 merupakan daerah yang padat penduduk, daerah yang sanitasinya



jelek dan kondisi perekonomiannya dalam taraf rendah akan diberikan penyampaian informasi terkait pemanfaatan tanaman herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh sehingga tidak mudah terinfeksi virus covid-19 namun tetap menerapkan protokol kesehatan

Tujuan Pengabdian Masyarakat

Adapun tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan pengetahuan kepada warga RT 03/RW 14 tentang manfaat tanaman herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemi covid-19 serta meneruskan informasi yang didapatkan kepada masyarakat sekitar dengan tetap mematuhi protokol kesehatan. Sedangkan luaran dan manfaat yang didapat adalah terciptanya masyarakat yang sehat dengan mengkonsumsi minuman jamu yang merupakan minuman kesehatan agar dapat meningkatkan imunitas tubuh disaat pandemic covid-19 serta masyarakat terhindar dari informasi yang menyesatkan tentang penggunaan tanaman herbal yang memiliki klaim kesehatan tertentu tanpa literasi yang benar.

Tanaman untuk meningkatkan imunitas tubuh

Jamu adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, atau campuran dari bahan-bahan tersebut yang secara tradisional telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman empiris di masyarakat (Anonim, 1989). Pengobatan dengan menggunakan obat-obatan tradisional merupakan salah satu alternatif dalam bidang pengobatan. Tujuan pengobatan dengan obat tradisional antara lain: pencegahan (*preventif*), perawatan (*promotif*), dan pengobatan. (Anonim, 1989)

Masyarakat Indonesia lebih mengenal jamu dalam bentuk sediaan jamu godog dan jamu serbuk dibanding jamu dalam bentuk lain. Dengan kemajuan teknologi dan meningkatnya keinginan masyarakat untuk menggunakan obat tradisional, maka obat tradisional tidak lagi dibuat menjadi ramuan untuk mengobati keluarga, tetapi sudah menjadi komoditi perdagangan.

Tabel 1. di bawah ini dapat dilihat daftar beberapa tanaman obat yang mempunyai prospek pengembangan yang potensial

Tabel 1. Tanaman Obat Fitofarmaka yang Prospektif

Tanaman obat	Bagian	Indikasi potensi
Temulawak (<i>Curcuma xanthorrhiza</i> <u>oxb</u>)	Umbi	Hepatitis, artritis
Kunyit (<i>Curcuma domestica</i> <u>Val</u>)	Umbi	Hepatitis, artritis, antiseptik
Bawang putih (<i>Allium sativum</i> <u>Lynn</u>)	Umbi	Kandidiasis, hiperlipidemia
Jati Blanda (<i>Guazuma ulmifolia</i> <u>Lamk</u>)	Daun	Anti hiperlipidemia
Daun ungu (<i>Gratophyllum pictum</i> <u>Griff</u>)	Daun	Hemoroid
Tempuyung (<i>Sonchus arvensis</i> <u>Linn</u>)	Daun	Nefrolitiasis, diuretik
Kejibeling (<i>Strobilanthes crispus</i> <u>Bl</u>)	Daun	Nefrolitiasis, diuretik
Labu merah (<i>Cucurbita moschata</i> <u>Duch</u>)	Biji	Taeniasis
Katuk (<i>Sauropus androgynus</i> <u>Merr</u>)	Daun	Meningkatkan produksi ASI
Kumis kucing (<i>Orthosiphon stamineus</i> <u>Benth</u>)	Daun	Diuretik
Seledri (<i>Apium graveolens</i> <u>Linn</u>)	Daun	Hipertensi
Pare (<i>Momordica charantia</i> <u>Linn</u>)	Buah, Biji	Diabetes mellitus
Jambu biji (klutuk) (<i>Psidium guajava</i>	Daun	Diare



<u>Linn)</u>		
Ceguk (wudani) (<i>Quisqualis indica</i> <u>Linn)</u>	Biji	Askariasis, oksuriasis
Jambu Mede (<i>Anacardium occidentale</i>)	Daun	Analgesik
Sirih (<i>Piper betle</i> <u>Linn)</u>	Daun	Antiseptik
Saga telik (<i>Abrus precatorius</i> <u>Linn)</u>	Daun	Stomatitis aftosa
Sebung (<i>Blumea balsamifera</i> <u>D.C)</u>	Daun	Analgesik, antipiretik
Benalu teh (<i>Loranthus spec. div.)</i>	Batang	Anti kanker
Pepaya (<i>Carica papaya</i> <u>Linn)</u>	Getah, Daun, Biji	Sumber papain, Anti malaria, Kontrasepsi pria
Butrawali (<i>Tinospora rumphii</i> <u>Boerl)</u>	Batang	Antimalaria, antidiabet
Pegagan (kaki kuda) (<i>Centella asiatica</i> <u>Urban)</u>	Daun	Diuretika, antiseptik, antikeloid,
Legundi (<i>Vitex trifolia</i> <u>Linn)</u>	Daun	Antiseptik
Inggus (<i>Ruta graveolens</i> <u>Linn)</u>	Daun	Analgesik, antipiretik
Sidowajah (<i>Woodfordia floribunda</i> <u>Salibs)</u>	Daun	Antiseptik, diuretik
Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt)	Buah	Sedatif
Sambilata (<i>Adrographis paniculata</i> Nees)	Seluruh tanaman daun	Antiseptik, diabetes melitus
Jahe (Halia) (<i>Zingibers officinale</i> Rosc)	Umbi	Analgesik. Antipiretik, antiinflamasi

(Maheswari,2002).

Obat tradisional seperti halnya obat sintetik mempunyai sifat khusus, oleh karena itu penanganannya memerlukan pengamanan yang khusus. Hal ini bertujuan untuk melindungi masyarakat dari obat tradisional yang tidak memenuhi syarat, baik persyaratan kesehatan maupun persyaratan standar.

Pengembangan obat alami ini memang patut mendapatkan perhatian yang lebih besar apalagi disaat pandemic covid-19 ini, bukan saja disebabkan potensi pengembangannya yang terbuka, tetapi juga permintaan pasar akan bahan baku obat-obat tradisional ini terus meningkat untuk kebutuhan domestik maupun internasional. Hal ini tentunya juga akan berdampak positif bagi peningkatan pendapatan petani dan penyerapan tenaga kerja baik dalam usaha tani maupun dalam usaha pengolahannya.

METODE

Metode pelaksanaan

Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah dilakukan dengan penyuluhan tentang manfaat tanaman herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh disaat pandemik covid-19.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu warga RT 03/RW 14, diharapkan ibu-ibu tersebut akan memahami manfaat tanaman herbal sebagai obat untuk meningkatkan imunitas tubuh, dan diharapkan dapat menyampaikan informasi yang didapatkan kepada keluarganya dan



masyarakat sekitarnya serta menjadi pelopor di masyarakat sekitarnya.

Follow Up

Follow up dilakukan dengan cara membuat format evaluasi dan tindak lanjut yang terdiri dari 6 poin pertanyaan yang dijawab dengan kategori Sangat Setuju, Setuju dan Tidak Setuju adapun ceklist nya terlampir.

Teknis Pelaksanaan

Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Tentatif

Tempat : Rumah Pak RT 03/RW 14

Waktu : Tanggal 6 Maret 2021 pukul 12.30 – selesai WIB

Susunan Acara

12.30 - 12.45 Pembukaan

Kata Sambutan Ibu RT 03/RW 14 sekaligus membuka acara

12.45 – 12.50 Pembacaan Do'a masing-masing dalam hati dipimpin MC

12.50 – 15.00 Materi dari Husnani, M.Sc., Apt selaku ketua panitia dengan tema
“Manfaat Tanaman Herbal untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Di
Masa Pandemi Covid -19”

15.00 – 15.30 ISHOMA

15.30 – 17.00 Diskusi dan Tanya Jawab

17.00 – selesai Penutupan

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan yang akan dilakukan untuk mengatasi permasalahan adalah sebagai berikut :

1) Penyuluhan

Materi penyuluhan adalah tanaman herbal dapat meningkatkan imunitas tubuh di tengah Pandemi covid-19. Tujuan penyuluhan ini adalah memberikan ilmu dan wawasan baru kepada masyarakat di RT 03/RW 14. Selain memberikan pengetahuan tentang manfaat tanaman herbal juga bisa menjadi peluang usaha rumahan bagi peserta, Selain itu juga diberikan informasi terkait cara pembuatan penyimpanan hingga cara membuat memilih bagian tanaman yang dapat memberikan manfaat bagi kesehatan dimasa pandemi.

2) Prosedur Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini meliputi : a). Koordinasi dengan mitra, terkait dengan penyusunan jadwal kegiatan b). Persiapan penyuluhan c). Penyuluhan tentang manfaat tanaman herbal juga bisa menjadi peluang usaha rumahan bagi peserta d). Penyuluhan tentang prinsip dasar pembuatan simplisia e). Penyuluhan tentang cara pembuatan simplisia dari berbagai tanaman herbal dengan ceramah dan diskusi

3). Partisipasi Mitra

Partisipasi mitra dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah partisipasi aktif, dari mulai perencanaan kegiatan, penyusunan jadwal penyuluhan. Partisipasi mitra akan dievaluasi. Evaluasi akan dilaksanakan selama dan setelah pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan pelatihan. Selama pelaksanaan kegiatan dilakukan evaluasi dengan metode online. Sedangkan setelah pelaksanaan kegiatan dilakukan evaluasi dengan



metode pengamatan terhadap hasil kegiatan dan metode angket. Kriteria evaluasi meliputi kesadaran dan antusiasme peserta penyuluhan dalam mengikuti kegiatan penyuluhan tersebut.

Pelaksanaan Penyuluhan

Penyuluhan diadakan secara ceramah dan diskusi tanya jawab Teknis pelaksanaannya tentatif. Materi yang disampaikan adalah penyuluhan tentang manfaat tanaman herbal di tengah pandemi covid-19, prinsip dasar dasar pembuatan dan pemanfaatannya.

HASIL

Kegiatan dilaksanakan dengan cara metode ceramah dan diskusi tanya jawab, kegiatan dilaksanakan di rumah warga RT 03/RW 14 Pontianak dan dihadiri 34 orang warga RT 03/RW 14 Pontianak, kegiatan ini tetap mengacu protokol kesehatan covid-19, memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan dengan menggunakan hand sanitizer maupun air dikanal mengalir.

Peserta sangat antusias dalam menerima materi sehingga banyak mengajukan pertanyaan yang sifatnya diskusi terbuka maupun berbagi pengalaman sehari-hari dalam memanfaatkan tanaman herbal untuk menjaga kesehatan.

DISKUSI

Evaluasi Dan Tindak Lanjut

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan angket kepada warga RT 03/RW 14 untuk melihat sejauh mana tanggapan peserta terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Aspek yang ditinjau adalah tentang pendapat dan tanggapan peserta tentang pelaksanaan pelatihan sosialisasi pemanfaatan tanaman herbal untuk meningkatkan imunitas dalam masa pandemi covid-19

Hasil angket memperlihatkan bahwa peserta setuju dengan kegiatan ini karena peserta belum pernah mendapatkan materi sosialisasi pemanfaatan tanaman herbal dimasa pandemi ini, materi yang disampaikan juga menggunakan bahasa yang mudah dimengerti, dengan bahasa yang sederhana, materi yang disampaikan juga mudah untuk dipraktikkan sendiri, sampel tanaman yang disampaikan mudah untuk didapatkan dalam lingkungan sekitar seperti jahe, temu lawak, kunyit dan lain lain, waktu pelaksanaan kegiatan tidak mengganggu kegiatan rumah tangga karena dilaksanakan setelah dhuhur pada pukul 12.30, dan yang terakhir peserta termotivasi dan tertarik untuk mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari dan berbagi informasi yang didapatkan kepada masyarakat sekitarnya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kegiatan pengabdian terlaksana sesuai dengan rencana.
2. Kegiatan pengabdian dari koordinasi, penyuluhan dan pelatihan mendapatkan sambutan yang sangat baik sekali dari mitra (warga RT 03/RW 14)
3. Warga sangat antusias dalam menerima informasi dan mempraktekkan informasi yang didapatkan serta akan membagikan informasi yang didapat kepada masyarakat.



PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terima kasih kami ucapkan kepada UPPM Akfar Yarsi Pontianak, Direktur Akfar Yarsi Pontianak, Mitra ibu RT 03/RW 14, Kecamatan Pontianak Barat.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Damayanti R, 2008, Uji Efek Sediaan Serbuk Instan Rimpang Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) Sebagai Tonikum Terhadap Mencit Jantan Galur Swiss Webster, Skripsi, Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- [2] Rukmana, R, 2000, Temulawak Tanaman Rempah dan Obat, Kanisius, Yogyakarta.
- [3] Soekarto, S.T. 1990. Dasar-Dasar Pengawasan dan Standarisasi Mutu Pangan. Jurusan Teknologi Pangan dan Gizi. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- [4] Wijayakusuma, H.M. 2007. Tanaman Berkhasiat Obat di Indonesia. Jilid IV. Cetakan II. Jakarta: Pustaka Kartini. Hal. 7.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN