

THE EDUCATION OF HERBAL MEDICINE IN INCREASING IMMUNE SYSTEM DURING COVID-19 PANDEMIC

Sheila Meitania Utami*, Gina Aulia, Tri Okta Ratnaningtyas, Andriyani Rahmah Fahriati, Rita Dwi Pratiwi, Nurwulan Adi Ismaya, Fenita Purnama Sari Indah, Tria Monja Mandira, Lela Kania Rahsa Puji, Nur Hasanah

STIKES Widya Dharma Husada Tangerang, Pajajaran Rd. Pamulang, South Tangerang, 15417, Indonesia
Corresponding email: sheila.meitania@gmail.com

ABSTRACT

Jamu is a health drink that can be used to boost immunity during the COVID-19 pandemic due to its efficacy and safety. Several people in Duren Mekar Village, Bojongsari District, Depok City are still unaware of and unconcerned about the immune-boosting medicinal plants that can be obtained in the home environment during the COVID-19 pandemic. The goal of this activity is to provide education on medicinal plants that boost immunity during the COVID-19 pandemic in order to prevent COVID-19 transmission. The following methods are used to carry out the service: (a) the preparation stage; (b) the socialization stage directly using power point presentation media and demonstrations of making herbal medicine; (c) the evaluation stage by conducting questions and answers with the community and re-demonstrating participants making herbal medicine; and (d) the distribution stage of masks, multivitamins, and free herbs to the public. The implementation team for community service activities consists of ten lecturers, one student, and Widya Dharma Husada Tangerang. During the COVID-19 pandemic, the service team distributed masks, multivitamins, and free herbs to the public, as well as educational materials on medicinal plants that boost immunity. This community service project went off without a hitch. As a result, it can be concluded that directly educating the public is more efficient and effective in providing understanding to the community, but it must be done in accordance with health protocols during the New Normal period.

Keywords: *Counseling, COVID-19, Herbal Medicine, Immunity*

EDUKASI TANAMAN OBAT PENINGKAT IMUNITAS TUBUH SAAT PANDEMI COVID-19

Sheila Meitania Utami*, Gina Aulia, Tri Okta Ratnaningtyas, Andriyani Rahmah Fahriati, Rita Dwi Pratiwi, Nurwulan Adi Ismaya, Fenita Purnama Sari Indah, Tria Monja Mandira, Lela Kania Rahsa Puji, Nur Hasanah

STIKES Widya Dharma Husada Tangerang, Jl. Pajajaran, Pamulang, South Tangerang, 15417, Indonesia
Corresponding email: sheila.meitania@gmail.com

ABSTRAK

Jamu merupakan minuman kesehatan yang dapat dimanfaatkan khasiat dan keamanannya dalam meningkatkan imunitas di saat pandemi COVID-19. Beberapa masyarakat di Kelurahan Duren Mekar Kecamatan Bojongsari Kota Depok masih banyak yang belum mengetahui dan kurang memahami tanaman obat peningkat imunitas tubuh yang dapat diperoleh di sekitar lingkungan rumah saat pandemi COVID-19. Tujuan pelaksanaan kegiatan ini yaitu memberikan edukasi tanaman obat peningkat imunitas tubuh saat pandemi COVID-19 untuk mencegah penularan COVID-19. Metode pelaksanaan pengabdian yang dilakukan yaitu : (a) tahap persiapan ;(b) tahap sosialisasi secara langsung menggunakan media presentasi power point dan demonstrasi pembuatan jamu; (c) tahap evaluasi dengan melakukan tanya jawab dengan masyarakat dan demonstrasi ulang peserta membuat jamu; (d) tahap pembagian masker, multivitamin dan jamu gratis kepada masyarakat. Tim pelaksana kegiatan pengabdian pada masyarakat adalah dosen Widya Dharma Husada Tangerang sebanyak 10 orang dan mahasiswa sebanyak 1 orang. Tim pengabdian memberikan materi tentang edukasi tanaman obat peningkat imunitas tubuh saat pandemi COVID-19 serta membagikan masker, multivitamin dan jamu gratis kepada masyarakat. Kegiatan

pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar. Sehingga dapat disimpulkan, mengedukasi masyarakat secara langsung lebih efisien dan efektif untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat namun harus dilaksanakan sesuai dengan protokol kesehatan di masa *New Normal*.

Kata Kunci : *Penyuluhan, COVID-19, Tanaman Obat, Jamu, Imunitas*

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) telah ditetapkan oleh pemerintah Indonesia sebagai wabah yang disebabkan virus SAR-Cov2 serta merupakan pandemic di seluruh dunia. Virus SAR-Cov2 menyebabkan *Acute Respiratory Syndrome*. Cara Penanganannya dengan mencegah serta penerapan 5M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak, menjauhi kerumunan dan mengurangi mobilitas). Segala aspek baik kesehatan, ekonomi dan social terganggu karena pandemic ini (Burhanuddin, Massi, Thahir Razaak & Surungan, 2020).

Berdasarkan data dari Tim Komunikasi Komite Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) dan Pemulihan Ekonomi Nasional (KPCPEN) situasi COVID-19 di Indonesia yaitu jumlah kasus aktif atau pasien yang masih membutuhkan perawatan, per tanggal 10 April 2021 bertambah sebanyak 999 kasus dan jumlah totalnya meningkat menjadi 111.137 kasus dengan persentasenya

di angka 7,1%. Kemudian pasien terkonfirmasi positif melalui metode pemeriksaan RT-PCR/TCM dan rapid antigen, bertambah sebanyak 4.723 kasus dengan jumlah kumulatifnya, atau pasien terkonfirmasi positif yang tercatat sejak kasus pertama hingga tanggal 10 April 2021 mencapai 1.562.868 kasus (KPCPEN, 2021).

Salah satu cara upaya pemeliharaan kesehatan untuk selalu menjaga dan meningkatkan imunitas tubuh yaitu dengan mengonsumsi obat herbal, tradisional dan suplemen kesehatan agar terhindar dari serangan penyakit, termasuk COVID-19. Edukasi tanaman obat peningkat imunitas tubuh dalam upaya peningkatan pemahaman masyarakat dalam memanfaatkan tanaman berkhasiat agar peningkatan ketentraman atau kesehatan masyarakat tercapai (Pratiwi, 2020).

Upaya pengembangan kesehatan masyarakat dengan memanfaatkan tanaman obat tradisional berupa jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT) dan fitofarmaka

lebih efektif dalam meningkatkan imunitas tubuh saat pandemi COVID-19 (Kementrian Kesehatan, 2020).

Tanaman obat yang terdapat di masyarakat sendiri yang dapat digunakan sebagai peningkat imunitas tubuh antara lain kunyit, jahe, lengkuas,, kencur, sereh, asam jawa, temulawak, dan lain-lain (BPOM, 2020).

Beberapa masyarakat di kelurahan Duren Mekar Depok masih banyak yang belum mengetahui dan kurang memanfaatkan tanaman obat peningkat imunitas tubuh sehingga diperlukan edukasi untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya mengonsumsi tanaman obat bisa dalam bentuk jamu untuk mencegah penyakit terutama saat pandemi COVID-19. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dilaksanakan pengabdian masyarakat secara langsung kepada masyarakat di Balai Sarmili Kelurahan Duren Mekar Depok.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah bagaimana pengetahuan

peserta pengabdian kepada masyarakat tentang tanaman obat peningkat imunitas tubuh saat pandemi COVID-19?

TUJUAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Tujuan dilakukannya pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi tanaman obat peningkat imunitas tubuh saat pandemi COVID-19 untuk menurunkan tingkat penularan COVID-19.

MANFAAT PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Dari pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tanaman obat peningkat imunitas tubuh saat pandemi COVID-19 sehingga masyarakat dapat terhindar dari infeksi COVID-19.

METODE PELAKSANAAN

Proses pemberian sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat dengan memilih presentasi PPT dan pemberian masker serta multivitamin dan jamu gratis kepada masyarakat, serta mendemonstrasikan cara

pembuatan jamu yang mudah dikonsumsi sehari-hari.. Kegiatan pengabdian masyarakat dengan upaya mencegah penyebaran COVID-19 melalui sosialisasi dan edukasi dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Pertama

Tahap pertama merupakan persiapan sebelum melakukan sosialisasi kesehatan yang akan dilakukan, dengan melakukan perijinan kepada Ketua STIKes dan LPPM untuk mendapatkan surat tugas pelaksanaan sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat. Setelah mendapatkan surat tugas maka dilakukan tahap perizinan ke Balai Sarmili Kelurahan Duren Mekar Depok sebagai sasaran masyarakat untuk pengabdian masyarakat.

2. Tahap Kedua

Tahap kedua merupakan sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat tentang COVID-19 dan tanaman obat peningkat imunitas tubuh saat pandemi COVID-19. Sosialisasi bertujuan untuk memberikan konseling pengenalan penyakit infeksi COVID-19. Sosialisasi dilakukan

kepada masyarakat di Balai Sarmili Kelurahan Duren Mekar Depok. Sosialisasi dilaksanakan dengan menggunakan media power point dan demonstrasi langsung pembuatan jamu peningkat imunitas tubuh.

3. Tahap Ketiga

Tahap ketiga dilakukan pembagian masker, multivitamin serta jamu gratis kepada masyarakat agar dapat membantu masyarakat dalam pencegahan dan penurunan penyebaran COVID-19.

4. Tahap Keempat

Tahap keempat dilakukan monitoring dan evaluasi kegiatan. Proses ini juga dilakukan oleh masyarakat. Tahapan evaluasi kegiatan dilakukan dengan metode tanya jawab untuk mengetahui peningkatan tingkat pengetahuan masyarakat setelah dilakukan edukasi kesehatan. Agar masyarakat tetap semangat dan antusias bagi masyarakat yang benar dalam evaluasi tanya jawab, diberikan *reward* berupa bingkisan.

Tujuan pemberian edukasi ini mengenai tata laksana pencegahan penyebaran atau penularan COVID-

19 di masyarakat. Sehingga semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang mengenai pencegahan COVID-19 dengan mematuhi protokol kesehatan 5M serta penggunaan jamu sehari-hari semakin menyadari seseorang untuk berperilaku hidup sehat dalam upaya pencegahan penyebaran COVID-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Balai Sarmili Kelurahan Duren Mekar Kecamatan Bojongsari Kota Depok Provinsi Jawa Barat. Kegiatan ini dilakukan selama 1 hari pada hari Sabtu, 17 April 2021 dengan penyampaian materi dan tanya jawab, jumlah peserta yang mengikuti berjumlah 16 orang yang terdiri dari ibu-ibu lingkungan RW.003.

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk menambah pengetahuan masyarakat desa tentang manfaat tanaman obat tradisional meliputi khasiat dan keamanannya masing-masing. Tanaman obat yang disampaikan merupakan tanaman obat yang dapat meningkatkan sistem imunitas tubuh pada masyarakat, dimana tanaman ini banyak digunakan sebagai rempah

atau bumbu sehari-hari para Ibu Rumah Tangga terutama di lingkungan RW.003 Kelurahan Duren Mekar Kecamatan Bojongsari Kota Depok, Jawa Barat.

Situasi pandemi COVID-19 yang terjadi di Indonesia mempengaruhi sistem kesehatan masyarakat, terutama di tingkat perkotaan. Sehingga pemerintah dapat menekan angka penyebaran infeksi COVID-19 pada masyarakat dengan menerapkan 5M (Mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak, menghindari kerumunan dan mengurangi mobilitas). Dengan bertambahnya pasien COVID-19, maka perlu langkah penerapan lainnya selain 5M dalam mencegah pandemi ini. Pencegahan yang mudah dengan memanfaatkan tanaman obat yang ada di lingkungan RW, agar dapat dibuat jamu tradisional berkhasiat, praktis dan aman apabila digunakan oleh masyarakat.

Tanaman obat yang dipaparkan dalam pengabdian merupakan tanaman yang mudah diperoleh oleh masyarakat desa terutama desa sidoharjo. contoh tanaman obatnya adalah herba sambiloto, herba meniran, rimpang

jahe, rimpang kunyit , rimpang temulawak, jambu biji dan lain-lain (Mulyani, W, & E, 2017).

Materi penyuluhan yang disampaikan dalam acara pengabdian ini, meliputi:

1. Definisi dan pengertian obat tradisional
2. Keamanan dan khasiat obat tradisional
3. Definisi dan mekanismer kerja sistem imun di dalam tubuh.
4. Bagaimana mengecek produk jadi obat tradisional yang benar
5. Tanaman apa saja yang dapat digunakan sebagai peningkatan imunitas
6. Cara kerja pembuatan resep jamu dari tanaman obat dengan menerangkan penyimpanan.

Penyampaian materi ini dimulai dengan membahas tentang apa itu obat tradisional menurut peraturan pemerintah dimana mempunyai pengertian bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan, dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang

berlaku di masyarakat (Departemen Kesehatan RI, 2010).

Demonstrasi pembuatan jamu menggunakan ramuan kunyit asam yang bahan-bahannya mudah diperoleh dan dapat dijual. Untuk kemasan 350 ml maka bahan yang diperlukan yaitu 50 g kunyit, 30 g asam, 50 g gula merah, 20 g jahe, 1 batang sereh, 1 batang kayu manis, garam himalaya secukupnya dan 400 ml air.

Proses pembuatan jamu dengan metode perebusan yang sebelumnya terlebih dahulu kunyit asam dan jahe diblender kemudian ditambahkan gula merah, sereh, kayu manis, serta garam himalaya dengan nyala kompor sedang sehingga tidak merusak kandungan senyawa metabolit sekunder akibat pemanasan. Setelah mendidih lalu disaring dan ditunggu sampai hangat kemudian dituang ke gelas kertas ataupun kemas dalam botol.

Penyimpanan sediaan ini hanya bertahan satu hari dan harus dibuat baru setiap harinya, dikarenakan cairan penyari yang digunakan adalah air yang merupakan media pertumbuhan bakteri, kapang dan khamir.

Pengabdian ini memberikan manfaat yang besar terhadap para Ibu Rumah Tangga dalam mengaplikasikan atau menerapkan dengan memanfaatkan tanaman obat di sekitarnya yang dapat digunakan sebagai jamu peningkat imunitas dalam menjaga kondisi tubuh di saat pandemi COVID-19. Selain itu, manfaat lainnya dengan adanya pengabdian ini dapat memberdayakan ekonomi keluarga, dimana masyarakat dapat memanfaatkan ilmu yang diperoleh dengan membuat sediaan herbal yang dapat dipasarkan.

Hampir seluruh peserta mampu mengikuti acara penyuluhan dengan sangat baik. Saat penyuluhan, peserta sangat aktif bertanya kepada pemateri terkait materi yang telah disampaikan. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian yang sudah dilaksanakan ini, tim melakukan evaluasi dengan cara meminta umpan balik kepada para penerima melalui diskusi tanya jawab dan demonstrasi ulang pembuatan jamu dengan hasil peserta paham karena dengan antusias dapat menjawab pertanyaan dari pemateri penyuluhan serta berhasil membuat sediaan jamu.

Penyuluhan seperti ini sebaiknya dilakukan secara rutin terutama tentang pencegahan COVID-19 dengan cara masyarakat mengonsumsi tanaman obat dalam bentuk jamu sehingga dapat menurunkan penyebaran COVID-19 di masyarakat dengan meningkatkan imunitas tubuh. Masyarakat di Balai Sarmili Kelurahan Duren Mekar Depok saat ini paham juga tentang pentingnya mengonsumsi tanaman obat peningkat imunitas tubuh saat pandemi COVID-19 terutama untuk membantu menjaga daya tahan tubuh agar tidak mudah terkena infeksi COVID-19.



KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pengabdian tentang penyuluhan tentang tanaman obat peningkat imunitas tubuh saat pandemi COVID-19 telah terlaksana dan berjalan dengan lancar. Semua peserta tampak antusias mengikuti jalannya kegiatan serta banyaknya dari peserta yang memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan materi. Hasil pengabdian ini diharapkan dapat memberikan solusi dan manfaat dalam meningkatkan derajat kesehatan keseharian masyarakat di lingkungan RW.003 Kelurahan Duren Mekar Kecamatan Bojongsari Kota Depok secara optimal untuk mencegah penyakit terutama saat pandemic COVID-19 selain menerapkan 5M.

Saran

Perlu adanya penyuluhan kesehatan terkait imunitas tubuh saat pandemic COVID-19 secara rutin, agar masyarakat dapat memahami pentingnya menjaga imunitas tubuh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Yayasan STIKes Widya Dharma Husada Tangerang

dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKes Widya Dharma Husada Tangerang yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat. Tim penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Kelurahan Duren Mekar Kecamatan Bojongsari Kota Depok

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin B., & Ibrahim, S. 2018. Struktur, Bioaktivitas dan Antioksidan Flavonoid. *Jurnal Zarah*, 6(1), 21-29.
<https://doi.org/10.31629/zarah.v6i1.313>.
- Aryanta, I. W. R. 2019. Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39-43.
- BPOM RI. 2020. *Buku. Saku. Obat Tradisional Untuk Daya Tahan Tubuh*. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia.
- Burhanuddin, A. I., Massai, M. N., Thahir, H., Razak, A., & Surungan T. 2020. *Merajut Asa Di Tengah Pandemi Covid-19 (Pandangan Akademisi UNHAS)*. Deepublish.
- Chen, N., et al., 2020. Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study, *Lancet*.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30211-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30211-7).
- Departemen. Kesehatan RI. 2010. *Suplemen I: Farmakope Herbal*

- Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Frontiers. 2020. Coronavirus Disease (COVID-19): The Impact and Role of Mass Media During the Pandemic. URL: <https://www.frontiersin.org/research-topics/13638/coronavirus-disease-covid-19-the-impact-and-role-of-mass-media-during-the-pandemic#authors>. Diakses pada tanggal 10 April 2021.
- Kemenkes RI. Pedoman dan Pencegahan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). Jakarta : Kementerian Kesehatan RI; 2020.
- Kemenkes RI. 2020. Surat Edaran Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit dan Perawatan Kesehatan (No.HK.02.02/IV.2243/2020). Jakarta.
- Kementerian Pertanian RI. 2015. Buku Saku Tanaman Obat Keluarga. Balai Besar Pengkajian dan Pengembangan Teknologi Pertanian Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian Kementerian Pertanian. Jawa Barat.
- KPCPEN. 2021. Situasi COVID-19 di Indonesia. URL: <https://covid19.go.id>. Diakses tanggal 10 April 2021.
- World Health Organization. 2020. Report of The WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019. Geneva: World Health Organization.
- BNPB Indonesia. 2021. Data Sebaran COVID-19. Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. Jakarta. Situs online: [COVID19.co.id](https://covid19.co.id).
- Patola, F., Martana. 2018. Pelatihan dan Pendampingan Budidaya Tanaman Obat Keluarga. Di Pekarangan. Adiwidya, Vol(2):129-134.
- Pemerintah Kota Tengerang Selatan. 2021. Perkembangan COVID-19 di Kota Tangerang Selatan. Situs Tangap COVID-19 kota Tangerang Selatan. Situs online: lawanCOVID.tangerangselatankota.go.id.
- Pratiwi, A.R. 2020. Pangan Untuk Sistem Imun. SCU Knowledge Media.
- Ria, P., & Aminin, A. L. N. 2018. Aplikasi Antioksidan dari Produk Fermentasi Kunyit (*Curcuma longa*) oleh *Aspergillus oryzae*. Jurnal Kimia Sains dan Aplikasi, 21(1), 13-18.
- Savitri, A. 2016. Tanaman Ajaib! Basmi Penyakit dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Bibit Publisher