

**SOSIALISASI TENTANG MANFAAT TANAMAN HERBAL UNTUK
MENINGKATKAN IMUNITAS TUBUH DI MASA PANDEMI COVID -19
BERSAMA KADER PUSKESMAS PAL LIMA DI KELURAHAN PAL
LIMA KOTA PONTIANAK**

Husnani
Akademi Farmasi Yarsi Pontianak
Email: husnani.apoteker@gmail.com

ABSTRAK

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 Kader Puskesmas Pal Lima di Kelurahan Pal Lima Kota Pontianak 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 Aula Kantor Lurah Pal Lima Kota Pontianak dan dihadiri 35 orang kader puskesmas Pal Lima Kota 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.

Kata Kunci: Pengabdian Kepada Masyarakat, Covid-19, Empon-empon, Imunitas tubuh, Sosialisasi, Kader Puskesmas, Pontianak

ABSTRACT

On March 12, 2020, WHO declared Covid-19 a pandemic. At the beginning of this corona virus entering Indonesia, there was a lot of information circulating in the community that empon-empon could cure COVID-19. The purpose of this community service activity is that real efforts are needed to socialize and educate the community, especially groups with less educational and economic backgrounds to better understand what COVID-19 is to prevent the transmission of COVID-19, as well as provide knowledge to Pal Lima Health Center Cadres. in Pal Lima Village, Pontianak City about herbal plants to increase body immunity during the covid-19 pandemic. The activity was carried out by means of a lecture method and a question and answer discussion, the activity was carried out in the Pontianak City Pal Lima Lurah Office Hall and was attended by 35 cadres of the Pontianak City Pal Lima Health Center, this activity still refers to the Covid-19 health protocol, wears masks, maintains distance and washes hands using hand sanitizer or soap.

Participants were very enthusiastic in receiving the material so many asked questions that were open discussion and shared daily experiences in using herbal plants to maintain health.

Keywords: *Community Service, Covid-19, Empon-empon, Immunity, Socialization, Health Center Cadre, Pontianak*

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 Kader Puskesmas Pal Lima Kota Pontianak. Kader Puskesmas Pal Lima merupakan salah satu wadah organisasi perempuan di Kelurahan Pal Lima Kota Pontianak. Latar belakang pendidikan ibu-ibu PKK tersebut beragam (Lulusan SLTA dan Perguruan Tinggi), dan ibu-ibu kader tersebut merupakan ujung tombak dalam memberikan edukasi kepada masyarakat disekitar, kader merupakan perwakilan masyarakat yang dipilih oleh Puskesmas dalam mendukung program kesehatan sehingga sudah terbiasa untuk menerima informasi dan menyebarkan informasi yang didapatkan kepada masyarakat sekitarnya.

Kader Kesehatan merupakan sekelompok masyarakat yang memiliki jiwa sosial dan dedikasi yang sangat tinggi dalam mendukung program kesehatan. Kader kesehatan ini rutin melakukan komunikasi dengan Puskesmas terkait informasi program kesehatan dan kader akan membantu puskesmas dalam menyampaikan informasi yang diberikan kepada masyarakat di lingkungan sekitarnya.

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 pertahan 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.

Kader kesehatan dengan kemampuannya yang menguasai wilayah maupun kantong kantong yang rawan kesehatan seperti 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

Adapun Tujuan diadakannya kegiatan Pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pengetahuan kepada kader kesehatan tentang manfaat tanaman herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemi covid-19 dan Meneruskan informasi yang didapatkan kepada masyarakat sekitar dengan tetap mematuhi protokol kesehatan.

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>)	Umbo	Hepatitis, artritis
Kunyit (<i>Curcuma domestica</i> <u>Val</u>)	Umbo	Hepatitis, artritis, antiseptik
Bawang putih (<i>Allium sativum</i> <u>Lynn</u>)	Umbo	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> <u>Linn</u>)	Daun	Diare
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
Inggau (<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)	Umbo	Analgesik, Antipiretik, antiinflamasi

Obat tradisional seperti halnya obat sintetis 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 Kader kesehatan kelurahan Pal Lima Diharapkan ibu-ibu kader Pal Lima dan remaja putri tersebut akan mempraktikkannya di rumah masing-masing, menyampaikan informasi yang didapatkan 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.

Metode pelaksanaan kegiatan 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 meliputi : a). Koordinasi dengan mitra untuk menyusun 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.

4. 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 Aula Kelurahan Pal Lima Kota Pontianak dan dihadiri 35 orang kader puskesmas Pal Lima Kota Pontianak, kegiatan ini tetap mengacu protokol kesehatan covid-19 , memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan dengan menggunakan hand sanitizer maupun air dikeran 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.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan angket kepada peserta yaitu kader puskesmas pal lima kota pontianak untuk melihat 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 dipraktekkan 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 ashar pada pukul 15.30, dan yang terakhir peserta termotivasi dan tertarik untuk mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari dan berbagi informasi yang didapatkan kepada masyarakat sekitarnya.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

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 (kader puskesmas pal lima kota Pontianak dan Ibu PKK Pal Lima Kota Pontianak)
3. Peserta sangat antusias dalam menerima informasi dan mempraktekkan informasi yang didapatkan serta akan membagikan informasi yang didapat kepada masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada UPPM Akfar Yarsi Pontianak, Direktur Akfar Yarsi Pontianak, Mitra Ibu Lurah Pal Lima Kota Pontianak dan Kader Puskesmas Pal Lima, Kecamatan Pontianak Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Rukmana, R, 2000, Temulawak Tanaman Rempah dan Obat, Kanisius, Yogyakarta.
- 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.
- Wijayakusuma, H.M. 2007. Tanaman Berkhasiat Obat di Indonesia. Jilid IV. Cetakan II. Jakarta: Pustaka Kartini. Hal. 7.