

SOSIALISASI COVID-19 DAN PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL UNTUK MENINGKATKAN SISTEM IMUN DI MASA PANDEMI

Irma Erika Herawati¹⁾, Affriani Ratna Puspita¹⁾, N Kintan Marlina¹⁾, Bayu Ningrat¹⁾, Karlina Yulia¹⁾, Fira Mozza Octora²⁾, Nurkholis Daud²⁾, Krisdi Yundina²⁾

¹⁾Jurusan Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas al-ghifari, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

²⁾Jurusan Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas al-ghifari, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

*Corresponding author

E-mail: irmaerikaerawati@unfari.ac.id

ABSTRAK

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-CoV-2. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Pengobatan terhadap virus ini masih berdasarkan coba-coba, salah satunya adalah dengan memperbaiki sistem imunitas tubuh manusia menggunakan tanaman herbal. Tanaman telah banyak dimanfaatkan sebagai obat sejak zaman pra sejarah, yaitu sekitar 60.000 tahun yang lalu. Tanaman yang sering digunakan adalah empon-empon. Empon-empon banyak mengandung senyawa berkhasiat di antaranya adalah kurkumin yang terdapat pada temulawak yang merupakan antioksidan. Selain kurkumin, di dalam temulawak juga terdapat senyawa fenol yang berfungsi sebagai antioksidan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat tentang bahayanya virus Sars-CoV2. Lebih memelihara kesehatan tubuh salah satunya dengan membuat jamu untuk meningkatkan imunitas tubuh. Metode yang digunakan yaitu berupa sosialisasi dan praktek langsung kepada ibu PKK dan kader. Dengan diadakannya kegiatan ini respon masyarakat sangat antusias karena mereka mendapatkan ilmu baru tentang virus covid-19 varian baru dan masyarakat mendapatkan ilmu baru tentang bagaimana cara memanfaatkan tanaman herbal menjadi jamu yang dapat meningkatkan kesehatan mereka di masa seperti ini.

Kata kunci: Sars CoV2, Tanaman herbal, sistem imun, pengabdian

ABSTRACT

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) is a disease of the kind of new that has never been previously identified in humans. The Virus that causes COVID-19 is called Sars-CoV-2. Corona Virus is zoonotic (transmitted between animals and humans). Treatment against is still based on trial-and-error, one of which is to improve the immunity system of the human body using herbal plants. The plant has been widely used as a remedy since the days of pre-history, i.e. around 60,000 years ago. A plant that is often used is empon-empon. Empon-Empon contain many compounds efficacious of which is curcumin which is found in ginger which is an antioxidant. In addition to curcumin in curcuma there are also phenolic compounds that function as antioxidants. The purpose of this activity is to educate the public about the dangers of the virus Sars-CoV2. Is maintaining the health of the body one of them to make a herbal medicine to improve immunity of the body. The method used is in the form of socialization and practice directly to the PKK members and cadres. With the held of his activity is the response of the community was very enthusiastic because they gain new knowledge about the virus covid-19 is a new variant and the community gain new knowledge about how to utilize plant herbs into herbal medicine that can improve their health in times like this.

Keywords: Sars CoV2, herbal Plants, the immune System, Devotion

PENDAHULUAN

Penelitian menyebutkan bahwa SARS ditransmisikan dari kucing luwak (*civet cats*) ke manusia dan MERS dari unta ke manusia. Adapun, hewan yang menjadi sumber penularan COVID-19 ini masih belum diketahui. Penularan penyakit ini melalui tetesan kecil yang dihasilkan saat batuk, bersin, atau berbicara. Sampai saat ini belum ditemukannya vaksin untuk penyakit ini oleh karena itu manusia harus mencegah pandemi ini dengan tindakan higienis dan memperkuat sistem imun dengan mengonsumsi makanan sehat dan mengonsumsi sediaan herbal atau obat herbal.

Dukun atau tabib memiliki kelas sosial tinggi di masyarakat zaman dahulu atas pengetahuan

mereka yang luar biasa mengenai tanaman obat. Berbagai spesies tanaman telah mereka gunakan dalam ilmu pengobatan tradisional. Banyak tanaman-tanaman obat yang sangat mudah didapat di sekitar kita atau lebih sering disebut tanaman obat keluarga (Toga) yang dapat dibuat menjadi suatu sediaan yang dapat meningkatkan imun tubuh di masa pandemik covid-19 seperti sekarang ini. Contoh Toga yang dapat digunakan seperti kunyit, jahe dan lengkuas yang dapat dibuat sebagai minuman yang sangat bermanfaat dalam menjaga imun tubuh.

Jamu akhir - akhir ini sering digunakan untuk meningkatkan kesehatan. Jamu empon-empon di antaranya banyak mengandung senyawa berkhasiat yaitu Gingerol, shogaol, zingeron, dan diarilheptanol merupakan senyawa antioksidan yang terdapat dalam jahe (*Zingiber officinale*). Kunyit (*Curcuma domestica*) mempunyai kandungan kimia flavonoid dan minyak atsiri yang berpotensi sebagai antioksidan. Kunyit mempunyai aktivitas antioksidan setara BHT. Kunyit putih diketahui mengandung senyawa kurkuminoid yang menyebabkan bahan tersebut mempunyai sifat antioksidan yang baik untuk menghambat proses oksidasi yang terjadi dalam tubuh. Daun serai (*Cymbopogon citratus*) memiliki kandungan senyawa aktif fenol yang dapat berperan sebagai antioksidan.

Berdasarkan latar belakang di atas maka perlu diadakan kegiatan pengabdian masyarakat dalam rangka memanfaatkan tanaman herbal untuk meningkatkan sistem imun. Kegiatan ini berisi pemaparan virus varian Sars-CoV2, dan cara pemanfaatan tanaman herbal untuk meningkatkan system imun. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat tentang bahayanya virus Sars-CoV2, agar lebih memelihara kesehatan tubuh salah satunya dengan membuat jamu untuk meningkatkan imunitas tubuh.

METODE

Bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa sosialisasi pemanfaatan tanaman herbal untuk meningkatkan sistem imun di masa pandemi. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 31 Juli 2021 dimulai pada pukul 09.00 hingga pukul 11.00 WIB menggunakan media *online* yaitu *Zoom meeting* dan *offline*. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan sosialisasi cara pemanfaatan tanaman obat herbal untuk meningkatkan sistem imun di masa pandemi kepada peserta sosialisasi. Setelah selesai sosialisasi dilanjutkan dengan mempraktekan cara pembuatan jamu empon-empon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan secara online menggunakan *zoom meetin* dan Offline yang bertempat di kantor Desa Kumpay. jumlah mahasiswa yang tergabung dalam kegiatan tersebut sebanyak 4 mahasiswa. Dan dihadiri 18 ibu-ibu pkk dan kader kegiatan tersebut terdiri dari beberapa rangkaian kegiatan yaitu pemaparan materi dan peraktek pembuatan jamu empon-empon.

Varian Sars-CoV2

Materi ini diberikan guna untuk menyadarkan masyarakat untuk meningkatkan protocol kesehatan lebih ketat agar terhindar dari virus varian Sars-CoV2, yaitu dengan cara memakai masker 3 lapis di tambah dengan masker kain dibagian luar atau biasa disebut dengan double masker, rajin berolahraga, berjemur dan rajin mencuci tangan



Gambar 1. Pemaparan Materi Varian Sars-CoV2

Pemanfaatan tanaman herbal untuk meningkatkan sistem imun di masa pandemi

Dalam materi ini dijelaskan berbagai tanaman yang berkhasiat sebagai obat yang memiliki kandungan kimia flavonoid dan senyawa golongan polifenol senyawa-senyawa tersebut dapat meningkatkan imunitas tubuh. Contoh tanaman herbal yang memiliki kandungan tersebut diantaranya temulawak, kunyit, jahe, sereh, kayu manis, cengkeh, dan pegagan.



Gambar 2. Materi Kedua Pemanfaatan Tanaman Herbal Untuk Meningkatkan Sistem Imun di Masa Pandemi

Cara Pembuatan Jamu Empon-empun

Pada materi ini kunyit, temulawak, jahe, serai dijadikan minuman herbal rempah-rempah yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan sumber daya yang belum termanfaatkan di masa pandemik seperti saat ini. Selain itu praktek dan edukasi secara langsung ini bertujuan untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemi Covid-19. Dikarenakan sedang masa pandemik, maka pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menerapkan protokol kesehatan. Peserta edukasi, pelatihan dan praktek merupakan ibu-ibu PKK dan kader desa kumpay, jalan cagak, kabupaten subang. Dari kegiatan ini masyarakat menjadi tahu bagaimana cara pengelolaan tanaman herbal menjadi jamu. Respon dari para peserta sangat baik karena kegiatan ini sangat membantu bagi mereka dan menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan mereka.



Gambar 3. Materi Ketiga Praktek Pembuatan Jamu

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dalam rangka KKN Bersama Melawan Covid-19, ibu-ibu PKK dan KADER desa Kumpay, Jalancagak, kabupaten Subang terlihat sangat antusias dalam mengikuti kegiatan yang telah dilaksanakan. Hal tersebut dapat meningkatkan keterampilan dan pengetahuan mengenai bahayanya virus covid-19 dan pengolahan tanaman herbal. Di dalam pelaksanaannya dilakukan proses pembuatan minuman herbal rempah-rempah dari awal sampai penyajiannya dan peserta terjun langsung sesuai dengan bimbingan dari kami untuk mencoba melakukan pengolahan minuman herbal.

DAFTAR RUJUKAN

- Desa, D., Kabupaten, T., Tengah, M., Wabula, L. R., & Umamity, S. (2021). *Sosialisasi Covid-19 Dan Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Upaya Pemeliharaan Kesehatan Tubuh Di Masa Pandemi Covid-19*. 232–237.
- Meilina, R., Dewi, R., & Nadia, P. (2020). Sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga (toga) untuk meningkatkan imun tubuh di masa pandemi covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 2(2), 89–94. <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/jpkmk/article/view/1141>
- Alami, A. El, Fattah, A., & Chait, A. (2020). Journal Of Analytical Sciences And Applied Biotechnolgy Medicinal plants used for the prevention purposes during the covid-19 pandemic in Morocco ARTICLE INFO. *Journal of Analytical Sciences and Applied Biotechnology*, 2(1), 4–11.
- Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)*. Gernas, 0–115.
- Wahyuningsih, I. , & Widiyastuti, L. (2019). Pengolahan Empon-Empon Menjadi Minuman Kesehatan Berbasis Zero Waste Home Industry. *BERDIKARI : Jurnal Inovasi Dan Penerapan Ipteks*, 7(1), 53–61. <https://doi.org/10.18196/bdr.7157>