

Edukasi Pemanfaatan Rempah di Masa Pandemi Covid-19 pada ibu-ibu PKK Kelurahan Kalicacing

Education on the Use of Spices during the Covid-19 Pandemic to PKK group in Kalicacing Village

Siti Munisih¹, Mutmainah^{*2}, Yuvianti Dwi Franyoto³, Lia Kusmita⁴, Ika Puspitaningrum⁵, Maria Caecilia Nanny Setiawati Hadirahardja⁶, I Kadek Bagiana⁷, Ungsari Rizki Eka Purwanto⁸, Aries Koes Sundoro⁹, Wahyu Setyaningrum¹⁰

Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Yayasan Pharmasi Semarang
JL. Letjen Sarwon Edie Wibowo Km. 1 Plamongsari -Pucanggading Semarang 50193
Telp. 024-6706147, Fax 024-6706148
e-mail: *mutmainah.stifar@gmail.com

Abstrak

Menghadapi pandemi virus Corona telah dilakukan berbagai upaya oleh warga Kelurahan Kalicacing kota Salatiga untuk menjaga diri dari penyakit tersebut. Keberadaan tanaman rempah-rempah yang sengaja ditanam warga sekitar dan bahkan dapat tumbuh liar diberbagai kondisi tropis dapat bermanfaat sangat baik untuk meningkatkan imunitas tubuh. Rempah – rempah seperti jahe, temulawak, kunyit, serei mengandung antioksidan yang cukup tinggi sehingga dapat menangkal radikal bebas pada tubuh kita. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan informasi terkait fungsi rempah – rempah menjadi salah satu bahan yang dapat meningkatkan imunitas tubuh dalam menghadapi pandemi Covid-19. Kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi dan pelatihan kepada masyarakat mengenai manfaat tumbuhan rempah-rempah. Kegiatan di daerah yang dilakukan meliputi sosialisasi handout tentang imunitas tubuh, pemaparan materi tentang imun serta rempah dan manfaatnya, pengukuran saturasi oksigen, pemberian brosur serta adanya pre tes dan post test. Pemaparan materi yang disampaikan kepada masyarakat menggunakan bahasa yang lugas. Setelah pemaparan materi, diskusi interaktif dibuka sepenuhnya dengan maksud untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat terhadap materi yang telah diberikan.

Kata kunci— Rempah, imunitas, Kelurahan Kalicacing

1. PENDAHULUAN

Akhir tahun 2019 dunia telah dikejutkan dengan adanya virus baru yang ternyata dapat menyerang dengan cepat dan pertama kali ditemukan berasal dari Wuhan Tiongkok. Virus tersebut merupakan virus corona tipe 2 (SARS-CoV-2) yang selanjutnya disebut sebagai wabah pandemi Covid. Pandemi ini telah menyebabkan beberapa gangguan di segala bidang yang parah. Studi terbaru menunjukkan kemiripan yang tinggi antara urutan genom SARS-CoV-2, SARS-CoV dan virus korona yang diturunkan dari kelelawar [1].

Rempah-rempah di Indonesia sejak zaman dahulu telah banyak dimanfaatkan untuk mengobati penyakit dan diwariskan secara turun temurun hingga saat ini. Obat tradisional memiliki beberapa keunggulan,

seperti efek sampingnya ringan serta toksisitasnya ditimbulkan rendah [2]. Adanya beberapa berita terkait pengobatan Covid – 19 dengan menggunakan rempah - rempah yang banyak beredar, tak terkecuali persepsi masyarakat di desa Kalicacing Salatiga. Hal ini menjadikan alasan tim pengabdian untuk memberikan sosialisasi dan edukasi mengenai upaya pencegahan penyebaran Covid-19 dan pemanfaatan tanaman herbal sebagai upaya pemeliharaan kesehatan tubuh sehingga upaya mencegah penularan lebih maksimal. Selain itu juga edukasi akan diberikan bagi masyarakat desa Kalicacing Salatiga bahwa rempah - rempah mampu menjaga kesehatan dari segi imunitas tubuh [3].

Saat ini hampir 80% obat herbal dapat diandalkan di beberapa negara yang berkembang. Hal ini diakibatkan karena tanaman-tanaman tersebut

dapat diperoleh secara mudah disekitar kita dan dapat ditanam di pekarangan rumah. Obat tradisional mungkin dapat menjadi salah satu pilihan untuk memperkuat sistem imun tubuh seseorang. Jamu adalah obat herbal tradisional Indonesia yang telah dipraktikkan selama berabad-abad di masyarakat Indonesia untuk menjaga kesehatan dan mengobati penyakit. Meskipun sudah banyak obat-obatan modern, jamu masih sangat populer di daerah pedesaan maupun perkotaan[4]. Tanaman yang dapat dikonsumsi dan dibuat menjadi jamu untuk *immune booster* antara lain adalah temulawak, kunyit, dan jahe. Hasil observasi menunjukkan bahwa di desa kelurahan Kalicacing terdapat banyak sekali rempah - rempah seperti jahe, kunyit, jinten hitam dan daun kelor yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat sekitar.

Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat agar meningkatkan pengetahuan dalam hal meningkatkan sistem kekebalan tubuh dengan cara memanfaatkan tanaman obat keluarga yang dengan mudah ditemukan.

2. METODE

Metode yang dilakukan, yaitu melalui sosialisasi kepada masyarakat Desa Kalicacing Salatiga terkait upaya pencegahan penyebaran Covid-19 dengan beberapa cara berikut:

a. Tahap Koordinasi dengan Aparatur Desa

Pada tahap ini, kami melakukan koordinasi dan meminta saran terlebih dahulu dengan aparat desa terkait program yang akan kami laksanakan.

b. Tahap Observasi Lapangan

Setelah melakukan tahap pertama, kami melakukan observasi langsung tentang keadaan desa. Hasil observasi menunjukkan bahwa di desa tersebut terdapat banyak tanaman rempah - rempah yang bisa dimanfaatkan menjadi obat tradisional ataupun minuman herbal seperti kunyit, temulawak, jahe, daun kelor, dan jinten hitam.

c. Tahap Sosialisasi mengenai rempah untuk imunitas

Sosialisasi upaya pencegahan penyebaran Covid-19 dilakukan pada hari Sabtu, 16 Oktober 2021. Sosialisasi dilakukan dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan, menggunakan masker, menerapkan kebiasaan cuci tangan dan penggunaan *hand sanitizer*, serta pembatasan jarak sosial. Sosialisasi yang dilaksanakan oleh tim dilakukan di Desa Kalicacing, Salatiga.

d. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini, kami mengevaluasi mengenai pengetahuan peserta mengenai manfaat rempah serta

jenis-jenis rempah. Kegiatan ini kami lakukan dengan cara membagikan pre tes dan post test untuk mengetahui tingkat pemahaman dan pengetahuan peserta penyuluhan mengenai materi yang disampaikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui penyuluhan tentang sosialisasi upaya membangun ketahanan tubuh dan pemanfaatan tanaman rempah - rempah yang berguna untuk mendukung kekebalan tubuh selama pandemic Covid-19 di Indonesia. Pelaksanaannya dilakukan di Desa Kalicacing, Salatiga. Kegiatan tersebut diikuti oleh kurang lebih 20 orang warga setempat. Penyuluhan dimulai pukul 15.00 WIB di Balai pertemuan Desa Kalicacing, Salatiga yang dihadiri oleh Ketua RT, Ketua RW serta kader PKK Desa Kalicacing.

Penyuluhan dilakukan dengan mengikuti protokol kesehatan, yaitu memakai masker, menjaga jarak, dan mencuci tangan untuk mencegah penyebaran virus Covid-19. Kegiatan ini terdiri dari 2 kali tahapan, yaitu dimulai dengan paparan materi selama ± 30 menit selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab selama 15 menit. Selain itu juga disampaikan soal pre tes dan post test untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan.



Gambar 1. Peserta penyuluhan rempah untuk imunitas Tubuh

Pada sesi penyuluhan materi tim pelaksana memberikan ceramah/sosialisasi tentang pentingnya pengetahuan mengenai pemanfaatan tanaman rempah-rempah yang dapat berkhasiat untuk meningkatkan imunitas tubuh pada masa pandemi Covid-19. Obat herbal digunakan berdasarkan kepercayaan masyarakat yang memiliki keunggulan dibandingkan dengan obat sintetik, seperti minimalnya efek samping yang dihasilkan oleh obat herbal serta harga orbal herbal relatif lebih murah,

mudah diperoleh dan dapat menggunakan kearifan lokal dari Indonesia.

Temulawak atau *Curcuma xanthorrhiza* Roxb merupakan tanaman yang sering digunakan sebagai obat-obatan yang tergolong dalam suku temu-temuan (*Zingiberaceae*). Salah satu kandungan terbanyak yang dimiliki tumbuhan temulawak ialah pati, pati temulawak mengandung kurkuminoid yang membantu proses metabolisme dan fisiologis organ tubuh. Penggunaan temulawak dalam pengobatan tradisional banyak digunakan dalam pengobatan gangguan pencernaan, sakit kuning, keputihan, meningkatkan daya tahan tubuh serta menjaga kesehatan [5].

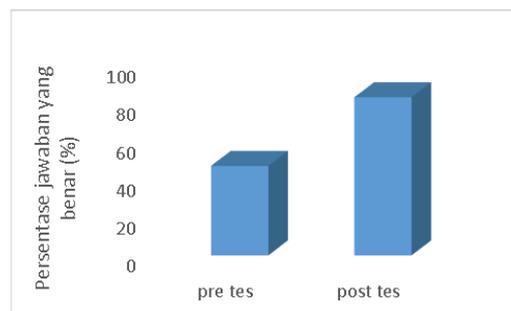
Jahe dimanfaatkan sebagai bahan obat herbal karena mengandung minyak atsiri dengan senyawa kimia aktif, yang berkhasiat dalam mencegah dan mengobati berbagai penyakit. Senyawa kimia aktif yang juga terkandung dalam jahe bersifat anti-inflamasi dan antioksidan, adalah gingerol, beta-caroten, capsaicin, asam cafeic, curcumin dan salisilat [6].

Kunyit, *Curcuma longa* L. (*Zingiberaceae*) adalah tanaman tropis yang banyak terdapat di benua Asia. Dari beberapa bahan diatas diketahui mengandung senyawa kurkumin yang memiliki banyak sekali manfaat seperti antioksidan, antiinflamasi, antibakteri, dan antivirus yang sangat cocok apabila digunakan untuk meningkatkan imunitas agar tetap sehat dikala pandemi seperti saat ini [1].

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh tim pengabdian bahwa peserta sangat antusias dengan kegiatan pengabdian masyarakat ini dikarenakan berkaitan dengan pemanfaatan rempah-rempah untuk meningkatkan imunitas tubuh dimana sangat diperlukan pada masa pandemi Covid-19 ini. Ada beberapa peserta yang telah rutin mengkonsumsi minuman yang terbuat dari rempah ini yang dapat dimanfaatkan sebagai minuman kesehatan. Namun, ada juga peserta yang belum mengetahui pentingnya imunitas tubuh dan belum tahu cara pemanfaatan tanaman obat keluarga menjadi minuman kesehatan yang banyak dimanfaatkan oleh masyarakat.

Dari data evaluasi diperoleh hasil ada beberapa warga yang belum memahami mengenai manfaat rempah sebagai peningkat imun tubuh. Hal ini tunjukkan dari hasil pre tes yang dibagikan sebelum kegiatan dan diperoleh data hasil jawaban yang benar sebesar 47 %. Setelah dilakukan penyuluhan, pengetahuan warga mengenai pemanfaatan rempah menjadi lebih baik dan meningkat, data tersebut dapat dilihat dari hasil skor post tes diperoleh data

sebesar 83 %. Data hasil pre tes dan post test selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1.



Gambar 2. Diagram hasil evaluasi kegiatan

Dalam sesi diskusi dan tanya jawab peserta memberikan beberapa pertanyaan yang sangat antusias. Pertanyaannya berkaitan dengan seberapa penting imunitas tubuh pada masa pandemi Covid-19. Kegiatan sosialisasi edukasi kepada masyarakat Desa Kalicacing Salatiga dapat dikatakan berjalan dengan lancar dan baik. Kegiatan ini sudah menjawab tujuan awal yaitu memberikan pemahaman yang komprehensi bagi masyarakat Desa Kalicacing Salatiga dengan memberikan edukasi dan sosialisasi tentang Covid-19 dan pemanfaatan rempah - rempah untuk meningkatkan sistem imun tubuh. Dimulai dari pemahaman masing-masing pribadi inilah kemudian diharapkan mereka akan mengimplementasikan protokol kesehatan dalam kegiatan sehari.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan Rempah untuk imun

4. KESIMPULAN

Adapun kesimpulan yang dapat diambil dari pengabdian kali ini yaitu :

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema penyuluhan tentang sosialisasi upaya peningkatan imunitas tubuh dan pemanfaatan rempah-rempah yang berkhasiat untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh pada

masa pandemi Covid-19 di Desa Kalicacing Salatiga berlangsung dengan baik dan peserta sangat antusias.

2. Dengan adanya penyuluhan ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait dengan sistem imun tubuh terutama pada masa pandemi Covid-19.

5. SARAN

Masyarakat Desa Kalicacing Salatiga mengharapkan kegiatan dapat berlanjut dengan materi yang lebih dalam dan aplikatif. Untuk itu disarankan agar produk-produk olahan yang bisa menggunakan bahan rempah-rempah juga dilakukan sehingga dapat mengoptimalkan penggunaan bahan alam lokal. Selain itu, disarankan agar kegiatan penyuluhan mengenai tema kesehatan yang dapat bermanfaat bagi masyarakat dapat dilanjutkan pada masa yang mendatang.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIFAR Yayasan Farmasi Semarang yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap program pengabdian masyarakat ini serta Desa Kalicacing Salatiga sebagai mitra untuk pengabdian masyarakat.

7. DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Meilina, R. Dewi, and P. Nadia, "SOSIALISASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) UNTUK MENINGKATKAN IMUN TUBUH DI MASA PANDEMI COVID-19," *J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 2, no. 2, pp. 89–94, 2020, Accessed: Nov. 02, 2021. [Online]. Available: <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/jpkmk/article/view/1141>.
- [2] M. Atmojo and A. Darumurti, "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)," *J. Abdimas BSI J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 1, pp. 100–109, Feb. 2021, doi: 10.31294/JABDIMAS.V4I1.8660.
- [3] L. R. Wabula and S. Umamity, "Sosialisasi Covid-19 Dan Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Upaya Pemeliharaan Kesehatan Tubuh Di Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Tehoru Kabupaten Maluku Tengah," *J. Pengabd. Masy. Indones.*, vol. 1, no. 5, pp. 233–238, Aug. 2021, doi:

10.52436/1.JPMI.34.

- [4] "Elfahmi, Woerden Bag, H. J., & Kayser, O. (2014). Jamu: Indonesian traditional herbal medicine towards rational phytopharmacological use. In *Journal of Herbal Medicine - Google Search*." [https://www.google.com/search?sxsrf=AOae_mvJbZRGUw8fXutc8v5Z9h_u5QzWoRg:1635909581355&q=Elfahmi,+Woerden+Bag,+H.+J.,+%26+Kayser,+O.+\(2014\).+Jamu:+Indonesian+traditional+herbal+medicine+towards+rational+phytopharmacological+use.+In+Journal+of+Herbal+Medicine&spell=1&sa=X&ved=2ahUKEwixpOyLnvzAhXCYysKHVEoDCUQBSgAegQIARAx&biw=1366&bih=601&dpr=1](https://www.google.com/search?sxsrf=AOae_mvJbZRGUw8fXutc8v5Z9h_u5QzWoRg:1635909581355&q=Elfahmi,+Woerden+Bag,+H.+J.,+%26+Kayser,+O.+(2014).+Jamu:+Indonesian+traditional+herbal+medicine+towards+rational+phytopharmacological+use.+In+Journal+of+Herbal+Medicine&spell=1&sa=X&ved=2ahUKEwixpOyLnvzAhXCYysKHVEoDCUQBSgAegQIARAx&biw=1366&bih=601&dpr=1) (accessed Nov. 03, 2021).
- [5] "Buku Saku Tanaman Obat Keluarga (Toga)." <http://repository.pertanian.go.id/handle/123456789/8691?show=full> (accessed Nov. 03, 2021).
- [6] J. J. Fierro, C. Nieto-Londoño, A. Escudero-Atehortua, M. Giraldo, H. Jouhara, and L. C. Wrobel, "NC-ND license Techno-economic assessment of a rotary kiln shell radiation waste heat recovery system," 2021, doi: 10.1016/j.tsep.2021.100858.