

Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk Pencegahan Paparan Covid-19 di Desa Cabeyan, Sukoharjo, Jawa Tengah

Luluk Ria Rakhma^{1*}, Zakky Choliso², Setyo Nurwaini³, Dedi Hanwar⁴, Erindyah Retno Wikantyasning⁵, Ika Trisharyanti⁶, Rima Munawaroh⁷, Ambar Yunita⁸, Refsya Azanti⁹, Endang Setyaningsih¹⁰

¹ Prodi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

^{2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9} Prodi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

¹⁰ Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*luluk.rakhma@ums.ac.id

Received 04-07-2022

Revised 15-07-2022

Accepted 16-07-2022

ABSTRAK

Peningkatan imun tubuh merupakan salah satu himbauan pemerintah untuk pencegahan penyakit semenjak terjadi pandemi virus Covid-19 yang sampai saat ini belum ditemukan obatnya. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga/empon-empon untuk pencegahan paparan Covid-19 di Desa Cabeyan, Bendosari, Sukoharjo dimana pemahaman warga terkait pencegahan penyakit masih kurang serta belum pernah ada edukasi kepada masyarakat terkait upaya untuk meningkatkan imunitas. Tahapan yang digunakan dalam kegiatan ini antara lain penetapan lokasi sasaran, peninjauan dan observasi lokasi sasaran, perencanaan rancangan dan materi, pengorganisasian perijinan kegiatan, apersepsi kegiatan, pelaksanaan kegiatan, pelaporan, evaluasi dan tindak lanjut. Penyampaian materi pemanfaatan tanaman obat keluarga menggunakan metode penyuluhan yang meliputi ceramah dan diskusi. Evaluasi menggunakan penilaian kuesioner pre dan post tes yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada semua peserta mengenai materi manfaat obat tradisional, pengolahan bahan alam menjadi obat dan penggunaan bahan alam dengan aman.

Kata kunci: Obat Tradisional; Empon-Empon; Tanaman Obat Keluarga

ABSTRACT

Optimizing the body's immune system is one of the government's appeals for disease prevention since the Covid-19 virus pandemic has not yet found a cure. The purpose of this community service activity is to disseminate information on the use of family medicinal plants/empon-empon to prevent exposure to Covid-19 in Cabeyan Village, Bendosari, Sukoharjo where the understanding of residents regarding disease prevention is still lacking and there has never been any education to the community regarding efforts to improve disease prevention. immunity. The stages used in this activity include determining the target location, reviewing and observing the target location, planning designs and materials, organizing activity permits, apersepsi of activities, implementation of activities, reporting, evaluation and follow-up. Submission of material on the use of family medicinal plants using extension methods which include lectures and discussions. The evaluation used a pre and post test questionnaire assessment which showed that there was an increase in knowledge of all participants regarding the benefits of traditional medicine, processing natural ingredients into medicine and the safe use of natural ingredients.

Keywords: Traditional Medicine; Empon-Empon; Family Medicinal Plants

PENDAHULUAN

Peningkatan imun tubuh, perilaku hidup bersih dan sehat, penerapan etika batuk dan bersin, *physical distancing*, penggunaan masker serta cuci tangan

merupakan himbauan pemerintah semenjak terjadi pandemi virus Covid-19 yang sampai saat ini belum ditemukan obatnya (Kemenkes RI, 2020). Penerapan pola makanan sehat yang mengandung zat fungsional yang bermanfaat meningkatkan kekebalan tubuh merupakan salah satu upaya pencegahan penyebaran virus yang dapat diterapkan pada era New Normal pasca pandemi. Zat aktif banyak ditemukan di tanamah herbal Indonesia yang umum dikonsumsi masyarakat seperti kunyit, jahe, kencur, temulawak yang biasa disebut sebagai empon-empon atau tanaman obat keluarga.

Desa Cabeyan merupakan desa yang berada di wilayah Bendosari Kabupaten Sukoharjo. Jarak tempuh dari Desa Cabeyan ke Pusat Kecamatan Bendosari sejauh 7 km sementara jarak dari pusat Kabupaten Sukoharjo sejauh 10 km. Memiliki 15 Rukun Tetangga dan 4 Rukun Warga, desa dengan potensi pertanian yang tinggi ini memiliki warga yang mayoritas bekerja sebagai petani. Potensi ekonomi dan pertanian yang baik dari Desa Cabeyan ditunjukkan dari data Badan Pusat Statistik Kabupaten Sukoharjo tahun 2018. Produksi tanaman biofarmaka atau empon-empon di Kecamatan Bendosari mencapai 31,5 ton tanaman jahe; 82 ton lengkuas; 18,5 ton kencur dan 69 ton kunyit. Hasil biofarmaka tersebut didapat dari hasil panen dengan luas panen berkisar 0,8-7 hektar lahan tegalan/perkebunan. Di Kecamatan Bendosari dengan tanah luas perkarangan 1.486 hektar dan tanah tegal/kebun seluas 797 hektar, mayoritas masyarakat memanfaatkan pekarangan sebagai lahan produktif untuk singkong, ketela, jagung, sayuran selain tanaman obat keluarga.

Potensi sumber daya alam yang potensial yang dimiliki desa juga didukung dengan sumber daya manusia yang baik. Keberadaan posyandu balita, remaja hingga lansia menunjukkan kesadaran hidup sehat bagi warga. Sinergi warga juga diwujudkan di bidang pertanian pada keberadaan Kelompok wanita tani. Kelompok Wanita Tani (KWT) Sri Rejeki Cabeyan, Bendosari Sukoharjo merupakan kelompok wanita tani beranggotakan 30 orang warga yang berdiri sejak tahun 2019. KWT tingkat pemula ini merupakan wadah berdiskusi anggotanya untuk meningkatkan usaha dan membahas permasalahan di bidang pertanian.

Selama masa pandemi, sejumlah warga desa terdampak virus sehingga menimbulkan perhatian dan rasa cemas masyarakat. Selain karena belum pernah ditemukan sebelumnya, belum pernah ada kegiatan edukasi kepada warga. Usaha yang bersifat multisektor selain dari pemerintah, swasta, warga dan akademisi perlu dilakukan untuk menghadapi Covid-19. Berbagai upaya edukasi dan sosialisasi diketahui telah memberikan dampak signifikan terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup masyarakat (Sardjono dkk, 2021). Pemanfaatan tanaman obat keluarga adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan seperti halnya edaran Dirjen Pelayanan Kesehatan yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan RI nomor HK.02.02/IV/2243/2020 tentang Pemanfaatan Obat Tradisional untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit dan Perawatan Kesehatan.

Beberapa senyawa berkhaisat tersebut diantaranya adalah *curcumin, gingerol, zingeron, shogaol, phenolic, diarilheptanoid, flavonoid* dan lain sebagainya. Temulawak mengandung kurkumin yang memiliki aktivitas antioksidan kuat dan fenol sebagai antioksidan yang melawan radikan bebas dan radikan peroksida. Jahe mengandung gingerol, shogaol, zingeron dan diarilheptanol yang juga berperan sebagai antioksidan. Kunyit mengandung senyawa flavanoid yang berperan sebagai antioksidan yang menghambat oksidasi lipid. Daun serai juga mengandung fenol yang menghambat proses oksidasi yang terjadi dalam tubuh (Sulistyaningsih dan Mursiti, 2014).

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga untuk pencegahan paparan Covid-19 di Desa Cabeyan, Bendosari, Sukoharjo dimana pemahaman warga terkait pencegahan penyakit masih kurang serta belum pernah ada edukasi kepada masyarakat terkait upaya untuk meningkatkan imunitas. Dengan memberikan sosialisasi kepada masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga diharapkan dapat berguna untuk masyarakat dalam memanfaatkan tanaman tradisional atau empon-empon sebagai tabungan tanaman obat keluarga yang murah, mudah, praktis serta dapat diperoleh setiap saat.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan merupakan sebuah rangkaian kegiatan yang disusun secara berurutan dan sistematis. Berikut adalah gambaran *flow map* kegiatan yang dilakukan:



Gambar 1. *Flow Map* Pengabdian

Penetapan daerah sasaran merupakan hasil kajian dari kegiatan penelitian dan pengabdian sebelumnya oleh Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo tahun 2020 (Rakhma, 2020a). Selanjutnya proses peninjauan lokasi dilakukan ke sejumlah lokasi oleh pengabdian ke lokasi mitra untuk melakukan penilaian aspek sosial, lingkungan dan fisik serta kebutuhan mitra. Tahap ketiga dilakukan diskusi untuk menganalisa situasi serta penyusunan rancangan materi untuk memecahkan masalah prioritas berdasarkan hasil pengamatan. Tahap keempat adalah mengkoordinasikan perijinan kepada pihak terkait berwenang seperti kantor kelurahan serta kelompok masyarakat terutama Kelompok Wanita Tani. Tahap Kelima dilakukan apersepsi kegiatan serta pengkondisian warga terkait bentuk, waktu serta undangan kegiatan yang akan dilakukan. Tahap Keenam adalah pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan secara klasikal dilengkapi dengan media edukasi untuk memperkuat pesan yang disampaikan. Tahap akhir adalah pelaporan, evaluasi dan tindak lanjut.

HASIL KEGIATAN

Mitra kegiatan pengabdian ini adalah anggota Kelompok Wanita Tani Sri Rejeki yang berusia antara 20-50 tahun yang telah menjadi mitra universitas sejak tahun 2020 (Rakhma, dkk., 2020b) . Kegiatan diawali dengan apersepsi penyuluhan pada tanggal 1 Februari 2022 dilaksanakan oleh dosen Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan perwakilan desa Cabeyan yaitu lurah, perangkat desa, Ketua PKK dan Ketua Kelompok Wanita Tani Sri Rejeki. Kegiatan apersepsi ini dilakukan untuk memperoleh kesamaan mengenaik tujuan kegiatan yang dilaksanakan. Kegiatan kedua adalah penyuluhan Tanaman Obat Keluarga yang dilaksanakan pada 27 Maret 2022. Kegiatan ini dihadiri oleh 20 anggota KWT Sri Rejeki yang berusia antara 20-50 tahun. Gambaran *Plan of Action* kegiatan pengabdian dapat dilihat pada table 1.

Tabel 1. *Plan of Action* Kegiatan Pengabdian

No.	Jenis Kegiatan	Pelaksana/ Narasumber	Peserta	Indikator
1	Apersepsi Pelaksanaan Penyuluhan	Dosen Universitas Muhammadiyah Surakarta	Lurah, Perangkat Desa, Ketua KWT, Ketua PKK	Peserta memahami tujuan dilaksanakannya kegiatan
2	Penyuluhan Tanaman Obat Keluarga	Dosen & mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta	Ketua dan anggota Kelompok Wanita Tani	Kehadiran undangan, peserta mampu mengisi kuesioner yang diberikan

Kegiatan penyuluhan dihadiri oleh dosen, mahasiswa, ketua dan anggota KWT Sri Rejeki. Indikator kegiatan ini dinilai dari kehadiran undangan dan skor nilai kuesioner yang diisi oleh peserta. Kegiatan yang berlangsung selama 2 jam ini dimulai oleh sambutan pihak desa, pemberian pretest, penyampaian materi dengan metode klasikal penyuluhan, diskusi tanya jawab, post test dan penutup.

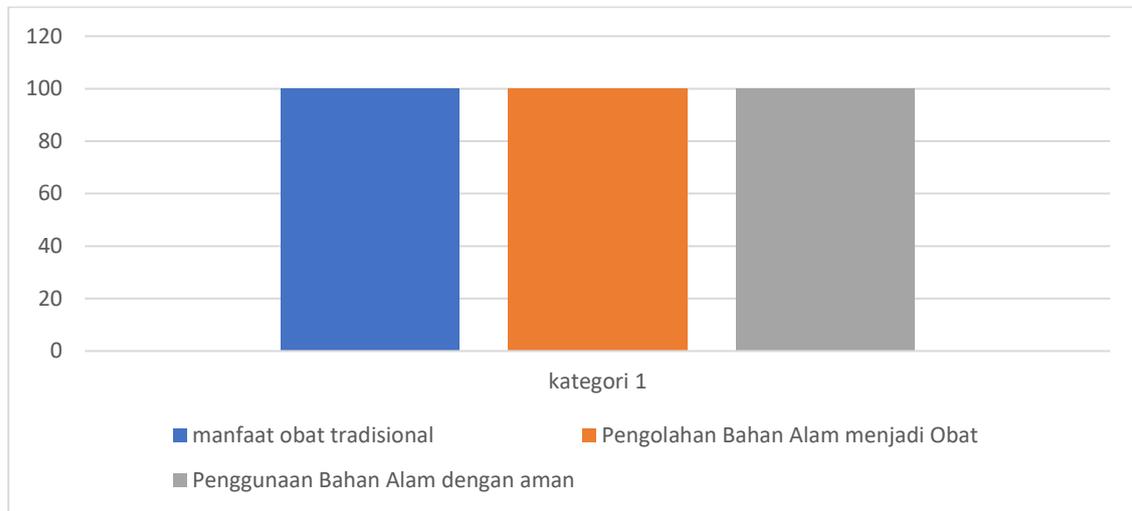
Tabel 2. Hasil Pretes dan Posttest Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga

	Jumlah (n)	minimal	maksimal	Rata-rata	Standar deviasi
Pretest	32	0	46,6	16,6	17,9
Posttest		60	100	76,6	14,5
Perubahan		26,6	46,6	93,3	25,4

Tabel 2. menunjukkan nilai hasil pretes dan posttes setelah pelaksanaan penyuluhan pemanfaatan tanaman obat keluarga. Skor minimal pretest sebelum penyuluhan adalah 0 dengan nilai maksimal 46,6 dan skor rata-rata 16,6 ±17,9 poin. Sementara setelah kegiatan penyuluhan didapatkan skor minimal peserta adalah 60 dengan skor maksimal 100 dan rerata 76,6±14,5 poin. Hasil evaluasi menunjukkan 100% peserta mengalami peningkatan pengetahuan dengan perubahan minimal sebesar 26,6 poin, maksimal 46,6 poin dan rerata 93,3±25,4 poin.

Peningkatan pengetahuan mengenai tanaman obat keluarga meliputi manfaat obat tradisional, pengolahan bahan alam menjadi obat dan penggunaan bahan alam dengan aman (Gambar 2). Masing-masing materi dari manfaat obat tradisional meliputi materi terkait manfaat jahe, kapulaga, kunyit, jambu biji, dan mahkota dewa sebagai tanaman yang mudah ditemui. Pada materi pengolahan bahan alam menjadi obat meliputi tahap penyortiran, pencucian, pembersihan, pemotongan, perebusan dan pemanggangan pada tanaman yang mudah ditemui. Pada materi penggunaan obat bahan alam agar aman dibahas materi mengenai penggunaan obat herbal, perilaku yang harus dihindari, cara mengkomunikasikan herbal yang dikonsumsi, dan cara memperoleh obat bahan alam yang aman. Dari 15 soal yang diberikan kepada peserta, 100% peserta mengalami peningkatan skor untuk masing-masing topik walaupun jumlah peningkatan skor antar peserta beragam.

Penyampaian materi pemanfaatan tanaman obat keluarga menggunakan metode ceramah dan diskusi dengan alat bantu berupa dan media edukasi berupa leaflet. Pada setiap proses edukasi kesehatan, tekanan kegiatan dipertimbangkan berdasarkan tujuan yang ingin dicapai. Hasil akhir yang diharapkan dari proses edukasi kesehatan dapat berupa peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan. Dengan tujuan untuk mencapai peningkatan pengetahuan maka metode ceramah dan diskusi klasikal dapat memenuhi tujuan kegiatan pengabdian. Selain memungkinkan interaksi timbal balik, metode penyuluhan dengan ceramah dinilai dapat menyampaikan informasi kepada peserta dalam jumlah banyak, hal ini dapat diukur dari antusiasme dan partisipasi 100% dari peserta.



Gambar 2. Proporsi Peserta dengan Peningkatan skor Pengetahuan berdasarkan Materi

Media edukasi berupa leaflet digunakan untuk membantu memberikan ilustrasi untuk menambahkan informasi kepada peserta. Beberapa materi yang disampaikan dalam leaflet meliputi tahapan pengolahan bahan alam yang meliputi proses penyortiran, pencucian, pemotongan dilanjutkan dengan perebusan serta pemanggangan. Selain itu disampaikan pula proses pembuatan jahe menjadi sirup agar peserta memahami berbagai contoh pengolahan tanaman obat tradisional.



Gambar 3. Proses Penyampaian Materi

Contoh implementasi pada pembuatan minuman sirup jahe adalah penyampaian proses pengolahan setiap tahap. Dimana dijelaskan pencucian bersih jahe yang akan dibuat, kemudian diiris tipis tipis atau diblender hingga halus. Jahe direbus dengan 600 mL air dan ditambahkan gula pasir. Pembuang buih pada rebusan air gula perlu dilakukan sebelum jahe yang sudah diblender halus kedalam air

rebusan gula dengan menggunakan saringan. Perlu perebusan hingga mendidih dan mengental agar jahe dapat menjadi sirup (Santosa, 2020).



Gambar 4. Materi Leaflet

Menurut Notoatmojo (2012) pengetahuan seseorang mengenai kesehatan akan berpengaruh terhadap perilaku kesehatan orang tersebut termasuk perilaku pencegahan penyakit. Jika pengetahuan baik maka akan terbentuk perilaku yang baik pula. Oleh karena itu untuk meningkatkan perilaku terkait pencegahan penyakit pada seseorang atau masyarakat maka perlu dilakukan juga upaya untuk meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan. Pengetahuan merupakan domain penting dalam terbentuknya perilaku suatu individu. Pengetahuan juga mendasari individu untuk mengambil suatu keputusan sebelum melakukan tindakan dalam menghadapi masalah kesehatan (Shofia dan Maghfirah, 2021). Penerimaan terhadap perilaku baru dalam hal ini adalah penyakit infeksi pandemi Covid-19, juga akan lebih mudah jika didasarkan oleh pengetahuan yang baik (Moudy dan Syakurah, 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengetahuan peserta terkait pemanfaatan tanaman obat keluarga masih rendah sehingga edukasi kesehatan perlu dilakukan. Edukasi kesehatan dengan metode penyuluhan yang meliputi ceramah dan tanya jawab dapat secara efektif meningkatkan pengetahuan peserta. Saran untuk pelaksanaan kegiatan berikutnya adalah pemanfaatan alat bantu berupa media edukasi seperti *leaflet* atau *booklet* untuk memperkuat pesan. Edukasi kesehatan juga perlu dilakukan secara kontinue, bertahap dan berkelanjutan. Agar penyampaian pesan optimal perlu dipertimbangkan variasi metode edukasi pada kegiatan pengabdian dimasa mendatang. Selain itu perlu sinergi antara berbagai pihak dalam desa untuk mewujudkan kondisi masyarakat yang lebih sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini merupakan salah satu kegiatan pengabdian yang didanai melalui skim Pengabdian Kompetitif Universitas Muhammadiyah Surakarta yaitu Pengabdian Pada Masyarakat Persyarikatan/AUM/Desa Binaan (P2AD). Tim pelaksana mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian (LPPM) Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan dana dan perijinan. Selain itu tim pelaksana program juga mengucapkan terimakasih kepada

perangkat desa, segenap masyarakat dan kelompok wanita tani Sri Rejeki, Cabeyan Sukoharjo, Jawa Tengah.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Kabupaten Sukoharjo. (2018). Diakses pada 30 Oktober 2021. <http://sukoharjokab.bps.go.id/statictable/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian CoronaVirus Disease (Covid-19). Ebook. pp.1-136. Diakses pada 30 Oktober 2021 dari <https://covid19.go.id/p/protokol/>
- Moudy, J., & Syakurah, R. (2020). Pengetahuan terkait Usaha Pencegahan Coronavirus Disease (Covid-19) di Indonesia. 4(3), 333–346.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. In Jakarta: Rineka Cipta.
- Rakhma, L. R., Anis, M., & Nurcahyo, W. (2020a). Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Melalui Penerapan Teknologi Pengolah Jagung dan Singkong di Desa Cabeyan, Bendosari, Sukoharjo. In *Prosiding Seminar Nasional Unimus* (Vol. 3).
- Rakhma, L. R., Savitri, L. E., Lestari, T. P., Aziz, F. N., Rusdanurmaala, S., Mardiyati, N. L., ... & Nurcahyo, W. (2020b). Pelatihan Pemberian Makanan Pada Bayi Dan Anak (Pmba) Bagi Masyarakat Desa Cabeyan, Bendosari, Sukoharjo Sebagai Desa Mandiri Pangan Sehat Dan Halal Di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Sainstech*, 7(2), 17-22.
- Santosa, H.B. (2020). *Budi Daya Empon-empon Berkhasiat*. Lily Publisher: Yogyakarta.
- Sardjono, M. Z. P., Yuningsih, R., Hanum, N., & Permatasari, T. A. E. (2021). Sosialisasi Pembuatan Jamu Empon–Empon Sebagai Upaya Pencegahan Terhadap Paparan Covid-19 Di Wilayah Tangerang Selatan. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat Lppm Umj* (Vol. 1, No. 1).
- Sofia, R., & Magfirah, S. (2021). Hubungan Karakteristik Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Covid-19 pada Masyarakat Desa Paya Bujok Blang Pase Kota Langsa. *Averrous: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 7(1), 53-63.
- Sulistyaningsih, T., & Mursiti, S. (2014). Pengolahan Empon-Empon Pascapanen Dalam Upaya Meningkatkan Daya Jual Produk Untuk Menunjang Kesejahteraan Keluarga. *Jurnal Abdimas*, 18(2).