

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Dalam Meningkatkan Imun Di Kelurahan Fakfak Selatan

Elzina Dina De Fretes¹, Santoso Budi Rohayu^{2*}

^{1,2*}Program Studi Keperawatan, Poltekkes Sorong, Sorong, Indonesia
Email: ¹defreteselsye@gmail.com, ^{2*}santosobudirohayu@gmail.com

Abstract

The Covid-19 virus can be overcome by increasing the body's resistance. One of the efforts to increase endurance is by utilizing family medicinal plants which generally grow more as wild plants in the yard and are widely used as an additional ingredient in cooking but are also widely used for healing, disease prevention, increasing endurance, and restoration of freshness which in turn improves public health. Knowledge and public response about the use of medicinal plants is still limited. Seeing the response of one group of women in the South Fakfak Village who has family medicinal plants, it is deemed necessary to do community service regarding the management of the family medicinal plants. The approach method uses community empowerment methods, especially target groups through counseling and training carried out by distributing pocket books on the use of family medicinal plants to 50 mothers and cadres in South Fakfak Village. The results of this activity show that in general, the knowledge of mothers and health cadres in South Fakfak Village has increased after providing counseling and training with pocket book media. This is evidenced by the answer scores, where the average post-test score is 86.20 and is higher than the pre-test score of 72.3. The percentage increase in knowledge increased by 14.17%. The results of community service by means of counseling and training by giving pocket books can increase the knowledge of mothers and cadres in increasing family endurance. Suggestions to the PKK Kelurahan to hold a family medicinal plant competition at the kelurahan level, form a small group of traditional herbal medicine businesses.

Keywords: Family Medicinal Plants, Body Immune, Pocket Book

Abstrak

Virus covid-19 dapat diatasi dengan meningkatkan daya tahan tubuh. Salah satu upaya peningkatan daya tahan tubuh yaitu dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga yang pada umumnya lebih banyak tumbuh sebagai tanaman liar dilahan pekarangan dan banyak digunakan sebagai salah satu bahan tambahan pada masakan namun banyak juga dimanfaatkan untuk penyembuhan, pencegahan penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, serta pengembalian kesegaran yang pada akhirnya meningkatkan kesehatan masyarakat. Pengetahuan dan respon masyarakat tentang pemanfaatan tanaman obat ini masih terbatas. Melihat respon salah satu kelompok ibu-ibu di Kelurahan Fakfak Selatan yang memiliki tanaman obat keluarga maka dipandang perlu untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang pengelolaan tanaman obat keluarga dimaksud. Metode pendekatan menggunakan metode pemberdayaan masyarakat khususnya kelompok sasaran melalui penyuluhan dan pelatihan yang dilakukan dengan membagikan buku saku pemanfaatan tanaman obat keluarga pada 50 ibu-ibu dan kader di Kelurahan Fakfak Selatan. Hasil kegiatan ini menunjukkan secara garis besar, pengetahuan ibu-ibu dan kader kesehatan di Kelurahan Fakfak Selatan mengalami peningkatan setelah pemberian penyuluhan dan pelatihan dengan media buku saku. Hal ini dibuktikan melalui skor jawaban, dimana rerata skor post-test adalah 86,20 dan lebih tinggi dibanding skor pre-test yaitu 72,3. Persentase peningkatan pengetahuan meningkat 14,17%. Hasil pengabdian kepada masyarakat dengan cara penyuluhan dan pelatihan dengan pemberian buku saku dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu dan kader dalam meningkatkan daya tahan tubuh keluarga. Saran kepada PKK Kelurahan untuk mengadakan lomba tanaman obat keluarga di tingkat kelurahan, membentuk kelompok kecil usaha jamu tradisional.

Kata Kunci : Tanaman Obat Keluarga, Imun Tubuh, Buku Saku

A. PENDAHULUAN

Untuk melawan virus maka hal utama yang dapat kita lakukan adalah dengan melakukan tindakan pencegahan seperti cuci tangan pakai sabun, menerapkan etika batuk/pakai masker, menjaga jarak dan yang tak kalah penting adalah meningkatkan daya tahan tubuh. Kementerian Kesehatan melalui Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan mengirimkan surat edaran kepada gubernur, bupati/wali kota di seluruh Indonesia untuk memanfaatkan obat tradisional sebagai pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit, dan perawatan kesehatan. Upaya peningkatan daya tahan tubuh adalah dengan memanfaatkan tanaman obat. Adapun jenis tanaman obat pada umumnya lebih banyak tumbuh sebagai tanaman liar, namun pada saat ini tanaman obat banyak ditanam di kebun dan dilahan pekarangan. Tanaman ini banyak digunakan sebagai salah satu bahan tambahan pada masakan namun banyak dimanfaatkan untuk penyembuhan dan pencegahan penyakit, juga untuk meningkatkan daya tahan tubuh, serta pengembalian kesegaran yang pada akhirnya meningkatkan kesehatan masyarakat. Tanaman Obat Keluarga pada hakekatnya adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola oleh keluarga. Ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri, namun pengetahuan dan respon masyarakat tentang pemanfaatan TOGA ini masih terbatas. Melihat respon salah satu kelompok ibu-ibu PKK di Kelurahan Fakfak Selatan yang memiliki TOGA maka dipandang perlu untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang pengelolaan tanaman obat keluarga dimaksud dengan solusi yang ditawarkan adalah pemberdayaan masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kaum ibu dalam membudidayakan tanaman obat keluarga.

Tujuan pemberdayaan masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan kaum ibu mengenal jenis-jenis tanaman obat dan cara mengolah ramuan tanaman obat keluarga untuk meningkatkan daya tahan tubuh.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Dalam program kemitraan ini, metode pendekatan menggunakan metode pemberdayaan masyarakat khususnya kelompok sasaran melalui penyuluhan dan edukasi yang dilakukan dengan menggunakan serta membagikan buku saku resep tanaman obat untuk menambah referensi dan pengetahuan pemanfaatan tanaman obat keluarga dalam meningkatkan imun pada 50 ibu-ibu di Kelurahan Fakfak Selatan. Tahap persiapan perencanaan kegiatan yang meliputi Identifikasi kebutuhan dengan mendesain dan mencari sumber-sumber mengenai tanaman obat sebagai perbandingan. Selanjutnya dilakukan Identifikasi potensi dan kelemahan yang ada diantaranya tingkat pendidikan dan pengetahuan masyarakat tentang jenis dan fungsi tanaman obat keluarga dengan memberikan menyebarkan angket kepada warga dan kelompok target. Perencanaan kegiatan dituangkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat mulai dari persiapan administrasi, koordinasi dengan mitra pendukung, persiapan sarana prasarana pendukung.

Tahap kedua merupakan tahap pelaksanaan kegiatan, meliputi pelaksanaan kegiatan dilakukan setelah menerima surat tugas, izin dan instruksi oleh direktur pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Melakukan koordinasi dan memberikan surat kepada Kepala Distrik Wartutin. Membagikan undangan kepada kelompok sasaran sesuai dengan waktu yang telah disepakati yaitu pada tanggal 22-23 April 2022, Melakukan pertemuan dengan mengumpulkan kelompok target sasaran, melakukan pre-test, memberikan pelatihan mengenai jenis-jenis tanaman obat keluarga, pemanfaatannya dan resep pengelolaannya sesuai dengan buku saku. Pembagian buku saku kepada kelompok target dan pendampingan. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan uji coba buku saku yang diberikan kepada kelompok target. Pada tahap ketiga, dilakukan post-test, monitoring dan evaluasi, kegiatan evaluasi peningkatan pengetahuan kelompok sasaran atau kelompok target tentang pengenalan tanaman obat dan pemanfaatannya.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Lokasi tempat pengabdian adalah Kelurahan Fakfak Selatan. Kelurahan Fakfak Selatan adalah merupakan kelurahan yang berada di tengah kota Kabupaten Fakfak yang mengalami perkembangan dengan penduduk yang campuran orang asli Papua dan pendatang.

Karena berada pada wilayah perkotaan maka sebagian besar penduduk bekerja sebagai karyawan swasta, pegawai negeri dan pengusaha yang secara ekonomi berada pada kelas menengah ke atas dengan pemukiman penduduk cukup padat, sehingga angka kejadian penderita covid di wilayah ini cukup tinggi dari wilayah lainnya di Kabupaten Fakfak. Upaya-upaya pencegahan yang dilakukan oleh pemerintah meliputi pembatasan aktifitas, patuh protocol kesehatan dan peningkatan daya

tahan tubuh. Peningkatan daya tahan tubuh selain mengkonsumsi makanan yang bergizi, minum vitamin, juga dengan menggunakan ramuan herbal atau jamu yang dapat diolah sendiri dengan cara yang mudah dan sederhana. Sesuai dengan anjuran Kementerian Kesehatan menyarankan masyarakat untuk memanfaatkan obat tradisional berupa jamu, obat herbal terstandar, dan fitofarmaka. Melihat respon salah satu kelompok ibu-ibu PKK di Kelurahan Fakfak Selatan yang memiliki TOGA maka dipandang perlu untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang pengelolaan tanaman obat keluarga dimaksud. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen Poltekkes Sorong Prodi D III Keperawatan Fakfak dengan memberikan buku saku tentang resep pemanfaatan tanaman obat. Pelaksanaan kegiatan pengabdian selama 2 hari, partisipasi dari semua peserta dapat berjalan dengan baik. Hasil evaluasi pengetahuan peserta dalam memahami jenis tanaman obat dan pengelolaannya adalah 85%.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa secara garis besar, pengetahuan mengenai tanaman obat untuk meningkatkan imunitas tubuh pada kaum ibu di wilayah Kelurahan Fakfak Selatan mengalami peningkatan pasca pemberian edukasi dengan media Buku Saku Mandiri. Hal ini dibuktikan melalui skor jawaban kelompok sasaran, dimana rerata skor post-test adalah 86,20 dan lebih tinggi dibandingkan skor pre-test yaitu 72,3. Presentase peningkatan pengetahuan kelompok sasaran mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga meningkat 14.17% lebih tinggi dibandingkan sebelum diberi edukasi oleh Tim Pengabdian.



Selain itu, dalam pelaksanaan kegiatan, kelompok sasaran juga menunjukkan adanya antusiasme pada awal hingga akhir sesi. Pada sesi awal, Tim Pengabdian meminta perwakilan ibu untuk berbagi (sharing) mengenai apa saja yang mereka ketahui tentang jenis tanaman obat dan

fungsinya, dan sebagian besar kaum ibu yang hadir belum banyak mengetahui mengenai hal tersebut. Pasca pemberian edukasi menggunakan Buku Saku Mandiri, sebagian besar menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang jenis dan pemanfaatan tanaman obat keluarga.

b. Pembahasan

Akibat pandemi Covid-19 memicu perubahan pola hidup dan imunitas yang ada di dalam masyarakat. Pandemi Covid-19 juga telah mengubah kebiasaan yang kita lakukan sehari-hari baik dirumah, disekolah, ditempat kerja dan dimapun kita berada. Berbagai upaya pencegahan dilakukan selain pembatasan aktifitas, patuh protokol kesehatan sampai kepada upaya meningkatkan daya tahan tubuh.

Salah satu upaya peningkatan daya tahan tubuh adalah dengan memanfaatkan tanaman berkhasiat sebagai obat seperti jahe, kumis kucing, kemangi, sambiloto, dll. Tanaman obat ini pada umumnya lebih banyak tumbuh sebagai tanaman liar, selain itu banyak juga ditanam dikebun, dilahan pekarangan. dan dikenal sebagai tanaman obat keluarga (TOGA). Namun pengetahuan tentang manfaat dan cara pengelolaannya masih terbatas, tanaman ini masih banyak digunakan hanya sebagai tambahan pada masakan saja. (Yan Pieter.2020).

Kelompok ibu-ibu yang tergabung dalam PKK di Kelurahan Fakfak Selatan, diantaranya ada salah satu keluarga yang memiliki tanaman obat keluarga cukup lengkap, saat kunjungan pertama setelah dilakukan wawancara dengan beberapa pertanyaan terkait khasiat tanaman obat terhadap beberapa ibu dapat kami simpulkan bahwa pengetahuan terhadap pengelolaan dan pemanfaatan tanaman obat ini masih kurang, maka perlunya sebuah media untuk menerangkan tentang pengenalan jenis dan pemanfaatan tanaman obat dimaksud.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan sesuai dengan jadwal pada hari Jumat dan Sabtu tanggal 22 -23 April 2022 dengan melibatkan kaum ibu di Kelurahan Fakfak Utara dan mahasiswa dengan metode pemberdayaan masyarakat khususnya kelompok sasaran melalui penyuluhan dan pelatihan yang dilakukan dengan membagikan buku saku pemanfaatan tanaman obat keluarga pada 50 ibu-ibu dan kader di Kelurahan Fakfak Selatan. Hasil kegiatan ini menunjukkan secara garis besar, pengetahuan ibu-ibu dan kader kesehatan di Kelurahan Fakfak Selatan mengalami peningkatan 14,17 % setelah pemberian penyuluhan dan pelatihan dengan media buku saku.

Berdasarkan pengabdian masyarakat ini telah didapatkan bahwasannya media sangat berperan penting dalam peningkatan pengetahuan terhadap kelompok sasaran. Fungsi media dalam pendidikan adalah sebagai alat peraga untuk menyampaikan informasi atau pesan tentang kesehatan. Media yang digunakan adalah media cetak berupa buku saku yang berisi tentang materi tanaman berkhasiat obat lengkap dengan cara meracik yang sederhana dengan dosis yang tepat, didukung dengan gambar dengan ukuran buku 11 x 8 cm. Buku saku merupakan buku dengan ukuran kecil sehingga efektif untuk dibawa kemana-mana dan dapat dibaca kapan saja saat dibutuhkan. Materi dalam media cetak merupakan bagian yang penting dalam pendidikan kesehatan karena memberikan pesan yang jelas yang dapat dibawa ke rumah, juga memperkuat informasi yang disampaikan secara lisan ataupun bila memang digunakan sebagai media untuk menyampaikan informasi itu sendiri (Ansory 2019).

Berdasarkan pengabdian masyarakat ini telah didapatkan bahwasanya media sangat berperan penting dalam peningkatan pengetahuan pada kaum ibu. Fungsi media dalam pendidikan adalah sebagai alat peraga untuk menyampaikan informasi atau pesan tentang kesehatan. Responden mengaku belum pernah mendapatkan informasi tentang pemanfaatan Tanaman Obat melalui media cetak seperti buku, majalah, surat kabar, atau jenis media cetak yang lainnya, sehingga tim pengabmas mencoba memberikan informasi melalui media cetak (Hasria Alang, 2021).

Materi jenis-jenis tanaman obat keluarga dan nama-nama penyakit yang bisa diobati atau dicegah dengan ramuan tanaman obat serta resep cara pengelolaannya dimuat dalam buku saku menggunakan kata kata yang sederhana, selain itu buku saku juga berisi gambar dan foto tanaman nyata sehingga responden dapat membaca sekaligus melihat contoh tanaman obat. Materi buku saku juga memuat contoh dalam bentuk resep bahan dan cara pembuatannya secara singkat agar responden lebih dapat memahami dan mengerti hubungan antara informasi yang diperoleh.

Pancaindra menentukan berapa banyak informasi yang diserap jika melibatkan mata, telinga disertai diskusi, latihan dan penggunaan, maka informasi akan terserap 90%. Persamaan ini juga dimungkinkan karena faktor Pendidikan dapat mempengaruhi pola pikir seseorang termasuk dalam memanfaatkan informasi tentang pemanfaatan tanaman obat (Ennimay, 2019).

Motivasi yang tinggi diharapkan membentuk karakter kader menjadi lebih bertanggung jawab pada tugas dan kewajibannya sebagai kader kesehatan di masyarakat. sikap adalah kecenderungan berpikir, berpersepsi dan bertindak. Dalam menentukan sikap yang utuh, pengetahuan, pikiran, keyakinan dan emosi memegang peranan penting. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap terbentuknya sikap meliputi pengalaman pribadi, kebudayaan, orang yang dianggap penting, media massa, institusi atau lembaga pendidikan agama (Adit,A. 2020).

Media merupakan segala alat fisik yang dapat digunakan untuk menyajikan pesan. Dalam kegiatan ini, media yang digunakan adalah Buku Saku Mandiri. Pada pelaksanaannya, media ini efektif digunakan sebagai alat bantu (tools) dalam mendukung kegiatan edukasi yang digunakan

D. PENUTUP

Simpulan

Kegiatan pengabdian dan pemberdayaan kepada masyarakat di Kelurahan Fakfak Selatan dengan cara edukasi pemberian buku saku pemanfaatan tanaman obat keluarga dalam meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemic covid-19 dapat meningkatkan pengetahuan kaum ibu 14,17%.

Saran

Untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kaum ibu sehingga mampu berkontribusi bagi peningkatan kesehatan, maka dapat dilakukan kegiatan lomba tanaman obat keluarga setiap tahunnya di tingkat Kelurahan Fakfak Selatan.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Adit, A. (2020, September 3). Akademi UNS Ini pentingnya tanaman obat keluarga bagi kesehatan. Diunduh dari <https://edukasi.kompas.com/read/2020/09/03/140030971/akademisi-uns-in-i-pentingnya-tanaman-obat-keluarga-bagi-kesehatan?page=all>
- Ang, L., Song, E., Lee, H. W., & Lee, M. S. (2019). Herbal Medicine for The Treatment of Coronavirus Disease 2019 (Covid-19): A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials, 2019(December), 1–20.
- Ansory, H.M., Herowati, R., Nilawati, A. (2019). Pelatihan menanam dan merawat tanaman obat keluarga di TK ra al kautsar Surakarta. Dimas Budi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(1), 2598-0912. Diunduh dari <https://core.ac.uk/download/pdf/230911796.pdf>
- Anwari, F., Olevianingrum, M., & Fatmawati, U. (2019). Efektifitas Kombinasi Mint dan Cairan dengan Nebulizer pada Penangan Batuk Asma Bronchiale. Jurnal SainHealth, 3(1), 40–44.
- Aseptianova. (2019). Pemanfaatan tanaman obat keluarga untuk pengobatan keluarga di Kelurahan Kebun Bunga Kecamatan Sukarami-Kota Palembang. Batoboh: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat, 4(1), 2599-1906.
- Aswarina Nasution, dkk. 2018 Pemanfaatan Tumbuhan Obat Secara Empiris Pada Suku Mandailing Di Taman Nasional Batang Gadis Sumatera Utara. Jurnal Bioteknologi & Biosains Indonesia
- Dudani, T., & Saraogi, A. (2020). Use of Herbal Medicines on Coronavirus. Acta Scientific Pharmaceutical Sciences, 4, 61–63.
- Ennimay., Rasyid, A., Sari, S. M. (2019). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) pada masyarakat. DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3, 1-7. Diunduh dari <http://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/2833>
- Erlyn, P., Fitriani, N., Kamarudin, S., Safira, B.J. and Sujirata, A.S., 2020. Perbandingan Daun Teh Hijau Dan Daun Pare Terhadap Penurunan Kolesterol. Syifa'MEDIKA: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 11(1), pp.65- 71.
- Erlyn, P., 2016. Efektivitas Antibakteri Fraksi Aktif Serai (Cymbopogon citratus) terhadap Bakteri Streptococcus mutans. Jurnal Syifa' Medika, 6(2), pp.111- 125.
- Fajarwati, N. (2013). Uji Aktivitas Antioksidan pada Ekstrak Daun Jeruk Nipis (Citrus aurantifolia) dengan Menggunakan Metode DPPH (1, 1-diphenyl-2- picrylhydrazyl). Skripsi, Program Study Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.

- Hasria Alang, Hastuti, Muh Sri Yusal (2021), Pemanfaatan Tumbuhan Sekitar Sebagai Obat Tradisional Desa Puundoho Kab. Kolaka Utara, Jurnal Dedikasi PKM, Vol.2 No.1
- Kementerian Kesehatan RI (2020). Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease (Covid-19). Jakarta . Kemenkes RI
- Ni Made M. H. Vol 9 No 1 2018. Jenis dan Pemanfaatan Tanaman Obat Di Desa Budi Mukti Sulawesi Tengah Dan Pengembangannya Sebagai Media Pembelajaran.
- Sari. I.D., Yuniar. Y., Siahaan. S., Riswati., Syaripuddin. M., (2015). Tradisi Masyarakat dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat Lekat di Pekarangan. Jurnal Kefarmasian Indonesia.
- Toberni S.S &Eka S.R. Sihombing, No 2. 2018. Kajian Pemanfaat Tumbuhan Obat Pada Masyarakat Suku Simalungun Di Kecamatan Raya Desa Raya Bayu dan Raya Huluan Babupaten Simalungun.
- Yan Pieter Basman Ziraluo, (2020), Tanaman Obat Keluarga Dalam Perspektif masyarakat Transisi. Jurnal Inovasi Penelitian (JIP) Vol.1 No.2. 2020