

**PENYULUHAN TENTANG PROTEKSI DIRI DI ERA NEW NORMAL DAN WORKSHOP
PEMBUATAN SEDIAAN HERBAL BERPOTENSI IMUNOMODULATOR**DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i4.4044>**Ira Rahmiyani¹, Ruswanto^{2*}, Anna Yuliana³, Vera Nurviana⁴, Tita Nofianti⁵,
Saeful Amin⁶, Tresna Lestari⁷, M. Faturrohman⁸, Anindita Tri Kusuma Pratita⁹,
Ilham Alifiar¹⁰**¹⁻¹⁰ Program Studi Farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Tunas Husada

Disubmit: 15 Maret 2021

Diterima: 07 April 2021

Diterbitkan: 04 Agustus 2021

Email Korespondensi: ruswanto@stikes-bth.ac.id**ABSTRAK**

Dengan meningkatkan kasus covid-19 yang terjadi di dunia dan khususnya di Indonesia serta munculnya konsep new normal, maka perlu langkah-langkah untukantisipasi mengurangi penyebaran covid-19 di era new normal ini. Sehingga Prodi Farmasi STIKes Bakti Tunas Husada telah melakukan beberapa kegiatan pengabdian masyarakat di Kota Tasikmalaya tentang penyuluhan proteksi diri di era new normal dan workshop pembuatan sediaan herbal sebagai imunomodulator. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah ceramah, diskusi dan workshop. Peserta kegiatan ini adalah kader-kader kecamatan dan Penanggung jawab kesehatan tradisional di tiap puskesmas Kota Tasikmalaya. Dari kegiatan pengabdian yang dilakukan dapat berjalan dengan lancar dan sukses serta peserta dapat memahami materi yang disampaikan.

Keyword: covid-19, new normal, proteksi diri, imunomodulator**ABSTRACT**

By increasing cases of Covid-19 that have occurred in the world and especially in Indonesia and the emergence of the new normal concept, steps are needed to anticipate reducing the spread of Covid-19 in this new normal era. So that the Pharmacy Program at STIKes Bakti Tunas Husada has carried out several community service activities in the Tasikmalaya City regarding self-protection counseling in the new normal era and workshops on making herbal preparations as immunomodulators. The methods used in community service activities are lectures, discussions, and workshops. Participants in this activity are sub-district cadres and people in charge of the traditional health of each puskesmas at Tasikmalaya City. The service activities carried out can run smoothly and successfully and participants can understand the material presented.

Keyword: covid-19, new normal, imunomodulator, self-protection

1. PENDAHULUAN

Tahun 2020 merupakan tahun yang berat bagi dunia ketika tiba-tiba muncul wabah Covid-19, yang awalnya muncul secara lokal di Wuhan - China. Data global per 2 Juni 2020 menunjukkan ada 6.140.934 orang dari 216 negara di dunia terkonfirmasi wabah Covid-19 dan 373.548 orang diantaranya meninggal dunia. Sedangkan untuk data Indonesia menunjukkan ada 27.549 orang yang tersebar di 34 provinsi positif Covid-19 dan 1.663 orang diantaranya meninggal dunia (Kemenkes, 2020; Fernalia et al., 2021).

Berbagai negara melakukan kebijakan lockdown untuk membatasi penyebaran virus ini secara total. Namun, mengubah perilaku sosial masyarakat bukanlah pekerjaan mudah. Kebijakan umum yang mengharuskan masyarakat untuk melakukan social and physical distancing (menjaga jarak aman antar individu dan menghindari kerumunan) ternyata bukan sesuatu yang mudah. Indonesia telah melaksanakan masa tanggap darurat penanganan covid sejak awal Maret 2020, kemudian disusul modifikasi kebijakan karantina wilayah menjadi PSBB dimulai pada 10 April 2020 di Jakarta, kemudian disusul beberapa kota satelit Jakarta, lalu diikuti wilayah lain dalam lingkup provinsi, kabupaten, atau kota yang menunjukkan kecenderungan peningkatan kasus secara signifikan. Praktis setelah 3 bulan melewati masa tanggap darurat dan PSBB, pemerintah Indonesia mulai menjajaki penerapan kehidupan normal yang baru (new normal) (Muhyiddin, 2020).

Menurut Badan bahasa, new normal dalam bahasa Indonesia adalah Kenormalan Baru. Definisi new normal menurut Pemerintah Indonesia adalah tatanan baru untuk beradaptasi dengan COVID-19. Menurut Ketua Tim Pakar Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Wiku Adisasmita, new normal adalah perubahan perilaku untuk tetap menjalankan aktivitas normal namun dengan ditambah menerapkan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan Covid-19.

Organisasi kesehatan dunia WHO telah menyiapkan pedoman transisi menuju new normal selama pandemi COVID-19. Dalam protokol tersebut, negara harus terbukti mampu mengendalikan penularan COVID-19 sebelum menerapkan new normal. Pengendalian ini juga harus bisa dilakukan di tempat yang memiliki kerentanan tinggi misal panti jompo, fasilitas kesehatan mental, dan wilayah dengan banyak penduduk. Langkah pengendalian dengan pencegahan juga harus diterapkan di tempat kerja. Langkah-langkah pencegahan di tempat kerja mulai ditetapkan seperti jarak fisik, fasilitas mencuci tangan, dan etika pernapasan. STIKes BTH sebagai institusi yang bergerak dibidang pendidikan dan kesehatan, harus menjadi yang terdepan dalam menjalankan protokol new normal ini. Bukan hanya terbatas untuk diri sendiri dan lingkungan kerja, namun harus menjadi penyuluh bagi masyarakat luas agar new normal ini menjadi kebiasaan baru yang dapat diterapkan ditengah masyarakat.

Kebiasaan baru bukan hanya terbatas pada menjalankan protokol kesehatan saja, namun pencegahan dari dalam tubuh juga perlu dilakukan agar kesehatan fisik tetap terjaga. Salah satu untuk melindungi tubuh dari penyakit termasuk virus adalah dengan mengkonsumsi makanan atau obat-obatan yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh kita atau yang disebut dengan imunomodulator (Muthia, 2018). Bahan-bahan yang mempunyai khasiat sebagai imunomodulator dapat di temukan dalam tanaman, contohnya adalah jahe, kunyit, pegagan, jintan hitam, temulawak, dan kemangi. Tanaman-tanaman tersebut sering kita temukan dan dikonsumsi oleh masyarakat baik secara langsung maupun tidak langsung (Shalahuddin et al., 2021).

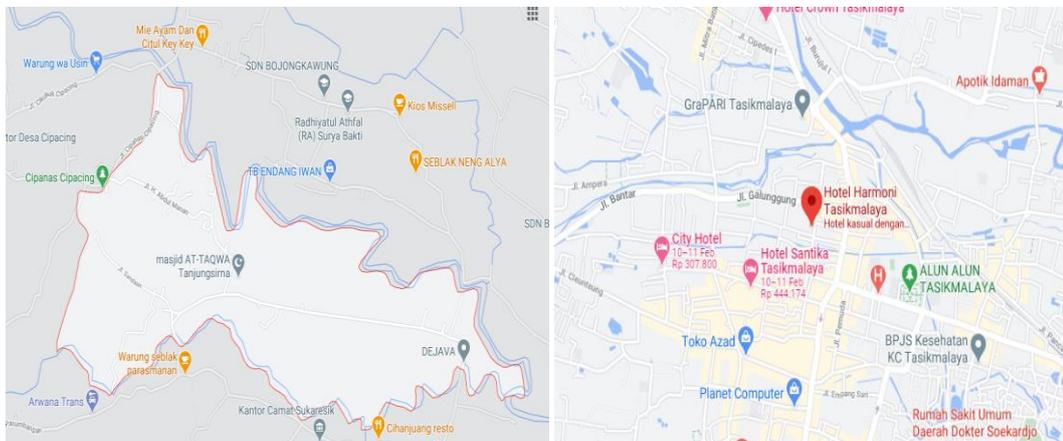
Berdasarkan uraian tersebut, tim dosen dari Prodi Farmasi yang merupakan gabungan dari beberapa Kelompok Keilmuan, akan melakukan program pengabdian masyarakat berupa penyuluhan mengenai new normal dan pembuatan sediaan herbal sebagai imunomodulator.

2. MASALAH

Masalah yang diselesaikan dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah belum adanya pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang bagaimana cara proteksi diri yang baik di era new normal dan pemanfaatan herbal untuk menguragi penyebaran covid-19.

3. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Kota Tasikmalaya (Kecamatan banjarsari dan di hotel Harmoni) selama bulan September-Desember 2020. Sebagai pelaksana kegiatan ini adalah sepuluh dosen dan dibantu beberapa mahasiswa Prodi Farmasi STIKes Bakti Tunas Husada. Metode yang dilaksanakan dalam pengabdian kepada masyarakat adalah program berupa sosialisasi dan penyuluhan tentang cara-cara proteksi diri di era new normal dan sosialisasi penggunaan dan pembuatan sediaan herbal sebagai imunomodulator. Peta lokasi tempat pengabdian dapat dilihat di gambar 1.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat (Kecamatan Banjarsari dan Hotel Harmoni)

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dalam rangka pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh sepuluh dosen Prodi Farmasi STIKes Bakti Tunas Husada bertujuan untuk :

1. Mengadakan penyebaran informasi mengenai Proteksi Diri di Era New Normal
2. Tersedianya informasi bagaimana cara proteksi diri di era new normal dalam bentuk poster, pamflet atau video
3. Bekerjasama dengan media lokal baik cetak maupun elektronik untuk publikasi informasi kegiatan
4. Mensosialisasikan penggunaan dan pembuatan sediaan herbal sebagai imunomodulator

Kegiatan sosialisasi tentang proteksi diri di era new normal dilakukan di Kecamatan Banjarsari Kota Tasikmalaya dengan beberapa kader kecamatan yang dihadiri sekitar 15 kader kecamatan. Beberapa materi sosialisasi adalah mensosialisasikan surat keputusan menteri kesehatan RI mengenai Panduan Pencegahan dan Pengendalian Covid-19 Di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri dan beberapa hal protokol kesehatan yang harus sudah mulai dilakukan masyarakat dalam menjalankan fase kenormalan baru, dimana pekerja diharapkan untuk menjaga jarak minimal dari rekan kerjanya ketika masuk kantor, para pekerja juga diimbau untuk mengenakan pakaian khusus kerja, pengukuran suhu menggunakan *thermogun* pada pintu masuk serta penggunaan masker sekarang merupakan sebuah kewajiban. Begitu pula untuk mengunjungi ke fasilitas umum, cara yang dilakukan yaitu dengan rutin cuci tangan pakai sabun, pakai masker saat keluar rumah, jaga jarak aman dan menghindari kerumunan. Foto peateri selama kegiatan sosialisasi di kecamatan Banjarsari dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Penyuluhan tentang proteksi diri di era new normal

Selain kegiatan tersebut, dilakukan juga kegiatan workshop pembuatan sediaan herbal berpotensi imunomodulator yang dilaksanakan di hotel Harmoni Kota Tasikmalaya dengan peserta Penanggung jawab kesehatan tradisional di tiap puskesmas sekota Tasikmalaya sebanyak 43 orang. Foto kegiatan workshop dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Foto kegiatan workshop pembuatan sediaan herbal berpotensi imunomodulator

Dari materi workshop dapat dilihat bahwa ada beberapa tanaman Obat di Desa Mandalamekar Kecamatan Jatiwaras Kabupaten Tasikmalaya yang dapat dimanfaatkan, antara lain :

Tabel 1. Data tanaman obat desa Mandalamekar (Dalimarta, 1999; Depkes, 1993; Kemenkes, 2011; Setiyadi, 2019; Hidayah dan Indradi, 2020)

No.	Nama Tanaman	Nama Latin	Klaim Masyarakat
1	Binahong	<i>Anredera cordifolia</i>	Asam urat
		(Ten) Steenis	Nyeri badan
			Gangguan ginjal
			Panas dalam
			Batu ginjal
2	Alang-alang	<i>Imperata cylindric</i>	Gangguan ginjal
			Nyeri badan
			Penyakit kuning
			Rematik
3	Alpukat	<i>Persea americana</i> Mill	Gangguan ginjal
			Penyakit pencernaan
			Kram usus
			Hipertensi
4	Katumpangan	<i>Pilea microphylla</i> (L.) Liebm	Hipertensi
5	Seledri	<i>Apium graveolens</i> L.	Hipertensi
6	Kapulaga	<i>Amomum compactum</i> Sol. Ex Maton	Batuk
			Cacar
7	Babadotan	<i>Ageratum conyzoides</i> L.	Sesudah melahirkan
			Batuk
8	Jarak	<i>Jatropha curcas</i>	Luka sayat
			Demam
9	Pisang	<i>Musa paradisiaca</i>	Luka sayat
10	Singkong	<i>Manihot esculenta</i> Crantz	Luka sayat
			Penambah darah
11	Sirih	<i>Piper betle</i> L.	Sakit mata

			Luka sayat
			Sesudah melahirkan
			Sakit pinggang
12	Insulin	<i>Tithonia diversifolia</i>	Diabetes
13	Jahe	<i>Zingiber officinale</i> Rosc.	Asam urat
			Sistem imun
			Nyeri badan
			Keseleo
14	Kiurat	<i>Plantago major</i>	Asam urat
			Pelancar aliran darah
15	Jambu biji	<i>Psidium guajava</i> L.	Sakit gigi
			Rematik
16	Kopi	<i>Coffea</i> sp.	Asma
			Hipertensi
17	Kibaceta	<i>Clausena excavata</i> Burm. F.	Sesak napas
18	Kimanila	<i>Senna alata</i> (L.) Roxb.	Gatal-gatal
19	Betadin	<i>Jatropha multifida</i> L.	Luka
20	Sirsak	<i>Annona muricata</i> L.	Hipertensi
			Nyeri sendi
			Batuk
			Sesak napas
			Lambung
21	Kunyit hitam	<i>Curcuma aeruginosa</i>	Lambung
22	Salam	<i>Syzygium polyanthum</i>	Hipertensi
		(Wight) Walp.	Lambung
			Rematik
23	Pegagan	<i>Centella asiatica</i> L.	Hipertensi
			Nyeri badan

24	Kunyit	<i>Curcuma longa</i> L.	Lambung
			Sesudah melahirkan
			Luka bakar
			Penyakit kulit
25	Kumis kucing	<i>Orthosiphon aristatus</i>	Susah buang air kecil
			Kencing batu
			Sakit pinggang/badan
			Asam urat
26	Suruhan	<i>Peperomia Kunth</i> <i>pellucida</i>	Penyakit pencernaan
			Diabetes

Selain itu itu, dijelaskan juga tentang pemanfaatan kunyit asam dan cara pembuatan serbuk instan (Susanty dan Yulendra, 2018), seperti yang terdapat pada gambar4.



Gambar 4. Cara pembuatan kunyit asam dan serbuk kunyit instan

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat berjalan dengan lancar dan sukses serta semua peserta berpartisipasi aktif dalam kegiatan yang dilakukan. Selain itu, peserta juga lebih memahami tentang cara-cara proteksi diri di era new normal dan peserta juga memahami workshop potensi sediaan herbal untuk imunomodulator.

6. DAFTAR RUJUKAN

- Dalimartha, Setiawan. (1999). *Atlas tumbuhan obat Indonesia. Jilid 1*. Jakarta: Trubus Agriwijaya.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (1993). *Tanaman obat keluarga*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Fernalia, Pawiliyah, Ida Rahmawati, Loren Juksen, Sanisahhuri, Syamsu Rizal. (2021). Sosialisasi Penggunaan Masker dan Pembagian Masker Kepada Warga Untuk Pencegahan Covid 10 di Pasar Tradisional Kota Bengkulu. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(1), 10-17. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i1.3577>.
- Hidayah, I.N. dan Indradi, R.B. (2020). Review Artikel: Aktivitas imunomodulator beberapa tanaman dari suku zingiberaceae, *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 20(2), 181-193. DOI: <http://dx.doi.org/10.36465/jkbth.v20i2.610>.
- Kementrian Kesehatan RI. (2011). *100 Top Tanaman Obat Indonesia*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Balai Besar Penelitian dan Pengembngn Tanaman Obat dan Obat Tradisional.
- Kemenkes RI .(2020). Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Diseases (COVID-19). Direktorat Jenderal Pecegahan dan Pengendalian Penyakit. KMK No. HK. 01.07-MENKES- 413-2020 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian COVID-19.
- Muhyiddin, M. (2020). Covid-19, New Normal, dan Perencanaan Pembangunan di Indonesia. *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*, 4(2), 240-252. <https://doi.org/10.36574/jpp.v4i2.118>.
- Setiyadi, Y. (2019). Alang-alang, tanaman liar yang miliki manfaat obat sakit ginjal, Diakses tanggal 27 Maret 2021, <https://ensiklo.com/2019/11/10/alang-alang-obat-sakit-ginjal/>
- Shalahuddin, I., Rosidin, U., Purnama, D. (2021). Edukasi Pada Masyarakat Desa Mekarbakti Kecamatan Pamulihan Kabupaten Sumedang Tentang Pentingnya Upaya-Upaya Pencegahan Penularan Penyakit Covid-19. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Masyarakat (PKM)*, 4(1), 1-9. DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i1.3594>.
- Susanty, S. dan Yulendra, L. (2018). Panduan Proses Pengolahan Jahe menjadi Jahe Serbuk Instan. *Media Bina Ilmiah*, 1(1), 85-92. DOI: <https://doi.org/10.33758/mbi.v12i6.18>.