

JAMU KELOR UNTUK MENINGKATKAN DAYA TAHAN TUBUH DALAM RANGKA PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DESA BENDILJATI WETAN DI ERA PANDEMIC COVID-19

Amalia Eka Putri

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Putra Bangsa

Email Korespondensi: ekaputriamalia28@gmail.com

Disubmit: 16 Juni 2022

Diterima: 24 Juni 2022

Diterbitkan: 04 September 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i9.6963>

ABSTRAK

Desa Bendiljati Wetan termasuk desa yang juga mengalami wabah Covid-19. Hal yang dapat masyarakat lakukan untuk memutus rantai penyebaran virus Covid-19 adalah dengan rajin mencuci tangan dengan sabun dan air bersih, serta menggunakan hand sanitizer, memakan makanan yang bergizi juga kaya antioksidan guna meningkatkan kekebalan/daya tahan tubuh. Daun kelor yang berpotensi sebagai antioksidan karena di dalamnya terkandung berbagai jenis vitamin (A, C, E, K, B1, B2, B3, B6), flavonoid, alkaloid, saponin, tanin, dan terpenoid. Tujuan pemberdayaan masyarakat desa Bendiljati Wetan dengan harapan masyarakat dapat mengolah kelor sebagai obat tradisional yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan daya tahan tubuh yang lebih ekonomis dan memiliki efek samping relative lebih kecil dibandingkan dengan penggunaan bahan kimia dan dapat dipergunakan sendiri. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa sosialisasi dan pemberdayaan masyarakat desa Bendiljati Wetan dalam pembuatan jamu daun kelor untuk menjaga daya tahan tubuh. Lebih dari 70 % mitra mengetahui pentingnya daun kelor sebagai jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh, diperoleh dari survey sebelum dan sesudah dilaksanakan pembelajaran. Mitra dapat membuat dan menegetahui tentang jamu daun kelor yang dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh di era pandemic covid 19.

Kata Kunci: Daun Kelor, Meningkatkan Daya Tahan Tubuh, Covid 19

ABSTRACT

Bendiljati Wetan Village is one of the villages that has also experienced the Covid-19 outbreak. Things that people can do to break the chain of spread of the Covid-19 virus are diligently washing hands with soap and clean water, and using hand sanitizers, eating nutritious food that is also rich in antioxidants to increase immunity/immunity. Moringa leaves have potential as antioxidants because they contain various types of vitamins (A, C, E, K, B1, B2, B3, B6), flavonoids, alkaloids, saponins, tannins, and terpenoids. Community empowerment in Bendiljati Wetan village, it is hoped that the community can process Moringa as a traditional medicine that can be used to increase endurance which is more economical and has relatively smaller side effects compared to the use of chemicals and can be used alone. The activities carried out were in the form of socialization and empowerment of the Bendiljati Wetan village community in making Moringa leaf herbal medicine to maintain body resistance. More than 70% of partners know the importance of Moringa leaves as herbal

medicine to increase body resistance, obtained from surveys before and after the learning is carried out. Partners can make and know about Moringa leaf herbal medicine that can be used to maintain body resistance in the pandemic era covid 19

Keywords: *Moringa Oleifera, Increase Endurance, Covid 19*

1. PENDAHULUAN

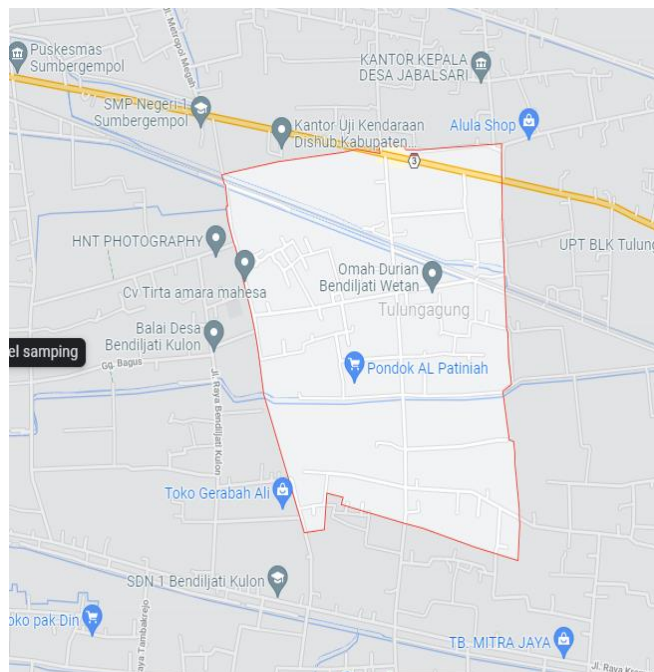
Corona virus adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. Virus ini utamanya menginfeksi hewan, termasuk di antaranya adalah kelelawar dan unta (fadilah, 2018). Corona virus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Pada manusia biasanya menyebabkan penyakit infeksi saluran pernapasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Sindrom Pernafasan Akut Berat/ Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). (kementrian kesehatan republik indonesia, 2021) Saat ini masyarakat sedang menghadapi wabah Virus Corona (Covid-19) yang sangat spesifik namun mempunyai efek kompleksitas yang tinggi, bahkan luar biasa, karena ekspektasinya tidak hanya di dunia kesehatan saja namun merambah semua sendi kehidupan manusia. Desa Bendiljati Wetan termasuk desa yang juga mengalami wabah Covid-19, oleh karena penyebaran virus yang sangat mudah ini, masyarakat dihimbau untuk selalu menjaga kebersihan diri terutama saat melakukan aktivitas di luar rumah. Dengan menjaga kebersihan maka kesehatan tubuh juga akan ikut terjaga, mengingat segala aktivitas kegiatan masyarakat pastilah menggunakan tangan. Hal yang dapat masyarakat lakukan untuk memutus rantai penyebaran virus Covid-19 adalah dengan rajin mencuci tangan dengan sabun dan air bersih, serta menggunakan hand sanitizer secara berkala. Masyarakat juga dihimbau untuk memakan makanan yang bergizi juga kaya antioksidan guna meningkatkan kekebalan/daya tahan tubuh (Utami, Anggun, 2019).

Penduduk Indonesia terutama di pedesaan, juga sering menggunakan daun kelor sebagai obat tradisional (Wihastuti, T,A., Sargowo, D., dan Rohman,M,S.,, 200728) Secara tradisional, umumnya masyarakat menggunakan daun kelor dalam bentuk rebusan untuk mengobati berbagai macam penyakit. Atas dasar inilah peneliti menggunakan metode infusa untuk menarik zat aktif pada daun kelor. Zat aktif yang terkandung dalam daun kelor yang berpotensi sebagai antioksidan adalah berbagai jenis vitamin (A, C, E, K, B1, B2, B3, B6), flavonoid, alkaloid, saponin, tanin, dan terpenoid. (Kurniasih, 2013) Senyawa yang bermanfaat dan diketahui tersebut merupakan antioksidan alami yang Sebagian besar mudah larut dalam air, oleh karena itu selain sesuai dengan kebiasaan masyarakat pada umumnya yang mengolah daun kelor dengan cara direbus, cara infusa pun dianggap merupakan cara yang efektif dalam menarik zat berkhasiat yang dapat digunakan sebagai antioksidan. Tujuan pengabdian masyarakat ini diharapkan masyarakat desa Bendiljati Wetan dapat mengolah kelor sebagai obat tradisional yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan daya tahan tubuh yang lebih ekonomis dan memiliki efek samping relative lebih kecil dibandingkan dengan penggunaan bahan kimia dan dapat dipergunakan sendiri.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan tinjauan yang telah dilakukan oleh dosen pengabdian, Mayoritas masyarakat Desa Bendiljati Wetan berpendidikan akhir SMA/MA. Sebagian besar penduduknya adalah petani, peternak, pedagang, dan sebagian kecil pegawai negeri, guru-guru. Adanya covid-19 membuat ekonomi tidak stabil sehingga mendorong dosen pengabdian untuk memanfaatkan bahan alam yang umum dan banyak ditemukan di desa Bendiljati Wetan, dan dapat dimanfaatkan sebagai jamu yang tujuannya bisa digunakan sebagai terapi alternatif, sehingga masyarakat tetap dapat menjaga Kesehatan.

Uraian situasi di atas merupakan dasar mengapa perlu adanya solusi cerdas dalam meningkatkan pengetahuan mengenai jamu daun kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh, yang bisa dilaksanakan di rumah. Melalui program Jamu Kelor untuk meningkatkan daya tahan tubuh Dalam Rangka Pemberdayaan Masyarakat Desa Bendiljati Wetan Di Era Pandemic Covid-19. Metode yang digunakan adalah dengan (1) melakukan survei terkait pengetahuan ibu rumah tangga di desa Bendiljati Wetan mengenai pemanfaatan daun kelor sebagai jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh (2) pengenalan manfaat daun kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh (3) Sosialisasi dan pemberdayaan masyarakat desa Bendiljati Wetan dalam cara pembuatan Jamu Kelor untuk meningkatkan daya tahan tubuh Dalam Rangka Pemberdayaan Masyarakat Desa Bendiljati Wetan Di Era Pandemic Covid-19 yang dapat dibuat dan dipergunakan sendiri di rumah (4) evaluasi dan monitoring pemanfaatan daun kelor sebagai jamu pada ibu-ibu rumah tangga di Desa Bendiljati Wetan. Adapun peta lokasi kegiatan pengabdian Desa Bendiljati Wetan, Tulungagung dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

Klasifikasi kelor: Kingdom: Plantae (Tumbuhan), Divisi: Magnoliophyta (Tumbuhan berbunga), Kelas: Magnoliopsida (berkeping dua/dikotil), Ordo: Capparales, Famili: Moringaceae, Genus: *Moringa*, Spesies : *Moringa oleifera Lam* (Pratama Putra, et al, 2017). Daun Kelor mengandung zat fitokimia yang membuat tanaman mampu melakukan mekanisme pertahanan diri. Fitokimia yang dikandung diantaranya tanin katekol, tanin galia, steroid, triterpenoid, flavonoid, saponin, antrakuinon, alkaloid, dan gula pereduksi. Senyawa tersebut mempunyai kemampuan sebagai obat, manfaatnya yaitu sebagai antidiare, detoksifikasi dan pemurnian air, antibiotik, perawatan kulit, antiinflamasi, bisul, tekanan darah, diabetes dan anemia. (Pratama Putra, et al, 2017) Daun kelor mengandung tanin terhidrolisis dan tanin terkondensasi memiliki khasiat sebagai astringen, antiinflamatori, antimikrobal, antidiare dan antioksidan . (Mills et all, 2000)

Pengabdian masyarakat ini memberikan pembelajaran melalui program penyuluhan dan pemberdayaan tentang (a) pengenalan manfaat kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh (b) Sosialisasi dan pemberdayaan masyarakat desa Bendiljati Wetan dalam cara pembuatan dan pengaplikasian kemunigng sebagai meningkatkan daya tahan tubuh yang dapat dibuat dan dipergunakansendiri di rumah (c) evaluasi dan monitoring pemanfaatan kelor sebagai antiade pada ibu-ibu rumah tangga di Desa Bendiljati Wetan.

Bentuk kontribusi dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu mengedukasi ibu-ibu untuk selalu menjaga kebersihandengan rajin mencuci tangan dan dapat memanfaatkan keloryang ada disekitar tempat tinggal sebagai jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh di era pandemic covid 19.

4. METODE

- a. Program Pengabdian Masyarakat ini di Desa Bendiljati Wetan Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung melibatkan ibu-ibu rumah tangga di desa tersebut Metode yang digunakan adalah dengan (1) melakukan survei terkait pengetahuan ibu rumah tangga di desa Bendiljati Wetan mengenai pemanfaatan daun kelor sebagai jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh (2) pengenalan manfaat daun kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh (3) Sosialisasi dan pemberdayaan masyarakat desa Bendijati Wetan dalam cara pembuatan Jamu Kelor untuk meningkatkan daya tahan tubuh Dalam Rangka Pemberdayaan Masyarakat Desa Bendiljati Wetan Di Era Pandemic Covid-19 yang dapat dibuat dan dipergunakan sendiri di rumah (4) evaluasi dan monitoring pemanfaatan daun kelor sebagai jamu pada ibu-ibu rumah tangga di Desa Bendiljati Wetan
- b. Peserta hadir yaitu ibu- ibu jamaah tahlil yang secara protokol kesehatan sudah memenuhi dengan jumlah sebanyak 20 peserta, dan semua yang mengikuti kegiatan ini diwajibkan untuk menggunakan masker, mengecek suhu tubuh, mencuci tangan saat datang dan menjaga jarak antar masyarakat lainnya.
- c. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui tahapan sebagai berikut:
 - Melakukan survei terkait pengetahuan ibu-ibu rumah tangga di Desa Bendiljati Wetan Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung mengenai pemanfaatan kelor sebagai

jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Tahap survei dilakukan dengan cara analisis situasi yang dilakukan oleh dosen pengabdian dengan terjun langsung ke Desa Bendiljati Wetan Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung dan mengumpulkan informasi permasalahan yang dihadapi mitra, dan memberikan kuisisioner seberapa mengerti ibu-ibu rumah tangga di Desa Bendiljati Wetan Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung tentang pemanfaatan kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh.

- Pengenalan manfaat kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh. melalui program penyuluhan tentang (a) pengenalan cara panen yang baik kelor dengan kualitas yang baik, (b) pengenalan kandungan dan manfaat yang ada pada kelor menggunakan data hasil penelitian (c) pentingnya menjaga kebersihan tangan di era covid-19.
- Sosialisasi dan pemberdayaan masyarakat Desa Bendiljati Wetan Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung dalam cara pembuatan dan pengaplikasian kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh yang dapat dibuat dan dipergunakan sendiri di rumah. melalui program (1) Sosialisasi cara pembuatan kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh. Pada program ini mitra berpartisipasi dalam (a) penjadwalan dengan ibu-ibu rumah tangga meliputi: waktu dan tempat penyuluhan, jumlah dan ketentuan umum peserta penyuluhan. (b) Penyebaran leaflet materi penyuluhan (sebagai pengganti undangan). (c) Motivator akan pentingnya hadir dalam acara penyuluhan. Setelah itu dilakukan pemberdayaan warga Bendiljati Wetan dalam pembuatan kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh dengan cara memberikan Langkah-langkah dalam pembuatan kelor sebagai jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh di era covid-19.
- Evaluasi dan monitoring pemanfaatan kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh tangan pada ibu-ibu rumah tangga di Desa Bendiljati Wetan. Guna melihat sampai sejauh mana kemajuan yang didapat ibu-ibu sebelum dan sesudah dilakukan program pembuatan dan pengaplikasian jamu daun kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh dalam rangka pemberdayaan masyarakat desa Bendiljati Wetan di era pandemic covid-19. Tingkat keberhasilan dapat dilihat dari peningkatan pengetahuan ibu-ibu paruh baya dari hasil kuisisioner yang telah diberikan sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat, dengan ketentuan nilai: nilai 1-5, apabila 70% dari peserta mendapatkan peningkatan nilai, maka program dinyatakan berjalan dengan baik.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pengenalan manfaat daun kelor sebagai meningkatkan daya tahan tubuh. melalui program penyuluhan tentang (a) pengenalan cara panen yang baik kelor dengan kualitas yang baik, (b) pengenalan kandungan dan manfaat yang ada pada kelor menggunakan data hasil penelitian (c)

pentingnya menjaga kebersihan tangan di era covid-19. dengan metode ceramah pada ibu-ibu jamaah tahlil putri desa Bendiljati Wetan (Gambar 2). Cara pembuatan jamu daun kelor dilakukan dengan metode pengenalan dengan menunjukkan prosedur pembuatan melalui metode ceramah, pemberian leaflet dan praktek secara langsung. Hasil dari pembuatan jamu daun kelor dapat dilihat pada (gambar 3).



Gambar 2. Pengenalan daun kelor sebagai jamu.

Setelah masyarakat Desa Bendiljati Wetan mengetahui manfaat daun kelor sebagai jamu guna meningkatkan daya tahan tubuh, maka pengabdi melanjutkan kegiatan pengabdian dengan memberikan sosialisasi pembuatan daun kelor sebagai jamu guna meningkatkan daya tahan tubuh. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan di salah satu rumah warga Desa bendiljati wetan, dengan pembagian leaflet dan presentasi, praktek pembuatan jamu daun kelor oleh dosen pengabdi (Gambar 4).



Gambar 3. Hasil dari pembuatan jamu daun kelor

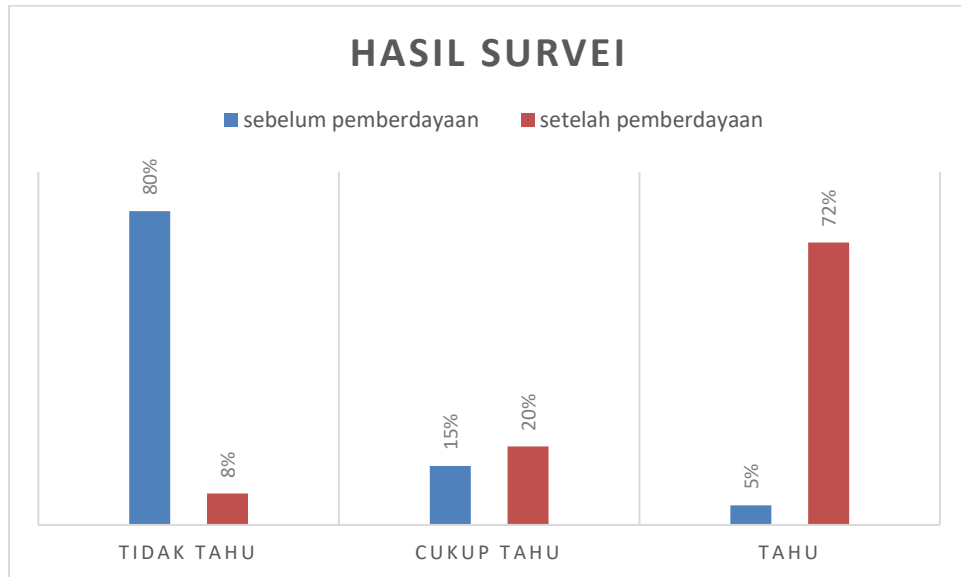


Gambar 4. Kegiatan sosialisasi pembuatan jamu daun kelor.

b. Pembahasan

Pengetahuan mengenai pembuatan serbuk jamu menambah wawasan bahwa tanaman di sekitar tidak hanya bermanfaat untuk kesehatan, kegiatan Pengabdian Masyarakat diharapkan menambah wawasan para peserta serta membuka peluang masyarakat untuk berwirausaha selain dapat mengembangkan potensi desa juga memanfaatkan bahan yang tersedia di sekitar (Fadilah Nurul Nitya, Richa Mardianingrum, Gina Septiani Agustien, 2020).

Evaluasi dan monitoring pemanfaatan pembuatan Jamu Kelor untuk meningkatkan daya tahan tubuh Dalam Rangka Pemberdayaan Masyarakat Desa Bendiljati Wetan Di Era Pandemic Covid-19. Guna melihat sampai sejauh mana kemajuan yang didapat ibu-ibu sebelum dan sesudah dilakukan program pemberdayaan Jamu Kelor untuk meningkatkan daya tahan tubuh Dalam Rangka Pemberdayaan Masyarakat Desa Bendiljati Wetan Di Era Pandemic Covid-19. Tingkat keberhasilan dapat dilihat dari peningkatan pengetahuan ibu-ibu dari hasil kuisioner yang telah diberikan sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat, dengan ketentuan nilai: nilai 1-100, apabila 50% dari peserta mendapatkan peningkatan nilai, maka program dinyatakan berjalan dengan baik. Hasil analisis survei sebelum pemberdayaan dan survei setelah pemberdayaan kegiatan pembelajaran menunjukkan peningkatan. Nilai ditunjukkan pada gambar 5. Peserta mengalami peningkatan pengetahuan sebesar lebih dari 70 %, sehingga program pembelajaran dapat disimpulkan sudah berjalan dengan Baik.



Gambar 5. Hasil survei sebelum dan sesudah pembelajaran ibu-ibu di Desa Bendiljati Wetan

6. KESIMPULAN

- Masyarakat desa Bendiljati Wetan khususnya ibu-ibu yang awalnya belum mengetahui manfaat daun kelor sebagai jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh di era pandemic covid, dengan adanya pengabdian masyarakat menjadi lebih tahu dibuktikan dengan hasil survey sebelum dan setelah pemberdayaan.
- Setelah dilakukan evaluasi oleh pengabdi daun kelor yang awalnya hanya digunakan sebagai lauk, sekarang menjadi lebih banyak dimanfaatkan juga sebagai jamu alternatif untuk meningkatkan daya tahan tubuh di Desa Bendiljati Wetan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Stikes Karya Putra Bangsa yang telah menyediakan bantuan dan fasilitas dalam menyelesaikan pengabdian ini.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Fadilah. (2018). universitas sumatera utara. *uji aktivitas antibakteri ekstrak daun kelor (Moringa oleifera) terhadap penyembuhan luka pada mencit (mus musculus L)*, 36-40.
- Fadilah Nurul Nitya, Richa Mardianingrum, Gina Septiani Agustien. (2020). Jurnal Kreativitas Pengabdian Masyarakat Malahayati. *Pelatihan Pembuatan Serbuk Jamu Pegagang Di Desa Pagersari, Kecamatan Pagerageung, Kabupaten Tasikmalaya*, 501-507.
- kementrian kesehatan republik indonesia. (2021). *novel corona virus*.
- Kurniasih. (2013). In c. I, *Khasiat dan Manfaat Daun Kelor Untuk Penyembuhan Berbagai Penyakit* (p. I). Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Mills et all. (2000). Churcill Livingstone. *Principles and Practice of Phytotherapy*, 69.

- Mills, et al;. (200069). Churcill Livingstone. *Principles and Practice of Phytotherapy*.
- Pratama Putra, et al. (2017). Indonesia Medicus Veterinus. *Identifikasi Senyawa Kimia Ekstrak Etanol Daun Kelor (Moringa oleifera L) di Bali*, 464-473.
- Utami, Anggun. (2019). *Uji Efektivitas Ekstrak Etanol Daun Beluntas (pluchea indica L) Terhadap Mencit Jantan*, p.55.
- Wihastuti, T,A., Sargowo, D., dan Rohman,M,S.,. (200728). Jurnal Kardiologi Indonesia. *Efek Ekstrak Daun Kelor (Moringa Oleifera) Dalam Menghambat Aktifitas NFkb, Ekspresi Tnf-a dan Icam-1 pada HUVECS yang Dipapar LDL Teroksidadi*.