

**PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG TANAMAN OBAT
TRADISIONAL UNTUK MENINGKATKAN SISTEM KEKEBALAN
TUBUH PADA MASYARAKAT DI POSYANDU MAWAR JINGGA
KELURAHAN PANJANG SELATAN BANDAR LAMPUNG TAHUN 2022**

**Muhammad Rudy*, Shelina, Wella Astuti, Windi Andrianti, Yolanda Putri
Utami**

Program Studi Farmasi, Universitas Malahayati

* Email Korespondensi Penulis: muhammadrudy6@gmail.com

ABSTRACT

In maintaining health and increasing endurance, one of the things that can be done is by consuming medicines derived from traditional plants. By maintaining and increasing the body's resistance, it is useful to avoid attacks from various diseases that come from viruses, bacteria and other microorganisms. This community service aims to provide knowledge and education to the mothers of the Mawar Jingga Panjang Selatan Posyandu about the importance of traditional medicinal plants around us to increase endurance. The method used in this activity is lectures and questions and answers using leaflet media tools to facilitate extension activities. The counseling went smoothly, but there were a few obstacles such as mothers who wanted to go home quickly. The results of the counseling carried out were that mothers who initially did not know the importance of traditional plants that could be used to increase endurance could know well and correctly, and this counseling could provide increased knowledge and insight for the mothers of the Mawar Jingga Posyandu, Panjang Selatan Village, Panjang District, Bandar Lampung City.

Keywords: Counseling; Traditional Medicinal Plants; Immune System

ABSTRAK

Dalam menjaga kesehatan serta meningkatkan daya tahan tubuh yang dapat dilakukan salah satunya ialah dengan mengonsumsi obat-obatan yang berasal dari tanaman tradisional. Dengan menjaga serta meningkatkan daya tahan tubuh berguna agar terhindar dari serangan berbagai penyakit yang berasal dari virus, bakteri maupun mikroorganisme lainnya. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan edukasi kepada ibu-ibu Posyandu Mawar Jingga Panjang Selatan mengenai seberapa pentingnya tanaman obat tradisional yang ada disekitar kita untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah ceramah dan tanya jawab yang menggunakan alat bantu media leaflet agar mempermudah dalam kegiatan penyuluhan. Penyuluhan berjalan dengan lancar, tetapi ada sedikit kendala seperti ibu-ibu yang ingin cepat pulang. Hasil dari penyuluhan yang dilakukan ialah ibu-ibu yang awalnya tidak mengetahui terkait seberapa pentingnya tanaman tradisional yang bisa digunakan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dapat mengetahui dengan baik dan benar, serta penyuluhan ini dapat memberikan

peningkatan pengetahuan dan wawasan bagi ibu-ibu Posyandu Mawar Jingga, Kelurahan Panjang Selatan, kecamatan Panjang, Kota Bandar Lampung.

Kata Kunci: Penyuluhan; Tanaman Obat Tradisional; Sistem Kekebalan Tubuh

PENDAHULUAN

Indonesia termasuk daerah tropis dan dikenal sebagai sumber bahan baku obat-obatan yang dapat digunakan untuk mengatasi berbagai macam penyakit. Begitu pula penggunaan tumbuhan obat terbesar di dunia salah satunya merupakan negara Indonesia bersama negara lain di Asia, seperti India dan Cina. Obat-obatan telah berlangsung ribuan tahun yang lalu dimanfaatkan sebagai tanaman. Namun belum terdokumentasi dengan baik penggunaannya. Indonesia memiliki prospek yang baik pengembangan agroindustri tanaman obat. Lebih dari 9.609 spesies tanaman Indonesia yang memiliki khasiat sebagai obat. Menurut (Syukur dan Hernani, 2003), 74% tumbuhan liar di hutan-hutan dan sisanya sekitar 26% telah dibudidayakan. Dari yang telah dibudidayakan, lebih dari 940 jenis yang digunakan sebagai obat tradisional oleh masyarakat tersebut.

Berdasarkan UU No. 36 tahun 2009 terkait tentang Kesehatan, yang menyatakan esehatan ialah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial maupun ekonomis. Pembangunan dalam bidang kesehatan tentunya dapat menjadi hal yang tidak terpisahkan dari pembangunan nasional. Salah satu upaya tersebut tentunya dapat dilakukan melalui penerapan serta pemanfaat tanaman tradisional yang bisa dijadikan sebagai tanaman obat keluarga (TOGA) secara mandiri di lingkungan masyarakat (Presiden RI, 2009).

Salah satu cara yang bisa digunakan dalam upaya pengembangan nasional guna menjaga kesehatan dan meningkatkan kekebalan tubuh adalah dengan mengkonsumsi obat-obatan tradisional agar terhindar dari berbagai serangan penyakit khususnya dari virus, bakteri maupun mikroorganisme lainnya. Sosialisasi serta penyuluhan yang efektif berguna untuk menambah pengetahuan masyarakat terkait tentang pemanfaatan tanaman obat tradisional yang dapat untuk meningkatkan daya tahan tubuh (Pratiwi, 2020).

Tanaman obat tradisional tentunya bisa menjadi pilihan alternatif yang banyak digunakan oleh masyarakat karena memiliki manfaat yaitu untuk meningkatkan kekebalan tubuh, aman dikonsumsi, bebas bahan kimia serta dapat digunakan sebagai obat murah dan tentunya mudah ditemukan pada lingkungan sekitar. Penggunaan obat tradisional juga tentunya digunakan sebagai upaya dalam menjaga kesehatan, mencegah penyakit dan dapat memberikan pelayanan kesehatan pada saat terjadinya masalah kedaruratan kesehatan masyarakat (Kemenkes, 2020).

Berdasarkan uraian diatas penyusun dapat memberikan kesimpulan tentang pentingnya meningkatkan pengetahuan dan cara pemanfaatan tanaman tradisional yang dapat digunakan sebagai obat herbal untuk meningkatkan system kekebalan tubuh agar terhindar dari berbagai macam virus. Oleh karena itu diharapkan masyarakat yang berada di wilayah Posyandu Mwar Jingga Kelurahan Panjang Selatan dapat memahami secara komprehensif terkait kondisi dan situasi yang saat ini sedang terjadi. Dengan adanya kegiatan sosialisasi dan edukasi ini, akan tercapai masyarakat yang paham akan manfaat tanaman obat tradisional sebagai tanaman obat rumahan yang merupakan bagian dari pengobatan alternative yang digunakan untuk mencegah berbagai macam penyakit yang berasal dari virus. Tujuan dari terlaksananya kegiatan ini yaitu untuk memberikan edukasi akan pentingnya tanaman obat tradisional yang ada disekitar kita untuk meningkatkan system kekebalan tubuh terhadap masyarakat wilayah tersebut. Kegiatan sosialisasi ini juga dilakukan secara langsung dengan menerapkan protokol kesehatan.

Posyandu Mawar Jingga adalah salah satu dari 5 posyandu yang ada di kelurahan Panjang selatan. Posyandu Mawar Jingga dipimpin oleh kader yang bernama ibu Sri Eka yang bertugas mengelola seluruh kegiatan di posyandu. Kegiatan posyandu slalu diadakan setiap sebulan sekali, tepatnya pada kamis pertama setiap bulan. Lokasi Posyandu Mawar Jingga berada di Jalan Selat Malaka V, Kelurahan Panjang Selatan, Kecamatan Panjang, Kota Bandar Lampung. Lokasi Posyandu berada di pemukiman warga padat penduduk, dan tentunya dapat dijangkau dengan mudah oleh warga sekitar. Posyandu Mawar Jingga melayani warganya dari RT 07-11 dan 13.

Posyandu merupakan kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat untuk meningkatkan kesehatan dengan upaya pelayanan kesehatan yang dijalankan masyarakat dan dibantu oleh petugas dari puskesmas. Kesehatan adalah keinginan manusia yang paling penting yang didasarkan sebagai ukuran kualitas hidup yang perlu dipenuhi bagi setiap individu, karena melalui kesehatan dapat menjadikan setiap individu untuk melakukan kegiatan dalam rangka memenuhi kebutuhan hidup yang lainnya. Sehingga kesehatan harus tetap diusahakan bagi setiap individu, keluarga maupun masyarakat. Maka dari itu sudah saatnya mereka hidup dengan layak dengan memiliki kesehatan yang baik.

MASALAH

Berdasarkan observasi yang didapatkan dari beberapa sumber, dengan dilakukan metode survey seperti diskusi, wawancara dan pengamatan sekitar lingkungan terhadap ibu-ibu Posyandu di Mawar Jingga, Kelurahan Panjang Selatan, Kecamatan Panjang, Kota Bandar Lampung penyusun mendapatkan beberapa permasalahan antara lain yaitu:

1. Kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh ibu-ibu posyandu tentang manfaat dari tanaman tradisional yang bisa dijadikan obat untuk meningkatkan daya tahan tubuh.
2. Kurangnya kesadaran masyarakat terkait tanaman tradisional yang ada disekitar lingkungan bisa memiliki banyak manfaat untuk kesehatan.
3. Kurangnya pengetahuan dan informasi masyarakat terkait pengelolaan atau cara membuat ramuan atau obat tradisional yang bersalah dari tanaman berguna meningkatkan daya tahan tubuh.

METODE

Metode yang digunakan pada saat kegiatan pengabdian masyarakat ini ialah dengan melakukan penyuluhan edukasi kepada ibu-ibu yang datang ke Posyandu Mawar Jingga dengan metode ceramah dan tanya jawab. Kegiatan penyuluhan ini dibantu dengan menggunakan media *leaflet*. Sebelum melakukan penyuluhan, persiapan yang dilakukan ialah berkoordinasi dengan pihak terkait seperti ketua posyandu, kader posyandu dan pihak puskesmas yang bertugas di Posyandu

Mawar Jingga Panjang Selatan. Mempersiapkan alat bantu kegiatan seperti pemasangan Banner, Karpet dan mempersiapkan snack yang akan diberikan kepada ibu-ibu posyandu yang hadir, anak-anak, dan lain sebagainya.



Gambar 1. Pemaparan materi dan Sesi Tanya Jawab

Materi yang di sampaikan dalam kegiatan penyuluhan yang berjudul “tanaman obat tradisional untuk meningkatkan system kekebalan tubuh”, mencakup beberapa materi yang menjelaskan tentang:

- a. Pengertian atau definisi dari obat tradisional.
- b. Penggolongan obat tradisional
- c. Petunjuk umum dan aturan penggunaan obat tradisional yang berasal dari tanaman sekitar lingkungan.
- d. Manfaat dan keuntungan dari obat tradisional yang berasal dari tanaman sekitar lingkungan.
- e. Cara pembuatan infusa dari tanaman tradisional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan kesehatan yang dilakukan pada kegiatan ini ialah dengan melakukan pengabdian masyarakat untuk menambah pengetahuan serta wawasan melalui Penyuluhan Kesehatan tentang tanaman obta tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh bagi masyarakat. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Kamis, 04 Agustus 2022 yang berlokasi di Posyandu

Mawar Jingga Panjang Selatan. Peserta yang menghadiri kegiatan penyuluhan ini berjumlah 42 orang ibu-ibu posyand. Sasaran dalam kegiatan penyuluhan ini adalah ibu-ibu yang hadir pada saat kegiatan rutin Posyandu Mawar Jingga dengan tujuan memberikan informasi serta edukasi tentang pentingnya tanaman obat tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh bagi masyarakat sekitar.

Masyarakat pada umumnya melakukan pengobatan dengan cara bantuan oleh medis karena masyarakat hanya mengetahui tentang penyembuhan penyakit hanya bisa diatasi oleh tindakan medis saja. Masyarakat sekitar kurang mengetahui sebenarnya ada cara lain yang bisa dilakukan untuk menyembuhkan serta mengatasi berbagai macam penyakit yaitu dengan cara tradisional. Salah satunya yaitu dengan memanfaatkan tanaman tradisional yang ada disekitar lingkungan atau perkarangan rumah tersebut. Maka dari itu masyarakat perlu dilakukan penyuluhan kesehatan serta edukasi mengenai Tanaman obat tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh dalam mencegah penyakit yang berasal dari virus, bakteri ataupun mikroorganisme lainnya.

Penyuluhan kesehatan ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan kepada ibu-ibu sekitar posyandu mawar jingga yang menggunakan metode ceramah dan tanya jawab sesuai dengan materi yang telah dijelaskan. Peserta yang datang ke posyandu berjumlah 42 orang. Untuk mempermudah terlaksananya kegiatan, saat penyuluhan diberikan media leaflet dan peserta akan diberikan doorprize bagi yang bisa menjawab pertanyaan, penyuluhan berjalan dengan baik dan lancar. Namun, pada saat penyuluhan berlangsung sedikit mengalami kendala seperti ibu-ibu yang terburu-buru ingin cepat pulang.

Setelah penyampaian materi selesai, dilakukan sesi tanya jawab untuk mengetahui apakah ibu-ibu tersebut mengerti serta memahami materi yang telah disampaikan. Untuk ibu-ibu posyandu yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar tentunya akan diberikan doorprize sehingga diharapkan ibu-ibu posyandu lebih antusias dalam mengikuti sesi tanya jawab. Hasil dari penyuluhan kesehatan tentang pentingnya tanaman obat tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh, ibu-ibu yang hadir awalnya tidak dan kurang memahami terkait materi tersebut dapat mengetahui dengan baik dan benar, serta penyuluhan kesehatan ini dapat memberikan peningkatan, pengetahuan dan wawasan bagi ibu-ibu Posyandu

Mawar Jingga. Dibawah ini merupakan beberapa gambar pada saat pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan di Posyandu Mawar Jingga:



Gambar 2. Peserta sosialisasi di Posyandu Mawar Jingga



Gambar 3. Dokumentasi dosen dan mahasiswa

Kegiatan ini diharapkan agar tetap berkelanjutan supaya masyarakat dapat memanfaatkan tanaman yang ada disekitarnya sebagai solusi kesehatan bagi keluarga dan juga tidak bergantung pada pengobatan medis

KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan dari kegiatan penyuluhan yang berjudul Pentingnya tanaman obat tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh ini dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan ibu-ibu posyandu akan arti pentingnya fungsi dan manfaat tanaman obat tradisional yang ada disekitar kita. Selain itu diharapkan bagi ibu-ibu bisa menyikapi serta mengatasi berbagai masalah kesehatan khususnya yang berasal dari virus, bakteri maupun mikroorganisme lainnya. Pentingnya untuk meningkatkan pengetahuan dan cara pemanfaatan tanaman tradisional yang dapat digunakan sebagai obat herbal untuk meningkatkan system kekebalan tubuh agar terhindar dari masalah penyakit yang ada disekitar kita.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Kader Posyandu Mawar Jingga dan kepada Teman anggota kelompok atas kerjasamanya yang sudah membantu atas terlaksananya kegiatan ini. Kepada masyarakat (warga) terimakasih sudah mau menghadiri kegiatan edukasi ini, semoga materi yang disampaikan bisa bermanfaat untuk kedepannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrianti dan R.M Teguh, Wahjudi. (2016). Tingkat Penerimaan Penggunaan Jamu Sebagai alternatif Penggunaan Obat Modern pada Masyarakat ekonomi rendah-menengah dan atas. *Jurnal Masyarakat, Kebudayaan dan Politik* Volume 29 No. 3.
- Galuh. (2020). *Advocacy And Legal Aid During Covid-19 Pandemic: How Indonesia Survives? The Indonesian Journal of International Clinical Legal Education*, no. ISSN 2721-8368.
- Kaddi, S. M., Lestari, P., & Adrian, D. (2020). Komunikasi Keluarga Dalam Pencegahan Coronavirus Disease 2019. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18(1), 63–74.
- Kaddi, S. M., Lestari, P., & Adrian, D. (2020). Komunikasi Keluarga Dalam Pencegahan Coronavirus Disease 2019. *Jurnal Ilmu Komunikasi* Vol 18 No.1

- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Surat Edaran Pemanfaatan Obat Tradisional untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, dan Perawatan Kesehatan.
- Kumar, S. P. and Shukla, Y. (2003). Herbal Medicine: Current Status and the Future. Vol 4. Asian Pacific Journal of Cancer Prevention.
- Pertiwi, R., Doni, N., & Risky, H.W., (2020). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Meningkatkan Imunitas Tubuh Sebagai Pencegahan COVID-19. Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS, 18(2): 110-118.
- Pratiwi, A. R. (2020). Pangan Untuk Sistem Imun. SCU Knowledge Media.
- Pratiwi. (2020). Pangan Untuk Sistem Imun. SCU Knowledge Media.
- Presiden RI. (2009). UU RI No 36 Tentang Kesehatan. In UU RI No 36 2009.
- Savitri, A. (2016). Tanaman Ajaib! Basi Penyakit dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Bibit Publisher.
- World Health Organization (WHO). (2020). Novel Corona Virus: Q and A for Public. Di akses melalui <https://www.who.int/indonesia/news/novelcoronavirus/qa-for-public>