

Penyuluhan Kesehatan Tentang Upaya Pencegahan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA) kepada Masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan Kota Padangsidempuan Tahun 2021

Delfi Ramadhini¹, Ahmad Safii Hasibuan², Nefonavrtilova Ritonga³, Alfrida J Zebua², Efrida Harahap², Ratika Hayani²

¹Dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan

²Mahasiswa Program Studi Farmasi Program Sarjana Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan

(delfiramadhini@gmail.com, Hp. 082170308313)

ABSTRAK

COVID-19 (coronavirus disease 2019) adalah jenis penyakit baru yang disebabkan oleh virus dari golongan *corona virus*, yaitu SARS-CoV-2 yang juga sering disebut virus Corona. Virus ini sudah menjadi pandemi di seluruh dunia, termasuk Indonesia yang juga memasuki masa kedaruratan kesehatan masyarakat dan atau bencana nasional. Salah satu upaya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan pada masa pandemi ini adalah dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga. Tanaman Obat Keluarga adalah tanaman yang berkhasiat yang ditanam dilahan pekarangan yang dikelola keluarga ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan itu sendiri. Tujuan PKM ini adalah memberi motivasi kepada masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan tentang pentingnya upaya pencegahan corona virus disease 2019 (Covid-19) melalui tanaman obat keluarga. Kegiatan PKM dilakukan dengan metode penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media slide show powerpoint kepada masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan berjumlah 20 orang. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini di lanjutkan dengan memberikan evaluasi kepada masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan yaitu tanya-jawab seputar materi yang diberikan. Ada beberapa pertanyaan yang diberikan oleh penyuluh kepada masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan. Berdasarkan jawaban yang diberikan menunjukkan bahwa masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan paham dengan materi yang diberikan oleh penyuluh. Kegiatan PKM yang dilaksanakan berjalan dengan baik. Masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan yang mengikuti kegiatan terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan. Hasil dari kegiatan ini yaitu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya meningkatkan imunitas tubuh pada masa pandemi covid 19 ini dengan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga.

Kata kunci : Covid-19, tanaman obat keluarga

ABSTRACT

COVID-19 (coronavirus disease 2019) is a new type of disease caused by a virus from the corona virus group, namely SARS-CoV-2 which is also often called the Corona virus. This virus has become a worldwide pandemic, including Indonesia, which is also entering a public health emergency and/or national disaster. One of the efforts for health maintenance, disease prevention and health care during this pandemic is to utilize family medicinal plants. Family Medicinal Plants are efficacious plants that are planted in family-managed yards that are planted in order to meet the family's need for the medicines themselves. The purpose of this PKM is to motivate the community in Losung Village, South Padangsidempuan District about the importance of preventing the 2019 corona virus disease (Covid-19) through family medicinal plants. The PKM activity was carried out with the health education

method using a powerpoint slide show to the community in Losung Village, South Padangsidimpuan District, again opening 20 people. The results of this counseling were continued by providing evaluations to the community in Losung Village, South Padangsidimpuan District, namely answers about the material provided. There were several questions given by the extension worker to the community in Losung Village, South Padangsidimpuan District. Based on the answers given, it shows that the people in Losung Village, South Padangsidimpuan District understand the material provided by the extension workers. PKM activities are well implemented. The community in Losung Village, South Padangsidimpuan District who participated in the activity seemed enthusiastic in participating in the counseling activity. The result of this activity is to increase public knowledge and awareness about the importance of increasing body immunity during the COVID-19 pandemic by using Family Medicinal Plants.

Keywords : Covid-19, family medicinal plants

1. PENDAHULUAN

Badan Kesehatan Dunia (WHO) telah memberikan deklarasi mengenai wabah SARS-CoV-2 atau yang dikenal dengan Corona Viruses Disease-19 (COVID-19) sebagai kondisi darurat kesehatan masyarakat di tingkat Global. Meningkatnya kasus COVID-19 sebagai pandemi telah membuat banyak negara termasuk Indonesia melakukan berbagai praktik perlindungan dan pengawasan kawasan dan interaksi manusia di dalamnya dengan berbagai mekanisme termasuk jarak sosial, jarak fisik, karantina regional ke mekanisme kunci (Sardi et al. 2019). Di Indonesia, selain mekanisme jarak sosial dan jarak fisik, PSBB (Batasan Sosial Skala Besar) untuk daerah-daerah yang dianggap memiliki status darurat juga ditetapkan hingga saat ini berada dalam adaptasi kehidupan normal baru (Saleh n.d.)

Kondisi di atas menuntut adanya kewaspadaan dari masyarakat, kewaspadaan tersebut diindikasikan oleh kesiapan pengetahuan masyarakat tentang COVID-19 baik gejala, dampak, penyebaran dan cara menanggulangnya. Oleh karena itu, sikap waspada harus tetap ditekankan kepada masyarakat untuk mencegah agar tidak terinfeksi virus ini. Kunci keberhasilan dalam mengatasi Covid-19 adalah melalui gerakan preventif untuk mempraktekkan pola hidup sehat dan membatasi kontak fisik dan menjaga jarak kontak fisik untuk memutus rantai penyebaran. Selain itu, juga perlu meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi dengan asupan zat gizi yang cukup dan beragam. Berbagai zat gizi makro dan mikro berperan dalam meningkatkan imunitas. Jahe merupakan salah satu tanaman obat keluarga yang dapat

memperkuat sistem imun (Alparslan dkk., 2012).

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) 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 (Kementan, 2015). Penanaman TOGA dapat di pot atau di lahan sekitar rumah, dan jika lahan yang ditanami cukup luas maka sebagian hasil panen dapat dijual dan menambah pendapatan keluarga (Permatasari, 2019).

Bagian dari tumbuhan yang dapat dimanfaatkan sebagai obat adalah bagian daun, kulit batang, buah, biji dan akarnya (Harjono, 2017). Manfaat TOGA selain sebagai obat juga memiliki beberapa manfaat lain yaitu sebagai penambah gizi, bumbu atau bahan rempah-rempah masakan dan dapat menambah keindahan (Patola, 2018).

Tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi salah satu pilihan masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan, dengan pertimbangan karena dapat dimanfaatkan untuk kesehatan. Tanaman obat dapat dijadikan obat yang aman, tidak mengandung bahan kimia, murah, dan mudah didapat. Pemanfaatan tanaman obat keluarga dilakukan dalam upaya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan termaksud pada masa kedaruratan kesehatan masyarakat dan atau bencana nasional Corona Virus Disease 2019 (COVID 19).

Adapun tujuan dari sosialisasi kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh di situasi pandemi Covid-19.

2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan penyuluhan ini berguna sebagai sarana aktualisasi diri dosen untuk menjadi tenaga pengajar dan tenaga kesehatan yang profesional, serta dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan kesehatan di lapangan. Penyuluhan ini juga sebagai bentuk tri darma perguruan tinggi bagi dosen di Sekolah Tinggi Kesehatan Aufa Royhan Padangsidimpuan. Bagi mahasiswa kegiatan ini digunakan sebagai lahan belajar mahasiswa di lapangan, di mana selama ini sudah didapatkan pada saat perkuliahan di dalam kelas. Bagi masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidimpuan Selatan, penyuluhan ini dapat memberikan pengetahuan tentang penyakit yang menjadi pandemi pada saat ini, yaitu covid-19.

Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam penyuluhan tentang tanaman obat keluarga (TOGA) ini dibagi menjadi dua tahapan. Tahapan yang pertama yaitu memberikan penyuluhan materi tentang defenisi, manfaat tanaman obat keluarga sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh ditengah pandemi covid 19. Untuk Tahap yang kedua yaitu memberikan penjelasan mengenai cara pengolahan dan memperjelas penggunaan ramuan obat untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan pada masa pandemi covid 19. Bahan yang digunakan adalah Tanaman Obat Keluarga yang dibawa oleh masing-masing mahasiswa peserta KKN, diantaranya seperti (Jahe, Kunyit, Seledri, Kencur, Bawang Dayak, Lidah Buaya, Lengkuas, Temulawak.).

Kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini akan melibatkan seluruh elemen masyarakat secara bersama-sama, bersinergi, multidisiplin sehingga dapat meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat akan pentingnya pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh ditengan pandemi covid 19 ini.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 12 Januari 2021, pukul 10.00 – 12.00 WIB. Penyuluhan yang berlangsung selama 120 menit ini dilaksanakan di Kantor Lurah Kelurahan Losung, Kecamatan Padangsidimpuan pada sebagian masyarakat. Kegiatan ini dihadiri oleh 20 peserta yang

merupakan masyarakat Kelurahan Losung. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi kepada masyarakat Losung tentang tanaman obat keluarga sebagai salah satu pencegahan terhadap *Corona Virus Disease 2019*. Yang berperan dalam penyuluhan ini yaitu penyuluh/pemateri (Delfi Ramadhini, SKM, M.Biomed dan Alfrida J Zebua) dan anggota sebagai moderator (Ahmad Safii Hasibuan, MKM). Penyuluhan berupa presentase penyampaian materi. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 20 orang warga binaan lapas.

Penyuluhan dilakukan kepada masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidimpuan Selatan yang diawali dengan pembukaan oleh Bapak Lurah selama 15 menit dengan menyampaikan salam pembukaan acara dan isi materi disampaikan langsung oleh pemateri selama 60 menit. Setelah materi di sampaikan, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya-jawab selama 45 menit. Sesi tanya-jawab terdiri dari masyarakat bertanya kepada pemateri dan pemateri memberikan pertanyaan kepada masyarakat. Masyarakat diberikan kesempatan untuk bertanya kepada pemateri dan menyampaikan *feedback*. Masyarakat terlihat antusias dalam mengikuti penyuluhan. Ada dua orang masyarakat yang bertanya kepada pemateri. Kemudian pemateri memberikan pernyataan kepada masyarakat.

Penyuluhan dimulai sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan sebelumnya. Masyarakat memiliki kesiapan dalam mendengarkan materi yang disampaikan dan peserta mampu memahami materi tentang “Upaya Pencegahan *Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)* melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)”. Sarana prasarana berupa laptop, LCD, proyektor dan pointer yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini dapat digunakan dengan baik. Adapun media yang digunakan seperti slide show powerpoint juga dapat berfungsi dengan baik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini di laksanakan di Kelurahan Losung, Kecamatan Padangsidimpuan Selatan, Kota Padangsidimpuan yang merupakan Lokasi berlangsungnya Kuliah Kerja Nyata (KKN)

Tematik Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat dan Program Studi Farmasi Universitas Aifa Royhan Tahun 2020/2021 yang terdiri atas 2 kegiatan utama yaitu: Kegiatan pertama yang dilakukan dalam rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sosialisasi kesehatan tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai solusi untuk meningkatkan imunitas tubuh ditengah pandemi Covid 19.

Tujuan dari kegiatan sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya meningkatkan imunitas tubuh di tengah pandemi covid 19. Oleh karena itu kegiatan ini perlu dilakukan mengingat semakin meningkatnya kasus yang terkonfirmasi positif Covid 19 di Indonesia.

Kegiatan yang kedua adalah menjelaskan kepada masyarakat mengenai cara pengolahan tanaman obat keluarga untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan di tengah pandemi covid 19. Pada sesi ini peserta sosialisasi akan disugahi dengan segelas minuman tradisional Jamu (Bandrek) yang telah dipersiapkan dan dibuat sendiri oleh mahasiswa KKN. Diharapkan minuman ini dapat dijadikan sebagai salah satu minuman ramuan herbal yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan imunitas tubuh.

Materi ini disampaikan oleh Mahasiswa KKN pengabdian adalah tentang cara pengolahan dan memperjelas penggunaan ramuan obat tradisional untuk pemeliharaan kesehatan dimasa pandemi covid 19 ini yang meliputi bahan-bahan dari obat tradisional, cara pengolahan dan cara pembuatan obat tradisional tersebut. Contoh tanaman yang djelaskan pada sosialisasi ini adalah pemanfaatan daun seledri, jahe, lengkuas, bawang dayak , kunyit, lidah buaya, temulawak, kencur. Semua contoh tanaman ini dapat meningkatkan imunitas tubuh.

Proses sosialisasi berjalan lancar dan peserta yang hadir diberi kesempatan untuk bertanya sehingga terjadi diskusi interaktif antara Tim pemerhati dengan seluruh masyarakat yang hadir.

Dengan dilakukannya kegiatan sosialisasi ini, maka diharapkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya meningkatkan imunitas tubuh pada masa

pandemi covid 19 ini dengan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga akan semakin tinggi.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan kepada Masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan



Gambar 2. Sesi Tanya Jawab oleh Masyarakat di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan



Gambar 3. Seluruh Tim Penyuluh dan Peserta Kegiatan Penyuluhan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari hasil uraian tersebut, tanaman obat keluarga adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola oleh keluarga yang dimanfaatkan dalam upaya peningkatan kesehatan baik dalam

upaya preventif, promotif dan kuratif. Tanaman obat keluarga juga dapat digunakan dalam hal perawatan kesehatan untuk meningkatkan imunitas tubuh termaksud dalam masa kedaruratan kesehatan masyarakat dan dalam masa pandemi COVID-19 saat ini. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi masyarakat sehingga dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan masyarakat akan pentingnya pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemi saat ini.

Disarankan kegiatan penyuluhan kesehatan harusnya dapat dilakukan lebih sering masyarakat dapat menjaga diri dan keluarganya sehingga tidak terpapar covid-19 ini.

5. REFERENSI

- Alparslan, G.B., Ozkarman, A., Eskin, N., Yilmaz, S., Akay, M. (2012). Effect of Ginger on Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting in Cancer Patients. *Journal of the Australian - Traditional Medicine Society* 18 (1), 15-18
- Kementrian Pertanian RI. 2015. Buku Saku Tanaman Obat Keluarga. Balai Besar Pengkajian Dan Pengembangan Teknologi Pertanian Badan Penelitian Dan Pengembangan Pertanian Kementrian Pertanian. Jawa Barat
- Patola, F., Martana. 2018. Pelatihan Dan Pendampingan Budidaya Tanaman Obat Keluarga Dipekarangan. *Adiwidya*. Vol (2):185-190
- Permatasari, P., Hardy, R.F. 2019. Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Di Kelurahan Cinere Dalam Penanaman Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*. Vol (2):129-134.
- Saleh, Arifn. n.d. "Challenges and Opportunities for Community Empowerment Practices in Indonesia during the Covid-19 Pandemic through Strengthening the Role of Higher Education."
- Sardi, Sarwititi Sarwoprasodjo, Djuara P. Lubis, and Didik Suharjito. 2019. "Kearifan Lokal: Sebuah Analisis Sosiologi Komunikasi Di Manggarai Barat." *Sodality: Jurnal Sosiologi Pedesaan* 136-42..