

Pemanfaatan Tanaman Sekitar Rumah Sebagai Peningkat Imunitas Tubuh

Dwi Wahyuni^{1*}, Hari Untarto Swandono²

^{1,2}*Fakultas Farmasi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri*

*email: dwi.wahyuni@iik.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang kegiatan ini adalah warga Desa Sidomulyo memiliki rumah dengan lahan pekarangan yang luas dan ditanami dengan berbagai macam tanaman . Sebagian besar warganya sudah memanfaatkannya menjadi minuman (jamu) tetapi tidak tepat guna karena kurang memahami tentang khasiat tanaman yang tumbuh di pekarangan. Selain itu dimasa new normal ini upaya untuk meningkatkan dan memelihara kekebalan / imunitas tubuh sangat perlu dilakukan. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang khasiat dan pemanfaatan tanaman yang tumbuh disekitar rumah sebagai peningkat imunitas tubuh. Metode yang digunakan meliputi: pemilihan responden, persiapan, Observasi, Penyuluhan dan evaluasi. Hasil Pengabdian yang didapat adalah terlampaunya indikator ketercapaian yang telah ditetapkan meliputi tingkat partisipasi, peningkatan pemahaman kader terhadap materi, peningkatan kemampuan kader dalam meramu tanaman menjadi minuman peningkat imunitas dan kesesuaian materi yang diberikan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah Pengetahuan dan pemahaman mitra yaitu ibu-ibu kader PKK Desa Sidomulyo Kec. Semen Kab. Kediri meningkat 60% s.d 80% terkait khasiat dan pemanfaatan tanaman yang tumbuh disekitar rumah sebagai peningkat imunitas tubuh.

Kata Kunci: Penyuluhan, Khasiat, Jamu Pekarangan.

1. PENDAHULUAN

Sidomulyo merupakan salah satu desa di kecamatan Semen Kab. Kediri yang sebagian besar warganya memiliki rumah dengan lahan pekarangan yang luas. Pada umumnya, lahan pekarangan di desa ini ditanami dengan berbagai macam tanaman, mulai dari tanaman hias, tanaman buah, sayuran ataupun tanaman obat. Menurut Haryono, dkk, 2017, selain memperindah rumah, pekarangan juga dapat digunakan sebagai apotek hidup dan kebun gizi. Pemanfaatan pekarangan rumah sangat penting, karena manfaat yang dapat diambil sangat banyak. Pemanfaatan pekarangan yang baik dapat mendatangkan berbagai manfaat antara lain yaitu sebagai warung, apotek, lumbung dan bank hidup .

Disebut apotek hidup karena lingkungan sekitar rumah ditanami dengan berbagai jenis tanaman yang dapat digunakan untuk obat-obatan herbal, seperti : pepaya, kumis kucing, daun ungu, kunyit, temulawak, jahe, lempuyang, pagagan, adas, keji beling, sirsat dan lainnya. Kelompok tanaman ini dimanfaatkan dalam upaya peningkatan kesehatan baik dalam upaya preventif, promotif maupun kuratif (Sari, dkk. 2015). Pemanfaatannya biasa digunakan sebagai minuman kebugaran, ramuan untuk gangguan kesehatan ringan berdasarkan gejala, dan untuk meningkatkan imunitas tubuh (*immune booster*). Terlebih lagi dimasa *new normal* seperti sekarang, kehidupan harus terus berjalan sedangkan virus

juga tidak berhenti berterbangan, sehingga upaya mempertahankan dan meningkatkan kekebalan atau sistem kekebalan adalah salah satu cara untuk menghindari infeksi virus dan penyakit (Kusumo, dkk. 2020).

Tanaman yang dapat dikonsumsi untuk imunitas tubuh antara lain adalah temulawak, kunyit, dan jahe. Selain bahan utama tersebut dapat juga ditambahkan bahan lain untuk menambah rasa dan memberi aroma yang menggugah selera seperti kayu manis, serai, dan jeruk nipis, asam, Rosela dll (Kusumo, dkk. 2020).

Dari banyaknya pemanfaatan tanaman yang sudah dilakukan oleh warga desa Sidomulyo, masih banyak yang kurang mengetahui tentang khasiat tanaman yang ada di pekarangan mereka. Dari permasalahan diatas, perlu dilakukan kegiatan penyuluhan atau pemberian informasi tentang pemanfaatan tanaman sekitar rumah sebagai peningkat imunitas di Desa Sidomulyo. Seperti kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Hanifa, dkk (2020) menunjukkan bahwa pemberian KIE (komunikasi, informasi dan edukasi) kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang TOGA dan pemanfaatannya. Pada akhirnya kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang khasiat dan pemanfaatan tanaman yang tumbuh disekitar rumah sebagai peningkat imunitas tubuh.

2. METODE PENGABDIAN

2.1. Tempat dan Waktu Pengabdian

Lokasi pengabdian dilakukan di rumah warga Desa Sidomulyo Kecamatan Semen Kab. Kediri. Pelaksanaan pengabdian dilakukan pada tanggal 23 s.d 25 Agustus 2022.

2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

Metode kegiatan yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini edukasi berupa penyuluhan tentang pemanfaatan tanaman yang tumbuh di sekitar rumah dan berperan sebagai peningkat imunitas serta cara meramu macam-macam tanaman menjadi minuman (jamu) yang berfungsi sebagai peningkat imunitas secara sederhana. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan sebagai berikut:

- 2.2.1 **Pemilihan responden.** Responden dalam pengabdian ini adalah 25 orang kader PKK desa Sidomulyo Kec. Semen Kab. Kediri.
- 2.2.2 **Tahap persiapan,** berupa penjajagan dan pertemuan dengan Ketua Penggerak PKK dan tokoh masyarakat setempat.
- 2.2.3 **Observasi** tingkat pemahaman ibu- ibu kader PKK yang dilakukan dengan melakukan *pretest* berupa kuisisioner mengenai pengetahuan dasar terkait pemanfaatan tanaman yang tumbuh disekitar rumah. Selain itu juga diberi beberapa pertanyaan terlebih dahulu tentang apakah sudah pernah mendapat penyuluhan mengenai pemanfaatan tanaman untuk peningkat imunitas, apakah sudah mengetahui khasiat jenis tanaman yang tumbuh disekitar rumah yang berpotensi sebagai peningkat imunitas, apakah sudah tahu cara meramu tanaman- tanaman tersebut menjadi minuman (jamu) secara sederhana.
- 2.2.4 **Kegiatan penyuluhan** Pemberian materi penyuluhan dengan menggunakan metode ceramah dan menggunakan media *slide power point* yang berisi penjelasan mengenai macam-macam tanaman yang berkhasiat sebagai peningkat imunitas serta materi tentang cara meramu tanaman menjadi minuman (jamu) yang berfungsi sebagai peningkat imunitas secara sederhana.

2.2.5 **Evaluasi** kegiatan melalui *posttest* berupa pengisian kuisisioner dimana soal yang diberikan sama dengan kuesioner *pre-test* untuk mengetahui apakah ada peningkatan pemahaman masyarakat terkait pemanfaatan tanaman yang tumbuh disekitar rumah sebagai peningkat imunitas tubuh dan cara meramu tanaman-tanaman tersebut menjadi minuman (jamu) secara sederhana.

2.3. Pengambilan sampel

Pengambilan sampel dalam kegiatan ini menggunakan *purposive sampling*. Teknik bertujuan untuk pengambilan sampel dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu sejumlah ibu-ibu PKK di Desa Sidomulyo.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan pemanfaatan tanaman yang tumbuh di sekitar rumah untuk meningkatkan imunitas tubuh ini, bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan ketrampilan masyarakat tentang manfaat dan cara meramu tanaman yang berkhasiat sebagai peningkat imunitas. Diharapkan dari kegiatan ini dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di desa Sidomulyo Kec. Semen Kab. Kediri. Dari pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat hasil *pre-test* dan *Post-test*. Pada diagram 1 sebagai berikut:

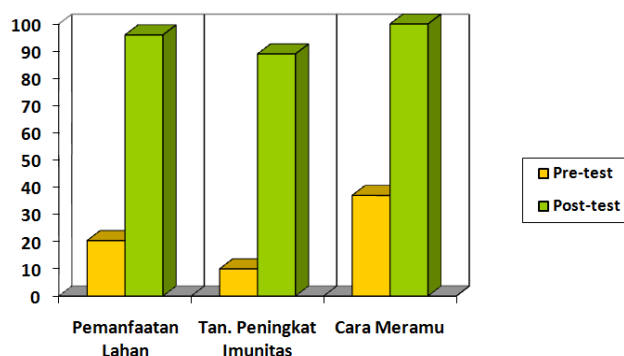


Diagram 1. Peningkatan pemahaman tentang pemanfaat tanaman sebagai peningkat imunitas

Dari diagram diatas terlihat bahwa sebagian besar peserta penyuluhan (80%) belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai pemanfaatan lahan, 90% peserta penyuluhan belum memahami tentang tanaman yang berkhasiat sebagai peningkat imunitas dan 70% belum mengetahui cara meramu tanaman menjadi minuman peningkat imunitas.

Keberhasilan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilihat dari ketercapaian target jumlah peserta dan ketercapaian tujuan dan ketercapaian target materi. Peserta yang hadir sebanyak 30 orang dari target peserta 25 orang (80%). Ketercapaian tujuan dapat dikatakan baik, karena dari hasil *pre test* dan *post test* terdapat peningkatan pemahaman sebesar 60% sd 80% dari kader PKK peserta penyuluhan. Dampak dari penyuluhan ini adalah kader mampu Peserta mampu mempraktekkan secara mandiri untuk meramu bagian tanaman yg tumbuh disekitar rumah menjadi minuman penambah imunitas . Kesesuaian materi penyuluhan juga mencapai target yang dihatrapkan karena Menurut kader, materi penyuluhan sangat menarik dan cara penyampaian yang baik serta komunikatif sehingga memudahkan peserta penyuluhan untuk mengikuti dan memahami materi tentang pemanfaatan tanaman yang tumbuh disekitar rumah sebagai peningkat imunitas.

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Pengetahuan dan pemahaman mitra yaitu ibu-ibu kader PKK Desa Sidomulyo Kec. Semen Kab. Kediri meningkat 60% s.d 80% terkait khasiat dan pemanfaatan tanaman yang tumbuh disekitar rumah sebagai peningkat imunitas tubuh.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih ditujukan kepada : Rektor Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata, Deputi Penelitian dan *Social Academic Responsibility* Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata, Kepala Desa dan Ibu-ibu kader PKK Desa Sidomulyo Kec. Semen Kab. Kediri.

6. DAFTAR PUSTAKA

Hanifa, Nisa Isneni, Hanifa, Dyke Gita Wirasisya, , Raisya Hasina. 2020. Penyuluhan Penggunaan TOGA (Taman Obat Keluarga) Untuk Pengobatan di Desa Senggigi. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(2) :hal: 87-92

Haryono, Yanti., Yusmaini, Hany., Bahar, Meiskha. 2017. Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti, *JPM Ruwa Jurai*, |Vol. 3.

Kusumo, Adristy Ratna, Farrel Yumna Wiyoga, Haekal Putra Perdana, Izzatidiva Khairunnisa, Raihan Ibadurrohman Suhandi, Shinta Sunja Prastika. 2020. Jamu Tradisional Indonesia: Tingkatkan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi. *Jurnal Layanan Masyarakat* . 4 (2) . hal. 465-471

Sari, Ida Diana Sari, Yuyun Yuniar, Selma Siahaan, Riswati, Muhamad Syaripuddin. 2015. Tradisi Masyarakat dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat Lekat di Pekarangan. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*..5(2). hal. 123-132