

# Edukasi Peningkatan Daya Imunitas Tubuh dengan Pemanfaatan Ramuan Herbal di Desa Reuleung Karieng Kabupaten Aceh Besar

<sup>1\*</sup>Riski Amalia, <sup>1</sup>Irfanita Nurhidayah, <sup>1</sup>Anda Kamal, <sup>1</sup>Nani Safuni, <sup>2</sup>Naria Fitriani

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala

<sup>2</sup>prodi Akuntansi, Politeknik Aceh

Korespondensi: [riskiamalia@usk.ac.id](mailto:riskiamalia@usk.ac.id)

**Abstrak :** Sistem imunitas tubuh harus ditingkatkan agar dapat terhindar dari berbagai macam penyakit. Pemanfaatan ramuan herbal sebagai terapi alternatif dalam pemeliharaan dan preventif penyakit. Masyarakat desa harus bisa memahami manfaat besar dari ramuan herbal karena selalu terpapar dengan pengobatan herbal. Kegiatan edukasi masyarakat ini dilakukan di Desa Reuleung Karieng Kabupaten Aceh Besar. Metode edukasi yang dilakukan meliputi demonstrasi, diskusi dan tanya jawab. Tujuan dari edukasi yang dilakukan yaitu untuk memperdayakan masyarakat agar memanfaatkan ramuan obat herbal sebagai bagian dari complementary alternative medicine dan biofarmaka dalam upaya preventif penyakit dan promotif kesehatan. Hasil kegiatan edukasi ini yaitu masyarakat Desa Reuleung Karieng tampak antusias, semangat, meningkatkan pengetahuan diri, serta aktif dalam bertanya selama proses pengolahan ramuan herbal. Masyarakat juga menyatakan bahwa akan menerapkan pengolahan ramuan herbal untuk menjaga kesehatan diri sendiri dan keluarganya. Kegiatan edukasi pemanfaatan ramuan herbal ini dilakukan sebagai upaya peningkatan daya imunitas tubuh mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat dan peningkatan peran aktif masyarakat dalam memanfaatkan ramuan obat tradisional yang dapat dipergunakan untuk peningkatan kesehatan.

**Kata Kunci :** Edukasi, promotif, ramuan herbal, sistem imunitas

**Abstract:** The body's immune system must be improved in order to avoid various diseases. Utilization of herbal ingredients as alternative therapy in the maintenance and prevention of disease. Village communities must be able to understand the great benefits of herbal concoctions because they are always exposed to herbal medicine. This community education activity was carried out in Reuleung Karieng Village, Aceh Besar Regency. The educational methods used include demonstrations, discussions, and questions and answers. The aim of the education carried out is to empower the public to utilize herbal medicinal ingredients as part of complementary alternative medicine and biopharmaceuticals in efforts to prevent disease and promote health. The results of this educational activity are that the people of Reuleung Karieng Village appear enthusiastic, increase their self-knowledge, and are active in asking questions during the process of processing herbal concoctions. The community also stated that they would apply herbal concoction processing to maintain the health of themselves and their families. We carried out this educational activity on the use of herbal concoctions to boost the body's immune system, raise public awareness, and encourage the community to actively utilize traditional medicinal concoctions for health improvement.

**Keyword :** Education, immune system, medicinal herbs, promotion

## PENDAHULUAN

Desa Reuleung Karieng rata-rata memiliki mata pencaharian Bertani dan berkebun dan selebihnya adalah pekerja swasta dan pemerintahan. Perekonomian masyarakat kebanyakan didukung oleh masih luasnya lahan yang bisa di garap untuk dijadikan lahan produktif. Desa Sehat di provinsi Aceh merupakan desa dengan masyarakatnya sadar, peduli dan melakukan secara berkesinambungan dalam upaya preventif penyakit. Masyarakat seharusnya peduli pada kesehatannya dan mempunyai regulasi atau kebijakan yang

mendukung kesehatan dan desa yang mempunyai data dan sistem informasi kesehatan. Tujuan strategis lainnya dari strategi pengobatan tradisional atau herbal WHO pada tahun 2014-2023 adalah turut mempromosikan cakupan kesehatan universal dengan mengintegrasikan layanan Traditional and Complementary Medicine (T&CM) ke dalam pemberian layanan kesehatan dan peduli kesehatan mandiri<sup>1</sup>.

Masyarakat Desa yang sehat termasuk desa yang mampu memperdayakan sumber daya alamnya, termasuk ramuan herbal yang tumbuh di sekitar lingkungan desanya. Surat Edaran Nomor: HK.02.02/IV.2243/2020 tentang pemanfaatan obat tradisional untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan menyatakan bahwa pentingnya peran aktif masyarakat dalam upaya pengembangan kesehatan tradisional perlu diberdayakan, diarahkan dan memberikan motivasi agar masyarakat mampu melaksanakan perawatan kesehatan mandiri atau asuhan mandiri dalam pemanfaatan tanaman obat yang dikenal sebagai obat tradisional, seperti dalam bentuk jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT) dan fitofarmaka sebagai upaya pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan, salah satunya adalah ramuan kurkuma, lengkuas, jeruk nipis, air dan gula merah<sup>2</sup>.

Beberapa senyawa polifenol alami, salah satunya adalah kurkuma atau lebih dikenal dengan kurkuma yang diekstrak dari akar tanaman rimpang *Curcuma longa* (famili zingiberaceae) mempunyai efek antivirus dan menampilkan berbagai sifat terapeutik yaitu sebagai anti-oksidan, anti-proliferasi, anti-inflamasi, protektif saraf dan jantung<sup>3,4</sup>. Pemanfaatan ramuan herbal harus memperhatikan petunjuk penggunaannya yang relevan, seperti: adanya izin edar dari BPOM RI, memperhatikan aturan pakai, tanggal kadaluwarsa, kontra indikasi, khasiat, kondisi kemasan dalam keadaan baik, dan bentuk fisik produk dalam keadaan baik<sup>5</sup>.

Kurkuma sebagai agen anti-viral dan anti-inflamasi dapat membantu dalam upaya preventif dan kuratif virus COVID-19 karena dapat menghambat masuknya virus ke intrasel, sebagai penghambat enkapsulasi virus dan protease virus serta memodulasi berbagai jalur respon seluler<sup>6</sup>. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hesperidin yang merupakan salah satu senyawa dalam buah jeruk (*Citrus sp*), memiliki nilai docking terendah untuk ketiga reseptor protein yang merupakan afinitas tertinggi untuk mengikat reseptor yang secara umum menunjukkan potensi terbaik dalam menghambat virus COVID-19. Selain itu, semua flavonoid jeruk memiliki afinitas yang baik terhadap reseptor, seperti yang terdapat pada kurkuma, brazilin, dan galangin menunjukkan bahwa senyawa tersebut melakukan potensi penghambatan untuk infeksi dan replikasi virus yang dapat dikonsumsi sebagai ramuan tradisional sehari-hari yang digunakan sebagai profilaksis COVID-19. Masyarakat yang sehat adalah masyarakat yang mampu menjaga sistem imunitas tubuhnya dengan upaya preventif. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan memberikan edukasi tentang pemanfaatan ramuan herbal untuk meningkatkan daya imunitas tubuh.

## **METODE**

Metode pemberian edukasi ramuan herbal ini yaitu edukasi, demonstrasi, diskusi serta tanya jawab. Kegiatan edukasi peningkatan daya imunitas tubuh dengan pemanfaatan ramuan herbal diimplementasikan dalam 3 tahapan sebagai berikut:

### ***Perencanaan Kegiatan Edukasi***

Menghubungi dan melakukan koordinasi dengan kepala Reuleung Karieng untuk menetapkan jadwal dan tempat kegiatan yang akan dilakukan

Membuat surat tugas kegiatan edukasi yang akan dilakukan

Menyiapkan alat dan edukasi dan demonstrasi bahan ramuan herbal

Menyiapkan kuesioner tentang pengetahuan pre post edukasi ramuan herbal

### ***Pelaksanaan Kegiatan***

Menetapkan waktu dengan masyarakat

Edukasi peningkatan daya imunitas tubuh dengan pemanfaatan ramuan herbal dengan bahan kurkuma dan lengkuas

Melakukan kegiatan demonstrasi pembuatan ramuan herbal

### ***Evaluasi Kegiatan***

Setelah kegiatan edukasi dilakukan, maka dilakukan evaluasi tingkat pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan ramuan herbal dengan bahan kurkuma dan lengkuas dengan membagikan kuesioner pre post intervensi pada masyarakat.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### ***Tahap Persiapan***

Persiapan pelaksanaan kegiatan edukasi dilakukan oleh tim bersama mahasiswa dengan berkolaborasi dengan pihak Puskesmas dan perangkat Desa Reuleung Karieng. Tim terlebih meminta izin terlebih dahulu pada kepala Desa Reuleung Karieng terkait waktu, tempat acara serta mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan untuk melaksanakan kegiatan, yaitu Pembuatan Satuan Acara Penyuluhan (SAP), serta menyiapkan bahan dan alat untuk demonstrasi pemanfaatan ramuan herbal, yaitu: kompor, bahan untuk demonstrasi pembuatan ramuan herbal, yaitu: kurkuma, jahe merah jeruk nipis, Kayu manis, gula merah, dan air.

### ***Tahap Pelaksanaan***

Kegiatan edukasi kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Reuleung Karieng Aceh Besar pada hari Kamis, tanggal 28 Juli 2023. Sasaran pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini difokuskan pada masyarakat yang berhadir berjumlah 16 orang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan mulai pukul 08.30-09.00 WIB, diawali dengan pembukaan acara edukasi pemanfaatan obat ramuan herbal oleh ketua tim pengabdian yaitu Ns. Riski Amalia, S.Kep., M.Kep, kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi oleh anggota pengabdian yang terdiri dari Ns. Irfanita Nurhidayah, S.Kep., M.Kep dan Ns. Anda Kamal, MNS pada pukul 09.00-10,30 WIB. Kegiatan selanjutnya yaitu pada pukul 10.30-12.00 WIB adalah demonstrasi pemanfaatan ramuan herbal oleh Ns. Riski Amalia, S.Kep., M.Kep bersama dengan Ns. Irfanita Nurhidayah, S.Kep., M.Kep, Ns. Anda Kamal, MNS, Ns. Nani Safuni, MNg dan Naria Fitriani, S.Pd.I, M.Pd. Kegiatan edukasi pemanfaatan tanaman obat dilakukan berdasarkan pada surat edaran Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dengan Nomor: HK.02.02/IV.2243/2020 tentang pemanfaatan obat tradisional untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan. Ramuan herbal atau ramuan yang didemonstrasikan terdiri atas 1 ruas ibu jari kurkuma, lengkuas, 1 buah jeruk nipis, 3 cangkir air dan gula merah secukupnya. Semua bahan tersebut dicuci dengan air bersih, kurkuma dan lengkuas dihancurkan, kemudian direbus dengan air mendidih, selanjutnya kecilkan api kompor dan langkah terakhir yaitu memasukkan semua bahan ramuan herbal tersebut hingga setengahnya dan matikan, selanjutnya saring dalam keadaan dingin. Ramuan herbal yang telah dibuat diminum 2x sehari sebanyak 1 ½ cangkir. Proses tanya jawab dan evaluasi pengetahuan masyarakat Desa Reuleung Karieng dilakukan pada pukul 12.00-13.00 WIB. Kegiatan edukasi kepada masyarakat selesai pada pukul 13.00-13.30 dengan kegiatan evaluasi dan penutupan disertai dengan foto bersama.

Kegiatan edukasi kepada masyarakat ini dilakukan dengan melibatkan perangkat kampung dan para kader sebagai upaya meningkatkan motivasi dan upaya kebersamaan kesehatan masyarakat. Hasil evaluasi yang dilakukan menunjukkan bahwa masyarakat Desa Reuleung Karieng tampak antusias, termotivasi terhadap materi dan demonstrasi ramuan herbal yang dilakukan. Suasana tampak kekeluargaan, pertanyaan banyak diajukan dan masyarakat mampu mengulang Kembali tentang materi dan demonstrasi yang dilakukan. Pihak masyarakat sangat berharap agar kegiatan edukasi ramuan herbal ini dapat dilakukan secara berkelanjutan karena dapat menambah pengetahuan masyarakat Desa Reuleung Karieng.



*Gambar 1: Edukasi Peningkatan Daya Imunitas Tubuh dengan Pemanfaatan Ramuan Herbal*

Pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan obat ramuan herbal sebelum kegiatan edukasi dilakukan masih kurang, terbukti saat proses edukasi dan demonstrasi berlangsung, pengabdian sesekali bertanya tentang pemanfaatan ramuan herbal yang partisipan biasanya gunakan, namun jawabannya berdasarkan turun temurun resep keluarganya dengan evidence based yang belum terbukti kebenarannya. Partisipan menjawab masih sangat kurang mengetahui serta belum pernah mendapat penjelasan mengenai pemanfaatan herbal.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Pengetahuan Masyarakat Desa Reuleung Karieng tentang Peningkatan Daya Imunitas Tubuh dengan Pemanfaatan Ramuan Herbal Menggunakan Uji Wilcoxon Tahun 2023

		n	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-test dan Pre-test pengetahuan masyarakat	Negatif Ranks	0	0.0	0.0
	Positif Ranks	1	8.00	120.0
	Tie	0		
	Tot	1		
	Z	-3.436		
	P	0.001		

Hasil analisis uji Wilcoxon pada tabel 1 menyatakan bahwa Negative Ranks antara pengetahuan masyarakat Desa Reuleung Karieng pre-test dan post-test adalah 0, baik itu pada nilai N, Mean Rank maupun Sum of Rank. Nilai 0 menunjukkan tidak adanya penurunan dari nilai pre-test ke post-test. Positif Ranks atau selisih (positif) antara hasil pengetahuan masyarakat Desa Reuleung Karieng untuk pre-test dan post-test yang menunjukkan 15 data positif (N) yang bermakna bahwa 15 masyarakat Desa Reuleung

Karieng mengalami peningkatan pengetahuan dari nilai pre-test ke nilai post-test. Mean Rank atau rata-rata peningkatan tersebut sebesar 8.00, sedangkan jumlah Positif Rank atau Sum of Ranks adalah 120.00. Ties adalah kesamaan nilai pre-test dan post-test pengetahuan masyarakat, yaitu 0 berarti tidak ada nilai yang sama antara pre-test dan post-test. Hasil output "test statistics" didapatkan nilai  $p (0.001) < 0,05$ , dapat disimpulkan bahwa hipotesis  $H_0$  ditolak, artinya adanya pengaruh edukasi peningkatan daya imunitas tubuh dengan pemanfaatan ramuan herbal di Desa Reuleung Karieng Kabupaten Aceh Besar.

Hasil kegiatan edukasi didapatkan bahwa rata-rata masyarakat Desa Reuleung Karieng memiliki tanaman herbal di pekarangan rumahnya sebanyak 64%, pengetahuan para ibu setelah sosialisasi dan demonstrasi ramuan tradisional untuk menjaga imunitas tubuh selama pandemi Covid-19 meningkat menjadi baik 68%<sup>7</sup>. Topik obat herbal yang paling banyak didiskusikan dalam kelompok diskusi berkaitan dengan aspek hukum, resep, buruknya stigma, kurangnya pengetahuan, rendahnya percaya diri, minimnya bukti, hambatan dan komitmen medis, selain itu riset kualitatif juga menemukan bahwa terdapat dua factor isu utama, yaitu: kurangnya pengetahuan tentang ramuan herbal adan bukti ilmiah terkini tentang produk jamu yang dikonsumsi<sup>8</sup>. Etnomedis bermanfaat untuk gangguan meningkatkan kekebalan tubuh<sup>9</sup>. Namun, Ramuan herbal tidak memiliki efek penyembuhan, namun dapat mencegah penyakit dengan meningkatkan kekebalan tubuh<sup>10</sup>. Sebagian besar partisipan dalam penelitian ini telah menggunakan obat tradisional (90,2%) dengan pengetahuan tentang obat tradisional berada dalam kategori pengetahuan baik (80,5%), namun masih ada pengetahuan kurang (19,5%)<sup>11</sup>. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh sosialisasi ramuan herbal terhadap peningkatan pengetahuan tanaman ramuan herbal, pengetahuan tentang herbal jamu, efektifitas pemanfaatan tumbuhan herbal, dan kepercayaan masyarakat tentang pengaruh tumbuhan dan ramuan herbal terhadap peningkatan imunitas tubuh<sup>12</sup>.

Hasil penelitian dari Pratiwi, Saputri, dan Nuwarda (2018) didapatkan bahwa 88,2% masyarakat mengenal ramuan herbal jenis jamu, mengetahui obat herbal terstandar (29,4%) dan hanya 3% yang mengetahui fitofarmaka, namun walaupun mayoritas masyarakat mengenal jamu, hanya 17,6% yang mengetahui kalo ada jamu yang ditambahkan Bahan Kimia Obat (BKO), dan hanya 20,5% masyarakat yang mengkonsumsi ramuan herbal jamu<sup>13</sup>. Kebiasaan minum ramuan herbal bermanfaat untuk pasien COVID-19 dengan keluhan ringan ataupun tanpa gejala, dapat meningkatkan kesehatan serta memperpendek gejala yang terjadi dibandingkan dengan pasien yang tidak minum ramuan herbal sebelum sakit<sup>14</sup>. Kunyit atau lebih dikenal dengan nama kurkuma merupakan komponen akar kurkuma sebagai agen antimikroba karena dapat bekerja sama dengan sel sebagai makrofag, sel dendrit, sel limfosit B, sel limfosit T dan sel Natural Killer yang dapat menghambat respon inflamasi, mengurangi produksi inflamasi sitokin, meningkatkan daya imunitas<sup>15</sup>. Bagian kurkuma yang sering dimanfaatkan untuk pengobatan menurut Akbar (2023) adalah rimpangnya karena salah satu manfaatnya dapat berfungsi sebagai antiinflamasi dan antioksidan<sup>16</sup>.

## KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pemanfaatan ramuan herbal sebagai upaya peningkatan daya imunitas tubuh mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat dan peningkatan peran aktif masyarakat dalam memanfaatkan ramuan obat tradisional yang dapat dipergunakan untuk peningkatan kesehatan. Kepada pihak puskesmas pembantu Desa Reuleung Karieng, perangkat desa dan masyarakat agar dapat menindaklanjuti kegiatan edukasi kepada masyarakat yang telah dilakukan dengan mengaktualisasi pemberdayaan masyarakat dalam upaya pengelolaan tanaman dan ramuan herbal sesuai dengan surat edaran Kemenkes Nomor: HK.02.02/IV.2243/2020.



## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih pada masyarakat Desa Reuleung Karieng atas kehadiran dan partisipasi aktif mengikuti kegiatan edukasi ramuan herbal ini sehingga bisa berproses sesuai dengan yang diharapkan dalam kegiatan promotif dan preventif masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. WHO Global report on traditional and complementary medicine 2019 [Internet]. World Health Organization. 2019. 1–228 p. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/312342/9789241515436-eng.pdf?ua=1>
2. Yuliana. The potential effect of natural compounds from Indonesian spices in alleviating inflammation due to the coronavirus disease (COVID-19): a narrative review. *Indones J Pharmacol Ther.* 2021;2(3):112–23.
3. Pang XF, Zhang LH, Bai F, Wang NP, Garner RE, McKallip RJ, et al. Attenuation of myocardial fibrosis with curcumin is mediated by modulating expression of angiotensin II AT1/AT2 receptors and ACE2 in rats. *Drug Des Devel Ther.* 2015;9:6043–54.
4. Praditya D, Kirchhoff L, Brüning J, Rachmawati H, Steinmann J, Steinmann E. Anti-infective properties of the golden spice curcumin. *Front Microbiol.* 2019;10(MAY):1–16.
5. Rokom. Kemenkes Sarankan Masyarakat Manfaatkan Obat Tradisional [Internet]. Sehat Negeriku Sehatlah Bangsaku. 2021. Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20200521/4433937/kemenkes-sarankan-masyarakat-manfaatkan-obat-tradisional/>
6. Zahedipour F, Hosseini SA, Sathyapalan T, Majeed M, Jamialahmadi T, Al-Rasadi K, et al. Potential effects of curcumin in the treatment of COVID-19 infection. *Phyther Res.* 2020;34(11):2911–20.
7. Oktaviana MN, Nuzula F. Sosialisasi dan Demonstrasi Ramuan Tradisional Untuk Menjaga Imunitas Tubuh Selama Pandemi Covid-19. *J Heal Innov Community Serv.* 2022;1(2):27–34.
8. Purwono S, Nisa U, Astana PRW, Wijayaningsih RA, Wicaksono AJ, Wahyuningsih MSH, et al. Factors Affecting the Perception of Indonesian Medical Doctors on Herbal Medicine Prescription in Healthcare Facilities: Qualitative and Quantitative Studies. *J Herb Med [Internet].* 2023;42(August):100747. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2023.100747>
9. Yuandani, Jantan I, Haque MA, Rohani AS, Nugraha SE, Salim E, et al. Immunomodulatory effects and mechanisms of the extracts and secondary compounds of Zingiber and Alpinia species: a review. *Front Pharmacol.* 2023;14(July):1–26.
10. Salim Z, Munadi E. Info Komoditi Tanaman Obat. *Learn Disabil Pract.* 2017;
11. Kasaluhe MD, Pramardika DD, Tooy GC, Wuaten GA. Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Obat Tradisional di Wilayah Kecamatan Manganitu Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.* 2022;(2018).
12. Darwis AM, Nirwana A, Burhamzah R, Patimang YC. Pengetahuan Masyarakat Tentang Penggunaan Tanaman Obat Keluarga Sebagai Peningkatan Imun Selama Pandemi. *Al GIZZAI PUBLIC Heal Nutr J.* 2021;1(2):83–8.
13. Pratiwi Rimadani, Saputri Febrina Amelia dan NRF. Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat ISSN 1410 - 5675. *J Apl Ipteks untuk Masy [Internet].* 2016;5(1):34–7. Available from: [journdharmakarya/article/viewFile/11437/5233al.unpad.ac.id/](http://journdharmakarya/article/viewFile/11437/5233al.unpad.ac.id/)
14. Widowati L, Delima, Japaris W. Penggunaan Jamu Pada Kasus Covid-19 Gejala Di Salah Satu Griya Sehat Jakarta (Studi Pendahuluan). 2023;16(2):85–93.
15. Allegra A, Mirabile G, Ettari R, Pioggia G, Gangemi S. The Impact of Curcumin on Immune Response: An Immunomodulatory Strategy to Treat Sepsis. *Int J Mol Sci.* 2022;23(23).
16. Akbar Z, Andriana A. Resep sehat JSR : 200 resep menyehatkan. Bandung: Sygma Media Inovasi; 2021.