

## **SOSIALISASI DAN EDUKASI TENTANG PERAN JAMU DALAM MENINGKATKAN SISTEM IMUNITAS TUBUH DALAM MENGHADAPI MUSIM PANCARоба DI DESA SRIKUNCORO BENGKULU TENGAH**

**Devi Cynthia Dewi<sup>1\*</sup>, Veby Fransisca Rozi<sup>2</sup>, Deltari Novitasari<sup>3</sup>, Novega, Miki Kurnia Fitriza<sup>4</sup>,  
Tenike Gita Miranda<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> STIKes Bhakti Husada Bengkulu (Prodi Kesehatan Masyarakat)

\***Korespondensi:** devicynthia01@gmail.com

### **ABSTRACT**

*There are many ways to stay healthy and strengthen your immune system during this pandemic, immunity can't be built in a day, but the good news is that a balanced diet and drink and being physically and mentally active is usually enough to keep your immune system in good health. Herbal medicine may be an option to strengthen a person's immune system. Jamu is a traditional Indonesian herbal medicine that has been practiced for centuries in Indonesian society to maintain health and treat disease. Even though there are many modern medicines, herbal medicine is still very popular in rural and urban areas (Elfahmi et al., 2020). The aim of this service is to explain and educate about the role of herbal medicine in improving the body's immune system in facing the transition season in Srikuncoro Village, Central Bengkulu. The methods used were in the form of distributing leaflets, counseling through training about the role of herbal medicine to improve the immune system, as well as counseling and training for 50 people, and the service instrument in the form of distributing questionnaires and measuring with a pre-test to measure the participants' initial knowledge. The target of this community service is the entire community in Srikuncoro Village, Central Bengkulu. The results of the frequency data show that before counseling the results were in the good category of 88.46% for 39 respondents, the medium category for 11.54% for 10 respondents and the poor category for 3.85% for 1 respondent. It was concluded that the pre-test results were 88.46% in the good category with 1 respondent in the poor category and 10 respondents in the medium category. The post-test results were 98.2% with 50 respondents in the good category. And there is a significant influence between knowledge before and after the counseling is 0.02. It is hoped that this counseling and training can be applied by PKK mothers to make and consume traditional concoctions to increase endurance both in the family and in the surrounding environment.*

**Keywords:** *The Role of Herbal Medicine; Immune System; Transition Season*

### **ABSTRAK**

Banyak cara untuk tetap sehat dan memperkuat sistem kekebalan tubuh selama pandemi ini, kekebalan tidak dapat dibangun dalam sehari, tetapi kabar baiknya adalah bahwa makanan dan minuman yang seimbang dan aktif secara fisik dan mental biasanya cukup untuk menjaga sistem kekebalan tubuh Anda dalam keadaan sehat. Jamu mungkin dapat menjadi salah satu pilihan untuk memperkuat sistem imun tubuh seseorang. Jamu adalah obat herbal tradisional Indonesia yang telah dipraktikkan selama berabad-abad di masyarakat Indonesia untuk menjaga kesehatan dan mengobati penyakit. Meskipun sudah banyak obat-obatan modern, jamu masih sangat populer di daerah pedesaan maupun perkotaan (Elfahmi et al., 2020). Tujuan dari pengabdian ini adalah Untuk menjelaskan dan mengedukasi tentang Peran Jamu dalam Meningkatkan Sistem Imunitas Tubuh dalam menghadapi Musim Pancaroba Di Desa Srikuncoro Bengkulu Tengah. Metode yang digunakan yaitu berupa penyebaran leaflet, penyuluhan melalui pelatihan tentang peran jamu untuk meningkatkan sistem imun, serta penyuluhan dan pelatihan sebanyak 50 orang, dan instrumen pengabdian berupa pembagian kuesioner dan diukur dengan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta. Sasaran pengabdian kepada masyarakat ini adalah Seluruh Masyarakat Di Desa Srikuncoro Bengkulu Tengah. Hasil data frekuensi menunjukkan sebelum penyuluhan didapatkan hasil dalam kategori baik sebesar 88,46% sebanyak 39 responden, kategori sedang sebesar 11,54% sebanyak 10 responden dan kategori kurang sebesar 3,85% sebanyak 1 responden. disimpulkan hasil pre-test dihasilkan sebesar 88,46% berkategori baik dengan kategori kurang sebanyak 1 responden dan kategori sedang sebanyak 10 responden. Hasil post-test dihasilkan sebesar 98,2 % dengan kategori baik sebanyak 50 responden. Dan adanya pengaruh yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan sebesar 0,02. Penyuluhan dan pelatihan ini diharapkan dapat diterapkan oleh Ibu – ibu PKK untuk membuat dan mengkonsumsi ramuan tradisional serta meningkatkan daya tahan tubuh baik di lingkungan keluarga maupun dilingkungan sekitar.

**Kata Kunci:** Peran Jamu; Sistem Imun; Musim Pancaroba;

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara tropis yang terletak tepat pada garis khatulistiwa, memiliki dua musim yaitu musim penghujan dan musim kemarau. Musim penghujan terjadi antara bulan Oktober hingga Maret, sedangkan musim kemarau terjadi pada Bulan April hingga bulan September. Diantara pergantian musim dari musim penghujan ke musim kemarau, maupun dari musim kemarau ke musim penghujan sering disebut dengan istilah musim pancaroba (BMKG 2019). Saat musim pancaroba biasanya terjadi perubahan suhu dan kelembaban yang dapat mengakibatkan imunitas tubuh kita turun secara drastis, sehingga bila imunitas tubuh kita lemah maka beberapa penyakit akan mudah masuk kedalam tubuh dan mengakibatkan sakit (Pipin, et.al.,2022). Beberapa penyakit yang terjadi disaat musim pancaroba antara lain flu, batuk, pilek, demam, Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), malaria, diare, demam berdarah, alergi, gatal-gatal, leptospirosis dan lain sebagainya (Wora, Ke, and Gare 2022). Selain itu pada musim penghujan juga sering terjadi genangan air yang dapat mengundang nyamuk yang dapat menyebabkan beberapa penyakit yang dapat mengganggu kesehatan (Tri 2019). Dengan timbulnya beberapa penyakit pada saat musim pancaroba maka perlu meningkatkan sistem imun tubuh agar tubuh memiliki pertahanan dan pencegahan terhadap penyakit yang dapat menular (Kusumo, R., Wiyoga, Y, 2020). Sistem imun merupakan hal yang penting serta perlu untuk dijaga dengan tujuan agar daya tahan tubuh tetap stabil dalam kondisi optimal (Elfahmi, Woerdenbag, 2020). Imunomodulator dari herbal merupakan bahan alami yang berasal dari tumbuhan yang dapat digunakan untuk menaikkan atau mengembalikan ketidakseimbangan sistem imun tubuh dengan cara memperbaiki fungsi sistem imun dengan menggunakan bahan yang merangsang sistem imun tersebut (Waode Munaeni et al. 2022).

Senyawa bioaktif tanaman yang berperan untuk meningkatkan aktivitas sistem imun (immunomodulator) diantaranya dari golongan flavonoid, hypophyllanthin, niranthin, hirtetralin, phyrtetralin, phyrophorbide gingerol, antosianin dan xanthone (Redi Aryanta.2019). Immunomodulator adalah zat atau senyawa yang dapat memodulasi atau membantu meningkatkan kegiatan dan fungsi sistem kekebalan tubuh. Berdasarkan bagaimana pekerjaan imunomodulator dibagi menjadi agen yang meningkatkan fungsi dan aktivitas sistem kekebalan tubuh (immunostimulator), mereka mengatur sistem kekebalan tubuh (immunoregulator) dan menghambat atau menekan system immunosupresif (immunosuppressor). Respons non-spesifik (imunitas bawaan) adalah respons imun terhadap zat asing yang menembus dalam tubuh, sedangkan respons imun spesifik (adaptif) adalah jawaban untuk antigen tertentu (Galanakis, C. M, 2020). Sistem imun dapat melibatkan berbagai sel, protein, sinyal-sinyal kimia sebagai respons tubuh terhadap adanya zat asing masuk ke dalam tubuh. Sistem imun yang tidak terkontrol menyebabkan beberapa kelainan.

Tanaman herbal tradisional Indonesia dapat dijadikan alternatif dari pengganti obat sintetis untuk menjaga sistem imunitas tubuh dengan menggunakan tanaman herbal yang memiliki aktivitas imunomodulator (Yuan Shan, C., & Iskandar, Y.2018). Immunomodulator dibagi 2 yaitu imunomodulator sintesis seperti obat-obatan dan imunomodulator alami berasal dari bahan alam tumbuhan yang lebih aman digunakan karena memiliki efek samping lebih ringan. Tanaman herbal adalah tanaman yang diidentifikasi dan diketahui atas dasar pengamatan manusia memiliki senyawa yang bermanfaat untuk mencegah, menyembuhkan penyakit dan melakukan beberapa fungsi biologis (Prihandiwati, E., & Rahim, A. 2021). Penyembuhan berbasis tanaman herbal adalah metode penyembuhan menggunakan bahan alami. Manfaat mengkonsumsi ramuan tanaman obat herbal ini pada infeksi saluran pernapasan akibat virus adalah untuk membangun stimulasi dan efek peradangan untuk mengelola sistem kekebalan. Sel T terutama CD4+ dan CD8+ memainkan peran anti virus yang signifikan untuk memerangi patogen dan meningkatkan risiko pengembangan autoimunitas atau peradangan.

Desa Srikuncoro Bengkulu Tengah memiliki luas 193,000 Ha dengan jumlah penduduk 2,091 jiwa merupakan daerah pertanian yang sangat subur dengan suhu antara 28- 32°C. Sebagian besar

penduduk merupakan petani dan dilingkungan rumah terdapat tanaman yang dapat digunakan sebagai bahan obat tradisional maupun sebagai bumbu dapur, namun demikian masyarakat belum mengetahui bahwa tumbuhan tersebut dapat digunakan untuk menaikkan imunitas tubuh. Penyuluhan kepada masyarakat Desa Srikunoro Bengkulu Tengah merupakan upaya mandiri dengan tujuan untuk meningkatkan imunitas tubuh melalui edukasi tanaman apa saja yang dapat digunakan sebagai imunomodulator dalam menghadapi musim pancaroba. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang *herbal medicine* untuk meningkatkan imunitas dalam menghadapi musim pancaroba dilakukan di Desa Srikunoro Bengkulu Tengah. Pemilihan lokasi pengabdian didasari bahwa daerah tersebut merupakan daerah pertanian yang subur dan memiliki tanaman *herbal medicine*, namun masyarakat belum mengetahui tentang potensi tanaman yang dapat digunakan untuk meningkatkan imunitas tubuh. Maka dari itu perlu dilakukan edukasi dan penyuluhan agar dapat secara mandiri menggunakan *herbal medicine* sebagai imunomodulator dalam menghadapi musim pancaroba.

## **METODE**

Profil Mitra, yaitu STIKes Bhakti Husada Bengkulu merupakan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yang Aktif dalam Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, pada Pengmas Kali ini STIKes Bhakti Husada Bengkulu Bekerjasama dengan Puskesmas yang ada di Desa Srikunoro Bengkulu Tengah dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang *herbal medicine* untuk meningkatkan imunitas dalam menghadapi musim pancaroba dilakukan di Desa Srikunoro Kabupaten Bengkulu Tengah. Tahapan kegiatan diantaranya sebagai berikut:

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini dimulai dengan menetapkan tujuan dari kegiatan, merumuskan permasalahan yang terjadi, identifikasi sumber daya yang terlibat dalam kegiatan, seperti tenaga yang membantu pelaksanaan kegiatan, sumber alat dan bahan untuk proses kegiatan, mengembangkan rencana dari pelaksanaan solusi permasalahan, berkoordinasi dengan pihak STIKes Bhakti Husada Bengkulu terkait dengan pelaksanaan pengabdian masyarakat.

2. Tahap Perencanaan

Tahapan ini menetapkan tugas pokok dan fungsi masing-masing petugas pengabdian masyarakat dalam pelaksanaan kegiatan, mengorganisir jalannya kegiatan penyuluhan.

3. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Desa Srikunoro, Kabupaten Bengkulu Tengah, pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan cara penyebaran leaflet tentang Peran Jamur dalam Meningkatkan Sistem Imunitas Tubuh dalam menghadapi Musim Pancaroba, penyuluhan melalui pemberian informasi Tentang Peran Jamu dalam Meningkatkan Sistem Imunitas Tubuh dalam menghadapi Musim Pancaroba, penyuluhan dan pelatihan sebanyak 50 orang. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat berupa kuesioner yang berisi 10 pertanyaan tertutup. Pelatihan diawali dengan penyampaian materi mengenai Peran Jamu dalam meningkatkan sistem imun tubuh pada kondisi pancaroba.

Adapun metode yang digunakan pada kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini yaitu Pre-test: mengukur pengetahuan awal peserta tentang ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh menggunakan kuesioner. Pelatihan dilakukan dengan membuat ramuan yang kemudian diikuti oleh peserta penyuluhan dan pelatihan. Post-test: Pengukur kembali pengetahuan peserta tentang ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh menggunakan kuesioner yang sama. Hasil pre-test dan post-test kemudian dianalisis menggunakan SPSS yaitu T-test. Uji normalitas menghasilkan angka signifikan sebesar 0,096. Hasil menunjukkan data tersebar secara normal karena hasil  $> 0,05$ .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pelaksanaan Penyuluhan dan Edukasi Tentang Peran Jamu dalam Meningkatkan Sistem Imunitas Tubuh dalam menghadapi Musim Pancaroba. yang telah dilaksanakan oleh Dosen STIKes Bhakti Husada Bengkulu pada tanggal 08 Desember 2023, bertempat Di Desa Srikuncoro Bengkulu Tengah didapatkan hasil:

Tabel 1. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan

No	Kegiatan Penyuluhan	Jumlah
1	Peserta Hadir	50
2	Peserta Tidak Hadir	-
3	Media yang Digunakan	Leaflet

Penyuluhan merupakan kegiatan informal yang mampu mengubah pola pikir masyarakat menuju keadaan yang lebih baik (Notoatmodjo, 2020). Penyuluhan tentang ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dilakukan di Desa Srikuncoro Bengkulu Tengah memiliki tujuan sebagai media bagi masyarakat untuk lebih mengenal resep ramuan tradisional untuk peningkat imun tubuh yang dibutuhkan di masa pandemi. Target dari kegiatan pelatihan masyarakat ini adalah adanya perubahan psikomotorik dimana masyarakat memiliki kemampuan atau keahlian dalam membuat ramuan tradisional sehingga dapat diimplementasikan ke dalam kehidupan sehari – hari serta mengetahui khasiat tanaman herbal yang dapat meningkatkan sistem imun tubuh yang ada disekitar rumah. Kegiatan diawali dengan pengenalan dan dilanjutkan dengan pengisian lembar *informed consent* dan Lembar pre-test. Selanjutnya pemberian materi dan pelatihan yang berlangsung selama kurang lebih 45 menit dan pada akhir sesi pemateri maupun pelatihan memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan. Akhir dari kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini adalah dengan memberikan soal post-test untuk menganalisis adanya perubahan pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Foto Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Di Desa Srikuncoro Kab. Bengkulu Tengah disajikan pada gambar 1.





Gambar 1 Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Di Desa Srikuncoro Kab. Bengkulu

Tabel. 2 Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Usia/ Tahun</b>		
20 – 30	4	7,69
31 - 40	9	15,38
41 – 50	9	34,62
51 – 60	4	34,62
<b>Pekerjaan</b>		
Penjahit	1	3,85
Buruh	4	15,39
Wiraswasta	4	3,85
Pegawai Negeri	1	3,85
Ibu Rumah Tangga	1	3,85
<b>Jumlah</b>	37	103,86

Berdasarkan data dari tabel 2 tentang karakteristik Responden, umur responden terbanyak adalah sebesar 34,62 % dengan rentang usia 41- 50 dan 51 – 60 tahun. Usia dapat mempengaruhi pengetahuan, Hal ini terjadi dimana pengetahuan seseorang akan semakin baik diiringi dengan semakin bertambahnya usia dan kemampuan daya tangkap serta pola pikir orang tersebut. Ibu rumah tangga menjadi pekerjaan paling banyak dengan persentase sebesar 69,23%. Menurut Waode Munaeni et al. 2022, pekerjaan pada dasarnya memberikan pengalaman dan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang memiliki pekerjaan akan sering berkomunikasi dengan orang lain.

Tabel 3. Data Frekuensi Berdasarkan Kategori Pengetahuan

Tingkat pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Sebelum penyuluhan</b>		
Baik	39	88,46
Sedang	10	11,54
Kurang	1	3,85
<b>Jumlah</b>	50	100
<b>Setelah Penyuluhan</b>		
Baik	49	98,2
Sedang	1	2,8
Kurang	0	0
<b>Jumlah</b>	50	100

Hasil data frekuensi menunjukkan sebelum penyuluhan didapatkan hasil dalam kategori baik sebesar 98,2% sebanyak 49 responden, kategori sedang sebesar 2,8% sebanyak 1 responden. Sedangkan setelah penyuluhan dan pelatihan diberikan, didapatkan hasil dengan kategori baik sebesar 100% sebanyak 50 responden dimana terjadi peningkatan pengetahuan pada responden setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan mengenai ramuan tradisional. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan memberikan pemaparan materi baik melalui power point, leaflet serta pelatihan terjadi kenaikan sebanyak 11,15%. Kenaikan ini menunjukkan bahwa meningkatnya pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan. Berdasarkan hasil uji t menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,020. Uji t menunjukkan hasil signifikan apabila  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $t_{hitung} < 0,05$  dan menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kedua variabel dan sebaliknya. Hasil uji T membuktikan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan tentang pengetahuan responden dikarenakan hasil signifikansi  $0,02 < 0,05$ . Faktor pendukung meningkatnya pengetahuan pada kegiatan penyuluhan yaitu faktor pekerjaan, pendidikan dan usia.

## SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan pelatihan yang telah dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai ramuan tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh, dapat disimpulkan hasil pre-test dihasilkan sebesar 88,46% berkategori baik dengan kategori kurang sebanyak 1 responden dan kategori sedang sebanyak 10 responden. Hasil post-test dihasilkan sebesar 98,2 % dengan kategori baik sebanyak 49 responden. Dan adanya pengaruh yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan sebesar 0,02. Penyuluhan dan pelatihan ini diharapkan dapat diterapkan oleh Ibu – ibu PKK untuk membuat dan mengkonsumsi ramuan tradisional serta meningkatkan daya tahan tubuh baik di lingkungan keluarga maupun dilingkungan sekitar. Dan hasil dari pelatihan ini diharapkan dapat memberikan informasi terhadap masyarakat akan pentingnya ramuan tradisional untuk peningkat daya tahan tubuh.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aldizal, R., Rizkio, M., Perdana, F., Suci, F., Galuh, V., Putri, A., Rina, A., Cahyani, N. D., Yanti, R., & Khendri, F. (2019). Review: Tanaman Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) sebagai Obat Tradisional. *Jurnal Ilmiah Farmako Bahari*. <https://doi.org/2087-0337>
- Elfahmi, Woerdenbag, H. J., & Kayser, O. (2020). Jamu: Indonesian traditional herbal medicine towards rational phytopharmacological use. In *Journal of Herbal Medicine*. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2014.01.002>
- Redi Aryanta, I. W. (2019). MANFAAT JAHE UNTUK KESEHATAN. *Widya Kesehatan*. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- UNICEF. (n.d.). Novel coronavirus (COVID-19) outbreak: What you should know . Retrieved July 23, 2020, from <https://www.unicef.org/indonesia/coronavirus>
- Yuan Shan, C., & Iskandar, Y. (2018). Studi Kandungan Kimia Dan Aktivitas Farmakologi Tanaman Kunyit (*Curcuma longa* L.). *Pharmacia*.
- Aryanta, I. (2019). Manfaat Jahe untuk Kesehatan. *E-Jurnal Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43.
- BMKG.2019.*Buku Informasi Perubahan Iklim Dan Kualitas Udara Di Indonesia*. Jakarta: Badan Meteorologi Klimatologi dan Geofisika.

- Elfahmi, Woerdenbag, H. J., & Kayser. (2014). Jamu: Indonesian Traditional Herbal Medicine Towards Rational Phytopharmacological Use. *Journal of Herbal Medicine*, 4(2), 51–73.
- Galanakis, C. M. (2020). The Food Systems in the Era of the Coronavirus (COVID-19) Pandemic Crisis. *Foods*, 9(4), 523.
- Kusumo, R., Wiyoga, Y., Perdana, P., Khairunnisa, I., Suhandi, I., & Prastika, S. (2020). Tingkatan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi. *Jurnal Layanan Masyarakat*, 4(2), 465–471.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Tri, Wurisastuti. 2019. Perilaku Bertelur Nyamuk *Aedes aegypti* Pada Media Air Tercemar. *Jurnal Biotek Medisiana Indonesia* 2(1): 25–32.
- Prihandiwati, E., & Rahim, A. (2021). Pemanfaatan Tanaman Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Di Desa Tatah Layap, Martapura, Kalimantan Selatan. *Jurnal Bakti Untuk Negeri*, 1(1), 33–37.
- Pipin, A. ., Rohmah, U. N., Utami, R. A. ., Efkelin, R., & Ardiansyah. (2022). Penerapan Program Care Each Other (Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Masa Pandemi COVID-19) di Panti Asuhan Aisyiyah <https://doi.org/10.54832/jhics.v1i1.2>
- Waode Munaeni et al. 2022. *Perkembangan Dan Manfaat Obat Herbal Sebagai Fitoterapi*. eds. Mika Tri Kumala Swandari and Maic Audo Eybi Mayer. Makassar: CV. Tohar Media.
- Wora, Mikael, Hendriko Dodi Ke, and Mansuetus Gare. 2022. Pengelolaan Perancangan Sarana Prasarana Berbasis Lokal Di Desa Pemo Kecamatan Kelimutu Kabupaten Ende Melalui Kegiatan Kuliah Kerja Nyata Mandiri. *Prima Abdika : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2(2): 192–99.