



SOSIALISASI PEMANFAATAN JAMU TRADISIONAL DAN EDUKASI PENCEGAHAN COVID-19 DALAM RANGKA TANGGAP PANDEMI COVID-19

Nurul Waqiah

Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
E-mail : nurulwaqiah07@gmail.com

Dr. Feliks Anggia Binsar Kristian Panjaitan, MM., Cm. NNLP., CMA
Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstrak

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat dimasa pandemi Covid-19 dilaksanakan secara individu berdasarkan tempat tinggal masing-masing mahasiswa dengan berbagai macam persyaratan yang diberikan oleh pihak kampus, yang salah satunya bertujuan untuk memberikan pencegahan penyebaran virus Covid-19. Adapun masalah yang dihadapi yaitu kurangnya kesadaran masyarakat tentang bahaya Covid-19 dan masyarakat tetap melakukan kegiatan dengan normal tanpa memperdulikan protokol kesehatan yang telah dianjurkan pemerintah. Dari rumusan masalah maka tujuan diadakan program kerja ini, yaitu: (1) memberikan edukasi kepada masyarakat tentang adanya virus Covid-19 (2) menumbuhkan kesadaran terhadap masyarakat akan bahaya Covid-19 (3) memberikan sosialisasi mengenai khasiat dari jamu herbal yang dapat menjadi salah satu upaya pencegahan Covid-19. Mengkonsumsi jamu herbal dapat meningkatkan imun tubuh masyarakat sehingga dapat memberikan kesadaran masyarakat bahwa dengan mengkonsumsi jamu herbal juga dapat menjadi upaya pencegahan pencemaran virus Covid-19. Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam melakukan program kerja ini antara lain: (1) melakukan analisis (kondisi masyarakat) (2) perizinan dengan pejabat setempat (3) koordinasi dengan mitra pengabdian (4) penyampaian ide dan koordinasi program (5) pelaksanaan program pengabdian, adapun tujuan program ini yaitu: meningkatkan pemahaman penerapan protokol kesehatan dan pemanfaatan jamu herbal untuk meningkatkan imun tubuh. Diharapkan dengan terlaksananya program ini dapat memahami secara komprehensif dan utuh bagaimana berperilaku di masa pandemi Covid-19 ini dengan mengkonsumsi jamu herbal sebagai salah satu upaya pencegahan virus Covid-19.

Kata Kunci: *sosialisasi, edukasi, pencegahan Covid-19*

PENDAHULUAN

Jalan Tambak Asri Gang 26 mawar terletak di wilayah Kecamatan Kremlangan, kota Surabaya bagian Barat dan memiliki penduduk yang tinggi. Dengan kondisi pandemi seperti sekarang masyarakat mulai berhati-hati dalam memilih makanan dan minuman, karena pada masakini banyak makanan dan minuman yang mengandung pengawet buatan dan zat kimia berbahaya yang tidak baik untuk kesehatan tubuh. Sebagian masyarakat jarang mengkonsumsi jamu herbal kebanyakan dari mereka mengkonsumsi minuman yang siap saji tanpa memikirkan kandungan yang berada didalam minuman tersebut. Salah satu cara meningkatkan daya tahan tubuh adalah minum jamu. Jamu adalah istilah yang berasal dari bahasa Jawa, tepatnya pada 16 Masehi. Kata Jamu berasal dari dua kata, yaitu "Djampi" dan "Oesodo" yang memiliki makna obat, doa, dan juga berarti formula yang berbau magis. Jamu pertama kali muncul pada zaman Kerajaan Mataram atau sekitar 1300 tahun yang lalu. Keberadaan jamu sejak zaman dahulu dapat dilihat dari beberapa bukti sejarah. seperti relief pada candi Borobudur. Relief Candi Borobudur yang dibuat oleh Kerajaan Hindu-Budha



tahun 772 M menggambarkan kebiasaan meracik dan meminum jamu untuk memelihara kesehatan. Bukti sejarah lainnya yaitu penemuan prasasti Madhawapura dari peninggalan kerajaan Hindu-Majapahit yang menyebut adanya profesi ‘tukang meracik jamu’ yang disebut Acaraki. Ditemukannya Lontar Usada di Bali yang ditulis menggunakan bahasa Jawa kuno menceritakan mengenai penggunaan jamu juga menjadi bukti keberadaan jamu sejak zaman dahulu. Menyebarluasnya konsumsi jamu di masyarakat dipengaruhi banyaknya ahli botani yang mempublikasikan tulisan-tulisan mengenai ragam dan manfaat tanaman untuk jamu.

Jamu sudah lama digunakan masyarakat Indonesia untuk memelihara kesehatan tubuh dan mencegah berbagai macam penyakit. Untuk itu saya ingin memberikan sosialisasi mengenai khasiat dari jamu herbal yang dapat menjadi salah satu upaya pencegahan pencemaran virus Covid19. Dengan adanya sosialisasi ini dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat bahwadengan mengkonsumsi jamu herbal dapat menjadi salah satu upaya dalam pencegahan Covid-19. Dengan demikian diharapkan masyarakat dapat memahami secara komprehensif dan utuh bagaimana harus berperilaku dimasa pandemic Covid-19.

Selama pandemi Covid-19, menjaga kesehatan tubuh menjadi hal yang wajib dilakukan semua masyarakat. Selain menggunakan obat-obatan modern, masyarakat juga bisa mengonsumsi jamu atau ramuan tradisional khas Indonesia yang bermanfaat menjaga kesehatan tubuh. Jamu diracik menggunakan berbagai macam rempah khas Nusantara yang mudah ditemukan baik di pasar tradisional maupun pasar swalayan.

Berdasarkan uraian diatas maka dengan mengkonsumsi jamu herbal atau obat tradisional telah dipercaya ratusan tahun dalam penanganan berbagai penyakit. Karena itu setiap ada penyakit yang mewabah, obat tradisional selalu menjadi pertimbangan untuk menjadi salah satu jawaban dalam penanggulangannya. Ketika wabah COVID-19 menyebar pertama kali, Pemerintah Cina secara resmi langsung menetapkan beberapa jenis obat tradisionalnya untuk dipakai sebagai terapi komplementer dan kemudian para ahli di China melakukan uji klinik beberapa obat tradisionalnya untuk menjadi salah satu pilihan pengobatan. Sampai saat ini belum ada bukti klinis suplemen apapun yang dapat mencegah atau melindungi seseorang dari infeksi COVID-19. Kita pernah mendengar suplemen vitamin C, vitamin D3, Zink, probiotik, dan lainnya tapi belum ada bukti ilmiah bahwa nutrisi tersebut bisa secara spesifik mencegah penularan COVID-19. Meski begitu, peningkatan popularitas obat tradisional atau jamu selama pandemi COVID-19 bukan tanpa alasan. Pemerintah China secara resmi menyatakan bahwa obat tradisionalnya dapat meringankan gejala, mempercepat penyembuhan, dan mengurangi angka kematian akibat COVID-19. Walaupun belum ada uji klinis secara spesifik, tapi China menggunakan langsung pada pasien COVID-19 di rumah sakit.

Gerakan minum jamu digiatkan kembali setelah dua WNI asal Depok, Jawa Barat, dinyatakan positif corona yang menjadi kasus infeksi pertama di Indonesia. Ketua Umum Visi Indonesia Unggul (VIU) Horas Sinaga di Jakarta, Kamis, mengatakan pihaknya menjadi satu yangmendorong digiatkannya kembali gerakan minum jamu secara nasional merespons wabah virus corona atau Covid-19. "Gerakan nasional minum jamu tradisional ini adalah upaya konkret menanggulangi ancaman virus corona. Implikasinya juga jelas bagi ekonomi rakyat," kata Horas Sinaga. Sebelumnya hasil riset seorang peneliti dari Universitas Airlangga Surabaya Prof Nidom menyimpulkan tanaman jamu seperti temulawak dan kunyit bisa meningkatkan ketahanan tubuh terhadap serangan virus termasuk corona. Maka mengkonsumsi jamu-jamuan dinilai penting di samping juga menerapkan pola hidup sehat, berolahraga, menjaga kebersihan diri dan lingkungan,mengkonsumsi makan makanan bergizi yang seimbang, hingga istirahat cukup dan tidak stres. Horas Sinaga menyebut, jamu juga merupakan produk budaya luhur nenek moyang bangsa di Nusantara yang menjadi tradisi turun-temurun. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada 2013,sekitar 60 persen penduduk



Indonesia yang berumur lebih dari 15 tahun pernah minum jamu.

Selain itu, 95 persen dari mereka yang minum jamu merasakan manfaatnya. Pengobatan tradisional dengan ramuan atau jamu juga dikonsumsi oleh sekitar 30 persen rumah tangga di Indonesia. Ini mengindikasikan jamu sudah menjadi bagian dari hidup masyarakat Indonesia. "Minum jamu itu bagus. Contohnya, temulawak, dari studi penelitian di laboratorium, kandungan xantorrhizol pada temulawak terlihat punya efek antibakteri, antiradang, antioksidan, menghambat pertumbuhan selkanker, dan mencegah sumbatan pembuluh darah. Temulawak dipercaya bisa tingkatkan nafsu makan dan mengatasi masalah kandung empedu, hati, dan gangguan pencernaan, seperti perut kembung," kata Horas. Oleh sebab itu, Gerakan Nasional Minum Jamu, menurut Horas, merupakan langkah konkret yang penting diberlakukan saat ini oleh Pemerintah. Beberapa manfaat mengkonsumsi jamu bagi tubuh dan sebagian besar sudah teruji secara klinis: membantu mempertahankan imunitas tubuh, Pereda nyeri, obat hipertensi, obat asam urat, dan penambah nafsu makan.

Hal ini menjadi perhatian saya dalam melakukan kegiatan ini karena ingin memberikan edukasi kepada masyarakat tentang adanya virus Covid-19 dan kami berusaha memberikan kesadaran kepada masyarakat akan bahaya Covid-19 dan bukan hanya itu saja kami ingin memberikan sosialisasi mengenai khasiat dari jamu herbal dapat meningkatkan imun tubuh masyarakat. Adapun kendala yang dapat menjadi permasalahan di antara lain: pertama, kurangnya pemahaman masyarakat tentang bahaya covid-19. Kedua, kurangnya pengetahuan tata cara pembuatan jamu herbal dan jarangnya masyarakat mengkonsumsi jamu herbal.

Berdasarkan tinjauan masalah tersebut maka tujuan diadakan kegiatan ini yaitu: 1) sebagai wujud pengabdian mahasiswa terhadap masyarakat. 2) menumbuhkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan Covid-19. 3) menjaga nilai tradisi jamu agar tidak tergeser dengan adanya produk minuman modern sebagai minuman herbal dalam pencegahan Covid-19.

METODE PELAKSANAAN

1. Analisi situasi

Analisis situasi dilakukan untuk menganalisis kondisi dan lokasi pelaksanaan Pengabdian Masyarakat kepada masyarakat oleh mahasiswa sebelum pelaksanaan kegiatan

2. Permasalahan

Permasalahan ini diperoleh setelah melakukan analisis situasi Permasalahan yang ditemukan di lokasi sekitar warga RT 30 RW 06, yakni mereka tetap melakukan segala kegiatan sehari-hari dengan keadaan normal tanpa memperdulikan kondisi mengenai Covid-19. Jadi, mereka terlihat enggan dalam mematuhi protokol kesehatan yang ditetapkan oleh pemerintah. Akan tetapi tidak keseluruhan warga enggan akan hal tersebut, hanya beberapa warga yang terlihat enggan mengenai protokol kesehatan. Sehingga saya rasanya perlu memberikan edukasi tentang pencegahan Covid-19 kepada masyarakat sekitar.

Selain itu, saya melihat warga RT 30 jarang mengkonsumsi jamu herbal kebanyakan dari mereka mengkonsumsi makanan dan minuman yang tidak sehat seperti makanan siap saji dan lain-lain sehingga saya ingin memberikan sosialisasi pemanfaatan jamu herbal. Sehingga mereka sadar bahwa dengan mengkonsumsi jamu herbal dapat mencegah penularan Covid-19.



3. Ide

Ide diperlukan untuk memberikan solusi dalam mengatasi permasalahan yang ditemukan dan dihadapi oleh masyarakat.

4. Koordinasi

Setelah menemukan ide/gagasan dilakukan koordinasi dengan mitra tentang program kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan.

5. Persetujuan

Setelah koordinasi dengan mitra tentang program kegiatan pengabdian masyarakat kemudiandilakukan persetujuan dengan mitra yang dilengkapi dengan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Melakukan sosialisasi pembuatan jamu herbal dan manfaatnya sebagai upaya pencegahan virus Covid-19 adalah salah satu kegiatan pengabdian masyarakat yang kami lakukan di Jalan Tambak Asri Gang 26 Mawar, Kecamatan Krembangan Kota Surabaya. Mengkonsumsi jamu herbal dapat meningkatkan imun tubuh masyarakat. Minuman olahan ini tidak mengandung bahan kimia yang berbahaya, serta memiliki kandungan manfaat yang cukup bagi kesehatan tubuh dimasa pandemi Covid-19.

Di Indonesia, sebagian orang lebih percaya jamu sebagai alternatif pengobatan dengan menggunakan obat-obat herbal karena dianggap bersifat alami, sehingga bebas dari efek samping yang tidak diinginkan. Kebanyakan orang mengkonsumsi jamu untuk menjaga kesehatannya, memelihara kecantikan tubuh, suplemen penambah tenaga dan gairah hidup. Jamu yang terdiri dari tanaman obat memberikan dampak yang terlihat lambat tetapi bersifat memperbaiki dibanding obatkimiawi yang memberikan efek cepat dan adanya efek samping. Oleh karena itu, jamu sering digunakan sebagai kombinasi pengobatan untuk mengobati penyakit kronis. Pengobatan dengan menggunakan tanaman obat memiliki beberapa keuntungan, yaitu relatif aman untuk dikonsumsi,memiliki toksisitas yang rendah serta tidak meninggalkan residu. Contoh tanaman obat yang banyak digunakan untuk mengobati penyakit dan telah lulus uji klinis menurut saintifikasi adalah jenis tanaman temulawak dan kunyit. Informasi yang dihimpun dari Pusat Studi Biofarmaka IPB menyebutkan bahwa Curcuma Xanthorrhiza Roxb atau yang lebih dikenal temulawak, dan Curcuma Domestica Val atau yang lebih dikenal dengan kunyit merupakan tanaman obat dari family zingiberaceae yang banyak terdapat di Indonesia. Penelitian menunjukkan temulawak dapat berfungsi sebagai anti mikroba, antimetastatik, anti kanker, anti candida, antioksidan dan antihipolipidemik. Sedangkan Penelitian farmakologi menyebutkan bahwa kunyit dapat berfungsi sebagai anti inflamasi, antioksidan, anti protozoa, nematisidal, anti bakteri, anti venom, anti HIV, dan anti tumor. Warna kuning pada kedua rimpang merupakan cerminan dari senyawa bioaktif kurkuminoid yang dapat berfungsi sebagai penangkap radikal bebas, penghambat nitrit oksida, antiinflamasi, anti tumor, anti alergi, dan anti dementia. Seiring berkembangnya ilmu dan teknologi, jamu tradisional yang dulunya harus dipanen terlebih dahulu untuk dikonsumsi, sekarang sudah diolah dan dikemas secara modern. Saat ini banyak perusahaan yang mengembangkan jamu menjadi lebih praktis dan higienis. Jamu dikemas menjadi berbagai bentuk seperti bubuk, kapsul, tablet dengan kemasan yang lebih menarik sehingga konsumen mudah mendapatkan dan mengonsumsinya. Jamu herbal adalah obat tradisional berbahan alami warisan budaya yang telah diwariskan secara turun temurun dari generasi ke generasi untuk kesehatan. Sebagian besar masyarakat mengkonsumsi jamu herbal karena percaya memberikan manfaat yang cukup besar terhadap kesehatan baik untuk pencegahan dan pengobatan terhadap suatu penyakit maupun dalam hal menjaga kebugaran dan kecantikan serta meningkatkan stamina tubuh. Beberapa contoh produk jamu yang ada



dimasyarakat yang kita temui sehari-hari yaitu jamu beras kencur, jamu temulawak, jamu kunyit asem, jamu daun sirih, jamu cabe puyang, jamu pahitan, jamu kudu laos dan jamu uyup-uyup.

Pendampingan sosialisasi pembuatan jamu herbal dan manfaatnya upaya pencegahan virus Covid-19 dengan salah satu sasarannya adalah masyarakat lingkungan sekitar dalam bentuk pembuatan minuman herbal yaitu jamu kunyit asam yang dibantu oleh Mbak Eni selaku penjual jamu di lingkungan masyarakat sekitar, kemudian penyampaian manfaat dari jamu herbal oleh kami dan diakhiri dengan pembagian jamu herbal dan masker. Hal ini saya lakukan untuk membantu menyadarkan masyarakat tentang pentingnya pencegahan penyebaran Covid-19.

Minuman jamu herbal ini dapat dikonsumsi secara rutin dan teratur dan dapat memberikan khasiat yang optimal untuk kesehatan. Dengan adanya sosialisasi pembuatan dan pemanfaatan jamu herbal dapat memberikan arahan dan motivasi kepada masyarakat supaya lebih menjaga kesehatan tubuh. Kegiatan sosialisasi ini dapat respon positif dari masyarakat mereka cukup puas dan terbantu karena adanya tata cara pembuatan jamu herbal dengan baik dan benar.

Edukasi Covid-19 kali ini dilakukan melalui penempelan poster di sekitar wilayah RT 30 RW 06. Edukasi Covid-19 ini dilakukan dengan tujuan memberikan kesadaran kepada masyarakat sekitar tentang Covid-19 dan pencegahannya. Poster edukasi ini berisi pengetahuan tentang Covid-19. mulai dari cara pencegahan, tips hidup sehat selama pandemic Covid-19 dan lain-lain. Hasil dari edukasi Covid-19 melalui poster edukasi yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa Pengabdian Masyarakat membuat sebagian masyarakat mulai mematuhi protokol kesehatan dan sadar akan pentingnya pencegahan virus Covid-19.

SIMPULAN

Meskipun masih dalam masa pandemi Covid-19 kegiatan pengabdian masyarakat Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya tetap dilaksanakan dengan ketentuan yang berbeda. Pengabdian Masyarakat secara individu dan dilaksanakan di wilayah tempat tinggal masing-masing. Meskipun begitu mahasiswa tetap semangat dalam menjalankan serangkaian kegiatan yang dilakukan dan dengan adanya dukungan dan respon positif dari warga RT 30 RW 06 di Jalan Tambak Asri Gang 26 Mawar Kecamatan Kremlangan Kota Surabaya. Kegiatan dapat dijalankan dengan baik dan lancar. Kegiatan yang dilakukan tentunya dengan menerapkan protokol kesehatan dan juga physical distancing. Diharapkan dengan terlaksananya kegiatan sosialisasi pembuatan jamu herbal dan manfaatnya sebagai upaya pencegahan virus Covid-19 dapat membantu warga dalam mengatasi pencegahan virus Covid-19.

Saran untuk warga di lokasi kegiatan yakni warga perlu memahami peran edukasi Covid-19 dalam pencegahan Covid-19 karena dengan edukasi Covid-19 dapat membantu menyadarkan warga akan bahayanya Covid-19. Selain itu, Warga juga perlu mengkonsumsi jamu herbal sebagai peningkatan imun tubuh dan agar terhindar dari penularan virus Covid-19

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan ini penulis mengucapkan terima kasih Kepada Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya terkhusus kepada pihak LPPM serta Dosen Pembimbing memberikan arahan dalam proses kegiatan ini hingga selesai. Kemudian kepada ketua RT 30 RW 06 Tambak Asri, Kecamatan Kremlangan, Kota Surabaya telah mengizinkan melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat dan kepada ibu Eni selaku penjual jamu yang telah membantu saya menyelesaikan pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat dalam sosialisasi pembuatan



jamu herbal dan manfaatnya sebagai upaya pencegahan virus Covid-19 dari awal hingga akhir sehingga berjalan dengan lancardan terima kasih kepada semua pihak yang membantu dan berpartisipasi dalam kegiatan yang sayalakukan di wilayah RT 30 RW 06.

DAFTAR PUSTAKA

Pemberdayaan Perajin Jamu Tradisional Untuk mendukung Program Desa Wisata WonolopoKecamatan Mijen Kota Semarang , 16(1), 69-76

Taylor, G. S. (2017). Mengulik Manfaat Jamu untuk Kesehatan. [Cnnindonesia.Com](http://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20170812095145-255-234195/mengulikmanfaat-jamu-untuk-kesehatan). Retrieved from <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20170812095145-255-234195/mengulikmanfaat-jamu-untuk-kesehatan>

<https://hellosehat.com/infeksi/covid19/penularan-covid-19-vaksin/>

<https://www.antaranews.com/berita/1338006/gerakan-minum-jamu-digiatkan-setelah-indonesiapositif-corona>

<https://www.merdeka.com/jateng/7-manfaat-jamu-tradisional-untukkesehatan-menjaga-sistemkekebalan-tubuh-kln.html>