

# Pengaruh Pemberian Media Edukasi Pemanfaatan Ramuan Tradisional untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh terhadap Kelompok Toga di Wilayah Puskesmas Bambanglipuro

The Effect of Providing Educational Media on The Use of Traditional Herbs to Increase Body Resistance to Toga Group in The Area Bambanglipuro Health Center

ALFIA HUSNA\*<sup>1</sup>, RHISKA NOVALINDA<sup>1</sup>, ANA HIDAYATI<sup>1</sup>, LISTYAS WIJAYANTI<sup>2</sup>

Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan<sup>1</sup>

Puskesmas Bambanglipuro, Bantul, Yogyakarta<sup>2</sup>

\*Penulis korespondensi, email: [alfiahusna90080@gmail.com](mailto:alfiahusna90080@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar belakang:** Pada masa pandemi salah satu upaya yang dapat dilakukan secara mandiri untuk terhindar dari infeksi virus Covid-19 adalah dengan meningkatkan daya tahan tubuh. Daya tahan tubuh dapat ditingkatkan dengan cara mengkonsumsi imunostimulan yang dimanfaatkan dari tanaman tradisional yang ada disekitar. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan daya tahan tubuh adalah mengonsumsi ramuan tradisional. Masyarakat di wilayah Puskesmas Bambanglipuro memiliki Program Kerja yang bergerak dibidang pemanfaatan tanaman obat keluarga dan disebut dengan Kelompok Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Dari hal tersebut, perlu dilakukannya edukasi mengenai pemanfaatan ramuan tradisional guna meningkatkan pengetahuan dan mendukung program kerja dari Kelompok TOGA.

**Tujuan:** Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah untuk melihat pengaruh dari pemberian media edukasi mengenai pemanfaatan ramuan tradisional khususnya pada Kelompok Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di wilayah Puskesmas Bambanglipuro.

**Metode pelaksanaan :** Kegiatan ini diikuti oleh 11 peserta dan pelaksanaan dimulai dengan adanya *pretest*, pemberian media edukasi dan *post test*. Data dianalisis dengan *Paired samples t-test*.

**Hasil dan Kesimpulan :** Didapatkan hasil nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar  $0.000 < 0.05$  yang artinya berbeda signifikan. Dengan presentase nilai *post test* peserta kategori berpengetahuan yang baik mencapai 100%. Hal ini menunjukkan bahwa peserta memiliki pengetahuan yang lebih baik setelah diberikan media edukasi.

**Kata kunci:** Pengaruh, media edukasi, video, ramuan tradisional

## ABSTRACT

*During the pandemic, one of the efforts that can be done independently to avoid infection with the Covid-19 virus is to increase the body's resistance. The body's resistance can be increased by consuming immunostimulants that are utilized from traditional plants that are around. One of the efforts that can be done to increase endurance is to consume traditional herbs. The community in the Bambanglipuro Health Center area has a Work Program that is engaged in the use of family medicinal plants and is called the Family Medicinal Plants Group (TOGA). From this, it is necessary to educate about the use of traditional uses to improve and support the work program of the TOGA Group. The purpose of this activity is to see the effect of providing educational media regarding the use of traditional herbs, especially in the Family Medicinal Plant Group (TOGA) in the Bambanglipuro Health Center area. This activity was attended by 11 participants and the implementation began with a pretest, provision of educational media and post-test. Data were analyzed by Paired sample t-test. The results obtained a significance value ( $p$ ) of  $0.000 < 0.05$ , which means that it is significantly different. With the percentage of post test scores of participants in the good knowledge category, it reached 100%. This shows that participants have better knowledge after being given educational media.*

**Keywords:** Influence, educational media, video, traditional herbs

## PENDAHULUAN

Daya tahan tubuh adalah sistem pertahanan diri terhadap serangan substansi asing yang terpapar ke tubuh kita. Apabila substansi asing ini masuk ke dalam tubuh, maka tubuh akan merespon dengan membentuk sistem imun dan respon imun. Respon imun terbagi menjadi dua fase yakni respon imun bawaan dan respon imun adaptif. Apabila sistem imun bawaan atau imun alami tubuh dapat mempertahankan tubuh dari serangan substansi asing, maka tubuh kita tidak akan sakit. Apabila sistem imun bawaan tidak bisa mempertahankan tubuh dari serangan substansi asing, maka respon yang terjadi adalah sakit. Ketika sakit maka respon imun adaptif akan bekerja lebih spesifik untuk melawan substansi asing yang masuk ke dalam tubuh. Terlebih lagi di masa pandemi Covid-19 kita harus menjaga imunitas tubuh agar terhindar dari Covid-19. Maka dari itu, supaya sistem imun dapat bekerja dengan baik untuk mempertahankan kondisi tubuh, kita perlu menjaga dengan cara mengkonsumsi imunostimulan yang dimanfaatkan dari tanaman tradisional yang ada disekitar masyarakat. Berdasarkan hal tersebut salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan daya tahan tubuh adalah mengonsumsi ramuan tradisional yang sangat melimpah dan bisa dikonsumsi secara rutin untuk pembentukan imunitas tubuh atau daya tahan tubuh.

Indonesia merupakan negara yang kaya akan keragaman tumbuhan. Handra (2005) menyatakan bahwa di Indonesia terdapat sekitar 30.000 spesies tanaman yang sebagian besar tersebar di wilayah hutan hujan tropis. Dari spesies tanaman tersebut, lebih dari 3300 spesies (11%) merupakan tanaman yang mempunyai khasiat obat dan baru sekitar 300 spesies yang telah dimanfaatkan oleh masyarakat yang berupa obat tradisional (jamu) dan minuman kesehatan produk herbal. Keberadaan rempah-rempah di Indonesia pada zaman dahulu telah dimanfaatkan sebagai minuman tradisional untuk mengobati penyakit dan diwariskan hingga saat ini (Mulyani, dkk. 2016).

Tanaman tradisional merupakan tanaman yang memiliki antioksidan tinggi yang dapat meningkatkan kekebalan tubuh (Helmalia, dkk. 2019). Ketersediaan tanaman tradisional yang dapat dengan mudah ditemui disekitar warga, memiliki potensi untuk diolah menjadi minuman atau ramuan tradisional. Salah satu cara mengolah tanaman tradisional adalah dengan menjadikannya suatu minuman herbal. Pada kegiatan ini bahan baku utama yang digunakan dalam pelaksanaan edukasi pemanfaatan ramuan tradisional yang diolah sebagai ramuan tradisional adalah kunyit, jahe, lengkuas, daun kelor dan bawang putih. Edukasi dilakukan dengan media berupa video berupa yang memuat tanaman yang digunakan, takarannya serta cara pembuatannya guna meningkatkan pengetahuan. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah untuk melihat pengaruh dari pemberian media edukasi mengenai pemanfaatan ramuan tradisional khususnya pada Kelompok Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di wilayah Puskesmas Bambanglipuro. Hal ini di latar belakang oleh karena kurangnya pengetahuan cara pengolahan dan menentukan takaran dari rempah-rempah/tanaman tradisional di kalangan ibu-ibu kader Kelompok TOGA di Wilayah Puskesmas Bambanglipuro.

## PELAKSANAAN KEGIATAN

Mencantumkan metode atau teknik penelitian, alat- alat khusus yang diperlukan dalam penelitian, teknik sampling dan cara analisis data secara jelas, sehingga dapat dimengerti dan diulang oleh peneliti lain.

Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Bambanglipuro pada tanggal 19 hingga 22 Februari 2022 dengan sasaran kegiatan adalah Kader Kelompok Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Kegiatan ini dilaksanakan dengan pemberian *pretest* terlebih dahulu kemudian pemberian media edukasi berupa video mengenai pemanfaatan ramuan tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Untuk melihat pengaruh dan efektivitas dari pemberian media edukasi tersebut, sehingga dilakukan kegiatan *post test*. Peserta yang mengikuti kegiatan *pretest* dan pemberian edukasi berjumlah 20

akan tetapi yang mengikuti hingga pelaksanaan post test berjumlah 11 peserta.

### Analisis Data

Analisis data menggunakan uji statistik yaitu *Paired Sample t-test* untuk melihat perbedaan perbedaan sebelum dan sesudah pemberian edukasi (perlakuan). Uji-t berpasangan (*paired t-test*) adalah salah satu metode pengujian hipotesis dimana data yang digunakan tidak bebas (berpasangan). Penarikan kesimpulan yang dilakukan didasarkan pada tingkat kepercayaan 95% atau tingkat signifikansi ( $100\%-95\% = 5\%$  ( $p < 0,05$ ) dengan rumus sebagai berikut :

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

- Md = mean dari perbedaan *pretest* dan *post test* (*post test - pretest*)
- Xd = deviasi masing-masing subjek ( $d - Md$ )
- $\sum x^2 d$  = jumlah kuadrat deviasi
- N = subjek pada sampel
- d.b = ditentukan N-1

Uji ini untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh pemberian media edukasi mengenai pemanfaatan ramuan tradisional dalam meningkatkan daya tahan tubuh pada Kader Kelompok TOGA dengan membandingkan hasil dari *pretest* dan *post test*. Selanjutnya dalam analisis menggunakan bantuan program SPSS versi 16.0.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Daya tahan tubuh atau sistem imun adalah sistem pertahanan diri terhadap serangan substansi asing yang terpapar ke tubuh kita. Apabila substansi asing ini masuk ke dalam tubuh, maka tubuh akan merespon dengan membentuk sistem imun dan respon imun. Respon imun terbagi menjadi dua fase yakni respon imun bawaan dan respon imun adaptif. Apabila sistem imun bawaan atau imun alami tubuh dapat mempertahankan tubuh dari serangan substansi asing, maka tubuh kita tidak akan sakit. Apabila sistem imun bawaan tidak bisa mempertahankan tubuh dari serangan substansi asing, maka respon yang terjadi adalah sakit. Ketika sakit maka respon imun adaptif akan bekerja lebih spesifik untuk melawan substansi asing yang masuk ke dalam tubuh. Terlebih lagi di masa pandemi Covid-19 kita harus menjaga imunitas tubuh agar terhindar dari Covid-19. Maka dari itu, supaya sistem imun dapat bekerja dengan baik untuk mempertahankan kondisi tubuh, kita perlu menjaga dengan cara mengonsumsi imunostimulan yang dimanfaatkan dari tanaman tradisional yang ada disekitar masyarakat. Berdasarkan hal tersebut salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan daya tahan tubuh adalah mengonsumsi ramuan tradisional. Ramuan tradisional dapat dimanfaatkan dari tanaman yang ada dilingkungan sekitar. Dari hal tersebut, perlu adanya pengetahuan mendasar dari pemanfaatan tanaman tradisional pada masyarakat.

Masyarakat di wilayah Puskesmas Bambanglipuro memiliki Program Kerja yang bergerak dibidang pemanfaatan tanaman obat keluarga dan disebut dengan Kelompok Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Dari hal tersebut, perlu dilakukannya edukasi mengenai pemanfaatan ramuan tradisional atau tanaman tradisional guna meningkatkan pengetahuan dan mendukung program kerja dari Kelompok TOGA tersebut. Edukasi yang dilakukan dengan pemberian media berupa video. Materi yang dipaparkan meliputi definisi daya tahan tubuh, kapan kita memerlukan daya tahan tubuh, bahan alam yang dapat digunakan untuk meningkatkan daya tahan tubuh yang diolah

menjadi ramuan tradisional, serta takaran dan cara mengolah bahan alam tersebut menjadi minuman herbal. Informasi cara pengolahan bahan alam meliputi penyiapan alat dan bahan, takaran serta tata cara pengolahan menjadi minuman.

Kegiatan ini diawali dengan membagikan *pretest* pada kader kelompok TOGA untuk mengukur pengetahuan awal sebelum diberikan edukasi dan mengetahui tanaman tradisional yang banyak berada di lingkungan sekitar. Setelah itu, diberikan Video Edukasi mengenai Pemanfaatan Ramuan Tradisional Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh dan dilanjutkan dengan pembagian dan pengisian *Post test* untuk mengukur hasil dari edukasi yang telah diberikan melalui Video tersebut.

Table 3. Data nilai sebelum perlakuan (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*post test*)

Nilai Pretest	Nilai Postest
70 / 100	100 / 100
80 / 100	100 / 100
70 / 100	100 / 100
80 / 100	100 / 100
80 / 100	90 / 100
80 / 100	90 / 100
70 / 100	100 / 100
50 / 100	100 / 100
70 / 100	100 / 100
80 / 100	90 / 100
70 / 100	90 / 100
<b>Rata-rata = 73/100</b>	Rata-rata = 96.36/100

Berdasarkan Tabel 1 rata-rata nilai pretest yang didapatkan adalah 73 yang artinya pengetahuannya cukup baik dan untuk pertanyaan yang sedikit menjawab dengan benar adalah mengenai takaran dan cara pengolahan yang benar pada ramuan tradisional tersebut. Sehingga pada media edukasi ini ditampilkan jelas mengenai takaran bahan yang digunakan serta cara pengolahannya. Setelah dilakukan pemberian media edukasi dan dilakukan Post test hasilnya menunjukkan nilai rata-ratanya sebesar 96.36. Dari hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh pada peningkatan pengetahuan.



Grafik 1. Presentase kategori nilai *pretest* dan *post test*

Berdasarkan Grafik 1 presentase nilai *pretest* yang didapatkan peserta dengan nilai kategori pengetahuan baik sebesar 45,5%. Sementara peserta dengan nilai kategori pengetahuan sedang memiliki presentase sebesar 45,5% dan sebanyak 9% peserta dengan nilai kategori pengetahuan yang cukup. Peningkatan pengetahuan peserta dapat dilihat dari presentase nilai *post test* dengan kategori pengetahuan yang baik mencapai 100%.

Table 4. *Paired Samples Test* Pengaruh Pemberian Media Edukasi Pemanfaatan Ramuan Tradisional

Paired Samples Test									
		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Pre test - Post test	-23.636	12.060	3.636	-31.739	-15.534	-6.500	10	.000

Berdasarkan Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian media edukasi pemanfaatan ramuan tradisional. Terbukti dengan adanya nilai signifikansi (p) sebesar 0.000, karena  $p < 0.05$  sehingga hipotesis diterima yang artinya terjadi perbedaan bermakna sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa peserta memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai Pemanfaatan Ramuan Tradisional khususnya pada takaran dan cara pengolahan yang benar setelah diberikan edukasi melalui media Video. Berdasarkan hal tersebut, maka pemberian media edukasi berupa video dapat dijadikan sarana untuk meningkatkan pengetahuan yang lebih baik dalam pemanfaatan ramuan tradisional sehingga bisa diterapkan ilmunya dalam kehidupan sehari-hari. Media berupa video dapat mendorong keinginan untuk mengetahui lebih banyak hal. Media berupa video efektif diberikan dikarenakan mempermudah orang menyampaikan dan menerima informasi serta dapat menghindarkan dari salah pengertian (Firdaus, 2016).

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kegiatan yang dilakukan pada Kelompok TOGA di Wilayah Puskesmas Bambanglipuro menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna dari pemberian media edukasi berupa video mengenai Pemanfaatan Ramuan Tradisional untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh. Dengan hasil nilai signifikansi (p) sebesar  $0.000 < 0.05$  yang artinya berbeda signifikan. Dengan presentase nilai *post test* peserta kategori berpengetahuan yang baik mencapai 100%. Hal ini menunjukkan bahwa peserta memiliki pengetahuan yang lebih baik setelah diberikan media edukasi.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, preceptor di Puskesmas Bambanglipuro dan semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan dan pembuatan artikel ini.

## PUSTAKA

Alami, A. E., Fattah, A., Chait, A. (2020). *Medicinal plants used for the prevention purposes during the covid-19 pandemic in Morocco. Journal of analytical sciences and applied biotechnology.*

BPOMRI, 2005, *Kriteria dan Tata Laksana Pendaftaran Obat Tradisional, Obat Herbal Terstandar dan Fitofarmaka*, Jakarta: Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 02-04.

Chen, Y., Liu, Q., & Guo, D. (2020). *Emerging coronaviruses: Genome structure, replication, and pathogenesis. Journal of Medical Virology*, 92(4), 418–423. <https://doi.org/10.1002/jmv.25681>.

Departemen Kesehatan RI. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI: 2009.

Departemen Kesehatan RI, (2005); Undang-Undang Republik Indonesia Nomor : 23 tahun 2005 Tentang Kesehatan; Jakarta.

Dewi, P.J.N., Hartiati, A. and Mulyani, S., 2016. pengaruh umur panen dan tingkat maserasi terhadap kandungan kurkumin dan aktivitas antioksidan ekstrak kunyit (*Curcuma domestica Val.*). *Jurnal Rekayasa dan Manajemen Agroindustri*, 4(3), pp.105-115

Dong, N., Yang, X., Ye, L., Chen, K., Chan, E. W. C., Yang, M., & Chen, S. (2020). *Genomic and protein structure modelling analysis depicts the origin and infectivity of 2019-nCoV, a new coronavirus which caused a pneumonia outbreak in Wuhan, China. BioRxiv*, 1–14. <https://doi.org/10.1101/2020.01.20.913368>.

Du, L., He, Y., Zhou, Y., Liu, S., Zheng, B. J., & Jiang, S. (2009). *The spike protein of SARS-CoV - A target for vaccine and therapeutic development. Nature Reviews Microbiology*, 7(3): 226–236. <https://doi.org/10.1038/nrmicro2090>.

Gohil, K.J., Patel, J.A. and Gajjar, A.K., 2010. Pharmacological review on Centella asiatica: a potential herbal cure-all. *Indian journal of pharmaceutical sciences*, 72(5), p.546.

Handra, H. (2005). Jamu Toga dan Apikasinya dalam Rumah Tangga. [http://kepegawaian.unpad.ac.id/info\\_detail.aspx?id=2](http://kepegawaian.unpad.ac.id/info_detail.aspx?id=2). Diakses tanggal 21 Februari 2022.

Helmalia, A.W. and Dirpan, A., 2019. Potensi Rempah-Rempah Tradisional Sebagai Sumber Antioksidan Alami Untuk Bahan Baku Pangan Fungsional). *Canrea Journal: Food Technology, Nutritions, and Culinary Journal*, pp.26-31.

Hui, David S., et al. “The continuing 2019-nCoV epidemic threat of novel coronaviruses to global health—The latest 2019 novel coronavirus outbreak in Wuhan, China.” *International Journal of Infectious Diseases* 91 (2020): 264-266.

Mulyani, H., Widyastuti, S.H. and Ekowati, V.I., 2016. Tumbuhan herbal sebagai jamu pengobatan tradisional terhadap penyakit dalam serat Primbon Jampi Jawi jilid I. *Jurnal Penelitian Humaniora UNY*, 21(2), p.124817

Pebiningrum, A., Kusnadi, J. and Rif'ah, H.I.A., 2018. Pengaruh Varietas Jahe (*Zingiber officinale*) dan Penambahan Madu Terhadap Aktivitas Antioksidan Minuman Fermentasi Kombucha Jahe. *Journal of Food and Life Sciences*, 1(2).

World Health Organization. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) situation report-94.