

# PENYULUHAN TERAPI KOMPLEMENTER RIMPANG DAN REMPAH INDONESIA SEBAGAI PENGUAT IMUNITAS TUBUH DI MASA PENDEMI DI MASYARAKAT TLOGOMAS MALANG

## COUNSELING COMPLEMENTARY THERAPY RHIZOMES AND INDONESIAN SPICES AS IMUNITY BOOSTER IN THE PENDEMIC ERA IN TLOGOMAS COMMUNITY MALANG

*Vita Maryah Ardiyani<sup>1</sup>, Novita Dewi<sup>2</sup>, Supriyadi<sup>3</sup>*  
*<sup>1,2,3</sup> Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang*  
[vitamaryah@gmail.com](mailto:vitamaryah@gmail.com)

### ABSTRAK

Dunia telah dalam bencana diserang salah satu virus yang lebih dikenal Covid-19. Virus ini sangat cepat menyebar luas diberbagai negara termasuk Indonesia . Terapi komplementer merupakan salah satu terapi alternatif menggunakan berbagai jenis tumbuhan secara tradisional yang dapat digunakan untuk menguatkan imunitas tubuh. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan berdasarkan hasil analisis situasi di Tlogomas Kota Malang dimana sebagian besar warga berada pada lingkungan yang disekitarnya terdapat tanaman rimpang dan rempah di halaman rumah. Berdasarkan analisa lingkungan tersebut dilaksanakan pengabdian masyarakat untuk memberikan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan terapi komplementer rimpang dan rempah. Pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan media online sebagai strategis pelaksanaan abdimas untuk memberikan penyuluhan terapi komplementer rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi kepada masyarakat. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan kepada masyarakat dengan memberikan kuesioner pretest dan posttest sebelum dan sesudah pemberian edukasi untuk mengetahui pemahaman responden tentang terapi komplementer rimpang dan rempah. Pemberian edukasi ini di lakukan melalui media online kepada masyarakat beserta diskusi dan tanya jawab melalui media call centre. Hasil analisis uji *Wilcoxon Sign Rank* didapatkan pengaruh edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi di Masyarakat Tlogomas. Pemahaman masyarakat dalam terapi komplementer rimpang dan rempah dirapkan mampu diaplikasikan sebagai terapi mandiri dapat di lakukan dalam kehidupan sehari –hari.

Kata kunci: Covid-19; rempah; rimpang; terapi komplementer

**ABSTRACT**

*The world has in the disaster was attacked one of the virus more commonly known covid-19. The virus is very quickly spread widely in some countries including Indonesia. Complementary therapy is one of therapy alternatif use different kinds of herbs traditionally who can be used to strengthen immunity. The implementation of community service were based on the analysis of the situation in tlogomas poor town where most of the citizens are on the environment around him there were plants a rhizome and spices in the backyard. Based on the environment has analysis be conducted devotion people to give health education in form of counseling rhizomes and spices. Complementary therapy Community service carried out with the media online as the implementation of strategic abdimas to provide counseling complementary therapy rhizomes and spices as reinforcement of the body in the pandemi immunity to the community. The whole series of activities was carried out to the community by providing pretest and posttest questionnaires before and after providing education to determine respondents' understanding of complementary rhizome and spice therapies. This education was provided through online media to the community along with discussions and questions and answers through call center media. The results of the Wilcoxon Sign Rank test analysis showed the effect of education on complementary therapy of Indonesian rhizomes and spices as immune boosters during the pandemic in the Tlogomas Community. Community understanding in the complementary therapy of rhizomes and spices is expected to be able to be applied as an independent therapy that can be done in everyday life.*

*Key words: Covid-19; rhizome; spices; complementary therapy*

## **PENDAHULUAN**

Saat ini dunia telah dalam bencana diserang salah satu virus yang lebih dikenal Covid-19. Virus ini sangat cepat menyebar luas diberbagai Negara termasuk Indonesia dan ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai pandemi global. Dari berbagai ragam gejala yang timbul, hampir sama dengan gejala flu akan tetapi Covid-19 lebih cepat berkembang sehingga akibatnya menimbulkan infeksi yang lebih serius pada gagal organ lain. Dampak dari pandemi Covid-19 pemerintah Indonesia mengambil kebijakan untuk menghimbau kepada masing-masing daerah seluruh provinsi di Indonesia menerapkan berbagai macam cara untuk mencegah peningkatan angka kejadian kasus Covid-19. Dalam upaya pencegahan yang diterapkan dimasa newnormal seperti pembatasan sosial berskala besar (PSBB), *physical distancing*, protocol kesehatan, pola hidup bersih, dan meningkatkan imunitas (Hiola, 2020). Hal ini dianggap sepele oleh sebagian masyarakat, tetapi ini bukanlah tanpa alasan.

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menunjukkan jumlah kasus sebanyak 5.803.785 atau 5,8 juta orang positif Covid-19 dan 357.714 jiwa telah meninggal dunia. Data Kemenkes RI tahun 2020 menunjukkan ada kasus baru

yang terjadi di awal bulan Maret 2020, penyakit baru sebanyak 2 orang dan terjadi penyebaran yang sangat cepat ke seluruh provinsi serta di beberapa kabupaten dan kota di Indonesia, pada tanggal 28 Mei 2020 tercatat jumlah penderita mencapai 24.538 orang dan 1.496 orang lainnya meninggal dunia (Kemenkes RI, 2020). Sedangkan data Dinkes Provinsi Jawa Timur pada tanggal 28 Mei 2020 terkonfirmasi jumlah penderita mencapai 4.271 orang dan yang meninggal 348 orang (Dinkes Jatim, 2020).

Masyarakat bila mudah terpapar Covid-19 salah satunya imunitas dalam tubuh rendah sehingga mudah terpapar Covid-19 (Abdillah, 2020). Imunitas merupakan sistem ketahanan dalam tubuh yang dapat menahan segala serangan penyakit, mendeteksi semua mikroorganisme yang masuk dalam tubuh, menghancurkan, serta menetralkan benda-benda asing atau sel-sel abnormal yang disebabkan berbagai macam bakteri, jamur, parasit, atau penyakit infeksi yang berpotensi merugikan tubuh (Izazi & Kusuma, 2020). Fungsi sistem imun itu sendiri untuk melawan infeksi penyakit, sehingga saat sistem imun lemah, maka tubuh tidak dapat mempertahankan diri dari berbagai macam masalah kesehatan, penyakit pun akan lebih mudah menyerang. Imunitas sudah didalam tubuh manusia

masing-masing, akan tetapi sistem imun bisa menurun ketika seseorang telah berusia lanjut, gaya hidup kurang sehat, kurang nutrisi, stress, tidak olahraga/bergerak, kurang istirahat (Gumantan, 2020).

Masyarakat yang memiliki imunitas rendah senantiasa menjaga dan meningkatkan sistem imun dalam tubuh sehingga tidak mudah terpapar berbagai penyakit infeksi, dengan cara memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi, seperti mengkonsumsi vitamin dan suplemen, misalnya vitamin A mengandung antioksidan untuk menangkal radikal bebas dan meningkatkan kekebalan tubuh, yang ada pada wortel, labu kuning dan ubi-umbian, vitamin C yang terdapat pada buah jeruk, stroberi, sayur bayam, paprika merah dan brokoli (Hiola, 2020). Selain buah, makanan sayur, terapi komplementer dengan bahan rimpang dan rempah juga dapat mempertahankan sistem imun dalam tubuh.

Terapi komplementer merupakan salah satu terapi alternatif menggunakan berbagai jenis tumbuhan secara tradisional tanpa bercampur obat komersial (Ratnaningsih, 2020). Jenis tumbuhan rimpang yang telah diketahui khasiatnya sebagai bahan terapi komplementer menyembuhkan berbagai macam penyakit seperti jahe, kunyit, lengkuas, temulawak,

dan kapulaga, yang dimana jenis tumbuhan rimpang (*rhizome*) tumbuh menjalar dibawah permukaan tanah dan dapat menghasilkan tunas serta akar baru dari ruas-ruas batangnya (Hakim, 2015). Rimpang dan rempah sangat mudah untuk didapat dan diolah menjadi ragam minuman seperti jamu, obat herbal atau sebagai bumbu dapur. Dengan saat ini ancaman Covid-19 yang begitu menyebabkan banyak masyarakat beraktivitas terbatas, merasa cemas, stress, sehingga mudah untuk daya tahan tubuh menurun (Septiana e, 2017). Imunitas seseorang ditingkatkan sehingga sel-sel yang ada di dalam tubuh dapat berfungsi dengan normal. Apa bila kekurangan nutrisi, sel-sel dalam tubuh dapat terganggu sehingga menurunkan sistem daya tahan tubuh (Susanti, 2020).

Penelitian (Rosyidi, 2020) membuktikan bahwa masih banyak kelompok masyarakat yang belum mengoptimalkan budidaya rimpang dan rempah untuk dikonsumsi seperti Wedang Uwuh, Jahe, dan Temulawak. Hal ini sangat menyebabkan bagi daya tahan tubuh.. Berdasarkan analisa lingkungan Kelurahan Tlogomas Malang sebelum dilaksanakan pengabdian masyarakat di dapatkan hasil sebagian besar warga memiliki tanaman rimpang dan rempah di sekitar lingkungan rumah akan tetapi

belum banyak yang mengetahui bahwa tanaman tersebut dapat di manfaatkan untuk menguatkan imunitas tubuh. Berdasarkan analisa lingkungan tersebut disimpulkan bahwa warga memerlukan penyuluhan terapi komplementer rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi.

## **METODE**

Pelaksanaan abdimas dilakukan berdasarkan hasil analisis situasi di Tlogomas Kota Malang dengan pendekatan CBR (*Comumunity Based Research*), kegiatan ini direncanakan dilakukan secara berkala pemilihan media dalam penelitian ini yaitu media online sebagai strategis pelaksanaan abdimas untuk memberikan edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh di masa pendemi kepada masyarakat.

Adapun materi yang akan disampaikan dalam kegiatan pengabdian masyarakat meliputi pengertian terapi komplementer, pengertian rimpang, rempah,jenis-jenis rimpang,rempah, manfaat dari rimpang dan rempah, faktor-faktor yang mempengaruhi rimpang,rempah, pengertian imunitas tubuh ,faktor –faktor penyebab penurunan imunitas tubuh. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan dalam satu hari pada tanggal 22 Desember

2020 dengan metode online menggunakan penyuluhan melalui zoom selama 1 jam dan pelayanan *call centre* lakukan selama 1 minggu, Pengabdian masyarakat di ikuti oleh 20 peserta. Seluruh peserta diberikan kuesioner pretest dan posttest sebelum dan sesudah pemberian edukasi untuk mengetahui pemahaman responden tentang terapi komplementer rimpang dan rempah. Pemberian edukasi ini dilakukan melalui media online kepada masyarakat beserta diskusi dan tanya jawab melalui media call centre.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data umum dalam penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan, data disajikan sebagai berikut:

Tabel .1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di Masyarakat Tlogomas Tahun 2021

<b>Karakteristik</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>Umur</b>		
Usia 24-45	15	75.0
Usia 46-64	5	25.0
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	5	25.0
Perempuan	15	75.0
<b>Pendidikan</b>		
S1	4	20.0
SLTA	3	15.0
SMA	4	20.0
SMP/MTS	4	20.0
SD	3	15.0
IRT	2	10.0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar (75,0%) responden berusia antara 24-45 tahun (dewasa), hampir seluruhnya (75,0%) responden berjenis kelamin perempuan, dan sebagian (20,0%) responden berpendidikan S1, SMA, dan SMP di Masyarakat Tlogomas.

**Data Khusus**

Data khusus dalam penelitian ini disajikan data terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebelum dan sesudah edukasi sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi di Masyarakat Tlogomas, serta uji *Wilcoxon Sign Rank* disajikan sebagai berikut:

Tabel 2 Analisis Terapi Komplementer Rimpang Dan Rempah Indonesia Sebelum Dan Sesudah Edukasi Sebagai Penguat Imunitas Tubuh Di Masa Pandemi Di Masyarakat Tlogomas Tahun 2021

Edukasi Rimpang dan Rempah	Pos Tes				Total		Uji <i>Wilcoxon Sign Rank</i> <i>p-value</i>
	Baik		Cukup Baik		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	4	20.0	0	0.0	4	20.0	0,000
Cukup Baik	7	35.0	0	0.0	7	35.0	
Kurang Baik	7	35.0	2	10.0	9	45.0	
Total	18	90.0	2	10.0	20	100,0	0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebelum melakukan edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah

Indonesia sebagian besar (45,0%) responden memiliki pengetahuan terhadap rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi kategori kurang baik dan sesudah melakukan edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebagian besar (90,0%) responden memiliki pengetahuan terhadap rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi kategori baik di Masyarakat Tlogomas. Hasil analisis uji *Wilcoxon Sign Rank* didapatkan  $p\text{-value} = (0,000) < (0,05$ , berdasarkan hasil tersebut dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat penyuluhan terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi di Masyarakat Tlogomas.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar (75,0%) responden berusia antara 24-45 tahun (dewasa), hampir seluruhnya (75,0%) responden berjenis kelamin perempuan, dan sebagian (20,0%) responden berpendidikan S1, SMA, dan SMP di Masyarakat Tlogomas.. Imunitas sudah didalam tubuh manusia masing-masing, akan tetapi sistem imun bisa menurun ketika seseorang telah berusia dewasa sampai usia lanjut, gaya hidup kurang sehat, kekurangan nutrisi,

stress, tidak olahraga/bergerak, kurang istirahat (Gumantan, 2020). Berdasarkan usia peserta pengabdian masyarakat dapat dikategorikan dalam usia dewasa sehingga mampu melaksanakan dan mengolah rimpang dan rempah secara mandiri sebagai terapi komplementer.

Masyarakat yang memiliki imunitas rendah senantiasa menjaga dan meningkatkan sistem imun dalam tubuh sehingga tidak mudah terpapar berbagai penyakit infeksi, dengan cara memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi, seperti mengkonsumsi vitamin dan suplemen, misalnya vitamin A mengandung antioksidan untuk menangkal radikal bebas dan meningkatkan kekebalan tubuh, yang ada pada wortel, labu kuning dan ubi-umbian, vitamin C yang terdapat pada buah jeruk, stroberi, sayur bayam, paprika merah dan brokoli (Amalia & Hiola, 2020). Selain buah, makanan sayur, terapi komplementer dengan bahan rimpang dan rempah juga dapat mempertahankan sistem imun dalam tubuh

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebelum melakukan edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebagian besar (45,0%) responden memiliki pengetahuan terhadap rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi kategori kurang baik dan sesudah melakukan

edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebagian besar (90,0%) responden memiliki pengetahuan terhadap rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi kategori baik di Masyarakat Tlogomas.

Penelitian (Rosyidi, 2020) membuktikan bahwa masih banyak kelompok masyarakat yang belum mengoptimalkan budidaya rimpang dan rempah untuk dikonsumsi seperti Wedang Uwuh, Jahe, dan Temulawak. Hal ini sangat menyebabkan bagi daya tahan tubuh.

Menurut Katno (2009), beralihnya masyarakat kepada obat tradisional karena harga lebih murah, bahan lebih mudah didapatkan bila ditanam sendiri, dan umumnya satu tanaman memiliki efek farmakologi lebih dari satu sehingga bermanfaat untuk pengobatan penyakit degeneratif dan metabolik. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mitra secara menyeluruh tentang obat tradisional sebagai terapi komplementer dalam penerapan prinsip pengobatan penyakit degeneratif yang benar.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebelum melakukan edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebagian besar (45,0%) responden memiliki pengetahuan terhadap rimpang dan rempah sebagai penguat

imunitas tubuh di masa pandemi kategori kurang baik dan sesudah melakukan edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebagian besar (90,0%) responden memiliki pengetahuan terhadap rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi kategori baik di Masyarakat Tlogomas. Pengkategorian pengetahuan didasarkan pada persentase ketepatan menjawab soal dalam kuesioner pretest dan posttest. Hasil analisis uji *Wilcoxon Sign Rank* didapatkan  $p\text{-value} = (0,000) < (0,05)$  sehingga  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh edukasi terapi komplementer rimpang dan rempah Indonesia sebagai penguat imunitas tubuh di masa pandemi di Masyarakat Tlogomas. Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat setelah penyuluhan dibandingkan sebelum penyuluhan berdasarkan peningkatan ketepatan menjawab kuesioner posttest. Masyarakat antusias dalam mengikuti penyuluhan di buktikan dengan pertanyaan –pertanyaan yang diajukan pada saat sesi diskusi terkait rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas dan tersedia di lingkungan sekitar rumah.

Rimpang dan rempah sangat mudah untuk didapat dan diolah menjadi ragam minuman seperti jamu, obat herbal atau sebagai bumbu dapur. Dengan saat ini ancaman Covid-19 yang begitu

meyebabkan banyak masyarakat beraktivitas terbatas, merasa cemas, stress, sehingga mudah untuk daya tahan tubuh menurun (Septiana e, 2017). Imunitas seseorang dapat ditingkatkan sehingga sel-sel yang ada di dalam tubuh dapat berfungsi dengan normal. Apabila kekurangan nutrisi, sel-sel dalam tubuh dapat terganggu sehingga menurunkan sistem daya tahan tubuh (Susanti, 2020).

Kim (2007) menunjukkan bahwa ekstrak temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) dapat menginduksi aktivitas sistem imun, sedangkan penelitian Kosim et al. (2007) melaporkan pemberian temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) dapat meningkatkan respons imun pada ayam yang diberi vaksin flu burung. Penelitian (Rosyidi, 2020)0). Membuktikan bahwa masih banyak kelompok masyarakat yang belum mengoptimalkan budidaya rimpang dan rempah untuk dikonsumsi seperti Wedang Uwuh, Jahe, dan Temulawak. Hal ini sangat menyebabkan bagi daya tahan tubuh.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat Tlogomas Malang setelah diberikan penyuluhan tentang terapi komplementer rimpang dan rempah sebagai penguat imunitas tubuh dimasa



pandemidi masyarakat Tlogomas Malang. Diharapkan pengabdian masyarakat terkait dimasa pandemic COVID-19 dapat dilaksanakan secara berkelanjutan untuk memberikan pendidikan dan promosi kesehatan pada masyarakat sesuai kebutuhan dan analisa lingkungan di masyarakat

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis memberikan ucapan terima kasih yang setulusnya kepada :

1. Masyarakat Kelurahan Tlogomas Malang yang telah berperan aktif mengikuti pengabdian masyarakat
2. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang yang telah memberikan ijin melaksanakan pengabdian masyarakat pada lokasi binaan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

### **DAFTAR PUSTAKA**

- A, A. L. (2020). *Stigma Terhadap Orang Positif Covid -19*. Jakarta: <http://eprint.binadarma.ac.id>.
- Gumantan, A. I. (2020). Tingkat Cememas Seseorang Terhadap Pemberlakuan New Normal dan Pengetahuan Terhadap Imunitas Tubuh. *Sport Science adan Education Journal*, 30-36.
- Hakim, L. (2015). *Rempah dan Herba Kebun Pekarangan Rumah Masyarakat: Keragaman Sumber Fitofarmaka dan Wisata Kesehatan-Kebugaran*. Yogyakarta: Diandra Pustaka Indonesia.
- Hiola, A. L. (2020). Analisis Gejala Klinis dan Peningkatan Kekebalan Tubuh Untuk Mencegah Penyakit Covid-19. *Jambura Journal Of Health Scinces and Research*, 71-76.
- Izazi, F. d. (2020). Hasil Responden Pengetahuan Masyarakat Terhadap Cara Pengolahan Temulawak ( Curcuma Xanthorrhiza) dan Kencur ( Kaemferia Galaga) sebagai Peningkat Imunitas Selama Covid-19 dengan Menggunakan Kedekatan Konsep Program Leximancer . *Journal Of Pharmacy and Science*, 93-97.
- Ratnaningsih, E. d. (2020). Terapi Komplementer Dalam Mengatasi ISPA pada Ibu yang Memiliki Balita di Dusun Setan Desa Maguwoharjo , Depok, Kabupaten Sleman. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan*, 8-18.
- Rosyidi, V. A. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Dusun Padasan Desa Darsono Kecamatan Arjasa melalui Posdaya dan Produk Berbasis Rimpang Tanaman Obat. *Warta Pengabdian*, 49-56.
- Septiana e, B. B. (2017). Potensi Ekstrak Kapang Endofit Asal Rimpang Kunyit Sebagai Antimalaria dan Antioksidan. *Indonesia Pharmaceutical Journal*, 1-9.
- Susanti, A. T. (2020). Menumbuhkan Kesadaran Masyarakat di Era New Normal Dalam Rangka Peningkatan Imunitas. *Prosiding Seminar Nasional LP3M*, Volume 2.
- WHO. (2020). *Corona virus*. Amerika: [www.who.int](http://www.who.int).