

Sosialisasi Herbal Medicine Sebagai Pemberdayaan Potensi Kesehatan Berbasis Pondok Pesantren di Pondok Pesantren Zainul Hasan Genggong

Diah Retno Kusumawati^a, Marinda Dwi Puspitarini^b, Prima Surya Ardiansyah^c

^{a,b} Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya, Indonesia

^c UPPM FK Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya, Indonesia

*corresponding author: dr.diah@unusa.ac.id

Abstract

Salah satu potensi Pondok Pesantren yang bisa dimanfaatkan terkait dengan adanya sumber daya dan potensi pembelajaran adalah pemberdayaan potensi kesehatan, utamanya tentang *herbal medicine*. Mengingat saat ini Covid masih ada, maka *herbal medicine* diharapkan bisa memberi angin segar untuk upaya terapi pendamping atau upaya peningkatan imunitas. Metode pengabdian masyarakat menggunakan webinar secara online interaktif yang dievaluasi lewat *pretest* dan *posttest*. Kegiatan ini dilaksanakan secara daring dengan santri Ponpes Zainul Hasan Genggong. Terlaksananya webinar online mengenai potensi kesehatan berbasis pondok yang diselengi *pretest* dan *posttest* serta tanya jawab telah memberikan gambaran yang baik kepada para santri Pondok Pesantren Zainul Hasan Genggong. Peningkatan pengetahuan mengenai *herbal medicine* diharapkan bisa menjadi titik awal pengembangan potensi kesehatan berbasis pondok pesantren yang selanjutnya bisa terus meningkat dan semakin bermanfaat bagi lingkungan sekitar.

Keywords: Sosialisasi; Pesantren; Herbal Medicine

1. Pendahuluan

Herbal medicine atau pengobatan herbal, adalah salah satu cabang ilmu kedokteran yang memanfaatkan zat aktif tanaman yang memberikan efek terapeutik bagi kondisi klinis manusia. Yang mana efek terapeutik yang dikenali saat ini seperti antibiotik, antifungal, antivirus, antidepresan, relaksan, ansiolitik, dan sebagainya (Balabanova dan Falzon, 2019). Bahan herbal yang diambil dari tanaman harus diketahui profil farmakologinya agar dapat dimanfaatkan sebagai pengobatan, di antaranya adalah farmakodinamik dan farmakokinetiknya, efek sampingnya, interaksi bersama zat atau obat lain, dosisnya, dan fungsi klinisnya (Syarif, 2021).

Dua negara yang sejak awal pandemi membuat kebijakan berupa panduan pengobatan herbal untuk membantu terapi COVID-19 adalah Cina dan Korea Selatan. Panduan ini dibuat berdasarkan peta gejala yang dialami pasien COVID-19 dan herbal apa saja yang dapat digunakan untuk meredakan gejala tersebut. COVID-19 disebut sebagai

"penyakit seribu wajah" sehingga tidak ada satupun solusi tunggal yang ampuh untuk "seribu wajah" tersebut.

Panduan yang dikembangkan pada akhirnya juga cukup beragam, mengikuti perkembangan penelitian akan efektivitas formula herbal tersebut untuk masing-masing gejala. Hingga saat ini, didapatkan empat bahan herbal yang sering dipakai pada semua tingkat gejala COVID-19, dari ringan, sedang, hingga berat, yakni *Glycyrrhizae Radix et Rhizoma* (*Liquorice*, atau akar manis), *Armeniacae Semen Amarum* (biji aprikot *Prunus armeniaca* yang dikeringkan dan diambil minyaknya), *Ephedrae Herba* (*Ephedra sinica*, dikenal sebagai Efedrina atau Ma Huang), dan *Gypsum Fibrosum* (mineral yang menjadi komposisi utama larutan penyegar di Indonesia) (Ang, Lee et al., 2020).

Khasiat bahan herbal ini di antaranya adalah mukolitik, bronkodilator, antipiretik, dan stimulan ringan yang menyebabkan badan relatif lebih segar. Sebuah meta analisis membuktikan bahwa kombinasi terapi herbal dan terapi medis cukup ampuh untuk mengatasi suatu penyakit dan mengembalikan stamina penyintas, sehingga terbuka peluang untuk dikembangkan sebagai terapi COVID-19 (Ang, Song et al., 2020). Tantangan saat ini adalah mengembangkan tanaman asli Indonesia yang dapat digunakan sebagai adjuvan atau komplementer terhadap pengobatan COVID-19. Beberapa bahan herbal yang saat ini banyak digunakan di Indonesia sebagai pendamping terapi COVID-19 adalah jahe merah, meniran, *cordyceps*, sambiloto, daun sembung dan beberapa herbal lainnya. Bahan-bahan ini diekstrak senyawa aktifnya lalu diolah sebagai imunomodulator untuk penderita COVID-19. Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI) akan mulai melakukan uji klinis terhadap bahan-bahan ini kepada pasien yang ada di Wisma Atlet, Jakarta (LIPI, 2020).

FK UNUSA dapat membantu peningkatan wawasan dan pengetahuan tentang herbal apa saja yang bermanfaat dan dapat ditanam di ponpes sehingga membantu upaya pemulihan kesehatan di masa pandemi seperti sekarang ini. Kegiatan ini berlangsung secara daring (webinar) dengan tetap memperhatikan protokol kegiatan.

Alasan utama dipilihnya ponpes sebagai *pilot project* dalam hal ini adalah karena adanya fungsi ketokohan dalam masyarakat tradisional Indonesia. Ponpes merupakan *center of excellence* dalam aspek moral-agama, moral-kesehatan, maupun moral-ekonomi bagi masyarakat sekitar ponpes. Pemberdayaan kesehatan dan ekonomi masyarakat berbasis ponpes dipandang akan memudahkan menjangkau masyarakat tradisional yang

tidak tersentuh program-program pemerintah (Fathony, 2019).

2. Metode

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan webinar online disertai *pretest* dan *posttest* yang diikuti santri Pondok Pesantren Zainul Hasan Genggong. Setelah webinar, dilakukan sesi tanya jawab untuk menjembatani kebingungan para santri terkait dengan materi webinar.

Kegiatan ini merupakan rangkaian panjang dalam kerjasama pemberdayaan antara FK UNUSA dan ponpes sebagai mitra. Kerjasama ini berkesinambungan, dimana ujung akhir dari pemberdayaan ini adalah kemandirian ponpes di bidang kesehatan dan ekonomi sehingga dapat menjadi contoh bagi masyarakat maupun ponpes lainnya.

3. Hasil dan Diskusi

Terlaksananya webinar online, tanya jawab, serta *pretest* dan *posttest* diharapkan memberikan pengetahuan yang memadai terkait tanaman herbal yang seringkali digunakan di Indonesia. Tanya jawab yang dilaksanakan cukup interaktif, pemateri yang menguasai topik dan materi yang ringan ditenggarai memberikan pemahaman yang baik bagi peserta.

Diadakan *pretest* dan *posttest* dengan pertanyaan sebagai berikut: Pertama, tentang mekanisme imunomodulator, kedua tentang budidaya tanaman herbal, ketiga tentang golongan obat tradisional, keempat tentang sifat tanaman herbal yang punya sifat stimulan, kelima tentang manfaat jahe merah, keenam tentang khasiat daun salam, ketujuh tentang khasiat daun sirih, delapan tentang penggunaan daun serai.

Obat tradisional. Dulu dibuat menjadi jamu, obat herbal terstandar bahan bakunya sudah terstandarisasi, Fitofarmaka sudah punya BPOM dalam bentuk suplemen biasanya.

Jahe merah, terdapat atsiri, antiseptik, ekspektoran (Mao et al., 2019). Salah satu fungsi yang praktis dari jahe merah adalah penggunaannya untuk mengurangi dismenorea. Jahe merah bisa dimanfaatkan dalam bentuk wedang jahe, obat batuk, obat pegal-pegal, obat pusing kepala, obat rematik, dan lainnya.

Kedua adalah kunyit. Salah satu kandungannya yang banyak dikenal adalah curcumin. Kunyit bisa digunakan sebagai antikoagulan, antiinflamasi, antioksidan, dan lainnya (Rad et al., 2020), kunyit juga berkhasiat untuk mengatasi penyakit diabetes dan

kardiovaskuler (Zhang and Kitts, 2021). Selain itu, dalam penggunaan praktisnya bisa kunyit bisa dimanfaatkan untuk kesehatan kulit sebagai lulur.

Daun salam, memiliki kandungan fenol sedernana. Bisa untuk antioksidan, antimikroba, juga meningkatkan kemampuan fagositosis. Manfaat praktisnya bisa digunakan untuk menghentikan buang air besar berlebih, juga bisa mengurangi hiperTG dan menurunkan asam urat (Batool et al., 2020).

Daun sereh, mengandung minyak atsiri, akarnya mengandung alkaloid, daun memiliki senyawa flavonoid. Bisa untuk menurunkan kolesterol, antimikroba, antioksidan, maupun menghilangkan bau pengap (Boukhatem et al., 2014). Dalam penggunaan praktis, daun serai bisa diolah menjadi teh serai, pun dapat diolah menjadi peluruh lemak.

Daun sirih memiliki aroma khas karena lemak atsirinya. Khasiat untuk membunuh jamur, pengobatan asam urat. Satu senyawa arecoline berguna merangsang saraf pusat (Toprani and Patel, 2013). Bisa digunakan dengan cara direbus. Bisa diolah pula menjadi hand sanitizer.

Diberikan pesan kepada pesantren jika ada lahan kosong, bisa ditanam tanaman herbal supaya bisa dimanfaatkan sewaktu waktu. Diharapkan santri bisa memanfaatkan potensi dari tanaman herbal yang telah ditanam di sana.

Dengan langkah awal ini, diharapkan rangkaian panjang kerjasama pemberdayaan antara FK UNUSA dan pondok pesantren sebagai mitra terus terbina dan tersambung sampai tercipta kemandirian ponpes di bidang kesehatan dan ekonomi sehingga bisa menjadi contoh masyarakat maupun ponpes lainnya.

4. Kesimpulan

Selesainya webinar online terkait *herbal medicine*, serta selesainya *pretest*, *posttest*, dan tanya jawab diharapkan bisa memberikan gambaran kepada para peserta webinar bahwa tanaman herbal yang disekitar kita memiliki banyak manfaat yang belum digunakan secara maksimal. Diharapkan kelak pondok pesantren bisa memanfaatkan tanaman herbal, minimal yang sudah diberikan materinya lewat webinar tadi dari segi kesehatan maupun dari segi ekonomi.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya terhadap pihak-pihak yang terlibat dari Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya dan RSI Jemursari Surabaya atas terselenggaranya pengabdian masyarakat ini.

Referensi

- Ang, L., Lee, W., Choi, J., Zhang, J., Lee, M. (2020). Herbal medicine and pattern identification for treating COVID-19: a rapid review of guidelines. *Integrated Medical Research*. 9(2). 100407. doi: [10.1016/j.imr.2020.100407](https://doi.org/10.1016/j.imr.2020.100407)
- Ang, L., Song, E., Lee, H., Lee, M. (2020). Herbal medicine for the treatment of coronavirus disease 2019 (COVID-19): a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal Clinical Medicine*. 9(5). 1583. doi: [10.3390/jcm9051583](https://doi.org/10.3390/jcm9051583)
- Batool, S., Khera, R., Hanif, M., Ayub, M. (2020). Bay Leaf. *Elsevier public health emergency collection*. 63-47. doi: [10.1016/B978-0-08-102659-5.00005-7](https://doi.org/10.1016/B978-0-08-102659-5.00005-7)
- Boukhatem, M., Ferhat, M., Kameli, A., Saidi, F., Kebir, H. (2014). Lemon grass (cymbopogon citratus) essential oil as a potent anti-inflammatory and antifungal drugs. *Libyan Journal of Medicine*. 10. 3403. doi: [10.3402/ljm.v9.25431](https://doi.org/10.3402/ljm.v9.25431)
- LIPI. (2020). Riset Herbal Indonesia untuk Antivirus Covid-19. Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia. <http://lipi.go.id/berita/single/Riset-Herbal-Indonesia-untuk-Anti-Virus-Covid-19/22027>
- Mao, Q., Xu, X., Cao, S., Gan, R., Corke, H. Beta, T., Li, H. (2019). Bioactive compounds and bioactivities of ginger (zingiber officinale roscoe). *Foods MDPI*. 8(6). 185. doi: [10.3390/foods8060185](https://doi.org/10.3390/foods8060185)
- Syarif, R. (2021). Pharmacology of Herbal Medicine. *Universitas Gajah Mada Yogyakarta*.
- Rad, J., Rayess, Y., Rizk, A., Sadaka, C., Zgheib, R., Zam, W., Sestito, S., Rapposelli, S., Skocinska, K., Zielinska, D., Salehi, B., Setzer, W., Dosoky, N., Taheri, Y., Beyrouthy, M., Martorell, M., Ostrander, E., Suleria, H., Cho, W., Maroyi, A., Martins, N. (2020). *Frontiers in Pharmacology*. 11. 01021. doi: [10.3389/fphar.2020.01021](https://doi.org/10.3389/fphar.2020.01021)
- Toprani, R., Patel, D. (2013). Betel leaf: revisiting the benefits of an ancient indian herb. *South Asian Journal Cancer*. 2(3). 140-141. doi: [10.4103/2278-330X.114120](https://doi.org/10.4103/2278-330X.114120)
- Zhang, H., Kitts, D. (2021). Turmeric and its bioactive constituents trigger cell signalling mechanism that protect against diabetes and cardiovascular diseases. *Nature Public Health Emergency Collection*. 1-30. doi: [10.1007/s11010-021-04201-6](https://doi.org/10.1007/s11010-021-04201-6)

Zurac, S., Nichita, L., Mateescu, B., Mogodici, C., Bastian, A., Popp, C., Cioplea, M., Socoliuc, C., Constantin, C., Neagu, M. (2021). COVID-19 vaccination and IgG and IgA antibody dynamics in healthcare workers. *Molecular Medicine Reports*. 24(2). 578. <https://dx.doi.org/10.3892%2Fmmr.2021.12217>

