

Strategi Pemberdayaan Potensi Kesehatan Melalui *Sosialisasi Herbal Medicine* di Pondok Pesantren Hidayatullah Al Muhajirin

Dwimantoro Iman Prlistyo^a, Dwikoryanto^b, Devi Maya Arista^c

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

^c UPPM Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

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

Abstract

Pengobatan herbal merupakan salah satu jenis pengobatan yang memanfaatkan zat aktif pada tanaman sehingga dapat memberikan efek terapeutik. Pada masa pandemi COVID-19 ini, diketahui bahwa terdapat beberapa herbal yang sering dipakai pada semua tingkat gejala COVID-19, mulai dari ringan, sedang, hingga berat. Berdasarkan hasil penelitian membuktikan bahwa kombinasi terapi herbal dan terapi medis dapat menjadi peluang untuk mengembangkan terapi COVID-19. Beberapa bahan herbal yang banyak digunakan di Indonesia sebagai pendamping terapi COVID-19 adalah jahe merah, meniran, cordyceps, sambiloto, daun sembung dan beberapa hebal lainnya. Bahan-bahan ini diekstrak senyawa aktifnya lalu diolah sebagai imunomodulator untuk penderita COVID-19. Potensi kesehatan melalui herbal medicine berpotensi sebagai strategi pemberdayaan masyarakat sehingga perlu disosialisasikan, termasuk di lingkungan pondok pesantren. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang herbal sederhana yang bermanfaat sebagai suplemen pendamping terapi COVID-19 di lingkungan Pondok Pesantren Hidayatullah Al Muhajirin. Kegiatan pengabdian masyarakat ini termasuk dalam sebuah agenda besar yaitu "Festival Santri Husada Bersatu Hadapi COVID-19". Metode kegiatan ini dilaksanakan dengan sosialisasi secara daring (webinar). Sasaran kegiatan yaitu santri husada dan pengurus ponpes bidang kesehatan di pondok pesantren Hidayatullah Al Muhajirin. Pemberdayaan kepada dua sasaran ini diharapkan agar tidak hanya menyentuh warga internal ponpes, tetapi juga hingga ke masyarakat sekitar ponpes. Hasil pengabdian masyarakat ini memberikan peningkatan pengetahuan tentang herbal sederhana yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat di lingkungan pondok pesantren Hidayatullah Al Muhajirin. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini dapat menjadi strategi untuk mengembangkan potensi kesehatan di lingkungan pondok pesantren sehingga dapat memperoleh manfaat dari penggunaan herbal medicine pada masa pandemi COVID-19.

Keywords: Sosialisasi; Herbal Medicine; Pemberdayaan; Ponpes

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. Efek terapeutik yang dikenali saat ini seperti antibiotik, antifungal, antivirus, antidepresan, relaksan, ansiolitik, dan sebagainya (C.C Falzon, 2017). 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* (Licorice, atau akar manis), *Armeniaca 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) (L. Ang et al., 2020). Khasiat bahan herbal ini di antaranya adalah mukolitik, bronkodilator, antipiretik, dan stimulasi ringan yang menyebabkan badan relatif lebih segar. Sebuah metaanalisis 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 (L. Ang 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 senyawanya 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 di tanam di ponpes sehingga membantu upaya pemulihan kesehatan di masa pandemi seperti sekarang ini.

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 (A.N.R Muhammad, 2019).

2. Metode

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. Langkah-langkah pemberdayaan pada tahun 2021 ini dibagi menjadi 4 (empat) macam, yakni; (1) peningkatan pengetahuan terbaru tentang COVID-19, (2) peningkatan pengetahuan tentang vaksinasi COVID-19, (3) peningkatan pengetahuan tentang herbal sederhana yang bermanfaat sebagai suplemen pendamping terapi COVID-19, (4) peningkatan kemampuan budidaya herbal di lingkungan pondok pesantren yang memiliki nilai kesehatan sekaligus ekonomi. Keempat langkah tersebut dirangkum dalam sebuah agenda besar bertajuk "Festival Santri Husada Bersatu Hadapi COVID-19". Metode kegiatan ini dilaksanakan dengan sosialisasi secara daring (webinar). Sasaran kegiatan yaitu santri husada dan pengurus ponpes bidang kesehatan di pondok pesantren Hidayatullah Al Muhajirin.

3. Hasil dan Diskusi

Kegiatan webinar ini membahas tentang herbal medicine yang disampaikan bersamaan dengan penyampaian materi tentang anemia. Pada topik herbal medicine, materi yang disampaikan yaitu berjudul "Herbal Medicine Sebagai Potensi Kesehatan Pondok Pesantren". Pokok bahasan pada materi tersebut diantaranya yaitu pengenalan seputar herbal medicine meliputi mekanisme kerja herbal medicine pada kesehatan, manfaat herbal medicine, jenis budidaya herbal, dan cara penggunaan herbal tersebut. Pada kegiatan webinar ini diawali dengan pengisian pretest oleh peserta. Komponen pertanyaan pretest diantaranya tentang mekanisme imunomodulator, jenis budidaya herbal, obat tradisional, sifat imunostimulan pada herbal, manfaat tanaman herbal yang sering dijumpai seperti jahe merah, daun salam, daun sirih, penggunaan daun serai.

Pada pelaksanaan webinar, terdapat pertanyaan yang diajukan oleh peserta dari santri pondok pesantren. Pertanyaan tersebut adalah tentang khasiat air kelapa yang diketahui di masyarakat bahwa air kelapa dapat menurunkan demam pada anak. Berdasarkan pertanyaan tersebut, pemateri menjawab bahwa penyebab demam harus dicari terlebih dahulu. Demam merupakan salah satu manifestasi klinis terhadap suatu penyakit sehingga demam bukanlah penyakit, namun demam sebagai respon tubuh terhadap adanya suatu penyakit. Oleh sebab itu, perlu diketahui terlebih dahulu penyebab demamnya. Terkait dengan air kelapa yang dikorelasikan dengan demam, maka dapat diprediksi bahwa pada kasus demam yang disebabkan karena dehidrasi, air kelapa dapat membantu menurunkan demam tersebut. Air buah kelapa mengandung makronutrien seperti karbohidrat, protein, dan lemak sedangkan kandungan mikronutrientnya berupa mineral dan vitamin. Mineral yang terdapat dalam air kelapa antara lain kalium, kalsium, fosfor, zinc, natrium dan magnesium. Ketika seseorang diberikan rehidrasi dengan cairan yang tepat yaitu dengan mengetahui indeks rehidrasi cairan yang dikonsumsi, kondisi fisik dan respon seseorang bisa pulih dengan cepat (Susilo, 2015).

Berdasarkan pada pertanyaan yang telah diajukan, dapat diketahui bahwa peserta webinar telah mengetahui obat tradisional yang biasa digunakan masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan, meskipun obat tradisional tersebut bukan berarti dapat menyembuhkan semua tanda gejala penyakit sehingga perlu diketahui penyebabnya terlebih dahulu. Berdasarkan penjelasan dari pemateri, peserta memahami bahwa sangat penting mengetahui penyebab dari tanda gejala penyakit yang muncul, serta dapat mengetahui lebih dalam tentang khasiat herbal medicine, salah satunya air buah kelapa.

Pada hasil pretest dan posttest, sebagian besar peserta telah mengetahui manfaat tanaman herbal, namun belum mengetahui sifat tanaman herbal. Pada pertanyaan pretest terdapat istilah kedokteran, yaitu "imunomodulator" sehingga peserta banyak yang kurang tepat dalam menjawab pertanyaan. Setelah memperoleh informasi melalui penyampaian materi dari narasumber, peserta dapat mengisi posttest dengan jawaban yang benar. Selain itu, hal ini berkaitan dengan pemahaman pada pelaksanaan webinar yang telah disampaikan sebelumnya, yaitu tentang COVID-19. Tanda gejala penyakit COVID-19 salah satunya adalah demam, dan peserta mampu mengkorelasikan antara

potensi obat tradisional dengan penyakit COVID-19 tersebut. meskipun dalam konteks ini telah diketahui bahwa terdapat jenis herbal medicine lain yang telah diteliti memiliki manfaat sebagai suplemen pendamping terapi COVID-19.

Pemakaian bahan alam yang berasal dari tumbuhan merupakan cara yang secara turun temurun sudah dilakukan sejak berabad lamanya. Dukungan ilmiah yang meliputi informasi zat kandungan, khasiat, cara kerja dalam tubuh, takaran dan aturan pakai, dan toksisitas, sudah banyak dipublikasikan sebagai hasil penelitian. Hal ini diharapkan makin menguatkan pemanfaatannya secara teratur sebagai cara untuk meningkatkan dan mempertahankan keadaan sehat. Selain itu, manfaat bagi kesehatan yang didapat melalui program pengabdian masyarakat ini mempunyai hubungan yang erat dengan berbagai program Pemerintah Indonesia dalam pencapaian Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga, yaitu dengan cara memanfaatkan tanaman herbal, misalnya TOGA (Agil, et al., 2018). Melalui program ini diharapkan akan terwujud lingkungan pondok pesantren yang memiliki pemberdayaan dalam berperilaku sehat, hidup dalam lingkungan yang sehat, serta sadar akan pentingnya kesehatan.

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang herbal sederhana yang bermanfaat sebagai suplemen pendamping terapi COVID-19 di lingkungan Pondok Pesantren Hidayatullah Al Muhajirin. Kegiatan tersebut termasuk dalam sebuah agenda besar bertajuk "Festival Santri Husada Bersatu Hadapi COVID-19". Kegiatan ini dapat dilaksanakan dengan baik dan lancar. Hasil pengabdian masyarakat ini memberikan peningkatan pengetahuan tentang herbal sederhana yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat di lingkungan pondok pesantren Hidayatullah Al Muhajirin. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini dapat menjadi strategi untuk mengembangkan potensi kesehatan di lingkungan pondok pesantren sehingga dapat memperoleh manfaat dari penggunaan herbal medicine pada masa pandemi COVID-19.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada pengurus Pondok Pesantren Hidayatullah Al Muhajirin yang telah memberikan izin untuk

terselenggaranya kegiatan ini, LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, UPPM Fakultas Kedokteran Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, serta seluruh pihak yang telah berpartisipasi pada kegiatan ini.

Referensi

- Agil, M., Tutik SW., Herra S., dan Rakhmawati (2018). Optimalisasi Pemanfaatan Herbal Untuk Kesehatan Masyarakat Desa Wajik Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 24(4), 883-889.
- C. C. Falzon and A. Balabanova, "Phytotherapy: An Introduction to Herbal Medicine," *Primary Care - Clinics in Office Practice*, vol. 44, no. 2. W.B. Saunders, pp. 217-227, 01-Jun-2017.
- L. Ang, E. Song, H. W. Lee, and M. S. Lee, "Herbal Medicine for the Treatment of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials," *J. Clin. Med.*, vol. 9, no. 5, p. 1583, 2020.
- L. Ang, H. W. Lee, J. Y. Choi, J. Zhang, and M. Soo Lee, "Herbal medicine and pattern identification for treating COVID-19: a rapid review of guidelines," *Integr. Med. Res.*, vol. 9, no. 2, p. 100407, 2020.
- LIPI, "Riset Herbal Indonesia untuk Anti Virus Covid-19 | Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia," 2020. [Online]. Available: <http://lipi.go.id/berita/single/Riset-Herbal-Indonesia-untuk-Anti-Virus-Covid-19/22027>. [Accessed: 09-11-2021].
- N. R. Muhammad Anwar Fathoni, "Peran Pesantren dalam Pemberdayaan Ekonomi Umat di Indonesia," *Proceeding Conf. Islam. Manag. Accounting, Econ.*, vol. 2, pp. 133-140, 2019.
- Susilo, EA. (2015). Pengaruh Konsumsi Air Kelapa Muda Terhadap Waktu Reaksi Setelah Melakukan Interval Training. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 3(3): 94-98.