

## **SOSIALISASI PEMBUATAN SUPLEMEN TRADISIONAL PENAMBAH IMUNITAS TUBUH UNTUK PENCEGAHAN INFEKSI CORONA**

Lita Darmayanti<sup>1\*</sup>, Ermiyati<sup>2</sup>, Yohanna Lilis Handayani<sup>3</sup>, Soewignjo Agus Nugroho<sup>4</sup>, Manyuk Fauzi<sup>5</sup>

<sup>1\*</sup>Program Studi Teknik Lingkungan, Fakultas Teknik Universitas Riau

<sup>2345</sup>Jurusan Teknik Sipil, Fakultas Teknik Universitas Riau

Jl. H R Subrantas KM 12 Pekanbaru

e-mail: <sup>1</sup>litadarmayanti@eng.unri.ac.id, <sup>2</sup>Ermiyati@lecturer.unri.ac.id, <sup>3</sup>ylilish@eng.unri.ac.id,  
<sup>4</sup>nugroho.sa@eng.unri.ac.id, <sup>5</sup>manyukfauzi@lecturer.unri.ac.id

### **Abstrak**

*Pandemi akibat penyebaran virus corona melanda Indonesia dalam rentang tahun 2020-2021. Ribuan korban terkonfirmasi covid berjatuhan. Pemerintah sudah melakukan program Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM), pemberlakuan 3M (menjaga jarak, memakai masker, mencuci tangan), 5M (menjaga jarak, memakai masker, mencuci tangan, menjauhi kerumunan, mengurangi mobilitas) serta pemberian vaksin untuk meningkatkan antibodi tubuh dalam melawan virus. Faktor penting lain yang diperlukan untuk melawan infeksi virus adalah imunitas tubuh. Imunitas tinggi, infeksi virus corona bisa dikalahkan. Asupan suplemen yang mengandung vitamin C, D, E dan zink, bisa menambah daya imun tubuh. Kekayaan pangan di Indonesia berupa rempah-rempah dan bahan pangan (bahan herbal) dapat dijadikan suplemen tradisional. Khasiat bahan herbal ini dirasakan sejak dahulu. Khasiatnya sudah diteliti dan ahli kesehatan/gizi juga merekomendasikannya. Tujuan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) ini adalah menyampaikan informasi kepada masyarakat tentang khasiat bahan herbal untuk menambah imunitas tubuh dalam mencegah infeksi covid. Sosialisasi dilakukan pada Ibu-ibu Majelis Taklim Masjid Al-Manar Kelurahan Tangkerang Barat, Kecamatan Marpoyan Damai, Pekanbaru. Kegiatan ini berupa penyuluhan tentang jenis tanaman herbal yang bisa digunakan sebagai obat herbal dan cara pembuatannya. Hasil dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu-ibu Majelis Taklim Masjid Al-Manar tentang beberapa jenis bahan herbal yang bisa meningkatkan imunitas tubuh.*

**Kata Kunci:** *suplemen tradisional, infeksi covid, imunitas, bahan herbal*

### **1. PENDAHULUAN**

Virus corona pada manusia pertama kali ditemukan pada tahun 1960 dalam hidung pasien yang terkena flu biasa (*common cold*). Virus ini diberi nama berdasarkan struktur mirip mahkota di permukaannya. "Corona" dalam bahasa Latin berarti "mahkota". Sejauh ini ada Enam jenis virus corona yang diketahui menginfeksi manusia. Empat diantaranya adalah: 229E, NL63, OC43, dan HKU1. Dua jenis lain adalah coronavirus yang lebih langka, yakni MERS-CoV penyebab penyakit MERS (*Middle East Respiratory Syndrome*) dan SARS-CoV penyebab SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*).

Menurut Promkes Kementerian Kesehatan dan Himpunan Dokter Paru Indonesia, definisi coronavirus adalah keluarga besar dari virus yang menyebabkan penyakit, mulai dari flu biasa hingga penyakit pernapasan yang lebih parah, seperti MERS dan SARS. Sekitar 858 orang meninggal dunia karena MERS yang pertama kali muncul pada 2012 di Arab Saudi dan di negara Timur Tengah, lain Afrika, Asia, dan Eropa. Pada April 2014, orang Amerika pertama mendapat perawatan khusus di rumah sakit karena MERS di Indiana dan kasus lain dilaporkan

juga terjadi di Florida. Keduanya diketahui baru kembali dari Arab Saudi. Pada Mei 2015, kejadian luar biasa MERS terjadi di Korea, yang merupakan kejadian luar biasa terbesar di luar Arab. Gejala MERS adalah demam, kesulitan bernapas, dan batuk. Penyakit menyebar melalui kontak dekat dengan orang yang telah terinfeksi. Namun, semua kasus MERS berkaitan dengan orang yang baru kembali dari perjalanan ke Semenanjung Arab. MERS berakibat fatal pada 30-40% pengidapnya.

SARS adalah penyakit menular yang disebabkan oleh SARS-CoV. Penyakit ini biasanya mengakibatkan pneumonia yang mengancam jiwa. Virus itu awalnya muncul di Provinsi Guangdong di Tiongkok Selatan pada November 2002, hingga akhirnya tiba di Hongkong. SARS-CoV kemudian mulai menyebar dengan cepat ke seluruh dunia dan menginfeksi orang di 37 negara. Pada 2003, sebanyak 774 orang meninggal dunia karena kejadian luar biasa SARS. Pada tahun 2015, tidak ada laporan lebih lanjut tentang kasus SARS. Gejala penyakit SARS berkembang dalam waktu seminggu dan diawali dengan demam. Sama seperti flu, gejala yang dirasakan orang dengan penyakit SARS akibat coronavirus adalah: batuk kering, panas dingin, diare, dan sesak nafas.

Satu Januari 2020, Pemerintah Tiongkok melaporkan kasus infeksi coronavirus jenis baru yang menyebabkan gejala mirip pneumonia. Virus tersebut tidak memiliki kesamaan dengan tipe coronavirus mana pun. Virus tersebut mulanya dikenal sebagai *novel coronavirus* 2019 (2019-nCoV). Setelah melewati berbagai pengamatan dan penelitian, 2019-nCoV secara resmi berganti nama menjadi SARS-CoV-2. SARS-CoV-2. Penyebab COVID-19 dicurigai menular dari hewan kelelawar dan ular ke manusia. Akan tetapi, pada akhir Januari, virus ini juga telah dikonfirmasi menular dari manusia ke manusia. Jenis virus corona lain bisa menyebabkan gejala yang lebih serius. Infeksi ini dapat mengarah ke bronchitis dan pneumonia, terutama pada orang-orang dari kelompok berisiko. Beberapa infeksi yang lebih parah akibat coronavirus adalah umumnya lebih sering terjadi pada pengidap gangguan hati dan jantung, atau orang dengan sistem kekebalan tubuh yang lemah, bayi, dan lansia. Pneumonia, infeksi Paru Paru parah, mungkin akan berkembang setelahnya. Pada tahap lanjut, SARS menyebabkan kegagalan pada paru-paru, hati, atau jantung. Pada akhir Desember 2019, *World Health Organization* (WHO) mengumumkan kasus pneumonia yang penyebabnya tidak diketahui di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Tiongkok. Pada 7 Januari, *novel coronavirus* diidentifikasi sebagai penyebab kasus tersebut. Virus yang saat itu dikenal sebagai 2019-nCoV ini belum pernah ditemukan sebelumnya pada manusia. Penelitian dalam *Journal of Medical Virology* menyebut bahwa kebanyakan orang yang terinfeksi virus corona baru ini terpapar daging hewan liar yang dijual di pasar makanan laut Huanan. Pasar Huanan juga menjual hewan liar seperti kelelawar, ular, dan trenggiling. Menurut penelitian tersebut, virus penyebab COVID-19 berasal dari ular. Hal ini turut menjadi bukti bahwa konsumsi hewan liar bisa meningkatkan risiko penularan penyakit baru.

Penyakit covid 19 melanda Indonesia sejak awal tahun 2020. WHO sendiri telah menetapkan COVID-19 sebagai pandemi pada tanggal 11 Maret 2020. Meski begitu, Wuhan, kota pertama wabah penyakit ini, tidak lagi mencatat kasus baru per 19 Maret 2020. Hal ini kontras dengan belahan dunia lain yang justru terus mencatatkan kenaikan kasus.

Kasus covid di Pekanbaru terjadi seiring dengan terjangkitnya penduduk Pekanbaru dimana kasus covid pertama kali dijumpai diketahui pada salah seorang penduduk di kecamatan Bukit Raya bulan Maret 2020. Seiring perjalanan waktu keadaan ini meluas menjadi beberapa cluster penyebaran covid, dan pada tahun 2021 keadaan ini mulai tidak terbendung lagi. Masyarakat Pekanbaru mulai resah, Pemerintah mulai memberlakukan pembatasan aktifitas penduduknya. Beberapa kasus covid di kecamatan Marpoyan Damai juga terjadi, sampai akhirnya pada bulan Juni 2021 kecamatan ini termasuk 4 kecamatan di Pekanbaru yang merupakan zona merah penyebaran covid (Kompas, 2021). Berdasarkan pemberitaan di harian Kompas tanggal 8 Juni 2021, Kelurahan Tangkerang Barat termasuk dari 44 Kelurahan di Pekanbaru yang merupakan zona merah penyebaran Covid. Salah satu faktor yang berperan penting untuk melawan infeksi covid yaitu imun tubuh seseorang.

Imunitas tubuh bisa diupayakan dengan beberapa hal yaitu mengkonsumsi makanan yang sehat dan berimbang, rutin olahraga, management stress dengan baik, tidur yang cukup, dan mengkonsumsi supplements antioksidan. Supplements antioksidan ini bisa berupa vitamin C, D3, zinc. Selain itu bisa didapatkan dari bahan-bahan tradisional Indonesia. Bahan-bahan tradisional keunggulannya mudah didapat, bersifat alami dan murah. Menurut Angraeni D, A, dan kawan-kawan, dalam jurnalnya yang berjudul Analisis Kualitatif Obat Tradisional Sebagai Agen Peningkatan Imunitas Tubuh Dalam Melawan Covid-19 Di Surat Kabar Online Indonesia, dimana penelitian ini menemukan bahwa penggunaan herbal dapat meningkatkan fungsi kekebalan tubuh. Kekebalan tubuh yang optimal dapat mencegah tubuh dari infeksi COVID-19.

Menurut Perdani dan kawan-kawan dalam jurnalnya bahwa tanaman herbal sebagai bahan utama obat tradisional memiliki kandungan yang berfungsi sebagai immunomodulator, mengurangi gejala dan mengatasi komorbid Covid-19. Tanaman herbal sangat baik digunakan dalam kondisi pandemi saat ini. Biasanya ini ditujukan ke mereka yang tanpa gejala dan yang bergejala ringan. Meski demikian, meminum sejumlah obat adalah keharusan untuk terapi penyembuhan Covid-19. Selain obat-obat modern, saat ini, ada beberapa 'obat' herbal yang direkomendasikan untuk pengobatan Covid-19. Berikut beberapa di antaranya, menurut Ketua Umum Perkumpulan Dokter Pengembang Obat Tradisional dan Jamu Indonesia, dr Inggriid Tania. Beberapa jenis tanaman herbal, buah tersebut diantaranya:

1. Tanaman herbal

- a. Qusthul Hindi: atau *Saussurea Costus*, adalah herbal yang kerap dijumpai dalam bentuk bubuk. Hal ini diyakini bisa memberikan efek anti inflamasi, antimikroba, dan analgesik atau pereda nyeri yang kuat bagi pasien.
- b. Madu: Madu bisa membantu mengatasi batuk yang umum dialami pasien corona bergejala ringan. Madu bisa meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Bahkan memperbaiki kondisi komorbiditas dan bersifat antivirus.
- c. Bawang Putih: Bawang putih memiliki kandungan antimycobacterial, antibiotik, dan anti inflamasi. Selain itu, bawang putih juga dapat meningkatkan jumlah sel darah putih dalam tubuh
- d. Biji Bunga Matahari: Biji bunga matahari kaya akan vitamin E dan nutrisi . Selain itu biji bunga matahari juga memiliki kandungan selenium yang dapat dipakai untuk melawan beberapa jenis kanker.
- e. Kunyit: Curcumin yang terkandung dalam kunyit mampu meningkatkan daya tahan tubuh seseorang. Kandungan itu akan mengaktifkan sel darah putih dalam tubuh sehingga sistem imun tubuh menjadi bertambah
- f. Jahe: Jahe juga memiliki kandungan antimycobacterial, anti inflamasi, dan antibiotik. Antioksidan tinggi yang ada dalam jahe menjadi alasan mengapa sistem imun tubuh bisa meningkat setelah mengonsumsi obat herbal ini.
- g. Kayu Manis: Sejak ribuan tahun lalu, kayu manis sudah dipakai sebagai obat herbal untuk menjaga sistem imun. Hal tersebut dikarenakan adanya antioksidan dalam kayu manis. Selain menjaga daya tahan tubuh di tengah pandemi covid, kayu manis juga bisa Anda konsumsi karena memiliki efek anti-diabetes dan mengurangi resiko penyakit jantung.
- h. Sereh: Serai telah terbukti mampu menjadi ronin yang sangat baik untuk sistem saraf, mampu menenangkan Saraf, mengurangi gejala depresi dan stress

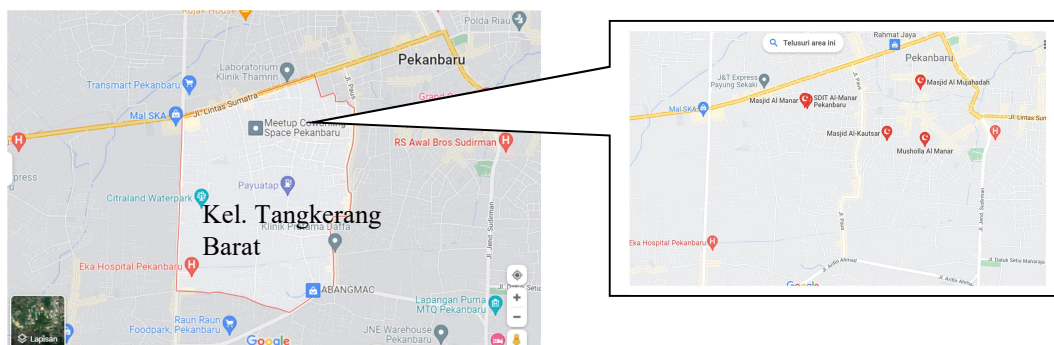
2. Jus/minuman buah buahan

- a. jus kale dan tomat: jus ini bakal memberikan kita nutrisi seperti magnesium, potasium, vitamin A, vitamin B-6, vitamin C, dan vitamin K
- b. jus kombinasi jeruk peras, jeruk bali dan citrus: Jeruk memberikan kandungan potasium, vitamin A, vitamin B-6, vitamin B-9, dan zinc. Jeruk Bali memberikan kandungan vitamin A, serta seluruh buah sitrus yang kaya akan vitamin C.

- c. jus kombinasi apel hijau, wortel, jeruk peras: Apel dan jeruk memberikan nutrisi vitamin C. Sementara vitamin A, yang juga penting untuk imun tubuh, bisa kita dapatkan dari wortel yang juga kaya akan antioksidan. Wortel juga mengandung vitamin B-6, yang berperan penting dalam produksi antibodi.
- d. jus jahe, kunyit, dan cuka apel: Cuka apel menghambat pertumbuhan patogen jahat dalam tubuh dan mendorong pertumbuhan bakteri usus yang sehat. Sementara kunyit dan jahe sarat dengan kandungan antioksidan, anti-inflamasi, dan antiseptik. Kunyit merupakan penyembuh alami. Sedangkan jahe berperan dalam meningkatkan jumlah sel darah putih yang berperan penting dalam sistem kekebalan tubuh.
- e. jus smoothies citrus dan. buah berry: sebagai sumber karbohidrat yang sehat dan antioksidan yang kuat
- f. jus buah bit dan jahe: Bit yang digabung dengan jahe dengan sifat anti-inflamasi yang dimilikinya akan menjadi kombinasi yang tepat sebagai immune booster
- g. jus strawberry, buah kiwi, dan susu skim: strawberry dan kiwi kaya akan vitamin C, kita bisa membuat manis dengan mencampurnya dengan susu skim kaya akan protein dan vitamin D

Riset terbaru dari Fakultas Farmasi Universitas Sumatera Utara mengklaim ekstrak ikan gabus bisa mempercepat penyembuhan pasien Covid-19. Melansir dari Kompas, ekstrak ikan gabus dapat meningkatkan kadar dan menjadi sumber albumin yang potensial. Jika dikombinasikan dengan temulawak, akan membantu dapat membantu menaikkan kadar albumin, mencegah inflamasi dan koagulasi yang sering ditemukan pada pasien Covid-19. Hal ini akan turut membantu penyembuhan pasien Covid-19. Jauh sebelum diklaim sebagai obat untuk mengatasi Covid-19, ikan gabus memang sudah terbukti memiliki berbagai manfaat berikut: mengatasi penyakit kulit mempercepat penyembuhan luka anti-jamur dan mikroba mengatasi radang sendi. Herbal untuk isolasi mandiri Covid-19 yang mudah dijumpai di rumah adalah ramuan air hangat dan garam. Ramuan ini bisa digunakan untuk berkumur pada pasien Corona isolasi mandiri. Air hangat dan garam memiliki sifat antiseptik dan membantu meredakan nyeri, misalnya pada tenggorokan.

Informasi penelitian yang telah dilakukan tentang bahan-bahan tradisional untuk meningkatkan imunitas inilah yang perlu disosialisasikan ke masyarakat umum. Masyarakat yang dijadikan sasaran kegiatan pengabdian ini adalah ibu-ibu anggota Majelis Taklim Masjid Almanar. Pertimbangan mengapa sasaran kegiatan didasari oleh peranan sosok ibu dalam keluarga. Ibu merupakan sosok utama yang memegang peranan penting dalam sebuah keluarga. Ibu mampu melakukan banyak hal dalam menyediakan kebutuhan terutama kebutuhan pangan untuk semua anggota keluarga. Diharapkan dengan sosialisasi ini, seorang ibu dapat mengatasi serangan penyakit yang saat ini ditakutkan dengan meningkatkan imunitas anggota keluarganya dengan berbagai jenis bahan tradisional ini. Lokasi Pengabdian di Masjid Almanar Kelurahan Tangkerang Barat di kecamatan Marpoyan Damai (Gambar 1).



Gambar 1. Lokasi Pengabdian di wilayah Kelurahan Tangkerang Barat, Marpoyan Damai

## 2. METODE PENGABDIAN

Kerangka pemikiran dalam kegiatan ini adalah merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting yaitu dapat mensosialisasikan jenis-jenis ramuan Tradisional untuk penyembuhan Covid 19, sehingga mereka dapat mengurangi penggunaan obat-obat kimia sintesis dari Rumah sakit atau Apotek. Di samping itu bagaimana memperkenalkan atau menginformasikan tentang jenis-jenis ramuan tradisional yang mudah dibuat dan didapatkan di sekitar rumah.

Sehubungan dengan tujuan yang tersebut di atas, metode yang dilakukan adalah berupa penyuluhan dan praktik membuat ramuan herbal yang berasal dari rempah-rempah dan buah-buahan yang ada di sekitar.

Adapun kegiatan yang akan dilaksanakan dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini yaitu persiapan, pelaksanaan dan tahap pembuatan laporan

- A. Tahap Persiapan
  - a. Pembuatan dan penyusunan materi penyuluhan
  - b. Persiapan bahan dan alat-alat penyuluhan
  - c. Mencari lokasi penyuluhan
  - d. Mengadakan pertemuan dengan Lurah dan pimpinan yang terkait di kelurahan tersebut
- B. Tahap Pelaksanaan
  - a. Menyelenggarakan kegiatan penyuluhan secara intensif
  - b. Mengadakan evaluasi dan monitoring terhadap peserta
- C. Tahap pembuatan laporan

Lokasi pengabdian ditentukan pada tahap persiapan. Pada tahap ini, tim akan berdiskusi mengenai topik dan materi yang akan disampaikan saat sosialisasi. Tim juga akan mencari lokasi pengabdian dengan bertemu Lurah dan pimpinan. Berdasarkan diskusi dengan Lurah dan perangkatnya maka ditentukanlah sasaran kegiatan yaitu ibu-ibu yang tergabung dalam Majelis Taklim Masjid Al-Manar. Pertimbangan sasaran kegiatan ini, selain ibu adalah sosok utama dalam menyediakan bahan pangan keluarga, di masjid Al-Manar ini secara rutin ada kegiatan pengajian/pertemuan ibu-ibu anggota Majelis Taklim. Rutinitas kegiatan pertemuan ibu-ibu ini akan mempermudah kegiatan sosialisasi ini. Masjid Al-Manar mempunyai sekitar 150 orang anggota Masjid Taklim yang aktif, dimana sebagian besar adalah ibu-ibu sekitar 135 orang.

Tahap pelaksanaan dilakukan sesuai jadwal rencana yaitu sesuai waktu dimana ibu-ibu Majelis Taklim berkumpul. Dilakukan sosialisasi dengan media power point dan demo cara membuat berbagai ramuan dari bahan herbal. Evaluasi dilakukan dengan sesi tanya jawab antara penyaji dan peserta, selain itu dilakukan quis/pertanyaan yang berhubungan dengan materi sosialisasi. Peserta yang bisa menjawab akan diberikan awards berupa bingkisan.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukan sosialisasi kegiatan, tim pengabdian sebelumnya melakukan survei ke lokasi. Tepatnya di Mesjid Al-Manar Kelurahan Tangkerang Barat, Kecamatan Marpoyan Damai Pekanbaru, dimana lokasi tersebut banyak ibu-ibu Majelis Taklim. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan mereka sangat potensial untuk diberikan penyuluhan tentang topik yang berhubungan dengan infeksi covid 19. Hal ini dikarenakan seorang ibu terutama ibu yang bekerja di rumah salah satu tugasnya adalah menyiapkan makanan di dapur. Dapur merupakan tempat yang sering ditemui berbagai macam bahan-bahan tradisional yang kadang digunakan sebagai bumbu tiap harinya. Seorang ibu rumah tangga lebih mudah untuk diberikan sosialisasi, karena mereka lebih tahu dan memahami bahan dasar obat-obat tradisional yang biasa dikonsumsi untuk bahan makanan sehari-hari.



Persiapan dalam pelaksanaan kegiatan PPM dengan sasaran ibu-ibu Majelis Taklim Mesjid Al-Manar Kelurahan Tangkerang Selatan Kecamatan Marpoyan Damai mulai dari persiapan media sosialisasi berupa bahan sosialisasi/penyuluhan yang diketik di Microsoft Power Point dan pengemasan paket protokol kesehatan, seperti masker, hand sanitizer, dll, yang dipandu oleh ketua kegiatan bersama tim pengabdian dan mahasiswa yang sedang melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (kukerta) Universitas Riau.

Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan saat ibu-ibu Majelis Taklim, selesai melakukan pengajian rutin yaitu pada hari Jumat setiap minggu. Penyuluhan dilakukan pada bulan Juli 2021. Adapun dokumen pelaksanaan kegiatan tersebut dapat dilihat pada Gambar dokumentasi di bawah ini.

Sebelum pelaksanaan kegiatan dimulai, ibu-ibu peserta diharuskan melaksanakan protokol kesehatan standar yaitu memakai masker dan mencuci tangan dengan air mengalir. sebelum memasuki ruangan, diukur suhu tubuh terlebih dahulu dan pengaturan jarak saat mengikuti penyuluhan/sosialisasi. selanjutnya ketua kegiatan PPM menjelaskan protokol standar mengikuti sosialisasi dan jadwal program acara (Gambar 2). Ketua kegiatan memberi paket protokol kesehatan berisi masker, hand sanitiser, sabun cuci tangan antiseptik secara simbolis kepada salah satu peserta sosialisasi (Gambar 3).



Gambar 2. Sambutan dan Penjelasan Kegiatan dari Ketua Tim Pengabdian



Gambar 3. Penyerahan Paket Protokol Kesehatan

Sosialisasi berikutnya memberi penyuluhan tentang tanaman herbal di sekitar dapur/rumah yang bisa dipakai untuk meningkatkan imun, atau bahkan mengurangi infeksi gejala covid19 yang bisa digunakan saat isolasi mandiri (isoman). Bahan-bahan tersebut diantaranya madu, bawang putih, jahe, kunyit, garam, serai, kayu manis, biji bunga matahari dan lain-lain. Narasumber pada sesi ini berasal dari program studi Ilmu Keperawatan, Universitas Riau (Gambar 4).



**Gambar 4** Penjelasan dari Narasumber

Narasumber lain memberi penyuluhan dan demonstrasi bagaimana membuat minuman atau jus yang bisa meningkatkan imun tubuh. bahan minuman bisa didapatkan di sekitar rumah seperti: apel/cuka apel, jeruk peras, jeruk bali, sitrus, strawberry, berry, kiwi, buah bit yang dicampur/kombinasi dengan empon-empon/sayuran seperti jahe, kunyit, serai, dan wortel. Antusias peserta dalam mengikuti session ini ditunjukkan pada Gambar 5.



**Gambar 5.** Antusias Peserta Sosialisasi dan Suasana Sosialisasi

Sesi terakhir, narasumber merangkum semua kegiatan dari session pertama sampai

terakhir dengan membuat rangkuman seluruh kegiatan dalam bentuk interaktif dan Tanya jawab setelah sebelumnya melakukan presentasi dalam *file power point*. Print-out ppt nantinya akan dibagi kepada peserta sosialisasi (Gambar 6).



Gambar 6 Peserta yang Mengikuti session presentasi ppt

Akhir kegiatan, peserta sosialisasi menerima print-out berupa rangkuman kegiatan PPM yaitu bagaimana menerapkan protokol kesehatan untuk pencegahan covid19, dan meningkatkan imun tubuh dengan menambah supplement dari bahan herbal dan minuman herbal dikombinasikan dengan buah-buahan. Dokumentasi akhir kegiatan PPM disajikan pada Gambar 7.



Gambar 7. Foto Bersama Tim dengan Peserta di Akhir Sosialisasi

Dari hasil pengabdian pada masyarakat yang telah dilaksanakan di ibu-ibu Majelis Taklim Masjid Al-Manar di Kelurahan Tangkerang Barat Pekanbaru didapat sebagai berikut :

1. Masyarakat dan ibu-ibu Majelis Taklim Masjid Al-Manar menerima manfaat dari penyuluhan yang telah disampaikan.
2. Masyarakat dan ibu-ibu Majelis Taklim Masjid Al-Manar di Kelurahan tersebut telah mengetahui jenis bahan tradisional yang dapat membantu dalam proses penyembuhan Covid 19 dan meningkatkan Imunitas melawan Covid 19.
3. Masyarakat dan ibu-ibu dapat mengetahui bahwa ternyata banyak jenis bahan tradisional yang dapat dibuat dengan memanfaatkan tanaman dan tumbuhan sekitar



rumah. Hal ini dapat juga meningkatkan ilmu pengetahuan, demi menjaga kesehatan dari segala penyakit yang membahayakan.

#### 4. SIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Dengan kegiatan sosialisasi ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu-ibu Majelis Taklim Masjid Almanar, tentang beberapa jenis pengobatan tradisional untuk penyembuhan covid 19 dan meningkatkan imunitas untuk melawan penyakit tersebut.
- b. Kekurangan kegiatan ini adalah belum lengkapnya bahan herbal, sehingga demo pembuatan makanannya terbatas, selain itu tidak adanya quisioner yang diedarkan.

#### 5. SARAN

Adapun rekomendasi untuk kelanjutan program pengabdian masyarakat diantaranya sebagai berikut:

- a. Memberikan materi lain tentang covid 19, misalnya, bagaimana pencegahan covid secara dini, serta isolasi mandiri
- b. Memotivasi masyarakat agar segera melakukan vaksinasi, salah satu ikut mendukung program Pemerintah
- c. Perlunya alat demo tidak hanya berupa demo langsung tetapi bisa menggunakan video
- d. Perlunya quisioner yang lengkap untuk mempermudah evaluasi pelaksanaan kegiatan ini

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu-ibu Majelis Taklim Masjid Almanar dan pimpinan serta perangkat Kelurahan Tangkerang Barat Kecamatan Marpoyan Damai Kota Pekanbaru yang telah memberi dukungan terhadap keberhasilan pengabdian ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, DA, Salahudin, Jamil, SA, Rofida, S. (2021). Analisa Kuantitatif Obat Tradisional Sebagai Agen Peningkatan Imunitas Tubuh Dalam Melawan Covid 19. *Surat Kabar Online Indonesia*.
- Arwani, Sriningsih, Iis & Rodhi Hartono. (2013). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Operasi dengan Anestesi Spinal di RS Tugu Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa, Vol 1, No. 2, November 2013; 129-134*.
- Citra Indriyani. (Penulis). (2021). Kompas TV. Diambil 08 Juni 2021 . Web Site: <https://regional.kompas.com/read/2021/06/08/123340078/waspada-44-kelurahan-di-pekanbaru-masuk-zona-merah-covid-19-berikut?page=all>
- Fadillah, S. (2021). Penggunaan Herbal Untuk Pencegah Covid-19 di Masyarakat Kecamatan Ilir Barat II Kota Palembang, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang, Palembang
- Hermadi, Anggita Verdani Lestya. (2019). Pengaruh Aromatherapi Jahe Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lansia Didesa Borobudur Kecamatan Borobudur Kabupaten Magelang Tahun 2019. *Other thesis, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang*