

Pelatihan Pemanfaatan Tanaman Rimpang di Tengah Pandemi Covid-19 Guna Meningkatkan Imunitas Tubuh

Astri Sumiati^{1*}, Debora Budiyo², Abd. Rohman³, Ronasari Mahaji Putri⁴

¹Program Studi Agroteknologi, Fakultas Petanian, ²Program Studi Arsitektur Lanskap, Fakultas Petanian

³Program Studi Ilmu Administrasi Negara, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

⁴Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan

^{1,2,3,4}Universitas Tribhuwana Tungadewi

e-mail: ¹astri.sumiati@gmail.com ^{*}(*coressponding author*)

Abstrak

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan imunitas tubuh ialah dengan mengonsumsi makanan dan minuman yang dapat mencegah infeksi serta meningkatkan daya tahan atau imunitas tubuh seperti dengan mengonsumsi tanaman rimpang (Jahe, Kunyit, Kencur, dan Lengkuas). Tanaman rimpang seringkali dikenal dengan istilah TOGA (Tanaman obat keluarga). TOGA adalah istilah yang digunakan untuk tanaman budidaya atau peliharaan yang bersifat alami serta mudah ditanam pada sekitar pekarangan rumah dan mudah didapatkan dimana saja. Penanaman tanaman TOGA dapat dilakukan dengan memanfaatkan lahan di sekitar rumah ataupun pada media pot dan *polybag*. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat dari menanam tanaman rimpang sebagai tanaman obat keluarga (TOGA). Kegiatan yang dilakukanyaitu pemberian edukasi serta pelatihan penanaman tanaman rimpang yang bisa ditanam di sekitar pekarangan rumah. Pemahaman peserta mengenai budidaya dan pemanfaatan tanaman rimpang sebagai obat alami atau herbal meningkat 18% setelah mengikuti pelatihan dan sosialisasi yang dilakukan.

Kata kunci: edukasi; imunitas; pelatihan; tanaman rimpang; TOGA

Abstract

Efforts that can be made to increase the body's immunity are by consuming foods and drinks that can prevent infection and increase body resistance or immunity such as by consuming rhizome plants (Ginger, Turmeric, Kencur, and Galangal). Rhizome plants are often known as TOGA (family medicinal plants). TOGA is a term used for cultivated or pet plants that are natural and easy to plant around the yard and easy to get anywhere. Planting TOGA plants can be done by utilizing the land around the house or in pots and polybags. The purpose of this community service activity is to increase public knowledge about the benefits of growing rhizome plants as family medicinal plants (TOGA). The activities carried out are providing education and training on planting rhizomes that can be planted around the yard of the house. Participants' understanding of the cultivation and use of rhizome plants as natural or herbal medicines increased by 18% after participating in the training and socialization carried out.

Keywords: education; immunity; training; rhizome plants; TOGA

I. PENDAHULUAN

Covid-19 atau Corona Virus Disease 2019 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh SARS-CoV-2, salah satu jenis koronavirus [1]. Penyakit ini adalah penyakit jenis baru yang sebelumnya belum pernah diidentifikasi menyerang pada manusia. Covid-19 merupakan penyakit yang serius seperti MERS dan SARS, penyakit ini menyebabkan penyakit ringan sampai berat pada penderita bahkan samapi mengakibatkan kematian. Gejala umum pada serangan penyakit ini diantaranya seperti common cold atau pilek, flu, radang tenggorokan, demam tinggi, dan nyeri otot [2].

Berdasarkan data yang diperoleh dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia diketahui sampai dengan tanggal 13 April 2020 di Indonesia terkonfirmasi 4.557 kasus, 399 orang meninggal dunia, dan 380 orang terkonfirmasi sembuh. Padahal pada tanggal 3 Maret 2020 pertama kali ditemukan hanya ada 2 kasus terinfeksi coronavirus (Covid-19) dan dua orang tersebut telah dinyatakan sembuh. Jumlah kasus penderita Covid-19 yang terkonfirmasi terus tumbuh secara eksponensial, World Health Organization (WHO) menandai peristiwa monumental dunia ini dengan memberikan instruksi dan rekomendasi pada semua negara dan komunitas bahwa melakukan kegiatan pencegahan dan pengendalian yang kuat dapat menurunkan kasus Covid-19 dan dapat secara signifikan memperlambat atau menghentikan penyebaran virus ini [3][4].

Pada masa pandemi Covid-19, banyak orang yang berusaha menjaga kesehatan dan keselamatan masing-masing agar dapat terhindar dari paparan virus Covid-19. Salah satunya usaha yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan immunitas atau kekebalan tubuh agar dapat terlindungi dari berbagai serangan jenis patogen sehingga kondisi tubuh tetap berada dalam kondisi yang sehat. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan imunitas

tubuh ialah dengan mengonsumsi makanan dan minuman yang dapat mencegah infeksi serta meningkatkan daya tahan tubuh seperti dengan mengonsumsi tanaman rimpang (Jahe, kunyit, kencur, dan lengkuas). Tanaman rimpang seringkali dikenal dengan istilah TOGA (Tanaman obat keluarga). TOGA adalah istilah yang digunakan untuk tanaman budidaya atau peliharaan yang bersifat alami serta mudah ditanam pada sekitar pekarangan rumah dan mudah didapatkan dimana saja. Penanaman tanaman TOGA dapat dilakukan dengan memanfaatkan lahan di sekitar rumah ataupun pada media pot dan polybag [5]. Pada tanaman TOGA bagian-bagian yang dapat dimanfaatkan sebagai obat antara lain daun, batang, buah biji dan juga akarnya [6]. Apabila kita lihat dari aspek kegunaannya tanaman TOGA juga dapat memberikan banyak manfaat yang baik dari segi kesehatan maupun lingkungan

Tanaman rimpang diketahui memiliki banyak manfaat seperti pada tanaman jahe dimana jahe diketahui memiliki kandungan minyak atsiri sekitar 2,58% - 2,72% dan jahe juga banyak digunakan pada industri obat-obatan di Indonesia. Zat-zat yang terkandung dalam minyak atsiri tersebut memiliki berbagai khasiat diantaranya untuk mengobati penyakit ringan seperti masuk angin, sakit kepala, batuk, dan mual-mual [7]. Kunyit juga diketahui memiliki banyak manfaat untuk kesehatan, misalnya dalam mengobati demam dimana didalam kunyit terdapat minyak atsiri, pati, serat dan abu [8]. Tanaman serai dapat dikonsumsi sebagai obat untuk mengobati sakit kepala, nyeri lambung serta haid yang tidak teratur. Tanaman serai juga dimanfaatkan dalam bentuk minyak atsiri yang menjadi minyak andalan di Indonesia [9].

Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa pentingnya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan serta cara pemanfaatan tanaman rimpang ditengah masyarakat terlebih pada masa

pandemi Covid-19 saat ini dimana masyarakat dapat memanfaatkan tanaman rimpang sebagai obat herbal untuk meningkatkan stamina atau sistem imun agar dapat terhindar dari Covid-19. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan melakukan “Pelatihan Pemanfaatan Tanaman Rimpang Ditengah Pandemi Covid-19 Guna Meningkatkan Imunitas Tubuh”. Luaran yang diharapkan pada kegiatan ini adalah membuat jurnal terkait pemanfaatan tanaman rimpang sebagai obat herbal keluarga dimasa pandemi Covid-19 selain itu diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan pekarangan rumah untuk ditanami tanaman rimpang serta pemanfaatan budidaya tanaman herbal.

II. SUMBER INSPIRASI

Program pelatihan pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh adalah proses yang dilakukan berkaitan dengan pentingnya hal-hal yang dijelaskan diatas bagi masyarakat dalam upaya pencegahan dan pengendalian yang kuat sehingga dapat menurunkan kasus Covid-19 dan dapat secara signifikan memperlambat atau menghentikan penyebaran virus ini.

Pada masa pandemi Covid-19 salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah penularan Covid-19 adalah dengan meningkatkan ketahanan tubuh masyarakat melalui imunitas tubuh perorangan. Daya tahan atau imunitas tubuh yang baik dapat dijaga dan ditingkatkan, melalui asupan nutrisi harian yang baik dan bergizi, pola hidup sehat serta ditambah dengan asupan suplemen kesehatan atau ramuan herbal atau obat tradisional [10]. Tingginya kesadaran masyarakat ibu rumah tangga pada RT 06 RW 09 Desa Landungsari mengenai pentingnya menjaga daya tahan atau imunitas tubuh pada masa pandemi Covid-19 serta kembalinya *trend* kembali ke alam (*Back to Nature*) dikalangan masyarakat

menyebabkan penggunaan obat herbal atau tanaman obat menjadi sangat diminati saat ini. Namun disisi lain kurangnya pengetahuan masyarakat khususnya masyarakat Indonesia mengenai khasiat dari tanaman rimpang sebagai tanaman obat atau herbal yang dapat digunakan dalam meningkatkan daya tahan atau imunitas tubuh serta proses pengolahan tanaman rimpang tersebut menjadi tanaman obat atau herbal menjadi masalah tersendiri di masyarakat yang harus dapat diselesaikan sehingga nantinya masyarakat Indonesia dapat memanfaatkan tanaman rimpang menjadi tanaman herbal atau obat yang murah, mudah, dan terjangkau di area rumah. Ibu rumah tangga biasanya lebih mudah dalam menerima informasi dan mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat karena ibu adalah manajer dalam keluarganya. Sehingga penerimaan informasi dan edukasi lebih maksimal dan pengetahuan yang didapat nanti akan diteruskan kepada keluarganya dengan mudah, benar, dan baik. Oleh karena itu, seorang ibu tangga merupakan mitra yang tepat.

Pentingnya pelatihan dan pemberian informasi yang benar mengenai pemanfaatan tanaman rimpang sebagai obat alami atau herbal didasari oleh tingginya minat masyarakat dalam hal ini ibu rumah tangga terhadap penggunaan obat alami atau herbal untuk meningkatkan daya tahan atau imunitas tubuh dimasa pandemi Covid-19. Kurangnya pengetahuan, informasi, edukasi serta pelatihan mengenai budidaya, manfaat serta pemanfaatan tanaman rimpang sebagai tanaman obat sering kali membuat masyarakat keliru dalam proses pengolahan dan pemanfaatan sehingga menyebabkan penurunan efektivitas bahkan sampai keracunan pada penggunaannya. Hal ini berdampak pada menurunnya kepercayaan masyarakat terhadap penggunaan obat alami atau herbal sehingga pelatihan dan proses edukasi yang baik terkait cara pengolahan yang benar dan khasiat tanaman rimpang sebagai obat alami atau herbal menjadi sangat penting [11].

III. METODE KEGIATAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dari tanggal 28 Agustus 2020 sampai dengan tanggal 21 Februari 2021. Pada tanggal 30 Agustus 2020 dan 8 September 2020 dilakukan survei pada lokasi pelatihan serta dilakukan proses persiapan sarana serta prasarana yang diperlukan dalam pelaksanaan kegiatan. Pelatihan dilakukan pada hari minggu, 7 Februari 2021 kemudian dilanjutkan dengan proses monitoring sampai dengan 21 Februari 2021. Program pengabdian kepada masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh ini dilakukan pada ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari.

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh ini dilakukan pada ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari yaitu proses edukasi melalui penyuluhan dan pelatihan. Proses penyuluhan dilaksanakan sebanyak 2 kali, selain itu untuk proses pelatihan dilakukan sebanyak 1 kali kemudian dilanjutkan dengan proses monitoring serta diskusi dengan ibu rumah tangga didaerah tersebut sebanyak 3 kali. Kegiatan sosialisasi dan proses pelatihan mengenai pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh dilakukan secara daring. Proses dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dibagi menjadi beberapa tahapan dimana pada tiap tahapan memiliki fungsi dan tujuan masing-masing.

1. Tahapan Observasi Awal

Pada tahap awal ini dilakukan proses observasi awal terhadap permasalahan yang terdapat dimasyarakat sehingga diketahui hal-hal yang diperlukan oleh masyarakat pada masa pandemi Covid-19. Tahap observasi dilihat dari aspek-aspek dan kemampuan untuk menyelesaikan permasalahan

yang ada melalui program pengabdian masyarakat yang dibuat. Masalah yang ditemukan dari hasil observasi yang dilakukan yaitu pengetahuan, informasi, edukasi serta pelatihan mengenai budidaya, manfaat serta pemanfaatan tanaman rimpang sebagai tanaman obat sering kali membuat masyarakat keliru dalam proses pengolahan dan pemanfaatan.

2. Tahapan Persiapan

Pada proses dan tahap persiapan dilakukan dengan melakukan persiapan materi berupa power point mengenai pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh untuk proses pelatihan dan sosialisasi. Selain itu juga dilakukan proses persiapan untuk video pelatihan budidaya tanaman rimpang, penyiapan alat dan bahan yang digunakan dalam pelatihan pemanfaatan tanaman rimpang sabagai jamu (Gambar 1).

3. Tahap Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

Pada pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan sesuai dengan waktu yang telah direncanakan dimana pelaksanaannya dilakukan selama 4 minggu. Pada minggu pertama dilakukan proses sosialisasi dan pelatihan mengenai pemanfaatan tanaman obat. Proses sosialisasi dan pelatihan kepada para peserta, diawali dengan pemberian *pretest* kepada peserta untuk mengevaluasi kemampuan peserta sebelum pelatihan dilakukan mengenai seberapa jauh pengetahuan para peserta mengenai tanaman rimpang. Kegiatan selanjutnya adalah pemberian sosialisasi mengenai pemanfaatan pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh kepada ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari. Pelatihan budidaya dan pemanfaatan dilakukan dalam 2 tahap yaitu pemberian pelatihan melalui presentasi *power point* secara daring dan tahap kedua yaitu melalui video

tentang cara pemanfaatan tanaman rimpang sebagai obat alami atau jamu. Pada tahap akhir, dilakukan proses evaluasi berupa *post test* yang memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa jauh peningkatan pemahaman peserta tentang budidaya serta pemanfaatan tanaman rimpang sebagai tanaman obat alami atau herbal setelah dilaksanakan kegiatan sosialisasi dan pelatihan.

4. Tahapan Monitoring dan Evaluasi

Pada minggu ke-2 sampai ke-4 bulan februari dilakukan proses monitoring serta diskusi dengan ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari

terkait tanggapan tentang sosialisasi dan pelatihan yang sudah dilaksanakan, kendala apa saja yang dihadapi peserta dalam proses budidaya dan pemanfaatan tanaman rimpang sebagai tanaman obat atau herbal, memberikan solusi atas kendala yang dihadapi. Pada pemberian *pre test* dan *post test* jumlah soal yang diberikan yaitu 10 soal, dengan perhitungan persentase jawaban benar menggunakan rumus :

$$\text{Jawaban soal benar} / \text{jumlah soal} \times 100\%$$



Gambar 1. Persiapan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

IV. KARYA UTAMA

Upaya dalam pencegahan penularan virus Covid-19 secara klinis dapat dilakukan melalui edukasi, penyuluhan, sosialisasi serta pelatihan pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh telah dapat diimplementasikan dengan baik sehingga dapat meminimalisir penyebaran Covid-19. Realisasi ketercapaian dari kegiatan yang dilakukan telah berjalan sesuai dengan target yang telah ditetapkan sehingga proses kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik. Dalam

pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, setiap spesifikasi kegiatan memiliki porsi masing-masing, dimana pada tahap persiapan memiliki porsi sebesar 20%, pada tahap pelatihan memiliki porsi yang tertinggi yaitu sebesar 50% dan pada tahap monitoring dan diskusi memiliki porsi sebesar 30%. Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sudah dilakukan dan berjalan dengan baik pada masing-masing porsi, maka dapat disimpulkan bahwa ketercapaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah memenuhi porsi yang sudah ditetapkan yaitu sebesar 100%.

Adapun faktor pendukung keberhasilan dalam kegiatan pelatihan pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh adalah para peserta yaitu ibu-ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari dimana dari proses pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan menumbuhkan minat ibu-ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari dalam budidaya tanaman rimpang dan pemanfaatannya sebagai obat alami atau herbal dalam upaya pencegahan penularan Covid-19, selain itu meningkatnya kesadaran para peserta dalam menjaga kesehatan dan daya tahan/imunitas tubuh serta diikuti antusiasme yang tinggi dari para peserta pelatihan dalam mengikuti program-program yang dilaksanakan. Dalam proses pelaksanaan tidak ditemukan hambatan yang berarti dalam menjalankan program pengabdian kepada masyarakat.

Keberhasilan kegiatan ini juga dapat dilihat dari perbandingan rerata hasil persentase nilai *pre test* dan *post test* yang telah diberikan. Pemberian soal *pre test* dilakukan sebelum peserta mendapatkan sosialisasi dan pelatihan untuk mengetahui pengetahuan peserta tentang budidaya dan pemanfaatan tanaman rimpang, didapatkan hasil rerata persentase nilai pretest yaitu 74%. Sedangkan pemberian soal berupa *post test* dilakukan setelah peserta mendapatkan sosialisasi dan pelatihan untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman peserta setelah dilaksanakannya sosialisasi dan pelatihan, hasil rerata persentase nilai posttest yaitu 92%. Terlihat peningkatan nilai pada *post test* yang menunjukkan pemahaman masyarakat tentang budidaya dan pemanfaatan tanaman rimpang meningkat setelah diberikannya sosialisasi dan pelatihan. Kegiatan proses Pengabdian Kepada Masyarakat dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Proses Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat bersama Ketua RT, Warga Masyarakat, Dosen, dan Mahasiswa

Proses monitoring dan evaluasi yang dilakukan secara umum mendapat tanggapan masyarakat tersendiri dari para peserta dimana pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh adalah salah satu alternatif yang murah, mudah, dan praktis dalam pemanfaatan tanaman rimpang sebagai imunomodulator yang juga memiliki efek samping yang rendah apabila dibandingkan dengan penggunaan obat kimia.

Selain itu para peserta yaitu ibu rumah tangga sekaligus anggota ibu PKK juga berpendapat bahwa melalui adanya sosialisasi dan pelatihan ini, para peserta mendapat informasi dan wawasan baru tentang tanaman rimpang yang dapat digunakan sebagai pencegahan Covid-19 dengan cara meningkatkan imunitas tubuh. Adapun efek positif yang dirasakan para peserta setelah memanfaatkan tanaman rimpang dalam bentuk jamu secara rutin tubuh adalah menjadi semakin bugar dan jarang sakit

V. ULASAN KARYA

Keberhasilan dalam pelatihan pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh adalah para peserta yaitu ibu-ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari dimana dari proses pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan menumbuhkan minat ibu-ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari dalam budidaya tanaman rimpang dan pemanfaatannya sebagai obat alami atau herbal dalam upaya pencegahan penularan Covid-19, selain itu juga terdapat meningkatnya kesadaran para peserta dalam menjaga kesehatan dan daya tahan atau imunitas tubuh serta diikuti antusiasme yang tinggi dari para peserta pelatihan dalam mengikuti program-program yang dilaksanakan. Berdasarkan indikator terdapat dampak positif bagi peserta dan warga sekitar pengabdian dengan kegiatan serta program yang telah diberikan oleh pengabdian.

VI. KESIMPULAN

Pemanfaatan tanaman rimpang sebagai obat alami atau herbal sangat perlu dilakukan khususnya untuk Ibu Rumah Tangga di tengah pandemi ini agar dapat lebih aktif dan produktif serta berinovasi. Edukasi dan pelatihan yang sudah diberikan dalam program pengabdian kepada masyarakat telah meningkatkan minat dan pola pikir peserta terhadap pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh dengan memahami budidaya dan pemanfaatan tanaman rimpang serta meningkatnya kesadaran para peserta dalam menjaga kesehatan dan daya tahan atau imunitas tubuh.

VII. DAMPAK DAN MANFAAT KEGIATAN

Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang telah dilakukan memberikan beberapa dampak, yaitu:

- a. Pola pikir peserta pelatihan, yang lebih menyadari pentingnya upaya dalam pencegahan penularan virus Covid-19 secara klinis melalui edukasi, penyuluhan, sosialisasi, dan pelatihan pemanfaatan tanaman rimpang ditengah pandemi Covid-19 guna meningkatkan imunitas tubuh dengan memahami budidaya dan pemanfaatan tanaman rimpang.
- b. Minat para peserta dalam budidaya tanaman rimpang dan pemanfaatannya sebagai obat alami/herbal dalam upaya pencegahan penularan Covid-19 serta meningkatnya kesadaran para peserta dalam menjaga kesehatan dan daya tahan atau imunitas tubuh.

VIII. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Riastuti, R.D dan Sustianingsih, I.M. 2021. Pelatihan Pemanfaatan Rempah Toga Sebagai Upaya Meningkatkan Sistem Kekebalan Tubuh di Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Bakti Nusantara Linggau, 2(1):41-46.

- [2] Mubaroq, P dan Halima, N. 2021. Peran Aktif Masyarakat dalam Menanggulangi Penyebaran Covid-19 di Kecamatan Kademangan Kota Probolinggo. *Jurnal of Governance and Policy Innovation*, 1(1):47-56.
- [3] Pertiwi, R., Notriawan, D., dan Wibowo, R.H. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Meningkatkan Imunitas Tubuh sebagai Pencegahan Covid-19. *Jurnal Dharma Raflesia*, 18(2):110-118.
- [4] Pakaya, R., Ramadhani, F., Hanapi, S., Badu, F.D., dan Iyou, I. 2021. Penerapan 3M (Memakai Masker, Mencuci Tangan, dan Menjaga Jarak) dalam upaya Pencegahan Corona Virus Disease (Covid-19) di Desa Mohiyolo Kec. Asparaga Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Insan Cita*, 3(1):1-10.
- [5] Parawansah, Ezzo, A., dan Saida. 2020. Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Sebagai upaya untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Ditengah Pandemi di Kota Kendari. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2):325-328.
- [6] Harjono, Y., Yusmaini, H., dan Bahar, M. 2017. Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti Kabupaten Tangerang. *Jurnal Ruwa Jurai*, 3(1):16-22.
- [7] Aryanta, I.W.R. 2019. Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Jurnal Widya Kesehatan*, 1(2): 39-43.
- [8] Azis, A. 2019. Kunyit (*Curcuma domestica* Val) sebagai Obat Antipiretik Abdul Azis. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 6(2):116-120.
- [9] Basuki, A., Novitasari, S.W., Soendoro, A.B.B.Y., dan Anisa, N.N. 2020. Inovasi Pengolahan Tanaman Serai Berbantuan Buku Panduan untuk Meningkatkan Pendapatan Masyarakat Desa Sukorejo Kabupaten Malang. *Jurnal Karinov*, 3(3):127-132.
- [10] Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia.2020. Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi Covid-19 di Indonesia”. <https://www.pom.go.id/new/view/more/pers/544/Dukungan-Penuh-Badan-POM-Untuk-Penanganan-Covid-19.html>. Diakses Pada 12 Desember 2021.
- [11] Choironi, N.A, Wulandari, M., dan Susilowati, S.S. 2018. Pengaruh Edukasi Terhadap Pemanfaatan dan Peningkatan Produktivitas Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Minuman Herbal Instan di Desa Ketenger Baturraden. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, 6(1):1-5.

IX. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada LPPM Universitas Tribhuwana Tunggaladewi yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini serta ucapan terima kasih juga kepada mitra pengabdian yaitu ibu-ibu rumah tangga di RT 06 RW 09 Desa Landungsari yang telah mendukung kegiatan pengabdian sehingga dapat terlaksana sesuai dengan harapan tim program pengabdian kepada masyarakat. Pengabdian juga berterima kasih kepada para mahasiswa Universitas Tribhuwana Tunggaladewi yang telah bekerjasama dengan para dosen dalam menyelesaikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.