
PEMANFAATAN TANAMAN PENINGKAT DAYA TAHAN TUBUH PADA MASYARAKAT DI PROVINSI KALIMANTAN BARAT SELAMA PANDEMI COVID-19

Utilization of Immune Enhancing Plants in Society in The Province of West Kalimantan During The Covid-19 Pandemic

Nurdianti Awaliyah, Mahwar Qurbaniah.

Universitas Muhammadiyah Pontianak

Email: nurdianti.awaliyah@unmuhpnk.ac.id

Abstract During the Covid-19 pandemic, people are advised to consume food and drinks that can maintain or increase body endurance. In Indonesia, there are many family medicinal plants (TOGA) that can maintain or increase body endurance. The purpose of this study was to find out what medicinal plants were used by the society in Province of West Kalimantan to increase body endurance during the Covid-19 pandemic. The research method was carried out by survey method with 60 respondents who were taken by simple random sampling technique. The research instrument needed is a questionnaire and other supporting literature. From the results of the previous literacy study, there were around 19 medicinal plants that can maintain or increase body endurance which were then surveyed to respondents. The results showed that plants to maintain body endurance were utilized by the people of West Kalimantan Province with details of 100% ginger, 72% red ginger, 77% temu lawak, 40% temu mangga, 98% turmeric, 91% kencur, 91% galangal, 75% cloves, 54% black cumin, 95% garlic, 80% red chili, 56% gotu kola, 23% meniran, 28% sambiloto, 54% moringa, 72% noni, 23% semar bag, 100% coconut and 100% guava.

Keywords: *Covid-19, medicinal plants, immune system.*

Abstrak Selama pandemi Covid-19, masyarakat disarankan untuk mengonsumsi makanan dan minuman yang dapat menjaga ataupun meningkatkan daya tahan tubuh. Di Indonesia, banyak terdapat tanaman obat keluarga (TOGA) yang dapat menjaga atau meningkatkan daya tahan tubuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tanaman obat apa saja yang dimanfaatkan oleh masyarakat di Provinsi Kalimantan Barat untuk meningkatkan daya tahan tubuh selama pandemi Covid-19. Metode penelitian dilakukan dengan metode survei dengan 60 responden yang diambil dengan teknik simple random sampling. Instrumen penelitian yang dibutuhkan adalah angket dan literatur-literatur lainnya yang mendukung. Dari hasil kajian literasi sebelumnya ada sekitar 19 tanaman obat yang dapat menjaga ataupun meningkatkan daya tahan tubuh yang kemudian disurvei kepada responden. Hasil penelitian menunjukkan tanaman untuk menjaga daya tahan tubuh yang dimanfaatkan oleh masyarakat Provinsi Kalimantan Barat dengan rincian jahe 100 %, jahe merah 72 %, temu lawak 77 %, temu manga 40 %, kunyit 98 %, kencur 91 %, lengkuas 91%, cengkeh 75 %, jintan hitam 54 %, bawang putih 95 %, cabe merah 80 %, pegagan 56 %, meniran 23 %, sambiloto 28 %, kelor 54 %, mengkudu 72 %, kantong semar 23 %, kelapa 100 % dan jambu biji 100%.

Kata Kunci: *Covid-19, tanaman obat, daya tahan tubuh.*

PEMANFAATAN TANAMAN PENINGKAT DAYA TAHAN TUBUH PADA MASYARAKAT DI PROVINSI KALIMANTAN BARAT SELAMA PANDEMI COVID-19

PENDAHULUAN

Pada musim pandemi Covid-19 ini, selain mencuci tangan dengan hand sanitizer atau sabun, masyarakat juga disarankan untuk mengkonsumsi makanan yang dapat menjaga ataupun meningkatkan daya tahan tubuh. Kita disarankan mengkonsumsi makanan yang dapat menjaga atau meningkatkan daya tahan tubuh agar terhindar dari virus penyakit ini. Sudah banyak referensi dari berbagai artikel yang membahas tentang makanan penjaga/peningkat daya tahan tubuh, tetapi tidak semua makanan tersebut mudah ditemukan di daerah kita.

Provinsi Kalimantan Barat merupakan provinsi yang mempunyai luas 14,68 ha dimana 42,32 % nya adalah hutan. Di dalam hutan Kalimantan Barat banyak pohon yang tumbuh disana, seperti Dipterocarpaceae yaitu tumbuhan suku meranti-merantian yang biasanya dimanfaatkan dalam bidang perkayuan seperti pohon tengkawang, Myrtaceae yaitu tumbuhan suku jambu-jambuan yang biasanya dimanfaatkan sebagai buah-buahan, tanaman hias, obat dan industri. Kemudian ada juga Sapotaceae yaitu tumbuhan buah yang boleh dimakan, Euphorbiaceae yaitu tumbuhan suku kastuba-kastubaan yang menyerupai kaktus, Lauraceae yaitu tumbuhan suku kamfer-kamferan yang biasa digunakan sebagai rempah-rempah, dan Ericaceae yaitu tumbuhan suku pinang-pinangan seperti kelapa dan enau.

Tumbuhan yang ada di Provinsi Kalimantan Barat tersebut banyak sekali dimanfaatkan oleh masyarakat setempat dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu bentuk pemanfaatan tumbuhan yang sering dilakukan masyarakat adalah pemanfaatan tumbuhan sebagai penjaga atau peningkat daya tahan tubuh. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan tanaman-tanaman yang berkhasiat sebagai pertolongan pertama untuk menanggulangi penyakit terhadap keluarga. Pada masa pandemi Covid-19 ini, pentingnya memiliki tanaman obat untuk menjaga daya tahan tubuh yang dapat ditanam di pekarangan rumah agar dapat dikonsumsi kapanpun oleh masyarakat.

Di Provinsi Kalimantan terdiri atas 14 Kota dan Kabupaten yaitu Kota Pontianak, Kota Singkawang, Kabupaten Sambas, Kabupaten Kapuas Hulu, Kabupaten Ketapang, Kabupaten

Sintang, Kabupaten Kubu Raya, Kabupaten Kayong Utara, Kabupaten Sekadau, Kabupaten Sanggau, Kabupaten Mempawah, Kabupaten Bengkayang, Kabupaten Landak, dan Kabupaten Melawi. Di provinsi ini terdiri dari berbagai suku asli seperti melayu dan dayak, serta pendatang seperti tionghoa, jawa, bugis, sunda, madura, batak dan suku-suku lainnya sehingga pemanfaatan tanaman obat sebagai peningkat daya tahan tubuh juga dipengaruhi oleh daerah asal pendatang.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tanaman apa saja yang dimanfaatkan untuk menjaga daya tahan tubuh oleh masyarakat di Provinsi Kalimantan Barat selama pandemi Covid-19.

Metode Penelitian

Metode penelitian dilakukan dengan metode survei dengan 50 responden yang diambil dengan teknik *simple random sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2001). Instrumen penelitian yang dibutuhkan adalah angket dan literatur-literatur lainnya yang mendukung.

Hasil dan Pembahasan

Dari literatur sebelumnya, ditemukan ada 19 tanaman obat yang dapat dikonsumsi untuk menjaga atau meningkatkan daya tahan tubuh (Awaliyah dan Qurbaniah, 2020), yaitu Jahe (*Zingiber officinale Rosc*), Jahe merah (*Zingiber officinale var. Rubrum*), Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza Roxb*), Temu mangga (*Curcuma amada*), Kunyit (*Curcuma domestica Val*), Kencur (*Kaempferia galanga L*), Lengkuas (*Alpinia galanga*), Cengkeh (*Syzygium aromaticum*), Jintan Hitam (*Nigella sativa L*), Bawang putih (*Allium sativum*), Cabe merah (*Capsicum annum L*), Pegagan (*Centella Asiatica*), Meniran (*Phyllanthus Niruri L*), Sambiloto (*Andrographis paniculata*), Kelor (*Moringa Oleifera Lamk*), Mengkudu (*Morinda citrifolia*), Kantong semar (*Nepenthes*), Kelapa (*Cocos nucifera*), dan Jambu biji (*Psidium guajava*).

Data tanaman obat untuk meningkatkan daya tahan tubuh yang telah ada tersebut kemudian ditanyakan kepada 60 responden yang diambil secara acak yang terdiri dari karyawan

N AWALIYAH, M QURBANIAH

swasta, ibu rumah tangga, mahasiswa dan masyarakat dari strata lainnya menggunakan angket virtual dengan link: <https://forms.gle/wiHWvPNV7eraLMf57>. Responden diambil acak dari 14 Kota dan Kabupaten yaitu Kota Pontianak, Kota Singkawang, Kabupaten Sambas, Kabupaten Kapuas Hulu, Kabupaten Ketapang, Kabupaten Sintang, Kabupaten Kubu Raya, Kabupaten Kayong Utara, Kabupaten Sekadau, Kabupaten Sanggau, Kabupaten Mempawah, Kabupaten Bengkayang, Kabupaten Landak, dan Kabupaten Melawi seperti yang terlihat pada **Grafik 1**.

Berdasarkan hasil survey dapat dilihat bahwa responden pernah mengkonsumsi tanaman untuk menjaga daya tahan tubuh dengan rincian jahe 100 %, jahe merah 72 %, temu lawak 77 %, temu manga 40 %, kunyit 98 %, kencur 91 %, lengkuas 91%, cengkeh 75 %, jintan hitam 54 %, bawang putih 95 %, cabe merah 80 %, pegagan 56 %, meniran 23 %, sambiloto 28 %, kelor 54 %, mengkudu 72 %, kantong semar 23 %, kelapa 100 % dan jambu biji 100% sebagaimana dapat dilihat pada **Grafik 2, Grafik 3, Grafik 4, dan Grafik 5**.

Pada angket tersebut juga ditanyakan jika responden mengetahui tanaman obat untuk meningkatkan daya tahan tubuh yang biasa dikonsumsi tetapi belum tercantum pada angket dan ditemukan tanaman obat lainnya seperti sarang semut (*Myrmecodia pendans*), bawang dayak (*Eleutherine bulbosa*), kumis kucing (*Orthosiphon aristatus*), serai *Cymbopogon citratus*), lidah buaya (*Aloe vera*), kecombrang (*Etilingera elatior*) dan ginseng (*Talinum paniculatum*).

Simpulan

Dari hasil survey kepada 60 responden, persentase responden telah mengkonsumsi tanaman obat sebagai peningkat daya tahan tubuh adalah jahe 100 %, jahe merah 72 %, temu lawak 77 %, temu manga 40 %, kunyit 98 %, kencur 91 %, lengkuas 91%, cengkeh 75 %, jintan hitam 54 %, bawang putih 95 %, cabe merah 80 %, pegagan 56 %, meniran 23 %, sambiloto 28 %, kelor 54 %, mengkudu 72 %, kantong semar 23 %, kelapa 100 % dan jambu biji 100%

Saran

Penelitian ini lebih baik dilanjutkan untuk mengetahui keefektifan pemanfaatan tanaman obat sebagai peningkatan daya tahan tubuh

selama pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Awaliyah dan Qurbaniah, 2020, *Etnobotani Tanaman Peningkat Daya Tahan Tubuh Khas Kalimantan Barat*, Laporan Penelitian, LPPM UM Pontianak
- Djauzi, S., 2003. *Perkembangan Immunomodulator*. Simposium Peranan Echinacea sebagai imunomodulator dalam Infeksi Virus dan Bakteri.
- Purnama. 1995. *Kaitan antara Kajian Etnobotani dengan Pelestarian Sumber Daya Hayati Tumbuhan*. Seminar dan Lokakarya Nasional Etnobotani II. Yogyakarta
- Sukara, E., 2000. *Sumber daya alam hayati dan pencarian bahan baku obat (Bioprospeking)*. Prosiding Simposium Nasional II Tumbuhan Obat dan Aromatik. Puslitbang Biologi-LIPI, Bogor : 31-37.
- Sukarman dan S. Riswan. 1992. *Status Pengetahuan Etnobotani di Indonesia*. Prosiding Seminar dan Lokakarya Nasional Etnobotani. Cisarua, Bogor
- Takoy dkk, 2013, *Tumbuhan Berkhasiat Obat Suku Dayak Seberuang Di Kawasan Hutan Desa Ensabang Kecamatan Sepauk Kabupaten Sintang*, Jurnal Protobiont Vol 2 (3): 122 – 128
- Tjandrawinata, R.R., S. Maat dan D. Noviarny, 2005. *Effect of standardized Phyllanthus niruri extract on changes in immunologic parameters: correlation between preclinical and clinical studies*. Medika XXXI (6) : 367-371.
- Wagner, H., 1985. *Immunostimulants from medicinal plants*. In *Advances in Chinese medicinal materials research* (Eds.) H.M. Chang; H.W. 133 Yeung; W.W. Tso and A. Koo. World Scientific Publ. Co. Singapura : 159-170.
- Sugiyono, 2001. *Metode Penelitian*, Bandung: CV Alfa Beta.

PEMANFAATAN TANAMAN PENINGKAT DAYA TAHAN TUBUH PADA MASYARAKAT
DI PROVINSI KALIMANTAN BARAT SELAMA PANDEMI COVID-19

Wulandara, dkk, 2018, *Etnobotani
Tumbuhan Obat Suku Melayu Desa
Durian Sebatang Kecamatan Seponti
Kabupaten Kayong Utara*, Jurnal
Protobiont Vol. 7 (3) : 36 –46

Yusro dkk, 2020, *Pemanfaatan Tumbuhan
Obat oleh Masyarakat Sekitar Taman
Wisata Alam (TWA) Bukit Kelam,
Kabupaten Sintang, Kalimantan
Barat*, Jurnal Sylva Lestari Vol. 8 No.
2