

STRATEGI HOLISTIK PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DESA SUNGAI PUAR DALAM MENGATASI PENYAKIT DEGENERATIF DENGAN MEMBERIKAN EDUKASI TENTANG PENGGUNAAN OBAT HERBAL TOGA

**Rizky Yulion, Ribka Pangaribuan, Bunga Monica, Zami Fahreza, Nurhafni
Hafizah, Intan Permata, Anggun Biodola, Laurenc Aprilia**

Farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi, Indonesia
rizkyyulionputra10@gmail.com

Abstract

Sungai Puar Village: Improving Community Health Knowledge Sungai Puar Village in Jambi, established in 1885, has 250 residents who have diverse livelihoods. The village's health program focuses on 5 main diseases: upper respiratory tract infection, diabetes, gout, hypertension, and tuberculosis. The program provides knowledge on diseases, prevention, alternative medicine, and healthy living. The program also increased knowledge on the prevention of stunting and other diseases, involving elementary school students in learning about hygiene, the little pharmacist profession, and healthy modern food to prevent stunting. The program also educates mothers on the proper use of antibiotics and traditional medicine. The community was involved in planting family medicinal plants and received free health checks (blood sugar, blood pressure, uric acid, cholesterol). As a result, the program increased community knowledge about health, prevented disease and stunting, and resulted in a healthier community.

Keywords: traditional medicine, degenerative, stunting, medical cek-up.

Abstrak

Desa Sungai Puar: Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Masyarakat Desa Sungai Puar di Jambi, didirikan tahun 1885, dengan 250 penduduk yang memiliki beragam mata pencaharian. Program kesehatan di desa ini fokus pada 5 penyakit utama: infeksi saluran pernapasan atas, diabetes, asam urat, hipertensi, dan TBC. Program ini memberikan pengetahuan tentang penyakit, pencegahan, pengobatan alternatif, dan hidup sehat. Program ini juga meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting dan penyakit lainnya, melibatkan siswa SD dalam belajar tentang kebersihan, profesi apoteker cilik, dan makanan modern sehat untuk mencegah stunting. Program ini juga memberikan edukasi kepada ibu-ibu pengajian tentang penggunaan obat antibiotik yang tepat dan obat tradisional. Masyarakat dilibatkan dalam penanaman tanaman obat keluarga dan mendapatkan pemeriksaan kesehatan gratis (gula darah, tekanan darah, asam urat, kolesterol). Hasilnya, program ini meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan, mencegah penyakit dan stunting, dan menghasilkan masyarakat yang lebih sehat.

Keywords: pengobatan tradisional, degeneratif, stunting, pemeriksaan kesehatan.

PENDAHULUAN

Desa Sungai Puar, terletak di Kecamatan Mersam, Kabupaten Batang Hari, Provinsi Jambi, didirikan sekitar tahun 1885 sebagai Dusun Sungai Puar,

dengan luas wilayah sekitar \pm 1.302 Hektar (Ha). Populasinya mencapai sekitar 250 orang yang tersebar dalam sekitar \pm 50 Kepala Keluarga (KK). Masyarakat Desa Sungai Puar memiliki beragam mata pencaharian, termasuk

perkebunan, peternakan, nelayan Sungai, pertambangan/galian, kerajinan dan industri kecil, serta jasa dan perdagangan. Desa ini terbagi menjadi 3 dusun, yaitu Dusun I (Tanjung Beringin), Dusun II (Sialang Madu), dan Dusun III (Talang Tembesu), dengan total 9 Rukun Tetangga (RT)

Menurut data dari Puskesmas Desa Sungai Puar pada tahun 2023, terdapat 5 penyakit utama di desa ini, yaitu infeksi saluran pernapasan atas, diabetes, asam urat, hipertensi, dan TBC. Oleh karena itu, diperlukan upaya dalam mengatasi permasalahan kesehatan yang ada di Desa Sungai Puar, Kecamatan Mersam, dengan melibatkan partisipasi masyarakat setempat. Beberapa program yang akan dilaksanakan mencakup penyuluhan mengenai stunting, pemberian nugget kepada anak PAUD, serta mengajarkan resep pembuatan nugget kepada orang tua. Selain itu, program juga meliputi pemberian tablet tambah darah kepada remaja dan ibu hamil, penanaman tanaman obat keluarga (TOGA), edukasi penggunaan obat antibiotik yang tepat, serta penyuluhan mengenai penyakit hipertensi, diabetes, dan asam urat menggunakan pendekatan obat tradisional, serta melakukan pengecekan kesehatan gratis.

Untuk memberikan informasi kepada Masyarakat Desa Sungai Puar tentang kesehatan kefarmasian, beberapa langkah dapat diambil untuk meningkatkan kesadaran mereka :

1. Sosialisasi "Apoteker Cilik" di SDN24/1 Sungai Puar

Merupakan upaya untuk mengenalkan profesi kefarmasian kepada anak-anak sekolah agar mereka dapat mengembangkan minat terhadap bidang ini. Melalui sosialisasi mengenai kesehatan, terutama peran apoteker, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya

kesehatan secara umum dan penggunaan obat yang tepat secara khusus. (Wahyuningsih, 2021).

2. Penyuluhan PAKET Antibiotik dan Obat Tradisional ke Ibu-ibu Pengajian

Antibiotika adalah jenis obat yang digunakan untuk mencegah dan mengobati infeksi yang disebabkan oleh bakteri. Meskipun antibiotika tersedia luas di masyarakat, namun masih terdapat praktek-praktek yang salah dalam penggunaannya, yang dapat meningkatkan risiko terjadinya resistensi antibiotik. Salah satunya adalah peresapan antibiotik yang berlebihan oleh tenaga kesehatan, selain itu, anggapan keliru di masyarakat bahwa antibiotik adalah obat yang dapat menyembuhkan segala penyakit juga turut berkontribusi. Selain itu, kecenderungan untuk menghentikan treatment antibiotik sebelum selesai juga menjadi faktor risiko (Kemenkes RI, 2011).

Tanaman herbal merujuk kepada tumbuhan yang telah diidentifikasi dan dikenal memiliki senyawa-senyawa yang bermanfaat dalam mencegah, menyembuhkan penyakit, serta menjalankan fungsi biologis tertentu berdasarkan pengamatan manusia. Konsep tanaman obat tradisional, yang sering disebut sebagai apotek hidup, melibatkan penggunaan sebagian lahan untuk menanam tanaman obat yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari

Tanaman obat tradisional seringkali dipilih sebagai alternatif pengobatan karena cenderung memiliki sedikit atau bahkan tidak ada efek samping yang signifikan dibandingkan dengan obat-obatan kimia, karena bersifat alami. Oleh karena itu, banyak masyarakat memilih menggunakan obat

tradisional karena keamanannya yang lebih terjamin (Kumontoy et al., 2023).

3. Penyuluhan penyakit Diabetes, Hipertensi, Asam Urat ibu-ibu Pengajian

Diabetes melitus adalah sebuah penyakit yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa atau gula dalam darah karena tubuh tidak mampu memproduksi insulin secara cukup (DM tipe 1) atau tidak dapat menggunakan insulin dengan efektif (DM tipe 2). Faktor-faktor risiko untuk diabetes melitus termasuk kelebihan berat badan, kurangnya aktivitas fisik, tekanan darah tinggi, dan pola makan yang tidak sehat (mengandung tinggi gula dan rendah serat). Selain itu, faktor risiko juga dapat meliputi riwayat keluarga dengan diabetes melitus, penuaan, riwayat kelahiran bayi dengan berat badan lebih dari 0,4 kg atau riwayat diabetes gestasional selama kehamilan, serta riwayat kelahiran dengan berat badan rendah kurang dari 0,25 kg (Yunisa Arini Putri, 2019).

Hipertensi merupakan kondisi di mana tekanan darah dalam tubuh meningkat secara signifikan. Gejala hipertensi meliputi tekanan darah yang melebihi 140 mmHg/90 mmHg, sakit kepala berat di bagian belakang leher, dan seringnya mengalami perasaan marah. Salah satu tanaman yang telah digunakan untuk mengatasi hipertensi adalah daun salam, yang mengandung senyawa metabolit sekunder bernama flavonoid. Quercetin, salah satu jenis flavonoid yang terdapat dalam daun salam, memiliki sifat sebagai vasodilator yang dapat membantu menurunkan tekanan darah (Meirista et al., 2020).

Gout atau asam urat merupakan jenis radang sendi yang disebabkan oleh akumulasi kristal asam urat. Kondisi ini dapat mempengaruhi berbagai sendi

tubuh, termasuk jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan seringkali terjadi di jempol kaki (Khoirunnisa & Retnaningsih, 2020).

4. Penyuluhan penyakit Stunting serta Edukasi Obat Tambah Darah ke Posyandu Remaja di Desa Sungai Puar

Stunting merupakan masalah gizi yang menjadi fokus utama Pemerintah Indonesia. Stunting merupakan kondisi gizi yang ditentukan oleh indeks PB/U atau TB/U, di mana hasil pengukuran tersebut berada di bawah ambang batas (Z-Score) antara -2 SD hingga -3 SD (pendek) dan di bawah -3 SD (sangat pendek), menandakan gangguan pertumbuhan pada anak. Jika tidak diimbangi dengan *catch-up growth*, stunting dapat menyebabkan penurunan pertumbuhan serta berbagai masalah kesehatan masyarakat seperti peningkatan risiko penyakit, kematian, serta gangguan pertumbuhan baik secara fisik maupun mental. Pemerintah Indonesia telah berkomitmen untuk menangani dan mengurangi prevalensi stunting melalui rapat terbatas tentang intervensi stunting pada tahun 2017. Rapat tersebut menghasilkan kesepakatan untuk memperkuat koordinasi antar Kementerian/Lembaga (K/L) terkait serta memperluas cakupan program-program yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas program guna menurunkan angka stunting di setiap wilayah, terutama di desa-desa prioritas. Selain itu, terdapat upaya untuk meninjau kembali kebijakan yang berfokus pada Gerakan Perbaikan Gizi dalam 1000 hari pertama kehidupan, yang dikenal secara global sebagai *Scaling Up Nutrition* (SUN) (Rahmadhita, 2020).

5. Cek kesehatan LANSIA

Kesehatan adalah hal yang sangat penting dan sentral untuk memastikan keberlanjutan kehidupan yang memadai. Sehat dapat diartikan sebagai kondisi yang sejahtera dan seimbang secara fisik maupun mental, yang memungkinkan seseorang untuk hidup secara produktif secara sosial maupun ekonomi. Dalam perspektif lain, kesehatan juga merupakan sumber daya yang vital bagi kegiatan sehari-hari kita. Oleh karena itu, tidak ada alasan bagi manusia untuk tidak menjaga kesehatannya. Ada banyak faktor yang dapat mengganggu stabilitas kesehatan, termasuk kurangnya kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan, kurangnya akses terhadap pelayanan kesehatan, dan kurangnya kebersihan lingkungan yang dapat menyebabkan penyebaran virus dan gangguan terhadap sistem kekebalan tubuh. Peran masyarakat sangat signifikan dalam mencapai kesehatan yang baik di suatu daerah, termasuk dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan di kalangan seluruh elemen masyarakat. Banyak masyarakat, terutama di pedesaan, masih kurang sadar akan hal ini karena kesibukan mereka dengan kegiatan pertanian, peternakan, dan lain-lain. Terlebih lagi, kesadaran akan pentingnya kesehatan cenderung minim di kalangan lansia (Sari & Andjasmara, 2023).

6. DAGUSIBU

Warga Desa Sungai Puar masih belum mengetahui bagaimana mendapatkan, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat yang benar. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan terkait DAGUSIBU, warga mengetahui bagaimana mendapatkan, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat yang benar.

7. Dukung pemulihan anak stunting dengan nugget sehat

Nugget sehat merupakan camilan lezat dan bergizi yang kaya protein, vitamin, dan mineral. Nugget membantu anak stunting mengejar ketinggalan pertumbuhannya dengan menyediakan energi, membangun jaringan tubuh, dan meningkatkan kekebalan tubuh. Buatlah nugget dengan bahan segar seperti daging ayam/ikan, tempe, tahu, dan tambahkan sayuran seperti wortel, brokoli, bayam. Gunakan tepung roti gandum utuh dan goreng dengan minyak sehat. Kombinasikan nugget dengan pola makan seimbang dan aktivitas fisik untuk pemulihan optimal.

8. Pembuatan Tanaman TOGA

Tanaman obat memiliki potensi untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh dengan mencegah penyakit melalui kandungan metabolit sekunder yang terkandung di dalamnya. Contohnya, *zingiberon* dalam jahe dan *santoriso* dalam temulawak adalah jenis metabolit sekunder yang terbukti mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Sosialisasi penggunaan tanaman obat keluarga seperti ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat Desa Sungai Puar Kecamatan Mersam mengenai manfaat penggunaan tanaman obat keluarga. Kegiatan ini melibatkan beberapa tahap, termasuk persiapan dengan menyiapkan bibit tanaman obat keluarga yang ada di sekitar rumah warga dan menanamnya kembali di lahan yang telah disediakan.

Tahapan pelaksanaan mencakup pembuatan dan penanaman tanaman obat keluarga serta penyampaian informasi kepada masyarakat mengenai manfaat dan khasiatnya. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diharapkan masyarakat dapat lebih

terbantu dalam memanfaatkan tanaman obat keluarga untuk meningkatkan daya tahan tubuh (Sari & Andjasmara, 2023)

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada 4 Maret 2024. Tempat pelaksanaannya berada di Balai Desa Sungai Puar serta *door to door* kepada anak yang mengalami *stunting*. Pihak yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah Masyarakat beserta ibu yang anaknya mengalami *stunting*. Peserta dikoordinasikan untuk mengikuti program demonstrasi sosialisai *stunting* cek Kesehatan dan pembuatan nugget sehat. memberikan pemberitahuan sebelum acara dimulai.

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini mencakup ceramah, diskusi, dan demonstrasi (Andriani et al., 2020) kepada Masyarakat desa Sungai Puar. Proses pelaksanaan terdiri dari beberapa tahapan. Pertama, dilakukan survei lokasi dan penyebaran kuesioner untuk mengukur pengetahuan.

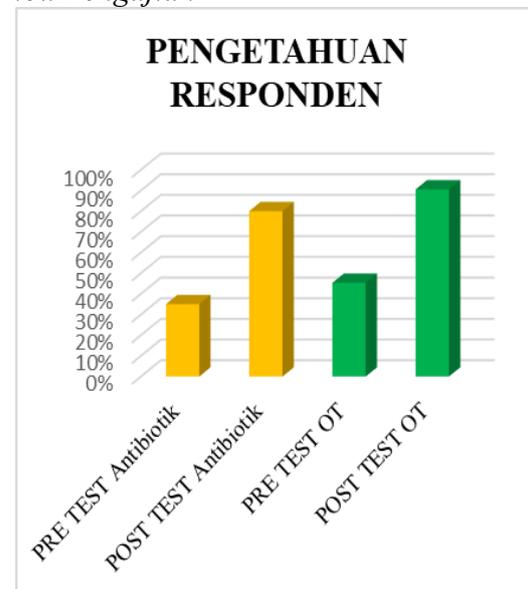
HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Sosialisasi “Apoteker Cilik” di SDN 24/1 Sungai Puar

Melakukan pengenalan farmasi dan profesi apoteker, pengenalan tentang obat, etika batuk dan bersin, cuci tangan yang baik dan benar dan cara menyikat gigi yang benar. Siswa SDN 24/ I Sungai Puar masih belum mengetahui tentang farmasi, profesi apoteker, obat, yang benar. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, siswa mengetahui terkait farmasi dan profesi apoteker dan pengenalan tentang obat.

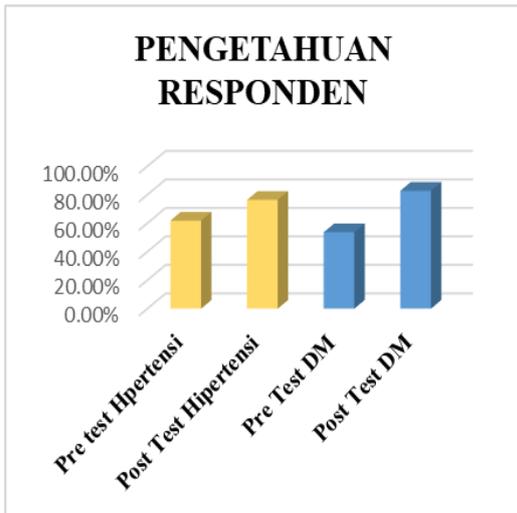


2. Penyuluhan Paket Antibiotik dan Obat Tradisional ke Ibu-ibu Pengajian



Dari data di atas didapatkan Sebelum dilakukan penyuluhan tentang antibiotik di Desa Sungai Puar, hanya 35% masyarakat yang mengetahui tentang obat antibiotic 43,35% yang mengetahui obat tradisional. Setelah penyuluhan, pengetahuan masyarakat tentang obat antibiotik meningkat pesat, dengan 80% dan 93,55% masyarakat yang kini memahami topik tersebut.

3. Penyuluhan Penyakit Diabetes, Hipertensi, Asam Urat Ibu-ibu Pengajian

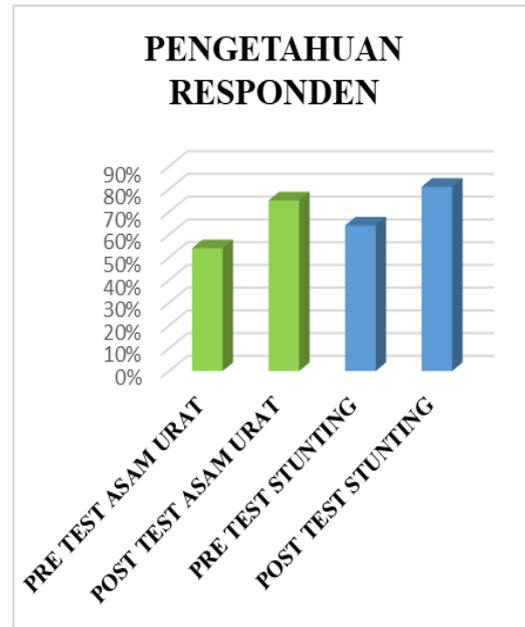


Pengetahuan Responden Paired Samples T-Test

| Measure 1 | Measure 2 | T | df | p |
|--------------------|----------------------|-------|----|--------|
| Pretest Hipertensi | Post Test Hipertensi | 9.446 | 21 | < .001 |
| Pretest Diabetes | Post Test Diabetes | 5.289 | 21 | < .001 |

Analisis paired t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik ($p < 0,005$) antara skor pre-test dan post-test pada kelompok yang mengikuti penyuluhan hipertensi dan diabetes, menunjukkan adanya pengaruh intervensi penyuluhan terhadap pengetahuan dan perilaku terkait hipertensi dan diabetes.

4. Penyuluhan Penyakit Stunting serta Edukasi Obat Tambah Darah ke Posyandu Remaja di Desa Sungai Puar



Pemberian obat tambah darah (OTD) kepada remaja putri di posyandu remaja Desa Sungai Puar merupakan program yang bertujuan untuk mencegah anemia pada remaja putri. Anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh kekurangan zat besi, yang dapat berakibat pada kelelahan, pusing, dan sesak napas. OTD mengandung zat besi yang dapat membantu mencegah anemia dan meningkatkan kesehatan remaja putri. Program ini diharapkan dapat meningkatkan kesehatan remaja putri di Desa Sungai Puar, sehingga mereka dapat lebih aktif belajar dan beraktivitas.





5. Cek Kesehatan LANSIA

Proker cek kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat desa Sungai Puar tentang pentingnya menjaga kesehatan, meningkatkan akses masyarakat terhadap layanan kesehatan, meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, dan memperkuat hubungan antara pemerintah dan masyarakat. Hasil yang diharapkan dapat diukur dari jumlah peserta, penyakit yang terdeteksi dini, gaya hidup sehat, dan kepuasan masyarakat. Untuk mencapai hasil yang diharapkan, perlu dilakukan perencanaan matang, kerjasama dengan berbagai pihak, edukasi dan promosi kesehatan yang tepat, serta monitoring dan evaluasi secara berkala.



6. DAGUSIBU

Warga Desa Sungai Puar masih kurang memahami prosedur yang tepat dalam mendapatkan, menggunakan,

menyimpan, dan membuang obat. Setelah kegiatan penyuluhan DAGUSIBU dilaksanakan, warga menjadi lebih teredukasi tentang cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat dengan benar.



7. Dukong Pemulihan Stunting dengan Nugget Sehat

Dengan pemberian nugget sehat Masyarakat desa Sungai Puar memahami pentingnya asupan gizi yang seimbang dalam pemulihan anak stunting dan mengadopsi nugget sehat sebagai salah satu pilihan makanan yang bergizi serta akan Berkurangnya angka stunting di kalangan anak-anak melalui penerapan strategi nutrisi yang inovatif dan disukai oleh anak-anak.



8. Pembuatan Tanaman TOGA

Masyarakat memiliki pemahaman yang lebih baik tentang jenis-jenis tanaman obat yang dapat ditanam di lingkungan rumah dan manfaatnya untuk kesehatan keluarga. Di dusun I terdapat 9 tanaman obat yang ditanam termasuk serei, jahe merah, jahe putih, terong, cabe, temulawak, lengkoas, lidah buaya, daun kari. Terbentuknya kebiasaan menanam dan merawat tanaman obat keluarga secara teratur di lingkungan Masyarakat desa Sungai Puar. Menjadi sumber daya lokal yang dapat dimanfaatkan masyarakat dalam pengobatan penyakit ringan dan pencegahan penyakit.



SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian di Desa Sungai Puar, dapat disimpulkan bahwa:

1. Program sosialisasi kesehatan kefarmasian, penyuluhan antibiotik, dan penggunaan obat tradisional memiliki potensi untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang kesehatan dan penggunaan obat yang tepat.
2. Penyuluhan mengenai penyakit-penyakit seperti diabetes, hipertensi, dan asam urat serta penyakit stunting memberikan wawasan yang lebih baik kepada masyarakat tentang pencegahan dan pengobatan.
3. Upaya cek kesehatan gratis untuk lansia juga penting dalam memastikan kesehatan masyarakat yang lebih baik.
4. Pengenalan program DAGUSIBU dan pemulihan anak stunting melalui nutrisi sehat seperti nugget memberikan solusi praktis dalam meningkatkan kesehatan anak-anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih atas kontribusi dari semua pihak dalam upaya peningkatan kesehatan

masyarakat di Desa Sungai Puar. Jurnal ini memberikan wawasan yang sangat bermanfaat bagi kami dalam merancang program-program kesehatan yang lebih efektif. Terima kasih atas dedikasi dan kerja keras yang telah dilakukan dalam menyusun jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2406 Tahun 2011 Tentang Pedoman Umum Penggunaan Antibiotik. *Menteri Kesehatan Republik Indonesia*, 19(6), 34–44.
- Khoirunnisa, V. A., & Retnaningsih, D. (2020). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Di Desa Sempu Kec. Limpung Kab. Batang Vega. *Jurnal Ners Widya Husada*, 32, 1–10.
- Kumontoy, D., G., Deeng., D., & Mulianti, T. (2023). *Vol. 16 No. 3 / Juli - September 2023*. 16(3), 1–20.
- Meirista, I., Fitri, A., L, N. I., S, S. F., & L, T. P. Y. (2020). Pemanfaatan Bahan Herbal Dalam Upaya Pengendalian. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 4(2), 300–307.
- Octavia, D. R., & Aisyah, M. (2019). Pelatihan Apoteker Cilik Siswa Sekolah Dasar Dalam Upaya Penggunaan Obat Yang Tepat Di Lamongan. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 2(2), 1–10. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/JCES/article/view/1482>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Rohmah, L., & Krisdiyanto, D. (2016). *Pengadaan Cek Kesehatan Gratis (Lansia) Untuk*. 16, 57–62.
- Sari, N., & Andjasmara, T. C. (2023). Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 124–128. <https://doi.org/10.15294/jbd.v5i1.41484>
- Syardiansah, S. (2019). Peranan Kuliah Kerja Nyata Sebagai Bagian Dari Pengembangan Kompetensi Mahasiswa. *JIM UPB (Jurnal Ilmiah Manajemen Universitas Putera Batam)*, 7(1), 57–68. <https://doi.org/10.33884/jimupb.v7i1.915>
- Yunisa Arini Putri. (2019). LITERATUR REVIEW Potensi Daun Afrika (Vernonia amygdalina) sebagai Antidiabetik Artikel info Artikel history. *Jiksh*, 10(2), 336–339. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.183>