

---

## **KMHD UBG Mengabdi: Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga sebagai *Health Maintenance* pada Masyarakat Penyakit Kronis**

**Nurul Indriani<sup>1</sup>, I Nyoman Bagus Aji Kresnapati<sup>1</sup>, I Nengah Satria Wirananda<sup>1</sup>**

Indriani.nrl@universitasbumigora.ac.id<sup>1</sup>, ajikresnapati@gmail.com<sup>1</sup>,  
satriawirananda@gmail.com<sup>1</sup>

Universitas Bumigora

---

**Abstract:** *The aim of this activity is to educate residents about the use of Tanaman Obat Keluarga (TOGA) and honey as self-medication in Batu Kumbang Village, Narmada District, West Lombok, NTB. The method of this activity is Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) based on Participatory Action Research (PAR), which is a socialization approach using active community participation which aims to explore problems such as health checks for BMI, blood pressure and glucose and from these results, a solution is implemented, namely KEI TOGA and honey to the community. The results of the activity showed that the average age of the community was 36 years, BMI 21.08% (normal 17-25%), blood pressure 119/75 mmHg (normal <130 mmHg), glucose level 95 mg/dL (normal <150 mg/dL), it was concluded that the average health status of the community was in the normal category. The implication of this activity is the community's active role so that this activity is successful and the community receives TOGA education as a self-medication treatment.*

**Keywords:** Glucose Level, Self-Medication, Socialization

---

### **Pendahuluan**

Berkembangnya informasi yang begitu pesat dapat memudahkan tenaga kesehatan dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat. Kemudahan ini didukung oleh adanya penemuan teknologi seperti handphone, internet, digitalisasi media sosial, yang mendukung penyebaran informasi kepada masyarakat (Rosana, 2010). Data terbaru menunjukkan tren penggunaan internet meningkat dari tahun- ke tahun. Pada tahun 2023, pengguna internet aktif di Indonesia sebesar 216 juta orang dan diperkirakan tiap tahun akan terus meningkat (Kandau & Munawaroh, 2023). Peningkatan penggunaan internet, media sosial, dan masifnya penyebaran informasi namun tidak di barengi dengan informasi swamedikasi dalam pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Minimnya potensi pemanfaatan tanaman

obat keluarga (TOGA) disebabkan kurangnya informasi yang disampaikan, sehingga di perlukan edukasi langsung kepada masyarakat (Santi *et al.*, 2023).

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Dusun Tragtag, Desa Batu Kumbang, Kecamatan Narmada, Kabupaten Lombok Barat. Pengabdian ini dilaksanakan di Dusun Tragtag berdasarkan profil desa Batu Kumbang yang menunjukkan, keterjangkauan warga Dusun menuju Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) maupun lokasi apotek yang lumayan jauh sehingga menyebabkan minimnya akses informasi dan obat swamedikasi yang sampai ke warga. Profil Desa yang juga mengangkat potensi kampung wisata alam, seperti wisata agro, menunjukkan antusiasisme warga disana dalam memanfaatkan potensi agro atau hortikultura yang ada, sehingga dengan adanya penyuluhan KIE TOGA maupun madu herbal, akan menambahkan wawasan warga tentang pemanfaatan hortikultura di Desanya. Penyampaian informasi pemanfaatan swamedikasi tanaman obat keluarga (TOGA) secara langsung dapat melalui komunikasi, informasi dan edukasi (KIE). Metode KIE berperan memudahkan masyarakat dalam menggali potensi tanaman-tanaman di sekitarnya untuk dijadikan tanaman obat keluarga (TOGA), baik digunakan pemeliharaan kesehatan maupun sebagai pengobatan penyakit (Nauli *et al.*, 2022). Swamedikasi merupakan upaya kemandirian dalam pengobatan diri dalam mengatasi penyakit ringan, seperti meriang, demam, flu, diare dan batuk (Efayanti *et al.*, 2019).

## **Metode**

Pendekatan pada pengabdian ini yaitu Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) berbasis *Participatory Action Research* (PAR). PAR merupakan metode pendekatan ke masyarakat melalui partisipasi yang bertujuan menggali permasalahan yang ada, untuk selanjutnya di cari solusi bersama. Metode PAR sangat efektif dalam menggali informasi sebanyak-banyaknya dari komunitas atau kelompok sosial masyarakat (Rahmat dan Mirnawati, 2020). Dalam dunia kesehatan, pendekatan PAR dapat dikaitkan dengan KIE. KIE adalah komunikasi 2 arah, antara pemberi informasi dan penerima informasi yang bertujuan untuk mengedukasi penerima informasi untuk hal ini masyarakat dengan harapan masyarakat paham menggunakan, menyimpan dan membuang obat serta edukasi tentang manfaat dan pentingnya penggunaan madu dan obat tanaman keluarga (TOGA). Pemberian KIE berdasarkan informasi dari masyarakat, hanya kurang 5% warga desa yang

<https://journal.insankreasimedia.ac.id/index.php/JILPI> **E-ISSN: 2962-0104**

memanfaatkan Tanaman Obat Keluarga sebagai pengobatan swamedikasi, jauh di bawah 10% dari program pemerintah (Siska *et al.*, 2019).

Adapun metode dalam kegiatan pengabdian ini disusun secara sistematis dan menyeluruh sebagai berikut



Gambar1. Metode pengabdian

## Pembahasan

Kegiatan pengabdian ini dilakukan Dusun Tragtag, desa Batu Kumbang, Kecamatan Lingsar. Secara garis besar kegiatan ini dikelompokkan menjadi 5 yaitu, persiapan (1), penggalian informasi berbasis *Participatory Action Research* (PAR) (2), pemeriksaan kesehatan (3), Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) (4) dan penutup (5). Persiapan dalam pengabdian ini diawali dengan dilakukan survei lokasi oleh mahasiswa farmasi Universitas Bumigora. Survei berdasarkan letak desa yang jauh dari akses apotek dan desa tersebut banyak terdapat tanaman sehingga menjadi latar belakang strategis dalam kegiatan pengabdian ini. Untuk lokasi kegiatan dilakukan di Dusun Tragtag-Karang, desa Batu Kumbang, Kecamatan Lingsar, kabupaten Lombok Barat, berdasarkan profil desa yaitu mayoritas masyarakat Dusun tersebut bekerja sebagai petani, sehingga memudahkan dalam pemberian edukasi mengenai pemanfaatan madu dan tanaman obat keluarga (TOGA).

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan penggalian informasi berbasis PAR yang

<https://journal.insankreasimedia.ac.id/index.php/JILPI> **E-ISSN: 2962-0104**

dilaksanakan pada hari kegiatan pengabdian. Tujuan PAR untuk mengetahui sejauh mana masyarakat mengenal swamedikasi penggunaan madu dan tanaman obat keluarga (TOGA), diawali dengan pemaparan berbagai macam manfaat madu serta manfaat berbagai macam tanaman obat keluarga yang mudah ditemui disekitar masyarakat, selanjutnya diberikan pengarahan bagaimana memanfaatkan madu dan tanaman obat keluarga tersebut sebagai *health maintenance* baik itu pada kondisi kesehatan normal maupun pada kondisi masyarakat dengan penyakit kronis. Kegiatan PAR ini juga dilakukan sesi tanya jawab langsung kepada masyarakat setelah diberi penyuluhan sehingga masyarakat bisa langsung mengkaitkan antara kondisi warga dengan saran penggunaan madu maupun tanamana obat keluarga sehigga terciptalah pemanfaatan madu dan tanaman obat keluarga tepat guna, tepat manfaat dan tepat sasaran.



Gambar 2. Pemeriksaan kesehatan

Kegiatan selanjutnya yaitu pemeriksaan kesehatan. Pemeriksaan kesehatan dibedakan menjadi 4 pos yaitu pengukuran tinggi dan berat badan, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan kadar glukosa. Pemeriksaan kesehatan diawali di pos pertama yaitu pengukuran berat dan tinggi badan masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa. Pengukuran tinggi dan berat badan bertujuan untuk mengukur Indeks Massa Tubuh (**IMT**) (IMT). Indeks Massa Tubuh (**IMT**) merupakan suatu perhitungan yang berperan menilai status kesehatan individu melalui estimasi % lemak tubuh seseorang. IMT dapat di hitung dengan cara mengkuadrat tinggi badan (satuan cm) untuk selanjutnya di bagi dengan massa/berat badan seseorang (satuan kg). Hasil IMT berupa % yang dapat di interpretasikan menjadi 3, yaitu *underweight* <18,5 %, *normal* 18,5-22,9%, *overweight* > 23-24,9% serta obesitas diatas 25% (Rasyid, 2021). Adapun hasil rerata pemeriksaan IMT warga Dusun Tragtag yaitu sebesar

21,08%.

Tabel 1. *Descriptive statistics*

Parameter	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Usia	61	4	80	36,62	21,87
Indeks Massa Tubuh (IMT) (%)	56	12,53	33,78	21,08	5,17
Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	58	70	220	119,93	28,88
Tekanan Darah Diastolik (mmHg)	58	44	122	75,27	15,01
Gula Darah (mg/dL)	45	54	269	95,37	39,41

Pemeriksaan selanjutnya yaitu pengukuran tekanan darah. Pengukuran tekanan darah merupakan pengukuran laju aliran darah di pembuluh berdasarkan prinsip menahan aliran darah sehingga aliran tersebut tertekan keluar pada dinding pembuluh darah yang selanjutnya tekanan tersebut yang di ukur dengan alat tensiometer baik secara manual maupun secara otomatis. Hasil tekanan merupakan screening awal dalam menggambarkan kondisi jantung dalam memompa darah (Nuryamah *et al.*, 2023). Adapun hasil rerata pengukuran tekanan darah di Dusun Tragtag 119/75 mmHg. Interpretasi pengukuran tekanan darah yaitu rerata tekanan darah pada warga Dusun Tragtag yaitu masih diambang normal dengan nilai normal pengukuran tekanan darah yaitu dibawah 130/90 mmHg. Namun dari hasil, terdapat pemeriksaan rerata tekanan darah tertinggi sebesar 220/120 mmHg, sehingga diperlukan KIE lebih mendalam. Pemeriksaan selanjutnya yaitu pemeriksaan kadar glukosa. Pengukuran kadar glukosa menilai status kadar gula darah pada seseorang.



Gambar 3. Antusiasme Warga dalam penyuluhan kesehatan

Pemeriksaan kadar gula darah dapat diukur menggunakan alat spektrofotometer dan pemeriksaan glukometer. Pada pengabdian ini menggunakan alat glukometer, hal ini disebabkan glukometer lebih praktis untuk pemeriksaan gula darah di bandingkan spektrofotometer. Pada pengabdian ini diperoleh hasil pemeriksaan kadar gula darah rerata warga Dusun tragtag yaitu sebesar 95 mg/dL.

Kegiatan setelah pemeriksaan kesehatan yaitu KIE. KIE dilakukan ketika telah diperoleh hasil pemeriksaan kesehatan warga. Antusiasme warga terlihat ketika hasil pemeriksaan kesehatan yang berbeda dengan nilai normal. Seperti ketika PAR melalui hasil pemeriksaan seorang warga, diinterpretasikan memiliki tekanan darah diatas nilai normal (>120 mmHg), sehingga di edukasi melalui penggunaan obat maupun Tanaman Obat keluarga (TOGA) seperti rebusan daun kelor yang sangat efektif dalam menurunkan tekanan darah tinggi (hipertensi) (Yanti, 2019). Selain itu terdapat temuan interpretasi kadar glukosa di ambang nilai normal (<100 mg/dL) dan setelah di KIE baru di ketahui ibu baru 2 bulan melahirkan, dan karena aktivitasnya sebagai petani yang menyebabkan kadar gulanya turun. Oleh karena itu melalui KIE di edukasi mengkomsumsi madu sehingga memulihkan kadar glukosanya.

Madu berperan penting dalam menurunkan kadar gula, dengan senyawa-senyawa aktifnya seperti kalsium, magnesium, aluminium, fosfor dan kalium serta enzim-senzim utama seperti glukosa oskidase, peroksidase, lipase serta enzim diastase. Enzim diastase berperan dalam mengkonversi kompleks karbohidrat (polisakarida) ke dalam bentuk kaborhidrat yang lebih sederhana (monosakarida). Dengan konversi ke dalam bentuk lebih sederhana, maka memudahkan tubuh memetabolisme dalam bentuk energi (Hidayatullah *et al.*, 2022). Pada sesi KIE juga terdapat banyak lansia yang mengidap penyakit kronis, seperti stroke, asam urat, diabetes sehingga pemberian KIE yang berbeda pula, seperti stroke lebih diutamakan fisioterapinya, asam urat dengan menjaga pola makannya dan diabetes melalui kontrol asupan karbohidratnya (Widyasari *et al.*, 2022).



Gambar 4. Penyuluhan kesehatan yang disampaikan oleh pemateri

Kegiatan terakhir yaitu penutup, yang berupa ucapan terimakasih telah diberikan kegiatan pengabdian di Dusun Tragtag serta foto dokumentasi bersama masyarakat dan panitia acara yang telah mensukseskan kegiatan pengabdian. Kegiatan ini berjalan dengan baik. Tim mendapatkan pengalaman banyak dari kegiatan ini.



Gambar 5. Penutup kegiatan yang diisi dengan sesi foto bersama

Tantangan yang dihadapi pada pengabdian ini yaitu masyarakat semakin bertanya ketika mengetahui hasil pemeriksaan kesehatannya tidak normal. Wawancara yang dilakukan selanjutnya, menemukan fakta masyarakat jarang melakukan pemeriksaan kesehatan mandiri maupun dilakukan kader kesehatan. Masyarakat jarang melakukan pemeriksaan kesehatan mandiri seperti mengukur tekanan darah dikarenakan keterbatasan biaya dalam membeli alat tekanan darah, serta ketika kader kesehatan yang datang, masyarakat masih pergi bekerja sehingga tidak ada kesempatan dalam mengukur tekanan darah. Penemuan ini juga di perkuat dengan hasil tertinggi (max) pemeriksaan kesehatan tekanan darah yaitu 220/120

mmHg yang dikategorikan hipertensi, dan setelah di wawancara, ternyata warga tersebut belum pernah dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebelumnya. Strategi yang dilakukan yaitu KEI ke masyarakat dengan memberikan edukasi ke masyarakat tersebut melalui pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) penurun hipertensi seperti rebusan daun kelor dan penambahan madu bagi yang ga suka rasa hambar dari rebusan daun kelor.

Implikasi dari pengabdian berdasarkan metode KEI berbasis *Participatory Action Research* (PAR) yaitu tanpa peran serta masyarakat, maka kegiatan pengabdian ini tidak bisa berjalan lancar. Peran aktif masyarakat diperlukan, untuk menggali permasalahan serta solusi yang ada di daerah tersebut. Peran aktif dalam kegiatan seperti informasi jenis tanaman obat keluarga yang familiar dan pernah di tanam oleh masyarakat serta pemberdayaan masyarakat dalam mengolah tanaman obat keluarga (TOGA) tersebut sebagai obat swamedikasi.

## **Kesimpulan**

Peran aktif masyarakat sangat penting dalam mensukseskan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan dosen program studi farmasi dan sejumlah mahasiswa KMHD UBG. Hal ini tidak terlepas dari tingkat antusiasme yang terlihat dari banyaknya pertanyaan interaktif yang diajukan, keingintahuan masyarakat terhadap penggunaan madu dan tanaman obat keluarga sebagai *health maintenance* khususnya pada individu masyarakat dengan penyakit kronis menjadi topik menarik dan hangat, antusiasme masyarakat semakin meningkat ketika mengetahui hasil pemeriksaan tekanan darah atau glukosa dan diberikan penjelasan medis terkait hal tersebut. Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan rerata status kesehatan warga Dusun Tragtag, Desa Batu Kumbang, Kecamatan Narmada dalam kategori sehat, walau ada beberapa warga yang menunjukkan hasil sebaliknya.

## **Ucapan Terima Kasih**

Dengan terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan semakin banyak masyarakat paham dan mendapat manfaat baik itu dari informasi kefarmasian maupun pemeriksaan kesehatan yang diperoleh masyarakat menjadi tepat guna, tepat manfaat dan tepat sasaran. Ucapan terima kasih disampaikan kepada masyarakat Dusun



Tragtag, desa Batu Kumbang, Kecamatan Narmada yang telah memberikan kesempatan tim dosen program studi farmasi dan mahasiswa KMHD untuk dapat mengadakan pengabdian masyarakat, sehingga keikutsertaan dan antusiasisme warga dapat mensukseskan terselenggaranya pengabdian ini.

### **Daftar Pustaka**

- Efayanti, E., Susilowati, T., & Imamah, I. N. (2019). Hubungan Motivasi dengan Perilaku Swamedikasi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 1(1), 21–32. <https://doi.org/10.37287/jppp.v1i1.12>
- Hidayatullah, M., Handoko, C., & Maring, A. J. (2022). SNI Madu dan Manfaat Madu Untuk Kesehatan. *STANDAR: Better Standard Better Living*, 1(6), 23–26.
- Kandau, M. R., & Munawaroh. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Dan Differentiation Produk Terhadap Keputusan Pembelian Pada Erni Dimsum Di Medan Johor. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4(2), 547–554.
- Nauli, F. A., Rahmadani, A. N., Jakoswa, F. L., Putri, I. H., Anugrah, N., Chilika, N., Putra, M. I., Br. Pasaribu, L. E., Nengsih, Y. G. S., Meinarti, Y., & Fauziah, N. N. (2022). Penanaman dan Manfaat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Karya Bhakti Kabupaten Kampar. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 3(1), 6–10. <https://doi.org/10.51214/japamul.v3i1.364>
- Nuryamah, S., Frianto, D., Farmasi, P. S., & Farmasi, F. (2023). Pengecekan tekanan darah dan informasi kesehatan kepada lansia di desa sumberjaya. *Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, 2(1), 1630–1637.
- Rasyid, M. F. A. (2021). Pengaruh asupan kalsium terhadap indeks masa tubuh (IMT). *Jurnal Medika Hutama*, 02(04), 1094–1097.
- Rahmat, A., & Mirnawati, M. (2020). Model participation action research dalam pemberdayaan masyarakat. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 6(1), 62–71.
- Rosana, A. S. (2010). Kemajuan Teknologi Informasi dan Komunikasi dalam Industri Media di Indonesia. *Gema Eksos*, 5(2), 146–148. <https://www.neliti.com/id/publications/218225/kemajuan-teknologi-informasi-dan-komunikasi-dalam-industri-media-di-indonesia>
- Santi, F., Puspita, W. D., & Sare, E. (2023). Edukasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Bagi Anak di Rw 3 Kelurahan Mulyorejo Kota Malang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(1), 229–237. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v4i1.807>
- Siska Mayang Sari, Ennimay, & Tengku, A. R. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Pada Masyarakat. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 1–7. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2833>
- Widyasari, R., Fitri, Y., & Putri, C. A. (2022). Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Lemak Dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Ulee Kareng Banda Aceh. *Indonesia, Universitas Ubudiyah*, 8(2), 1686–1695.
- Yanti, E. (2019). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kelor (Moringa Olifera) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jik: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 24–29. <https://doi.org/10.33757/jik.v3i1.164>

