

PENGABDIAN MASYARAKAT MELALUI KULIAH KERJA NYATA (KKN) DI RT 06 DAN RW 05 KELURAHAN CAWANG

Faisal Lubis¹, Vonny Lestari K², Kenvi Orlinka³, Frida Octavia Purnomo⁴,
Dwi Puspita Sari⁵, Mutia Sari Wardana⁶

Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi, Universitas Binawan

SUBMISSION TRACK

Submitted : 28 Juni 2024J
Accepted : 1 Juli 2024
Published : 8 Juli 2024

KEYWORDS

real work lectures, education on medicine, diarrhea, gout and blood sugar, stunting.

kuliah kerja nyata, penyuluhan obat, diare, asam urat dan gula darah, stunting.

KORESPONDENSI

Phone:

E-mail:
202322086.students@aiska-
university.ac.id

ABSTRACT

Real Work Lectures (KKN) are university extracurricular activities that combine tri pillar education, research and community service in one activity. In several universities, KKN is an integral part of the curriculum that integrates student learning experiences with the realities of life in society. The Real Work Lecture was held at Rt 06 Rw 05 Cawang, Kramat Jati, East Jakarta. The activities carried out included counseling on medicine logos, traditional medicine logos and self-medication for diarrheal diseases. The results of the research show that the local community's insight has increased. For the health examination carried out, blood sugar and uric acid showed that 84% was broken down to normal. And toga planting is done to help treat diseases, such as celery leaves helping to lower blood sugar pressure. The binahong plant and telang flower are plants that can help treat diarrhea. The stunting education program was carried out to help prevent stunting in the local community with 20 children under 5 years old. The aim of gymnastics activities is to help keep the body healthy and move muscles and bones.

ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan kegiatan intrakurikuler perguruan tinggi yang memadukan dharma pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat sekaligus dalam satu kegiatan. Di beberapa perguruan tinggi, KKN merupakan bagian integral dari kurikulum yang mengintegrasikan pengalaman belajar mahasiswa dengan realitas kehidupan di masyarakat. Kuliah Kerja Nyata dilakukan di Rt 06 Rw 05 Cawang, Kramat Jati, Jakarta Timur. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan logo obat, logo obat tradisional dan swamedikasi penyakit diare. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan wawasan pengetahuan masyarakat setempat meningkat. Untuk pemeriksaan kesehatan yang dilakukan yaitu gula darah dan asam urat menunjukkan 84% dikategorikan kedalam normal. Serta penanaman toga yang dilakukan guna membantu mengobati penyakit seperti daun seledri membantu menurunkan tekanan gula darah. Tanaman binahong dan kembang telang merupakan tanaman yang dapat membantu mengobati diare. Program penyuluhan stunting dilakukan guna membantu mencegah terjadinya stunting pada masyarakat setempat dengan 20 anak berusia dibawah 5 tahun. Adapun kegiatan senam bertujuan membantu menyehatkan tubuh serta menggerakkan otot dan tulang.

2024 All right reserved This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan kegiatan intrakurikuler perguruan tinggi yang memadukan dharma pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat sekaligus dalam satu kegiatan. Di beberapa perguruan tinggi, KKN merupakan bagian integral dari kurikulum yang mengintegrasikan pengalaman belajar mahasiswa dengan realitas kehidupan di masyarakat. KKN juga bertujuan untuk Meningkatkan kesadaran bela negara dalam bingkai NKRI, Membangun jejaring mahasiswa dari seluruh tanah air dengan semangat (Bhinneka Tunggal Ika) Mendorong dan memacu kegiatan pembangunan nasional dengan menumbuhkan motivasi masyarakat di daerah untuk berpartisipasi aktif dalam pembangunan melalui kegiatan



pemberdayaan masyarakat (community empowerment) dan Mengembangkan watak, karakter, dan soft skills melalui penanaman jiwa dan nilai-nilai kepemimpinan, kebersamaan, kemandirian, komunikasi, etos kerja, dan tanggung jawab, serta kemampuan untuk memecahkan masalah. Pelaksanaan KKN memungkinkan tumbuhnya sinergi kemitraan dari berbagai pihak (perguruan tinggi, masyarakat, pemerintah, dunia usaha, dunia industri, dan berbagai lembaga profesi maupun organisasi kemasyarakatan) untuk menyelesaikan permasalahan secara kolaboratif integratif dan menyeluruh dengan menerapkan prinsip-prinsip pembangunan berkelanjutan (Permenkes, 2023)

Kuliah Kerja Nyata dilakukan di Rt 06 Rw 05 Cawang, Kramat Jati, Jakarta Timur. lokasi diadakannya KKN cukup luas akan tetapi akses untuk menuju ke lokasi hanya bisa dilalui oleh kendaraan ber roda dua, karena rumah warga yang berdempetan sehingga membuat akses jalanan menjadi sempit. Warga dari Rt 06 cukup kompak sehingga memudahkan kelancaran dari kegiatan kuliah kerja nyata ini.

Massa yang ikut dari kegiatan ini kebanyakan ibu-ibu rumah tangga sehingga program yang kami adakan berjalan lancar seperti tentang penyuluhan pengenalan jenis obat-obatan, penanaman tanaman obat keluarga, melakukan cek kesehatan seperti cek tensi darah, asam urat dan gula darah. Adapun dilakukan kegiatan senam bersama yang guna diharapkan dapat membantu supaya sering melakukan olahraga dalam menjaga kesehatan daya tahan tubuh dan menggerakkan otot dan tulang, Serta dilakukan penyuluhan terhadap stunting untuk anak dibawah 5 tahun. Kegiatan ini dilakukan setiap hari sabtu dan minggu yang dimulai dari jam 14.00-17.00.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata di Rt 06 Rw 05 dilaksanakan selama 1 bulan mulai dari tanggal 13 januari - febuari 2024. Berikut merupakan Program kegiatan KKN yang dilakukan:

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Kegiatan	Metode Pelaksanaan	Hasil Kegiatan
Penyuluhan Logo Obat	Melakukan pengenalan terhadap logo obat bebas, obat bebas terbatas, obat keras dan obat narkotika.	Masyarakat dapat membedakan tentang obat-obatan dan bagaimana cara menggolongkan jenis obat-obatan.
Penyuluhan Logo Obat Tradisional	Melakukan pengenalan terhadap obat jamu, obat herbal terstandar dan Fitofarmaka.	Masyarakat mampu memahami dan membedakan jenis obat tradisional serta dapat memilih obat tradisional secara baik dan benar.
Swamedikasi Kepada Masyarakat	Melakukan swamedikasi dengan cara DAGUSIBU terhadap penyakit Diare.	Menambah wawasan masyarakat terhadap penyakit diare serta pengobatan alternatif yang dapat dilakukan dirumah.
Pemeriksaan Kesehatan	Melakukan pengecekan tekanan darah, asam urat dan gula darah	Masyarakat mengetahui kesehatan dari tekanan darah, asam urat dan gula darah sehingga dapat mencegah ataupun mengobati penyakit tersebut.
Pengaplikasian TOGA (Tanaman Obat Keluarga)	Menanam tanaman obat keluarga yaitu lidah buaya, sledri dan binahong.	Melakukan penanaman tanaman obat keluarga secara bersama guna untuk dimanfaatkan sebagai obat alternatif.

Senam Sehat Bersama	Mengajak warga untuk melakukan senam sehat bersama.	Masyarakat melakukan senam secara bersama dan diharapkan untuk sering melakukan kegiatan olahraga secara bersama guna untuk memperkuat daya tahan tubuh dan menggerakkan otot dan tulang.
Penyuluhan Stunting	Melakukan penyuluhan stunting terhadap anak dibawah 5 tahun.	Menambah wawasan masyarakat terhadap stunting serta lebih memperhatikan anak supaya terhindar dari stunting.

1) Pengenalan Logo Obat

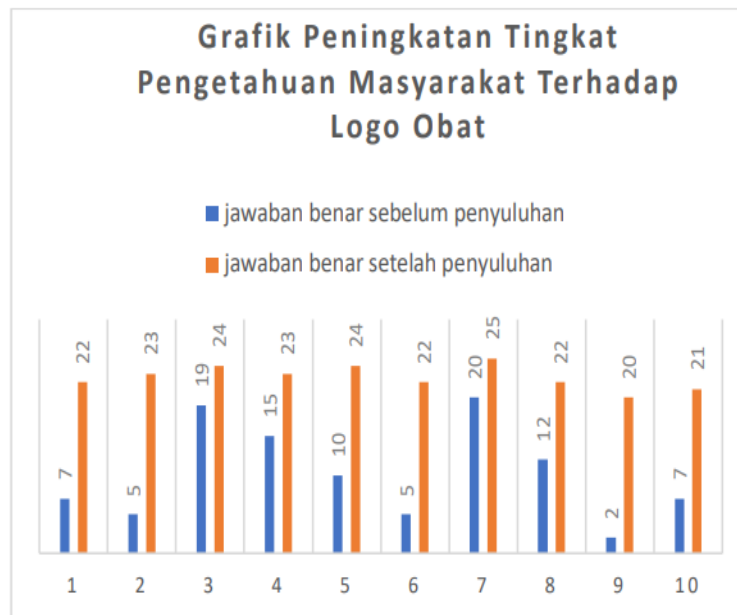
Program pengenalan logo obat ini dilakukan guna untuk membantu masyarakat di Rt 06 dapat mengenali golongan obat-obatan mulai dari obat bebas, obat bebas terbatas, obat keras dan obat Narkotika. Serta dapat mengetahui jenis obat yang dapat dibeli di apotek dan/atau tanpa resep dokter. Pengenalan logo obat sangat bermanfaat bagi masyarakat setempat karena dapat membantu untuk mengetahui dalam pemilihan jenis obat seperti ;

- a) obat bebas yang bebas di jual di pasaran dan dapat diperoleh tanpa resep dokter. Logo obat bebas adalah lingkaran hijau dengan garis tepi berwarna hitam.
- b) Obat bebas terbatas merupakan tetapi masih dapat dijual atau dibeli bebas tanpa resep dokter, dan disertai dengan tanda peringatan. Logo obat bebas terbatas adalah lingkaran biru dengan garis tepi berwarna hitam.
- c) Obat keras hanya dapat dibeli di apotek dengan resep dokter. Psikotropika zat/bahan baku atau obat, baik alamiah maupun sintetis bukan Narkotika, yang berkhasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat yang menyebabkan perubahan khas pada aktivitas mental dan perilaku. Logo dari Obat Keras dan Psikotropika adalah huruf 'K' dalam lingkaran merah dengan garis tepi berwarna hitam.
- d) Obat Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun semisintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan. Logo dari Obat Narkotika adalah lingkaran putih dengan tanda palang merah. (Depkes RI, 2023).

Pada penyuluhan yang di lakukan di Rt 06 kami melakukan sesi tanya jawab mengenai cara pengenalan logo obat serta bagaimana mengetahui golongan obat. Dapat dilihat pada tabel [1] bahwa masyarakat di Rt 06 mengalami peningkatan dalam mengetahui tentang cara mengenali logo obat dan golongan obat.

Gambar 1 Penyuluhan Logo Obat





Gambar 2 Diagram Penyuluhan Logo Obat

Diagram diatas merupakan peningkatan wawasan yang didapat oleh masyarakat Rt 06 kelurahan cawang, karena kebanyakan masyarakat di Rt 06 banyak lansia yang tidak mengetahui bagaimana cara menulis dan membaca, kami memberikan 10 pertanyaan dengan jawaban benar atau salah yang kami ajukan sebelum melakukan penyuluhan mengenai logo obat dan sesudah melakukan penyuluhan logo obat. Jawaban sebelum penyuluhan yang didapatkan ditandai dengan diagram warna biru sedangkan jawaban sesudah melakukan penyuluhan mengenai logo obat ditandai dengan diagram warna orange yang mengalami kenaikan yang sangat signifikan yang menunjukkan bahwa penyuluhan mengenai logo obat yang dilakukan di Rt 06 kelurahan cawang memberikan banyak manfaat dan wawasan bagi masyarakat setempat, sehingga diharapkan untuk membantu masyarakat dalam mengenali jenis obat dan golongan obat yang biasa diminum ataupun dibeli diapotek. Serta mengetahui dampak dari penggunaan ataupun penyalahgunaan obat-obat keras dan narkotik.

2) Pengenalan Logo Obat Tradisional

Obat Tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan, dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat. Dari segi keterbuktian dan standarisasi khasiat, keamanan dan mutu, maka obat tradisional terbagi menjadi 3 kriteria, yaitu jamu, obat herbal terstandar dan fitofarmaka. (BPOM, 2004).

a. Jamu

Jamu merupakan jenis obat tradisional yang paling sederhana, dimana pembuktian ilmiah atas khasiat dan keamanannya hanya didasarkan pada bukti-bukti secara empiris atau turun temurun. Bahan baku yang digunakan juga tidak diwajibkan untuk dilakukan standarisasi namun tetap harus memenuhi persyaratan mutu yang ditetapkan (Farmakope atau Peraturan Kepala Badan).

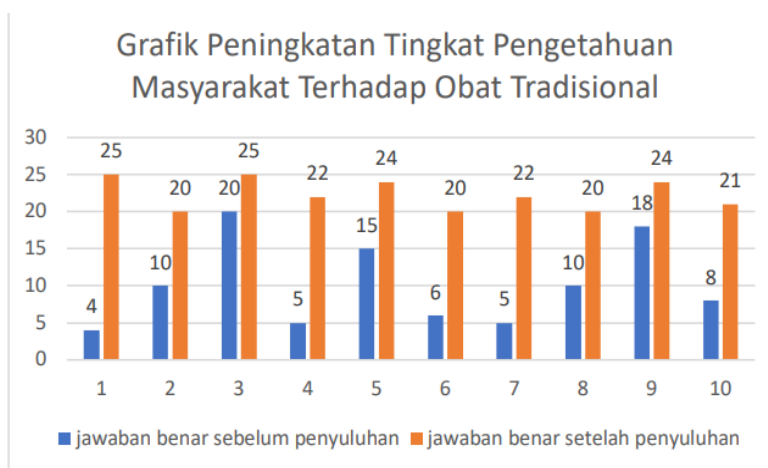
b. Obat Herbal Terstandar

Obat Herbal Terstandar (OHT) merupakan sediaan obat bahan alam atau obat tradisional yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik dan bahan bakunya telah di standarisasi.

c. Fitofarmaka

Fitofarmaka merupakan sediaan obat bahan alam atau obat tradisional yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik dan uji klinik, bahan baku dan produk jadinya telah di standarisasi. Tambahan mutu dan bukti ilmiah dari Fitofarmaka dibandingkan OHT adalah standarisasi produk jadi dan uji klinik.

gambar 3 penyuluhan logo obat tradisional



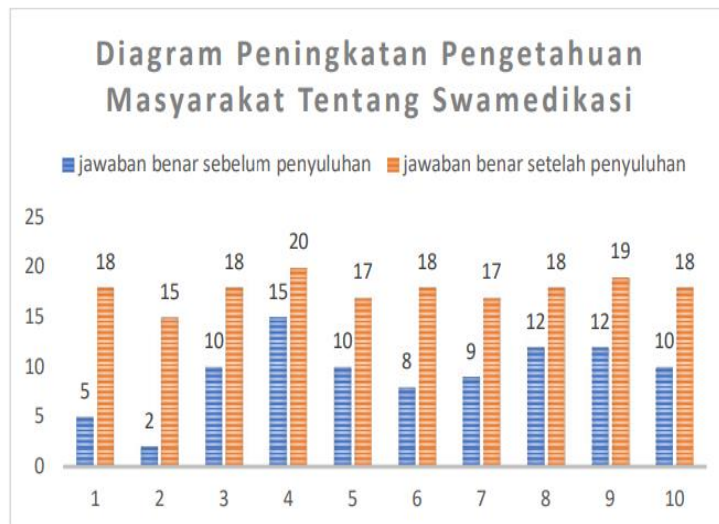
Gambar 4 Diagram Penyuluhan Logo Obat Tradisional

Pada penyuluhan mengenai logo obat tradisional didapat juga hasil diagram grafik mengenai wawasan dari masyarakat Rt 06 kelurahan cawang. Masyarakat di Rt 06 pada umumnya banyak mengetahui obat jamu merupakan obat tradisional, akan tetapi obat herbal terstandar dan obat fitofarmaka kurang diketahui oleh masyarakat setempat. Penyuluhan ini dilakukan dengan memberi 10 pertanyaan sebelum dan sesudah penyuluhan pada masyarakat setempat. Setelah dilakukan penyuluhan masyarakat mulai mengetahui banyak tentang obat tradisional bukan hanya jamu yang umumnya banyak diketahui, tetapi obat herbal terstandar dan obat fitofarmaka mulai diketahui oleh masyarakat Rt 06 kelurahan cawang. Dengan diadakan program penyuluhan ini dapat dilihat pada gambar diagram grafik diatas, masyarakat di Rt 06 mengalami peningkatan wawasan yang signifikan mengenai obat tradisional

3) Swamedikasi Kepada Masyarakat.

Diare adalah suatu keadaan pengeluaran tinja yang tidak normal atau tidak seperti biasanya. Perubahan yang terjadi berupa perubahan peningkatan volume, keenceran, dan frekuensi dengan atau tanpa lendir darah, seperti lebih dari 3 kali/hari dan pada neonatus lebih dari 4 kali/hari (Selviana et al., 2017). Tingginya angka kejadian diare disebabkan oleh banyak faktor diantaranya makanan dan minuman yang terkontaminasi akibat kebersihan yang buruk, infeksi virus dan bakteri (Rahmah et al., 2016). Swamedikasi yang di lakukan di Rt 06

kelurahan cawang menggunakan dagusibu (dapatkan, gunakan, simpan dan buang). Penyuluhan yang dilakukan yaitu mulai dari gejala yang ditimbulkan oleh diare dan penyebabnya serta bagaimana cara mengatasi jika terjadi diare. Karena diare merupakan penyakit umum, jadi kami melakukan solusi untuk pemberian obat alternatif yang dapat dilakukan di rumah. Seperti pemberian oralit untuk bayi dan balita sesuai dosis yang di tentukan dan pemberian obat paten yang biasa dijual di apotek.



gambar 5 diagram peningkatan pengetahuan tentang diare

Pada program penyuluhan tentang diare di Rt 06 kelurahan cawang, awalnya masih banyak masyarakat yang kurang mengetahui apa itu diare, bagaimana ciri-ciri dari diare dan bagaimana cara penanganannya. setelah dilakukan penyuluhan mengenai diare masyarakat mendapatkan wawasan tambahan mengenai apa itu diare serta bagaimana pengobatan alternatifnya saat di rumah.

Dapat dilihat pada grafik diatas peningkatan pengetahuan masyarakat setempat mengenai diare mengalami kenaikan, diare juga merupakan penyakit umum yang sering terjadi akan tetapi apabila kita mengabaikannya maka diare akan berdampak buruk bagi kesehatan serta dapat menimbulkan kematian sehingga penyuluhan mengenai diare ini sangatlah bermanfaat bagi masyarakat di Rt 06 yang dapat membantu bagaimana penanganannya saat terkena diare. Akan tetapi kami juga menyarankan apabila penanganan yang dilakukan tidak kunjung membaik maka di sarankan untuk segera konsultasi ke dokter.

gambar 6 penyuluhan swamedikasi diare

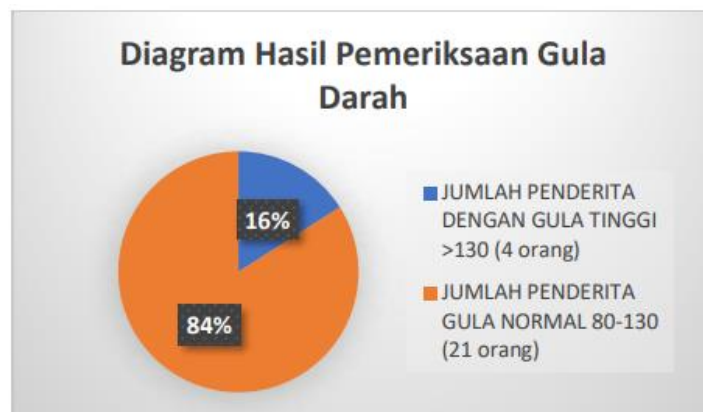


4) Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan di Rt 06 kelurahan cawang meliputi 2 jenis yaitu pemeriksaan gula darah dan asam urat. Manfaat pemeriksaan gula darah bagi penderita diabetes adalah untuk mengetahui kondisi gula darah. Untuk mengevaluasi pencapaian tujuan pengobatan secara keseluruhan. Mengetahui **pengaruh** perubahan pola makan dan olahraga terhadap kadar gula darah. Manfaat melakukan pemeriksaan asam urat adalah untuk mendeteksi kadar asam urat di dalam tubuh. Pemeriksaan ini dapat membantu mendiagnosis serta mengontrol berbagai penyakit yang berkaitan dengan asam urat, seperti radang sendi (arthritis gout) atau batu ginjal.

Terapi yang digunakan untuk Penyakit Diabetes dan Gout akut :

- a. Terapi insulin harus bersifat individual dan diseimbangkan dengan asupan makanan dan olahraga. Saat pasien mulai menggunakan insulin untuk mengatasi diabetes, dosis awal hanyalah titik awal. Seiring waktu, kebutuhan insulin dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kenaikan atau penurunan berat badan, perubahan kebiasaan makan, dan penambahan obat-obatan lainnya. Kebutuhan insulin sering kali meningkat dan dosis harus diatur ulang untuk dapat memenuhi kebutuhan kadar insulin baru. Insulin diinjeksikan secara subkutan (di bawah kulit). Lokasi injeksi umumnya di perut, bokong, paha, dan lengan atas. Dengan menggilir lokasi injeksi, pasien dapat menghindari lipohipertropi, yaitu peningkatan pertumbuhan atau ukuran sel-sel lemak di bawah kulit. Ketika terjadi lipohipertropi, area di bawah kulit pada lokasi injeksi menjadi berlemak. Karena itu, untuk memperoleh laju absorpsi yang baik dan untuk menghindari perubahan pada kulit lokasi injeksi, penting untuk menggilir lokasi injeksi insulin. (Boangmanalu, et.al. 2018)
- b. Serangan gout akut harus mendapat penanganan secepat mungkin. Pasien harus diedukasi dengan baik untuk dapat mengenali gejala dini dan penanganan awal serangan gout akut. Pilihan obat untuk penanganan awal harus mempertimbangkan ada tidaknya kontraindikasi obat, serta pengalaman pasien dengan obat-obat sebelumnya. Rekomendasi obat untuk serangan gout akut yang onsetnya ≤ 12 jam adalah kolkisin dengan dosis awal 1 mg diikuti 1 jam kemudian 0.5 mg. Terapi pilihan lain diantaranya OAINS, kortikosteroid oral dan/atau bila dibutuhkan aspirasi sendi diikuti injeksi kortikosteroid. Kolkisin dan OAINS tidak boleh diberikan pada pasien yang mengalami gangguan fungsi ginjal berat dan juga tidak boleh diberikan pada pasien yang mendapat terapi penghambat P-glikoprotein dan/atau CYP3A4 seperti siklosporin atau klaritromisin. (Indonesia, 2018)



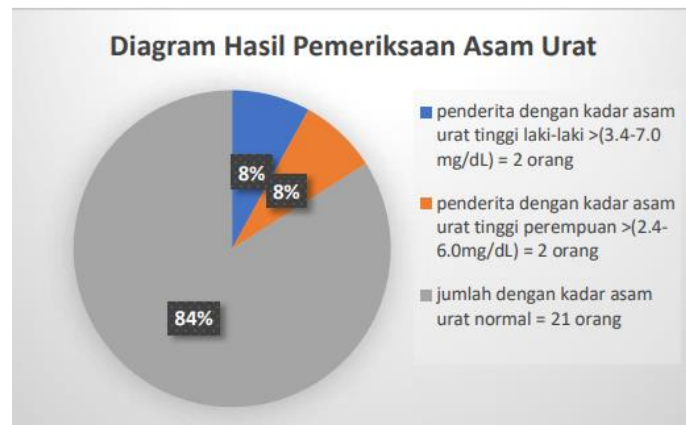
Gambar 7 Diagram Pemeriksaan Gula Darah

Dari diagram diatas didapatkan untuk hasil pemeriksaan gula darah pada masyarakat di Rt 06 dengan jumlah 25 orang yang melakukan pemeriksaan. 4 orang dikategorikan kedalam penderita gula darah karena tinggi tekanan gula darah yaitu >130 mg/dl sedangkan untuk 21 orang dikategorikan kedalam normal yaitu 80-130 mg/dl.

Berikut tabel persentase dari pemeriksaan gula darah :

Table 1 Gula Darah

Gula Darah Tinggi	Gula Darah Normal
16%	84%



Gambar 8 Diagram Pemeriksaan Asam Urat

Pada pemeriksaan asam urat didapatkan data dengan 25 orang yang melakukan pemeriksaan yaitu, 2 orang laki-laki dengan kadar asam urat yang tinggi (>3.4-7.0mg/dl) dan 2 orang perempuan dengan kadar asam urat yang tinggi (>2.4-6.0mg/dl). Untuk 21 orang yang melakukan pemeriksaan dikategorikan kedalam normal.

Berikut tabel persentase pemeriksaan asam urat :

Table 2 Asam Urat

Laki-laki	perempuan	Normal
8%	8%	84%



gambar 9 pemeriksaan kesehatan

5) Pengaplikasian Toga (Tanaman Obat Keluarga)

Pemanfaatan tanaman obat keluarga ditujukan agar diperoleh obat tradisional yang bermutu tinggi, aman, memiliki khasiat nyata yang teruji secara ilmiah, dan dimanfaatkan secara luas, baik digunakan sendiri maupun dalam pelayanan kesehatan formal. Selain sebagai obat, TOGA dapat mempunyai manfaat lain seperti sebagai penambah gizi keluarga, bumbu masakan atau yang terkenal dengan empon-empon dan penambah keindahan (Harjono et al., 2017). Pencegahan penyakit dapat diatasi dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA). Pemanfaatan TOGA dipilih karena pada zaman yang semakin modern, pengetahuan masyarakat tentang TOGA masih kurang (Anggraeni & Suryanti, 2020). Penanaman tanaman TOGA di Rt 06 banyak di senangi oleh masyarakat setempat karena banyak manfaat dan khasiat yang bisa digunakan dari kegiatan Penanaman tersebut. Salah satu tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait tanaman obat keluarga pada masyarakat Rt 06 kelurahan cawang sehingga tanaman yang telah ditanam dan telah ada di sekitar masyarakat dapat bermanfaat bagi masyarakat desa sebagai bahan obat. Adapun jenis tanaman obat yang ditanam di Rt 06 dan beberapa khasiatnya, seperti :

a) Lidah buaya

Lidah buaya mempunyai kandungan senyawa aktif yang mengandung 12 jenis antrakuinon sebagai antibakteri dan antifungi yang poten. Selain itu, Aloe vera juga memiliki kandungan diantaranya saponin, kuinon, lupeol, nitrogen urea, tanin, aminoglukosida, fenol, sulfur, asam sinamat, asam salisilat, minyak atsiri, flavonoid. (Wijaya, dkk. 2022)

- kandungan antrakuinon, antrakuinon merupakan senyawa fenolik yang sering dikenal juga sebagai obat pencahar. Oleh karena itu lidah buaya dipercaya dapat mengatasi sembelit atau susah buang air besar.
- Vitamin yang terkandung dalam lidah buaya ini sangat bermanfaat bagi tubuh manusia, antara lain vitamin C, vitamin E dan vitamin A yang berbentuk beta-karoten. Ketiga jenis vitamin tersebut merupakan vitamin antioksidan bagi tubuh. Vitamin C penting dalam proses pembentukan zat besi, pendukung sistem kekebalan, dan menjaga kesehatan gigi dan tulang. Vitamin lain dalam lidah buaya yakni asam folat (B9), B12, dan kolin.

b) Seledri

Tanaman seledri mengandung metabolit sekunder seperti flavonoid, kalsium, zat besi, vitamin A, vitamin B1, vitamin C, fosfor, glikosida, apin dan apiol. Senyawa lain yang ditemukan didalam seledri yakni tannin, furocoumarin, minyak atsiri, seskuiterpena alcohol dan juga asam lemak juga tidak kurang banyaknya. Flavonoid merupakan metabolit sekunder yang banyak ditemui dan dikatakan memiliki sifat antinflamasi yang kuat. Apigenin yaitu salah satu komponen flavonoid yang utama pada seledri (AISnafi,2014).

- Ekstrak etil asetat yang terkandung didalam daun seledri mampu menurunkan kadar glukosa darah cukup tinggi yang bisa mencapai 20%. Sehingga daun seledri mampu digunakan sebagai penurun gula darah.

c) Binahong

Tanaman Binahong mempunyai banyak manfaat dalam menyembuhkan berbagai macam penyakit. Bagian tanaman binahong yang dapat dijadikan sebagai obat herbal adalah bagian daun. Binahong mengandung senyawa aktif yang memiliki aktivitas sebagai antibakteri, antiviral, antifungi, analgesik, dan antiinflamasi. Kandungan senyawa metabolit sekunder pada binahong yaitu flavonoid, terpenoid, steroid, alkaloid, fenol, dan saponin (Halim et,al.2022).

- Kandungan zat flavonoid, minyak atsiri, saponin, terpenoid dan alkaloid pada daun binahong (*Cassia Alata* L) mempunyai peran sebagai antibakteri. Sehingga tanaman binahong dapat digunakan sebagai obat diare.

d) Kembang telang

Kembang telang memiliki kandungan senyawa bioaktif antara lain : kaempferol, kuersetin, dan mirisetin. Selain itu, Kembang Telang juga mengandung beberapa senyawa seperti : asam lemak, fitosterol, dan tokoferol. Beberapa senyawa tersebut telah diketahui memiliki sifat antioksidan yang baik. (Jeyaraj et al. 2020).

- Bunga kembang telang sering dikonsumsi sebagai obat diare alami. Selain memiliki antiradang yang bisa meredakan diare akibat peradangan di usus, bunga telang juga memiliki sifat antibakteri yang dapat melawan kuman penyebab penyakit, termasuk bakteri *E.coli* penyebab diare.
- Bunga telang mengandung bioflavonoid dan anthocyanin, senyawa yang dikenal untuk meningkatkan sirkulasi darah kepala dan dapat menjaga kesehatan kulit kepala serta mampu mengatasi kerontokan rambut serta mengurangi munculnya uban.

e) Rosella

Penelitian Fitrotunnisa, et.al., menunjukkan ekstrak etil asetat, etanol dan n heksan dari kelopak rosella merah mengandung senyawa glikosida, alkaloid, steroid, triterpenoid, tannin dan flavonoid bunga rosella mempunyai kandungan kimia antara lain antosianin, betakaroten, vitamin C, tiamin, riboflavin, flavonoid dan niasin. (Fitrotunnisa, et al., 2019). Penelitian lain menunjukkan bahwa simplisia kering rosella merah dan ungu memiliki kandungan antosianin yang merupakan salah satu senyawa golongan flavonoid. Kandungan antosianin dari simplisia kering rosella ungu lebih tinggi dibandingkan pada rosella merah (Mardiah et al., 2015).

- Kelopak bunga rosella berpotensi menurunkan kadar kolesterol total darah, karena memiliki beberapa komponen zat, yaitu vitamin C, niasin, pektin, flavonoid, dan polifenol, serta mengandung asam hibiscin yang diduga berperan sebagai antiobesitas.



Gambar 10 Pembersihan Lahan



Gambar 11 Penanaman Toga

6) Senam sehat Bersama

Kegiatan senam sehat dilakukan di Rt 06 Rw 05 kelurahan cawang yang dilaksanakan pada minggu sore pada jam 16.00. kegiatan ini dihadiri oleh ibu-ibu dan masyarakat setempat dengan jumlah \pm 25 orang. Kegiatan yang dilakukan pada program ini merupakan senam sehat santai yang bisa di ikuti oleh lansia sehingga tidak memberatkan dan dalam mengikuti senam tersebut. Kegiatan senam sehat dilakukan dengan tujuan agar kesehatan dan kebugaran tetap terjaga. Kegiatan senam ini sangat bermanfaat bagi ibu-ibu dan warga Rt 06. Kegiatan senam ini merupakan kegiatan positif di Rt 06 dan kegiatan senam sehat ini diharapkan dapat menjadi agenda yang dapat dilakukan secara rutin untuk kebugaran jasmani sebagai salah satu hidup sehat.

Adapun acara grandprice yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN dengan tujuan untuk memeriahkan program kerja tersebut. Kegiatan senam ini di tanggapi dengan tanggapan positif oleh masyarakat setempat.



gambar 12 pembagian grandprice



gambar 13 senam bersama

7) Penyuluhan Stunting

Stunting merupakan kondisi gagal pertumbuhan pada anak (pertumbuhan tubuh dan otak) akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Sehingga anak lebih pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam berpikir. Kekurangan gizi dalam waktu lama itu terjadi sejak janin dalam kandungan sampai awal kehidupan anak (1000 Hari Pertama Kelahiran). (Kemenkes RI, 2018)

Stunting adalah kondisi ketika balita memiliki tinggi badan dibawah rata-rata. Hal ini diakibatkan asupan gizi yang diberikan, dalam waktu yang panjang, tidak sesuai dengan kebutuhan. Stunting berpotensi memperlambat perkembangan otak, dengan dampak jangka panjang berupa keterbelakangan mental, rendahnya kemampuan belajar, dan risiko serangan penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, hingga obesitas. Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan langkah sebagai berikut :

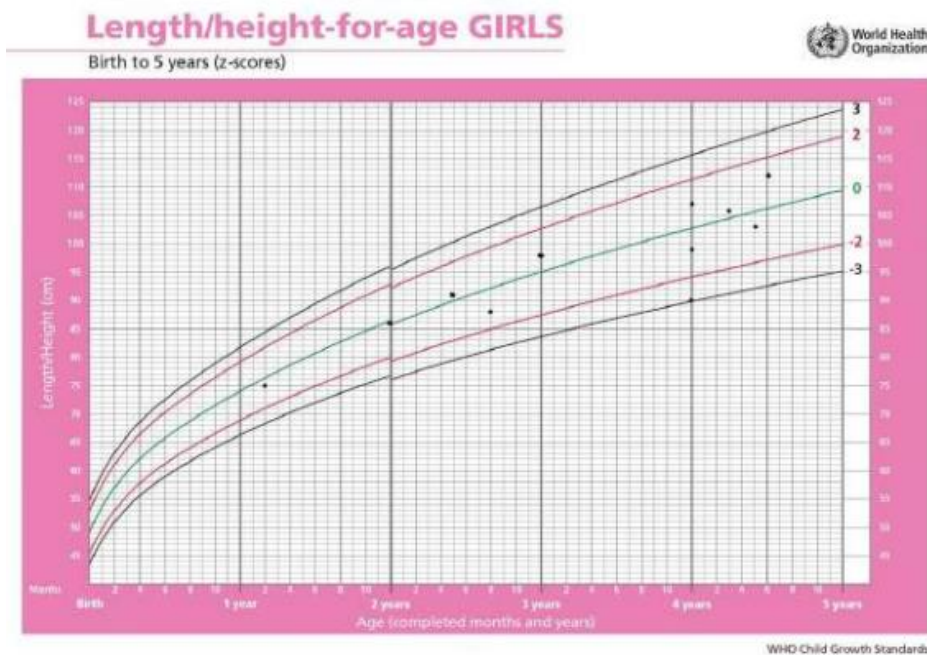
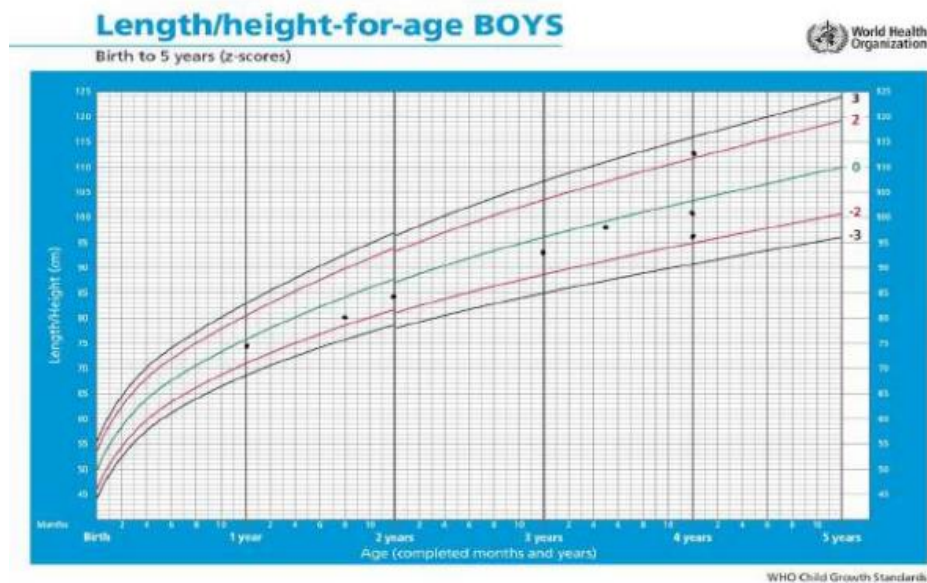
- Pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil. Ibu hamil harus mendapatkan makanan yang cukup gizi, suplementasi zat gizi (tablet zat besi atau Fe) dan terpantau kesehatannya. Namun, kepatuhan ibu hamil untuk meminum tablet tambah darah hanya 33 %. Padahal mereka harus minimal mengkonsumsi 90 tablet selama kehamilan.
- ASI eksklusif sampai umur 6 bulan dan setelah umur 6 bulan diberi makanan pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya.
- Memantau pertumbuhan balita di posyandu merupakan upaya yang sangat strategis untuk mendeteksi dini terjadinya gangguan pertumbuhan.
- Meningkatkan akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi, serta menjaga kebersihan lingkungan. Sanitasi dan kebersihan untuk pertumbuhan anak yang sempurna intervensi gizi saja belum cukup untuk mengatasi masalah stunting. Faktor sanitasi dan kebersihan

- lingkungan berpengaruh pula untuk kesehatan ibu hamil dan tumbuh kembang anak, karena anak usia di bawah dua tahun rentan terhadap berbagai infeksi dan penyakit
- e. Rendahnya sanitasi dan kebersihan lingkungan pun memicu gangguan saluran pencernaan, yang membuat energi untuk pertumbuhan teralihkan kepada perlawanan tubuh menghadapi infeksi. Sebuah riset menemukan bahwa semakin sering seorang anak menderita diare, maka semakin besar pula ancaman stunting untuknya. (Kemenkes RI, 2016)

Berat Badan



Tinggi Badan



SIMPULAN

Dari program kuliah kerja nyata yang di lakukan di Rt 06 kelurahan cawang, Jakarta timur. Dapat disimpulkan bahwa

1. Penyuluhan mengenai logo obat, logo obat tradisional dan penyuluhan swamedikasi mengenai diare mengalami peningkatan wawasan yang signifikan.
2. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan di Rt 06 kelurahan cawang memiliki persentase normal 84% untuk asam urat dan gula darah.
3. Penanaman toga yang dilakukan sangat bermanfaat bagi masyarakat karena bagus untuk mencegah diare, menurunkan kadar gula darah dan kolestrol serta berbagai manfaat lainnya

4. Kegiatan senam sehat bersama ditanggapi dengan positif dan dapat membantu menyehatkan tubuh serta membantu mengerakan otot dan tulang.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Snafi, A.E., (2014). The Pharmacology of Apium graveolens A Review, International Journal for Pharmaceutical Research Scholars. Department of Pharmacology, College of Medicine, Thi qar University, Nasiriya.
- Anggraeni, D. V. P. dan Suryati. (2022). Pengaruh Pemanfaatan Aktifasi “Pojok Toga” Terhadap Peningkatan Hasil Belajar dan Peduli Lingkungan Siswa Kelas IV SDN Benowo 1 Surabaya. *JPGSD*, 08(01), 69-78.
- ANUAR, A. H. S., & Levitta, J. J. (2018). SELEDRI Apium Graveolens. Linn. SEBAGAI TABLET ANTI-INFLAMASI. *Farmaka*, 16(3).
- Badan POM. 2005. Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat Dan Makanan Republik Indonesia Nomor: HK.00.05.41.1384 Tentang Kriteria Dan Tata Laksana Pendaftaran Obat Tradisional, Obat Herbal Terstandar Dan Fitofarmaka. Jakarta
- Boangmanalu, R.K. Pratama, F.E. Rachmawati, A.D. Irinda, B.P. (2018). Teknologi Voltametri HDME, Sensitif Deteksi Asam Urat dalam Tubuh. *Majalah Farmasetika*, 3 (3), 44-46. <https://doi.org/10.24198/farmasetika.v3i3.21626>
- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2023). Buku Panduan Merdeka Belajar - Kampus Merdeka. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Departemen Kesehatan RI. Permenkes RI No. 917/Menkes Per/x/1993 Tentang Penggolongan Obat. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 1993.
- Departemen Kesehatan RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2023 Tentang Narkotika, Psikotropika, Dan Prekursor Farmasi. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2023.
- Departemen Kesehatan RI. Pedoman Penggunaan Obat Bebas dan Obat Bebas Terbatas. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2007.
- Departemen Kesehatan RI. 2016. Pedoman Hidup Bersih dan Sehat. *Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat*. https://promkes.kemkes.go.id/diakses_tgl_10/11/2022
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Stunting Ancaman Generasi Masa depan Indonesia. <https://p2ptm.kemkes.go.id/post/stunting-ancaman-generasi-masa-depan-indonesia/> diakses tgl 10/11/2022
- Fitrotunnisa, Q., Arsianti, A., Tejaputri, N. A., & Qorina, F. (2019). Antioxidative activity and phytochemistry profile of hibiscus sabdariffa herb extracts International Journal of Applied Pharmaceutics, 11(Special Issue 6), 29–32. <https://doi.org/10.22159/ijap.2019.v11s6.33532>
- Halim, H., Ratnah, S., & Abdullah, T. (2022). Skrining Fitokimia Dan Potensi Antibakteri Ekstrak Daun Binahong (Anredera cordifolia Ten. Steenis) terhadap Staphylococcus aureus dan Escherichia coli. *Jurnal Laboran Medika*, 49-52.
- 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. *JPM Ruwa Jurai*, 3, 16–21.
- Indonesia, P. R. (2018). Pedoman diagnosis dan pengelolaan gout. *Jakarta: Perhimpunan Reumatologi Indonesia*, 1-24.
- Mardiah, Zakaria, F. R., Pragdimurti, E., & Damanik, R. (2015). Perubahan Kandungan Kimia Sari Rosela Merah Dan Ungu (Hibiscus Sabdariffa L.) Hasil Pengeringan

- Menggunakan cabinet Dryer Dan Fluidized Bed Dryer. *Jurnal Teknologi Industri Pertanian*, 25(1), 1–7
- Rahmah, Firmawati, E., & Dwi Lestari, N. (2016). Penatalaksanaan diare berbasis komunitas dengan pendekatan manajemen terpadu balita sakit di Kecamatan Ngampilan. *Jurnal Inovasi Dan Penerapan Ipteks*, 4(2), 106–111. <https://doi.org/10.18196/bdr.4211>
- Selviana, Trisnawati, E., & Munawarah, S. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian diare pada anak usia 4-6 Tahun. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 3(1), 28–34. <https://doi.org/10.30602/jvk.v3i1.78>
- Wijaya, I. K. W. A., & Masfufatun, M. (2022). Potensi Lidah Buaya (Aloe vera) sebagai Antimikroba dalam Menghambat Pertumbuhan Beberapa Fungi: Literature Review. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 18(2), 202-211.