



JURNAL ABDI MASYARAKAT KITA

Vol.6 Issue.1, 2026

Diterbitkan oleh :

APDFI (Asosiasi Pendidikan Diploma
Farmasi Indonesia)

JURNAL ABDI MASYARAKAT KITA

JURNAL ASTA (Abdi Masyarakat Kita) merupakan Jurnal Pengabdian Masyarakat yang fokus pada hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dihimpun dalam sebuah wadah Jurnal elektronik. Artikel yang disajikan berasal dari multidisiplin Ilmu Kesehatan seperti Farmasi, Keperawatan, Kebidanan, Analis Kesehatan dan Kesehatan Masyarakat. Terbit 2 kali dalam setahun yaitu pada bulan JANUARI dan JULI. Jurnal ini menyediakan akses terbuka langsung ke konten dengan prinsip bahwa penelitian tersebut akan dipublikasikan secara umum guna mendukung transformasi pengetahuan global yang lebih besar.

ALAMAT REDAKSI :

APDFI (Asosiasi Pendidikan Diploma Farmasi Indonesia)

Jl. Buaran II No. 30 A, I Gusti Ngurah Rai

Klender Jakarta Timur, Indonesia

Telp. 021 - 86615593, 4244486.

Email : jurnal.asta@gmail.com

EDITORIAL TEAM :

Advisor :

- [Dra. Yusmaniar, M.Biomed, Apt.](#) Ketua Umum APDFI
- [Yugo Susanto, M.Farm., Apt.](#) Wakil Ketua APDFI
- [Leonov Rianto, M.Farm., Apt.](#) Sekjen APDFI

Editors in Chief :

- [Supomo, M.Si., Apt.](#), STIKES Samarinda, Indonesia

Editor Board Member :

- [Dr. Entris Sutrisno., M.HkKes., Apt](#) (STFB Bandung)
- [Imam Bagus Sumantri, S.Farm.,M.Si.,Apt](#) (USU, Medan)
- [Ernanin Dyah Wijayanti, S.Si., M.P](#) (Akfar Putera Indonesia, Malang)
- [Ika Agustina,S.Si, M.Farm](#) (Akfar IKIFA, Jakarta)

Administration :

- [Agus Trimanto, S.I.Pust](#) (Universitas Muhammadiyah Kendal Batang)

LIST OF CONTENTS

PENATALAKSANAAN TERAPI MUROTAL UNTUK PENCEGAHAN STRES DAN MENGURANGI INSOMNIA PADA JAMAAH MUSLIMAH (Mardiyah, Yulia Ardiyanti, Siti Munawaroh, Alvi Ratna Yuliana).....	Hal 1-12
PEMBUDIDAYAAN DAN PRODUK OLAHAN JAMUR TIRAM KELOMPOK WANITA TANI BAROKAH MANDIRI (Eka Siswanto, Supomo, Ameliora Dwi Astani, Otong Asnawi, Wiranto, Nur Annisa Aisywarya).....	Hal 13-25
IMPLEMENTASI PELATIHAN AROMATERAPI ROLL-ON DAN SERUM HERBAL BERSAMA STIKES ISFI BANJARMASIN, PT NATURINDO FRESH, DAN CV NATURONAL CREATAMA INDONESIA (Meissi Kusuma Wardhani, Nurul Azmi, Iin Ruliana Rohenti, Silfera Indra Yanti).....	Hal 26-36
EDUKASI PENCEGAHAN DAN PENGELOLAAN ASAM URAT MELALUI POLA MAKAN DAN GAYA HIDUP SEHAT PADA MASYARAKAT (Adinugraha Amarullah, Ivan Charles Seran Klau, Yani Ambari, Herni Setyawati, Bella Fevi Aristia, Yohanes Ardian Kapri Negara).....	Hal 37-46
SOSIALISASI PENGGUNAAN ANTIBIOTIK YANG TEPAT DAN DAGUSIBU DI DESA MULAWARMAN KECAMATAN TENGGARONG SEBERANG KABUPATEN KUTAI KARTANEGARA (Henny Nurhasnawati, Anadafti Veta, Deila Putri Maharani, Herlan Hidayat Putra, Mirna Anjelika Imas , Muhamad Alif Ramadhan Pratama, Rolita, Stefania Maria Mercindy).....	Hal 47-55
PELATIHAN PEMROGRAMAN KOMPUTER DENGAN PENDEKATAN INOVATIF MELALUI INTEGRASI ENGLISH FOR SPECIFIC PURPOSES (ESP) PADA MAHASISWA SARJANA TERAPAN MANAJEMEN INFORMASI KESEHATAN STIKES MITRA HUSADA KARANGANYAR (Trismianto Asmo Sutrisno, Erna Adita Kusumawati).....	Hal 56-67



PENATALAKSANAAN TERAPI MUROTAL UNTUK PENCEGAHAN STRES DAN MENGURANGI INSOMNIA PADA JAMAAH MUSLIMAH

Email : liardiyanti1976@gmail.com

Mardliyah¹

¹Universitas Muhammadiyah Kendal Batang

Yulia Ardiyanti²

²Universitas Muhammadiyah Kendal Batang

Siti Munawaroh³

³Universitas Muhammadiyah Kendal Batang

Alvi Ratna Yuliana⁴

⁴Itekes Cendekia Utama Kudus

Article History:

Received: 2026-01-02

Revised: 2026-01-15

Accepted: 2026-01-25

Abstract: Stress and sleep disturbances, particularly insomnia, are common problems experienced by adult women and may negatively affect physical and psychological well-being. Muslim women are among the groups vulnerable to stress due to multiple social and family roles. One non-pharmacological intervention that is simple, safe, and culturally appropriate for Muslim communities is murotal Al-Qur'an therapy. This community service activity aimed to provide education and implement murotal therapy as an effort to prevent stress and reduce insomnia among Muslim women at Masjid Rabi'atul Adawiyah Kalisoka, Tegal. The activity was conducted on October 20, 2024, involving 78 Muslim women participants. The methods used included health education, demonstration, and guided practice of murotal therapy. The results showed that participants demonstrated high participation and enthusiasm, improved understanding of stress and insomnia, and were able to practice murotal therapy independently. Participants also reported feeling more relaxed and experiencing better sleep quality after the intervention. It can be concluded that Al-Quran murottal therapy can be used as a complementary non-pharmacological



Keywords : *Murotal Therapy, Stress, Insomnia.*

intervention in preventing stress and reducing insomnia symptoms in Muslim congregations.

Riwayat Artikel :

Diajukan : 02-01-2026

Diperbaiki : 15-01-2026

Diterima : 25-01-2026

Abstrak : Stres dan gangguan tidur, khususnya insomnia, merupakan permasalahan kesehatan yang sering dialami oleh perempuan dewasa dan dapat berdampak pada kesehatan fisik maupun psikologis. Jamaah muslimah termasuk kelompok yang rentan mengalami stres akibat peran ganda dalam kehidupan keluarga dan sosial. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang mudah diterapkan, aman, dan sesuai dengan nilai religius masyarakat muslim adalah terapi murotal Al-Qur'an. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi serta penerapan terapi murotal sebagai upaya pencegahan stres dan pengurangan insomnia pada jamaah muslimah di Masjid Rabi'atul Adawiyah Kalisoka, Tegal. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 20 Oktober 2024 dengan jumlah peserta sebanyak 78 orang. Metode kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan, demonstrasi, dan praktik terapi murotal secara terpandu. Hasil kegiatan menunjukkan partisipasi dan antusiasme peserta yang tinggi, peningkatan pemahaman tentang stres dan insomnia, serta kemampuan peserta dalam menerapkan terapi murotal secara mandiri. Peserta juga melaporkan perasaan lebih rileks dan perbaikan kualitas tidur setelah mengikuti kegiatan. Dapat disimpulkan bahwa terapi murotal Al-Qur'an dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis komplementer dalam pencegahan stres dan pengurangan gejala insomnia pada jamaah muslimah.

Kata Kunci : *Terapi Murotal, Stress, Insomnia*



Pendahuluan

Stres dan gangguan tidur, khususnya insomnia, merupakan permasalahan kesehatan yang semakin sering dialami oleh masyarakat seiring dengan perubahan gaya hidup dan meningkatnya tuntutan peran sosial. Perempuan dewasa, termasuk jamaah muslimah, merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akibat peran ganda sebagai ibu rumah tangga, pengelola keluarga, serta keterlibatan dalam aktivitas sosial dan keagamaan. Apabila stres tidak dikelola dengan baik, kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental, salah satunya memicu gangguan pola tidur (World Health Organization, 2017).

Insomnia ditandai dengan kesulitan memulai tidur, mempertahankan tidur, atau terbangun terlalu dini sehingga menyebabkan rasa tidak segar saat bangun tidur. Gangguan tidur yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menurunkan konsentrasi, memengaruhi suasana hati, serta menurunkan produktivitas dan kualitas hidup seseorang. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) menyatakan bahwa gangguan tidur kronis berhubungan dengan meningkatnya risiko gangguan kecemasan, depresi, serta masalah kesehatan lainnya. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pengelolaan stres serta insomnia menjadi penting untuk dilakukan secara berkelanjutan di masyarakat.

Penanganan stres dan insomnia dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Pendekatan nonfarmakologis lebih dianjurkan karena relatif aman, minim efek samping, serta mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang relevan dengan masyarakat muslim adalah terapi murotal Al-Qur'an. Terapi murotal merupakan teknik relaksasi dengan memperdengarkan lantunan ayat-ayat suci Al-Qur'an secara tartil dan berirama, yang diyakini mampu memberikan efek menenangkan dan meningkatkan kualitas tidur (Supriyanti, 2021).

Secara fisiologis, terapi murotal dapat menstimulasi sistem saraf parasimpatis sehingga membantu menurunkan ketegangan dan respon stres dalam tubuh. Efek relaksasi ini berperan dalam menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan hormon stres, sehingga mendukung terciptanya kondisi tubuh dan pikiran yang lebih tenang (Syukriana, Alwi, & Ramli, 2021). Selain itu, terapi murotal juga memiliki nilai spiritual yang tinggi bagi umat



Islam, yang dapat memberikan ketenangan batin, meningkatkan keimanan, serta memperkuat mekanisme coping individu dalam menghadapi stres kehidupan sehari-hari (Rahman, 2018).

Jamaah muslimah di Masjid Rabi'atul Adawiyah Kalisoka Tegal merupakan kelompok masyarakat yang aktif dalam kegiatan keagamaan dan memiliki potensi besar untuk menerima intervensi berbasis spiritual. Namun demikian, masih banyak jamaah yang belum memahami cara pengelolaan stres dan gangguan tidur secara tepat serta mudah diterapkan secara mandiri. Kondisi ini menunjukkan pentingnya dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bersifat edukatif dan aplikatif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya memberikan edukasi, pelatihan, dan pendampingan penerapan terapi murotal Al-Qur'an bagi jamaah muslimah. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman jamaah mengenai pentingnya pengelolaan stres dan kualitas tidur, serta mendorong penerapan terapi murotal secara mandiri dan berkelanjutan sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan fisik, mental, dan spiritual.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 20 Oktober 2024 bertempat di Masjid Rabi'atul Adawiyah Kalisoka, Tegal. Sasaran kegiatan adalah jamaah muslimah dengan jumlah peserta sebanyak 78 orang. Peserta kegiatan sebagian besar berada pada rentang usia dewasa hingga lanjut usia yang berpotensi mengalami stres dan gangguan tidur, khususnya insomnia.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif, dengan tujuan memberikan pengetahuan sekaligus keterampilan praktis kepada peserta dalam menerapkan terapi murotal Al-Qur'an secara mandiri. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan, demonstrasi, praktik terpandu, serta evaluasi kegiatan.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:



1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan pengurus Masjid Rabi'atul Adawiyah Kalisoka Tegal terkait perizinan, penentuan waktu, dan teknis pelaksanaan kegiatan. Selain itu, tim menyusun materi edukasi yang mencakup konsep stres, insomnia, dampak stres terhadap kualitas tidur, serta pengenalan terapi murotal Al-Qur'an sebagai intervensi nonfarmakologis. Persiapan sarana dan prasarana juga dilakukan, meliputi penyediaan perangkat audio masjid, rekaman murotal Al-Qur'an, leaflet edukasi kesehatan, serta pengaturan tempat kegiatan agar tercipta suasana yang nyaman dan kondusif bagi peserta.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan kegiatan penyuluhan kesehatan kepada peserta. Materi penyuluhan mencakup pengertian stres, faktor-faktor pencetus stres pada perempuan, dampak stres terhadap kesehatan dan kualitas tidur, serta pengenalan insomnia. Selanjutnya, peserta diberikan penjelasan mengenai konsep, manfaat, dan mekanisme terapi murotal Al-Qur'an sebagai salah satu bentuk terapi relaksasi.

Setelah penyuluhan, tim pengabdian melakukan demonstrasi terapi murotal. Peserta diarahkan untuk berada pada posisi tubuh yang nyaman, baik duduk maupun berbaring, mengatur pernapasan secara perlahan, serta memusatkan perhatian pada lantunan ayat suci Al-Qur'an yang diperdengarkan.

Kegiatan dilanjutkan dengan praktik terapi murotal secara terpandu, di mana seluruh peserta mengikuti sesi mendengarkan murotal bersama-sama selama kurang lebih 15–20 menit. Selama sesi berlangsung, peserta diminta untuk tetap rileks, memejamkan mata, dan menghayati lantunan ayat yang didengarkan guna memperoleh efek relaksasi secara optimal.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai. Evaluasi dilakukan secara kualitatif melalui diskusi dan tanya jawab dengan peserta. Evaluasi difokuskan pada tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan, kemampuan peserta dalam mempraktikkan terapi murotal secara mandiri, serta respon subjektif peserta terkait perasaan rileks dan perubahan kualitas tidur setelah mengikuti kegiatan.



Media dan Teknik Evaluasi

Media yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi audio murotal Al-Qur'an, leaflet edukasi kesehatan, serta komunikasi interaktif antara tim pengabdian dan peserta. Keberhasilan kegiatan dinilai berdasarkan partisipasi aktif peserta selama kegiatan, peningkatan pemahaman mengenai stres dan insomnia, serta umpan balik positif yang disampaikan peserta mengenai manfaat terapi murotal.

Hasil dan Diskusi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh sekitar 78 jamaah muslimah yang secara umum berada pada rentang usia dewasa hingga lanjut usia. Mayoritas peserta merupakan ibu rumah tangga dan perempuan aktif dalam kegiatan keagamaan masjid, yang dalam kehidupan sehari-hari memiliki berbagai peran dan tanggung jawab sehingga berpotensi mengalami stres dan gangguan tidur.

Partisipasi Peserta dalam Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan menunjukkan tingkat partisipasi peserta yang tinggi. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan mulai dari penyuluhan kesehatan hingga praktik terapi murotal secara terpandu. Partisipasi aktif terlihat dari kehadiran peserta sejak awal hingga akhir kegiatan, keterlibatan dalam sesi diskusi, serta kesediaan peserta untuk mengikuti instruksi selama praktik terapi murotal.

Antusiasme peserta juga ditunjukkan melalui banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait stres, insomnia, serta cara penerapan terapi murotal secara mandiri di rumah. Kondisi ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan relevan dengan kebutuhan peserta dan mudah dipahami.

Gambaran partisipasi jamaah muslimah selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilihat pada Gambar 1, yang menunjukkan suasana kegiatan dan keterlibatan aktif peserta dalam mengikuti rangkaian acara.



Gambar 1 : Jamaah Muslimah Masjid Rabiatal Adawiyah Kalisoka Tegal

Pemahaman Peserta terhadap Edukasi Stres dan Insomnia

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pengertian stres, faktor pencetus stres pada perempuan, serta dampak stres terhadap kualitas tidur. Peserta mulai menyadari bahwa keluhan sulit tidur, sering terbangun di malam hari, dan rasa tidak segar saat bangun tidur merupakan tanda gangguan tidur yang perlu mendapat perhatian.

Edukasi ini membantu peserta memahami pentingnya pengelolaan stres secara tepat sebagai upaya pencegahan insomnia yang berkepanjangan. Pemahaman tersebut menjadi dasar penting sebelum peserta diberikan praktik terapi murotal sebagai intervensi nonfarmakologis

Respon Peserta terhadap Praktik Terapi Murotal

Pada sesi praktik terapi murotal, peserta diarahkan untuk berada dalam kondisi rileks dengan posisi tubuh yang nyaman dan fokus pada lantunan ayat suci Al-Qur'an. Berdasarkan umpan balik subjektif yang disampaikan, sebagian besar peserta melaporkan perasaan lebih tenang, nyaman, dan rileks setelah mengikuti sesi terapi.

Beberapa peserta menyampaikan bahwa terapi murotal membantu mengurangi ketegangan pikiran dan perasaan cemas yang sebelumnya dirasakan. Efek relaksasi ini

menunjukkan bahwa terapi murotal dapat memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis peserta.

Dokumentasi kegiatan penyampaian materi dan praktik terapi murotal kepada peserta disajikan pada Gambar 2, yang menggambarkan proses edukasi dan pendampingan yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat.



Gambar 2 : Pemberian materi terapi murotal

Pengaruh Terapi Murotal terhadap Kualitas Tidur

Selain memberikan efek ketenangan psikologis, peserta juga melaporkan adanya perbaikan kualitas tidur setelah mengikuti kegiatan. Beberapa peserta menyatakan merasa lebih mudah mengantuk dan tidur lebih nyenyak setelah mempraktikkan terapi murotal, baik selama kegiatan maupun saat diterapkan kembali secara mandiri di rumah.

Hasil ini menunjukkan bahwa terapi murotal berpotensi membantu mengurangi gejala insomnia secara nonfarmakologis dan dapat diterapkan sebagai kebiasaan positif dalam kehidupan sehari-hari jamaah muslimah

Diskusi Implementasi Kegiatan Pengabdian

Pelaksanaan terapi murotal dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dinilai efektif karena mudah diterapkan, tidak memerlukan biaya tambahan, serta dapat dilakukan secara



mandiri. Lingkungan masjid yang tenang dan religius turut mendukung terciptanya suasana kondusif selama kegiatan berlangsung.

Pendekatan berbasis spiritual dan budaya lokal terbukti dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Terapi murotal tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan mental dan kualitas tidur, tetapi juga memperkuat aspek spiritual jamaah muslimah.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa terapi murotal Al-Qur'an dapat diterima dengan baik oleh jamaah muslimah dan memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis serta kualitas tidur peserta. Respon positif peserta berupa perasaan lebih rileks, tenang, dan nyaman setelah mengikuti terapi menunjukkan bahwa murotal Al-Qur'an berpotensi menjadi intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam upaya pencegahan stres dan pengurangan gejala insomnia.

Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian dan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terapi murotal Al-Qur'an mampu memberikan efek relaksasi dan ketenangan psikologis. Rohman dan Suryani (2019) melaporkan bahwa terapi murotal dapat menurunkan tingkat stres pada pasien melalui mekanisme relaksasi dan penurunan aktivitas sistem saraf simpatis. Selain itu, Siswanto dan Lestari (2020) juga menyatakan bahwa mendengarkan murotal Al-Qur'an secara rutin dapat meningkatkan kualitas tidur pada individu yang mengalami gangguan tidur.

Secara fisiologis, lantunan ayat suci Al-Qur'an yang dibacakan secara tartil dan berirama dapat memengaruhi gelombang otak serta menstimulasi sistem saraf parasimpatis, sehingga tubuh berada dalam kondisi lebih rileks. Kondisi ini mendukung penurunan ketegangan otot, kecemasan, dan respon stres yang berperan dalam terjadinya insomnia (Wahyuningsih & Lestari, 2020; Syukriana et al., 2021). Hasil kegiatan ini memperkuat bukti bahwa terapi murotal dapat digunakan sebagai pendekatan relaksasi yang aman dan mudah diterapkan di masyarakat.

Selain aspek fisiologis, keberhasilan terapi murotal dalam kegiatan ini juga tidak terlepas dari nilai spiritual yang melekat pada lantunan ayat Al-Qur'an. Pendekatan spiritual terbukti dapat meningkatkan ketenangan batin, rasa pasrah, dan keimanan, yang berperan penting dalam membantu individu menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari (Rahman, 2018). Hal ini menjadikan terapi murotal lebih mudah diterima oleh jamaah muslimah



dibandingkan intervensi lain yang bersifat umum dan kurang sesuai dengan nilai religius masyarakat.

Hasil kegiatan ini juga menunjukkan bahwa pemberian edukasi dan pendampingan secara langsung mampu meningkatkan pemahaman jamaah muslimah mengenai pentingnya pengelolaan stres dan kualitas tidur. Jamaah tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktis untuk menerapkan terapi murotal secara mandiri di rumah. Temuan ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Supriyanti (2021), yang menyatakan bahwa edukasi dan praktik langsung terapi murotal dapat meningkatkan kepatuhan dan keberlanjutan penerapan terapi pada masyarakat. Dengan demikian, integrasi pendekatan kesehatan dan nilai-nilai keagamaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terbukti efektif dan relevan dengan kebutuhan jamaah muslimah. Terapi murotal tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan mental dan kualitas tidur, tetapi juga memperkuat aspek spiritual peserta. Pendekatan ini memiliki potensi untuk dikembangkan secara berkelanjutan sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan jiwa berbasis komunitas.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai penerapan terapi murotal Al-Qur'an pada jamaah muslimah di Masjid Rabi'atul Adawiyah Kalisoka Tegal menunjukkan bahwa terapi murotal dapat diterapkan sebagai intervensi nonfarmakologis yang sederhana, aman, dan mudah dilakukan untuk membantu pencegahan stres serta pengurangan gejala insomnia.

Melalui kegiatan edukasi dan praktik terpandu, jamaah muslimah memperoleh pemahaman dan keterampilan dalam menerapkan terapi murotal secara mandiri. Penerapan terapi ini memberikan respon positif berupa perasaan lebih rileks dan perbaikan kualitas tidur. Dengan demikian, terapi murotal dapat direkomendasikan sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan mental berbasis komunitas pada masyarakat muslim.



Ucapan Terimakasih

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Rektor Umkaba, LP2M Umkaba, pengurus Masjid Rabi'atul Adawiyah Kalisoka Tegal serta seluruh jamaah muslimah yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

Daftar Pustaka

- Hawari, D. (2016). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. <https://fk.ui.ac.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
[https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/RBP Kesehatan](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/RBP_Kesehatan)
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. J. (2018). *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process, and Practice*. Boston: Pearson Education. <https://www.pearson.com>
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Fundamentals of Nursing*. St. Louis: Elsevier Mosby.
<https://www.elsevier.com>
- Rahman, A. (2018). *Pendekatan spiritual dalam penanganan stres dan gangguan tidur*. *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia*, 6(2), 85–92.
- Rohman, A., & Suryani, D. (2019). Pengaruh terapi murotal Al-Qur'an terhadap tingkat stres pada pasien. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 85–92.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ>
- Siswanto, Y., & Lestari, R. (2020). Terapi murotal Al-Qur'an sebagai intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(1), 45–52. <https://jki.ui.ac.id>
- Supriyanti, E. (2021). *Penerapan terapi murottal Al-Qur'an untuk mengatasi insomnia pada lansia*. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 5(1), 14–23.
<https://jurnal-d3per.uwhs.ac.id/index.php/mak/article/view/106>
- Syukriana, I., Alwi, M. K., & Ramli, R. (2021). *Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia*. *Window of Nursing Journal*, 2(1), 92–100.
<https://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/won/article/view/300>



Tanti Pebriana, E. N., & Efendi, R. (2024). *Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman terhadap kualitas tidur pada lansia*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 10(2).
<https://journal.um-surabaya.ac.id/JKM/article/view/26312>

Wahyuningsih, S., & Lestari, R. (2020). Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap kualitas tidur pada pasien dengan gangguan tidur. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 85–92.
<https://ejournal.unair.ac.id/JURNALKEPERAWATAN>

World Health Organization. (2017). *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates*. Geneva: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates> Organisasi Kesehatan Dunia

World Health Organization. (2017). *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates*. Geneva: WHO.
<https://www.who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates>



PEMBUDIDAYAAN DAN PRODUK OLAHAN JAMUR TIRAM KELOMPOK WANITA TANI BAROKAH MANDIRI

Email : eka8382@gmail.com

Eka Siswanto Syamsul¹

¹STIKES Samarinda, Samarinda

Supomo²

²STIKES Samarinda, Samarinda

Ameliora Dwi Astani³

³STIKES Samarinda, Samarinda

Otong Asnawi⁴

⁴STIKES Samarinda, Samarinda

Wiranto⁵

⁵STIKES Samarinda, Samarinda

Nur Annisa Aisywarya⁶

⁶STIKES Samarinda, Samarinda

Article History:

Received: 2026-01-07

Revised: 2026-01-28

Accepted: 2026-01-29

Abstract : *Oyster mushroom processed products as healthy food and consumed by the community cultivated from the harvest of the Barokah Mandiri Women Farmers Group through a group of housewives in the Muara Jawa Tengah sub-district, Kutai Kartanegara district. The problem of the partner, namely the Barokah Mandiri Women Farmers Group, is the lack of knowledge and information from the community about Oyster Mushroom processing with various variants that are not widely known in terms of how and what form of oyster mushroom processed products such as mushroom chips, mushroom floss, and mushroom nuggets. The purpose community service from Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda (STIKSAM) is to provide added value to the Oyster Mushroom as a home business opportunity because it has a fairly high nutritional content that can be processed into various delicious foods. The methods used are (1) training/training in oyster mushroom cultivation; (2) Continuous education; (3) awareness; (4) digital marketing. The results obtained from the implementation of this community service are emphasized program outputs that can be in the form of processed mushroom food products (chips, floss and nuggets) produced by partners as an indicator of the success of the program.*

Keywords : *oyster mushrooms, processed food products*



Riwayat Artikel :

Diajukan : 07-01-2026

Diperbaiki : 28-01-2026

Diterima : 29-01-2026

Kata kunci : jamur tiram, produk olahan pangan

Abstrak : Produk olahan jamur tiram sebagai makanan sehat dan dikonsumsi oleh masyarakat yang dibudidayakan dari hasil panen Kelompok Wanita Tani Barokah Mandiri melalui kelompok ibu-ibu rumah tangga di wilayah kelurahan muara jawa tengah, kabupaten Kutai Kartanegara, Kaltim. Permasalahan mitra yaitu Kelompok Wanita Tani Barokah Mandiri adalah kurangnya pengetahuan dan informasi masyarakat tentang olahan Jamur Tiram dengan berbagai macam varian belum banyak diketahui dalam hal bagaimana cara dan bentuk produk olahan jamur tiram seperti kripik jamur, abon jamur, dan nugget jamur. Tujuan dilakukan pengabdian oleh Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda (STIKSAM) adalah memberikan value added Jamur Tiram tersebut di jadikan sebagai peluang usaha rumah tangga dikarenakan memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi yang bisa diolah menjadi aneka makanan lezat. Metode yang digunakan (1) training/ pelatihan budidaya jamur tiram; (2) Pendidikan berkelanjutan terkait pangan olahan; (3) penyadaran/peningkatan pemahaman terhadap suatu masalah produksi; (4) digital marketing. Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah ditekankan luaran program yang dapat berupa produk pangan olahan jamur (kripik, abon dan nugget) yang dihasilkan mitra sebagai indikator keberhasilan program.

Pendahuluan

Jamur Tiram (*Pleurotus ostreatus*) dikenal sebagai bahan pangan dengan nilai gizi yang cukup tinggi (Widyastuti, 2019). Selain dikonsumsi secara langsung, jamur ini memiliki potensi besar untuk diolah menjadi berbagai bentuk makanan ringan yang digemari oleh semua kalangan, mulai dari anak muda hingga orang dewasa. Beberapa contoh olahan populer di antaranya adalah sate jamur, abon jamur, nugget jamur, sempol jamur, dan bakso jamur. Keunggulan dari produk-produk olahan ini adalah daya simpannya yang lama (awet) serta nilai ekonomis yang tinggi, menjadikannya peluang usaha yang menjanjikan.



Dari segi kesehatan, Jamur Tiram mengandung Asam Folat yang merupakan bagian dari vitamin B-Kompleks. Kandungan ini memberikan berbagai manfaat, salah satunya adalah menurunkan kadar kolesterol, selain juga untuk pengobatan masalah kekurangan gizi (Aini dkk, 2019; Ahmad, 2015). Manfaat kesehatan ini turut mendorong meningkatnya minat masyarakat untuk mengonsumsi jamur tiram, yang pada akhirnya meningkatkan permintaan pasar. Kondisi ini menjadikan budidaya jamur tiram sebagai kegiatan ekonomi yang menarik untuk dikembangkan (Widyastuti, 2019).

Peningkatan permintaan ini dimanfaatkan oleh kelompok wanita tani, salah satunya adalah “Kelompok Wanita Tani Barokah Mandiri” yang berperan dalam menjaga kontinuitas produksi. Pada tahun 2020, dipimpin oleh Ismawati dan kawan-kawannya yang bertempat di Jl. Darussalam Handil 6, RT 6 Kelurahan Muara Jawa Tengah, Kecamatan Muara Jawa, Kabupaten Kutai Kartanegara, Kalimantan Timur, tertarik untuk mengelola hasil panen jamur tiram. Semangat mereka berhasil menarik minat ibu-ibu lainnya untuk bergabung.

Pada awalnya, prospek usaha berfokus pada budidaya Jamur Tiram dengan media serbuk gergaji kayu dan teknik pembiakan menggunakan baglog (Sari dkk, 2021; Saryati, 2017). Salah satunya adalah Rumah jamur Tiram yang didirikan Kelompok Wanita Tani (KWT) Barokah mandiri dengan tujuan utama untuk membantu meningkatkan perekonomian warga sekitar perumahan, menunjukkan perkembangan dan diversifikasi dari usaha awal ini. Namun kendala utama pengolahan produk olahan dan pemasaran yang terbatas.



Gambar 1. Tempat Pembudidayaan Jamur Tiram pada Baglog

Metode

Program pengabdian masyarakat (Abdimas) oleh Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda (STIKSAM) dengan pendanaan Hibah pengabdian masyarakat Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi ini dirancang sebagai upaya pemberdayaan melalui budidaya jamur tiram. Program ini bertujuan menciptakan kesetaraan, kemitraan, dan kebersamaan untuk meningkatkan perekonomian masyarakat di Kelurahan Muara Jawa Tengah, Kecamatan Muara Jawa, Kabupaten Kutai Kartanegara, Kalimantan Timur. Sasaran utamanya adalah memberdayakan KWT dengan memanfaatkan peluang usaha dari jamur tiram untuk menambah penghasilan keluarga. Pendekatan yang digunakan meliputi transfer pengetahuan, praktik langsung, serta diskusi dan difusi teknologi.



Gambar.2 Pelatihan Budidaya Jamur Tiram

Kegiatan dilaksanakan dengan dua fokus utama, yaitu terlibat langsung dalam pembudidayaan jamur tiram dan pengolahannya menjadi produk makanan yang sehat serta lezat. Untuk memastikan keberlanjutan, dilakukan pendampingan pasca-praktik lapangan. Tujuan pendampingan ini adalah untuk memantau perkembangan dan memastikan para peserta telah mandiri, sebagaimana yang telah dilatih sebelumnya.

Tim pendamping yang terdiri dari tiga orang dosen STIKSAM terlibat secara langsung dalam seluruh proses budidaya. Mereka tidak hanya mempelajari tetapi juga mengontrol pertumbuhan jamur. Untuk mengumpulkan data dan menganalisis setiap permasalahan yang muncul selama proses, dilakukan metode wawancara, dialog, dan diskusi intensif dengan para peserta. Pendampingan juga diberikan pada fase kritis, seperti penentuan waktu panen yang tepat dan penanganan pasca panen, serta evaluasi pengolahan produk olahan.

Budidaya jamur tiram memang cocok untuk iklim tropis, namun memiliki tingkat kesulitan yang bervariasi. Daerah dengan kelembapan tinggi akan lebih mudah untuk menumbuhkan jamur (Mattila dkk, 2001), sedangkan kondisi Kalimantan Timur yang cenderung panas memerlukan usaha ekstra. Bagi Kelompok Wanita Tani Barokah Mandiri,



kondisi ini menjadi tantangan tersendiri yang berhasil mereka atasi dengan hasil yang positif.

Kegiatan budidaya diawali dengan persiapan media tanam dan aplikasi bibit. Bahan baku utama yang digunakan adalah 150 kg serbuk gergaji kayu sengon, 15 kg bekatul padi, $\frac{1}{2}$ kg kapur, $\frac{1}{2}$ kg gips, glukosa/gula secukupnya, dan bibit jamur. Alat-alat yang digunakan relatif sederhana, yaitu cangkul dan sekop untuk mencampur bahan, serta kantong plastik berukuran 1 kg sebagai wadah media tanam.

Proses budidaya dimulai dengan pengomposan, di mana semua bahan (kecuali gips) dicampur merata dan didiamkan selama 5 hari. Selanjutnya adalah pembungkusan, di mana media dimasukkan ke dalam plastik hingga padat dan diletakkan dalam posisi terbalik. Tahap sterilisasi dilakukan dengan merebus media dalam plastik tahan panas selama 5-7 jam pada suhu 80-95°C. Setelah dingin, inokulasi (pemasukan bibit) dilakukan di bagian atas media dalam waktu kurang dari 24 jam pasca-sterilisasi. Media kemudian disimpan di ruangan terkontrol dengan suhu 24-28°C dan kelembapan 80-94% selama 6-8 minggu hingga miselium tumbuh sempurna. Pemanenan pertama dapat dilakukan sekitar seminggu setelah pembukaan baglog dan dapat berulang hingga 4-6 kali dalam periode 2-3 bulan (Sari dkk, 2021; Saryati, 2017).

Pada Kegiatan Tahap Kedua adalah Proses olahan Jamur Tiram menjadi makanan lezat. Olahan Jamur Tiram yang menjadi produk unggulan ibu-ibu KWT yaitu kripik jamur, abon jamur dan nugget jamur, selain mudah untuk membuatnya makanan ini sangat disukai oleh masyarakat pada umumnya.



Gambar. 3. Pelatihan Pembuatan Produk olahan jamur Tiram

Tabel 1: Bahan dan bumbu pangan olahan jamur tiram (kripik, abon dan nugget)

Kripik jamur	Abon Jamur	Nugget Jamur
Bahan: Jamur tiram (200 gram) Bahan Tepung: Tepung terigu (100 gram) Tepung maizena (50 gram) Tepung beras (50 gram) Garam (1 sdt) ketumbar bubuk (1 sdt) Lada bubuk (1/2 sdt) Baking soda (1/2 sdt, secukupnya) Kaldu bubuk Secukupnya Bumbu halus: Bawang putih 1-2 buah Garam 1 sdt Ketumbar bubuk 1 sdt Kaldu secukupnya Air 100 ml (Astuti dkk, 2019; Nurhayati dkk 2018)	Bahan: Jamur tiram (150 gram) Santan kental (50 ml) Minyak goreng (3 sdm) Merica bubuk (1 sdt) Daun salam (2 lembar) Serai (2 batang) Garam (1 sdt) Penyedap (1/2 sdt) Gula pasir (1 sdt) Bumbu halus: Lengkuas (200 gram) Kunyit (1 ruas jari) Cabai merah keriting (2 buah) Ketumbar bubuk (1 sdt) Bawang Merah (3 siung) Bawang Putih (2 siung) (Astuti dkk, 2019; Fatriani dkk 2019; Puspitasari dkk, 2017)	Bahan: Jamur tiram (250 gram) Wortel (50 gram) Telur (2 butir) Tepung terigu (50 gram) Tepung tapioka 25 gram) Kaldu bubuk secukupnya Minyak goreng (3 sdm) Garam (1 sdt) Bumbu halus: Merica (jika tidak ada lada bubuk) Bawang putih secukupnya Bawang merah secukupnya (Giri dkk, 2020; Purnomo dkk, 2018)

Hasil dan Diskusi

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh ibu-ibu KWT Barokah Mandiri di Rumah Jamur Tiram Jl. Darussalam Handil 6, RT 6 Kelurahan Muara Jawa Tengah Kecamatan Muara Jawa, Kabupaten Kutai Kartanegara, Kalimantan Timur berjalan dengan sukses dan membawa hasil yang positif, dengan tetap mematuhi protokol kesehatan. Program ini berperan penting dalam pemenuhan kebutuhan pangan bergizi bagi keluarga dan masyarakat. Pengenalan informasi serta pengetahuan mengenai budidaya dan pengolahan jamur tiram menggunakan media serbuk gergaji kayu sengon menjadi landasan bagi para ibu, tidak hanya sebagai pengatur konsumsi keluarga tetapi juga sebagai wadah untuk menciptakan usaha mandiri yang mendukung program pemerintah.

Keberhasilan kegiatan pengolahan jamur tiram ini juga sejalan dengan berbagai temuan penelitian di daerah lain, yang menunjukkan potensi besar dari komoditas ini (As dkk, 2021; Huda dkk, 2020; Novra dkk, 2019). Oleh karena itu, transfer informasi dan pengetahuan mengenai budidaya serta pengolahan jamur tiram putih merupakan sebuah solusi strategis. Program ini diharapkan dapat meningkatkan produktivitas dan pada akhirnya mendorong kesejahteraan KWT Barokah Mandiri.



Gambar 4. Hasil Olahan Produk Jamur Tiram setelah pelatihan

Dari segi sumber daya manusia, pengelolaan usaha ini didominasi sepenuhnya oleh kaum perempuan dari KWT Barokah Mandiri di daerah tersebut. Dominasi ini didasari pada

anggapan bahwa mereka lebih telaten dan teliti dalam pengerjaan. Ibu Ismawati bertindak sebagai ketua yang dibantu Lilis, S.Psi. dalam kelompok ini. Menariknya, tidak terdapat tenaga laki-laki yang terlibat langsung dalam operasional, kecuali sebagai supir.

Dalam hal ketersediaan bahan baku, khususnya bibit jamur tiram, “Kelompok Wanita Tani Barokah Mandiri” menanam sendiri lewat baglog dan beberapa juga mendapatkan pasokan dari Dinas Pertanian melalui kelurahan.

Pelatihan pengolahan keripik, abon, dan nugget jamur tiram yang dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa STIKSAM bagi KWT Barokah Mandiri berhasil menciptakan nilai tambah ekonomis yang signifikan dari hasil panen. Sebelumnya, jamur tiram yang dijual dalam bentuk segar memiliki umur simpan yang pendek dan rentan terhadap fluktuasi harga. Melalui diversifikasi produk olahan, kelompok wanita tani ini tidak hanya mampu mengatasi masalah kelebihan produksi dan kerusakan komoditi, tetapi juga memperluas pasar dan meningkatkan margin keuntungan. Produk-produk seperti keripik dan abon memiliki daya tahan yang lebih lama, sehingga dapat dijual kapan saja, bahkan menjadi oleh-oleh khas yang potensial, sedangkan nugget jamur membuka peluang untuk memasuki segmen pasar makanan beku yang sehat.



Gambar 5. Hasil Olahan Produk Jamur Tiram setelah pelatihan Bersama KWT Barokah Mandiri



Di samping aspek ekonomi, pelatihan ini juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan kapasitas dan pengetahuan anggota KWT mengenai prinsip-prinsip pengolahan pangan yang baik dan higienis. Para anggota tidak hanya diajarkan resep, tetapi juga memahami pentingnya sanitasi, pengemasan yang menarik, dan pelabelan yang informatif untuk memenuhi standar keamanan pangan. Pengetahuan ini menjadi modal berharga bagi keberlanjutan usaha, karena produk yang dihasilkan tidak hanya lezat tetapi juga aman untuk dikonsumsi. Selain itu, keterlibatan langsung dalam proses produksi dari awal hingga akhir membangun rasa percaya diri dan kemandirian kelompok dalam mengelola usahanya.

Keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini juga menunjukkan efektivitas model kolaborasi antara perguruan tinggi (STIKSAM) dengan kelompok masyarakat (KWT) dalam menerapkan ilmu pengetahuan untuk memecahkan masalah riil. Dosen dan mahasiswa berperan sebagai fasilitator yang mentransfer ilmu dan teknologi tepat guna, sekaligus mendapatkan pengalaman empiris yang memperkaya wawasan akademis mereka. Sinergi ini menciptakan hubungan yang saling menguntungkan dan berkelanjutan, di mana inovasi dari kampus dapat diimplementasikan langsung di lapangan, sementara umpan balik dari masyarakat dapat menjadi bahan kajian untuk pengembangan penelitian dan kurikulum yang lebih relevan dengan kebutuhan industri pangan lokal.

Untuk pemasaran yang umum adalah menjual langsung jamur tiram, namun setelah pelatihan hasil olahan, baik dalam bentuk siap saji maupun beku (frozen), setiap anggota UMKM menerapkan strategi yang beragam. Metode yang umum digunakan adalah pemasaran digital melalui platform media sosial seperti WhatsApp dan Instagram untuk menawarkan produk kepada jaringan pertemanan dan kerabat (Rahayu dkk, 2018; Ramdhan dkk, 2019). Selain itu, mereka juga menjual produk secara langsung dengan menitipkannya di sentra-sentra UMKM atau berpartisipasi dalam acara-acara yang diselenggarakan pemerintah kabupaten/ kota, maupun Provinsi Kalimantan Timur.

Kesimpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat, permasalahan utama yang dihadapi oleh mitra UMKM "Kelompok Wanita Tani Barokah Mandiri" telah berhasil diatasi. Permasalahan tersebut adalah kurangnya pengetahuan dan informasi masyarakat mengenai berbagai



macam varian olahan dari Jamur Tiram, khususnya mengenai metode pengolahan dan bentuk produk akhirnya. Melalui program ini, cara pembuatan serta diversifikasi produk olahan seperti kripik jamur, abon jamur dan nugget jamur telah berhasil diperkenalkan dan disosialisasikan. Dengan demikian, kendala utama mitra dalam mengembangkan usaha berbasis jamur tiram dapat terselesaikan.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih disampaikan atas Hibah pengabdian masyarakat kepada Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Nomer kontrak induk 128/C3/DT.05.00/PM/2025 28 Mei 2025, LLDIKTI XI Kalimantan nomer kontrak: 109/LL11/KM/2025 tanggal 2 Juni 2025.

Daftar Pustaka

Ahmad, M., & Baba, W. N. (2015). *Textural and micro-structural properties of oyster ;mushroom (Pleurotus sajor-caju) as affected by different processing conditions*. In Engineering Interventions in Foods and Plants (pp. 145-156). CRC Press.

Aini, N., Yusuf, M., & Fibrianto, K. (2019). *Physicochemical and sensory characteristics of abon from oyster mushroom (Pleurotus ostreatus) with variations of frying oil and coconut milk concentration*. Current Research in Nutrition and Food Science Journal, 7(3), 662–672. <https://doi.org/10.12944/CRNFSJ.7.3.05>

AS, W., & Ayu, C. (2021). *Pemberdayaan masyarakat melalui pengembangan agribisnis jamur tiram pada lahan pekarangan di Desa Karang Baru Lombok Timur*. Jurnal Ilmiah Abdi Mas TPB Unram, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.29303/amtpb.v3i1.70>

Astuti, S. P., Sukarman, A., Putri, C. M., Juardi, M. R., & Hamdi, M. S. N. (2019). *Pelatihan pengolahan jamur tiram menjadi produk (abon dan kripik) yang bergizi dan bernilai ekonomi tinggi sebagai upaya peningkatan pendapatan masyarakat di Desa Tanjung Gunung Kelurahan Gerung Selatan*. Jurnal Ilmiah Abdi Mas TPB Unram, 1(2), 44–50. <https://doi.org/10.29303/amtpb.v1i2.22>

Fatriani, F., Nurminah, M., & Nainggolan, R. (2019). *Characteristics of nugget from oyster mushroom (Pleurotus ostreatus) and catfish (Pangasius hypophthalmus) with addition of*



tapioca flour. IOP Conference Series: Earth and Environmental Science, 260(1), 012120. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/260/1/012120>

Giri, A., & Sharma, R. K. (2020). *Edible mushrooms: Nutritional value and novel formulations for the development of functional foods*. In A. M. Grumezescu & A. M. Holban (Eds.), *Functional and Preservative Properties of Phytochemicals* (pp. 267–294). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818593-3.00008-4>

Huda, N., Putri, W. D., & Dewi, R. (2020). *The effect of oyster mushroom (Pleurotus ostreatus) substitution on the physicochemical and sensory properties of chicken nugget*. Journal of Physics: Conference Series, 1477(5), 052016. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1477/5/052016>

Mattila, P., Könkö, K., Euroola, M., Pihlava, J. M., Astola, J., Vahteristo, L., ... & Piironen, V. (2001). *Contents of vitamins, mineral elements, and some phenolic compounds in cultivated mushrooms*. Journal of Agricultural and Food Chemistry, 49(5), 2343–2348. <https://doi.org/10.1021/jf001525d>

Nasution, J. (2016). *Kandungan karbohidrat dan protein jamur tiram (Pleurotus ostreatus) pada media tanam serbuk kayu kemiri (Aleurites moluccana) dan serbuk kayu campuran*. Jurnal Eksakta, 16(1), 1–10.

Novra, A., Andayani, J., & Sulaksana, I. (2019). *Penguatan daya tahan ekonomi rumah tangga pelaku industri batubata rakyat melalui usaha budidaya jamur tiram*. Jurnal Abdimas Mahakam, 3(2), 120–129. <https://doi.org/10.24903/jam.v3i2.497>

Nurhayati, N., Supriyadi, S., & Swastawati, F. (2018). *Karakteristik keripik jamur tiram (Pleurotus ostreatus) dengan variasi konsentrasi tepung maizena dan suhu penggorengan*. Jurnal Teknologi Hasil Perikanan, 7(1), 1–12.

Purnomo, H., & Rahayu, S. S. (2018). *Formulasi nugget jamur tiram (Pleurotus ostreatus) dengan penambahan tepung tempe: Kajian sifat kimia, fisik, dan organoleptik*. Jurnal Teknologi Hasil Pertanian, 11(2), 65–75.

Puspitasari, E., & Nurhartadi, E. (2017). *Optimasi formulasi abon jamur tiram putih (Pleurotus ostreatus) dan tahu terhadap karakteristik sensori*. Jurnal Teknologi Pangan, 11(1), 1–8.

Rahayu, S., & Santoso, U. (2018). *The quality of shredded oyster mushroom (Pleurotus ostreatus) product: The effect of different drying methods and storage conditions*. International Food Research Journal, 25(5), 2145–2152.



Ramdhan, T. W., & Kholid, M. (2019). *Pengolahan limbah kulit rambutan menjadi produk minuman dalam meningkatkan perekonomian masyarakat Desa Rong Durin Kabupaten Bangkalan*. As-Sidanah: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1(1), 96–102.

Reis, F. S., Martins, A., Vasconcelos, M. H., Morales, P., & Ferreira, I. C. (2017). *Functional foods based on extracts or compounds derived from mushrooms*. Trends in Food Science & Technology, 66, 48–62. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2017.05.010>

Sari, D. P., Lestari, S. D., & Afandi, M. (2021). *The effect of different types of flour and frying time on the physical and sensory characteristics of oyster mushroom (Pleurotus ostreatus) chips*. Food Research, 5(2), 456–463.

Saryanti, I. G. A. D. (2017). *Perancangan aplikasi notifikasi pembuatan baglog jamur tiram*. Techno.Com, 16(1), 1–10. <https://doi.org/10.33633/tc.v16i1.1321>

Widyastuti, N. (2019). *Pengolahan jamur tiram (Pleurotus ostreatus) sebagai alternatif pemenuhan nutrisi*. Jurnal Sains Dan Teknologi Indonesia, 15(3), 210–216. <https://doi.org/10.29122/jsti.v15i3.3391>



IMPLEMENTASI PELATIHAN AROMATERAPI ROLL-ON DAN SERUM HERBAL BERSAMA STIKES ISFI BANJARMASIN, PT NATURINDO FRESH, DAN CV NATURONAL CREATAMA INDONESIA

Kintoko^{1*}

^{1*}Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
Email : kintoko@pharm.uad.ac.id

Hardi Astuti Witasari²

²Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
Email : hardi.witasari@pharm.uad.ac.id

Yusron Umar³

³Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
Email : 2508062139@webmail.uad.ac.id

Erna Prihandiwati⁴

⁴Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ISFI,
Banjarmasin
Email : apt.erna@stikes-isfi.ac.id

Yugo Susanto⁵

⁵Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ISFI,
Banjarmasin
Email : apt.yugo@stikes-isfi.ac.id

Article History:

Received: 2025-12-29

Revised: 2026-01-15

Accepted: 2026-01-29

Abstract: *Aromatherapy training is an empowerment strategy designed to introduce safe and rational use of essential oils. This activity was conducted through collaboration between STIKES ISFI Banjarmasin as the academic partner, PT Naturindo Fresh as the training venue and herbal garden facility, and CV Naturonal Creatama Indonesia as the implementing entity. The training aimed to increase participants' knowledge and skills on aromatherapy foundations, essential oil safety, blending techniques, and product formulation in the form of roll-on and herbal serum. Using a one-group pretest–posttest design, participants joined theoretical sessions, herbal garden tours, factory production observations, and practical formulation activities. The results showed a significant increase in knowledge, ranging from 92–96% across all evaluated*



Keywords : *Aromatherapy, Collaboration, Essential Oil, Health Education.*

components. The program effectively enhanced practical formulation skills and provided potential opportunities for small-scale entrepreneurship in aromatherapy-based products.

Riwayat Artikel :

Diajukan : 29-12-2025

Diperbaiki : 15-01-2026

Diterima : 29-01-2026

Abstrak: Pelatihan aromaterapi merupakan strategi pemberdayaan yang dirancang untuk memperkenalkan penggunaan minyak esensial yang aman dan rasional. Kegiatan ini dilakukan melalui kolaborasi antara STIKES ISFI Banjarmasin sebagai mitra akademik, PT Naturindo Fresh sebagai tempat pelatihan dan fasilitas kebun herbal, serta CV Naturonal Creatama Indonesia sebagai entitas pelaksana. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta tentang dasar-dasar aromaterapi, keamanan minyak esensial, teknik pencampuran, dan formulasi produk dalam bentuk roll-on dan serum herbal. Dengan menggunakan desain pretest-posttest satu kelompok, peserta mengikuti sesi teori, tur kebun herbal, observasi produksi pabrik, dan kegiatan formulasi praktis. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, berkisar antara 92–96% di seluruh komponen yang dievaluasi. Program ini secara efektif meningkatkan keterampilan formulasi praktis dan memberikan peluang potensial untuk kewirausahaan skala kecil dalam produk berbasis aromaterapi.

Kata kunci: Aromaterapi, Kolaborasi, Minyak Esensial, Pendidikan Kesehatan.

Pendahuluan

Aromaterapi kini telah diakui sebagai pendekatan kesehatan holistik secara luas dan menjadi salah satu bentuk terapi komplementer yang sangat efektif dalam menunjang kesehatan manusia secara menyeluruh. Prinsip kerja utamanya terletak pada stimulasi reseptor olfaktori pada hidung yang terhubung langsung dengan sistem limbik di otak, sebuah pusat kendali emosi, memori, dan perilaku. Melalui proses neurobiologis ini, paparan aroma tertentu mampu memicu respons tubuh untuk menghasilkan efek relaksasi yang mendalam,



mereduksi tingkat stres, serta memberikan stimulasi positif terhadap perbaikan fungsi psikologis maupun fisiologis (Azzahra, 2018). Di Indonesia, fenomena ini tercermin dari pergeseran gaya hidup masyarakat modern yang mulai meninggalkan produk kimia sintetis dan beralih ke produk-produk berbasis *natural wellness*.

Relevansi aromaterapi didukung kuat oleh berbagai literatur ilmiah dalam negeri yang memvalidasi manfaat spesifik dari berbagai jenis minyak atsiri (*essential oil*). Sebagai contoh, varian lavender telah terbukti secara klinis memiliki kemampuan dalam menurunkan tingkat kecemasan (*anxiety*) secara signifikan sekaligus menghadirkan ketenangan batin (Taramun, 2024). Bahkan, intervensi menggunakan lavender juga ditemukan efektif dalam memperbaiki kualitas tidur pada kelompok lansia yang sering mengalami gangguan insomnia (Ambarwati, 2025). Tidak hanya lavender, minyak peppermint juga menunjukkan hasil positif bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan konsentrasi dan meredakan kelelahan kerja (Irawati, 2022). Sementara itu, penggunaan minyak eucalyptus diketahui mampu membantu relaksasi otot serta meningkatkan kedalaman tidur (Lestari, 2021). Rangkaian data ini mempertegas bahwa manfaat aromaterapi bukanlah sekadar sugesti, melainkan memiliki dasar ilmiah yang kuat untuk menjawab tantangan kesehatan di era modern.

Meskipun antusiasme masyarakat terhadap aromaterapi terus melonjak, realita di lapangan menunjukkan bahwa tingkat literasi mengenai penggunaan minyak atsiri secara aman masih tergolong minim. Masih banyak konsumen maupun praktisi pemula yang mengabaikan prosedur keamanan dasar, seperti teknik pengenceran (*diluting*), penentuan ambang batas konsentrasi yang aman, pemilihan minyak pembawa (*carrier oil*) yang tepat, hingga risiko serius iritasi kulit atau dermatitis kontak jika minyak atsiri digunakan secara langsung tanpa perantara (Azzahra, 2018). Di sisi lain, celah antara tingginya permintaan pasar terhadap produk praktis, seperti roll-on aromaterapi dan serum herbal dengan keterbatasan edukasi ini sebenarnya merupakan sebuah peluang bisnis yang sangat menjanjikan bagi mereka yang memiliki kompetensi teknis.

Menanggapi kebutuhan akan edukasi dan keterampilan praktis tersebut, STIKES ISFI Banjarmasin menjalin kolaborasi strategis dengan sektor industri, yaitu PT Naturindo Fresh dan CV Naturonal Creatama Indonesia. Kemitraan ini melahirkan sebuah program pelatihan



aromaterapi komprehensif yang dirancang untuk menjembatani teori akademis dengan praktik industri. Peserta tidak hanya dibekali dengan penyuluhan teori secara mendalam, tetapi juga diajak melakukan observasi langsung ke kebun herbal serta melihat proses produksi berskala industri di pabrik PT Naturindo Fresh. Puncak dari pelatihan ini adalah sesi praktik formulasi mandiri, di mana peserta diajarkan meracik produk roll-on dan serum herbal secara presisi. Melalui pendekatan ini, diharapkan para peserta mampu meningkatkan keterampilan teknis, memperluas literasi keamanan penggunaan aromaterapi, serta memahami ekosistem industri herbal secara utuh untuk pengembangan kemandirian ekonomi.

Metode

Kegiatan pengabdian dan pelatihan ini diimplementasikan dengan menggunakan desain penelitian *one-group pretest-posttest*. Pendekatan ini dipilih untuk memantau perkembangan kompetensi peserta secara linier tanpa melibatkan kelompok kontrol atau pembandingan eksternal. Penentuan subjek penelitian dilakukan melalui teknik *total sampling*, di mana seluruh individu yang terdaftar sebagai peserta pelatihan secara otomatis dilibatkan sebagai responden. Lokasi kegiatan dipusatkan di fasilitas milik PT Naturindo Fresh yang tidak hanya menyediakan ruang pertemuan representatif untuk sesi teori, tetapi juga akses langsung ke area perkebunan herbal yang menjadi laboratorium alam bagi para peserta selama observasi lapangan berlangsung.

Alur pelatihan ini disusun secara sistematis ke dalam tiga fase utama. Fase pertama berfokus pada penguatan fondasi teoretis yang dipandu langsung oleh tim akademisi dari STIKES ISFI Banjarmasin dengan berpedoman pada modul resmi pelatihan aromaterapi yang telah disusun secara komprehensif, peserta diberikan pemahaman mendalam mengenai konsep dasar aromaterapi dari perspektif kesehatan. Materi esensial yang disampaikan meliputi klasifikasi berbagai jenis *essential oil*, standar keamanan penggunaan yang ketat, terutama mengenai rasio pengenceran dengan *carrier oil* untuk mencegah iritasi hingga teknik *blending* yang artistik namun saintifik. Peserta diajarkan cara menyusun piramida aroma dengan memahami karakteristik *top note* yang bersifat volatil, *middle note* sebagai inti



aroma, hingga *base note* yang berfungsi sebagai pengikat (*fixative*). Tahapan ini sangat krusial agar peserta memiliki landasan ilmiah yang kuat sebelum menyentuh aspek produksi.

Memasuki tahap kedua, kegiatan dilanjutkan dengan *tour* edukasi tanaman herbal di kawasan kebun PT Naturindo Fresh. Sesi ini dirancang sebagai jembatan antara teori botani dan realitas fisik tanaman. Peserta diberikan kesempatan langka untuk berinteraksi langsung, menyentuh, dan menghirup aroma asli dari berbagai koleksi tanaman aromatik, mulai dari *rosemary*, sereh wangi, *mint*, *eucalyptus*, hingga lavender dan aneka rimpang herbal khas nusantara. Melalui observasi langsung ini, peserta diharapkan mampu mengenali karakteristik fisik tanaman penghasil minyak atsiri sekaligus memahami potensi kekayaan lokal sebagai bahan baku industri. Selain itu, sesi ini juga bertujuan mengasah kepekaan penciuman peserta agar dapat membedakan profil aroma tanaman segar dibandingkan dengan minyak esensial hasil proses distilasi yang lebih konsentrat.

Puncak dari rangkaian kegiatan ini adalah fase ketiga, yaitu praktik formulasi produk aromaterapi. Pada tahap ini, peserta ditantang untuk mentransformasikan pengetahuan mereka ke dalam bentuk produk fisik, yakni *roll-on* aromaterapi dan serum herbal-aromaterapi.

Guna mendapatkan gambaran yang objektif mengenai keberhasilan transfer pengetahuan, dilakukan mekanisme evaluasi ganda melalui *pretest* di awal sesi dan *posttest* di penghujung kegiatan. Instrumen penilaian yang digunakan mencakup parameter-parameter kunci, seperti pemahaman dasar aromaterapi, prosedur keamanan penggunaan minyak atsiri, kemahiran teknik pencampuran (*blending*), serta penguasaan dasar-dasar formulasi kimia sederhana. Data yang terkumpul dari kedua tes tersebut kemudian diolah menggunakan teknik analisis deskriptif. Hasil analisis ini berfungsi untuk memetakan sejauh mana peningkatan pengetahuan dan keterampilan teknis yang dicapai oleh peserta setelah melewati seluruh rangkaian pelatihan yang komprehensif tersebut.



Hasil dan Diskusi

1. Analisis Capaian Pengetahuan Melalui Evaluasi *Pre-Test* dan *Post-Test*

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan secara objektif, ditemukan adanya lonjakan pemahaman yang sangat signifikan pada seluruh parameter kompetensi yang diujikan kepada peserta. Data awal menunjukkan bahwa sebelum intervensi dilakukan, mayoritas peserta memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai fundamen aromaterapi, prosedur keamanan penggunaan minyak atsiri, hingga metodologi pencampuran aroma yang sesuai standar. Namun, setelah melewati rangkaian kegiatan yang bersifat holistik mulai dari pendalaman teori di kelas, observasi botani di kebun herbal, hingga pengalaman praktis di laboratorium formulasi, skor pengetahuan peserta mengalami eskalasi yang impresif hingga mencapai rentang 92% hingga 96%.

Peningkatan drastis ini mengonfirmasi bahwa integrasi antara metode ceramah teoretis dengan pengalaman sensorik dan motorik mampu mengoptimalkan penyerapan informasi. Pola peningkatan kompetensi ini sejalan dengan studi preseden pada artikel Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Slondok Nutriherba, yang menegaskan bahwa model pendidikan berbasis praktik langsung (*hands-on learning*) jauh lebih efektif dalam mendongkrak kemampuan teknis dibandingkan metode konvensional yang bersifat satu arah.

Berikut adalah rincian data komparatif nilai rata-rata peserta sebelum dan sesudah pelatihan:

Aspek Penilaian		Pre-Test	Post-Test	Persentase Peningkatan
Pemahaman Aromaterapi	Fundamental	32%	94%	62%
Keamanan <i>essensial oil</i>		28%	92%	64%
Kemahiran Pencampuran (<i>Blending</i>)	Teknik	25%	93%	68%
Penguasaan dan serum	Formulasi <i>roll-on</i>	20%	96%	76%



2. Evaluasi Fisik dan Karakteristik Produk Hasil Pelatihan

Kegiatan praktik formulasi ini berhasil mentransformasikan pemahaman peserta menjadi produk fisik yang berkualitas. Seluruh responden mampu memproduksi dua jenis sediaan aromaterapi secara mandiri dengan hasil yang memenuhi standar parameter estetika dan fungsional.

A. Produk *Roll-On* Aromaterapi Relaksasi: Sediaan *roll-on* yang dihasilkan oleh peserta menunjukkan karakteristik aroma yang stabil dan konsisten. Secara tekstur, produk ini memiliki viskositas yang ringan sehingga nyaman saat diaplikasikan ke kulit tanpa meninggalkan residu lengket. Hasil uji organoleptik sederhana menunjukkan bahwa sinergi antara minyak *rosemary*, *peppermint*, dan *lemon* yang diracik berdasarkan panduan modul mampu menghadirkan efek aromatik yang menyegarkan sekaligus menenangkan. Keberhasilan dalam mempertahankan stabilitas aroma ini merupakan indikator kuat bahwa peserta telah menguasai teknik *blending* dengan rasio yang presisi, serta memahami interaksi antar komponen minyak atsiri.

B. Produk Serum Herbal-Aromaterapi: Peserta berhasil menciptakan produk dengan tekstur yang lembut, homogen, serta memiliki daya serap (*skin penetrability*) yang sangat baik pada permukaan kulit. Perpaduan antara minyak melati (*jasmine*) yang bersifat menenangkan dengan minyak lemon yang menyegarkan menciptakan profil aroma yang harmonis. Keberhasilan ini membuktikan kemampuan peserta dalam mengintegrasikan bahan base serum dengan essential oil dan carrier oil secara akurat, mengikuti protokol formulasi kosmetik herbal yang aman.

3. Capaian Observasi Lapangan dan Paparan Industri

Melalui kegiatan *tour* edukasi tanaman herbal, peserta mendapatkan pengalaman empiris dalam mengenali berbagai morfologi tanaman aromatik secara langsung di habitat tumbuhnya. Mereka tidak hanya mampu mengidentifikasi spesies tanaman, tetapi juga belajar membedakan profil aroma khas dari setiap bagian tanaman serta memahami prinsip budidaya yang berkelanjutan.

Selanjutnya, kunjungan ke fasilitas produksi pabrik Naturindo memberikan wawasan mendalam mengenai implementasi standar industri. Peserta berkesempatan mengamati alur kerja profesional, mulai dari seleksi ketat bahan baku yang masuk, penerapan standar sanitasi



ruang produksi, teknik ekstraksi yang modern, hingga prosedur pengemasan akhir yang menjamin kualitas produk tetap terjaga sampai ke tangan konsumen. Rangkaian hasil ini secara kolektif menunjukkan bahwa peserta tidak hanya mampu menyerap teori, tetapi juga telah memiliki kesiapan teknis untuk mengaplikasikan formula aromaterapi dengan standar yang tepat dan terukur.

4. Efektivitas Metodologi Pembelajaran Terintegrasi

Lonjakan pemahaman peserta yang sangat impresif pada setiap parameter evaluasi membuktikan secara empiris bahwa metode pelatihan yang mengintegrasikan penyuluhan teoretis, observasi botani melalui *tour* tanaman herbal, serta praktik formulasi langsung merupakan sebuah pendekatan pedagogi yang sangat efektif. Model pembelajaran multimedia dan multidimensi ini memungkinkan peserta untuk tidak hanya mendengar, tetapi juga melihat dan melakukan secara langsung (*learning by doing*). Fenomena keberhasilan ini selaras dengan temuan dalam artikel Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Slondok Nutriherba, yang menegaskan bahwa metode pembelajaran berbasis praktik langsung merupakan strategi paling mumpuni dalam mentransformasikan pengetahuan teknis kepada masyarakat, khususnya dalam pengolahan produk-produk berbasis herbal yang membutuhkan presisi tinggi.

5. Transformasi Literasi Keamanan Penggunaan Minyak Atsiri

Salah satu temuan yang paling krusial dalam pelatihan ini adalah peningkatan drastis pada aspek keamanan penggunaan *essential oil* (EO), yang melonjak tajam dari angka dasar 28% menjadi 92%. Data awal yang sangat rendah tersebut menjadi cerminan nyata dari kondisi literasi masyarakat pada umumnya, yang sering kali menganggap produk alami selalu aman tanpa risiko meskipun digunakan tanpa pengenceran. Fakta ini memperkuat literatur sebelumnya yang menyebutkan bahwa mayoritas pengguna aromaterapi masih memiliki pemahaman yang minim terkait standar keamanan (Pratiwi, 2020). Melalui intervensi pelatihan ini, peserta kini telah menguasai konsep-konsep krusial seperti rasio pengenceran (*dilution rate*), ambang batas konsentrasi aman untuk berbagai jenis kulit, serta urgensi pemilihan *carrier oil* yang tepat sebagai media penghantar minyak atsiri ke jaringan kulit.

6. Proyeksi Dampak Ekonomi dan Pemberdayaan UMKM

Dilihat dari perspektif ekonomi makro dan mikro, penguasaan keterampilan dalam memproduksi *roll-on* dan serum herbal ini membuka cakrawala peluang usaha baru bagi masyarakat. Produk aromaterapi saat ini menempati posisi strategis dalam kategori *natural wellness* yang trennya terus mengalami pertumbuhan positif di pasar domestik. Hal ini sejalan dengan proyeksi laporan dari Kementerian Koperasi dan UMKM (2022) yang mencatat adanya eskalasi permintaan konsumen terhadap produk-produk berbasis herbal alami. Dengan demikian, pelatihan ini bukan sekadar kegiatan edukatif sesaat, melainkan merupakan katalisator atau langkah awal bagi terbentuknya ekosistem UMKM baru berbasis aromaterapi yang mampu meningkatkan kesejahteraan ekonomi masyarakat lokal.

Visualisasi dan dokumentasi rangkaian kegiatan Seluruh rangkaian proses transformasi pengetahuan ini terdokumentasi secara sistematis untuk memberikan gambaran yang utuh mengenai jalannya kegiatan:



Gambar 1. Pemaparan Materi



Gambar 2. Demo Praktik

Gambar 1 dan Gambar 2 mengabadikan sesi pemaparan materi dan demo praktik yang disampaikan secara komprehensif oleh pakar di bidangnya, yaitu Bapak Dr. Kintoko, M.Sc., dan Ibu Apt. Hardi Astuti Witasari, M.Sc.



Gambar 3. Praktik Aromaterapi



Gambar 4. Observasi Kebun Herbal



Gambar 5. Observasi Pabrik

Gambar 3 menyajikan visualisasi antusiasme dan keterlibatan aktif para peserta dalam sesi praktik formulasi. Di sini terlihat bagaimana peserta melakukan pengukuran dan pencampuran *essential oil* dengan penuh ketelitian sesuai dengan formula yang telah ditetapkan.

Gambar 4 dan Gambar 5 memperlihatkan momen edukatif saat peserta melakukan eksplorasi di kebun herbal serta observasi mendalam di fasilitas produksi pabrik PT Naturindo Fresh, yang memberikan wawasan nyata mengenai implementasi standar industri di lapangan.

Kesimpulan

Kolaborasi antara STIKES ISFI Banjarmasin, PT Naturindo Fresh, dan CV Naturonal Creatama Indonesia melalui pelatihan aromaterapi telah berhasil meningkatkan literasi dan keterampilan praktis peserta secara signifikan. Melalui integrasi penyuluhan teori, observasi



lapangan, dan praktik formulasi, peserta kini mampu memproduksi roll-on dan serum herbal yang berkualitas serta aman sesuai standar kesehatan. Selain meningkatkan kompetensi teknis, program ini berhasil membuka wawasan mengenai potensi ekonomi industri herbal, sehingga dapat menjadi model pelatihan kolaboratif yang efektif antara akademisi dan industri untuk mendorong kemandirian UMKM berbasis *natural wellness*.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kami sampaikan kepada STIKES ISFI Banjarmasin atas kerjasama yang terjalin dalam kegiatan kunjungan industri dengan CV. Naturol Creatama Indonesia, semoga kedepannya kita tetap dapat bekerjasama.

Daftar Pustaka

- Azzahra, V., & Zulfa, F. Kajian Pustaka Pemanfaatan Essential Oils Sebagai Produk Aromaterapi. *Jurnal Farmasi dan Kesehatan*. 2018;8(1):12–20.
- Taramun, A., & Siswadi, Y. Efektifitas Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Tingkat Ansietas Pasien Pre Operasi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. 2024;6(1):14–21.
- Ambarwati, S., Puspasari, A., & Kurniasih, R. Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Riset Ilmu Keperawatan*. 2025;10(2):55–63.
- Irawati, A., & Fitriana, L. Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Stres Kerja Pada Tenaga Kesehatan. *Jurnal Keperawatan Rafflesia*. 2022;5(1):22–30.
- Lestari, R., & Anggraini, W. Efektivitas Aromaterapi Eucalyptus Terhadap Kualitas Tidur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2021;4(3):88–96.
- Azzahra, V., & Zulfa, F. Kajian Pustaka Pemanfaatan Essential Oils Sebagai Produk Aromaterapi. *Jurnal Farmasi dan Kesehatan*. 2018;8(1):12–20.
- Pratiwi, R., & Subarnas, A. Review Artikel : Aromaterapi Sebagai Media Relaksasi. *Farmaka*. 2020;18(3):66–75.



EDUKASI PENCEGAHAN DAN PENGELOLAAN ASAM URAT MELALUI POLA MAKAN DAN GAYA HIDUP SEHAT PADA MASYARAKAT

Email : adiamarullah@uam.ac.id

Adinugraha Amarullah¹

¹Universitas Anwar Medika, Sidoarjo

Ivan Charles Seran Klau²

¹Universitas Anwar Medika, Sidoarjo

Yani Ambari³

¹Universitas Anwar Medika, Sidoarjo

Herni Setyawati⁴

¹Universitas Anwar Medika, Sidoarjo

Bella Fevi Aristia⁵

¹Universitas Anwar Medika, Sidoarjo

Yohanes Ardian Kapri Negara⁶

¹Universitas Anwar Medika, Sidoarjo

Article History:

Received: 2025-12-20

Revised: 2026-01-16

Accepted: 2026-01-29

Abstract : *Gout is one of the non-communicable diseases commonly found in the community and is closely associated with dietary patterns and lifestyle. Limited public knowledge regarding risk factors and preventive measures contributes to suboptimal gout management. This community service activity aimed to improve community knowledge on the prevention and management of gout through education on healthy dietary patterns and lifestyle modification. The activity employed a one-group design with health education delivered through interactive lectures, discussions, and educational media, conducted in the Tenggilis Mejoyo area, Surabaya. Knowledge evaluation was carried out using pretest and posttest questionnaires consisting of ten questions assessing understanding of gout, risk factors, high-purine foods, and the role of diet and lifestyle in gout prevention. The results showed an improvement in participants' knowledge after the educational intervention. Prior to the activity, most participants had low (56.3 percent) and moderate (34.4 percent) knowledge levels; following the intervention, the proportion of participants with low knowledge decreased to 18.8 percent, while moderate and*



Keywords : Gout, Health Education, Diet, Healthy Lifestyle, Community Service.

Riwayat Artikel :

Diajukan : 20-12-2025

Diperbaiki : 16-01-2026

Diterima : 29-01-2026

good knowledge levels increased to 53.1 percent and 28.1 percent, respectively. Participants also demonstrated better understanding of high-purine foods, the importance of physical activity, and sustainable gout management. In conclusion, community-based health education is effective as a promotive and preventive approach to improving public knowledge on gout prevention and management.

Abstrak: Asam urat merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak ditemukan di masyarakat dan berkaitan erat dengan pola makan serta gaya hidup. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko dan upaya pencegahan menyebabkan pengelolaan asam urat belum optimal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dan pengelolaan asam urat melalui edukasi pola makan dan gaya hidup sehat. Metode yang digunakan adalah desain satu kelompok dengan pemberian edukasi kesehatan berupa ceramah interaktif, diskusi, dan media edukatif yang dilaksanakan di wilayah Tenggilis Mejoyo, Surabaya. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pretest dan posttest yang terdiri atas sepuluh pertanyaan untuk menilai tingkat pengetahuan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah edukasi, di mana sebelum kegiatan sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan rendah (56,3 persen) dan sedang (34,4 persen), sedangkan setelah edukasi proporsi peserta dengan pengetahuan rendah menurun menjadi 18,8 persen, sementara kategori pengetahuan sedang dan baik meningkat masing-masing menjadi 53,1 persen dan 28,1 persen. Peserta juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai makanan tinggi purin, pentingnya aktivitas fisik, serta pengelolaan asam urat



Kata kunci : Asam Urat, Edukasi Kesehatan, Pola Makan, Gaya Hidup Sehat, Pengabdian

secara berkelanjutan. Dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas efektif sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan pengelolaan asam urat.

Pendahuluan

Asam urat atau gout merupakan salah satu penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia) dan dapat menimbulkan manifestasi klinis berupa nyeri sendi, pembengkakan, kemerahan, serta keterbatasan aktivitas. Asam urat merupakan hasil akhir metabolisme purin yang secara fisiologis diekskresikan melalui ginjal. Ketidakseimbangan antara produksi dan ekskresi asam urat dapat menyebabkan penumpukan kristal monosodium urat pada jaringan sendi dan jaringan lunak, sehingga memicu reaksi inflamasi yang menimbulkan nyeri akut maupun kronis (Dipiro *et al.*, 2020).

Masalah asam urat banyak dijumpai di masyarakat, terutama pada kelompok usia dewasa dan lanjut usia. Peningkatan prevalensi asam urat berkaitan erat dengan perubahan gaya hidup, pola konsumsi makanan tinggi purin, rendahnya aktivitas fisik, serta meningkatnya angka obesitas dan penyakit degeneratif. Konsumsi berlebihan makanan seperti jeroan, daging merah, makanan laut tertentu, serta minuman tinggi fruktosa diketahui berperan dalam meningkatkan kadar asam urat darah. Selain itu, kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol juga dapat memperburuk kondisi hiperurisemia (Brunton *et al.*, 2018).

Di Indonesia, asam urat masih menjadi masalah kesehatan yang sering dianggap sepele oleh masyarakat. Banyak individu yang hanya berfokus pada pengobatan saat nyeri muncul, tanpa memahami pentingnya pencegahan jangka panjang melalui pengaturan pola makan dan gaya hidup sehat. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, makanan yang perlu dibatasi, serta cara pengelolaan nonfarmakologis menyebabkan kekambuhan asam urat sering terjadi dan berdampak pada penurunan kualitas hidup (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Pengelolaan asam urat tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan pendekatan nonfarmakologis yang komprehensif. Modifikasi gaya hidup, seperti pengaturan diet rendah purin, peningkatan konsumsi cairan, aktivitas fisik teratur, serta pengendalian berat badan, merupakan komponen penting dalam pencegahan dan pengendalian asam urat. Edukasi kesehatan menjadi kunci utama agar masyarakat mampu memahami kondisi penyakitnya dan melakukan pengelolaan secara mandiri dan berkelanjutan (Dipiro *et al.*, 2020).

Dalam konteks tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi penting sebagai upaya promotif dan preventif. Melalui edukasi kesehatan yang disampaikan secara



komunikatif dan sesuai dengan kondisi kehidupan sehari-hari masyarakat, informasi mengenai pencegahan dan pengelolaan asam urat dapat lebih mudah dipahami dan diterapkan. Pendekatan edukasi berbasis komunitas juga memungkinkan terjadinya interaksi dua arah, sehingga masyarakat tidak hanya menerima informasi, tetapi juga dapat merefleksikan kebiasaan hidup yang selama ini dijalani (Notoatmodjo, 2018).

Tenggilis Mejoyo dikenal sebagai kawasan perkotaan di Surabaya dengan dinamika masyarakat yang cukup beragam dan ritme hidup yang serba cepat. Dalam kondisi seperti ini, aktivitas fisik kerap tersisih dari prioritas harian. Pilihan konsumsi pun cenderung jatuh pada makanan praktis, yang sayangnya sering kali tinggi purin. Pola tersebut, baik disadari maupun tidak, perlahan membentuk risiko munculnya gangguan asam urat. Dari sini terlihat jelas bahwa masyarakat memerlukan pendekatan edukasi yang tidak berhenti pada anjuran normatif, tetapi benar-benar berangkat dari realitas keseharian dan kebiasaan hidup mereka.

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang menitikberatkan pada edukasi pencegahan dan pengelolaan asam urat, penerapan pola makan seimbang serta gaya hidup sehat diharapkan dapat menjadi jawaban yang relevan. Materi disampaikan dengan bahasa yang lugas, komunikatif, dan dekat dengan pengalaman sehari-hari, sehingga pesan yang dibawa tidak hanya dipahami, tetapi juga terasa bermakna. Harapannya, pemahaman yang terbentuk menjadi lebih utuh, sikap peduli terhadap kesehatan tumbuh secara alami, dan perubahan kebiasaan mulai terjadi, perlahan namun pasti. Dengan langkah-langkah sederhana yang dijalani secara konsisten, risiko kekambuhan dapat ditekan, dan kualitas hidup masyarakat pun bergerak ke arah yang lebih baik.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dengan metode penyuluhan kesehatan yang bersifat promotif dan preventif. Kegiatan dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai pencegahan serta pengelolaan asam urat melalui pola makan dan gaya hidup sehat.

Desain dan Waktu Kegiatan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan dengan desain satu kelompok melalui pemberian edukasi kesehatan. Kegiatan dilakukan dalam satu rangkaian yang meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di wilayah Tenggilis Mejoyo, Surabaya, pada bulan November hingga Desember 2025, sesuai dengan waktu yang telah disepakati bersama dengan mitra masyarakat setempat.

Sasaran Kegiatan



Sasaran kegiatan adalah masyarakat umum di wilayah Tenggilis Mejoyo, Surabaya, khususnya kelompok usia dewasa dan lanjut usia yang berisiko mengalami asam urat. Peserta kegiatan merupakan warga yang bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan edukasi.

Tahapan Pelaksanaan

Tahap persiapan

Tahap persiapan meliputi identifikasi kebutuhan masyarakat terkait pemahaman asam urat, koordinasi dengan perangkat wilayah setempat, penyusunan materi edukasi, serta pembuatan media penyuluhan berupa leaflet dan bahan presentasi. Selain itu, pada tahap ini disusun instrumen evaluasi berupa kuesioner pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta.

Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian pretest kepada peserta untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai asam urat. Selanjutnya dilakukan penyuluhan kesehatan yang mencakup pengertian asam urat, faktor risiko, tanda dan gejala, makanan tinggi purin yang perlu dibatasi, makanan yang dianjurkan, serta penerapan gaya hidup sehat seperti aktivitas fisik dan pengelolaan berat badan. Metode penyampaian materi dilakukan secara ceramah interaktif disertai diskusi dan tanya jawab agar peserta lebih aktif dan mudah memahami materi yang diberikan.

Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan pemberian posttest setelah kegiatan penyuluhan selesai. Evaluasi ini bertujuan untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah menerima edukasi. Selain itu, dilakukan evaluasi secara kualitatif melalui diskusi dan umpan balik peserta terkait pemahaman materi serta kesiapan dalam menerapkan pola hidup sehat untuk mencegah asam urat.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini berupa kuesioner pretest dan posttest yang berisi pertanyaan terkait pengetahuan dasar asam urat, faktor risiko, pola makan, dan gaya hidup sehat. Data dikumpulkan secara langsung dari peserta sebelum dan sesudah kegiatan edukasi.

Analisis Data

Data hasil pretest dan posttest dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah kegiatan edukasi. Hasil analisis disajikan dalam bentuk narasi dan tabel untuk memberikan gambaran capaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Hasil dan Diskusi



Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema edukasi pencegahan dan pengelolaan asam urat melalui pola makan dan gaya hidup sehat telah dilaksanakan di wilayah Tenggilis Mejoyo, Surabaya. Kegiatan ini diikuti oleh 32 peserta yang merupakan masyarakat usia dewasa hingga lanjut usia dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang telah direncanakan.

Karakteristik Peserta

Peserta kegiatan terdiri dari 14 orang laki-laki dan 18 orang perempuan. Berdasarkan kelompok usia, sebanyak 9 peserta berada pada rentang usia 30–45 tahun, 15 peserta berusia 46–60 tahun, dan 8 peserta berusia di atas 60 tahun. Sebagian besar peserta mengaku pernah mengalami keluhan nyeri sendi, terutama pada kaki dan lutut, serta memiliki kekhawatiran terkait asam urat.

Hasil Evaluasi Pengetahuan

Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan menggunakan kuesioner pretest dan posttest yang berisi sepuluh pertanyaan mengenai pengertian asam urat, faktor risiko, makanan tinggi purin, serta peran pola makan dan gaya hidup sehat dalam pencegahan asam urat. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah hingga sedang. Sebanyak 18 peserta berada pada kategori pengetahuan rendah, 11 peserta pada kategori sedang, dan hanya 3 peserta yang memiliki pengetahuan baik.

Setelah dilakukan kegiatan edukasi, hasil posttest menunjukkan adanya perubahan distribusi tingkat pengetahuan peserta. Jumlah peserta dengan kategori pengetahuan rendah menurun menjadi 6 orang, sementara peserta dengan pengetahuan sedang meningkat menjadi 17 orang dan kategori pengetahuan baik menjadi 9 orang. Hasil ini menunjukkan bahwa setelah mengikuti kegiatan edukasi, peserta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai asam urat dan upaya pencegahannya. Secara rinci, distribusi tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi disajikan pada Tabel 1.

Tingkat Pengetahuan	Pretest n (%)	Posttest n (%)
Rendah	18 (56,3)	6 (18,8)
Sedang	11 (34,4)	17 (53,1)
Baik	3 (9,3)	9 (28,1)
Total	32 (100)	32 (100)

Tabel 1. Hasil Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa jumlah peserta dengan kategori pengetahuan rendah menurun dari 18 orang menjadi 6 orang. Sebaliknya, jumlah peserta dengan pengetahuan sedang dan baik mengalami peningkatan setelah kegiatan edukasi. Temuan ini

menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai asam urat dan upaya pencegahannya.

Hasil Observasi Selama Kegiatan

Selain evaluasi kuantitatif melalui kuesioner, dilakukan pula observasi selama kegiatan berlangsung untuk melihat respons dan keterlibatan peserta. Dokumentasi kegiatan penyuluhan, pelaksanaan pretest, dan posttest disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1 : Kegiatan Penyuluhan, Pretest dan Posttest

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang cukup tinggi, terutama pada sesi diskusi dan tanya jawab. Beberapa peserta aktif menyampaikan pengalaman pribadi terkait kebiasaan konsumsi makanan tertentu dan penggunaan obat asam urat. Topik mengenai makanan tinggi purin dan kebiasaan sehari-hari yang dapat memicu kekambuhan asam urat menjadi bagian yang paling banyak mendapatkan perhatian dari peserta.

Selain itu, peserta mulai menunjukkan pemahaman bahwa pengelolaan asam urat tidak hanya bergantung pada penggunaan obat, tetapi juga memerlukan perubahan pola makan dan gaya hidup sehat. Peserta juga menyampaikan ketertarikan untuk mulai menerapkan pembatasan makanan tinggi purin serta meningkatkan aktivitas fisik ringan dalam kehidupan sehari-hari.



Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dan mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pencegahan dan pengelolaan asam urat melalui pola makan dan gaya hidup sehat.

Diskusi

Pelaksanaan edukasi pencegahan dan pengelolaan asam urat di Tenggilis Mejoyo menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas yang menekankan informasi praktis tentang pola makan dan gaya hidup dapat diterima oleh peserta. Temuan deskriptif kami pergeseran kategori pengetahuan dari mayoritas “rendah” ke distribusi yang lebih baik setelah intervensi sejalan dengan bukti bahwa intervensi edukasi sederhana (ceramah interaktif, diskusi, leaflet/video) mampu meningkatkan pemahaman pasien/masyarakat mengenai diet dan perilaku pencegahan gout. Beberapa studi pre–post serupa melaporkan perbaikan pengetahuan dan kepatuhan diet setelah intervensi edukasi berbasis audio-visual atau konseling. (Fauzia *et al.*, 2022; Zulianti *et al.*, 2025)

Peran diet dan asupan purin tetap menjadi fokus utama dalam pencegahan dan manajemen asam urat. Bukti nutrisi terbaru menegaskan bahwa konsumsi makanan tinggi purin (mis. jeroan, beberapa ikan laut, kaldu pekat) dan minuman bergula/fruktosa berkaitan dengan peningkatan risiko hiperurisemia dan gout; oleh karena itu, edukasi yang menargetkan pengurangan konsumsi makanan berpurin tinggi serta promosi pola makan yang kaya sayur, buah, produk susu rendah lemak, dan pola makan seperti DASH atau Mediterranean merupakan strategi yang beralasan secara ilmiah. (Cicero *et al.*, 2021; Li *et al.*, 2018; Mikuls, 2022)

Selain diet, modifikasi gaya hidup lain seperti pengendalian berat badan dan aktivitas fisik juga krusial. Analisis kohort besar memperkirakan bahwa modifikasi faktor risiko yang dapat dimodifikasi (termasuk obesitas) berpotensi mencegah proporsi signifikan kasus gout baru pada populasi pria; ini menegaskan bahwa edukasi yang memasukkan pesan penurunan berat badan yang aman dan peningkatan aktivitas fisik relevan sebagai upaya pencegahan primer. Dalam konteks pengabdian, memasukkan saran praktis (mis. jalan kaki rutin, pengurangan porsi makanan tinggi purin) lebih mungkin diikuti dibandingkan pesan yang abstrak. (Choi *et al.*, 2020; Cicero *et al.*, 2021; Dalbeth *et al.*, 2021)

Terkait efektivitas diet rendah purin terhadap outcome biokimia, studi observasional dan intervensi menunjukkan respons beragam pada kadar asam urat; beberapa subkelompok pasien memang menunjukkan penurunan kadar urat setelah pembatasan purin, namun hasilnya bergantung pada kepatuhan diet, status metabolik individu, dan kombinasi dengan intervensi lain (mis. pengendalian berat badan). Oleh karena itu, edukasi yang realistis menekankan perubahan bertahap, alternatif makanan lokal rendah purin, serta pentingnya konsultasi medis jika obat diperlukan lebih tepat untuk konteks komunitas. (Choi *et al.*, 2020; Dalbeth *et al.*, 2021; Neogi, 2011)

Pelaksanaan program di lapangan juga menyorot tantangan operasional yang lazim: variasi baseline pengetahuan antar peserta, kebiasaan makan yang dipengaruhi budaya dan



ekonomi, serta keterbatasan waktu untuk intervensi lebih intensif. Literatur yang merekomendasikan strategi manajemen gout menekankan perlunya pendekatan multidimensi kombinasi edukasi, optimalisasi terapi jika perlu, dan tindak lanjut untuk mempertahankan perubahan perilaku agar dampak jangka panjang lebih kuat. Untuk pengabdian berikutnya, penambahan bahan ajar tertulis yang mudah diingat (checklist makanan, contoh menu mingguan), pengulangan edukasi (booster sessions), serta keterlibatan kader atau petugas Puskesmas setempat akan meningkatkan keberlanjutan. (Dalbeth *et al.*, 2021; Neogi, 2011; Stamp *et al.*, 2019)

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi pencegahan dan pengelolaan asam urat di wilayah Tenggilis Mejoyo, Surabaya, menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis komunitas dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dan relevan dengan kebutuhan mereka. Edukasi yang menekankan pemahaman tentang pola makan dan gaya hidup sehat mampu meningkatkan kesadaran masyarakat bahwa pengendalian asam urat tidak hanya bergantung pada pengobatan, tetapi memerlukan perubahan perilaku yang dilakukan secara konsisten. Kegiatan ini berpotensi menjadi upaya promotif dan preventif dalam pengendalian asam urat di masyarakat serta dapat dikembangkan secara berkelanjutan dengan dukungan evaluasi yang lebih terukur pada pelaksanaan berikutnya.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada masyarakat di wilayah Tenggilis Mejoyo, Surabaya, atas partisipasi dan kerja sama selama kegiatan pengabdian berlangsung. Terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu dan mendukung pelaksanaan kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan baik.

Daftar Pustaka

- Abhishek, A. (2021). Gout. *The Lancet*, 397(10287), 1843–1855. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00569-9](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00569-9)
- Borghi, C. (2021). Therapeutic Strategies for the Treatment of Chronic Hyperuricemia: An Evidence-Based Update. *Medicina (Kaunas, Lithuania)*, 57(1). <https://doi.org/10.3390/medicina57010058>
- Brunton, L. L., Hilal-Dandan, R., & Knollmann, B. C. (2018). Goodman & Gilman's: The Pharmacological Basis of Therapeutics (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Dipiro, J. T., Yee, G. C., Posey, L. M., Haines, S. T., Nolin, T. D., & Ellingrod, V. L. (2020). Pharmacotherapy: A Pathophysiologic Approach (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- Islam, N. (2022). DALAM DIET RENDAH PURIN PADA LANSIA DENGAN ARTRITIS GOUT DI



WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEMBANG TANJONG KABUPATEN PIDIE THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION ON KNOWLEDGE IN LOW- PURINE DIETS IN THE ELDERLY WITH GOUTY ARTHRITIS IN THE WORKING AREA OF THE KEMBANG TAN. *Jurnal Sains Riset*, 12(September 2022), 430–436.

Judd, A. (2019). The challenges of managing gout in primary care: Results of a best-practice audit. *Australian Journal of General Practice*, 48(9), 631–637. <https://doi.org/10.31128/AJGP-04-19-4909>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Kemenkes RI.

Lestari, A. (2025). Pengaruh Edukasi Dengan Visual Audio Terhadap Self- Management Pada Penderita Gout Arthritis. *Karya Kesehatan Siwalima*, 4, 7–16.

Li, C. (2018). Dietary factors and risk of gout and hyperuricemia: a meta-analysis and systematic review. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 27(6), 1344–1356. [https://doi.org/10.6133/apjcn.201811_27\(6\).0022](https://doi.org/10.6133/apjcn.201811_27(6).0022)

Mikuls, T. R. (2022). Gout. *New England Journal of Medicine*, 387(20), 1877–1887. <https://doi.org/10.1056/NEJMcp2203385>

Neogi, T. (2011). Clinical practice. Gout. *The New England Journal of Medicine*, 364(5), 443–452. <https://doi.org/10.1056/NEJMcp1001124>

Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta.

Zhang, Y. (2020). Population Impact Attributable to Modifiable Risk Factors for Hyperuricemia. *Arthritis & Rheumatology*, 72(1), 157–165. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/art.41067>



SOSIALISASI PENGGUNAAN ANTIBIOTIK YANG TEPAT DAN DAGUSIBU DI DESA MULAWARMAN KECAMATAN TENGGARONG SEBERANG KABUPATEN KUTAI KARTANEGARA

Email : henny.nurhasnawati@gmail.com

Henny Nurhasnawati¹

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Anadafti Veta²

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Deila Putri Maharani³

²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Herlan Hidayat Putra⁴

³Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Mirna Anjelika Imas⁵

⁴Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Muhamad Alif Ramadhan Pratama⁶

⁵Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Rolita⁷

⁶Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Stefania Maria Mercindy⁸

⁷Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Article History:

Received: 2025-12-21

Revised: 2026-01-16

Accepted: 2026-01-29

Abstract: Antibiotic resistance is a global health threat exacerbated by the low level of public knowledge about the proper use of drugs. This community service activity aims to increase the understanding and knowledge of residents of Mulawarman Village, Tenggarong Seberang District, Kutai Kartanegara regarding the wise use of antibiotics and proper drug management through the socialization of the DAGUSIBU (Get, Use, Save, Dispose) program. The method used was counseling and socialization using PowerPoint media and brochures which was carried out on August 14, 2025, with evaluation of participant understanding using pre-tests and post-tests. The evaluation results showed a significant increase in knowledge, where the average level of participant understanding increased from 45.45% in the pre-test to 54.55% in the post-test. This proves that



Keywords : Antibiotic, DAGUSIBU, Socialization, Community Service, Antibiotic resistance

direct socialization and education are effective in increasing public health literacy as a preventive effort to suppress the rate of antibiotic resistance at the community level.

Riwayat Artikel :

Diajukan : 21-12-2025

Diperbaiki : 16-01-2026

Diterima : 29-01-2026

Abstrak: Resistensi antibiotik merupakan ancaman kesehatan global yang diperparah oleh rendahnya pengetahuan masyarakat tentang penggunaan obat yang tepat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan warga Desa Mulawarman, Kecamatan Tenggarong Seberang, Kutai Kartanegara mengenai penggunaan antibiotik yang bijak dan cara pengelolaan obat yang benar melalui sosialisasi program DAGUSIBU (Dapatkan, Gunakan, Simpan, Buang). Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan sosialisasi dengan media PowerPoint dan brosur yang dilaksanakan pada 14 Agustus 2025, dengan evaluasi pemahaman peserta menggunakan pre-test dan post-test. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, di mana rata-rata tingkat pemahaman peserta naik dari 45,45% pada pre-test menjadi 54,55% pada post-test. Hal ini membuktikan bahwa sosialisasi dan edukasi cukup efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat sebagai upaya preventif untuk menekan laju resistensi antibiotik dari tingkat komunitas.

Kata Kunci : Antibiotik, DAGUSIBU, Sosialisasi, Pengabdian Masyarakat, Resistensi antibiotik

Pendahuluan

Antibiotik merupakan obat yang digunakan untuk pencegahan dan pengobatan infeksi. Infeksi yang timbul akibat dari adanya bakteri. Penyakit infeksi merupakan penyakit yang diakibatkan oleh mikroorganisme sebagai respon tubuh akibat stimulasi dari sistem pertahanan tubuh. Penyebab umum terjadinya infeksi di sebabkan oleh bakteri. Secara umum



tanda adanya penyakit infeksi adalah demam. Persoalan antibiotika terjadi secara global tidak hanya terjadi di Indonesia yang merupakan persoalan yang membutuhkan penyelesaian bersama. Penggunaan antibiotika yang tidak rasional dapat mengakibatkan peningkatan resistensi antibiotik secara signifikan, oleh karena itu penggunaan antibiotik harus bijak dan rasional agar mengurangi beban penyakit, khususnya penyakit infeksi (Mariana, 2019).

Salah satu faktor yang melatar belakangi penggunaan obat yang tidak tepat adalah ketersediaan obat yang sangat banyak. Sering ditemukan bahwa ada banyak orang yang langsung ke apotek membeli obat tanpa pemeriksaan dan resep dokter. Selain itu banyak orang yang menggunakan dosis yang sama berdasarkan pengalaman sebelumnya dengan penyakit serupa (Herawati et al., 2023). Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai penggunaan antibiotik yang benar dan rasional ini dapat mengakibatkan terjadinya resistensi, selain itu dapat menyebabkan peningkatan timbulnya bakteri patogen yang resisten terhadap berbagai obat antibiotik (Wulandari & Rahmawardany, 2022).

Kondisi di Indonesia mencerminkan tren global ini dengan tingkat yang mengkhawatirkan. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan prevalensi yang signifikan dalam penyimpanan dan penggunaan antibiotik di rumah tangga, di mana sebagian besar diperoleh tanpa resep dokter (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hal ini didukung oleh berbagai studi lokal yang mengonfirmasi tingginya angka swamedikasi antibiotik di berbagai kalangan masyarakat Indonesia, yang sering kali didasari oleh asumsi yang salah bahwa antibiotik adalah "obat dewa" untuk segala jenis penyakit (Puspitasari, Sartika, & Rahmawati, 2019).

Ikatan Apoteker Indonesia (IAI) telah menginisiasi sebuah gerakan cerdas yang dikenal dengan akronim "DAGUSIBU" untuk mempermudah pemahaman dan penerapan prinsip penggunaan obat yang benar. DAGUSIBU merupakan singkatan dari DApatkan, GUnakan, Simpan, dan BUang, yang merangkum panduan praktis bagi masyarakat dalam mengelola obat, termasuk antibiotik, secara aman dan bertanggung jawab (Pujiastuti & Kristiani, 2019).

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada "Sosialisasi Penggunaan Antibiotik yang Tepat dan DAGUSIBU" memiliki urgensi dan relevansi yang tinggi. Kegiatan ini dirancang sebagai upaya proaktif untuk menjembatani kesenjangan



pengetahuan di masyarakat, dan memberdayakan individu untuk menjadi agen perubahan dalam memerangi resistensi antibiotik dari tingkat keluarga (Nurhidayah et al., 2025). Melalui penyampaian informasi yang akurat mengenai bahaya resistensi antibiotik, cara kerja antibiotik, dan penerapan prinsip DAGUSIBU dalam kehidupan sehari-hari, diharapkan dapat terbentuk perubahan perilaku yang positif dan berkelanjutan (Zulbayu et al., 2021).

Dusun Karya Harapan Desa Mulawarman berada di Kecamatan Tenggarong Seberang Kabupaten Kutai Kartanegara. Desa ini minim fasilitas kesehatan dan memerlukan penyuluhan kesehatan terutama mengenai obat-obatan. Oleh karena itu, tim pengabdian masyarakat dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda melaksanakan kegiatan sosialisasi ini. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan dan membuang obat yang benar dengan program DAGUSIBU.

Metode

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode Penyuluhan dan Sosialisasi dengan tujuan untuk memberikan pemahaman secara langsung kepada masyarakat. Kegiatan Sosialisasi Penggunaan Antibiotik yang Tepat dan DAGUSIBU ini dilaksanakan di Desa Mulawarman pada tanggal 14 Agustus 2025. Pemberian informasi kepada masyarakat terkait dengan hal-hal yang berhubungan dengan sosialisasi menggunakan media elektronik laptop dan proyektor serta dilakukan dengan media power point dan media cetak brosur atau leaflet.

Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test sebagai dasar penilaian terhadap pemahaman masyarakat terhadap materi yang diberikan. Pemberian pre-test dan post-test dilakukan secara tulisan, sebagai salah satu dokumen hasil pengabdian pada masyarakat. Analisis data dilakukan dengan skoring pada tiap soal pre-test dan post-test, Rata-rata persentase jawaban benar pada semua peserta ditentukan dan dibandingkan antara nilai pre-test dan nilai post-test.

Hasil dan Diskusi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi penggunaan antibiotik yang tepat dan Dagusibu dilaksanakan di Desa Mulawarman Dusun Karya Harapan Kecamatan Tenggarong Seberang, dengan sasaran kegiatan adalah warga masyarakat di desa tersebut. Sosialisasi ini diharapkan dapat membantu masyarakat di desa Mulawarman agar memahami penggunaan antibiotik yang baik dan benar sehingga mengurangi risiko terjadinya resistensi antibiotik. Kegiatan sosialisasi diawali dengan penyampaian materi Sosialisasi Penggunaan Antibiotik yang Tepat yaitu memberikan penjelasan mengenai definisi, jenis, cara penggunaan, efek samping, penyimpanan antibiotik dan menjelaskan bahaya dari resistensi antibiotik melalui media Power point. Adapun foto peserta dan kegiatan sosialisasi ini dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Peserta dan Sosialisasi Penggunaan Antibiotik

Masyarakat ditekankan dalam hal penggunaan dan bahaya antibiotik jika tidak teratur dalam penggunaannya, diharapkan peserta sosialisasi dapat mengetahui dampak penggunaan antibiotik yang tidak tepat seperti penggunaan antibiotik yang tidak dihabiskan, pembelian antibiotik tanpa resep dokter, pengobatan penyakit yang seharusnya tidak memerlukan antibiotik serta pemakaiannya yang tidak patuh atau tidak diminum sampai habis. Hal ini perlu disampaikan karena tingkat resistensi antibiotik dikalangan masyarakat semakin meningkat.



Kegiatan sosialisasi selanjutnya dilakukan melalui penyampaian materi DAGUSIBU menggunakan media Brosur atau Leaflet, dimulai dengan memberikan penjelasan tentang arti dari singkatan DAGUSIBU, tempat membeli obat yang aman yaitu pada fasilitas kefarmasian. Penggolongan obat dibagi menjadi empat, yaitu obat bebas, obat bebas terbatas, obat keras, dan obat narkotika seperti yang tertera pada Gambar 2.



Gambar 2. Brosur atau Leaflet yang digunakan saat sosialisasi

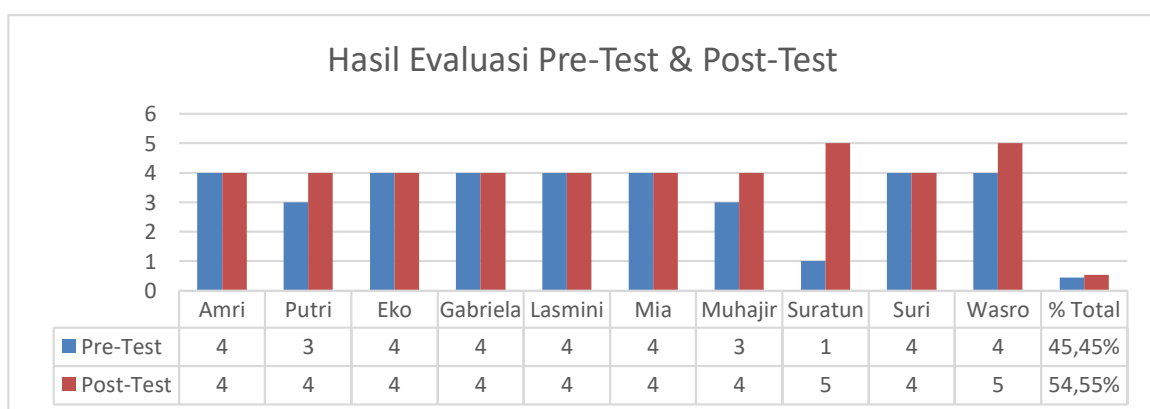
Cara mendapatkan obat dengan benar disosialisasikan kepada masyarakat agar masyarakat dapat memperoleh obat yang tepat di tempat yang tepat. Apotek, puskesmas, dan rumah sakit merupakan sarana kesehatan yang dapat menjamin masyarakat dalam memperoleh obat legal yang tepat sesuai kondisi kesehatannya. Masyarakat juga diberikan informasi tentang penggolongan obat, yaitu obat bebas, obat bebas terbatas, obat keras, dan narkotika. Materi tentang cara mengetahui obat layak pakai mendedukasi masyarakat tentang cara mengetahui waktu kadaluwarsa obat dan cara mengetahui ciri-ciri obat rusak secara fisik. Sebagai contoh, ciri-ciri obat bentuk cair yang sudah tidak layak konsumsi antara lain berubah warna, bau, dan rasa, mengental, mengendap, memisah, mengeras, segel kemasan rusak, dan atau kemasan lembab.

Cara menggunakan obat dengan tepat terkait dengan keberhasilan terapi. Aturan pakai obat, frekuensi penggunaan obat, durasi penggunaan obat, dan cara penggunaan obat sediaan khusus seperti sediaan obat tetes mata, suppositoria, salep mata, tetes hidung, semprot hidung, semprot mulut, dan tetes telinga (Rosita & Sari, 2021). Cara penggunaan obat-obat tersebut penting untuk dijelaskan karena sering terjadi kesalahan cara pemakaiannya disebabkan kurangnya informasi terkait hal tersebut.

Cara menyimpan obat yang salah dapat menyebabkan kerusakan pada obat sehingga masyarakat harus mengetahui cara yang tepat untuk menyimpan masing-masing sediaan. Kondisi dan lama penyimpanan obat dapat mempengaruhi mutu obat. Salah satu kondisi yang berpengaruh adalah suhu penyimpanan.

Cara membuang obat yang benar harus diinformasikan kepada masyarakat. Hal ini karena obat-obat kadaluwarsa dan obat rusak, maupun kemasan obat yang tidak dimusnahkan dengan benar akan dimanfaatkan oleh pihak yang tidak bertanggung jawab sebagai obat palsu dengan mengganti tanggal kadaluwarsa obat. Sebagai contoh, kemasan botol obat dapat dibuang dengan membuang sisa isi obat yang. Diencerkan menggunakan air dan melepaskan label pada kemasan obat untuk mencegah penggunaan kembali.

Kegiatan sosialisasi dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Para peserta yang hadir dalam sosialisasi Penggunaan Antibiotik yang Tepat dan DAGUSIBU sangat antusias dalam mendengarkan penjelasan dan aktif bertanya terkait penggunaan obat, pengelolaan obat, efek samping yang ditimbulkan oleh obat yang sedang dikonsumsi. Kegiatan sosialisasi diakhiri dengan acara pembagian doorprize kepada peserta penyuluhan. Pada Evaluasi hasil kegiatan pengabdian pada masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta sosialisasi terhadap materi Penggunaan Antibiotik yang Tepat dan DAGUSIBU seperti yang tertera pada Gambar 3.



Gambar 3. Grafik Hasil Evaluasi Pre-Test dan Post-Test

Berdasarkan hasil tersebut terlihat bahwa terjadi peningkatan persentase pemahaman peserta pada sosialisasi Penggunaan Antibiotik yang Tepat dan DAGUSIBU. Rata-



rata tingkat pemahaman peserta pada semua soal adalah sebesar 45,45% pada pre-test dan 54.55% pada post-test. Hasil ini memiliki tingkat perbedaan yang signifikan pada nilai hasil pretest dan posttest. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman peserta tentang Penggunaan Antibiotik yang tepat dan DAGUSIBU setelah dilakukan sosialisasi.

Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi mengenai penggunaan antibiotik yang tepat dan DAGUSIBU di Desa Mulawarman berjalan dengan efektif, terbukti dari adanya peningkatan pemahaman peserta secara signifikan. Rata-rata tingkat pemahaman peserta yang diukur melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pemahaman. Hasil ini mengindikasikan bahwa metode edukasi langsung berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya penggunaan antibiotik yang bijak dan pengelolaan obat yang benar untuk mengurangi risiko resistensi antibiotik.

Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda (STIKSAM) dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat STIKSAM, serta seluruh pihak yang telah berkontribusi, memberikan dukungan dan kerja sama dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada masyarakat yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan berjalan lancar, kami berharap semoga kegiatan sosialisasi ini bisa bermanfaat.

Daftar Pustaka

- Herawati, D., Azzahra, D. N., Farhah, H. D., & Hadi, J. C. (2023). Side Effects of Irrational Antibiotic Use in Respiratory Disorders Upper Respiratory Tract Infection. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(2), 445–451.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Mariana N, Indriyati, Widiantri A.D, Taufik M, Wijaya C, Hartono S.T, Wijaya S.O, Firmansyah I. (2019). "Gambaran Kuantitatif Antibiotik Berdasarkan Metode Defined Daily Dose di



- RSPI Sulianti Saroso Pada Januari-Juni 2019. *Pharmaceutical Journal Of Indonesia*, 7(1),37-42.
- Nurhidayah, Pelu, A. D., Djarami, J., & Baktiar, N. H. (2025). Sosialisasi Dagusibu Untuk Meningkatkan Rasionalitas Penggunaan Obat Bagi Masyarakat Desa Boiyauw, Kecamatan Banda Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 6(1), 1451–1455. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v6i1.5499>
- Pujiastuti, A., & Kristiani, M. (2019). Sosialisasi DAGUSIBU (Dapatkan, Gunakan, Simpan, Buang) obat dengan benar pada guru dan karyawan SMA Theresiana I Semarang. *Indonesian Journal of Community Services*.
- Puspitasari, A. D., Sartika, D., & Rahmawati, F. (2019). Analisis Tingkat Pengetahuan Masyarakat Terhadap Penggunaan Antibiotik di Kecamatan Sukmajaya, Depok. *Jurnal Farmasi Sains dan Praktis*, 5(2), 85-92.
- Rosita, M. E., & Sari, E. K. (2021). Pentingnya Masyarakat Mengetahui Tentang Penggunaan Obat Sediaan Khusus. *Epmas: Edukasi Dan Pengabdian Masyarakat*, 1, 29–34.
- Wulandari, A., & Rahmawardany, C. Y. (2022). Perilaku Penggunaan Antibiotik di Masyarakat. *Sainstech Farma Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 15(1), 9–16.
- Zulbayu, L. O. M. A., Nasir, N. H., Awaliyah, N. H., & Juliansyah, R. (2021). Edukasi DAGUSIBU (Dapatkan , Gunakan , Simpan dan Buang) Obat di Desa Puasana, Kecamatan Moramo Utara, Kabupaten Konawe Selatan. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 46–51. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v2i2.29>



PELATIHAN PEMROGRAMAN KOMPUTER DENGAN PENDEKATAN INOVATIF MELALUI INTEGRASI *ENGLISH FOR SPECIFIC PURPOSES (ESP)* PADA MAHASISWA SARJANA TERAPAN MANAJEMEN INFORMASI KESEHATAN STIKES MITRA HUSADA KARANGANYAR

Email : trizmiant0@gmail.com

Trismianto Asmo Sutrisno¹

¹STIKes Mitra Husada Karanganyar

Erna Adita Kusumawati²

² STIKes Mitra Husada Karanganyar

Article History:

Received: 2025-12-20

Revised: 2026-01-16

Accepted: 2026-01-29

Abstract: *Computer programming is one of compulsory courses in the Applied Health Information Management Study Program at STIKes Mitra Husada Karanganyar. The computer programming course consists of Basic Programming and Web Programming. The skills gained from computer programming will greatly support the careers of graduates because medical recorders or coders are required to face an all-electronic work environment, particularly in relation to Electronic Medical Records (EMR). The digital era requires health information management graduates to not only master aspects of health information management itself but also have adequate programming skills. In addition, English language skills, especially in technical contexts (English for Specific Purposes), are crucial for accessing the latest resources, documentation, and trends in the world of global health information technology. This community service activity aimed to improve the computer programming competency of Applied Health Information Management students at STIKes Mitra Husada Karanganyar by using an innovative approach through the integration of English for Specific Purposes (ESP). This issue related to the challenges usually faced by health information management students toward the*



Keywords : *English for Specific Purposes, Health Information Management, Programmer.*

understanding of complex programming concepts and technical jargon in English. This was due to a lack of mastery of English vocabulary, particularly technical terms related to programming languages and instructions that use English. Computer programming training with an innovative approach through the integration of English for Specific Purposes (ESP) for Applied Health Information Management students at STIKes Mitra Husada Karanganyar was conducted through several methods, such as lectures, discussions, and practical exercises. This allowed students to directly apply their acquired English language skills (ESP) to computer programming commands.

Riwayat Artikel :

Diajukan : 20-12-2025

Diperbaiki : 16-01-2026

Diterima : 29-01-2026

Abstrak: Pemrograman komputer adalah mata kuliah wajib tempuh pada Prodi Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan (MIK) STIKes Mitra Husada Karanganyar. Mata Kuliah pemrograman komputer terdiri dari mata kuliah Pemrograman Dasar dan Pemrograman Web. Keahlian yang di dapat dari pemrograman komputer akan sangat menunjang karir lulusan Prodi MIK karena sebagai PMIK dituntut untuk menghadapi lingkungan kerja yang serba elektronik terutama dalam kaitannya dengan Rekam Medis Elektronik (RME). Era digital menuntut lulusan MIK untuk tidak hanya menguasai aspek manajemen informasi kesehatan, tetapi juga memiliki keterampilan pemrograman yang memadai. Selain itu, kemampuan berbahasa Inggris, khususnya dalam konteks teknis (*English for Specific Purposes*), sangat krusial untuk mengakses sumber daya, dokumentasi, dan tren terbaru di dunia teknologi informasi kesehatan global. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi mahasiswa Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan (MIK) STIKes Mitra Husada



Karanganyar dalam bidang pemrograman komputer, dengan pendekatan inovatif melalui integrasi *English for Specific Purposes* (ESP). Hal ini berkaitan dengan mahasiswa MIK yang seringkali menghadapi tantangan dalam memahami konsep pemrograman yang kompleks dan jargon teknis berbahasa Inggris. Hal ini disebabkan karena kurangnya penguasaan terhadap kosakata Bahasa Inggris terutama *technical terms* yang berhubungan dengan Bahasa dan instruksi pemrograman yang menggunakan Bahasa Inggris. Pelatihan pemrograman komputer dengan pendekatan inovatif melalui integrasi *English for Specific Purposes* (ESP) pada Mahasiswa Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan STIKes Mitra Husada Karanganyar dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan praktik. Sehingga mahasiswa dapat langsung mengaplikasikan ilmu bahasa Inggris yang diperoleh (ESP) dalam perintah-perintah pemrograman komputer.

Kata kunci: *English for Specific Purposes*, Manajemen Informasi Kesehatan, *Programmer*

Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi yang pesat telah merambah ke berbagai sektor, termasuk kesehatan. Era digital menuntut setiap profesional, termasuk di bidang manajemen informasi kesehatan, untuk tidak hanya menguasai aspek manajerial dan klinis, tetapi juga literasi digital dan kemampuan teknis, khususnya pemrograman (Kemenkes RI, 2021). Data dan informasi kesehatan yang semakin masif memerlukan pengelolaan yang efisien dan inovatif, seringkali melalui aplikasi berbasis komputer. Oleh karena itu, lulusan Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan (MIK) diharapkan memiliki kompetensi ganda yang mencakup pemahaman sistem informasi kesehatan dan kemampuan untuk berkontribusi dalam pengembangan atau adaptasi solusi teknologi.

Pembelajaran pemrograman seringkali dianggap kompleks dan menantang bagi mahasiswa yang tidak memiliki latar belakang kuat di bidang ilmu komputer. Kurangnya paparan awal atau metode pengajaran yang kurang interaktif dapat menyebabkan rendahnya motivasi dan kesulitan dalam memahami konsep dasar hingga lanjutan. Demikian pula,



penguasaan ESP memerlukan pendekatan yang terfokus pada terminologi dan konteks spesifik bidang. Menggabungkan kedua elemen ini menjadi tantangan tersendiri, di mana mahasiswa perlu dibimbing untuk tidak hanya memahami sintaksis kode, tetapi juga menginternalisasi kosakata teknis Bahasa Inggris yang seringkali menjadi bagian tak terpisahkan dari proses pemrograman dan pemecahan masalah.

STIKes Mitra Husada Karanganyar sebagai institusi pendidikan memiliki peran strategis dalam mencetak tenaga kesehatan yang relevan dengan kebutuhan industri. Mahasiswa Sarjana Terapan MIK merupakan aset potensial yang jika dibekali dengan keterampilan pemrograman dan ESP yang kuat, akan memiliki daya saing lebih tinggi di pasar kerja (Seidlhofer, 2011). Kebutuhan akan pelatihan semacam ini menjadi mendesak mengingat persaingan global dan tuntutan digitalisasi di sektor kesehatan. Adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini akan menjadi nilai tambah bagi institusi dalam memperkaya kurikulum non-formal dan meningkatkan kualitas lulusan yang siap pakai.

Namun secara umum mahasiswa masih mempunyai kemampuan yang kurang dalam penguasaan kosakata (*vocabulary*) terutama yang berkaitan dengan bahasa teknis dan instruksi dalam pemrograman komputer. Selain itu pembelajaran Pemrograman komputer hasilnya kurang optimal karena terkendala penguasaan Bahasa Inggris. Dengan pembelajaran pemrograman yang terintegrasi dengan ESP dapat memudahkan dan mempercepat mahasiswa dalam menguasai materi dan menyelesaikan proyek

Kegiatan pelatihan pemrograman komputer yang diintegrasikan dengan ESP menjadi sangat urgen. Kegiatan ini tidak hanya akan mengatasi kesenjangan kompetensi teknis dan bahasa, tetapi juga akan membekali mahasiswa dengan keterampilan hibrida yang sangat dicari di industri kesehatan modern. Dampak positif yang diharapkan mencakup peningkatan kualitas lulusan MIK STIKes Mitra Husada Karanganyar, peningkatan daya saing mereka di pasar kerja, serta kontribusi nyata perguruan tinggi dalam mendukung pembangunan sumber daya manusia yang adaptif dan inovatif di bidang kesehatan.

Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Pelatihan Pemrograman Komputer dengan Pendekatan Inovatif Melalui Integrasi *English for Specific Purposes* (ESP) pada Mahasiswa Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan STIKes Mitra Husada Karanganyar”.



Metode

Sasaran utama kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah mahasiswa reguler semester V dan VII Prodi Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan STIKes Mitra Husada Karanganyar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan melalui serangkaian tahapan yang terstruktur, mengintegrasikan pelatihan pemrograman komputer dengan penguasaan *English for Specific Purposes* (ESP) secara simultan. Pendekatan ini dirancang untuk memastikan pemahaman konsep teknis dan terminologi Bahasa Inggris yang relevan. Adapun Langkah-langkahnya sebagai berikut:

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap ini berfokus pada perencanaan detail dan logistik untuk memastikan kelancaran kegiatan, yang meliputi penyusunan modul pelatihan, pengadaan sarana dan prasarana, sosialisasi dan pendaftaran peserta, serta pembentukan tim mentor/asisten.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan pemaparan materi dan *brainstorming* Pentingnya Bahasa Inggris bagi Pemrograman, yang meliputi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam pemrograman dan pentingnya pemahaman kosakata bahasa Inggris (*vocabulary*) dalam bahasa pemrograman. Selanjutnya, peserta diberikan penjelasan mengenai *English for Specific Purposes (ESP)* yang meliputi konsep, definisi, *need analysis (English for Programming)*, *technical terms*. Kemudian dilanjutkan dengan penjelasan materi terkait Pemrograman yang meliputi *Looping*, Kondisi (*if, else*), *Aggregate Functions*. Kegiatan dilanjutkan dengan praktik pemrograman oleh mahasiswa, dimana seluruh peserta mengikuti sesi pembuatan program sederhana terkait informasi kesehatan yang menampilkan jumlah seluruh pasien, jumlah psasien berdasarkan kelamin, tarif dokter,



data dokter. Pelaksanaan pelatihan akan dilakukan secara intensif dengan pendekatan interaktif dan praktikum, yang meliputi pembukaan dan pengantar, penyampaian materi dan konsep dasar, praktik, sesi tanya jawab, dan mini proyek/tugas mandiri.

3. Tahap Evaluasi

Tapah evaluasi dilakukan setelah rangkaian kegiatan terlaksana. Evaluasi dilaksanakan secara kualitatif melalui diskusi serta *Q and A*. Evaluasi berfokus pada tingkat pemahaman peserta terhadap materi dan kendala yang dialami selama praktik pemrograman.

Media dan Teknik Evaluasi

Media yang digunakan dalam pelatihan ini meliputi *Power Point* untuk pemaparan materi, laptop, serta komunikasi interaktif antara tim pengabdian dan mahasiswa. Keberhasilan kegiatan dinilai dari partisipasi aktif peserta dan keberhasilan pemrograman yang dirancang, *feedback* positif yang disampaikan oleh peserta.

Hasil dan Diskusi

Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat kepada mahasiswa reguler semester V dan VII Prodi Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan STIKes Mitra Husada Karanganyar dilaksanakan padahari Sabtu tanggal 18 Oktober 2025 yang bertempat di Aula dr. Srijanto Hardjomigoeno STIKes Mitra Husada Karanganyar diikuti oleh 47 mahasiswa yang terdiri dari 27 mahasiswa semester V dan 20 mahasiswa semester VII. Berdasarkan analisis studi dokumen diketahui bahwa rata – rata hasil belajar mahasiswa pada pembelajaran Pemrograman adalah 73,71 dan terdapat 5 mahasiswa (23,8 %) yang masih memerlukan perbaikan nilai.

Kegiatan dilaksanakan dengan secara tatap muka dengan pemberian materi secara bertahap kepada peserta dengan beberapa materi yang terdiri dari *English for Specific Purposes* (ESP) yang meliputi konsep, definisi, tujuan, karakteristik, *language skills, specific vocabulary, language structure, ESP learning strategies, English for computer programming, core language element*; serta materi Teknologi Informasi khususnya pemrograman yang meliputi looping (pengulangan), *if / else* (kondisi), dan *aggregate functions* (fungsi agregat).

Tahap pertama kegiatan diawali dengan identifikasi masalah ketika pembelajaran pemrograman berlangsung serta menegaskan dan memastikan permasalahan serta solusi dengan pendekatan inovatif melalui pelatihan. Kegiatan dibuka oleh pembawa acara dari Himpunan Mahasiswa Manajemen Informasi Kesehatan (HIMAPROMIK) dilanjutkan dengan menyanyikan lagu Kebangsaan Indonesia Raya



Gambar 1. Menyanyikan Lagu Kebangsaan Indonesia Raya

Hasil

Kegiatan selanjutnya yaitu memberikan materi tentang *English for Specific Purposes* (ESP) kepada mahasiswa. Pada kegiatan ini dipaparkan Konsep ESP mengenai pentingnya ESP dalam pemrograman komputer yang diimplementasikan dalam bidang manajemen informasi Kesehatan (Alfehaid, 2011). Selain pemaparan konsep, dipaparkan juga tujuan, karakteristik, *language skills, specific vocabulary, language structure, ESP learning strategies, English for computer programming* dan *core language element*.

Pendekatan inovatif ESP bagi programmer mengkombinasikan konten teknis (*Content-Based Instruction*) dan strategi pengajaran bahasa modern (*Technology-Enhanced Language Learning*) (Yacoub, 2025). Pendekatan inovatif melalui ESP pada bidang pemrograman komputer berfokus pada keterampilan Bahasa (*language skills*) dan elemen Bahasa (*language elements*) (Zulfa et al., 2025). Language skills meliputi membaca, menulis, mendengarkan, dan berbicara berdasarkan need analysis. Kegiatan membaca meliputi latihan memahami jargon, struktur kalimat, dan instruksi dalam bahasa pemrograman computer. Sedangkan kegiatan

menulis, mahasiswa dituntut untuk menuliskan instruksi bahasa pemrograman sesuai dengan tujuan yg diinginkan dengan tepat, sepperti *if* dan *else*. Adapun kegiatan berbicara dan mendengarkan dilakukan secara terintegrasi ketika seseorang mengucapkan perintah pemrograman dengan *pronunciation* yang benar



Gambar 2. Penyampaian Materi ESP

Pendekatan inovatif ESP bagi programmer mengkombinasikan konten teknis (*Content-Based Instruction*) dan strategi pengajaran Bahasa modern (*Technology-Enhanced Language Learning*) (Yacoub, 2025). Pendekatan inovatif melalui ESP pada bidang pemrograman komputer berfokus pada keterampilan Bahasa (*language skills*) dan elemen Bahasa (*language elements*) (Zulfa et al., 2025). *Language skills* meliputi membaca, menulis, mendengarkan, dan berbicara berdasarkan need analysis. Kegiatan membaca meliputi latihan memahami jargon, struktur kalimat, dan instruksi dalam bahasa pemrograman computer. Sedangkan kegiatan menulis, mahasiswa dituntut untuk menuliskan instruksi bahasa pemrograman sesuai dengan tujuan yg diinginkan dengan tepat, sepperti *if* dan *else*. Adapun kegiatan berbicara dan mendengarkan dilakukan secara terintegrasi ketika seseorang mengucapkan perintah pemrograman dengan *pronunciation* yang benar, maka pendengar akan memahami instruksi Bahasa Inggris tersebut kemudian menuliskannya dengan ejaan yang tepat (Indasari, 2024).

Language elements dalam ESP berfokus pada *vocabulary* atau penguasaan kosakata dimana penekanannya disesuaikan dengan konteks profesional spesifik yaitu bahasa

pemrograman komputer. *Language elements* dalam ESP mengajarkan jargon atau terminologi khusus (*Technical Terms*) yang digunakan secara eksklusif dalam bidang pemrograman komputer seperti *algorithm*, *debugging*, *cloud computing*, *looping*, dan sebagainya (Hasan, 2023).

Kegiatan ketiga yaitu pemaparan materi tentang seberapa penting Bahasa Inggris untuk *programmer*. Sebagaimana yang diketahui bersama Bahasa Inggris adalah bahasa utama dalam dunia teknologi dan komputer, terutama dalam konteks teknis mempunyai peran yang krusial (Kusumawati, et al., 2024). Sebagai bahasa universal dalam dunia teknologi dan *programming*, Bahasa Inggris digunakan untuk mengakses informasi, berkomunikasi secara global sehingga menunjang untuk karir.



Gambar 3. Penyampaian Materi Pentingnya Bahasa Inggris untuk *Programmer*

Bahasa Inggris merupakan bahasa dokumentasi dan tutorial. Hampir semua dokumentasi terbaik ditulis dalam Bahasa Inggris, mulai dari *library* dan *framework*. Sebagai contoh, pencarian di Google (*googling*) dengan *keyword* Bahasa Inggris memberikan hasil lebih banyak dan solusi lebih cepat. Selain itu, mayoritas diskusi di *platform developer global* menggunakan Bahasa Inggris, termasuk meminta bantuan dari *programmer* berpengalaman dari seluruh dunia. Bahasa Inggris juga berkontribusi pada proyek *open source* agar dapat saling berkontribusi. Bahasa Inggris merupakan standar global dalam *tools* dan teknologi

pemrograman. Memahami pesan *error* dalam Bahasa Inggris membantu mengidentifikasi masalah lebih cepat.

Sebagai seorang programmer harus mempunyai pengetahuan yang *up to date* terkait dengan kompetensinya sebagai Perekam Medis dan Informasi Kesehatan (PMIK) - (Komkob et al., 2023). Berita teknologi terbaru pertama kali muncul dalam Bahasa Inggris. *Programmer* yang mengikuti *update* terbaru memiliki keunggulan kompetitif di pasar kerja. Bahasa Inggris membuka pintu ke peluang kerja internasional. Banyak perusahaan luar negeri mencari *developer* dari berbagai negara untuk bekerja jarak jauh. *Developer* dengan kemampuan Bahasa Inggris memiliki potensi kesempatan yang lebih luas dan penghasilan yang lebih tinggi. Dengan demikian belajar Bahasa Inggris adalah investasi penting untuk karier *programmer*.

Materi selanjutnya adalah materi pemrograman sekaligus pelatihan pemrograman komputer, dimana mahasiswa langsung mempraktikkan instruksi yang diberikan menggunakan bahasa pemrograman tertentu, seperti pengulangan (*looping*) yang meliputi *while*, *do while*, *for*, dan *foreach*, kondisi (*if*, *else*, *switch*), fungsi agregat (*aggregate functions*) yang meliputi *sum*, *count*, *max*, *min*, *average*.



Gambar 4. Mahasiswa Berpraktik Pemrograman

Dalam konteks Manajemen Informasi Kesehatan (MIK) kemampuan Bahasa Inggris sangat diperlukan untuk memuat suatu program yang berkaitan dengan pelayanan. Mahasiswa akan lebih mudah memahami instruksi pemrograman jika memahami Kesehatan,



seperti menampilkan jumlah seluruh pasien, dengan menggunakan *select count. specific vocabulary* dengan baik (Kusumawati, et al., 2024).

Tahap akhir kegiatan ini yaitu diskusi dan tanya jawab. Peserta banyak yang bertanya tentang materi yang telah diberikan, artinya dari pemaparan materi peserta termotivasi untuk mengeksplorasi secara lebih terkait dengan penguasaan pemrograman secara lebih efektif dan efisien dengan mempunyai pemahaman Bahasa Inggris yang lebih baik dalam instruksi-instruksi pemrograman. Selain itu tim pengabdian masyarakat juga melakukan *brainstorming* dan *sharing ideas* terkait materi. Interaksi juga dilakukan selama pelatihan pemrograman, dimana hasil dari praktik pelatihan pemrograman sesuai dengan hasil *end project*. Hal ini menunjukkan peserta dapat memahami materi dengan baik dan mempraktikkannya secara langsung dengan hasil yang baik pula.

Solusi dalam kegiatan ini adalah melakukan pelatihan pemrograman agar peserta secara langsung dapat mempraktikkan instruksi-instruksi yang diberikan dalam bahasa Inggris dengan tepat sesuai dengan fungsinya serta memberikan *drilling English vocabulary* baik arti dan ucapan (*pronunciation*) sesuai dengan *specific purposes* yaitu *English for computer programming* dengan target luarannya adalah mahasiswa mampu melakukan pemrograman dengan efektif dan efisien melalui pemahaman instruksi bahasa Inggris yang baik dan benar. Selain itu berdasarkan studi dokumen terdapat kenaikan hasil pembelajaran mata kuliah Pemrograman sebesar 2,46 % dengan rata – rata 75,57.

Kesimpulan

Bahasa Inggris merupakan investasi krusial bagi karier programmer dan praktisi Perekam Medis dan Informasi Kesehatan (PMIK) karena kedudukannya sebagai standar global dalam dokumentasi, teknologi, dan platform diskusi internasional. Dengan menguasai Bahasa Inggris, seorang pengembang dapat mengakses solusi teknis lebih cepat, memahami pesan *error* secara akurat, serta berkontribusi dalam proyek *open source* berskala dunia. Selain memastikan pengetahuan tetap mutakhir terhadap tren teknologi terbaru, kemampuan ini juga memberikan keunggulan kompetitif yang signifikan, membuka pintu bagi peluang kerja jarak jauh di perusahaan luar negeri, serta meningkatkan potensi penghasilan melalui jangkauan karier yang lebih luas di pasar global.



Ucapan Terimakasih

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih kepada Ketua STIKes Mitra Husada Karanganyar, LPPM STIKes Mitra Husada Karanganyar, Himpunan Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan (HIMAPROMIK), serta seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pelatihan ini.

Daftar Pustaka

Alfehaid, A. Fahad. (2011). *Developing an ESP Curriculum for Students of Health Sciences through Needs Analysis and Course Evaluation in Saudi Arabia*. In Unpublished Doctoral Thesis (Issue January) University of Leicester, United Kingdom

Hassan. A. et al. (2023). Developing an ESP-Based Language Learning Environment to Help Students Improve Critical Thinking Skills in Written Output. *Information Science Letters: An International Journal*. 12(4): 1131-1140. <https://digitalcommons.aaru.edu.io/isl/vol12/iss4/31>

Indasari, Nur L. et al. (2024). Strategies for Improving ESP Learner's Language Skills. *AtTadrib: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*. 7(1), 41-51. <https://doi.org/10.54069/attadrib.v7i1.719>

Komkob, A. A. et al. (2023). System for Digital Character Recognition, Extraction, and Structuring of Medical Data with the Formation of a Cloud-based Electronic Health Records. *Cardiovascular Therapy and Prevention*. 21(12), 3482-3487. <https://doi.org/10.15829/1728-8800-2022-3482>

Kusumawati et al. (2024). English as a Coding Catalysit: Exploring Its Impact on Basic Programming Learning Outcome in Health Information Management. *UTAMAX*. 6(3): 189-204. <https://doi.org/10.31849/utamax.v6i3.20420>

Yacoub, Eslam Shehata A. (2025). Designing a CLIL Based ESP Curriculum for Computer Science and Engineering Programs at Alamein International University. *International Journal of Curriculum and Instruction*. 17(1): 78-100. <https://ijci.net/index.php/IJCI/article/view/1525>

Zulfa, Puspa et al. (2025). Evaluating the Impact of Project-Based Learning in an ESP Course for IT Students. *Journal of English for Academic and Specific Purposes (JEASP)*. 8(1): 65-78.