

# **PENINGKATAN PEMAHAMAN LANSIA DALAM KONSUMSI OBAT DAN PERAN JAMU SEBAGAI TERAPI KOMPLEMENTER DI DUSUN KRADENAN**

## ***IMPROVING ELDERLY KNOWLEDGE OF MEDICATION USE AND HERBAL MEDICINE ROLE AS COMPLEMENTARY THERAPY IN KRADENAN VILLAGE***

**Farah Widya Kautsari<sup>1\*</sup>, Kiki Rizki Handayani<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi D3 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Madani  
Jl. Wonosari Km. 10 Karanggayam, Sitimulyo, Piyungan, Bantul Yogyakarta Kota, 55792  
Email: farahwidya88@gmail.com 085640437347  
kikirizihandayani@gmail.com 087880070010

\*Corresponding Author

### **Abstrak**

Seiring berjalannya usia, fungsi organ tubuh akan semakin menurun, sehingga pada lansia memiliki risiko penyakit kronis lebih besar. Sebagian masyarakat melakukan pemeriksaan kesehatan dan kontrol rutin ke fasilitas kesehatan, namun ada juga masyarakat yang memilih menggunakan jamu untuk mengatasi permasalahan kesehatan yang dialami. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan agar masyarakat dapat secara bijak dalam mengkonsumsi obat, baik obat tradisional maupun obat sintetis agar tujuan terapi tercapai dan tidak menimbulkan efek yang tidak dikehendaki. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui metode langsung dan tidak langsung. Secara langsung, kegiatan dilakukan dalam bentuk ceramah dengan media *Power Point* dan metode tidak langsung yaitu dengan membagikan *leaflet*. Peserta terdiri dari 33 lansia dan pralansia yang didampingi oleh 8 kader posyandu lansia. Hasil kegiatan dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai manfaat konsumsi obat sesuai anjuran meliputi dosis, frekuensi, aturan pakai serta mengetahui manfaat kepatuhan minum obat serta cara pakai dan manfaat jamu. Dengan demikian, dapat disimpulkan kegiatan ini berkontribusi dalam mengedukasi masyarakat tentang konsumsi minum obat dan peran jamu sebagai terapi komplementer.

**Kata Kunci:** Obat, Jamu, Lansia

### **Abstract**

*As people age, the function of body organs gradually declines, increasing the risk of chronic diseases in the elderly. Some individuals undergo regular health check-ups and monitoring at healthcare facilities, while others choose herbal medicine (jamu) to address their health issues. This community service activity aims to encourage the community to wisely consume medications, both traditional and synthetic, to achieve therapeutic goals without causing undesired side effects. The activities were carried out using both direct and indirect methods. Direct methods included lectures using PowerPoint presentations, while indirect methods involved distributing leaflets. The participants consisted of 33 elderly and pre-elderly individuals, accompanied by 8 elderly Posyandu cadres. The results of the activity improved participants' understanding of the benefits of consuming medication as prescribed, including dosage, frequency, usage guidelines, as well as the importance of medication adherence, proper use, and the benefits of herbal medicine. It can be concluded that this activity contributed to educating the community about medication consumption and the role of herbal medicine as a complementary therapy.*

**Keywords:** Medication, Herbal Medicine, Elderly

## **PENDAHULUAN**

Penyakit kronis umumnya diartikan dengan kondisi yang berlangsung selama satu

tahun atau lebih. Kondisi ini membutuhkan perawatan medis secara terus-menerus dan dapat menghambat aktivitas sehari-hari (CDC, 2024). Berdasarkan data Riskesdas

tahun 2018, prevalensi penyakit kronis seperti hipertensi mencapai 34,11%, diabetes melitus sebesar 8,5%, gout 1,45%, dan hiperkolesterolemia 8,6%. Kondisi ini disebabkan oleh perubahan gaya hidup yang kurang sehat, yang berdampak pada terganggunya aktivitas sehari-hari dan penurunan kualitas hidup (Suharmanto et al., 2024).

Seiring berjalannya usia, fungsi organ tubuh akan semakin menurun, sehingga pada lansia memiliki risiko penyakit kronis lebih besar. Faktor-faktor lain selain usia yang dapat meningkatkan risiko yaitu perilaku keseharian yang kurang baik, seperti merokok, alkohol, nutrisi tidak baik, dan lain sebagainya (Bestari & Wati, 2016).

Untuk mengatasi masalah kesehatan, masyarakat saat ini, masyarakat cenderung lebih memilih menggunakan tanaman herbal (Kautsari & Handayani, 2024). Menurut hasil dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2010, ditemukan bahwa prevalensi penduduk Indonesia di atas 15 tahun yang pernah mengonsumsi obat tradisional sebanyak 59.12%, tersebar di berbagai daerah di Indonesia. Obat tradisional banyak digunakan untuk mencegah penyakit dan mengatasi berbagai keluhan penyakit sebagai obat pendamping maupun obat pengganti (Adiyasa & Meiyaniti, 2021).

Tidak semua obat tradisional benar-benar teruji keamanannya, dan tidak pula semua obat kimia sepenuhnya buruk. Pendapat tersebut sering muncul di tengah masyarakat saat ada perbedaan pandangan mengenai kedua jenis obat tersebut. Pada kenyataannya, obat tradisional dan obat kimia dapat digunakan secara bersamaan. Namun, diperlukan lebih banyak penelitian dan pengembangan untuk mengoptimalkan penggunaannya. Zat aktif dalam obat kimia biasanya lebih cepat diserap tubuh, sementara obat herbal cenderung lebih lambat. Selain itu, obat herbal terkadang dapat berinteraksi dengan obat kimia sehingga menurunkan efektivitasnya (Yuningsih, 2013).

Padukuhan Kradenan terletak di Desa Srimulyo. Terdapat 4 RT dan 275 KK di Padukuhan ini. Berdasarkan data dari Puskesmas Piyungan, sebanyak 1.282 orang (12%) dari penduduk di Kelurahan Srimulyo

yang telah menjalani skrining, 693 (54%) orang di antaranya teridentifikasi berisiko mengalami penyakit kronis.

Program Kesehatan dasar yang berjalan rutin di Dusun Kradenan difasilitasi dengan adanya Posyandu. Posyandu yang terdapat di Dusun Kradenan dikenal sebagai Posyandu Panjang Umur. Berdasarkan wawancara dengan kader lansia, beberapa lansia menderita, Diabetes mellitus, hiperkolesterol, hipertensi, hyperuricemia dan penyakit jantung. Sebagian dari lansia sudah rutin melakukan kontrol ke puskesmas dan minum obat sesuai jadwal. Selain itu, banyak warga yang memiliki kebiasaan mengonsumsi jamu. Oleh karena itu, diperlukan edukasi mengenai pentingnya mengonsumsi obat sesuai anjuran medis serta peran jamu sebagai terapi komplementer untuk mendukung kesehatan masyarakat lansia di Dusun Kradenan.

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman pada lansia tentang konsumsi obat sesuai dengan anjuran dan konsumsi jamu tradisional sebagai terapi komplementer, khususnya pada pasien yang menderita penyakit kronis dan sudah rutin minum obat dari puskesmas.

## METODE

Langkah awal dalam kegiatan ini adalah melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara langsung dengan kader Posyandu Panjang Umur untuk mengetahui karakteristik peserta posyandu, yaitu usia, jenis kelamin, Riwayat penyakit dan kebiasaan lansia.

Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Posyandu Lansia Panjang Umur Dusun Kradenan, pada tanggal 21 September 2024 yang dihadiri oleh 33 orang lansia dan pra lansia dan 8 kader lansia yang ikut berpartisipasi dalam kelancaran kegiatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui metode langsung dan tidak langsung. Secara langsung, kegiatan dilakukan dalam bentuk ceramah dengan media *Power Point* yang membahas mengenai penggunaan obat sesuai anjuran, tata cara konsumsi jamu sebagai terapi komplementer dan pentingnya diskusi dengan dokter dan tenaga kesehatan lain tentang keamanan obat dan jamu yang dikonsumsi.

Sementara itu, metode tidak langsung dilakukan dengan membagikan leaflet sebagai media untuk meningkatkan pemahaman peserta.

Pada akhir kegiatan, dilakukan cek kesehatan gratis untuk membantu para lansia agar lebih menyadari *self management* dalam mengelola penyakit kronis sangat penting.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam rangka meningkatkan pemahaman lansia tentang konsumsi obat sesuai anjuran dan peran jamu sebagai terapi komplementer berjalan dengan lancar. Kegiatan dilakukan pada tanggal 21 September 2024 yang di hadiri oleh peserta posyandu lansia Panjang Umur. Kegiatan diawali dengan pengenalan Tim Pengabdian Masyarakat dan dilanjutkan dengan materi.

Materi yang disampaikan berisi tentang manfaat konsumsi obat sesuai anjuran meliputi dosis, frekuensi, aturan pakai serta manfaat kepatuhan minum obat. Selain itu disampaikan juga mengenai terapi jamu tradisional yang dapat digunakan sebagai terapi komplementer, manfaat jamu, cara konsumsi jamu dengan obat sintetis dan selalu menekankan bahwa konsumsi jamu harus atau persetujuan tenaga Kesehatan.

Setelah materi, dilanjutkan sesi diskusi dan tanya jawab oleh peserta kegiatan. Antusiasme peserta sangat tinggi terlihat dari diskusi yang aktif dan banyaknya pertanyaan yang disampaikan oleh peserta

Peserta yang hadir sebanyak 33 orang lansia dan pra lansia. Karakteristik peserta tergambar pada tabel 1.

**Tabel 1. Tabel karakteristik peserta pengabdian masyarakat**

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil tabel menunjukkan perserta terbanyak yang mengikuti kegiatan adalah pra lansia usia 45-59 tahun. Kesadaran tentang kesehatan dan gaya hidup berkaitan dengan usia. Semakin tua seseorang, biasanya lebih memerhatikan kesehatan. Survei di Jepang menemukan bahwa orang yang berusia 45 tahun ke atas cenderung lebih sadar akan pentingnya gaya hidup sehat atau memiliki kebiasaan hidup yang lebih sehat

dibandingkan dengan mereka yang berusia di bawah 45 tahun (Nagai, 2020).

Berdasarkan jenis kelamin, peserta perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Hal ini dikarenakan lansia di Dusun Kradenan masih banyak yang bekerja sehingga tidak bisa aktif mengikuti kegiatan di Posyandu.

Diakhir kegiatan peserta pengabdian masyarakat melakukan pemeriksaan Kesehatan antara lain cek berat badan tekanan darah, kadar asam urat, kadar gula darah sewaktu dan kolesterol. Hasil pemeriksaan disajikan dalam tabel 2.

**Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Peserta Pengabdian Masyarakat**

Pemeriksaan	Nilai terendah	Nilai tertinggi	Rata-rata
Berat Badan	49,5 kg	69 kg	54,0 kg
Tensi Sistole	112 mmHg	210 mmHg	146,2 mmHg
Tensi Diastole	70 mmHg	95 mmHg	87,3 mmHg
Asam Urat	4,2 mg/dL	9 mg/dL	7,3 mg/dL
Gula Darah Sewaktu	285mg/dL	80 mg/dL	117 mg/dL
Kolesterol	150 mg/dL	255 mg/dL	219 mg/dL

Sumber: Data Primer (2024)

Hasil pemeriksaan Kesehatan menunjukkan status Kesehatan pada tekanan darah 146,2/87,3 mmHg. Menurut JNC VIII tekanan darah > 140/90 mmHg termasuk kategori hipertensi stage 1 dimana harus memerlukan terapi farmakologi (JNC 8, 2014). Rata-rata nilai gula darah sewaktu cukup baik, namun beberapa peserta memiliki Riwayat Diabetes mellitus tipe 2 dengan nilai kadar gula darah lebih dari normal.

Kadar asam urat peserta rata-rata adalah 7,3 mg/dL, Sebagian peserta memiliki nilai kadar asam urat cukup tinggi dengan nilai 9

Karakteristik Peserta	Jumlah	Persentase (%)
Usia		
45-59 tahun	14	42,4
60-69 tahun	10	30,3
70-86 tahun	9	27,3
<b>Jumlah</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>
Jenis Kelamin		
Laki laki	2	6,1
Perempuan	31	93,9
<b>Jumlah</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>

mg/dL, gejala klinis yang dialami yaitu nyeri sendiri, inflamasi dan kekakuan sendi.

Pemeriksaan kolesterol juga dilakukan pada kegiatan ini dan didapatkan nilai rata-rata kolesterol 219 mg/dL.

Perubahan fisiologis pada manusia berhubungan dengan penuaan, yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Peningkatan tekanan darah yang terjadi seiring bertambahnya usia terkait dengan perubahan arteri, karena penuaan menyebabkan penyempitan lumen pembuluh darah dan pengerasan dinding pembuluh darah melalui proses yang dikenal sebagai aterosklerosis. Aterosklerosis menyebabkan perubahan struktural, termasuk peningkatan kalsifikasi pembuluh darah, Kalsifikasi pembuluh darah dapat menyebabkan pembuluh darah mengeras dan berkurang kapasitas vasodilatasi (Singh JN, Nguyen T, Kerndt CC, 2025).

Diabetes melitus dan hipertensi arteri merupakan salah satu dari lima faktor risiko yang meningkatkan angka kematian di dunia. Keduanya merupakan penyakit tidak menular (PTM) kronis yang memiliki hubungan patofisiologis. *Advanced glycation end products* (AGEs), yang dihasilkan oleh kurangnya kontrol glikemik pada pasien diabetes, berinteraksi dengan reseptor AGE (AGER) yang mengakibatkan peningkatan kekakuan arteri, peradangan dan perubahan endotel yang meningkatkan risiko terjadinya hipertensi dan komplikasi lainnya (Fuhr et al., 2022).

Bertambahnya usia juga akan mempengaruhi sensitivitas saraf *reseptor low densitylipoprotein*, sehingga nilai kolesterol total dan LDL dalam darah dapat meningkat. Selain itu usia yang semakin meningkat juga dapat menurunkan elastisitas arteri pada jantung sehingga dapat menyebabkan penumpukan kadar lemak pada pembuluh arteri (Azzahroh & Syamsiah, 2023).

Hiperurisemia merupakan kondisi yang ditandai dengan kadar asam urat yang melebihi normal. Kasus hiperurisemia sering terjadi pada lansia. Penyebab asam urat antara lain karna proses penuaan secara fisiologis, selain itu dapat dikarenakan adanya gangguan sirkulasi darah, masalah persendian serta berbagai penyakit neoplasma lainnya (Sari et al., 2022)

Pengecekan Kesehatan secara berkala dapat meningkatkan kesadaran peserta terhadap penyakit kronis serta dapat meningkatkan *self management* untuk berperilaku hidup sehat.

Setelah dilakukan pemeriksaan Kesehatan, peserta pengabdian masyarakat diberikan kesempatan untuk berdiskusi secara individu dengan Tim pengabmas untuk berkonsultasi mengenai hasil pemeriksaan Kesehatan.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Kegiatan berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat yang besar kepada masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penggunaan obat sesuai anjuran dan jamu sebagai terapi komplementer.

### Saran

Kegiatan ini dapat dilakukan secara berkesinambungan untuk membantu meningkatkan kualitas hidup lansia di Dusun Kradenan

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih penulis sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Madani yang telah memberikan fasilitas kepada Tim sehingga Kegiatan ini dapat berjalan lancar. Selain itu terimakasih juga penulis sampaikan kepada seluruh kader dan peserta yang turut membantu keberhasilan kegiatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiyasa, M. R., & Meiyanti, M. (2021). Pemanfaatan obat tradisional di Indonesia: distribusi dan faktor demografis yang berpengaruh. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 4(3), 130–138.  
<https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2021.v4.130-138>
- Azzahroh, P., & Syamsiah, S. (2023). Deteksi Risiko Hipertensi, Diabetes Mellitus, Hiperkolesterolemia, dan Gout Arthritis pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(1), 147–152.  
<https://doi.org/10.37287/jpm.v5i1.1546>
- Bestari, B. K., & Wati, D. N. K. (2016).

- Penyakit Kronis Lebih dari Satu Menimbulkan Peningkatan Perasaan Cemas pada Lansia Di Kecamatan Cibinong. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(1), 49–54. <https://doi.org/10.7454/jki.v19i1.433>
- CDC. (2024). *About Chronic Diseases*. <https://www.cdc.gov/chronic-disease/about/index.html>
- Fuhr, J. C., Ramos, M. E. K., Piovesan, F., Renner, L. de O., & Siqueira, L. de O. (2022). Relationship of advanced glycation end-products in hypertension in diabetic patients: a systematic review. *Jornal Brasileiro de Nefrologia*, 44(4), 557–572. <https://doi.org/10.1590/2175-8239-JBN-2022-0006en>
- JNC 8. (2014). *JNC 8 Hypertension Guideline Algorithm*. 311(5).
- Kautsari, F. W., & Handayani, K. R. (2024). *Education On Scientific Herbal Medicine Formulation For Hipercholesterolemia Treatment At Garasi Dakwah*. 6(2), 59–62.
- Nagai, M. (2020). Relationships among Lifestyle Awareness, Age, and Lifestyle-related Diseases in Healthy Japanese Community Residents. *Asian/Pacific Island Nursing Journal*, 5(2), 103–110. <https://doi.org/10.31372/20200502.1092>
- Sari, N. N., Warni, H., Kurniasari, S., Herlina, H., & Agata, A. (2022). Upaya Pengendalian Kadar Asam Urat Pada Lansia Melalui Deteksi Dini Dan Penyuluhan Kesehatan. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(4), 1666. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i4.10948>
- Singh JN, Nguyen T, Kerndt CC, et al. (2025). *Physiology, Blood Pressure Age Related Changes*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537297/>
- Suharmanto, Kurniawan, B., Yonata, A., Graharti, R., Hadibrata, E., & Wintoko, R. (2024). Edukasi Kesehatan Mengenai Pengelolaan Penyakit Kronis. *Jpm Ruwa Jurai*, 9 No.2, 62–66.
- Yuningsih, R. (2013). Pengobatan Tradisional Di Unit Pelayanan Kesehatan. *Info Singkat Kesejahteraan Sosial*, 4(05), 36–39.