

**SOSIALISASI PEMANFAATAN HERBAL TOGA PADA PENYAKIT
OSTEOARTHRITIS DI DESA GEDANGANAK, KEC. UNGARAN TIMUR,
KAB SEMARANG**

**Yuzar Khasan Yusuf^{1*}, Fanisa Kurnia Putri², Desak Ayu Lestarini³, Gabby Zulya
Prihatiningrum⁴, Abdul Roni⁵, Salsabiela Dwiudrisa Suyudi⁶**

Universitas Ngudi Waluyo

^{1*}yuzarfauzi2112@gmail.com

ABSTRACT

Osteoarthritis is a degenerative disease caused by joint cartilage damage, often resulting in pain and limited mobility. The high number of public complaints regarding joint pain serves as the background for this socialization activity. This activity aims to provide health awareness regarding the use of family medicinal plants TOGA as an alternative treatment for Osteoarthritis. The event was held in RT 02, RW 04, Mijen, Gedanganak Village, East Ungaran District, Semarang Regency, focusing on the utilization of turmeric, ginger, and lemongrass, which have natural anti-inflammatory and analgesic properties. The socialization method included lectures, interactive discussions, and an evaluation of participants' understanding through pre-tests and post-tests. A total of 13 participants attended the event, starting with a pre-test to measure their initial understanding of Osteoarthritis and the benefits of TOGA. After the educational session, participants took a post-test to assess their improved understanding. The evaluation results showed a significant increase, with the average pre-test score of 4,17 (41,67%). rising to 9.17 (91,67%) in the post-test. This data indicates that the socialization successfully enhanced participants' understanding of Osteoarthritis treatment using TOGA. Thus, the socialization of TOGA utilization has proven effective in increasing public knowledge about alternative Osteoarthritis treatments. It is hoped that the community can apply the use of herbal plants as a natural therapy in daily life. The sustainability of similar programs is highly needed to expand its benefits to a broader community.

Keywords: *Osteoarthritis, TOGA, Herbal Plants, Health Education, Alternative Medicine.*

1. PENDAHULUAN

Osteoarthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang paling sering terjadi pada lansia dan berhubungan dengan kerusakan pada tulang rawan sendi. Penyakit ini sering menyebabkan gejala nyeri yang dapat mengganggu kualitas hidup penderitanya (Trinanda, 2020). Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), *Osteoarthritis* menjadi salah satu penyebab utama kecacatan pada orang dewasa di seluruh dunia, terutama pada usia lanjut. Penyakit ini lebih banyak menyerang sendi seperti lutut, pinggul, dan tangan. Saat ini di Indonesia, prevalensi *Osteoarthritis* diperkirakan meningkat seiring bertambahnya usia pada populasi yang lebih tua (Hartono et al., 2024).

Pada Desa Gedanganak, masalah *Osteoarthritis* menjadi keluhan umum di kalangan warga. Banyak dari mereka yang menderita nyeri sendi yang mengganggu aktivitas sehari-hari, seperti berjalan, berdiri lama, dan melakukan pekerjaan rumah (Nugrahana, 2022). Namun, keterbatasan pengetahuan mengenai alternatif pengobatan menjadi salah satu hambatan utama dalam mengelola kondisi ini. Masyarakat lebih sering mengandalkan obat-obatan kimiawi yang diduga dapat memberikan efek samping dalam penggunaan jangka panjang. Selain itu, masyarakat di desa ini cenderung kurang memahami potensi pengobatan tradisional yang sudah terbukti efektif dan aman, seperti penggunaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan memberikan dasar hukum yang kuat bagi pengelolaan kesehatan di Indonesia, termasuk dalam regulasi penggunaan obat tradisional atau herbal (Wahyuddin & Sidi, 2023). Pasal 38 dalam undang-undang ini menekankan bahwa obat tradisional, termasuk obat herbal, harus memenuhi standar keamanan, khasiat, dan mutu yang teruji sebelum dipasarkan dan digunakan oleh masyarakat. Hal ini bertujuan untuk melindungi masyarakat dari potensi risiko yang bisa ditimbulkan oleh penggunaan obat herbal yang tidak terjamin kualitasnya. Tafsir dari pasal ini mengarahkan pada pentingnya pengawasan yang ketat terhadap produksi, distribusi, dan pemanfaatan obat herbal. Dalam konteks pengobatan *Osteoarthritis*, obat herbal yang digunakan untuk meredakan gejala seperti nyeri dan peradangan pada sendi harus melalui uji klinis dan penelitian yang membuktikan bahwa produk tersebut aman dan efektif. Oleh karena itu, *Formularium* Obat Herbal Asli Indonesia (FOHAI) yang diatur dalam peraturan Menteri Kesehatan, menjadi acuan untuk memastikan bahwa hanya obat herbal yang telah teruji dan terdaftar yang dapat digunakan untuk pengobatan. Dengan adanya regulasi yang jelas, masyarakat dapat memanfaatkan obat herbal dengan lebih aman, sehingga dapat menjadi alternatif yang efektif dalam mengatasi masalah kesehatan seperti *Osteoarthritis*, tanpa mengabaikan kualitas dan keamanannya (Indonesia, 2011)

Pengobatan dengan menggunakan tanaman herbal memiliki sejumlah manfaat yang tidak hanya terbukti efektif, tetapi juga lebih ramah lingkungan dan ekonomis. Salah satu keuntungan besar dari pengobatan herbal adalah minimnya efek samping yang biasanya ditemukan pada obat-obatan kimia (Hikmawati & Sulastri, 2024). Oleh karena itu, pemanfaatan TOGA untuk *Osteoarthritis* diharapkan dapat menjadi alternatif pilihan yang lebih aman dan dapat mengurangi ketergantungan pada obat-obatan berbahan kimia. Dengan mengedukasi masyarakat tentang manfaat tanaman herbal, mereka dapat menggunakannya secara mandiri, baik dalam bentuk ramuan tradisional maupun sebagai bahan tambahan dalam konsumsi harian.

Dengan terlaksananya sosialisasi ini, diharapkan masyarakat di RT.02, RW 04, Desa Gedanganak dapat memperoleh wawasan baru mengenai alternatif pengobatan untuk *Osteoarthritis* yang lebih aman dan terjangkau. Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk memperkenalkan kembali budaya pengobatan tradisional berbasis tanaman herbal yang telah lama ada di Indonesia. Peningkatan pemahaman dan penerapan pengobatan herbal dalam kehidupan sehari-hari akan berdampak pada peningkatan kualitas hidup masyarakat, serta mengurangi ketergantungan pada pengobatan berbahan kimia.

Kegiatan sosialisasi ini didasarkan pada adanya informasi dari salah satu warga, khususnya kader desa yang menyampaikan banyaknya keluhan pada masyarakat (Ibu rumah tangga) di RT 02 RW 04 Gedanganak, Ungaran Timur. Mereka mengalami nyeri pada area persendian yang muncul secara berkala atau tiba-tiba, yang dapat menjadi indikasi awal dari penyakit *Osteoarthritis* atau gangguan sendi lainnya. Keluhan ini

menyebabkan ketidaknyamanan dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, dilakukan sosialisasi kepada masyarakat untuk meningkatkan pemahaman mengenai penyebab, pencegahan, dan penanganan nyeri sendi guna mengurangi dampak penyakit tersebut.



Gambar 1. Observasi pada tempat tinggal atau rumah warga

2. METODE

Metode kegiatan yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah metode penyuluhan, yang bertujuan untuk memberikan edukasi serta gambaran kepada masyarakat RT.02 RW.04 Mijen, Gedanganak, Ungaran Timur mengenai TOGA untuk *Osteoarthritis*. Metode ini dipilih karena dinilai efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat melalui pendekatan informatif dan interaktif. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan, di mana tim penyelenggara menyusun materi penyuluhan yang relevan dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Selain itu, dilakukan koordinasi dengan pihak terkait, seperti ketua RT/RW dan tokoh masyarakat setempat, guna memastikan kelancaran acara. Informasi mengenai waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan juga disebarluaskan kepada warga agar dapat berpartisipasi secara maksimal.

Pada tahap pelaksanaan, penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah yang dikombinasikan dengan diskusi interaktif. Materi disampaikan secara sistematis, disertai dengan contoh-contoh konkret yang relevan dengan kehidupan masyarakat sehari-hari. Selain itu, diberikan sesi tanya jawab agar peserta dapat menggali lebih dalam pemahaman mereka terkait materi yang diberikan. Setelah penyuluhan selesai, dilakukan evaluasi untuk mengukur efektivitas kegiatan. Evaluasi ini dilakukan dengan cara mengamati partisipasi aktif peserta selama diskusi serta melalui wawancara singkat atau kuesioner untuk mengetahui sejauh mana pemahaman mereka meningkat. Dokumentasi kegiatan juga dilakukan dalam bentuk daftar hadir, foto, dan laporan tertulis sebagai bentuk pertanggungjawaban dan bahan kajian lebih lanjut.

Kegiatan ini dilaksanakan di RT.02 RW.04, Mijen, Gedanganak, Ungaran Timur-Semarang pada tanggal 23 November 2024 hingga 28 November dengan waktu dilakukan dalam kegiatan selama 4 jam dan 6 hari. Diharapkan melalui penyuluhan ini, masyarakat dapat memperoleh wawasan baru dan mampu menerapkan ilmu yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi pemanfaatan *TOGA* dalam mengatasi *Osteoarthritis* bertujuan untuk memberikan pengetahuan yang lebih mendalam kepada masyarakat mengenai cara-cara sederhana dan alami untuk meredakan gejala penyakitnya. Kegiatan ini merupakan upaya untuk mengubah persepsi masyarakat tentang pengobatan tradisional yang sering kali dianggap kurang efektif dibandingkan dengan pengobatan medis modern. Dengan adanya kegiatan edukasi ini, diharapkan masyarakat Desa Gedanganak akan lebih terbuka untuk memanfaatkan potensi tanaman herbal sebagai pengobatan yang tidak hanya murah, tetapi juga dapat ditemukan di sekitar mereka.

Penggunaan tanaman obat keluarga *TOGA* adalah salah satu alternatif pengobatan yang sudah lama dikenal di Indonesia, khususnya di desa-desa yang memiliki kekayaan alam berupa tanaman herbal. Tanaman seperti kunyit, jahe, dan sereh memiliki khasiat yang telah terbukti dapat membantu meredakan nyeri sendi akibat *Osteoarthritis*. Kunyit mengandung *kurkumin* yang memiliki efek *antiinflamasi*, sementara jahe juga dikenal untuk sifat analgesiknya yang dapat mengurangi peradangan. Sereh, selain memiliki aroma yang menyegarkan, juga mengandung senyawa yang dapat membantu mengurangi rasa sakit pada sendi. Masyarakat di desa-desa sering kali belum menyadari manfaat dari tanaman herbal tersebut, padahal mereka sangat mudah dijangkau dan dapat ditanam di pekarangan rumah.

Kegiatan sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga *TOGA* untuk penyakit *Osteoarthritis* di Desa Gedanganak RT 02 RW 04 dilaksanakan dalam beberapa tahap. Setiap tahapan dirancang untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada masyarakat mengenai penggunaan herbal sebagai alternatif pengobatan *Osteoarthritis* (Wijaya, 2018). Tahap pertama dilaksanakan pada Sabtu, 23 November 2024, pukul 10.00 WIB hingga selesai. Kegiatan ini berupa sosialisasi kepada masyarakat dengan tema "*TOGA untuk Osteoarthritis*". Materi yang disampaikan meliputi pengenalan *Osteoarthritis*, penyebab, gejala, serta manfaat *TOGA* dalam membantu mengurangi gejala penyakit ini. Masyarakat diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi mengenai penggunaan tanaman herbal sebagai terapi alternatif. (Indonesia, 2019)



Gambar 2. kegiatan penyuluhan dan edukasi masyarakat

Pada tahap kedua, dilakukan edukasi lebih lanjut mengenai penggunaan *TOGA* untuk penyakit *Osteoarthritis* dengan mengumpulkan 12 wanita dewasa. Kegiatan ini

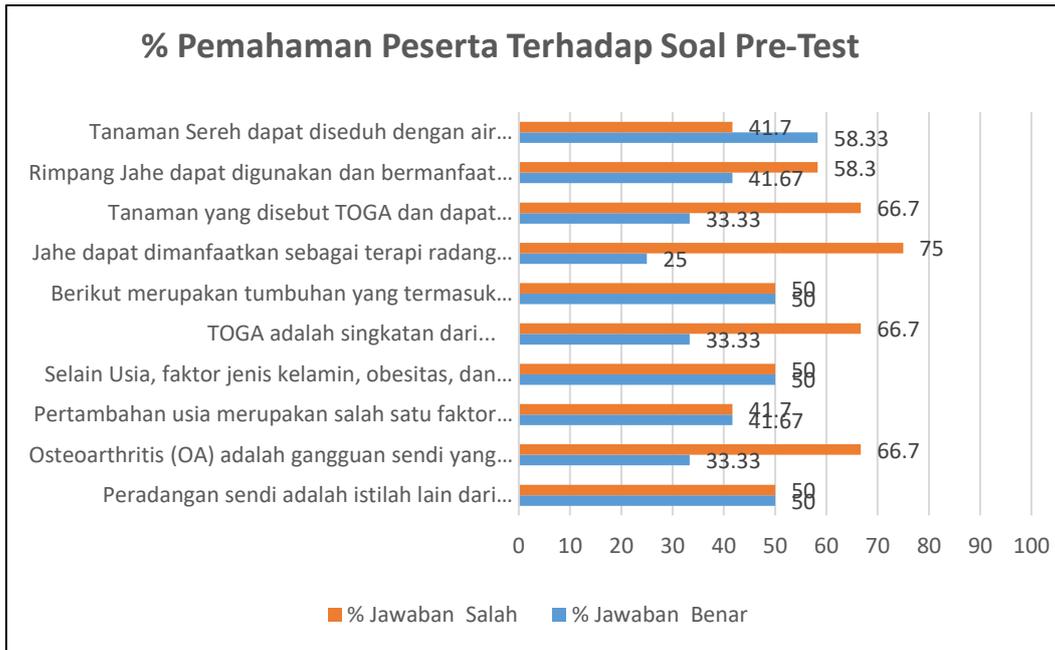
bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mereka terhadap pentingnya pemanfaatan herbal dalam kehidupan sehari-hari. Metode yang digunakan mencakup beberapa tahapan, yaitu:

- 1) Pengisian soal *Pre-test* – Peserta diberikan 10 soal untuk mengukur pemahaman awal sebelum menerima materi edukasi, hasil *Pre-test* menunjukkan nilai rata-rata jawaban benar 4,17 dengan persentase 41,67%.
- 2) Pemaparan Materi – Peserta diberikan informasi lebih lanjut mengenai berbagai jenis tanaman herbal yang bermanfaat untuk *Osteoarthritis* melalui media *leaflet* dengan bahasan informasi mengenai *Osteoarthritis*, penyebab gejala, dan alternatif pemanfaatan herbal / TOGA berikut aturan penggunaannya, serta pengisian soal *posttest*.
- 3) Setelah menerima edukasi, peserta kembali diberikan soal yang sama untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta. Hasil *posttest* menunjukkan nilai rata-rata 9,17 dengan persentase 91,67%, terdapat peningkatan pemahaman masyarakat setelah edukasi dilakukan.

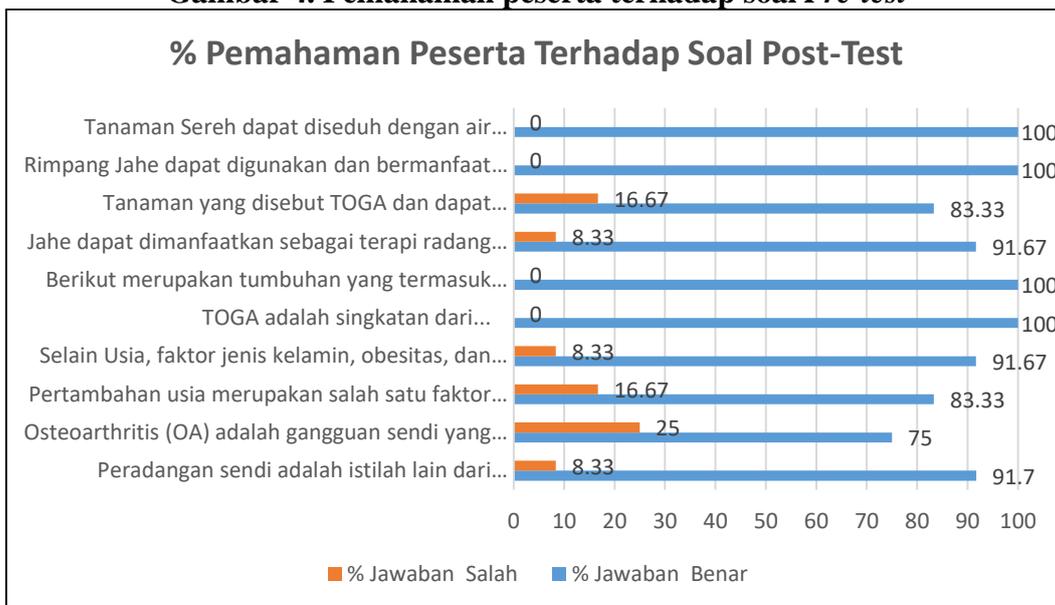


Gambar 3. Pembagian dan Pengisian soal *Pretest* & *PostTest*

Dalam pengelolaan jawaban peserta dari 10 pertanyaan yang diberikan dalam soal *pre-test* dan *posttest*, diperoleh data yang menunjukkan pemahaman peserta tentang pertanyaan yang diberikan adalah sebagai berikut:

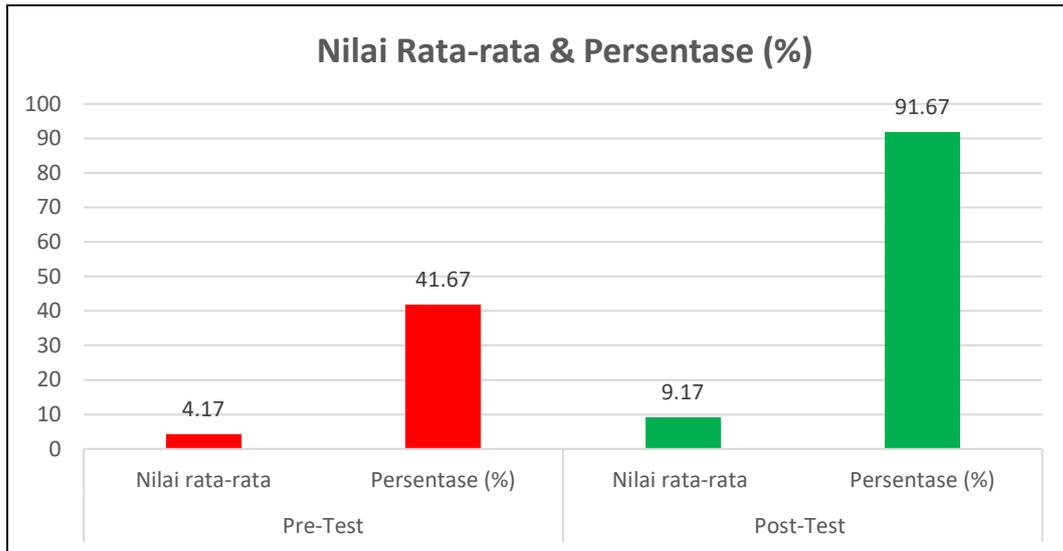


Gambar 4. Pemahaman peserta terhadap soal *Pre-test*



Gambar 5. Pemahaman peserta terhadap soal *Posttest*

Pada pemberian soal *Pre-test* dan *Posttest* peserta diberikan pertanyaan yang sama, tersebut bertujuan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta mengenai edukasi yang diberikan. Parameter pemahaman adalah 100% dari 10 pertanyaan, indikasi soal *Pre-test* yang diberikan adalah untuk mengetahui dasar pengetahuan peserta tentang *Osteoarthritis* dan penggunaan alternatif obat yang dapat digunakan dari bahan alam. Persentase nilai perbandingan dari soal *Pre-test* dan *Posttest* dari setiap pertanyaan menunjukkan tingkat karakteristik peserta dalam memahami pertanyaan berikut jawabannya. Pemahaman peserta dalam menjawab pertanyaan untuk beberapa soal ditunjukkan pada grafik % pemahaman peserta terhadap soal *Posttest*, hal ini dapat dimaknakan adanya peningkatan pemahaman setelah diberikan perlakuan dalam bentuk edukasi terhadap pemaparan materi tentang *Osteoarthritis* dan alternatif pengobatan herbal yang dapat dimanfaatkan.



Gambar 6. Hasil nilai rata-rata dari soal *pre-test* dan soal *posttest*

Kegiatan dalam pengisian soal *pre-test* dan *posttest* menunjukkan nilai rata-rata jawaban benar dari 12 peserta 4,17 (41,67%) *Pre-test*, dan *Posttest* 9,17 (91,67%). Dari data tersebut menunjukkan adanya peningkatan pemahaman setelah diberikan edukasi mengenai pemanfaatan *TOGA* sebagai alternatif *Osteoarthritis*. Edukasi yang diberikan dalam kegiatan ini mencakup informasi tentang beberapa jenis tanaman herbal yang dapat dimanfaatkan untuk *Osteoarthritis*, meliputi cara pengolahan dan aturan penggunaannya. Setelah sesi edukasi selesai, peserta kembali diberikan soal yang sama dalam *Posttest* untuk mengukur peningkatan pemahaman mereka.

Kegiatan sosialisasi sangat relevan untuk dilaksanakan di RT.02, RW 04 Desa Gedanganak, mengingat masyarakat di desa ini memiliki kearifan lokal dalam memanfaatkan sumber daya alam yang ada di sekitar mereka. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pemahaman yang lebih luas mengenai pemanfaatan *TOGA* untuk pengobatan *Osteoarthritis*, sehingga masyarakat tidak hanya mengandalkan pengobatan medis *Konvensional*, tetapi juga dapat memanfaatkan potensi tanaman herbal yang lebih terjangkau dan mudah ditemukan.

Selain aspek edukasi, inovasi lain dalam kegiatan ini adalah integrasi antara sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan langsung, yang mencakup pengecekan tekanan darah dan kadar asam urat. Langkah ini jarang ditemukan dalam penelitian serupa, sehingga memberikan manfaat tambahan bagi peserta dalam memahami kondisi kesehatan mereka secara lebih menyeluruh. Selain itu, kegiatan ini membuka peluang pengembangan lebih lanjut dengan mendorong sinergi antara masyarakat, kader kesehatan, dan tenaga kesehatan dalam pemanfaatan *TOGA*. Dengan adanya model edukasi yang terstruktur dan berbasis bukti, kegiatan ini dapat menjadi acuan bagi program serupa di berbagai daerah, sehingga manfaatnya dapat dirasakan oleh lebih banyak masyarakat.

4. PENUTUP

Penelitian ini menghadirkan inovasi dalam pendekatan edukasi kesehatan dengan menekankan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (*TOGA*) sebagai terapi alternatif bagi penderita *Osteoarthritis*. Pendekatan ini berbeda dengan metode konvensional yang lebih mengandalkan obat-obatan farmasi, karena menawarkan solusi berbasis bahan alami yang mudah diakses oleh masyarakat. Selain itu, penelitian ini menggunakan metode evaluasi

berbasis *pre-test* dan *posttest* untuk mengukur efektivitas edukasi yang diberikan. Hasil peningkatan nilai rata-rata dari *pretest* 4,17 menjadi 9,17 pada *posttest* menunjukkan bahwa sosialisasi ini efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai manfaat TOGA. Pendekatan ini memberikan bukti empiris bahwa edukasi berbasis tanaman obat dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pengobatan alternatif.

Melalui kegiatan ini, diharapkan dapat terjalin kolaborasi antara masyarakat dengan pihak-pihak yang berkompeten dalam bidang kesehatan dan pengobatan tradisional untuk terus memperkaya pengetahuan dan praktik pengobatan yang berbasis pada kearifan lokal. Selain itu, kegiatan serupa dapat diperluas ke desa-desa lain yang memiliki masalah serupa dengan tujuan untuk menciptakan masyarakat yang sehat, mandiri, dan lebih menghargai potensi alam yang ada di sekitar mereka

DAFTAR PUSTAKA

- Hartono, A. A. F., Darmayanti, D., & Husen, A. H. (2024). Karakteristik Pasien Osteoarthritis Lutut Berdasarkan Foto Rontgen Lutut Di Rsd Kota Tidore Kepulauan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 2135–2143.
- Hikmawati, H., & Sulastri, S. (2024). Pelatihan Penanaman Tanaman Apotek Hidup Di Lahan Pekarangan Rumah Warga Desa Ngandul Sumberlawang Sragen. *PRAXIS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 114–124.
- Indonesia, P. R. (2011). Diagnosis dan pengelolaan lupus eritematosus sistemik. Rekomendasi Perhimpunan Reumatologi Indonesia, 12–17.
- Indonesia, P. R. (2019). Diagnosis dan Pengelolaan. Lupus Eritematosus Sistemik.
- Nugrahana, F. I. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh terhadap Osteoarthritis pada Lansia di Desa Cimandala. Universitas Binawan.
- Trinanda, Y. A. (2020). Pengaruh Stretching Exercise Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Osteoarthritis: Literatur Review. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Wahyuddin, B., & Sidi, R. (2023). Pengaturan dan Dampak Hukum Produk Obat Herbal dalam Upaya Pemenuhan Hak Kesehatan di Indonesia. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(9), 6754–6762.
- Wijaya, S. (2018). Osteoarthritis Lutut. *Cermin Dunia Kedokteran*, 6(45), 424-429.