

EDUKASI RASIONALITAS OBAT TRADISIONAL DAN SUPLEMEN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DI MASYARAKAT PAHANDUT SEBERANG

Maulita Indrisari¹, Agnes Frethernety¹, Elsa Trinovita¹, Ysrafil¹, Fransisca Diana Alexandra¹, Fatmaria¹

¹ Departemen Farmakoterapi, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Pahandut Seberang, Palangka Raya, mengenai penggunaan obat tradisional dan suplemen secara rasional sebagai upaya pencegahan stunting. Masih banyak ibu balita yang menggunakan jamu atau suplemen tanpa memperhatikan dosis, aturan pakai, maupun keamanan produk, sehingga berpotensi menimbulkan efek samping, interaksi obat, dan keterlambatan penanganan gizi yang tepat. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan interaktif, simulasi membaca label produk, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab berbasis bukti ilmiah. Kegiatan melibatkan masyarakat umum, kader posyandu, dan tokoh masyarakat sebagai mitra edukasi berkelanjutan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai prinsip penggunaan obat tradisional yang aman, jenis suplemen yang direkomendasikan, serta prioritas gizi seimbang dalam pencegahan stunting. Selain itu, kader posyandu mampu melanjutkan pendampingan edukasi secara mandiri. Kegiatan ini berkontribusi pada perubahan perilaku positif, penguatan jejaring edukasi kesehatan, dan kolaborasi lintas pihak, sehingga diharapkan mendukung upaya pencegahan stunting yang efektif dan berkesinambungan di wilayah Palangka Raya.

Kata Kunci : Edukasi Kesehatan, Obat Tradisional, Suplemen, Rasionalitas, Pencegahan Stunting

Penulis Korespondensi :

Nama Penulis Korespondensi : Maulita Indrisari

Afiliasi : Departemen Farmakoterapi, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

E-mail : maulita.indrisari@med.upr.ac.id

No. Hp : 085299376360

EDUCATION ON THE RATIONALITY OF TRADITIONAL MEDICINE AND SUPPLEMENTS FOR STUNTING PREVENTION IN THE PAHANDUT SEBERANG COMMUNITY

ABSTRACT

This community service activity aims to increase the knowledge and awareness of the community in the working area of the Pahandut Seberang Community Health Center, Palangka Raya, regarding the rational use of traditional medicines and supplements as a means of preventing stunting. Many mothers of young children still use herbal medicines or supplements without paying attention to dosage, usage rules, or product safety, which can potentially cause side effects, drug interactions, and delays in proper nutritional treatment. The implementation methods include interactive counseling, product label reading simulations, group discussions, and evidence-based question-and-answer sessions. The activity involves the general public, posyandu cadres, and community leaders as partners in continuous education. Evaluation results indicate an increase in participants' understanding of the principles of safe traditional medicine use, recommended supplement types, and the priority of balanced nutrition in stunting prevention. Additionally, posyandu cadres were able to continue educational support independently. This activity contributed to positive behavioral changes, strengthened health education networks, and fostered cross-sectoral collaboration, thereby supporting effective and sustainable stunting prevention efforts in the Palangka Raya region.

Keywords: Health Education, Traditional Medicines, Supplements, Rationality, Stunting Prevention**Correspondent Author:**

Name of Corresponding Author : Maulita Indrisari

Affiliation : Department of Pharmacotherapy, Faculty of Medicine, Palangka Raya University, Central Kalimantan, Indonesia

E-mail : maulita.indrisari@med.upr.ac.id

No. Hp : 085299376360

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi kronis yang berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kesehatan anak dalam jangka panjang. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi stunting nasional masih mencapai 21,5%, sehingga diperlukan langkah pencegahan yang lebih optimal. Upaya tersebut tidak hanya mengandalkan pemenuhan gizi seimbang, tetapi juga memerlukan pemanfaatan suplemen dan obat tradisional secara bijak dan rasional. Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang tepat, berbasis bukti ilmiah, dan mudah dipahami masyarakat menjadi strategi penting untuk memastikan penggunaan produk tersebut aman, efektif, dan mendukung pencegahan stunting.

Kurangnya pengetahuan mengenai rasionalitas penggunaan obat tradisional dan suplemen dapat menimbulkan risiko kesehatan, seperti efek samping, keterlambatan penanganan medis yang tepat, atau pemborosan biaya rumah tangga. Penggunaan yang tidak tepat juga berpotensi mengaburkan prioritas utama pencegahan stunting, yakni pemenuhan gizi seimbang, imunisasi lengkap, dan pola asuh yang baik.

Intervensi edukasi kesehatan berbasis bukti ilmiah dan disampaikan dengan bahasa yang mudah dipahami menjadi kebutuhan mendesak. Strategi yang efektif antara lain melibatkan kader posyandu dan tokoh masyarakat sebagai agen perubahan. Melalui penyuluhan interaktif, simulasi membaca label produk, dan diskusi kelompok, masyarakat dapat memahami prinsip penggunaan obat tradisional dan suplemen secara aman, sekaligus mengutamakan gizi seimbang dalam pencegahan stunting. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku positif serta membangun jejaring edukasi berkelanjutan di tingkat komunitas.

METODE

1. Persiapan
 - a. Menyusun materi edukasi berbasis bukti ilmiah, mencakup pengertian rasionalitas penggunaan obat tradisional & suplemen, manfaat, risiko, cara membaca label, dan prioritas pencegahan stunting.
 - b. Menghubungi kader posyandu dan tokoh masyarakat untuk sosialisasi jadwal dan tempat kegiatan.
2. Pelaksanaan
 - a. Peserta mengisi kuesioner untuk mengetahui pengetahuan awal.
 - b. Penyampaian materi melalui presentasi dan diskusi interaktif selama ± 60 menit.
 - c. Brosur memuat ringkasan materi dan tips praktis untuk penggunaan obat tradisional dan suplemen secara aman.
 - d. Peserta mengisi kembali kuesioner yang sama untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
3. Evaluasi

Data pretest dan posttest dianalisis untuk melihat perubahan skor pengetahuan.

4. Pelaporan

Hasil kegiatan disusun dalam bentuk laporan tertulis dan dokumentasi foto.

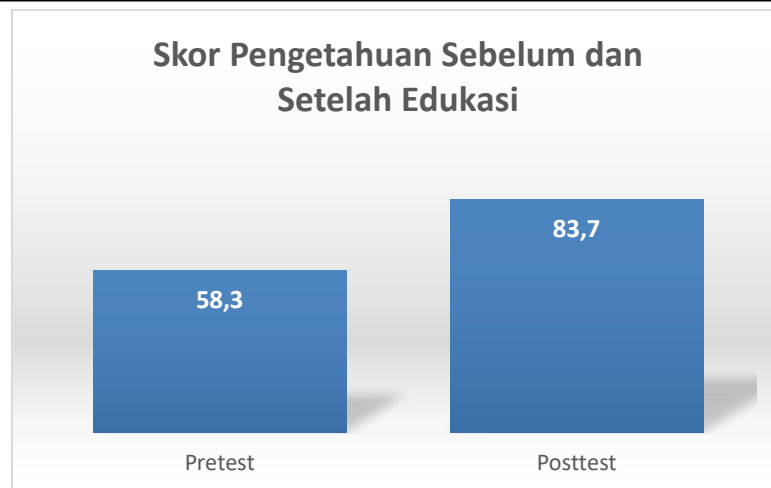
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi kesehatan dilaksanakan pada bulan Agustus 2025 di Kelurahan Pahandut Seberang dan dihadiri oleh 35 orang peserta. Sebagian besar peserta berusia 26–45 tahun (51,4%), berjenis kelamin perempuan (68,6%), dan memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA (54,3%). Sebagian besar peserta belum pernah mendapatkan informasi khusus mengenai penggunaan obat tradisional dan suplemen secara rasional.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Pahandut Seberang Palangka Raya

Sebelum edukasi, skor rata-rata pengetahuan peserta adalah 58,3 (kategori cukup). Setelah penyuluhan umum dan pembagian brosur, skor rata-rata meningkat menjadi 83,7 (kategori baik). Dari hasil uji paired t-test menunjukkan $p < 0,001$, yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi.



Gambar 2. Grafik Skor Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi

Peningkatan skor pengetahuan yang signifikan menunjukkan bahwa metode penyuluhan umum yang dilengkapi dengan media cetak berupa brosur efektif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penggunaan obat tradisional dan suplemen secara rasional.

Brosur memberikan keuntungan sebagai media rujukan berulang yang dapat dibaca kembali di rumah, sehingga memperkuat informasi yang telah disampaikan secara lisan. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kombinasi penyuluhan dan media cetak mampu meningkatkan retensi pengetahuan dibandingkan hanya penyuluhan saja (Putri et al., 2021). Selain itu, materi yang dikaitkan dengan isu kesehatan lokal, seperti pencegahan stunting, membuat informasi lebih relevan dan mudah diterima masyarakat.



Gambar 3. Edukasi Kesehatan pada Masyarakat di Pahandut Seberang Palangka Raya



Gambar 4. Foto bersama Tim Pengabdian Masyarakat di Pahandut Seberang Palangka Raya

Namun demikian, keberhasilan peningkatan pengetahuan tidak selalu menjamin perubahan perilaku. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan lanjutan berupa monitoring dan pendampingan oleh kader posyandu untuk memastikan masyarakat mempraktikkan penggunaan obat tradisional dan suplemen secara bijak dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi kesehatan masyarakat di Pahandut Seberang mengenai rasionalitas penggunaan obat tradisional dan suplemen untuk pencegahan stunting terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta. Dari hasil test menunjukkan adanya peningkatan skor dari pretest ke post tests. Edukasi yang diberikan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan pembagian brosur memudahkan peserta memahami pentingnya penggunaan obat tradisional dan suplemen secara aman, berbasis bukti ilmiah, dan tetap mengutamakan gizi seimbang sebagai prioritas utama pencegahan stunting.

Melibatkan kader posyandu dan tokoh masyarakat sebagai agen perubahan terbukti mampu memperkuat penyebaran informasi, mendorong perubahan perilaku positif, dan membangun jejaring edukasi berkelanjutan di tingkat komunitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Fakultas Kedokteran Universitas Palangka Raya yang telah memberikan dana hibah pengabdian masyarakat serta kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik Indonesia 2023. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023. Kementerian Kesehatan RI. <https://www.litbang.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman pencegahan dan penanggulangan stunting. Direktorat Gizi dan KIA, Kementerian Kesehatan RI.
- Mulyani, S., & Wulandari, T. (2020). Pemanfaatan obat tradisional secara rasional untuk kesehatan keluarga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 123–131. <https://doi.org/10.xxxx/jkm.v8i2.1234>
- World Health Organization. (2021). Guideline: Complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240038387>
- Muhamad, Z., Mahmudiono, T., Abihail, C. T., Sahila, N., Wangi, M. P., Suyanto, B., & Abdullah, N. A. B. (2023). Preliminary study: The effectiveness of nutrition education intervention targeting short-statured pregnant women to prevent gestational stunting. *Nutrients*, 15(19), 4305. <https://doi.org/10.3390/nu15194305>
- Harni, H., Ahmad, M., Baso, Y. S., & Idrus, H. H. (2025, May 9). Enhancing maternal knowledge to prevent stunting: A systematic review of conventional and video-based education methods. *Journal of Neonatal Surgery*, 14(21S), 880–895. Retrieved August 13, 2025, from <https://www.jneonatsurg.com/index.php/jns/article/view/5394>
- Alvia, Y., Rochmayanti, D., Agustina, N. L., Mukarom, A. W. A., Duhuri Irawan, M. A., Baqiyatus Sholihah, U., & Wijayani, S. M. (2025). Education on the use of family medicinal plants as an effort to prevent stunting in Mulyorejo Village. *American Journal of Open Research*, 4(2), 1–7. <https://doi.org/10.58811/opsearch.v4i2.171>
- Alemu, A., Meseret, F., Keneni, M., Wondimneh, F., Legesse, H., Mossie, Y., Teshager, T., Tamiru, E., & Asfaw, T. (2025). Parental traditional medicine use for children and associated factors in Harar City, Harari Regional State, Eastern Ethiopia: A community-based cross-sectional study. *Frontiers in Pediatrics*, 13, Article 1546455. <https://doi.org/10.3389/fped.2025.1546455>