

P-ISSN 2614-3593

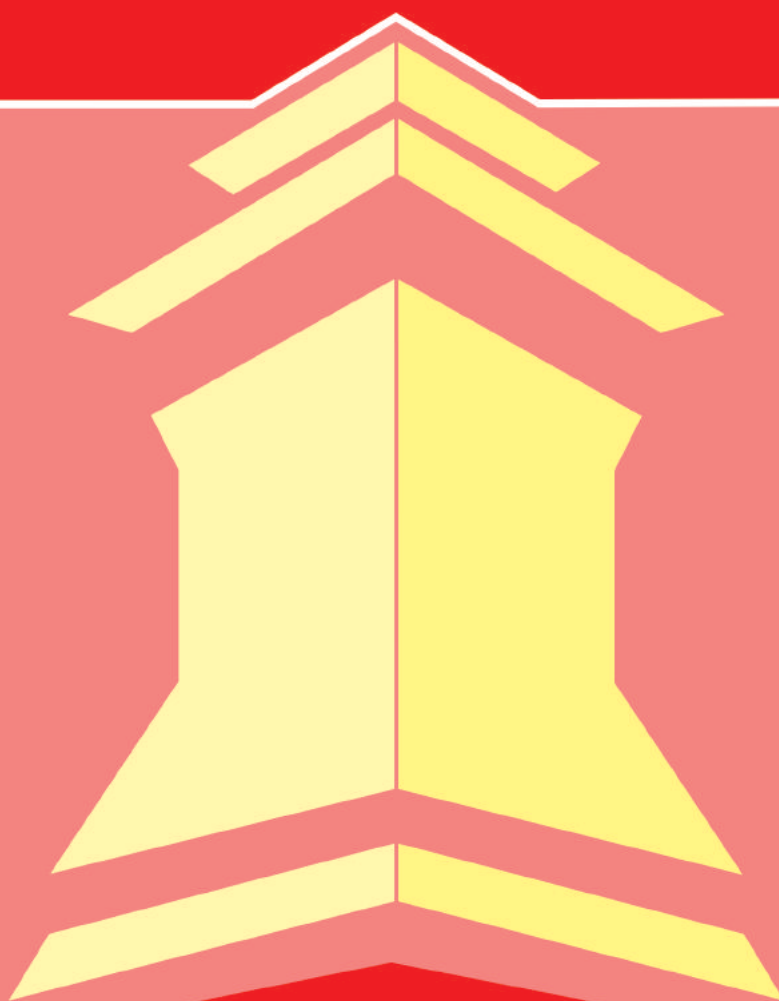
E-ISSN 2614-3607

# jurnal

---

# Pengabdian Kesehatan

---



---

Vol. 1 | No. 1 | Januari 2018

---

# **JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN**

## ***Editor In Chief***

Eko Prasetyo, SKM, M.Kes., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

## ***Editorial Board***

David Laksamana Caesar, SKM, M.Kes, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Sri Hartini, S.Kep, Ns, M.Kes, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Solikhul Huda, S.Kep, Ns, M.N.S, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Annik Megawati, M.Sc, Apt, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

## ***Reviewer***

Wahyu Hidayati, Ns, M.Kep, Sp.K.M.B, Universitas Diponegoro Semarang, Indonesia

dr.Mahalul Azam, M.Kes, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Didik Sumanto, SKM, M.Kes(Epid), Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

## ***English Language Editor***

Arina Hafadhotul Husna, S.Pd, M.Pd., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

## ***IT Support***

Susilo Restu Wahyuno, S.Kom., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

## ***Penerbit***

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)  
STIKES Cendekia Utama Kudus

## ***Alamat***

Jalan Lingkar Raya Kudus - Pati KM.5 Jepang Mejobo Kudus 59381

Telp. (0291) 4248655, 4248656 Fax. (0291) 4248651

Website : <http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/>

Email : [jurnal@stikescendekiautamakudus.ac.id](mailto:jurnal@stikescendekiautamakudus.ac.id)

Jurnal Pengabdian Kesehatan merupakan jurnal ilmiah hasil-hasil pengabdian masyarakat didalam pemberdayaan di bidang Kesehatan yang diterbitkan oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKES Cendekia Utama Kudus secara berkala 2 (dua) kali dalam satu tahun.

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Susunan Dewan Redaksi.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi .....	iv
 <b>Peningkatan Produktifitas Kerja dengan Penerapan Prinsip-Prinsip K3 di Lingkungan Kerja</b>	
Eko Prasetyo, David Laksamana Caesar, Arina Hafadhotul Husna.....	1
 <b>Pengembangan Manisan Lidah Buaya sebagai Obat Pencahar Alami</b>	
Yulia Pratiwi, Ina Ristian, Ricka Islamiyati.....	10
 <b>Edukasi Kesehatan Farmasi Penyakit Rematik di Desa Nganguk Kota Kudus</b>	
Annis Rahmawaty, Endra Pujiastuti, Lilis Sugiarti .....	16
 <b>Pencegahan HIV AIDS-Has Save Kids Jaman Now pada Siswa SMK Al-Islam Kudus</b>	
Rohmatun Nafi'ah, Sholihul Huda .....	22
 <b>Penerapan Pemberantasan Sarang Nyamuk Demam Berdarah Dengue (PSN 3 M Plus-DBD) pada Anak Usia Sekolah dengan Pendekatan Komunikasi Perubahan Perilaku di SDN 4 Kecamatan Kalinyamatan Jepara</b>	
Galia Wardha Alvita, Sholihul Huda, Ilham Setyo Budi.....	29
 <b>Peningkatan Kualitas Kesehatan Anak dengan Penerapan Cara Mencuci Tangan yang Benar dan Pengenalan tentang Obat Kepada Anak Usia Dini</b>	
Annik Megawati, Ema Dwi Hastuti, Dessy Erliani Mugita Sari.....	39
 <b>Terapi Bermain pada Anak Prasekolah untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Saat Hospitalisasi</b>	
Sri Hartini, Biyanti Dwi Winarsih, Erna Sulistyawati.....	46
 <b>Lampiran</b>	
Pedoman Penulisan Naskah JPK .....	54
Ucapan Terima Kasih dan Penghargaan .....	58

## PENGEMBANGAN MANISAN LIDAH BUAYA (MALIBU) SEBAGAI OBAT PENCAHAR ALAMI DI DESA GOLAN 4/4 GOLANTEPUS, KEC.MEJOBLO, KAB.KUDUS

Yulia Pratiwi<sup>1</sup>, Ina Ristian<sup>2</sup>, Ricka Islamiyati<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> STIKES Cendekia Utama Kudus  
[yuliapратиwi.337@gmail.com](mailto:yuliapратиwi.337@gmail.com)

### ABSTRAK

Lidah buaya berkhasiat sebagai anti inflamasi, anti jamur, anti bakteri dan membantu proses regenerasi sel. Lidah buaya juga menurunkan kadar gula dalam darah bagi penderita diabetes, mengontrol tekanan darah, menstimulasi kekebalan tubuh terhadap serangan penyakit kanker, serta dapat digunakan sebagai nutrisi pendukung penyakit kanker, penderita HIV/AIDS. Akhir- akhir ini pemanfaatan lidah buaya sudah banyak ada di pasaran, namun belum banyak yang mengembangkan lidah buaya sebagai makanan untuk kesehatan. Manisan lidah buaya merupakan salah satu produk makanan olahan lidah buaya yang mudah dibuat, peralatan yang digunakan relatif sederhana, biaya produksi murah, dan bahan dasar pembuatan manisan lidah buaya mudah didapatkan. Tujuan dari program pengabdian masyarakat ini antara lain: : (1) Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Manisan lidah buaya yang dapat digunakan obat Pencahar, (2) Mengembangkan Lidah Buaya sebagai makanan untuk kesehatan, dan (3) Meningkatkan ketrampilan peserta tentang pembuatan Manisan lidah buaya Hasil dari kegiatan ini terlihat dengan adanya pengetahuan masyarakat tentang lidah buaya, peningkatan kesadaran masyarakat tentang Manisan Lidah Buaya untuk makanan kesehatan, dan menjadi masyarakat yang lebih trampil.

**Kata Kunci** : Manisan, Lidah Buaya,

### ABSTRACT

*Aloe vera nutritious as anti-inflammatory, anti-fungal, anti-bacterial and helps the cell regeneration process. Aloe vera also lowers blood sugar levels for diabetics, controls blood pressure, stimulates immunity against cancer, and can be used as a nutritional support for cancer, people with HIV / AIDS. Lately the use of aloe vera has been there in the market, but not many who develop aloe vera as a food for health. Sweets aloe vera is one of aloe vera processed food products that are easy to make, the equipment used is relatively simple, cheap production costs, and the basic ingredients of sweets aloe vera is easily obtained. The objectives of this community service program are: (1) Increase the public knowledge about sweets Aloe vera which can be used by Purgatory, (2) Develop Aloe vera as food for health, and (3) Increase participant skill about making Aloe vera of this activity is seen with the knowledge of the community about aloe vera, the increase of public awareness about Sweets Aloe Vera for health food, and become a more skilled society.*

**Keywords:** Sweets, Aloe Vera, Laxative

## PENDAHULUAN

Lidah Buaya atau Aloe Vera berasal dari bahasa latin *Aloe barbadensis Milleer* adalah sejenis tumbuhan yang sudah dikenal sejak ribuan tahun silam dan digunakan sebagai penyubur rambut, penyembuh luka, dan untuk perawatan kulit. Pada umumnya masyarakat menanam tanaman Lidah Buaya hanya sebagai tanaman hias atau dimanfaatkan untuk merawat rambut. Tanaman lidah buaya mempunyai banyak manfaat karena kandungan zat seperti enzim, asam amino, mineral, vitamin, polisakarida dan komponen lain yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Menurut Wahyono E dan Kusnandar [1], lidah buaya berkhasiat sebagai anti inflamasi, anti jamur, anti bakteri dan membantu proses regenerasi sel. Lidah buaya juga menurunkan kadar gula dalam darah bagi penderita diabetes, mengontrol tekanan darah, menstimulasi kekebalan tubuh terhadap serangan penyakit kanker, serta dapat digunakan sebagai nutrisi pendukung penyakit kanker, penderita HIV/AIDS.

Seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, pemanfaatan tanaman lidah buaya berkembang sebagai bahan baku antiseptik farmasi dan kosmetika, serta sebagai bahan makanan dan minuman kesehatan. Daging dari tanaman lidah buaya dapat dimanfaatkan sebagai produk dalam kesehatan masyarakat karena mengandung banyak zat diantaranya saponin, flavonoid, dan juga mengandung antiseptik dan polifenol [2]. Saponin yang ada pada lidah buaya mempunyai kemampuan sebagai pembersih sehingga efektif untuk menyembuhkan luka terbuka, juga tanin pada lidah buaya dapat digunakan sebagai pencegahan terhadap infeksi luka karena mempunyai daya antiseptik dan sebagai obat luka bakar. Flavonoid dan polifenol pada lidah buaya berperan sebagai aktivitas sebagai antiseptik.[3]

Akhir-akhir ini pemanfaatan lidah buaya sudah banyak ada di pasaran, namun belum banyak yang mengembangkan lidah buaya sebagai makanan untuk kesehatan. Manisan lidah buaya merupakan salah satu produk makanan olahan lidah buaya yang mudah dibuat, peralatan yang digunakan relatif sederhana, biaya produksi murah, dan bahan dasar pembuatan manisan lidah buaya mudah didapatkan. Manisan lidah buaya dapat menjadi produk unggulan bagi masyarakat atau bisa dijadikan oleh-oleh khas suatu daerah yang terdapat banyak tanaman lidah buaya. Desa Golantepus Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus terdapat banyak tanaman lidah buaya yang belum dimanfaatkan menjadi suatu produk olahan.

Tujuan dari program pengabdian masyarakat ini antara lain: (1) Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Manisan lidah buaya yang dapat digunakan obat Pencahar, (2) Mengembangkan Lidah Buaya sebagai makanan untuk kesehatan, dan (3) Meningkatkan ketrampilan peserta tentang pembuatan Manisan lidah buaya. Adapun Luaran dari Program Pengabdian masyarakat ini adalah Peningkatan / Pengembangan Manisan Lidah Buaya sebagai obat pencahar alami.

## **METODE**

Program pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui pelatihan dan pendampingan penerapan Pembuatan Manisan Lidah Buaya melalui beberapa tahapan: (1) Penyuluhan tentang khasiat Manisan Lidah Buaya yang dapat digunakan untuk Pencahar, (2) Diskusi dengan Masyarakat tentang pengolahan Manisan Lidah buaya (hal ini perlu dilakukan agar peserta dapat membandingkan lamanya masa simpan serta nilai tambah dari manisan Lidah Buaya), (3) Pelatihan Pembuatan Manisan Lidah Buaya (4) Evaluasi Keberhasilan Program Pengabdian Masyarakat

Cara Pembuatan Manisan Lidah Buaya (Malibu) :

1. Siapkan alat dan bahan

2. Kupas lidah buaya, potong kecil-kecil
3. Rendam dengan air garam selama 15 menit
4. Cuci dengan air mengalir hingga lendir hilang
5. Rebus hingga air mendidih
6. Cuci dengan air mengalir, lalu tiriskan
7. Blender 1kg lidah buaya
8. Campurkan lidah buaya yang sudah diblender dengan 150ml air, agar-agar 250gram/1bungkus, gula  $\frac{1}{4}$  kg, dan garam secukupnya
9. Masak hingga mendidih dan sedikit kental. Selama pemasakan diaduk untuk menghindari agar tidak gosong dan mengerak
10. Tambahkan perasan lemon 25 ml
11. Tuangkan pada loyang, diamkan hingga mengeras
12. Potong sesuai dengan ukuran, lalu jemur diatas matahari hingga kering.
13. Setelah kering beri taburan gula halus secara merata
14. Manisan siap untuk di masukkan ke wadah pengemasan sesuai yang diinginkan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian kepada Masyarakat tentang Pengembangan Manisan Lidah Buaya (*Aloe Vera*), dilaksanakan di Desa Golan 4/4 Golantepus, Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis, 13 April 2017 yang dihadiri 20 peserta dari anggota arisan ibu – ibu PKK.

Meskipun bukan komoditi utama di Desa Golan 4/4 Golantepus, Lidah buaya merupakan tanaman yang mudah di dapat dan banyak juga berada di pekarangan rumah penduduk desa Golantepus. Oleh karena itu Lidah buaya yang mudah di dapat ini bisa dimanfaatkan menjadi manisan Lidah Buaya dan sekaligus sebagai pencahar. Disamping itu juga pembuatan manisan Lidah Buaya ini menggunakan teknologi sederhana.

Kegiatan ini mendapat respon positif dari para peserta, terbukti banyaknya pertanyaan yang muncul, serta adanya keinginan peserta mencoba dan mengembangkannya menjadi usaha kecil.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

1. Peserta dijelaskan tentang proses pengolahan Lidah Buaya menjadi manisan lidah buaya beserta peragaan tahap-tahap pembuatan, serta pengenalan peralatan/ teknologi sederhana pembuatan manisan Lidah Buaya.
2. Kegiatan ini disambut dengan antusias oleh peserta, ini terlihat dari banyaknya pertanyaan-pertanyaan dari peserta baik itu pertanyaan tentang manisan lidah buaya yang dapat digunakan sebagai pencakar ataupun khasiat lidah buaya yang lain.

### **Saran**

1. Perlu adanya studi pendahuluan sebelum pembuatan proposal ke Desa Golantepus
2. Kerjasama yang baik antara pihak akademisi dan masyarakat Ds. Golan 4/4 Golantepus kec. Mejobo dapat mempermudah tujuan bersama

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

1. Program Pengabdian masyarakat ini dibiayai oleh STIKES Cendekia Utama Kudus dengan Surat Perjanjian Kontrak Pengabdian Masyarakat (SPK-PM) Nomor: 006/SK-PI/LPPM-STIKES CU/IV/2017 Tanggal 6 April 2017
2. Ketua PKK di desa Golantepus Kecamatan Mejobo Kudus yang telah memberikan izin sehingga program pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik



## DAFTAR PUSTAKA

1. Wahyono, E dan Koesnandar. 2002. Mengatasi Maagh dengan Daun Lidah Buaya".[http://dokter-medis.blogspot.com./2010/09 mengatasi-maagh-dengan-lidah-buaya.html](http://dokter-medis.blogspot.com./2010/09/mengatasi-maagh-dengan-lidah-buaya.html)
2. Hutapea, J.R.1993. *Inventaris Tanaman Obat Indonesia (II)*. Jakarta: Depkes RI, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Botani.
3. Harbone, J.B.1987. Metode Fitokimia, Penuntun cara modern Menganalisa Tumbuhan. Bandung : ITB Press.

## PEDOMAN PENULISAN NASKAH JPK

Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus menerima naskah hasil-hasil pengabdian masyarakat di dalam pemberdayaan di bidang kesehatan.

Naskah adalah karya asli penulis, bukan plagiat, saduran atau terjemahan karya penulis lain.

Naskah khusus ditujukan kepada Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus, belum pernah dipublikasikan di media lain. Naskah yang dikirim harus disertai surat persetujuan publikasi dan surat pengantar yang ditandatangani penulis.

### Komponen naskah:

- **Judul**, ditulis maksimal 150 karakter, huruf *Book Antiqua*, ukuran 13, spasi 1
- **Identitas penulis**, ditulis setelah judul. Terdiri atas nama (tanpa gelar), alamat tempat kerja, nomor telepon/hp dan alamat email.
- **Abstrak** dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, maksimal 200 kata, disusun dalam satu alinea, berisi masalah, tujuan, metode pelaksanaan, hasil dan 3-5 kata kunci. Untuk naskah dalam bahasa Inggris, tidak perlu disertai abstrak dalam bahasa Indonesia.
- **Pendahuluan**, tanpa subjudul, berisi latar belakang, sedikit tinjauan pustaka dan tujuan program pengabdian.
- **Metode**, dijelaskan secara rinci variasi kegiatan melalui tahapan didalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di bidang kesehatan
- **Hasil dan Pembahasan**, mengurai secara tepat dan argumentatif hasil program pengabdian, kaitan hasil dengan teori yang sesuai dan sistematis.
- **Tabel atau gambar**. Tabel, diberi nomor sesuai urutan penyebutan dalam teks, ditulis 1 (satu) spasi, ukuran 11. Judul singkat, padat dan jelas, terletak di atas tabel. Gambar, diberi nomor sesuai urutan penyebutan dalam teks. Judul singkat, padat dan jelas, terletak di bawah gambar.

- **Simpulan dan Saran.** Simpulan menjawab masalah program pengabdian dengan pernyataan tegas. Saran logis, tepat guna dan tidak mengada-ada, dan ada keterkaitan dengan keberlanjutan program pengabdian
- **Rujukan/ referensi** ditulis sesuai aturan **Vancouver**, urut sesuai dengan pemunculan dalam keseluruhan teks, maksimal 25 rujukan dan 75 persen merupakan publikasi dalam 10 tahun terakhir.

Naskah sebanyak 15-25 halaman kuarto, batas atas-bawah-tepi kiri-tepi kanan (cm) : 4-3-4-3, spasi 1,5, jenis huruf: arial, ukuran 12, format microsoft word, dalam bentuk softfile dan 3 (tiga) eksemplar dalam bentuk print out.

Naskah dikirim ke alamat : Redaksi Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus, Jl. Lingkar Raya Km.05 Jepang Mejobo Kudus 59381.

**Kontak langsung dapat melalui:**

- Eko Prasetyo : 081575435102
- David Laksamana Caesar : 085727448958
- Sholihul Huda : 081326404743

Naskah juga dapat dikirim melalui email :

**[lppm.stikescendekiautama@yahoo.com](mailto:lppm.stikescendekiautama@yahoo.com)**

## **CONTOH PENULISAN DAFTAR PUSTAKA**

### **Artikel Jurnal Penulis Individu.**

Sloan NL, Winikoff B, Fikree FF. An ecologic analysis of maternal mortality ratios. *Stud Fam Plann* 2001;32:352-355.

### **Artikel Jurnal Penulis Organisasi**

Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. *Hypertension*.2002;40(5):679-86

### **Artikel Jurnal di Internet**

Goodyear-Smith F and Arroll B, Contraception before and after termination of pregnancy: can we do it better? *New Zealand Medical Journal*, 2003, Vol. 116, No. 1186, <<http://www.nzma.org.nz/journal/116-1186/683/content.pdf>>, accessed Aug. 7, 2007.

### **Buku Dengan Nama Editor sebagai penulisnya**

Lewis G, ed. *Why mothers die 2000–2002: the confidential enquiries into maternal deaths in the United Kingdom*. London: RCOG Press; 2004.

### **Buku yang Ditulis Individu**

Loudon I. *Death in childbirth. An international study of maternal care and maternal mortality 1800-1950*. London: Oxford University Press, 1992.

### **Buku yang Ditulis Organisasi**

Council of Europe, *Recent Demographi Developments in Europe 2004*, Strasbourg, France: Council of Europe Publishing, 2005.

### **Artikel dari Buletin**

Ali MM, Cleland J and Shah IH, Condom use within marriage: a neglected HIV intervention, *Bulletin of the World Health Organization*, 2004, 82(3):180–186.

### **Paper yang Dipresentasikan dalam Pertemuan Ilmiah/Konferensi**

Kaufman J, Erli Z and Zhenming X, Quality of care in China: from pilot project to national program, paper presented at the IUSSP XXV International Population Conference, Tours, France, July 18–23, 2005.

**Bab dalam Buku**

Singh S, Henshaw SK and Berentsen K, Abortion: a worldwide overview, in: Basu AM, ed., The Sociocultural and Political Aspects of Abortion, Westport, CT, USA: Praeger Publishers, 2003, pp. 15–47.

**Data dari Internet**

U.S. Bureau of the Census, International Data Base, Country summary: China, 2007, <<http://www.census.gov/ipc/www/idb/country/chportal.html>>, accessed Aug. 12, 2007.

**Disertasi**

Lamsudin R. Algoritma Stroke Gajah Mada (Disertasi). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada. 1997

**Makalah dalam Surat Kabar**

Banzai VK, Beto JA. Treatment of Lupus Nephritis. The Jakarta Post 1989; Dec 8; Sect A.5(col 3)

**Kamus**

Ectasia. Dorland's Illustrated Medical Dictionary. 27th ed. Philadelphia: Saunders, 1988;527