

## PENERAPAN DAGUSIBU DAN IMPLEMENTASI PENGGUNAAN TOGA UNTUK MENINGKATKAN DAYA TAHAN TUBUH PADA AISYIYAH RANTING PERENG

Irma Susanti<sup>1</sup>, Afiv Wahyudi<sup>2</sup>, Septian Dwi Mulyana<sup>3</sup>, Popy Dwi Permata Sari<sup>4\*</sup>,  
Vivi Tri Rusdiana Putri Jayanti<sup>5</sup>, Haeny Sholichatin<sup>6</sup>, M. Miftakhul Akhyar<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup> Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan  
e-mail: popyprmt2301@gmail.com

### Abstrak

Kebanyakan masyarakat di Dusun Pereng saat ini lebih memilih pengobatan yang dilakukan sendiri atau swamedikasi, biasanya dilakukan untuk mengatasi keluhan-keluhan dan penyakit ringan yang banyak dialami masyarakat seperti demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, sakit maag, cacingan, diare, penyakit kulit dan lain-lain. Untuk menghindari medication error, maka masyarakat perlu mengenal DAGUSIBU meliputi cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan dan membuang obat dengan benar. Selain swamedikasi secara mandiri masyarakat lebih suka menggunakan bahan alami seperti jahe, serai, temulawak dan kunyit karena mudah didapat dan dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh, bahan alam dianggap lebih sedikit menimbulkan efek yang tidak diinginkan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan penerapan DAGUSIBU dan pengelolaan TOGA untuk meningkatkan daya tahan tubuh dengan memberikan penyuluhan dan demonstrasi pembuatan jamu dari TOGA. Metode yang digunakan yaitu ceramah, demonstrasi pemanfaatan TOGA, dan evaluasi. Kegiatan ini menggunakan kuisioner yang telah tervalidasi pada penelitian (Cholifatun et al., 2020). Untuk melihat perbandingan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, serta sebagai indikator keberhasilan kegiatan ini yang diolah menggunakan pengujian diskriptif. Hasil dari kegiatan ini masyarakat lebih memahami penerapan DAGUSIBU dan pemanfaatan TOGA yang dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh dengan rata-rata nilai pre-test yang didapat sebesar 81% dan pada rata-rata nilai post-test didapat sebesar 95%. Dari hasil tersebut, terdapat peningkatan sebesar 14% dari nilai pre-test dan post-test yang menandakan masyarakat dapat memahami mengenai materi yang disampaikan, terbukti dari peningkatan nilai yang didapat.

**Kata kunci:** Dagusibu, Daya Tahan Tubuh, Toga

### Abstract

Most people in Dusun Pereng currently prefer self-medication, which is commonly used to address complaints and mild illnesses frequently experienced by the community, such as fever, pain, dizziness, cough, flu, stomach ulcers, worms, diarrhea, skin diseases, and others. To avoid medication errors, it is important for the community to understand DAGUSIBU, which includes the proper ways to obtain, use, store, and dispose of medications. In addition to self-medication, the community prefers using natural ingredients such as ginger, lemongrass, temulawak, and turmeric because they are easily accessible and can help boost the immune system. Natural remedies are considered to have fewer unwanted side effects. This activity aims to provide counseling on the application of DAGUSIBU and the management of TOGA (traditional medicinal plants) to improve immune health by offering counseling and demonstrations on making herbal drinks from TOGA. The methods used in this activity include lectures, demonstrations on utilizing TOGA, and evaluation. This activity uses a questionnaire that has been validated in a previous study (Cholifatun et al., 2020). It compares the community's knowledge before and after the counseling, serving as an indicator of the success of the activity, analyzed through descriptive testing. The results showed that the community gained a better understanding of DAGUSIBU and the use of TOGA to maintain immunity. The average pre-test score was 81%, and the average post-test score was 95%. This represents a 14% improvement between the pre-test and post-test scores, indicating that the community was able to comprehend the material presented, as demonstrated by the improvement in their test scores.

**Keywords:** Dagusibu, Endurance, Toga

### PENDAHULUAN

Dusun Pereng merupakan salah satu dusun di Kecamatan Babat, Kabupaten Lamongan. Kebanyakan masyarakat saat ini lebih memilih pengobatan yang dilakukan sendiri, biasanya dilakukan

untuk mengatasi keluhan-keluhan dan penyakit ringan yang banyak dialami masyarakat seperti demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, sakit maag, cacingan, diare, penyakit kulit dan lain-lain. Swamedikasi menjadi alternatif yang diambil masyarakat untuk meningkatkan keterjangkauan pengobatan maka masyarakat memerlukan pedoman yang terpadu agar tidak terjadi kesalahan pengobatan (Restiyono, 2016).

Berbagai masalah kesehatan, khususnya terkait obat masih sering ditemui di masyarakat. Permasalahan tersebut antara lain penyalahgunaan obat, terjadinya efek samping obat dari yang paling ringan sampai kematian, beredarnya obat palsu, narkoba, dan bahan berbahaya lainnya. Berbagai permasalahan terkait obat dapat disebabkan kurangnya pemahaman masyarakat tentang penggunaan dan penanganan obat dengan benar. Salah satu cara pengelolaan obat yang baik dan benar adalah dengan menerapkan program DAGUSIBU (Purwaningsih et al., 2022).

Selain melakukan swamedikasi mandiri dengan obat konvensional, masyarakat juga lebih menyukai pengobatan dengan tanaman karena tanaman obat memainkan peran utama dalam pengobatan sejak awal peradaban (Sembiring & Makhdalena, 2024). Tanaman obat keluarga atau TOGA menjadi salah satu pilihan masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan, dengan pertimbangan karena dapat dimanfaatkan untuk kesehatan. Tanaman obat dapat dijadikan obat yang aman, tidak mengandung bahan kimia, murah, dan mudah didapatkan. Salah satu fungsi TOGA adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang meliputi upaya preventif (pencegahan), upaya promotif (meningkatkan/menjaga kesehatan) dan upaya kuratif (Atmojo & Darumurti, 2021).

## METODE

### a. Tahap Persiapan:

Kegiatan pengabdian ini dimulai dari mengidentifikasi masalah yang terjadi pada daerah tersebut. Hasil yang didapat yaitu kurangnya pengetahuan mengenai resep obat dapat dibeli di apotek, cara penggunaan obat seperti sirup yang harus ditakar menggunakan sendok yang ada dalam kemasan, lama obat disimpan setelah digunakan, dan cara membuang obat dengan tepat, sekaligus pemanfaatan tanaman obat keluarga yang dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh. Selanjutnya meminta izin oleh tim pengabdian pada ketua Aisyiyah Ranting Pereng untuk dilakukan pengabdian masyarakat.

### b. Tahap Pelaksanaan Kegiatan:

Kegiatan ini dilakukan di Masjid Al-Muhajirin dihadiri oleh 14 kader Aisyiyah Ranting Pereng yang dilakukan pada 26 Januari 2025. Materi yang disampaikan yaitu mengenai DAGUSIBU berupa cara mendapatkan obat, macam-macam obat, penggolongan obat, penggunaan obat sesuai indikasi, dosis, aturan pakai, penyimpanan obat setelah obat dibuka dari kemasan, dan cara membuang obat yang sudah kadaluarsa atau rusak agar tidak mencemari lingkungan. Sedangkan pada materi pemanfaatan TOGA dijelaskan tanaman yang dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh dengan modifikasi bentuk sediaan menggunakan minuman jamu dan serbuk jamu.

### c. Tahap Evaluasi:

Evaluasi indikator keberhasilan program pengabdian dilihat dari bagaimana respon dari peserta ketika tim pengabdian menyampaikan materi. Tim penyaji membuat berbagai umpan balik, sehingga peserta dapat aktif bertanya dan menjawab. Selain itu, peserta diberi kuisioner pre-test dan post-test yang telah divalidasi pada penelitian (Cholifatun et al., 2020). Kemudian data diolah menggunakan metode deskriptif

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembahasan mengenai hasil pengabdian, dikaitkan dengan hasil penelitian-penelitian/pengabdian sebelumnya, dianalisis secara kritis dan dikaitkan dengan literatur terkini yang relevan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Penerapan DAGUSIBU dan Implementasi Penggunaan TOGA”, suatu pendampingan keterampilan cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan dan membuang obat dan pemanfaatan TOGA pada masyarakat. Kegiatan ini selaras dengan program yang dicanangkan oleh Ikatan Apoteker Indonesia (IAI) melalui gerakan keluarga sadar obat (GKSO) yang telah di sosialisasikan sejak tahun 2014. Kegiatan dimulai dengan memberikan pre-test pada para kader sebelum dilakukan penyampaian materi untuk melihat tingkat pengetahuan mengenai DAGUSIBU.



Gambar 1. Pengisian kuisioner Pre-test

Kemudian memberikan penyuluhan singkat kepada kader mengenai DAGUSIBU dalam upaya pemeliharaan kesehatan karena seringkali masyarakat melakukan swamedikasi, yaitu mengatasi keluhan penyakit yang dideritanya dengan membeli obat-obatan atas inisiatif sendiri tanpa berkonsultasi kepada dokter atau tenaga kesehatan terlebih dahulu (Octavia et al., 2020). DAGUSIBU merupakan salah satu upaya peningkatan kesehatan bagi masyarakat yang diselenggarakan melalui kegiatan pelayanan kesehatan oleh tenaga kefarmasian. Pelayanan kesehatan yang dapat diberikan tenaga kefarmasian kepada masyarakat antara lain dengan melakukan kegiatan pemberian informasi tentang penggunaan dan penyimpanan sediaan farmasi dan alat kesehatan (Pujiastuti & Kristiani, 2019).

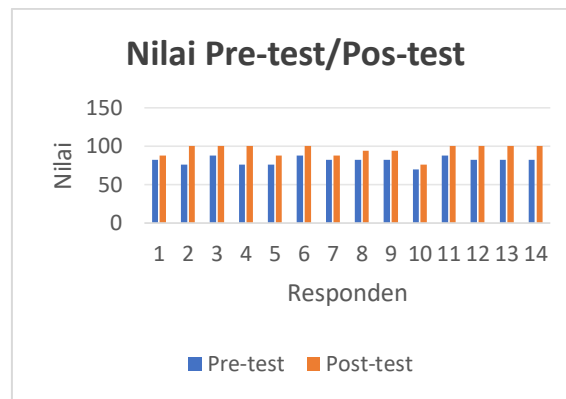


Gambar 2. Penyampaian materi Dagusibu

Dari kegiatan penyuluhan ini terlihat peserta yang datang memiliki antusias yang tinggi ditandai dengan semaraknya diskusi yang terjadi. Banyaknya peserta yang bertanya mengenai DAGUSIBU mulai dari cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan sampai cara membuang obat. Selain bertanya tentang DAGUSIBU, masyarakat juga bertanya tentang penggunaan obat lain secara langsung bahkan tidak sedikit peserta yang konsultasi mengenai obat-obat yang biasa mereka gunakan sehari-hari. Setelah penyampaian materi para kader, diberikan post-test dengan soal yang sama untuk melihat tingkat pemahaman kader mengenai materi yang diberikan.

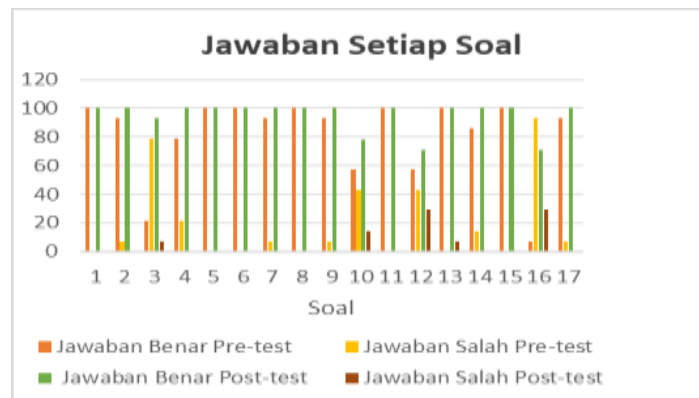


Gambar 3. Pengisian kuisioner Post-test



Gambar 4. Nilai Pre-test dan Post-test tiap responden

Pada gambar 4 rata-rata nilai pre-test yang didapat sebesar 81% dan pada rata-rata nilai post test didapat sebesar 95%. Dari hasil tersebut terdapat peningkatan sebesar 14% dari nilai pre-test dan post-test yang menandakan kader Aisyiyah Ranting Pereng dapat memahami mengenai materi yang disampaikan, terbukti dari peningkatan nilai yang didapat.



Gambar 5. Tingkat jawaban benar tiap soal

Jumlah responden yang menerima dan mengembalikan lembar kuesioner penelitian sebanyak 14 responden. Pada gambar 5 rata-rata jawaban benar pre-test yang didapat sebesar 81% dan pada rata-rata jawaban benar post-test didapat sebesar 95%. Dari hasil yang didapat pada pengujian deskriptif terdapat peningkatan para kader sebelum dan setelah diberikan penyampaian materi DAGUSIBU sebesar 14%. Terbukti pada soal nomor 3 terdapat kenaikan jawaban benar sebesar 72% dari hasil rata-rata pre-test dan post-test yang menandakan bahwa kader dapat mengetahui resep obat tidak dapat dibeli di toko obat atau warung yang menjual obat, melainkan pembelian obat dengan resep harus di apotek. Hal tersebut sejalan dengan (Yati et al., 2018) obat dapat dibeli pada tempat yang tepat yaitu: apotek, rumah sakit, klinik, dan puskesmas. Pada soal nomor 10 terdapat kenaikan jawaban benar sebesar 21% dari hasil rata-rata pre-test dan post-test yang menandakan masyarakat lebih paham mengenai cara penggunaan sirup yang harus ditakar menggunakan sendok yang terdapat pada kemasan bukan dengan sendok makan. Hal ini sejalan dengan (Shoviantari et al., 2024) sendok takar yang digunakan untuk sediaan sirup menggunakan sendok takar yang ada dalam kemasan agar sesuai dengan dosis. Pada soal 16 terdapat kenaikan jawaban benar sebesar 64% dari hasil rata-rata pre-test dan post-test yang menandakan masyarakat memahami tentang cara pembuangan obat yaitu jika obat tablet harus dihancurkan dulu sebelum dibuang dan jika obat dalam bentuk cair sisa obat harus dikeluarkan untuk menghindari penyalahgunaan obat. Hal tersebut sejalan dengan (Octavia et al., 2020) obat tidak boleh dibuang sembarangan agar tidak disalahgunakan. Sebelum obat dibuang, terlebih dahulu dibuka dan dipendam di dalam tanah.



Gambar 6. Penyampaian materi TOGA

Pada materi TOGA masyarakat sangat antusias mengenai tanaman yang dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh. Sedangkan untuk demonstrasi yang dilakukan, kami membuat minuman jamu yang mengandung kombinasi temulawak, kunyit, serai dan serbuk jahe, serai yang diharapkan bisa dibuat persediaan selama di rumah dan sekaligus dapat menjaga imunitas tubuh.

### SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman kader mengenai DAGUSIBU, ditandai dengan rata-rata yang didapat pada pre-test 81% dan post-test 95% dengan peningkatan nilai sebesar 14%. Pada soal nomor 3 terdapat peningkatan jawaban benar sebesar 72% dari hasil rata-rata pre-test dan post-test, sedangkan nomor 10 terdapat peningkatan sebesar 21% dari hasil rata-rata jawaban benar pre-test dan post-test, untuk nomor 16 terdapat peningkatan sebesar 64% dari hasil rata-rata pre-test dan post-test. Hal ini menandakan kader memahami materi yang disampaikan. Tanaman obat keluarga dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh sekaligus mencegah dan mengobati beberapa penyakit.

### SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan, disarankan perlu adanya monitoring dan evaluasi jangka Panjang guna mengukur keberlanjutan perubahan perilaku kader, tidak hanya sebatas pada peningkatan pengetahuan sesaat. Selain itu, perlu dikembangkan media edukasi yang lebih variatif seperti video demonstrasi atau modul praktis budidaya TOGA yang lebih spesifik untuk memperdalam keterampilan psikomotorik kader. Dengan memperluas jangkauan sasaran ke komunitas yang lebih luas serta mengukur korelasi antara tingkat pemahaman DAGUSIBU dengan penurunan angka kesalahan penggunaan obat (medication error) di tingkat rumah tangga.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada kader Aisyiyah Ranting Pereng yang telah bekerjasama untuk menyukseskan program kegiatan pengabdian masyarakat ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Atmojo, M., & Darumurti, A. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 100–109. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v4i1.8660>
- Cholifatun, D., Amananti, W., & Barlian, A. A. (2020). Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Dagusibu Obat Desa Karanggantung Kec. Sumbang Kab. Banyumas. *Poltektegal*, 9(1), 5–7. <http://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/parape>
- Octavia, D. R., Susanti, I., & Negara, S. B. S. M. K. (2020). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Penggunaan Dan Pengelolaan Obat Yang Rasional Melalui Penyuluhan Dagusibu. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 23–39. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v4i1.401>
- 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*, 1(1), 62–72. <https://doi.org/10.30659/ijocs.1.1.62-72>
- Purwaningsih, D., Yasir, B., Hendrarti, W., Paluseri, A., & Burhan, A. (2022). Penerapan Budaya

- Sadar Obat Melalui Penyuluhan DAGUSIBU Pada Warga Desa Patani Kecamatan Mappakasunggu-Takalar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Almarisah*, 2022(1), 21–26. <https://jurnalalmarisah.stifa.ac.id>
- Restiyono, A. (2016). Analisis Faktor yang Berpengaruh dalam Swamedikasi Antibiotik pada Ibu Rumah Tangga di Kelurahan Kajeen Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 11(1), 14. <https://doi.org/10.14710/jpki.11.1.14-27>
- Sembiring, E. V., & Makhdalena. (2024). Penyuluhan DAGUSIBU Obat dan TOGA pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandar Lampung. *Indonesian Journal of Community Empowerment (Ijce)*, 6(1), 1–6. <https://doi.org/10.35473/ijce.v6i1.2540>
- Shoviantari, F., Widyaningrum, E. A., Pertiwi, K. K., Sugiyartono, Mawardika, H., Saputra, S. A., & Kristianingsih, I. (2024). Gerakan Opimba (Orang Tua Pintar Minum Obat): Penyuluhan dan Kaderisasi Orang Tua Cerdik dan Cermat dalam Penggunaan Obat Cair. *JCEE : Journal Of Community Enggement And Empowerment*, 6(1), 22–27.
- Yati, K., Hariyanti, Dwitiyanti, & Lestari, P. M. (2018). Pelatihan Pengelolaan Obat yang Tepat dan Benar di UKS Sekolah-. *Jurnal SOLMA*, 07(1), 42–49. <https://doi.org/10.29405/solma.v7i1.656>