

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 5 No. 1	Edition: Desember 2024 – Maret 2025
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 16 Desember 2024	Revised: 20 Desember 2024	Accepted: 23 Desember 2024

PEMANFAATAN BAHAN ALAM LIDAH BUAYA (*Aloe vera*) SEBAGAI KESEHATAN LAMBUNG DAN PERAWATAN RAMBUT DI SMA NEGERI 17 MEDAN

Utilization Of Natural Ingredients Aloe Vera (Aloe Vera) As A Means For Gastric Health And Hair Care At State Senior High School 17 Medan

Sofia Elia Sari Bangun¹, Zola Efa Harnis², Jhan Saberlan Purba³, Dian Fachrunnisa⁴, Agnes Clara⁵
Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail: sofiaelia8@gmail.com, zolaharnis19@gmail.com, jhansaberlan96@gmail.com

Abstract

Indonesia is known for its many medicinal plants. One of them is aloe vera. From the results of the previous reset, it shows that aloe vera can play a useful role in maintaining stomach health and hair care. Therefore, we want to educate the students at SMA Negeri 17 Medan about the importance of maintaining healthy stomach and hair, and introduce the potential of aloe vera as a plant that can be used for these problems and how to process it. The method used is the extension method. Where we deliver the material in the form of a power point presentation, then evaluate their understanding of the material that has been presented by conducting questions and answers and quizzes in the form of letters puzzle quiz. The results obtained were that they became more familiar with the types of aloe vera plants used for medicine and how to process them for their own use. In the future, it is recommended that there be more extensive education regarding aloe vera and its benefits, as well as simple processing methods as an effort to prevent disease.

Keywords: *gastritis, hair, aloe vera*

Abstrak

Indonesia terkenal dengan banyaknya tanaman obat. Salah satunya adalah lidah buaya. Dari hasil reset sebelumnya menunjukkan bahwa lidah buaya dapat bermanfaat dalam menjaga kesehatan lambung dan perawatan rambut. Oleh karena itu, kami ingin memberikan edukasi kepada siswa-siswi SMA Negeri 17 Medan tentang pentingnya menjaga kesehatan lambung dan rambut, serta mengenalkan potensi lidah buaya sebagai tanaman yang dapat dimanfaatkan untuk mengatasi permasalahan tersebut serta cara pengolahannya. Metode yang dipakai yaitu penyuluhan. Penulis menyampaikan materi dalam bentuk presentasi power point, kemudian mengevaluasi pemahaman audiens terhadap materi yang telah disampaikan dievaluasi melalui sesi tanya jawab dan kuis dalam bentuk kuis puzzle huruf. Hasil yang diperoleh adalah mereka menjadi lebih mengenal jenis-jenisnya. pemanfaatan tanaman lidah buaya untuk obat dan cara mengolahnya untuk dimanfaatkan sendiri, kedepannya disarankan agar dilakukan edukasi yang lebih mendalam mengenai lidah buaya dan manfaatnya, serta cara pengolahan yang sederhana sebagai upaya pencegahan penyakit.

Kata kunci: *gastritis, rambut, lidah buaya*

I. PENDAHULUAN

Gastritis atau maag adalah suatu kondisi yang muncul akibat kelebihan asam lambung atau peningkatan asam lambung yang mengakibatkan peradangan pada lapisan lambung. Hal ini dapat terjadi ketika perlindungan lapisan lambung terganggu oleh bakteri. Gastritis adalah masalah kesehatan yang umum dialami oleh remaja. Jika tidak ditangani dengan benar, kondisi ini dapat bertambah parah dan menyebabkan asam lambung mengakibatkan luka yang dikenal sebagai tukak lambung, bahkan bisa menyebabkan muntah darah. Jika gastritis tidak dikelola dengan baik, hal ini dapat menyebabkan peradangan kronis yang berkembang menjadi tukak lambung, yaitu cedera pada dinding lambung. Dalam beberapa kasus, tukak lambung dapat disertai muntah darah. Jika kondisi ini terus berlanjut tanpa pengobatan, komplikasi serius seperti kanker lambung atau tukak lambung yang lebih parah dapat terjadi. Menurut data kesehatan di Asia, setiap tahun sekitar 583.635 individu terpengaruh. Di Shanghai, tingkat gastritis yang terkonfirmasi melalui endoskopi mencapai sekitar 17,2%, yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan angka di negara Barat yang hanya sekitar 4,1% dan sering kali tidak menunjukkan gejala. Di Indonesia, jumlah kasus gastritis juga cukup signifikan, dengan prevalensi mencapai 274.396 dari total penduduk yang berjumlah 238.452.952, atau sekitar 40,8%, menurut profil kesehatan Indonesia. Di Sumatera Utara, prevalensi gastritis mencapai 91,6% dari total kasus.

Gejala yang umum dialami oleh orang dengan gastritis mencakup ketidaknyamanan di daerah perut, khususnya di epigastrium, perut yang kembung, mual, muntah, sakit kepala, dan mual yang bisa mengganggu aktivitas sehari-hari, nyeri atau rasa terbakar di bagian atas perut yang mungkin membaik atau memburuk setelah makan, berkurangnya nafsu makan, bersendawa, serta kembung. Banyaknya kasus gastritis di wilayah Sumatera Utara sendiri khususnya di kalangan remaja, mendorong penulis untuk melakukan edukasi terhadap tanaman Indonesia yang dapat bermanfaat sebagai obat, salah satunya yaitu Lidah buaya. Lidah buaya merupakan bahan alami yang secara tradisional di kenal untuk mengatasi masalah kerontokan rambut, ternyata Lidah buaya (*Aloe vera*) juga termasuk penggunaannya untuk membantu mengatasi gejala gastritis. Manfaat Lidah Buaya adalah Gel lidah buaya memiliki senyawa antiinflamasi yang membantu meredakan peradangan pada mukosa lambung, memiliki Kandungan lignin pada lidah buaya membantu gelnya meresap ke dalam jaringan dan menciptakan lapisan pelindung di lambung, mengurangi iritasi akibat asam lambung, Lidah buaya dapat melawan *Helicobacter pylori*, bakteri yang sering menjadi penyebab gastritis kronis. Gel lidah buaya dapat menyeimbangkan produksi asam lambung, mencegah iritasi lebih lanjut, Lidah buaya juga mengandung polisakarida yang dapat merangsang regenerasi sel, membantu memperbaiki mukosa lambung yang rusak.

Lidah buaya, yang dikenal secara ilmiah *Aloe vera*, adalah tanaman yang sudah terkenal sejak ribuan tahun lalu. Dr. Freddy Wilmana, MFPM, Sp.FK, seorang ahli gizi, menyatakan bahwa dari sekitar 200 varietas lidah buaya, jenis yang paling efektif untuk pengobatan adalah *Aloe vera Barbadosis miller* karena kemampuannya sebagai antioksidan. Lidah buaya memiliki karakteristik antioksidan yang dapat melindungi sel-sel dari kerusakan yang disebabkan oleh radikal bebas, serta membantu memicu pertumbuhan sel-sel baru di kulit. Di dalam gel lidah buaya terdapat sel lignin yang dapat menembus dan diserap oleh kulit. Karena menurut banyaknya kasus gastritis dan masalah rambut yang ada di wilayah Sumatera Utara sendiri khususnya di kalangan remaja maka kami tertarik untuk melakukan pengabdian dan penyuluhan tentang pemanfaatan bahan lidah buaya sebagai kesehatan lambung dan perawatan rambut di SMA Negeri 17 Medan.

II. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMA Negeri 17 Medan ini menggunakan pendekatan penyuluhan yang terdiri dari tiga tahap utama: persiapan (menentukan tema, sasaran, media, dan isi yang akan disampaikan), pelaksanaan (aktivitas utama penyuluhan, seperti penyampaian materi dan interaksi dengan peserta), dan evaluasi. Evaluasi operasional bertujuan untuk mengukur kemajuan program yang telah

dilaksanakan, mengenali masalah yang muncul, serta mencari solusi agar layanan yang diberikan dapat berlangsung dengan efektif dan optimal. Tahap akhir evaluasi dilakukan untuk memastikan bahwa siswa/i SMA Negeri 17 Medan mampu memahami konsep dan mengaplikasikan materi dan penyuluhan yang telah disampaikan. Proses evaluasi dilakukan melalui sesi tanya jawab serta permainan interaktif yang dirancang khusus untuk siswa, sehingga memungkinkan pengambilan kesimpulan berdasarkan hasil analisis dari kegiatan evaluasi tersebut.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat di SMA Negeri 17 Medan mencakup:

- a. Terjalannya komunikasi aktif pemateri dengan siswa/i, yang menunjukkan bahwa siswa/i memahami pentingnya menjaga kesehatan lambung dan rambut.
- b. Peningkatan pemahaman siswa/i tentang pemanfaatan tanaman herbal seperti lidah buaya.
- c. Bertambahnya pengetahuan siswa/i mengenai penggunaan lidah buaya untuk kesehatan lambung dan perawatan rambut.

Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Masyarakat (PKM) ini, yang meliputi pengenalan profesi apoteker serta edukasi tentang penggunaan lidah buaya sebagai bahan alami untuk kesehatan lambung dan perawatan rambut, Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa/i, selaras dengan tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberi pemahaman yang dapat mendukung siswa/i dalam menyebarkan informasi kepada masyarakat dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilakukan di SMA Negeri 17 Medan terbukti berhasil dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang pemanfaatan bahan alami lidah buaya (*Aloe vera*) untuk kesehatan pencernaan dan perawatan rambut. Siswa juga dapat berkontribusi secara langsung dalam memberikan informasi kepada keluarga mengenai cara menggunakan dan mengolah lidah buaya secara mandiri.

V. DAFTAR PUSTAKA

- Astari, C., Samsi, A.S., & Anastasya, N.Q. (2021). Tinjauan Penggunaan Obat pada Pasien Gastritis di Puskesmas Sendana Kota Palopo. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 4(1).
- Chyntya, S.A., Khomsatin, S., & Febriyanti, D. (2024). Analisis Efektivitas Ekstrak Lidah Buaya dan Kemiri untuk Mengatasi Rambut Rontok. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(2).
- Herliyanti, H., Harun, L., & Suwandewi, A. (2023). Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Pustu Mantimin. *Journal of Nursing Invention*, 4(2).
- National Center for Complementary and Integrative Health. (2020). Aloe Vera. Diakses 18 Oktober 2024, dari <https://www.nccih.nih.gov/health/aloe-vera>
- Jefi, H., Afni, N., Salim, A., & Iqbal, Y. (2022). Penggunaan Algoritma Naïve Bayes dalam Prediksi Penyakit Lambung. *Jurnal Informatika*, 12(2).
- Latifah, F., & Iswari, R. (2007). *Ilmu Pengetahuan Kosmetik: Buku Pegangan Praktis*. Jakarta: Gramedia.
- Masyithoh, P.L., Utomo, A.W., Mahati, E., & Muniroh, M. (2019). Perbandingan Efektivitas Gel Lidah Buaya (*Aloe Vera L.*) pada Pertumbuhan Sel Rambut. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(4).
- Novita, A., Amin, M., & Hudalinnas. (2019). Potensi Kandungan Lidah Buaya dalam Pengendalian *Vibrio* pada Budidaya Kakap Putih. *Jurnal Kelautan*, 12(2).
- Noer, R.I., Humaidi, F., & Alrosyidi, A.F. (2023). Tinjauan Penggunaan Obat pada Pasien Gastritis di Puskesmas Batumarmar. *Jurnal Farmasi*, 4(1).

Restapaty, R., Hidayanti, R., & Sayakati, P.I. (2019). Edukasi Kesehatan Rambut dan Kulit Kepala pada Penghuni Rumah Yatim Arrahmah Banjarbaru. *Journal of Science and Social Development*, 2(2).

DOKUMENTASI KEGIATAN PENYULUHAN

