

PROPOSAL PENYULUHAN KESEHATAN MASYARAKAT



**PEMANFAATAN DAUN KELOR SEBAGAI PENCEGAHAN
PENYAKIT ALZHEIMER**

Ketua Pelaksana :

Yonathan Tri Atmodjo Reubun, M.Farm

NIDN: 0320099403

Anggota Pelaksana:

Apt. Winda Oktima, S.Farm., M.Sc.	0421108205
Lidia Octaviani	201560611007
Fenny Sandriyani	201560611032

**PROGRAM STUDI FARMASI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA
BEKASI**

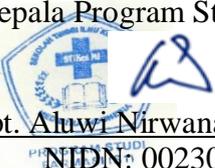
2022

HALAMAN PENGESAHAN

USUL KEGIATAN PENGAMBIAN MASYARAKAT

1. Judul
“PEMANFAATAN DAUN KELOR SEBAGAI PENCEGAHAN PENYAKIT ALZHEIMER”
2. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Yonathan Tri Atmodjo Reubun, M.Farm.
 - b. NIDN : 0320099403
 - c. Jabatan : -
 - d. Program Studi : Farmasi
 - e. Nomor Telepon : 08979983814
3. Personalia
Anggota
 - Apt. Winda Oktima, S.Farm., M.Sc. 0421108205
 - Lidia Octaviani 201560611007
 - Fenny Sandriyani 201560611032
 -
 -
 -
4. Jangka waktu kegiatan : 1 Hari
5. Bentuk Kegiatan : Penyuluhan Pencegahan Penyakit
6. Jumlah Peserta : 30 Orang
7. Biaya yang diperlukan :
Sumber dana dari Mandiri : Rp.800.000

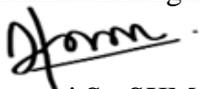
Mengetahui,
Kepala Program Studi Farmasi


Dra. apt. Aluwi Nirwana Sani, M.Pharm.
NIDN: 0023046309

Bekasi, 30 Mei 2022
Ketua Pelaksana


Yonathan Tri Atmodjo Reubun, M.Farm.
NIDN: 0320099403

Menyetujui
Kepala Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat


Rotua Suryani S., SKM., M.Kes
NIDN 0315018401

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur senantiasa penulis ucapkan dan panjatkan ke Hadirat Tuhan YME karena dengan karunianya penyusunan proposal Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) akhirnya dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.

Proposal ini diharapkan dapat menjadi kegiatan yang bermanfaat khususnya dalam kegiatan tridarma perguruan tinggi oleh dosen khususnya dosen program studi farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia.

Semoga proposal pengabdian kepada masyarakat ini dapat menjadi panduan dalam peningkatan tridarma dosen di program studi farmasi dan meningkatkan kualitas pengabdian di kampus STIKes Medistra Indonesia.

Bekasi, 30 Mei 2022

Ketua Pelaksana



Yonathan Tri Atmodjo Reubun, M.Farm.

NIDN. 0320099403

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Analisis Situasi	1
B. Pembuatan masalah	2
BAB II. SOLUSI DAN TARGET LUARAN	3
A. Solusi yang ditawarkan	3
B. Metode pendekatan	3
C. Partisipasi Mitra	4
D. Luaran	4
BAB III. METODE PELAKSANAAN	5
A. Desain pelaksanaan	5
B. Populasi dan sampel	5
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	5
DAFTAR PUSTAKA	6
LAMPIRAN	7

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Sejak jaman dahulu, manusia sangat mengandalkan lingkungan sekitarnya untuk memenuhi kebutuhannya. Misalnya untuk makan, tempat berteduh, pakaian, obat, pupuk, parfum, dan bahkan untuk kecantikan dapat diperoleh dari lingkungan. Sehingga kekayaan alam di sekitar manusia sebenarnya sedemikian rupa sangat bermanfaat dan belum sepenuhnya digali, dimanfaatkan, atau bahkan dikembangkan.

Bangsa Indonesia telah lama mengenal dan menggunakan tanaman berkhasiat obat sebagai salah satu upaya dalam menanggulangi masalah kesehatan. Pengetahuan tentang tanaman berkhasiat obat berdasarkan pada pengalaman dan ketrampilan yang secara turun temurun telah diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya.

Penggunaan bahan alam sebagai obat tradisional di Indonesia telah dilakukan oleh nenek moyang kita sejak berabad-abad yang lalu terbukti dari adanya naskah lama pada daun lontar Husodo (Jawa), Usada (Bali), Lontarak pabbura (Sulawesi Selatan), dokumen Serat Primbon Jampi, Serat Racikan Boreh Wulang nDalem dan relief candi Borobudur yang menggambarkan orang sedang meracik obat (jamu) dengan tumbuhan sebagai bahan bakunya (Sukandar E Y, 2006).

Penggunaan obat tradisional secara umum dinilai lebih aman daripada penggunaan obat modern. Hal ini disebabkan karena obat tradisional memiliki efek samping yang relatif lebih sedikit dari pada obat modern (Sari, 2006). Salah satu tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai pengobatan tradisional adalah daun kelor (*Moringa oleifera* Lam.).

Daun kelor merupakan tanaman dengan keluarga Moringaceae dengan nama tanaman asal yaitu *Moringa oleifera* Lam. Tanaman ini mempunyai kandungan senyawa bioaktif seperti vitamin, karotenoid, polifenol, asam fenolik, flavonoid, alkaloid, glukosinolat, isotiosianat, tannin dan saponin (Mbikay, 2012)(Leone, 2015). Daun kelor dilaporkan mempunyai banyak efikasi dalam pengobatan seperti antimikroba, antihiperkolesterol, antitumor, antidiabetes, antiinflamasi, dan antioksidan (Razak, 2018). Pada penyakit alzheimer, daun kelor dilaporkan memiliki efek nootropik untuk meningkatkan kolkisin yang diinduksikan peroksidase lipid yang tidak teratur dan menghambat aktivitas dari enzim asetilkolinesterase yang diduga menjadi kerusakan sistem saraf di otak yang mengakibatkan menurunnya kemampuan otak (Sutangkala, 2013)(CR, 2014).

Penyakit Alzheimer adalah kerusakan otak yang ditandai dengan penurunan dari perhatian, memori, dan kepribadian. Fungsi kognitif pada penderita penyakit Alzheimer tidak hilang pada satu saat. Fungsi pertama yang menurun adalah perhatian dan memori. Penyakit Alzheimer merupakan bentuk demensia yang paling umum, berjumlah kira-kira dua pertiga dari semua kasus. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kemampuan kognitif secara berangsur-angsur, sering bermula dengan kehilangan daya ingat. Penyebab dari 60 – 70% kasus demensia adalah Alzheimer yang dapat dikatakan sebagai salah satu bentuk penyakit spesifik dari demensia. Berbeda dengan beberapa penyakit atau gangguan fungsi tubuh akibat infeksi dan penggunaan obat yang menyebabkan demensia, Alzheimer disebabkan kerusakan atau kematian sel otak dan belum dapat disembuhkan hingga saat ini, bersifat progresif dan berlangsung dalam waktu yang lama. Biasanya seseorang mulai terdiagnosis pada umur 60 tahun namun individu usia muda pun dapat mengalaminya. Hal ini dapat menyebabkan keadaan vegetatif total dan kemudian kematian. (Kitphati, 2012).

Berdasarkan tujuan ini saya tertarik untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan yaitu agar dapat untuk mengedukasikan dan mengajak masyarakat di lingkungan RT.01 RW.2 Kampung Sepatan, Kel Sepanjang Jaya, Rawa Lumbu, Bekasi untuk memanfaatkan penggunaan obat herbal khususnya daun kelor dalam upaya peningkatan sistim daya tahan tubuh atau imunitas serta mencegah terjadinya penyakit alzheimer bagi masyarakat usia lanjut sehingga diharapkan angka harapan hidup pada manusia usia 50 tahun keatas di lingkungan RW 032 meningkat.

B. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah pada Pengabdian kepada Masyarakat adalah dengan melakukan sosialisasi kepada masyarakat serta melakukan simulasi pembuatan seduhan daun kelor terhadap penyakit Alzheimer. Selain itu diharapkan pada Pengabdian kepada masyarakat dapat terciptanya komunikasi dua arah antara pembicara dengan masyarakat. Selain itu, diadakannya sesi tanya jawab antara masyarakat dengan pembicara. Diharapkan pada Pengabdian kepada Masyarakat ini juga dilakukan pembagian sembako kepada masyarakat yang hadir dalam kegiatan tersebut yaitu dengan jumlah masyarakat yang diharapkan adalah 30 orang.

BAB II

SOLUSI DAN TARGET LUARAN

A. Solusi yang Ditawarkan

Solusi yang ditawarkan pada proposal pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan edukasi tentang pemanfaatan obat bahan alam di lingkungan rumah serta pemanfaatan dalam upaya meningkatkan daya tahan tubuh serta dapat dijadikan pangan fungsional. Adapun penggunaan bahan alam pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah daun kelor. Kelor merupakan bahan alam yang biasa dimanfaatkan dalam penggunaan sehari-hari sebagai sayuran sehingga bisa dimanfaatkan sebagai pengobatan secara alami dan dapat dijadikan pangan fungsional.

Menurut Foods for Specified Health Use (FOSHU) Jepang, syarat dari pangan fungsional yaitu:

- Produk tersebut harus berupa produk pangan atau berasal dari bahan yang terdapat secara alami pada bahan pangan.
- Produk tersebut dapat dikonsumsi sebagai bagian dari makanan sehari-hari.
- Produk tersebut mempunyai fungsi tertentu pada saat dicerna serta memberikan peranan dalam metabolisme di dalam tubuh, antara lain memperkuat mekanisme pertahanan tubuh atau meningkatkan kekebalan terhadap suatu penyakit, mencegah timbulnya penyakit tertentu (seperti penyakit jantung, kanker, osteoporosis, dll), membantu mengembalikan kondisi tubuh setelah sakit, menjaga kondisi fisik dan mental, serta memperlambat proses penuaan.

B. Metode Pendekatan

Metode pendekatan yang digunakan adalah *active and participatory learning* melalui beberapa tahap, yaitu sosialisasi. Pelaksanaan yang terdiri dari tahapan-tahapan sosialisasi yang dilakukan untuk memberikan pengetahuan pada masyarakat RT.01 RW.2 Kampung Sepatan, Kel Sepanjang Jaya, Rawa Lumbu, Bekasi dalam peningkatan imunitas serta pencegahan terjadinya penyakit alzheimer. Proses sosialisasi dengan menampilkan *power point* terkait materi-materi pemanfaatan daun kelor dalam pencegahan penyakit alzheimer, dan akan dibuatkan leaflet sehingga mudah untuk dipahami dan dibaca oleh warga sekitar RT.01 RW.2 Kampung Sepatan, Kel Sepanjang Jaya, Rawa Lumbu, Bekasi.

C. Partisipasi Mitra

Pada pengabdian kepada masyarakat kali ini target partisipasi mitra adalah warga di RT.01 RW.2 Kampung Sepatan, Kel Sepanjang Jaya, Rawa Lumbu, Bekasi dimana pesertanya adalah Ibu-Ibu PKK sehingga diharapkan dengan dilakukannya edukasi tentang pemanfaatan obat bahan alam diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat di wilayah tersebut untuk dapat menggunakan obat bahan alam terhadap pencegahan penyakit, salah satunya adalah dalam upaya pencegahan penyakit alzheimer.

D. Luaran

Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang baru kepada masyarakat sekitar RT.01 RW.2 Kampung Sepatan, Kel Sepanjang Jaya, Rawa Lumbu, Bekasi tentang bagaimana memanfaatkan daun kelor dalam pencegahan terhadap penyakit alzheimer.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Desain Pelaksanaan

Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat akan dilakukan dengan pembelajaran berdasarkan partisipasi dan keaktifan masyarakat (*active and participatory learning*). Pelaksanaan yang dilakukan yaitu dengan melakukan sosialisasi tentang penyakit Alzheimer dimana dilakukannya penyuluhan serta mengajak masyarakat dalam memanfaatkan obat bahan alam dalam pencegahan penyakit khususnya penyakit Alzheimer.

Kegiatan yang dilakukan adalah dengan melakukan pesentasi dengan memberikan pamflet tentang pemanfaatan daun kelor terhadap pencegahan penyakit Alzheimer. Selain itu akan dilakukan simulasi pembuatan seduhan daun kelor terhadap penyakit Alzheimer sehingga diharapkan masyarakat dapat memahami serta menerapkan pemanfaatan bahan alam.

B. Populasi Dan Sampel

Jumlah masyarakat yang diharapkan kehadiran dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di RT.01 RW.2 Kampung Sepatan, Kel Sepanjang Jaya, Rawa Lumbu, Bekasi adalah sejumlah 30 orang dimana terdiri dari Ibu-ibu PKK dan manusia lanjut usia dengan tujuan yang diharapkan adalah pemahaman dan pemanfaatan daun kelor agar dapat dilakukan di rumah masing-masing.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

- 1 Lokasi RT.01 RW.2 Kampung Sepatan, Kel Sepanjang Jaya, Rawa Lumbu, Bekasi
- 2 Waktu pelaksanaan Kamis, 16 Juni 2022
- 3 Jadwal Pelaksanaan

No	Nama Kegiatan	Bulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Persiapan PkM				v	v							
2	Pelaksanaan PkM						v						
3	Pelaporan PkM						v	v					

DAFTAR PUSTAKA

- Sukandar E Y, Tren dan Paradigma Dunia Farmasi, Industri Klinik Teknologi Kesehatan, disampaikan dalam orasi ilmiah Dies Natalis ITB, http://itb.ac.id/focus/focus_file/orasi-ilmiah-dies-45.pdf, diakses mei 2021.
- Sari L.O.R. 2006. Pemanfaatan obat tradisional dengan pengembangan manfaat dan keamanannya. *Majalah Ilmu Kefarmasian*. III. (1). 01-07.
- Mbikay M (2012) Therapeutic potential of *Moringa oleifera* leaves in chronic hyperglycemia and dyslipidemia: A review. *Front Pharmacol* 3, 24.
- Leone A, Spada A, Battezzati A, Schiraldi A, Aristil J, Bertoli S (2015) Cultivation, genetic, ethnopharmacology, phytochemistry and pharmacology of *moringa oleifera* leaves: An overview. *Int J Mol Sci* 16, 12791-12835.
- Razak MY, Salissou MTM, Yuman W, Liu R. *Moringa oleifera* alleviates homocysteine induced alzheimer disease like pathology and cognitive impairments. *Journal of Alzheimer disease*. April 2018; 63(3): 1-20.
- Sutalangka C, Wattanathorn J, Muchimapura S, Thukhammee W (2013) *Moringa oleifera* mitigates memory impairment and neurodegeneration in animal model of agerelated dementia. *Oxid Med Cell Longev* 2013, 695936.
- C R (2014) A nootropic effect of *Moringa oleifera* on Ach and ChAT activity in colchicine induced experimental rat model of Alzheimer's disease: Possible involvement of antioxidants. *Al Ameen J Med Sci* 7, 125-133.
- Kitphati W, Wattanakamolkul K, Lomarat P, Phanthong P, Anantachoke N, Nukoolkam. Anticholinesterase of essential oil and their constituents from Thai medicinal plants purified and selular enzymes. *Journal of Asian Association of Schools of Pharmacy*. 2012; 1: 58 – 60.

LAMPIRAN PAMFLET

Pemanfaatan Daun Kelor

Daun kelor mempunyai kandungan vitamin A, vitamin C, vitamin B, kalsium, kalium, besi, dan protein, dalam jumlah sangat tinggi yang mudah dicerna dan diasimilasi oleh tubuh manusia.

Daun Kelor Segar	3 kali Potassium Pisang	4 kali Vitamin A Wortel	25 kali Zat Besi Bayam	7 kali Vitamin C Jenuk	4 kali Calcium Susu	2 kali Protein yogurt
Serbuk Daun Kelor	10 kali Potassium Pisang	10 kali Vitamin A Wortel	25 times Zat Besi Bayam	12 kali Vitamin C Jenuk	17 kali Calcium Susu	9 kali Protein yogurt

pemanfaatan daun kelor dalam pencegahan penyakit alzheimer dapat dilakukan dengan beberapa cara yang sederhana yaitu dengan cara dibuat menjadi seduhan daun kelor



Pengolahan Daun Kelor menjadi sediaan teh kelor

1. Pembersihan Daun Kelor pertama dilakukan pembersihan dan pencucian daun kelor
2. Pemisahan daun dengan batang Lakukan pemisahan bagian daun dengan tangkai daun.
3. Siapkan air panas dan masukan daun kelor ke dalam panci dan rebus hingga terjadinya perubahan warna
4. Satu sendok daun kelor dapat dimasukan kedalam satu gelas air panas.
5. seduhan teh daun kelor dapat dikonsumsi 2 - 3 kali sehari guna pencegahan penyakit alzheimer



PEMANFAATAN DAUN KELOR DALAM PENCEGAHAN PENYAKIT ALZHEIMER



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Medistra Indonesia
Bekasi
2022

APA ITU PENYAKIT ALZHEIMER

Alzheimer atau biasa dikenal dengan kepikunan seringkali dianggap wajar terjadi pada orang tua lanjut usia (Lansia) karena merupakan bagian dari proses penuaan yang normal. Terkadang tidak diketahui tanda dan gejalanya sehingga terlambat dalam proses penanganannya.



penyakit alzheimer pertama kali ditemukan pada tahun 1906 oleh seorang ahli saraf berkebangsaan Jerman bernama **Dr. Alois Alzheimer** pada salah seorang pasien wanita berusia 55 tahun

Kenali 10 gejala umum Penyakit Alzheimer

1. Gangguan daya ingat
2. sulit fokus
3. sulit melakukan kegiatan umum
4. disorientasi
5. kesulitan memahami visuo spasial
6. gangguan berkomunikasi
7. menaruh barang tidak pada tempatnya
8. salah membuat keputusan
9. menarik diri dari pergaulan
10. perubahan perilaku dan kepribadian



Penanganan untuk memperlambat Penyakit Alzheimer

Pertahankan Rasa Humor

Humor dapat menjadi penghilang stress yang terbaik dan dapat menciptakan lingkungan yang sehat untuk pasien

Pertahankan Rasa Humor

latihan rutin yang sesuai dapat membantu menjaga kemampuan fisik dan mental pasien untuk waktu yang lebih lama.

Peliharalah Komunikasi

- pastikan tidak adanya gangguan panca indera pasien, seperti gangguan pendengaran dan penglihatan.
- membantunya mengerti, berbicara dengan jelas, perlahan.
- menunjukkan kasih sayang dan kehangatan melalui rangkulan
- pastikan anda mendapatkan perhatian terlebih dahulu dari pasien sebelum berbicara.