



## Pembuatan dan Pemanfaatan Taman Batu Terapi di RT 001/09 Kalisari Jakarta Timur

Marisca Agustina<sup>1</sup>, Ahmad Rizal<sup>2</sup>, Hafidiah<sup>3</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan

Departemen Keperawatan, Universitas Indonesia Maju

Email :mariscakusumo@gmail.com, ahmad.rizal57@gmail.com

### Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat merupakan Tri Darma Perguruan Tinggi yang harus dilakukan oleh seorang mahasiswa didampingi oleh dosen. Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan yaitu "Pembuatan Dan Pemanfaatan Taman Batu Terapi Di RT001/RW09 Kalisari Jakarta Timur". Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan interaksi warga dengan alam serta pemanfaatannya dapat memberikan suatu manfaat preventif dalam mengatasi masalah kesehatan di lingkungan RT 001/RW 09 Kalisari Jakarta Timur dengan adanya taman batu terapi. Peningkatan status kesehatan keluarga merupakan tujuan yang ingin dicapai dalam asuhan keperawatan keluarga, agar keluarga tersebut dapat meningkatkan produktivitasnya, sehingga harapan hidup atau kesejahteraan keluarga meningkat. Sedangkan dalam rangka mengaplikasikan praktek kesehatan diperlukan pengetahuan yang berkaitan dengan kesehatan masyarakat dalam melihat prospektif proses terjadinya masalah kesehatan masyarakat khususnya warga kalisari, Pengabdian masyarakat melalui taman batu terapi ini akan menjadi sebuah sarana kesehatan bagi warga RT 001/RW 09 Kalisari Jakarta Timur, sehingga terjadi penurunan angka nyeri serta kejadian osteoarthritis di wilayah tersebut.

**Kata Kunci:** taman batu terapi, kalisari, masyarakat

### Pendahuluan

Osteoarthritis (OA) merupakan salah satu yang disebabkan oleh faktor degenerasi yang paling sering dijumpai pada penyakit muskuloskeletal dan osteoarthritis yang menjadi penyebab terbanyak keterbatasan gerak dan fungsi, lokasi yang sering terkena

### Abstract

Community service is the Tri Darma of Higher Education which must be carried out by a student accompanied by a lecturer. The community service that was carried out was "Making and Utilizing a Stone Therapy Garden in RT001/RW09 Kalisari, East Jakarta". This activity was carried out with the aim of increasing the interaction of residents with nature and its utilization can provide a preventive benefit in overcoming health problems in the RT 001/RW 09 Kalisari, East Jakarta with the existence of a therapeutic rock garden. Improving family health status is a goal to be achieved in family nursing care, so that the family can increase its productivity, so that life expectancy or family welfare increases. Meanwhile, in order to apply health practices, knowledge related to public health is needed in seeing the prospective process of the occurrence of public health problems, especially Kalisari residents. Community service through this therapeutic stone garden will become a health facility for residents of RT 001/RW 09 Kalisari, East Jakarta, resulting in reduction in pain rates and the incidence of osteoarthritis in the region.

**Keywords:** stone therapy garden, kalisari, community

adalah sendi lutut<sup>1</sup>. Osteoarthritis merupakan penyakit gangguan homeostasis metabolisme kartilago dengan kerusakan struktur proteoglikan kartilago yang penyebabnya diperkirakan multifaktorial antara lain oleh karena faktor umur, stres mekanis atau kimia, penggunaan sendi yang

berlebihan defek anatomi, obesitas, genetik dan humoral (Arismunandar, 2015). OA ditandai dengan kerusakan tulang rawan (kartilago) hyalin sendi, meningkatnya ketebalan serta sklerosis dari lempeng tulang, pertumbuhan osteofit pada tepian sendi, meregangnya kapsul sendi, timbulnya peradangan, dan melemahnya otot-otot yang menghubungkan sendi<sup>1</sup>.

Prevalensi OA knee di Indonesia dilaporkan sebanyak 30,3%-65,4% pada lansia di atas 75 tahun (Desiana et al, 2017). Sebuah studi menunjukkan bahwa OA lebih sering ditemukan pada pria yang berusia 60-64 tahun yang lebih sering ditemukan pada knee dextra sebanyak 23% daripada knee sinistra sebanyak 16,3%, sedangkan pada wanita tampaknya lebih seimbang dengan distribusi persentase pada knee dext 24,2% dan knee sinistra sebanyak 27,7%. Prevalensi knee OA lebih juga banyak ditemukan pada usia kisaran 70 hingga 74 tahun, meningkat hingga 40% pertahunnya (Michael, 2010). Gejala OA lutut lebih tinggi terjadi pada wanita dibanding pada laki-laki yaitu 13% pada wanita dan 10% pada laki-laki. Murphy, et.al mengestimasi risiko perkembangan OA lutut sekitar 40% pada laki-laki dan 47% pada wanita. Oliveria melaporkan rata-rata insiden OA panggul, lutut dan tangan sekitar 88, 240, 100/100.000 disetiap tahunnya.

Refleksologi adalah pengobatan holistik berdasarkan prinsip bahwa terdapat titik atau area pada kaki, tangan, dan telinga yang terhubung ke bagian tubuh atau organ lain melalui sistem saraf. Tekanan atau pijatan dititik atau area tersebut akan merangsang pergerakan energi di sepanjang saluran saraf yang akan membantu mengembalikan homeostasis (keseimbangan) energi tubuh. Stres, cedera, atau gangguan penyakit dapat menyebabkan keseimbangan energi tubuh terganggu. Ketidakseimbangan energi dapat dirasakan melalui kristal titik refleksi yang sesuai dengan bagian tubuh yang bermasalah. Kristal tersebut terasa bervariasi dari yang seperti pasir hingga terasa berbentuk

benjolan. Kristal tersebut terjadi karena terhalangnya saluran energi. Pijatan di daerah yang bermasalah akan merangsang aliran energi yang akan membongkar halangan dan melancarkan kembali aliran energi. (Guyton & Hall, 2007).

Teori Endorphin Pommeranz menyatakan bahwa tubuh akan bereaksi dengan mengeluarkan endorphin karena pemijatan. Endorhin adalah zat yang diproduksi secara alamiah oleh tubuh, bekerja, serta memiliki efek seperti morphin. Endorphin bersifat menenangkan, memberikan efek nyaman, dan sangat berperan dalam regenerasi sel-sel guna memperbaiki bagian tubuh yang sudah usang atau rusak. Pijat refleksi juga memberikan manfaat bagi sistem dalam tubuh. Beberapa manfaatnya antara lain: membuang racun tubuh, memperlancar sirkulasi darah, mencegah penyakit, menghilangkan kelelahan, meningkatkan metabolisme tubuh, menegakkan postur tubuh. (Ruhito.F, Mahendra B: 2009)

Peningkatan status kesehatan keluarga merupakan tujuan yang ingin dicapai dalam asuhan keperawatan keluarga, agar keluarga tersebut dapat meningkatkan produktivitasnya, sehingga harapan hidup atau kesejahteraan keluarga meningkat. Sedangkan dalam rangka mengaplikasikan praktek kesehatan diperlukan pengetahuan yang berkaitan dengan kesehatan masyarakat dalam melihat prospektif proses terjadinya masalah kesehatan masyarakat khususnya warga kalisari, Jakarta Timur yang erat kaitannya dengan epidemiologi serta faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan yaitu lingkungan pelayanan kesehatan perilaku manusia dan genetic. (Notoatmojo, S. 2003)

Osteoarthritis merupakan penyakit yang paling sering diderita oleh warga masyarakat RT 001/09 Kalisari, Jakarta Timur dan terutama diderita oleh kalangan wanita. Penyakit tersebut membuat masyarakat menjadi kesulitan dalam melakukan kegiatan sehari-hari sehingga taraf hidupnya pun menjadi menurun dan produktivitas menurun. Ditambah lagi

masih banyak warga yang masih belum memahami bagaimana penanganan dirumah dan pencegahan dari penyakit tersebut agar tidak mengganggu aktivis warga masyarakat.

Salah satu cara untuk dapat meningkatkan kesehatan pada warga masyarakat maka diadakanlah pembuatan taman batu terapi yang diperuntukkan dan dimanfaatkan khususnya pada pasien dengan osteoarthritis dan seluruh masyarakat pada umumnya dengan cara memijak-kaki pada taman batu terapi tersebut.

Semua masyarakat di RT 0011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur dapat menggunakan Taman Batu Terapi yang sudah dibuat untuk warga di salah satu rumah warga di RT 0011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur. Peningkatan status kesehatan keluarga merupakan tujuan yang ingin dicapai dalam asuhan keperawatan keluarga, agar kerluarga tersebut dapat meningkatkan produktivitasnya, sehingga harapan hidup atau kesejahteraan keluarga meningkat. Sedangkan dalam rangka mengaplikasikan praktek kesehatan diperlukan pengetahuan yang ber-

kaitan dengan kesehatan masyarakat dalam melihat prospektif proses terjadinya masalah Kesehatan masyarakat khususnya warga kalisari, Jakarta Timur yang erat kaitannya dengan epidemiologi serta faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan yaitu lingkungan pelayanan kesehatan perilaku manusia dan genetik.

### Metode

Metode pengabdian masyarakat dengan observasi/identifikasi taman batu terapi, penyuluhan tentang oateoarthritis dan pemanfaatan taman batu terapi. Kegiatan berpusat di RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur.

Dua Minggu sebelum kegiatan, tim melakukan koordinasi/permintaan izin kepada ketua RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur untuk mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kegiatan ini melibatkan 10 mahasiswa/i profesi ners yang sedang menempun semester akhir. Rincian kegiatan pengabdian yang dilakukan tertera pada Tabel 1.

Tabel 1. Rencana kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Taman Sehati Al-Fadillah

No	Kegiatan	Metode	Keterangan
1	Survey identifikasi tempat guna membuat taman batu terapi di RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur	Survei tempat yang strategis guna pembuatan taman batu terapi	Survei lokasi guna pembuatan taman batu terapi
2	Melakukan sosialisasi tentang osteoarthritis dan pemanfaatan taman batu terapi.	penyuluhan dan diskusi	Ceramah,, diskusi (menggunakan poster power poin laptop, Kertas <i>name tag</i> )
3.	Peresmian taman batu terapi	Peresmian taman batu terapi dengan melakukan pemotongan pita	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat di RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur</li> <li>• Materi yang diberikan adalah terkait osteoarthritis dan pemanfaatan taman batu terapi.</li> <li>• Pemberian nama taman batu terapi dengan nama Universitas Indonesia Maju</li> <li>• Pemoongan pita oleh pak RT dan warga RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur</li> </ul>

### Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan kolaborasi antara dosen, dan mahasiswa/i PROFESI NERS UNIVERSITAS Indonesia Maju Jakarta kepada masyarakat di lingkungan RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur

Kegiatan survei dan sosialisasi menggunakan metode partisipatif dan interaktif kepada masyarakat melalui telaah, pemaparan materi tentang osteoarthritis dan pemanfaatan taman batu terapi, demonstrasi peragaan penggunaan taman batu terapi. Sesi terakhir diikuti sesi tanya jawab mengenai materi untuk lebih memaksimalkan pemanfaatan taman batu terapi dan pemanfaatan/penggunaannya.

Sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat di daerah RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang osteoarthritis dan pemanfaatan taman batu terapi di lingkungan RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur.

Kegiatan pertama dilakukan dengan survei lokasi di lingkungan RT 0011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur, yang didampingi oleh supervisor, dosen serta tokoh masyarakat untuk menentukan lokasi taman batu. Hasil dari survei dan identifikasi lokasi pembuatan taman batu di RT 0011/RW 09

Kalisari Jakarta Timur yang berlokasi di taman lingkungan wilayah tersebut.

Kegiatan kedua dengan melakukan sosialisasi penyuluhan tentang osteoarthritis serta pemanfaatan taman batu terapi. Kegiatan ini berupa penyampaian materi terkait osteoarthritis dan manfaat taman batu terapi serta cara penggunaannya. Kegiatan penyampaian juga dipermudah dengan menggunakan poster, proyektor power point. Pada pemaparan materi masyarakat sangat tertarik mengenai materi dibuktikan dengan sesi tanya jawab oleh beberapa masyarakat. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan pemberian nama padatan taman batu terapi. Tujuan dari pemberian nama yaitu agar masyarakat dapat mengenang kegiatan dari pembuatan taman batu ini dari Universitas Indonesia Maju.

Kegiatan ketiga melakukan demonstrasi penggunaan taman batu satu persatu para lansia mencoba dan merasakan taman batu terapi tersebut. Kegiatan *workshop* dimulai dari penyampaian materi mengenai penyakit batuk (pengertian, penyebab, gejala, pencegahan dan pengobatan) dan materi mengenai osteoarthritis dan pemanfaatan taman batu terapi. Pada kegiatan ini RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Indonesia Maju. Tujuannya agar masyarakat RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur dapat

**Gambar 1.** Kegiatan Warga Mencoba Taman Batu Terapi Satu Persatu



**Gambar. 2** Kegiatan foto bersama di depan taman batu terapi



menurunkan rrasa nyeri yang dirasakan dan menurunkan angka kejadia penderita

Kegiatan terakhir dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah penyerahan tanan batu terapi kepada masyarakat.

Taman batu terapi ini bertujuan untuk meningkatkan minat dan memberikan sampel kepada masyarkat untuk dapat digunakan setiap hari. Penyerahan taman batu terapi yang diberikan secara simbolis kepada kepada tokoh masyarakat.<sup>10</sup> Hasil yang didapatkan dari pengabdian kepada masyarakat ini sebagai berikut:

1. Kegiatan survei, penyuluhan dan sosialisasi mengenai osteoarthritis dan pemanfaatan taman batu terapi langsung kepada masyarakat.
2. Kegiatan demonstrasi taman batu terapi sebagai alternatif mengurangi nyeri dan angka kejadian osteoarthritis.

#### Daftar Pustaka

1. Notoatmojo, S. 2003. Ilmu Kesehatan Masyarakat (Prinsip- Prinsip Dasar). Jakarta: Rineka Cipta.
2. Pamungkas, R. 2010. Dahsyatnya Jari Refleksi. Yogyakarta: Pinang Merah.
3. Feny Marlina, R. J. (2019). Pengaruh Pijat (Massage) Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia Di Desa Kertapati Puskesmas Dusun Curup Bengkulu Utara Feny, 07, 71–74.
4. lanito, S. H, dkk. (2021). Efektivitas Terapi Pijat Kaki Tahun 2020. Nusantara Hasana Journal, 1(2), 26–36.
5. Prayitno, S. H., dkk. Pemanfaatan Batu Koral Sebagai Bahan Alternatif Pembuatan

osteoarthritis di RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur.

#### Simpulan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada mayarakat di RT 011/RW 09 Kalisari Jakarta Timur berjalan lancar dan sangat baik sesuai dengan capaian/target yang diharapkan. Hal ini dibuktikan keaktifan dan antusiasme masyarakat dalam penyampaian materi (tanya jawab), dan hasil pengualngan materi dan demonstrasi penggunaan taman batu terapi. Kegiatan ini merupakan salah satu cara untuk memberikan pemahaman, edukasi, persuasi dan promosi kepada masyarakat agar dapat memanfaatkan tanaman obat disekitar rumah /lingkungan untuk kesehatan.

Alat Therapy Batu Refleksi.

6. Sembiring, S. P. K. (2018). Diagnosis Diferensial Nyeri Lutut. Diakses pada SamuelKarta.com.
7. Nugroho dan Wahyudi. Keperawatan gerontik Edisi 2. Jakarta: EGC; 2012.
8. Potter, P.A, dkk. Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik. Jakarta: EGC; 2012.
9. World Health Organization. Rheumatoid arthritis. Diunduh: www.who. Rh
10. Guyton & Hall. Fisiologis kedokteran. Jakarta : EGC; 2009eumatoid Arthritis.com
11. [https://refleksi.id/amp/manfa at- refleksi-injak-batu/](https://refleksi.id/amp/manfa-at-refleksi-injak-batu/) diakses pada 8 maret 2019 pukul 9.53
12. <http://www.kliksaya.com/pij>

- atkakiuntukkesehatan.html/ diakses pada 8 maret 2019 pukul 10.05 WI
13. Song, W.J., Faruqi, S., Klaewsongkram, J., Lee, S.E., Chang, Y.S. "Chronic Cough: an Asian Perspective. Part 1: Epidemiology". *Asia Pacific allergy*. 5.2 ; 2015.
  14. Yanfu, Z.. Internal Medicine Of Traditional Chinese Medicine. Shanghai; House Of Shanghai University Of Traditional Chinese Medicine. 2000.
  15. Azwar. Terapi Non Farmakologi Pada Penurunan Demam, editor. Nur Qalby. : Jakarta: Pustaka Taman Ilmu; 2018.
  16. Yul Yulistyarini, T & J.T Hadiyah. Phenology of Selected Rutaceae Collections at Purwodadi Botanic Garden in East Java Indonesia. IOP Conference series: Earth and Environmental Sciences, 724 (012082); 2021