

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Pemberdayaan Masyarakat melalui Edukasi Kesehatan Preventif Berbasis Thibbun Nabawi

Harnia¹, Lusyana Aripa²

¹ Program Studi S2 Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Pejuang Republik Indonesia

² Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Pancasakti Makassar

Correspondent Author: **Harnia**, e-mail: harniaandimuhammad@gmail.com

ABSTRACT

Preventive health is an important effort in maintaining public health and preventing various diseases. One approach that can be used in health promotion is through traditional medicine concepts based on religious values, such as Thibbun Nabawi. Thibbun Nabawi is a treatment concept derived from the teachings of the Prophet Muhammad, which emphasizes the importance of maintaining health through a healthy lifestyle, consuming good food, and using natural ingredients as health therapies. This community service activity aims to increase public knowledge and awareness regarding preventive health through health education based on Thibbun Nabawi. Implementation methods included health education, interactive discussions, demonstrations of the use of natural ingredients such as honey and dates as health therapies, and assessments of knowledge levels before and after the activity. The results of the activity showed an increase in public knowledge and awareness regarding the importance of maintaining health through a healthy lifestyle and the use of natural ingredients. Thibbun Nabawi-based health education has proven effective in increasing public awareness of disease prevention efforts.

Keywords: *Thibbun Nabawi, Preventive Health, Health Promotion, Community Empowerment*

ABSTRAK

Kesehatan preventif merupakan salah satu upaya penting dalam menjaga kesehatan masyarakat dan mencegah terjadinya berbagai penyakit. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam promosi kesehatan adalah melalui konsep pengobatan tradisional berbasis nilai keagamaan, seperti Thibbun Nabawi. Thibbun Nabawi merupakan konsep pengobatan yang bersumber dari ajaran Nabi Muhammad SAW yang menekankan pentingnya menjaga kesehatan melalui pola hidup sehat, konsumsi makanan yang baik, serta penggunaan bahan alami sebagai terapi kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan preventif melalui edukasi kesehatan berbasis *Thibbun Nabawi*. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, demonstrasi penggunaan bahan alami seperti madu dan kurma sebagai terapi kesehatan, serta evaluasi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui pola hidup sehat dan pemanfaatan bahan alami. Edukasi kesehatan berbasis *Thibbun Nabawi* terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap upaya pencegahan penyakit.

Kata Kunci: *Thibbun Nabawi, Kesehatan Preventif, Promosi Kesehatan, Pemberdayaan Masyarakat*

I. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang sangat penting dalam menunjang kualitas hidup. Upaya menjaga kesehatan tidak hanya dilakukan melalui pengobatan ketika sakit, tetapi juga melalui upaya pencegahan penyakit atau kesehatan preventif.

Kesehatan preventif merupakan upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya penyakit melalui penerapan perilaku hidup sehat. Penerapan pola hidup sehat seperti menjaga kebersihan diri, mengonsumsi makanan bergizi, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta menjaga keseimbangan antara aktivitas dan istirahat dapat membantu meningkatkan kesehatan masyarakat.

Selain pendekatan medis modern, konsep kesehatan preventif juga dapat dikaitkan dengan nilai-nilai keagamaan yang memberikan panduan dalam menjaga kesehatan. Salah satu konsep kesehatan dalam Islam adalah *Thibbun Nabawi*, yaitu metode pengobatan yang bersumber dari ajaran Nabi Muhammad SAW.

Thibbun Nabawi menekankan pentingnya menjaga kesehatan melalui pola hidup sehat serta pemanfaatan bahan alami seperti madu, kurma, habbatussauda, dan herbal lainnya sebagai upaya pencegahan dan pengobatan penyakit. Konsep ini tidak hanya berfokus pada pengobatan penyakit, tetapi juga pada upaya menjaga kesehatan secara menyeluruh.

Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai konsep kesehatan preventif berbasis *Thibbun Nabawi* seringkali menyebabkan masyarakat belum memanfaatkan secara optimal berbagai bahan alami yang memiliki manfaat kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan edukasi kepada masyarakat untuk meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui pendekatan yang sesuai dengan nilai-nilai budaya dan agama.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan preventif melalui edukasi kesehatan berbasis *Thibbun Nabawi*.

II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif.

a. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan adalah masyarakat yang berada di wilayah binaan komunitas.

b. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi:

- Identifikasi kebutuhan kesehatan masyarakat
- Penyusunan materi edukasi kesehatan preventif berbasis *Thibbun Nabawi*
- Penyusunan media edukasi berupa brosur
- Koordinasi dengan tokoh masyarakat setempat

c. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan melalui:

- Penyuluhan mengenai konsep kesehatan dalam *Thibbun Nabawi*
- Edukasi mengenai pola hidup sehat menurut ajaran Islam
- Demonstrasi penggunaan bahan alami seperti madu dan kurma
- Diskusi interaktif dengan peserta

d. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan mengukur tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah kegiatan edukasi.

III. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi kesehatan preventif berbasis *Thibbun Nabawi* dilaksanakan melalui metode penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, serta demonstrasi pemanfaatan bahan alami seperti madu dan kurma sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan. Kegiatan ini diikuti oleh masyarakat yang berada di wilayah binaan dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman mengenai konsep kesehatan preventif dalam perspektif Islam.

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti penyuluhan dan diskusi. Banyak peserta yang mengajukan pertanyaan mengenai

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

manfaat bahan alami yang dianjurkan dalam *Thibbun Nabawi* serta cara menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengukuran tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan edukasi.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Konsep Thibbun Nabawi

No Kategori Pengetahuan Sebelum Edukasi Sesudah Edukasi			
1	Baik	7 (23,3%)	24 (80,0%)
2	Cukup	11 (36,7%)	5 (16,7%)
3	Kurang	12 (40,0%)	1 (3,3%)
Total		30 (100%)	30 (100%)

Berdasarkan Tabel 1, terlihat adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan masyarakat mengenai konsep Thibbun Nabawi setelah kegiatan edukasi dilakukan. Sebelum kegiatan dilaksanakan, sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan kurang yaitu sebesar 40%. Setelah kegiatan edukasi dilakukan, jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat menjadi 80%.

Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilakukan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai konsep kesehatan preventif dalam perspektif Islam. Banyak peserta sebelumnya belum memahami bahwa ajaran Islam juga memberikan panduan mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui pola hidup sehat.

Menurut teori promosi kesehatan, peningkatan pengetahuan merupakan langkah awal dalam perubahan perilaku kesehatan. Individu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai kesehatan akan lebih cenderung menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Tabel 2. Pemahaman Masyarakat tentang Kesehatan Preventif dalam Thibbun Nabawi

No	Aspek Pengetahuan	Sebelum (%)	Sesudah (%)
1	Pola hidup sehat menurut Islam	50,0	93,3
2	Manfaat madu dan kurma	46,7	90,0
3	Pentingnya pencegahan penyakit	43,3	86,7

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Berdasarkan Tabel 2, terlihat adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai konsep kesehatan preventif dalam *Thibbun Nabawi*. Setelah kegiatan edukasi dilakukan, lebih dari 85% peserta memahami bahwa menjaga kesehatan merupakan bagian dari ajaran Islam.

Dalam konsep *Thibbun Nabawi*, kesehatan tidak hanya dipandang sebagai kondisi fisik yang bebas dari penyakit, tetapi juga mencakup keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan spiritualitas. Rasulullah SAW memberikan berbagai contoh pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan, mengonsumsi makanan yang baik, serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

Edukasi mengenai manfaat bahan alami seperti madu dan kurma juga menjadi salah satu bagian penting dalam kegiatan ini. Dalam berbagai literatur kesehatan, madu diketahui memiliki sifat antibakteri dan antioksidan yang dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh. Sementara itu, kurma mengandung berbagai zat gizi seperti serat, vitamin, dan mineral yang bermanfaat bagi kesehatan.

Dengan meningkatnya pemahaman masyarakat mengenai konsep kesehatan preventif berbasis *Thibbun Nabawi*, diharapkan masyarakat dapat lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan melalui pola hidup sehat dan pemanfaatan bahan alami.

Tabel 3. Perilaku Masyarakat dalam Menjaga Kesehatan

No	Perilaku	Sebelum (%)	Sesudah (%)
1	Mengonsumsi makanan sehat	53,3	90,0
2	Memanfaatkan bahan alami	50,0	86,7
3	Menjaga pola hidup sehat	46,7	83,3

Berdasarkan Tabel 3, terlihat adanya perubahan perilaku masyarakat ke arah yang lebih positif setelah mengikuti kegiatan edukasi kesehatan. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian masyarakat belum memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan sehat dan memanfaatkan bahan alami untuk menjaga kesehatan.

Setelah kegiatan edukasi dilakukan, terjadi peningkatan pada perilaku masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat. Sebagian besar peserta menyatakan bahwa mereka mulai tertarik untuk mengonsumsi makanan yang lebih sehat serta memanfaatkan bahan alami seperti madu dan kurma sebagai bagian dari pola hidup sehat.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Perubahan perilaku ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan berbasis Thibbun Nabawi dapat menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan.

Pendekatan berbasis nilai keagamaan juga memberikan dampak positif dalam meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap pesan kesehatan yang disampaikan. Masyarakat cenderung lebih mudah menerima informasi kesehatan yang disampaikan dengan pendekatan yang sesuai dengan nilai-nilai kepercayaan yang mereka anut.

Penggunaan media edukasi seperti brosur juga membantu memperkuat pesan kesehatan yang disampaikan selama kegiatan. Brosur memungkinkan peserta untuk membaca kembali informasi yang telah disampaikan sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan retensi informasi.

Kegiatan edukasi kesehatan preventif berbasis Thibbun Nabawi ini menunjukkan bahwa pendekatan yang mengintegrasikan nilai-nilai keagamaan dengan konsep kesehatan modern dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan.

Dengan meningkatnya pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan, diharapkan masyarakat dapat lebih aktif dalam menerapkan pola hidup sehat sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Kegiatan edukasi kesehatan preventif berbasis Thibbun Nabawi berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui pola hidup sehat dan pemanfaatan bahan alami. Pendekatan edukasi berbasis nilai keagamaan terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi masyarakat dalam upaya menjaga kesehatan.

b. Saran

Masyarakat diharapkan dapat menerapkan pola hidup sehat serta memanfaatkan bahan alami yang bermanfaat bagi kesehatan. Tenaga kesehatan juga diharapkan dapat mengembangkan pendekatan promosi kesehatan berbasis nilai keagamaan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

1. Al-Jauziyah IBQ. *Pengobatan Nabi (Thibbun Nabawi)*. Jakarta: Pustaka Azzam; 2018.
2. Arikunto S. *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta; 2019.
3. Brown JE. *Nutrition through the life cycle*. Boston: Cengage Learning; 2018.
4. Green LW, Kreuter MW. *Health promotion planning: an educational and environmental approach*. New York: McGraw-Hill; 2018.
5. Hidayat AAA. *Metodologi penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika; 2017.
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI; 2019.
7. Kozier B, Erb G, Berman A, Snyder S. *Fundamentals of nursing: concepts, process, and practice*. Boston: Pearson; 2018.
8. Machfoedz I, Suryani E. *Pendidikan kesehatan bagian dari promosi kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya; 2019.
9. Maran, AA, Alim, A., Marpaung, MP, Nurhaedah, N., Pannyiwi, R., & Rahmat, RA (2023). Education on Household Waste Management in Maintaining Environmental Health in Manisa Village . *Sahabat Sosial: Journal of Community Service* , 1 (4), 241–249. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i4.176>
10. Mubarak WI, Chayatin N. *Ilmu kesehatan masyarakat: teori dan aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika; 2018.
11. Notoatmodjo S. *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
12. Nursalam. *Metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
13. Polit DF, Beck CT. *Nursing research: generating and assessing evidence for nursing practice*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2018.
14. Potter PA, Perry AG. *Fundamentals of nursing*. St. Louis: Elsevier; 2017.
15. Pannyiwi, R., & Ali, A. (2025). Analysis of Drug Abuse Prevention Programs and Risk Factors in Adolescents: A Mixed Study Method in Sidenreng Rappang Regency. *JIMAD: Multidisciplinary Scientific Journal* , 2 (2), 153–162. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i2.859>
16. Robertson -Steel I. Emergency department overcrowding . *Emerg Med J* . 2006.
17. Rahmat Pannyiwi M, Khalid Fredy Saputra, Nofita Dewi Kok, Supriadin, Arnianti, Iskandar Zulkarnaen, Rosida, (2025). Medical- Surgical Nursing: Body Systems Approach and Clinical Practice. AGDOSI Publisher - ISBN: 978-634-96389-4-4. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=hsoWlbgA

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

[AAAJ&pagesize=80&authuser=1&citation_for_view=hsoWlbgAAAAJ:NMxIIDl6LWMC](#)

18. Santi, S., Yufuai, AR, Masding, M., Hanifah, AN, Yunus, M., Nari, J., Astuti, F., Wahyuni, R., & Pannyiwi, R. (2023). The Roles of Midwives in Motivating Mothers to Initiate Early Breastfeeding at Mother Earth and Child Hospital in Makassar City. *International Journal of Health Sciences*, 1 (3), 203–216. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i3.88>
19. Singer AJ Emergency department triage accuracy . *Ann Emerg Med* . 2014.
20. Supriatin, S.Kep., Ners ., M.Kep ., (2026). *Textbook of Nursing Ethics and Law: Theory, Principles, and Practice*. AGDOSI Publisher - ISBN: 978-634-96747-9-9. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=hsoWlbgAAAAJ&pagesize=80&authuser=1&citation_for_view=hsoWlbgAAAAJ:ldfaerwXgEUC
21. Riyanto A. *Aplikasi metodologi penelitian kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2018.
22. Sukmadinata NS. *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya; 2017.
23. Sulaeman ES. *Pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2019.
24. World Health Organization. *Health promotion and disease prevention guidelines*. Geneva: WHO; 2019