

Sinergi Religi dan Kesehatan Holistik: Implementasi *Tri Hita Karana* di Pura Luhur Batu Panes Desa Mangesta Kecamatan Pebebel Tabanan

¹Ni Luh PT. Putriyani Dewi, ²Pande Putu Toya Wisuda, ³Ni Made Sinarsari

Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar^{1,2,3}

*Email: putriyanidewi@uhnsugriwa.ac.id

Naskah Masuk: 27 Maret 2025 Direvisi: 1 April 2025 Diterima: 1 April 2025

ABSTRAK

Konsep *Tri Hita Karana* merupakan filosofi masyarakat Bali yang menekankan keseimbangan antara hubungan manusia dengan Tuhan (*Parahyangan*), sesama manusia (*Pawongan*), dan alam (*Palemahan*). Prinsip ini tidak hanya diterapkan dalam kehidupan sosial dan budaya, tetapi juga dalam praktik kesehatan holistik berbasis komunitas. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi *Tri Hita Karana* dalam pelayanan kesehatan di Pura Luhur Batu Panes, Desa Mangesta, Kecamatan Pebebel, Tabanan. Studi ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan unsur religius, sosial, dan pemanfaatan sumber daya alam. Metode pengumpulan data dilakukan dengan observasi partisipatif, dokumentasi kegiatan, serta wawancara informal dengan peserta untuk memperoleh informasi mengenai manfaat yang dirasakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek *Parahyangan* tercermin dalam ritual keagamaan seperti ngayah mareresik dan majejaitan disertai penyampaian edukasi pentingnya pelestarian budaya dan spiritual Hindu. Aspek *Pawongan* terlihat dalam kebersamaan dan gotong royong masyarakat dalam pelayanan kesehatan, seperti terapi akupresur, skrining kesehatan, dan distribusi herbal. Sementara itu, aspek *Palemahan* diwujudkan dalam pelestarian lingkungan pura disertai edukasi terkait pemanfaatan dan pengolahan tanaman obat tradisional sebagai bentuk pengobatan alami. Kegiatan ini menunjukkan bahwa sinergi antara nilai-nilai religius dan kesehatan memberikan dampak positif yang signifikan bagi kesejahteraan masyarakat, namun disarankan agar kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan lebih banyak pihak serta memperluas cakupan edukasi kesehatan holistik. Hal ini diharapkan dapat semakin memperkuat kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan dan menjaga keberlanjutan nilai-nilai budaya serta spiritual yang telah diwariskan secara turun-temurun. Dengan demikian, integrasi nilai religius dalam pelayanan kesehatan dapat menjadi model holistik yang berkelanjutan menjaga keseimbangan hidup.

Kata kunci: *Tri Hita Karana*, kesehatan holistik, religi, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

The concept of Tri Hita Karana is a Balinese philosophy that emphasizes balance between the relationship between humans and God (Parahyangan), fellow humans (People), and nature (Palemahan). This principle is not only applied in social and cultural life, but also in community-based holistic health practices. This research aims to analyze implementation Tri Hita Karana in health services at Pura Luhur Batu Panes, Mangesta Village, Pebebel District, Tabanan. This study uses a qualitative method with a case study approach based on community service activities involving religious, social elements and the use of natural resources. Data collection methods were carried out using participatory observation, documentation of activities, and informal interviews with participants to obtain information about the perceived benefits. The research results show that aspects Parahyangan reflected in religious rituals such as ngayah mareresik and majejaitan accompanied by the delivery of education on the importance of preserving Hindu culture and spirituality. Aspect People seen in community togetherness and mutual cooperation in health services, such as acupressure

therapy, health screening, and herbal distribution. Meanwhile, aspects Palemahan realized in preserving the temple environment accompanied by education regarding the use and processing of traditional medicinal plants as a form of natural treatment. This activity shows that the synergy between religious values and health has a significant positive impact on community welfare, but it is recommended that similar activities can be carried out in a sustainable manner by involving more parties and expanding the scope of holistic health education. It is hoped that this will further strengthen the welfare of society as a whole and maintain the continuity of cultural and spiritual values that have been passed down from generation to generation. The integration of religious values in health services can become a sustainable holistic model in maintaining life balance.

Keywords: *Tri Hita Karana, holistic health, religion, community service.*

PENDAHULUAN

Konsep *Tri Hita Karana* merupakan filosofi kehidupan umat Hindu umumnya dan di Bali khususnya yang menekankan keseimbangan antara tiga aspek utama, yaitu hubungan manusia dengan Tuhan (*Parahyangan*), hubungan antar sesama manusia (*Pawongan*), dan hubungan manusia dengan lingkungan (*Palemahan*) (Suryawan et al., 2022). Filosofi ini tidak hanya menjadi pedoman dalam kehidupan sosial dan budaya, tetapi juga diterapkan dalam berbagai bidang, termasuk dalam pelayanan kesehatan holistik. Konsep ini sangat sesuai dilaksanakan oleh team pengabdian Fakultas Brahma Widya Universitas I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar di Pura Luhur Batu Panes.

Pura Luhur Batu Panes terletak di Desa Mangesta, Kecamatan Penebel, Tabanan, merupakan salah satu situs suci yang mengintegrasikan unsur religius dan kesehatan melalui keberadaan sumber air panas yang dipercaya memiliki khasiat penyembuhan. Selain itu lokasi pura ini berada di kawasan yang subur, berbagai jenis tanaman tumbuh secara alami maupun ditanam oleh masyarakat di lingkungan sekitarnya. Dengan kondisi tanah yang subur menjadikan daerah sekitar pura memiliki potensi bagus dalam pengembangan tanaman herbal yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk mendukung kesehatan secara holistik. Beberapa jenis tanaman yang dapat diolah menjadi minuman herbal seperti jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), sereh (*Cymbopogon citratus*), daun kelor (*Moringa oleifera*) dan tanaman herbal lainnya yang dikenal memiliki segudang manfaat kesehatan seperti meningkatkan sistem daya tahan tubuh, melancarkan proses pencernaan, mengurangi inflamasi dan lainnya. Nor et al., 2023 menyoroti pemanfaatan dan peningkatan produktivitas Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk pembuatan minuman herbal tradisional sebagai imunostimulan. Temuan ini sejalan dengan implementasi konsep *Tri Hita Karana* dalam pelayanan kesehatan di Pura Luhur Batu Panes, di mana pemanfaatan tanaman obat tradisional mencerminkan harmoni antara manusia dan alam (*Palemahan*). Integrasi ini menunjukkan bahwa pendekatan holistik yang menggabungkan aspek religius, sosial, dan pemanfaatan sumber daya alam dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat secara menyeluruh. Kombinasi antara kegiatan sosial keagamaan dan pemanfaatan sumber daya alam ini mencerminkan konsep keseimbangan hidup yang sejalan dengan nilai-nilai *Tri Hita Karana*. Keseimbangan hubungan antara manusia dengan Tuhan, sesama manusia dan alam menjadi dasar dalam membentuk karakter dan kesejahteraan masyarakat (Agata et al., 2024; Mahendra & Kartika, 2021).

Salah satu aspek penting yang menjadi perhatian adalah bagaimana menjaga dan meningkatkan dampak spiritual dari aktivitas keagamaan serta efektivitas pendekatan holistik dalam kesehatan masyarakat di sekitar lingkungan pura maupun desa tempat pura ini berada. Masyarakat setempat bertanggung jawab terhadap keberadaan pura ini secara rutin melakukan berbagai kegiatan spiritual dan sosial seperti melaksanakan upacara keagamaan, pembersihan area pura secara rutin, serta perawatan sarana ibadah. Salah satu tantangan utama yang dihadapi

adalah menjaga serta meningkatkan partisipasi masyarakat dalam kegiatan *ngayah* atau kerja bakti di pura, terutama generasi muda yang menjadi penerus pelestarian budaya Hindu. Selain itu masyarakat sekitar pura juga mengalami kendala dalam hal sosialisasi dan pemahaman terhadap pemanfaatan potensi tanaman herbal yang tumbuh di sekitar mereka baik dari segi proses pengolahan dan penggunaannya. Banyak warga yang belum sepenuhnya memahami pentingnya perawatan kesehatan dan pengobatan berbasis herbal, belum mengetahui secara rinci tanaman apa saja yang dapat diolah menjadi minuman herbal, serta bagaimana cara mengolahnya agar tetap mempertahankan khasiatnya secara optimal. Kurangnya sosialisasi menjadi salah satu tantangan dalam mengoptimalkan potensi sumber daya alam yang tersedia di daerah sekitar pura. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan dalam mengoptimalkan manfaat spiritual dan kesehatan bagi masyarakat yang sehari-hari terlibat dalam aktivitas di pura ini. Penerapan konsep kesehatan holistik yang mengintegrasikan pengobatan tradisional dengan praktik spiritual menjadi salah satu pendekatan yang dapat memperkuat kesejahteraan masyarakat sekitar. Salah satu kegiatan dalam pengabdian ini adalah skrining kesehatan yang memberikan manfaat bagi masyarakat di lingkungan Pura Luhur Batu Panes dalam mendeteksi dini potensi gangguan kesehatan serta memberikan rekomendasi pengobatan alami melalui pemanfaatan tanaman herbal yang tersedia di sekitar pura.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memperkuat nilai religius masyarakat sekaligus meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan masyarakat. Pendekatan ini selaras dengan konsep *Tri Hita Karana* yang mengajarkan keseimbangan hubungan manusia dengan Tuhan (*Parahyangan*) sesama manusia (*Pawongan*), dan lingkungan (*Palemahan*). Dengan demikian diharapkan pengabdian ini dapat memberikan manfaat nyata bagi masyarakat sekitar Pura Luhur Batu Panes dalam aspek spiritual, sosial dan kesehatan karena kegiatan ini mengimplementasikan konsep *Tri Hita Karana* dalam bentuk aksi nyata seperti kegiatan *ngayah mareresik* (gotong royong membersihkan area pura), *majejaitan* (membantu persiapan sarana upacara), persembahyangan bersama disertai dengan *makidung* (melantukan nyanyian suci Hindu), menghaturkan *banten* (sarana upacara), *dana punia* (sumbangan untuk Pura) serta pelayanan kesehatan holistik berupa skrining kesehatan, pijat akupresur, dan pembagian minuman herbal serta distribusi herbal simplisia. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memperkuat aspek religius, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan melalui pendekatan yang berbasis nilai-nilai lokal. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang berbasis konsep *Tri Hita Karana*, upaya untuk meningkatkan kesadaran dan pemanfaatan tanaman herbal di sekitar Pura Luhur Batu Panes menjadi langkah strategis sehingga Pura Luhur Batu Panes bukan hanya menjadi pusat kegiatan spiritual, tetapi juga menjadi pusat edukasi dan pengembangan kesehatan holistik yang berkelanjutan.

Tabel 1. Analisis Situasi

No	Bidang	Permasalahan	Solusi
1	Religius (Parahyangan)	Partisipasi masyarakat, terutama generasi muda, dalam kegiatan <i>ngayah</i> (kerja bakti) dan ritual keagamaan mulai menurun.	Mengadakan kegiatan <i>ngayah bersama</i> , <i>makidung</i> , serta edukasi mengenai pentingnya pelestarian budaya dan spiritualitas Hindu.
2	Sosial (Pawongan)	Masyarakat kurang memiliki akses terhadap layanan kesehatan holistik, serta belum terbiasa dengan terapi alami seperti pijat akupresur dan konsumsi herbal.	Mengadakan skrining kesehatan, terapi akupresur, serta distribusi minuman herbal dan herbal simplisia untuk meningkatkan kesadaran dan akses terhadap kesehatan alami.
3	Lingkungan (Palemahan)	Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman herbal untuk kesehatan serta minimnya sosialisasi terkait pengolahan dan penggunaannya.	Memberikan edukasi dan pelatihan terkait manfaat serta cara pengolahan tanaman herbal

Rumusan Masalah

Berdasarkan kondisi faktual dan aktual di Pura Luhur Batu Panes serta masyarakat sekitarnya, terdapat beberapa permasalahan utama yang menjadi latar belakang dilaksanakannya kegiatan pengabdian ini, yaitu: bagaimana penerapan konsep *Tri Hita Karana* dalam pelayanan kesehatan di Pura Luhur Batu Panes? serta bagaimana sinergi antara aspek religius, sosial, kesehatan dan lingkungan dalam praktik yang berkelanjutan?. Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat sekitar pura dapat memperoleh manfaat yang signifikan, baik dalam peningkatan kualitas kesehatan maupun dalam pelestarian nilai-nilai spiritual yang mendukung kesejahteraan holistik.

Metode

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Pura Luhur Batu Panes, Desa Mangesta, Kecamatan Penebel, Tabanan, pada hari Minggu, 16 Maret 2025, dari pukul 09.00 hingga 16.00 WITA. Kegiatan ini diselenggarakan oleh Fakultas Brahma Widya, Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar, dengan melibatkan masyarakat setempat sebanyak 157 peserta. Kegiatan yang dilakukan mencakup berbagai aspek religius dan kesehatan holistik berbasis komunitas. Aktivitas religius meliputi *ngayah mareresik* (gotong royong membersihkan area pura), *majejaitan* (membantu persiapan sarana upacara), serta persembahyangan bersama yang disertai dengan *makidung* (melantunkan nyanyian suci Hindu) dan penghaturan *dana punia*. Sementara itu, aspek kesehatan holistik diwujudkan melalui pelayanan kesehatan seperti skrining kesehatan, terapi pijat akupresur, serta distribusi minuman herbal dan herbal simplisia kepada masyarakat.

Metode pengumpulan data dalam kegiatan ini dilakukan melalui observasi partisipatif, dokumentasi kegiatan, serta wawancara informal dengan peserta untuk memperoleh informasi mengenai manfaat yang dirasakan. Teknik analisis data menggunakan pendekatan kualitatif dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan menyaring informasi yang relevan terkait implementasi *Tri Hita Karana* dalam pelayanan kesehatan holistik. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif guna menggambarkan pola interaksi masyarakat dalam kegiatan ini, sedangkan penarikan kesimpulan bertujuan untuk mengidentifikasi dampak program terhadap kesejahteraan masyarakat. Melalui pendekatan ini, pengabdian masyarakat di Pura Luhur Batu Panes diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif mengenai sinergi antara aspek religius dan kesehatan dalam kehidupan masyarakat setempat.

Pembahasan

Tri Hita Karana merupakan filosofi hidup yang menekankan keseimbangan dan harmoni yang memiliki arti tiga penyebab kebahagiaan termasuk dalam praktik kesehatan dan kehidupan spiritual. Dalam konsep ini, kesejahteraan manusia tidak hanya ditentukan oleh kesehatan fisik semata, tetapi juga meliputi:

- *Parahyangan*: Hubungan manusia dengan Tuhan, yang diwujudkan dalam bentuk aktivitas keagamaan seperti sembahyang, melaksanakan kegiatan *ngayah*, melantunkan kidung-kidung suci.
- *Pawongan*: Hubungan manusia dengan sesama, yang diwujudkan dalam kebersamaan, gotong royong dan kegiatan sosial.
- *Palemahan*: Hubungan manusia dengan alam, yang mencakup pelestarian lingkungan dan pemanfaatan sumber daya alam secara bijak.

Konsep *Tri Hita Karana* tidak hanya menjadi dasar dalam kehidupan masyarakat Bali, tetapi juga diterapkan dalam berbagai aspek pelayanan kesehatan. Suryawan et al., 2022 menegaskan bahwa pendekatan dengan konsep *Tri Hita Karana* menekankan keseimbangan hubungan antara manusia dengan Tuhan, sesama manusia dan lingkungan, selain itu juga menegaskan bahwa integrasi *Tri Hita Karana* dapat membantu mengatasi krisis identitas nasional dan memperkuat nilai-nilai luhur bangsa. Konsep *Tri Hita Karana* juga memberikan pendekatan holistik dalam pelayanan kesehatan dengan menekankan keseimbangan antara aspek spiritual, sosial, dan lingkungan. Penerapan konsep *Tri Hita Karana* dalam kegiatan pengabdian di Pura Luhur Batu Panes mencerminkan nilai-nilai tersebut. Masyarakat yang mendapatkan pelayanan dalam kegiatan ini sejumlah 157 orang dengan rincian 45 orang diberikan layanan pijat, 100 orang simplisia sesuai keluhan dan 157 orang Loloh Pitu dikonsumsi di lokasi. Penelitian yang dilakukan oleh Aditama (2014) dalam bukunya *Jamu & Kesehatan* menegaskan bahwa jamu sebagai warisan budaya memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan masyarakat secara alami dan berkelanjutan. Konsep ini sejalan dengan implementasi *Tri Hita Karana* dalam pelayanan kesehatan di Pura Luhur Batu Panes, yang mengintegrasikan pemanfaatan herbal dalam terapi kesehatan dengan nilai-nilai spiritual dan sosial. Penggunaan jamu sebagai bagian dari pengobatan tradisional mencerminkan harmoni antara manusia dan alam (*Palemahan*), sementara praktik kesehatan yang dilakukan secara kolektif dalam ritual keagamaan dan pelayanan masyarakat memperkuat aspek *Pawongan* dan *Parahyangan*. Dengan demikian, pendekatan kesehatan berbasis jamu dan konsep *Tri Hita Karana* saling melengkapi dalam membangun kesejahteraan holistik.

Sarno (2019) dalam penelitiannya mengenai pemanfaatan tanaman obat (*biofarmaka*) sebagai produk unggulan masyarakat di Desa Depok, Banjarnegara, menegaskan bahwa kearifan lokal dalam penggunaan tanaman herbal memiliki potensi besar dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Temuan ini berkaitan dengan implementasi *Tri Hita Karana* dalam pelayanan kesehatan di Pura Luhur Batu Panes, di mana pemanfaatan tanaman obat tradisional tidak hanya berfungsi sebagai media penyembuhan alami tetapi juga mencerminkan keseimbangan hubungan manusia dengan alam (*Palemahan*). Selain itu, kegiatan pengabdian yang melibatkan pembagian herbal dan terapi akupresur di Pura Luhur Batu Panes memperkuat aspek *Pawongan*, yakni gotong royong dalam pelayanan kesehatan berbasis komunitas.

1. Parahyangan: Spiritualitas sebagai Sumber Kesehatan dan Kedamaian

Dimensi religius dalam pelayanan kesehatan holistik di Pura Luhur Batu Panes diwujudkan melalui aktivitas ritual keagamaan yang mendukung terjadinya keseimbangan rohani, batin dan spiritual (Yunata, 2024). Beberapa praktik yang mencerminkan *Parahyangan* dalam kegiatan pengabdian ini antara lain:

- *Ngayah* di Pura Luhur Batu Panes
Kegiatan *ngayah* (kerja bakti dengan tulus) seperti *masang wastra* (memasang kain pada *palinggi*/ tempat pemujaan) dan *majejaitan* (membuat sarana upacara) bukan hanya sekadar melakukan tindakan fisik, tetapi juga merupakan bagian dari pengabdian kepada Tuhan. Masyarakat percaya bahwa dengan ikut serta dalam kegiatan *ngayah* ini, mereka memperoleh berkah dan keseimbangan hidup.



Gambar 1. Ngayah memasang wastra



Gambar 2. Ngayah majejaitan

- Doa dan Ritual Keagamaan

Doa/persembahyangan bersama dilakukan untuk memohon kelancaran dan perlindungan dari Tuhan. Seluruh peserta pengabdian dan juga sebagian masyarakat turut serta dalam persembahyangan bersama yang dipimpin oleh *pemangku* (pemimpin persembahyangan di Pura setempat) persembahyangan menegaskan bahwa aspek kesehatan tidak terlepas dari unsur spiritualitas.



Gambar 3. Persembahyangan bersama

- *Makidung* (melantunkan nyanyian suci)

Rangkaian kegiatan persembahyangan bersama ini juga disertai dengan *makidung* yang ditembangkan oleh dosen-dosen Fakultas Brahma Widya. *Kidung* ditembangkan sebelum persembahyangan dimulai dengan menembangkan *kawitan wargasari* kidung ini sering dinyanyikan untuk mengawali dan mengiringi *pemangku* memulai puja. Setelah melaksanakan *Panca Sembah* juga diiringi dengan menembangkan *Kidung Turun Tirtha*. Kidung ini memberi implikasi kepada umat Hindu untuk merasakan fungsi air yang disucikan. Dalam kidung ini juga tersirat makna dan filosofis air



Gambar 4. Dosen Fakultas Brahma Widya *ngayah makidung* saat persembahyangan bersama

2. Pawongan: Kebersamaan dalam Pelayanan Kesehatan dan Sosial

Dimensi *Pawongan* dalam kegiatan pengabdian di Pura Luhur Batu Panes diwujudkan melalui interaksi sosial yang erat antara masyarakat, dosen dan mahasiswa dari Jurusan Yoga dan Kesehatan Fakultas Brahma Widya dan relawan. Beberapa bentuk implementasi nilai ini adalah:

- Kolaborasi dengan Komunitas Keagamaan
Pelaksanaan kegiatan kesehatan melibatkan unsur komunitas keagamaan, termasuk para *pemangku* (pendeta Hindu) dan pengelola pura. Sebelum dilaksanakan kegiatan pengabdian, team pengabdian berkoordinasi dengan pemangku dan pengelola Pura untuk melaksanakan kegiatan pengabdian ini. Tentunya melalui koordinasi yang baik, kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana aman dan lancar. Hal ini menegaskan bahwa kesehatan tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi juga komunitas yang berlandaskan nilai spiritual.



Gambar 5. Team pengabdian masyarakat

- Gotong Royong dalam Pelayanan Kesehatan
Kegiatan seperti skrining kesehatan dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah, pengecekan kadar gula darah dan konsultasi kesehatan oleh dosen jurusan yoga dan kesehatan Fakultas Brahma Widya. Pelayanan ini diberikan dengan penuh keikhlasan tanpa membedakan latar belakang sosial atau ekonomi penerima manfaat. Warga *pangempon* Pura Luhur Batu Panes yang saat itu berada di lokasi berantusias ingin melakukan skrining kesehatan untuk mengetahui kondisi kesehatan mereka. Dosen, mahasiswa dan relawan bersatu padu memberikan pelayanan yang terbaik.



Gambar 6. Skrining kesehatan oleh Dosen Jurusan Yoga dan Kesehatan

- Nilai Kepedulian dan Kasih Sayang – Dalam semangat *Tat Twam Asi* (aku adalah kamu, kamu adalah aku), pelayanan kesehatan diberikan dengan penuh empati semangat dan dilakukan dengan tulus ikhlas. Konsep ini mengajarkan bahwa membantu orang lain sama dengan membantu diri sendiri, karena manusia adalah bagian dari kesatuan semesta (Yudiasuti, 2023). Setelah skrining kesehatan, mahasiswa, dosen dan relawan melaksanakan usaha uwut, pijat akupresur dimana layanan diberikan sesuai kasus dan memberikan edukasi individu terkait asuhan mandiri keterampilan bagi masyarakat. Kegiatan dilanjutkan dengan pembagian minuman herbal dan juga pembagian herbal simplisia yang mencerminkan semangat kebersamaan dalam membantu sesama



Gambar 7. Pijat akupresur yang dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa Fakultas Brahma Widya



Gambar 8. Pembagian minuman herbal

3. Palemahan: Pelestarian Alam dan Penggunaan Herbal dalam Kesehatan

Lingkungan (*Palemahan*) menjadi aspek penting dalam pelayanan kesehatan yang berbasis pada alam dan budaya lokal. Kegiatan pengabdian ini juga mengajak masyarakat untuk hidup sehat dengan kembali ke alam (*back to nature*) menggunakan kekayaan alam setempat untuk mencegah penyakit dan menjaga ketahanan tubuh. Beberapa implementasi nilai ini meliputi:

- Konservasi dan Kebersihan Lingkungan

Kegiatan *mareresik* atau membersihkan areal pura tidak hanya bertujuan menjaga kesucian tempat ibadah, tetapi juga upaya pelestarian lingkungan. Kesadaran akan pentingnya kebersihan mencerminkan keseimbangan antara spiritualitas dan ekologi.

- Sumber Air Panas sebagai Terapi Alami

Selain sebagai tempat persembahyangan umat Hindu, di areal Pura Luhur Batu Panes juga terdapat mata air alami yang mengeluarkan air panas. Air panas di Pura Luhur Batu Panes dimanfaatkan untuk terapi kesehatan, khususnya dalam meredakan nyeri otot dan memperbaiki sirkulasi darah. Hal ini juga didukung dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari terapi panas terhadap penurunan nyeri (Khoirunnisa & Nurjayanti, 2023; Fauzi et al., 2023).



Gambar 9. Sumber air panas alami di Pura Luhur Batu Panes

- Pemanfaatan Obat Tradisional

Herbal simplisia dan minuman herbal yang dibagikan dalam kegiatan pengabdian merupakan bentuk pemanfaatan sumber daya alam secara bijaksana. Tradisi penggunaan tanaman obat ini telah diwariskan secara turun-temurun namun tetap relevan dalam konteks kesehatan modern. Adapun herbal simplisia yang dibagikan adalah: Loloh Pitu, sehat perempuan, sehat pria, hipertensi, asam urat, kencing manis. Dikemas sebagai herbal godokan sebagai bentuk edukasi kepada masyarakat asuhan mandiri, masyarakat mengupayakan mandiri sesuai edukasi yg diberikan.



Gambar 10. Pembagian minuman herbal dan herbal simplisia

Minuman herbal telah lama dikenal sebagai bagian dari pengobatan tradisional yang memanfaatkan bahan-bahan alami untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan (Kumontoy et al., 2023). Dalam konteks pengabdian di Pura Luhur Batu Panes, beberapa jenis tanaman herbal digunakan untuk mendukung kesehatan masyarakat, selaras dengan konsep *Tri Hita Karana* yang mengedepankan keseimbangan antara manusia, alam, dan Tuhan. Tanaman obat herbal disajikan dalam bentuk minuman tradisional olahan kreasi dari dosen dan mahasiswa Jurusan

Yoga dan Kesehatan, Fakultas Brahma Widya Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa, yaitu “Loloh Pitu” yang terdiri dari : jahe, temulawak, kunyit putih, bunga telang, rosella merah, sereh dan pandan wangi. Herbal tersebut berfungsi sebagai daya tahan tubuh (Cahyaningrum & Sudaryati, 2021). Penggunaan tanaman-tanaman ini dalam bentuk minuman herbal merupakan bentuk sinergi antara aspek religi dan kesehatan holistik. Konsep *Tri Hita Karana* yang diterapkan dalam pengabdian di Pura Luhur Batu Panes mencerminkan keselarasan antara manusia dan lingkungan dalam menjaga kesehatan dengan memanfaatkan sumber daya alam secara bijaksana. Penelitian yang dilakukan oleh Abdi, Murdiono, dan Sitompul (2015) mengenai etnobotani tumbuhan obat dalam pembuatan jamu di Kecamatan Wringin, Kabupaten Bondowoso, menunjukkan bahwa pemanfaatan tanaman obat telah lama menjadi bagian dari tradisi masyarakat dalam menjaga kesehatan. Temuan ini relevan dengan implementasi konsep *Tri Hita Karana* dalam pelayanan kesehatan di Pura Luhur Batu Panes, di mana pemanfaatan herbal sebagai terapi alami tidak hanya berfungsi sebagai pengobatan fisik tetapi juga mencerminkan keseimbangan antara manusia dan alam (*Palemahan*).

Keunggulan dan Kelemahan Model Kegiatan

Keunggulan:

- Berbasis Kearifan Lokal: Konsep *Tri Hita Karana* mudah diterima oleh masyarakat karena sesuai dengan nilai budaya dan spiritual mereka.
- Holistik dan Berkelanjutan: Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada satu aspek (misalnya kesehatan saja), tetapi juga melibatkan aspek religius dan ekonomi.
- Mendorong Kemandirian Masyarakat: Edukasi tentang herbal dapat membantu masyarakat mengelola sumber daya alam sekitar secara lebih optimal.

Kelemahan:

Salah satu tantangan utama dalam penerapan kesehatan holistik berbasis *Tri Hita Karana* di Pura Luhur Batu Panes adalah keterbatasan sumber daya manusia dalam memahami pengobatan herbal dan pendekatan kesehatan tradisional. Tidak semua peserta, baik dari kalangan masyarakat memiliki pengetahuan yang memadai tentang penggunaan tanaman obat, terapi akupresur, dan prinsip kesehatan holistik yang berakar pada kearifan lokal. Kesenjangan pemahaman ini menyebabkan beberapa kendala dalam implementasi di lapangan. Misalnya, dalam sesi distribusi herbal, terdapat peserta yang belum memahami cara pengolahan dan dosis penggunaan tanaman obat secara benar. Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan pelatihan lanjutan bagi peserta, baik dalam bentuk workshop maupun pendampingan oleh praktisi kesehatan tradisional yang berpengalaman. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan holistik, tetapi juga memastikan bahwa konsep *Tri Hita Karana* dapat diterapkan secara optimal dalam kehidupan sehari-hari masyarakat. Dengan upaya peningkatan kapasitas ini, diharapkan keberlanjutan praktik kesehatan holistik berbasis *Tri Hita Karana* dapat lebih terjamin dan memberikan manfaat yang lebih luas bagi masyarakat.

SIMPULAN

Penerapan *Tri Hita Karana* dalam pelayanan kesehatan di Pura Luhur Batu Panes menunjukkan bahwa kesehatan tidak dapat dipisahkan dari aspek spiritual, sosial, dan lingkungan. Keharmonisan antara hubungan dengan Tuhan, sesama manusia, dan alam menciptakan kesejahteraan holistik yang berkelanjutan. Sinergi antara nilai religius dan kesehatan ini membuktikan bahwa pendekatan berbasis kearifan lokal dapat menjadi model pelayanan yang lebih bermakna dan menyeluruh. Kegiatan pengabdian masyarakat di Pura Luhur Batu Panes telah berhasil mengimplementasikan konsep *Tri Hita Karana* melalui pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek spiritual, sosial, dan kesehatan. Pelaksanaan kegiatan ngayah mareresik dan majejaitan tidak hanya meningkatkan kesadaran masyarakat

akan pentingnya menjaga lingkungan pura, tetapi juga mempererat hubungan sosial di antara mereka. Sementara itu, pelayanan kesehatan holistik berupa skrining kesehatan, terapi akupresur, dan pemberian herbal simplisia memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan serta mengenalkan alternatif pengobatan tradisional yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan bahwa sinergi antara nilai-nilai religius dan kesehatan dapat memberikan dampak positif yang signifikan bagi kesejahteraan masyarakat. Oleh karena itu, disarankan agar kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan lebih banyak pihak serta memperluas cakupan edukasi kesehatan holistik. Hal ini diharapkan dapat semakin memperkuat kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan dan menjaga keberlanjutan nilai-nilai budaya serta spiritual yang telah diwariskan secara turun-temurun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada *pangempon* Pura Luhur Batu Panes, Desa Mangesta, Kecamatan Penebel, Tabanan, yang telah menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Apresiasi juga diberikan kepada seluruh masyarakat sekitar pura yang dengan antusias berpartisipasi dalam setiap kegiatan, mulai dari *ngayah mareresik*, *majejaitan*, hingga penerapan pelayanan kesehatan holistik.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Fakultas Brahma Widya Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar beserta dosen, pegawai, mahasiswa dan relawan yang telah mendukung kelancaran kegiatan ini melalui kerja sama dan kontribusi aktif mereka. Selain itu, penghargaan diberikan kepada tim tenaga medis dan praktisi terapi akupresur yang telah memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dengan penuh dedikasi. Tidak lupa, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan gagasan, saran, serta masukan dalam penyusunan artikel ini, sehingga dapat tersusun dengan baik. Semoga hasil kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dan menjadi inspirasi bagi pelaksanaan pengabdian masyarakat di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, M. A., Murdiono, W. E., & Sitompul, S. M. (2015). Kajian etnobotani tumbuhan obat pembuat jamu di Kecamatan Wringin Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Produksi Tanaman*, 10(10), 1-7.
- Aditama, T. Y. (2014). *Jamu & Kesehatan* (1st ed.). Lembaga Penerbit Balitbangkes (LPB).
- Agata, F. H., Arnyana, I. B. P., & Suja, I. W. (2024). Implementasi ajaran Tri Hita Karana dalam Pendidikan anak-anak di Desa Panglipuran Bali. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 4(12), 24-24. <https://doi.org/10.17977/UM065.V4.I12.2024.24>
- Cahyaningrum, P. L., & Sudaryati, N. L. G. (2021). Budaya Minum Loloh Sebagai Upaya Meningkatkan Imunitas Tubuh Dimasa Pandemi Covid 19. *Widya Kesehatan*, 3(2), 18-24. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v3i2.2085>
- Fauzi, M., Dayfi, B. A., & Setiawaty, E. (2023). Pengaruh Rendam Duduk Dengan Air Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Sendi. *HealthCare Nursing Journal*, 5(1). <http://www.journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/article/view/2857>
- Khoirunnisa, M. A., & Nurjayanti, I. (2023). Pengaruh Terapi Panas (Rendam Kaki) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Ekstremitas Pada Pasien Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Institut Medika Drg. Suherman*, 05(01), 156-159.
- Kumontoy, G. D. O., Deeng, D., & Muliantini, T. (2023). Pemanfaatan Tanaman Herbal

- Sebagai Obat Tradisional Untuk Kesehatan Masyarakat Di Desa Guaan Kecamatan Mooat Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. *Jurnal Holistik*, 16(3), 1–20.
- Mahendra, P. R. A., & Kartika, I. M. (2021). Membangun Karakter Berlandaskan Tri Hita Karana Dalam Perspektif Kehidupan Global. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 9(2), 423–430. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPP>
- Nor, I., Latifah, N., Zamzani, I., Sa, H., Fatmawati, E., Nurhanifah, D., Rahma, A., Farmasi, F., Muhammadiyah Banjarmasin, U., Selatan, K., Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, F., & DIII Kebidanan, P. (2023). Pemanfaatan dan Peningkatan Produktivitas Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk Minuman Tradisional Herbal Sebagai Immunostimulan. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 190–195. <https://doi.org/10.31764/JPMB.V7I1.12281>
- Sarno, S. (2019). Pemanfaatan tanaman obat (*biofarmaka*) sebagai produk unggulan masyarakat Desa Depok Banjarnegara. *Abdimas Unwahas*, 4(2), 73–78.
- Suryawan, I. P. P., Sutajaya, I. M., & Suja, I. W. (2022). Tri Hita Karana sebagai Kearifan Lokal dalam Pengembangan Pendidikan Karakter. *Jurnal Pendidikan Multikultural Indonesia*, 5(2), 50–65. <https://doi.org/10.23887/JPMU.V5I2.55555>
- Yudiastuti, N. K. (2023). Implementasi Ajaran Tat Twam Asi Dan Tri Kaya Parisudha Dalam Menciptakan Sekolah Damai di SD Negeri 5 Dauh Puri. *Jurnal Pendidikan Agama Hindu*, 4(1), 81–91.
- Yunata, R. W. E. (2024). Melaksanakan Konsep Tri Hita Karana Melalui Gerakan Pemebersihan Pura Di Pura Tuluk Biyu Batur. *Swara Widya*, 4(2), 49–64.