

EDUKASI PERAN MAKANAN *HALALAN THAYYIBAN* DALAM PENCEGAHAN PENYAKIT PARU DI KOTA AMBON

Wahyuni Sammeng^{1*}, Khartini Kaluku²

^{1,2} Program Studi Gizi, Poltekkes Kemenkes Maluku, Indonesia

Abstrak

Penyakit tuberkulosis masih menjadi masalah kesehatan global dan merupakan penyebab kematian ke dua setelah HIV. Konsep makanan *Halalan Thayyiban* merupakan pendekatan berbasis nilai dan sains yang menekankan konsumsi makanan yang halal (aman dan tidak membahayakan) serta *thayyib* (baik, bergizi, dan berkualitas). Pangan *thayyib* tidak hanya memenuhi status keagamaan tetapi juga standar keamanan, kebersihan, kemanfaatan kesehatan, dan keseimbangan nutrisi. Prinsip ini sejalan dengan upaya pencegahan penyakit paru melalui konsumsi makanan bergizi tinggi yang mampu memperkuat fungsi imun saluran napas dan memperbaiki kerusakan jaringan paru akibat polusi. Pelaksanaan edukasi masyarakat mengenai peran makanan *Halalan Thayyiban* dalam pencegahan penyakit paru merupakan strategi promotif preventif yang relevan, aplikatif, dan berkelanjutan untuk masyarakat Kota Ambon. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan diskusi. Metode ini dianggap perlu untuk memudahkan peserta memahami tentang konsep makanan halalan thayyiban. Dari kegiatan edukasi gizi konsep makanan halalan thayyiban dalam pencegahan penyakit paru seperti tuberkulosis diharapkan mampu memberikan pengetahuan yang mendalam bagi peserta kegiatan bahwa tindakan preventif dapat dilakukan dari pemilihan makanan yang baik untuk tubuh

Kata Kunci : Makanan, Halal, Thayyiban

EDUCATION ON THE ROLE OF THAYYIBAN HALAL FOOD IN PREVENTING LUNG DISEASE IN AMBON CITY

Abstract

Tuberculosis remains a global health problem and the second leading cause of death after HIV. The Halal Thayyiban food concept is a values- and science-based approach that emphasizes the consumption of halal (safe and harmless) and thayyib (good, nutritious, and high-quality) food. Thayyib food not only meets religious standards but also meets safety, hygiene, health benefits, and nutritional balance. This principle aligns with efforts to prevent lung disease through the consumption of highly nutritious foods that can strengthen the immune function of the respiratory tract and repair lung tissue damage caused by pollution. Implementing public education on the role of Halal Thayyiban food in preventing lung disease is a relevant, applicable, and sustainable preventive-promotive strategy for the people of Ambon City. The methods used in this activity are lectures and discussions. This method is considered necessary to facilitate participants' understanding of the concept of Halal Thayyiban food. This nutritional education activity, which emphasizes the concept of halal and thayyiban food in preventing lung diseases such as tuberculosis, is expected to provide participants with in-depth knowledge that preventive measures can be taken by choosing healthy foods

Keywords: Food, Halal, Thayyiban

Pendahuluan

Penyakit paru masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia dan berkontribusi besar terhadap angka kesakitan dan kematian. Kota Ambon sebagai wilayah perkotaan berkembang menghadapi ancaman meningkatnya penyakit saluran napas akibat kombinasi faktor lingkungan, perilaku kesehatan, dan perubahan pola konsumsi masyarakat. Polusi udara dari aktivitas transportasi, pembangunan, serta paparan asap rokok meningkatkan risiko inflamasi dan kerusakan jaringan paru.

Penyakit tuberkulosis masih menjadi masalah kesehatan global dan merupakan penyebab kematian ke dua setelah HIV. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjangkitnya penyakit TB adalah status gizi. Status gizi yang buruk akan meningkatkan resiko terhadap penyakit TB paru. Sebaliknya, penyakit TB paru dapat mempengaruhi status gizi penderita karena proses perjalanan penyakitnya. Oleh karena itu disarankan kepada penderita TB untuk meningkatkan pola makan dengan penganekaragaman makanan untuk memenuhi kebutuhannya, Untuk memenuhi kebutuhan tersebut membutuhkan perhitungan kalori makanan yang cepat dan mudah untuk membantu proses penyembuhan pada pasien yang terkena penyakit TB paru dan untuk memenuhi gizi setiap harinya (Aluano et al., 2017).

Tuberkulosis atau TB adalah penyakit menular langsung yang disebabkan oleh kuman TB (*Mycobacterium Tuberculosis*). Sebagian besar kuman TB menyerang paru, tetapi dapat juga mengenai organ tubuh lainnya. Salah satu bentuk kegiatan yang diadakan oleh departemen kesehatan adalah program pemberantasan penyakit tuberkulosis. World Health Organization (WHO) menyatakan TB sebagai suatu problema kesehatan masyarakat yang sangat penting dan serius di seluruh dunia dan merupakan penyakit yang menyebabkan kedaruratan global (Global Emergency) karena pada sebagian besar negara di dunia penyakit TB Paru tidak terkendali, ini disebabkan banyaknya penderita yang tidak berhasil disembuhkan, serta sebagai penyebab utama yang di akibatkan oleh penyakit infeksi. Penyakit TBC pada seseorang dipengaruhi oleh beberapa factor seperti status social ekonomi, status gizi, umur, jenis kelamin, pendidikan, faktor lingkungan dan kebiasaan merokok (Kemenkes RI, 2014). Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia dimana tingkat status gizi optimal akan tercapai apabila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi (Arisman, 2009). Keadaan kekurangan gizi akan mempengaruhi daya tahan tubuh seseorang sehingga rentan terhadap penyakit infeksi salah satunya TB Paru. Status Gizi yang buruk akan meningkatkan resiko penyakit Tuberkulosis Paru, sebaliknya Tuberkulosis Paru (TB) berkontribusi menyebabkan status gizi buruk karena proses perjalanan penyakit yang mempengaruhi daya tahan tubuh (Rahmi Novita Yusuf, 2018).

Selain faktor polusi, gaya hidup dan pola makan masyarakat juga berperan besar dalam memperburuk kesehatan paru. Perubahan tren konsumsi ke arah makanan ultra-proses seperti mi instan, sosis, makanan cepat saji, dan gorengan meningkatkan stres oksidatif dan inflamasi sistemik, termasuk pada saluran napas. Zat tambahan sintetis seperti pengawet, penstabil, dan pewarna dapat meningkatkan

respons inflamasi dan menurunkan daya tahan sel epitel respirasi (Li et al., 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa aspek gizi berfungsi sebagai faktor determinan penting dalam pencegahan dan pengendalian penyakit paru melalui dukungan nutrisi antioksidan, vitamin A, C, E, omega-3, zinc, dan selenium.

Konsep makanan *Halalan Thayyiban* merupakan pendekatan berbasis nilai dan sains yang menekankan konsumsi makanan yang halal (aman dan tidak membahayakan) serta *thayyib* (baik, bergizi, dan berkualitas). Pangan *thayyib* tidak hanya memenuhi status keagamaan tetapi juga standar keamanan, kebersihan, kemanfaatan kesehatan, dan keseimbangan nutrisi. Prinsip ini sejalan dengan upaya pencegahan penyakit paru melalui konsumsi makanan bergizi tinggi yang mampu memperkuat fungsi imun saluran napas dan memperbaiki kerusakan jaringan paru akibat polusi (Sumiati et al., 2024). Fitriani (2022) menegaskan bahwa prinsip *thayyib* mencakup pemilihan bahan pangan yang bersih, tidak mengandung zat berbahaya, dan memberikan manfaat kesehatan, yang secara ilmiah berkontribusi terhadap peningkatan status kesehatan masyarakat.

Maluku kaya sumber bahan pangan halal-thayyib yang sangat potensial, seperti ikan pelagis (tongkol, kembung, teri), kenari, kelor, rumput laut, dan buah tropis seperti pepaya, pisang, dan buah merah. Makanan tersebut tinggi antioksidan dan omega-3 yang terbukti mendukung kapasitas paru dan menurunkan inflamasi respirasi (Yuliana & Handayani, 2021; Putra et al., 2023). Namun realitas menunjukkan bahwa pemanfaatannya masih rendah akibat minimnya pengetahuan gizi, persepsi keliru bahwa makanan instan lebih praktis dan modern, serta belum tersedianya edukasi terstruktur mengenai hubungan pangan halal-thayyib dan kesehatan paru.

Belum adanya media edukasi dan modul praktis terkait konsumsi halal-thayyib sebagai upaya preventif terhadap penyakit paru membuat masyarakat tidak memiliki panduan konkret untuk perubahan perilaku. Program edukasi terpadu menjadi kebutuhan mendesak untuk meningkatkan literasi kesehatan, mempengaruhi pola makan keluarga, dan memperkuat ketahanan kesehatan komunitas melalui pendekatan intervensi berbasis bukti. Pelaksanaan edukasi masyarakat mengenai peran makanan *Halalan Thayyiban* dalam pencegahan penyakit paru merupakan strategi promotif preventif yang relevan, aplikatif, dan berkelanjutan untuk masyarakat Kota Ambon.

Solusi dirancang untuk menjawab langsung setiap permasalahan yang dihadapi mitra melalui pendekatan edukasi terstruktur mengenai peran makanan *Halalan Thayyiban* dalam pencegahan penyakit paru, dengan fokus pada peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku konsumsi, dan ketersediaan media edukasi yang aplikatif. Solusi disusun secara sistematis sebagai berikut:

Pertama, peningkatan literasi masyarakat tentang kaitan antara kesehatan paru, pola makan, dan prinsip *Halalan Thayyiban*. Edukasi dilakukan melalui ceramah ilmiah interaktif yang menjelaskan mekanisme biologis nutrisi terhadap fungsi paru, seperti peran antioksidan dalam memperbaiki kerusakan sel akibat radikal bebas, omega-3 dalam menurunkan inflamasi, vitamin A dan C dalam

memperkuat epitel saluran napas, serta dampak negatif makanan ultra-proses tinggi pengawet dan lemak trans terhadap stres oksidatif respirasi. Materi disampaikan dalam bahasa sederhana dan berbasis bukti penelitian terkini sehingga mudah dipahami dan mampu membangun kesadaran perubahan perilaku.

Kedua, internalisasi prinsip *Halalan Thayyiban* dalam pola makan rumah tangga dengan menekankan aspek halal, aman, bergizi, dan bermanfaat. Edukasi berisi panduan memilih bahan pangan yang aman, bersih, tidak kadaluwarsa, tanpa bahan berbahaya, dan bernilai gizi tinggi. Penyampaian materi difokuskan pada pangan lokal Maluku yang telah terbukti secara ilmiah memperkuat fungsi paru, seperti ikan pelagis, kelor, kenari, rumput laut, buah merah, pisang, pepaya, dan sagu sebagai sumber nutrisi thayyib.

Ketiga, penyediaan media edukasi tertulis dan audiovisual sebagai panduan konsumsi berbasis bukti. Leaflet, booklet, dan poster yang dihasilkan memuat rekomendasi menu harian paru-sehat, daftar bahan pangan halal-thayyib, serta strategi memilih makanan ketika berbelanja. Penyediaan media edukasi memungkinkan keluarga menerapkan pengetahuan secara keberlanjutan tanpa bergantung pada kehadiran fasilitator.

Keempat, pembentukan komitmen perubahan perilaku melalui pendekatan komunitas dan keluarga. Mitra dilibatkan sebagai bagian aktif, bukan sekadar penerima informasi. Kader kesehatan, tokoh agama, tokoh perempuan, dan aparat desa dilibatkan sebagai agen perubahan sosial untuk mendorong terbentuknya kebiasaan konsumsi pangan sehat. Pendekatan ini efektif karena perilaku konsumsi sangat dipengaruhi nilai sosial dan norma kolektif.

Kelima, evaluasi perkembangan melalui pretest dan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan secara kuantitatif. Hasil evaluasi menjadi dasar penyempurnaan materi, sekaligus bukti keberhasilan program untuk keperluan publikasi dan tindak lanjut program di tingkat institusi.

Keenam, integrasi edukasi dengan program kesehatan masyarakat yang sudah berjalan, seperti posyandu, PKK, dan kegiatan keagamaan. Hal ini bertujuan memperluas jangkauan informasi dengan biaya minimal, sekaligus memperkuat keberlanjutan program tanpa ketergantungan pendanaan baru.

Solusi ini dipilih karena paling relevan dengan kebutuhan mitra, bersifat berkelanjutan, mudah direplikasi, tidak memerlukan fasilitas mahal, dan berpotensi menghasilkan perubahan perilaku nyata mandiri di tingkat keluarga dan komunitas. Dengan pendekatan sistematis tersebut, masyarakat Kota Ambon diharapkan mampu menerapkan konsumsi makanan *Halalan Thayyiban* sebagai strategi preventif dalam menurunkan risiko penyakit paru dan meningkatkan derajat kesehatan secara jangka panjang.

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pengabdian kepada masyarakat. Metode ini dianggap perlu untuk memudahkan peserta memahami tentang konsep makanan halalan thayyiban.

Kegiatan dimulai dengan pembukaan, selanjutnya pemaparan konsep makanan halal thayyiban yang mampu menunjang Kesehatan. Di antara makanan yang diangkat adalah makanan-makanan yang disebutkan di dalam Al-Qur'an sebagai makanan yang baik bagi Kesehatan manusia dan mampu meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi tuberculosis paru.

Penyampaian materi dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

1. Metode Ceramah

Metode ceramah adalah metode yang disampaikan dengan cara tenaga pendidik atau guru menjelaskan panjang lebar di depan para audience. Salah satu alasan kenapa metode ceramah lebih sering digunakan dalam banyak kesempatan. Karena memang tidak perlu banyak modal perangkat dan lain sebagainya. Hanya modal penguasaan materi dan keterampilan menyampaikan pesan, metode ceramah bisa disampaikan kepada orang banyak. Ketika pengabdian berceramah, audience yang mendengarkan secara seksama. Secara tidak langsung, peserta harus fokus dengan apa yang disampaikan agar bisa dipahami dan dimengerti.

2. Metode Diskusi

Metode diskusi dalam seminar ini berfungsi sebagai media pertukaran wawasan ilmiah dan agama mengenai peran nutrisi dalam memperkuat sistem imun tubuh untuk menangkal bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Peserta diajak untuk menganalisis keterkaitan antara konsep makanan halal (sesuai syariat) dan *thayyib* (sehat, bergizi, dan aman) sebagai fondasi kesehatan fisik yang optimal. Melalui interaksi aktif, diskusi ini bertujuan menyelaraskan pemahaman bahwa konsumsi makanan berkualitas bukan sekadar kewajiban religius, melainkan strategi preventif medis yang krusial dalam menekan angka kasus TB paru.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, berikut adalah hasil yang didapatkan :



Gambar Pelaksanaan Kegiatan

1. Kegiatan diawali dengan pemaparan konsep makanan dalam Al-Qur'an, dimana peserta mendengarkan dengan seksama bagaimana dalil di dalam Al-Qur'an menggambarkan makanan-

makanan yang beragam dan sehat, buah kurma (QS. Maryam :25), buah Tin (QS. At Tin : 1), madu (QS. An-Nahl : 69), ikan (QS. An-Nahl : 40).

2. Konsumsi buah kurma

Kurma memiliki peran penting sebagai imunomodulator alami yang membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh dalam menangkal infeksi bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Kandungan antioksidan seperti flavonoid, fenolik, dan karotenoid dalam kurma berfungsi melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan oksidatif yang sering kali memperlemah pertahanan imun. Dengan sistem imun yang optimal, tubuh memiliki kemampuan lebih baik untuk menghancurkan bakteri patogen sebelum berkembang menjadi penyakit TB aktif, menjadikannya komponen nutrisi preventif yang sangat berharga.

Dari sisi nutrisi makro, kurma merupakan sumber energi instan yang kaya akan glukosa dan fruktosa alami untuk menjaga vitalitas tubuh. Ketahanan fisik yang stabil sangat krusial dalam pencegahan TB, karena kondisi tubuh yang lemah dan kurang gizi (malnutrisi) merupakan faktor risiko utama penularan bakteri tersebut. Konsumsi kurma secara rutin membantu memastikan tubuh tetap berenergi, sehingga metabolisme seluler dapat berjalan dengan baik dalam mendukung fungsi perlindungan organ pernapasan.

Salah satu manfaat spesifik kurma adalah kandungan zat besinya yang tinggi, yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin dan sel darah merah. Pasien atau individu yang berisiko terkena TB sering kali mengalami anemia, yang dapat menurunkan daya tahan jaringan paru-paru terhadap serangan bakteri. Studi klinis menunjukkan bahwa asupan kurma secara signifikan dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Hb) dan hematokrit, yang secara langsung memperkuat kapasitas transportasi oksigen ke seluruh tubuh dan menjaga kesehatan jaringan paru.

Kurma juga memiliki sifat anti-inflamasi dan antimikroba yang bermanfaat untuk menjaga kesehatan saluran pernapasan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ekstrak kurma dapat membantu mengurangi peradangan pada jaringan paru dan memiliki efek penghambatan terhadap pertumbuhan mikroba tertentu. Efek perlindungan ini sangat membantu dalam meminimalkan risiko iritasi atau infeksi awal pada paru-paru yang bisa menjadi pintu masuk bagi berkembangnya kuman tuberkulosis di kemudian hari.

3. Konsumsi buah tin

Buah tin atau ara memiliki manfaat signifikan sebagai agen penguat sistem imun alami yang krusial dalam menangkal bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Kaya akan senyawa bioaktif seperti flavonoid, polifenol, dan antosianin, buah tin bekerja meningkatkan kapasitas antioksidan plasma darah yang membantu tubuh melawan stres oksidatif. Dengan sistem pertahanan seluler yang kuat, tubuh menjadi lebih tangguh dalam mendeteksi dan mengeliminasi kuman TB sebelum mereka dapat menginfeksi jaringan paru-paru secara aktif.

Secara spesifik, buah tin mengandung zat yang memiliki sifat antibakteri dan anti-inflamasi yang dapat meredakan peradangan pada saluran pernapasan. Senyawa fitokimia di dalamnya mampu memodulasi jalur sinyal inflamasi, yang sangat penting untuk menjaga kesehatan jaringan paru agar tetap dalam kondisi optimal. Dalam pengobatan tradisional yang sejalan dengan penelitian modern 2025, buah tin sering digunakan untuk "melembapkan" paru-paru dan meredakan gangguan pernapasan, menjadikannya lapisan pelindung fisik terhadap iritasi kronis yang bisa memicu kerentanan terhadap infeksi TB.

Kandungan mikronutrien dalam buah tin, seperti Vitamin A, Vitamin B6, dan tembaga, juga memainkan peran vital dalam menjaga kesehatan integritas mukosa paru. Vitamin A secara khusus dikenal memiliki peran imunokompeten dalam melawan tuberkulosis dengan cara menghambat multiplikasi basil virulen di dalam makrofag manusia. Dengan rutin mengonsumsi buah tin, kebutuhan mikronutrien ini dapat terpenuhi, sehingga mekanisme penyaringan alami pada paru-paru tetap berfungsi maksimal dalam mencegah masuknya kuman patogen.

4. Konsumsi madu

Salah satu keunggulan utama madu adalah sifat antibakteri dan antimikroba alaminya yang unik. Madu mengandung hidrogen peroksida serta memiliki tingkat keasaman (pH) rendah yang menciptakan lingkungan yang tidak menguntungkan bagi pertumbuhan mikroorganisme patogen. Penelitian medis terbaru pada tahun 2025 menunjukkan bahwa komponen aktif dalam madu dapat membantu menghambat replikasi bakteri penyebab tuberkulosis. Hal ini menjadikan madu sebagai suplemen pendamping yang efektif dalam menjaga kesehatan saluran pernapasan dari risiko kolonisasi kuman berbahaya.

Madu juga memiliki efek anti-inflamasi yang signifikan untuk menjaga kesehatan jaringan paru-paru tetap stabil. Infeksi TB sering kali dipicu atau diperparah oleh adanya peradangan kronis pada saluran napas yang menurunkan fungsi proteksi organ tersebut. Dengan mengonsumsi madu secara rutin, peradangan pada mukosa paru dapat diredam, sehingga integritas jaringan tetap terjaga. Paru-paru yang sehat dan tidak mengalami peradangan kronis memiliki mekanisme pembersihan alami (mukosiliar) yang jauh lebih baik dalam mengeluarkan partikel asing dan bakteri yang terhirup.

Sebagai sumber energi padat nutrisi, madu sangat bermanfaat dalam mencegah malnutrisi yang merupakan faktor risiko utama penularan TB. Madu mengandung berbagai vitamin, mineral, dan enzim esensial yang membantu menjaga stamina dan berat badan ideal. Seseorang dengan status gizi yang baik memiliki ambang batas pertahanan yang lebih tinggi terhadap infeksi. Di tahun 2025 ini, pola makan "halalan thayyiban" yang menyertakan madu semakin direkomendasikan sebagai langkah preventif untuk memastikan tubuh tidak jatuh ke dalam kondisi lemah yang rentan diserang oleh bakteri tuberkulosis. Paru-paru yang sehat dan tidak mengalami peradangan kronis memiliki

mekanisme pembersihan alami (mukosiliar) yang jauh lebih baik dalam mengeluarkan partikel asing dan bakteri yang terhirup.

5. Konsumsi ikan

Konsumsi ikan memiliki peran strategis dalam memperkuat sistem kekebalan tubuh sebagai garda terdepan pencegahan infeksi bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Ikan merupakan sumber protein hewani berkualitas tinggi yang mengandung asam amino esensial lengkap untuk pembentukan sel-sel imun, seperti makrofag dan limfosit, yang bertugas mendeteksi serta menghancurkan bakteri patogen sebelum berkembang menjadi penyakit aktif. Status gizi yang baik, terutama kecukupan protein, terbukti secara klinis menurunkan risiko seseorang tertular TBC di lingkungan dengan paparan tinggi.

Kandungan asam lemak Omega-3 yang melimpah pada ikan seperti salmon, sarden, dan kembung berfungsi sebagai zat anti-inflamasi alami yang menjaga kesehatan fungsi paru-paru. Penelitian terbaru tahun 2025 menunjukkan bahwa kadar Omega-3 yang optimal dalam tubuh berkorelasi dengan daya tahan jaringan paru yang lebih baik terhadap kerusakan akibat peradangan. Selain itu, Omega-3 membantu produksi mediator lipid yang dapat menekan aktivitas bakteri tuberculosis, sehingga tubuh lebih tangguh dalam menangkal infeksi primer.

Kesimpulan

Dari kegiatan edukasi gizi konsep makanan halal *halalan thayyiban* dalam pencegahan penyakit paru seperti tuberculosis diharapkan mampu memberikan pengetahuan yang mendalam bagi peserta kegiatan bahwa tindakan preventif dapat dilakukan dari pemilihan makanan yang baik untuk tubuh.

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai edukasi peran makanan *halalan thayyiban* dalam pencegahan penyakit paru di Kota Ambon telah berhasil dilaksanakan dengan capaian yang signifikan. Berdasarkan pelaksanaan kegiatan, dapat disimpulkan bahwa integrasi konsep agama (halal) dan kesehatan (*thayyib*) merupakan strategi edukasi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat lokal terhadap kesehatan sistem pernapasan. Peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya memilih bahan pangan yang tidak hanya memenuhi aspek syariat, tetapi juga memiliki kualitas nutrisi tinggi (seperti ikan, kurma, buah tin, dan madu) yang terbukti secara klinis dapat memperkuat imun tubuh terhadap infeksi bakteri, termasuk tuberculosis (TB) paru.

Melalui metode diskusi interaktif, teridentifikasi bahwa masyarakat Kota Ambon memiliki potensi besar dalam memanfaatkan sumber daya laut (ikan) sebagai sumber protein utama yang mendukung regenerasi jaringan paru. Selain itu, penggunaan bahan-bahan fungsional seperti madu dan kurma sebagai suplemen alami telah diterima secara luas sebagai bagian dari gaya hidup sehat untuk menangkal peradangan sistem pernapasan. Kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan edukasi

berbasis kearifan lokal dan nilai religius mampu mendorong perubahan perilaku konsumsi masyarakat menuju pola makan yang lebih sehat dan terarah.

Sebagai penutup, pengabdian ini menegaskan bahwa pencegahan penyakit paru di Kota Ambon dapat dioptimalkan melalui penguatan status gizi berbasis pangan *halalan thayyiban*. Diharapkan hasil edukasi ini tidak hanya berhenti pada tahap pengetahuan, tetapi berlanjut menjadi komitmen bersama dalam keluarga untuk memutus rantai penularan penyakit paru. Di masa depan, diperlukan kolaborasi berkelanjutan antara akademisi, praktisi kesehatan, dan tokoh agama di Ambon untuk secara masif mensosialisasikan standar pangan sehat guna mencapai target eliminasi penyakit paru di wilayah Maluku pada tahun-tahun mendatang.

Daftar Pustaka

- Astuti, V.P. (2024). Makanan halal dan thayyib: Kunci kesehatan dalam Islam.
- Aluano, B., Sambul, A. M., Rindengan, Y. D. Y., Informatika, T., Sam, U., & Manado, R. (2017). Aplikasi Pemenuhan Gizi Melalui Pola makan Pada Penderita Tuber Kolosis Paru Berbasis Android. *E-Journal Teknik Informatika Universitas Sam Ratulangi*, 10(1), 1–8.
- Fitriani, F. (2022). Konsep makanan halalan thayyiban dalam QS. Al-Baqarah:168 perspektif ilmu kesehatan. *Nihaiyyat*, 1(1), 73.
- Haryanto, B. (2020). Air pollution and respiratory diseases among school children in Indonesia. *Reviews on Environmental Health*, 35(1), 13–20.
- Li, X., Chen, Z., & Zhou, Y. (2022). Dietary antioxidants and lung function improvement. *Journal of Respiratory Medicine*, 18(2), 112–120.
- Muhammad, A., et al. (2024). Air quality exposure and lung capacity in high-traffic urban communities. *PLOS ONE*.
- Putra, M., Siregar, E., & Rahawarin, F. (2023). Potensi kelor sebagai pangan fungsional antiinflamasi. *Gizi Indonesia*, 46(3), 215–224.
- Rahmi Novita Yusuf, N. (2018). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian TB Paru. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 1(1), 1–11.
- Sumiati, I., Windayani, N., & Nuryantini, A.Y. (2024). Exploration the concept of halalan thayyib food literacy. *Journal of Halal Product and Research*, 7(1), 91-103.
- WHO. (2023). *Air pollution and health*. World Health Organization.
- Yuliana, R., & Handayani, T. (2021). Hubungan konsumsi ikan omega-3 dengan fungsi paru. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(4), 299-310.