

Pengabdian masyarakat di Dusun Kampung Baru RT.19 Desa Mersam Batanghari Jambi

Khazra Putika Vrylia¹, Dias Permata Bunda², Diva Azahra³, Mawaddah⁴, Nadila Dwi Utami⁵, Raihan Aprillia⁶, Nazhifa Syifana Arathusa⁷, Panji Satria Prambudi⁸, Nurhayati Usman⁹
^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi
E-mail: vrykhzra00@gmail.com,

Abstrak

Tanaman obat keluarga atau biasa disebut TOGA adalah berbagai jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam diperkarangan rumah atau lingkungan sekitar rumah. Kurangnya pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan dan penggunaan tanaman herbal sebagai alternatif pengobatan untuk mencegah maupun mengobati penyakit tidak menular. Tujuan dilakukannya penyuluhan tentang Tanaman Obat Keluarga adalah untuk memberikan pemahaman pada masyarakat guna penanaman tanaman obat disekitar lingkungan rumah. Metode yang digunakan meliputi survei awal untuk mengumpulkan data, persiapan dan perizinan dengan musyawarah bersama kepala desa, serta pelaksanaan kegiatan yang mencakup penyuluhan dan pelatihan pembuatan *infused water* dan jamu kunyit asam. Berdasarkan survei yang telah dilakukan, didapatkan hasil *pre-test* menunjukkan 60% pemahaman masyarakat terkait pemanfaatan TOGA, setelah dilakukan penyuluhan dan melakukan *post-test* terjadi peningkatan menjadi 85% pemahaman masyarakat terhadap pemanfaatan TOGA bagi kesehatan tubuh.

Kata kunci : TOGA, tanaman herbal, *infused water*, jamu kunyit asam

Abstract

Family medicinal plants or commonly called TOGA are various types of selected medicinal plants that can be planted in the yard or the environment around the House. Lack of public understanding about the use and use of herbal plants as an alternative treatment to prevent and treat non-communicable diseases. The purpose of counseling on family Medicinal Plants is to provide understanding to the community in order to plant medicinal plants around the home environment. The methods used include initial surveys to collect data, preparation and licensing with deliberation with the village head, as well as the implementation of activities that include counseling and training on making infused water and turmeric asam herbs. Based on the survey that was conducted, the pre-test results showed that 60% of the public's understanding regarding the use of TOGA, after conducting counseling and conducting a post-test, there was an increase to 85% of the public's understanding of the use of TOGA for health.

Keyword : TOGA, medicinal plants, *infused water*, tumeric herbs

1. PENDAHULUAN

Jumlah tanaman obat di dunia diperkirakan sekitar ±40.000 tanaman dimana 75% dari 40.000 tanaman obat dapat ditemukan di Indonesia. Salah satu bentuk pemanfaatan tanaman sebagai sediaan obat dengan membuat tanaman obat keluarga. Tanaman obat keluarga atau biasa disebut TOGA adalah berbagai jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam diperkarangan rumah atau lingkungan sekitar rumah. Tanaman obat biasa yang dipilih merupakan tanaman yang dipergunakan untuk pertolongan pertama dalam mengatasi penyakit ringan seperti demam dan batuk dan juga dapat mencegah penyakit berbahaya seperti hipertensi, diabetes dan asam urat. Kehadiran tanaman obat dilingkungan sekitar rumah sangat penting, terutama bagi

masyarakat yang tidak memiliki akses mudah ke pelayanan medis seperti klinik, puskesmas maupun rumah sakit. Tanaman obat-obatan dapat ditanam dalam pot-pot ataupun tanah di lahan sekitar rumah. Dengan mengetahui khasiat dan manfaat serta jenis tanaman tertentu, tanaman obat menjadi pilihan keluarga dalam memilih obat tradisional yang aman (Pernantah et al., 2022). Salah satu pemanfaatan TOGA dengan membuat minuman herbal seperti infused water dan jamu. Jamu merupakan obat herbal tradisional Indonesia yang telah diterapkan selama berabad-abad di masyarakat Indonesia untuk menjaga kesehatan dan mengobati penyakit. Jamu mungkin dapat menjadi salah satu pilihan untuk memperkuat sistem imun tubuh seseorang (Kusumo et al., 2020).

Selain jamu, minuman herbal yang dapat dibuat dengan menggunakan tanaman herbal adalah *infused water*. *Infused water* merupakan air putih yang diberikan tambahan buah-buahan, rempah ataupun sayuran dan dibiarkan beberapa jam atau semalaman, sehingga air tersebut memberikan cita rasa dan bermanfaat bagi kesehatan. Adanya *infused water* menjadi salah satu penanganan bagi mereka yang kurang meminum air putih. Jadi, *infused water* memudahkan meminum air yang mempunyai rasa namun memberikan dampak positif bagi kesehatan (Kamarudin et al., 2023).

Masyarakat Indonesia telah banyak menggunakan kunyit, sereh, lengkuas dan jahe sebagai bumbu dapur untuk memasak makanan, agar rasa makanan lebih nikmat. Kunyit (*Curcuma domestica Val*) berguna sebagai penurun demam, diare, eksim, borok, gatal, keputihan, radang usus buntu, hepatitis, perut kembung, kurang nafsu makan, nyeri dan mual (M. N. Rohmah, 2024). Selain kunyit, sereh (*Cymbopogon citratus*) merupakan tanaman yang mempunyai berbagai kandungan senyawa bioaktif yang sangat berguna sebagai antioksidan, anti diabetes, antimalaria, antihepatotoxic, antiobesitas, anti hipertensi dan aroma dari sereh dapat mengatasi kecemasan (Anita Anita et al., 2024). Lengkuas bagi tubuh berguna sebagai pengobatan penyakit panu, kudis, rematik, sakit kepala, nyeri dada, anti kejang, analgetik, anestesi dan lain-lain (Juariah, 2023). Dan yang terakhir jahe, jahe juga memiliki banyak manfaat bagi tubuh untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit. Jahe berguna untuk meningkatkan sistem imun tubuh karena jahe mempunyai kandungan zat antioksidan dan senyawa aktif yang dapat memberikan kesehatan bagi tubuh (Agustina et al., 2021).

Adapun wilayah pengabdian masyarakat yang akan dilakukan di Desa Mersam yaitu bertempat di RT.19 Dusun Kampung Baru, Desa Mersam. Desa Mersam adalah salah satu desa yang terletak di Kecamatan Mersam, Kabupaten Batanghari, Provinsi Jambi. Dalam hal geografi, Desa Mersam termasuk desa di Kecamatan Mersam dengan luas area sekitar 390 km². Desa ini merupakan salah satu dari total 17 desa yang terdapat di Kecamatan Mersam, Kabupaten Batanghari. Jumlah penduduk di Desa Mersam mencapai 2110 jiwa. Terdapat 5 wilayah dusun di desa ini, dan salah satunya adalah Dusun Kampung Baru, tempat dimana kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan. Dusun tersebut memiliki luas wilayah sebesar 6.133,7 hektar, meliputi RT. 18-RT. 21.

Dalam wilayah kerja yang dilakukan di RT.19. Menurut pengamatan yang dilakukan pada masyarakat RT.19 Dusun Kampung Baru, Desa Mersam Kabupaten Batanghari, Jambi. Masih banyak masyarakat yang belum memaksimalkan pemanfaatan tumbuhan herbal yang terdapat di sekitar lingkungan rumah yang dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif. Sesuai dengan uraian tersebut, maka dilakukanlah pengabdian masyarakat dengan melakukan pemeriksaan kesehatan kepada masyarakat baik remaja, dewasa hingga lansia. Dan kemudian, dilakukannya penyuluhan mengenai pemanfaatan tanaman herbal yang terdapat di sekitar rumah

untuk memelihara dan mencegah penyakit yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan RT.19 Dusun Kampung Baru, Desa Mersam.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Dusun Kampung Baru dilaksanakan pada tanggal 08 Januari sampai dengan 03 Februari 2025 di RT. 19 Desa Mersam Kecamatan Mersam Kabupaten Batanghari. Adapun pihak yang terlibat dalam kegiatan ini yaitu warga RT. 19 Dusun Kampung Baru Desa Mersam, Ibu/Bapak, Lansia, serta Remaja. Kegiatan ini dilakukan dengan metode penyuluhan dan pelatihan serta pembagian *leaflet*/brosur. Kegiatan yang dilakukan meliputi :

a. Survey Awal

Kegiatan pengumpulan data/*survey* amal ini dilakukan dengan memeriksa informasi kesehatan yang diperoleh dari Puskesmas Pembantu (Pustu) di desa Mersam dan melalui wawancara langsung dengan masyarakat secara *door to door*. Tujuan wawancara ini adalah untuk menggali pemahaman mereka mengenai peran dan fungsi apoteker, serta seberapa besar pengetahuan masyarakat dan pemanfaatan tanaman di sekitar lingkungan warga RT. 19 Dusun Kampung Baru.

b. Persiapan dan Perizinan

Melakukan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) bersama kepala desa untuk membahas mengenai program kerja sudah dirancang dan waktu pelaksanaan kegiatan. Kemudian memohon izin dan dukungan untuk melaksanakan kegiatan di wilayah kerja RT. 19 kepada Kepala Dusun Kampung Baru.

c. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan yang dilaksanakan berdasarkan kondisi di lapangan adalah sebagai berikut :

- 1) Melakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan secara gratis serta penyuluhan tentang penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes dan asam urat kepada masyarakat RT.19 Dusun Kampung Baru, Desa Mersam
- 2) Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang terdapat di sekitar lingkungan rumah kepada masyarakat RT.19 Dusun Kampung Baru, Desa Mersam.
- 3) Pelatihan pembuatan minuman herbal Jamu dan *Infused Water* dari tanaman herbal.

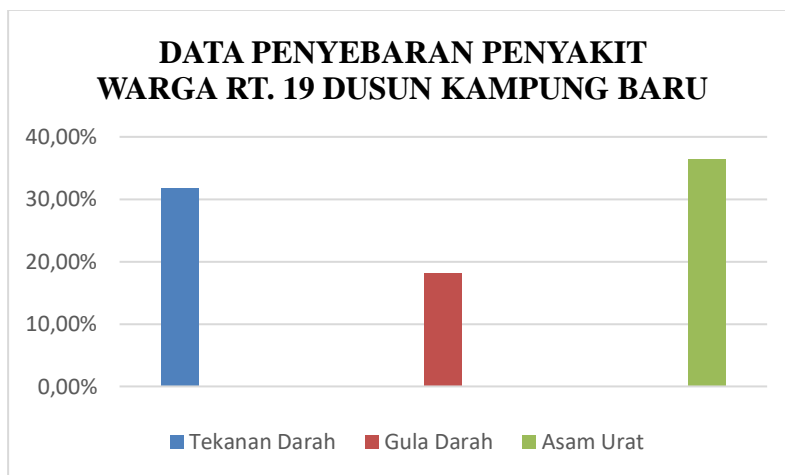
3. HASIL



Gambar 1. *Survey* awal secara *door to door* kepada masyarakat RT. 19 Dusun Kampung Baru



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan Gratis kepada Masyarakat RT.19 Dusun Kampung Baru



Gambar 3. Data Penyebaran Penyakit Setelah Pemeriksaan Kesehatan warga RT. 19 Dusun Kampung Baru

GULA DARAH, HIPERTENSI, ASAM URAT

Gula darah

Gula darah juga dikenal sebagai glukosa darah, adalah karbohidrat gula yang terkandung dalam darah.

Rentang normal gula darah adalah:
- Puasa: 70-100 mg/dL
- 2 jam setelah makan: kurang dari 140 mg/dL

Makanan yang harus dihindari untuk Mengontrol Gula Darah:
Berikut adalah beberapa makanan yang harus dihindari untuk mengontrol gula darah:
1. Makanan manis seperti gula, permen, dan es krim.
2. Makanan yang mengandung karbohidrat sederhana seperti nasi putih, roti putih, dan pasta.
3. Makanan yang mengandung lemak jenuh dan lemak trans seperti gorengan, makanan cepat saji, dan makanan yang diproses.
4. Makanan yang mengandung gula tambahan seperti minuman manis, jus buah.

Hipertensi

Hipertensi juga dikenal sebagai tekanan darah tinggi, adalah kondisi medis di mana tekanan darah dalam arteri terlalu tinggi.

Rentang normal tekanan darah adalah:

- Sistolik: 90-120 mmHg
- Diastolik: 60-80 mmHg

Berikut adalah kategori tekanan darah:

- Normal: < 120/80 mmHg
- Pra-hipertensi: 120-139/80-89 mmHg
- Hipertensi ringan: 140-159/90-99 mmHg
- Hipertensi sedang: 160-179/100-109 mmHg
- Hipertensi berat: > 180/110 mmHg

Makanan yang Harus Dihindari

1. Makanan yang tinggi garam seperti makanan yang diproses, makanan cepat saji, dan gorengan.
2. Makanan yang tinggi lemak jenuh seperti daging merah, produk susu, dan makanan yang digoreng.

Asam Urat

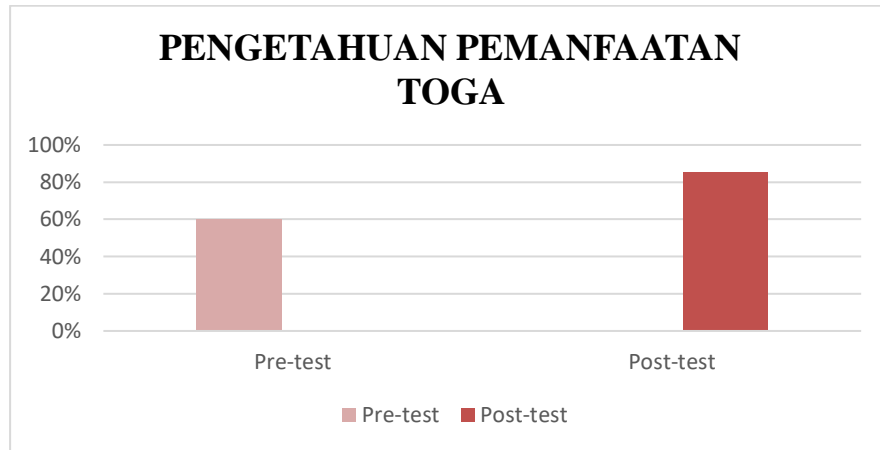
Asam urat adalah suatu zat yang dihasilkan oleh tubuh sebagai hasil dari pemecahan purin, suatu jenis protein yang terkandung dalam makanan. Asam urat biasanya dikeluarkan dari tubuh melalui urin. Rentang normal asam urat dalam darah adalah:

- laki-laki: 3,5-7,2 mg/dL
- Perempuan: 2,6-6,0 mg/dL

Berikut adalah beberapa makanan yang harus dihindari untuk mengontrol asam urat:

1. Makanan yang tinggi purin seperti:
 - Organ dalam (hati, ginjal, limpa)
 - Ikan yang tinggi purin (sarden, makarel, ikan teri)
 - Daging merah (daging sapi, daging kambing)
2. Makanan yang tinggi gula dan lemak seperti:
 - Makanan yang diproses
 - Makanan cepat saji
 - Minuman manis
3. Makanan yang mengandung alkohol seperti:
 - Bir
 - Anggur
 - Minuman keras

Gambar 4. Leaflet mengenai penyakit tekanan darah, gula darah dan asam urat serta penanganannya



Gambar 5. Tingkat pengetahuan mengenai manfaat TOGA pada masyarakat RT.19 Dusun Kampung Baru



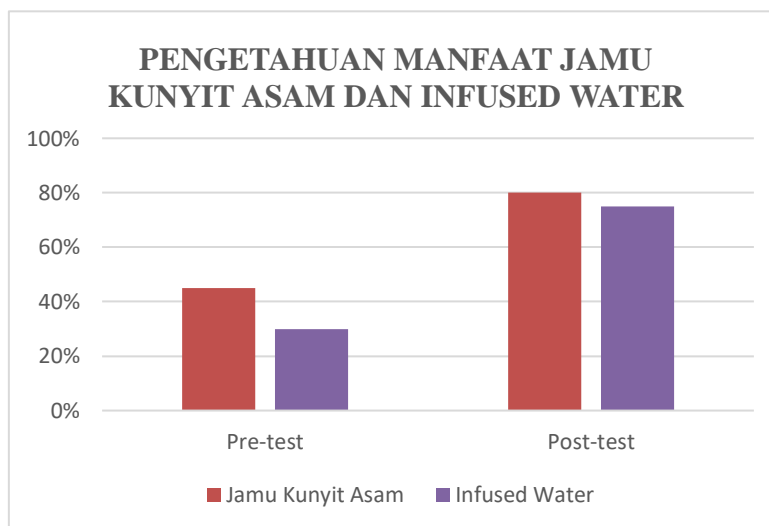
Gambar 5. Penyuluhan mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dan pembuatan Jamu Kunyit Asam serta *Infused Water*



Gambar 7. Penyuluhan mengenai pembuatan Jamu Kunyit Asam



Gambar 5. Penyuluhan pembuatan *Infused Water*



Gambar 8. Tingkat pengetahuan mengenai manfaat Jamu Kunyit Asam dan *Infused Water*

4. PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berlangsung di RT. 19 Dusun Kampung Baru dimulai dengan pengumpulan data melalui wawancara yang dilakukan secara rumah ke rumah (*door to door*) kepada warga. Tujuan dari survei ini adalah untuk memperoleh informasi mengenai masalah yang dihadapi warga di RT. 19. Temuan dari survei menunjukkan bahwa masyarakat belum memahami peran serta fungsi tenaga farmasi dan apoteker dalam bidang kesehatan. Selain itu, warga juga belum memanfaatkan secara optimal tumbuhan yang tumbuh di sekitar lingkungan mereka, terutama yang ditanam di perkarangan rumah, sebagai sumber yang dapat mendukung kesehatan.

Untuk mendukung kesehatan masyarakat, dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan pemeriksaan kesehatan gratis yang dilaksanakan di RT. 19 Dusun Kampung Baru pada Senin, 20 Januari 2025 pada pukul 15.00-selesai. Kegiatan diawali dengan melakukan pendaftaran, skrining kesehatan serta pengecekan

tekanan darah, pemeriksaan kesehatan (pengukuran kadar gula darah dan asam urat) dan pembagian leaflet serta penyuluhan tentang penyakit tidak menular (PTM). Jumlah masyarakat yang hadir dan mengikuti pemeriksaan kesehatan tercatat sebanyak 70 peserta. Semangat dan antusiasme masyarakat sangat berkontribusi terhadap kelancaran acara ini. Setelah dilakukannya kegiatan ini, masyarakat RT. 19 untuk kategori pra-hipertensi ada 3 orang dan sudah masuk kategori Hipertensi ada 4 orang, asam urat 8 orang dan diabetes untuk glukosa plasma 2 jam setelah TTGO (Tes Toleransi Glukosa Oral) diatas normal ada 4 orang. Hipertensi atau yang biasa dikenal sebagai tekanan darah tinggi adalah salah satu masalah utama di Indonesia. Kondisi ini sering dijumpai dalam layanan kesehatan, ditandai dengan peningkatan tekanan sistolik dan diastolik akibat gagal jantung, stroke dan kegagalan fungsi ginjal. Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer*, karena banyak masyarakat yang menderita hipertensi tidak menunjukkan gejala yang relevan. Kadar glukosa dalam darah berfungsi sebagai sumber energi penting bagi otak, jaringan tubuh dan sistem saraf. Sumber glukosa ini berasal dari makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, dan protein yang kita konsumsi. Tingginya kadar glukosa dapat mengganggu kemampuan pankreas dalam memproduksi insulin. Kadar glukosa dalam darah manusia normalnya berkisar antara 70-100 mg/dl setelah puasa selama delapan jam. Setidaknya setelah makan, kadar glukosa tidak melebihi 200 mg/dl. Selain hipertensi dan kadar gula darah, masyarakat banyak mengalami penyakit asam urat. Penyakit asam urat sangat erat kaitannya dengan darah. Kondisi ini lebih sering dialami oleh pria dibandingkan wanita, karena wanita memiliki kadar hormon estrogen yang lebih tinggi, yang berperan dalam memfasilitasi pengeluaran berlebih asam urat melalui urine (N. Rohmah et al., 2024).

Tanaman herbal yang banyak khasiat salah satunya adalah kunyit. Kunyit mengandung zat aktif, salah satunya *cucurmin* (CUR). *Cucurmin* memiliki kemampuan untuk menurunkan kadar asam urat dengan cara-cara yang berbeda, termasuk mengurangi *urate transporter* (URAT1) serta menghambat kerja *xanthine oxidase* (XOD) (Zeng et al., 2022). Selain kunyit, sereh juga dapat mengatasi rematik yang terjadi akibat dari penyakit asam urat (Juariah, 2023). Sereh mempunyai berbagai kandungan senyawa bioaktif yang sangat berguna sebagai antioksidan, anti diabetes, antimalaria, antihepatotoxic, antiobesitas, anti hipertensi dan aroma dari sereh dapat mengatasi kecemasan (Anita Anita et al., 2024). Pengobatan non-farmakologi dalam penatalaksanaan hipertensi termasuk dalam penggunaan berbagai rempah untuk mengurangi tekanan darah tinggi. Salah satu contoh tanaman obat yang dapat dipercaya menurunkan tekanan darah adalah jahe. Jahe mengandung zat aktif yang mampu menurunkan tekanan darah, yaitu *flavonoid* dan *gingerol*. Kandungan kalium didalam jahe juga dapat membantu menurunkan tekanan darah (Hamidah, 2020). Pemanfaatan tanaman di sekitar lingkungan rumah dapat dilakukan dengan cara penanaman tanaman obat keluarga (TOGA). Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman yang berguna sebagai obat dan dapat ditanam secara sederhana dengan penanaman di sekitar halaman atau lahan rumah (Kurochman et al., 2023). Pemanfaatan TOGA ditujukan agar diperoleh obat tradisional yang bermutu tinggi, aman, memiliki kegunaan nyata yang teruji klinis dan dimanfaatkan secara luas, baik digunakan sendiri maupun dalam pelayanan kesehatan (Sari & Andjasmara, 2023). Penggunaan TOGA sebagai salah satu alternatif pengobatan yang sesuai dengan Peraturan Pemerintah No.13 Tahun 2014 tentang Pelayanan kesehatan tradisional pasal 70 yang menyatakan bahwa masyarakat dapat melakukan perawatan kesehatan secara mandiri dengan memanfaatkan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Pengenalan TOGA kepada warga RT. 19 Dusun Kampung Baru Desa Mersam merupakan sebuah inovasi yang dapat diterapkan, meskipun masyarakat telah mengenal tanaman obat

tradisional. Namun pada kenyataannya, sebagian masyarakat yang mulai melupakan manfaat dari tanaman obat tradisional dalam menangani masalah kesehatan.

Dari hasil *pre-test* yang dilakukan, 60% masyarakat kurang memahami besarnya manfaat tanaman herbal bagi kesehatan. Setelah dilakukan penyuluhan tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga bagi bidang kesehatan, masyarakat lebih memahami betapa pentingnya melakukan penanaman tanaman obat di lingkungan rumah serta meningkatnya pengetahuan masyarakat menjadi 85%.

Minuman yang berasal dari sumber alami adalah minuman berbahan dasar herbal yang memiliki berbagai keuntungan dan manfaat bagi kesehatan manusia. Minuman herbal ini terbuat dari bahan-bahan alami seperti rempah-rempah ataupun komponen tumbuhan termasuk akar, batang, daun dan bunga. Banyak sekali manfaat kesehatan yang dimiliki oleh minuman herbal ini, salah satunya adalah dapat meningkatkan kekebalan di dalam tubuh (Novrita et al., 2024). Beberapa contoh minuman herbal yang sangat praktis namun memiliki banyak manfaat adalah jamu dan *infused water*.

Proses pembuatan jamu yang sangat mudah, dengan membersihkan kunyit dari kulit yang kotor serta asam Jawa. Selanjutnya, haluskan kunyit dengan *blender* dan masukkan dalam panci yang berisi air. Masak air dan kunyit hingga mendidih dan masukkan asam Jawa, tambahkan madu/gula aren sebagai pemanis alami. Manfaat dan khasiat dari bahan-bahan di atas sangat banyak sekali, diantaranya ialah: keputihan, radang usus buntu, hepatitis, perut kembung, kurang nafsu makan, nyeri dan mual. Sedangkan asam Jawa memiliki sifat antihistamin yang membantu mencegah serangan asma dan jenis pilek dan flu lainnya (Anita Anita et al., 2024). Sedangkan proses pembuatan *infused water* dengan cara bersihkan kunyit, sereh, lengkuas dan jahe. Lalu potong-potong bahan tersebut secara tipis, rebus air hingga mendidih. Setelah air mendidih masukkan potongan bahan-bahan tersebut dan tunggu hingga hangat. Air rebusan tersebut dapat langsung diminum dalam keadaan hangat, atau bisa juga diamankan didalam kulkas semalam serta tambahkan madu sebelum diminum sebagai pemanis alami.

Dari data *pre-test* yang dilakukan 45% masyarakat mengetahui manfaat jamu kunyit dan 30% mengetahui tentang *infused water* namun belum mengetahui manfaatnya dalam dunia kesehatan khususnya sebagai obat herbal. Namun setelah dilakukan penyuluhan dan *post-test* telah terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat jamu kunyit sebesar 85% dan mengetahui manfaat *infused waater* sebesar 75% yang menunjukkan arti positif.

5. KESIMPULAN

Kesehatan adalah aspek penting yang harus diperhitungkan dalam kehidupan dewasa hingga lansia. Jumlah masyarakat yang hadir dan mengikuti pemeriksaan kesehatan tercatat sebanyak 70 peserta. Pemanfaatan TOGA ditujukan agar diperoleh obat tradisional yang bermutu tinggi, aman, memiliki kegunaan nyata yang teruji klinis dan dimanfaatkan secara luas, baik digunakan sendiri maupun dalam pelayanan kesehatan. Pengenalan TOGA kepada warga RT.19 Dusun Kampung Baru Desa Mersam merupakan sebuah inovasi yang dapat diterapkan, meskipun masyarakat telah mengenal tanaman obat tradisional. Dari hasil *pre-test* yang dilakukan, 60% masyarakat kurang memahami besarnya manfaat tanaman herbal bagi kesehatan. Banyak sekali manfaat kesehatan yang dimiliki oleh minuman herbal ini, salah satunya adalah dapat meningkatkan kekebalan di dalam tubuh. Beberapa contoh minuman herbal yang sangat praktis namun memiliki banyak manfaat adalah jamu dan *infused water*. Proses pembuatan jamu yang sangat mudah, dengan membersihkan kunyit dari kulit yang kotor serta asam Jawa. Selanjutnya, haluskan kunyit dengan *blender* dan masukkan dalam panci yang berisi air. Dari data *pre-test* yang dilakukan 45%

masyarakat mengetahui manfaat jamu kunyit dan 30% mengetahui tentang *infused water* namun belum mengetahui manfaatnya dalam dunia kesehatan khususnya sebagai obat herbal.

6. SARAN

Sebagai saran untuk pengembangan lebih lanjut, kami menyarankan agar kegiatan penyuluhan dan pelatihan di RT. 19 Dusun Kampung Baru dilakukan secara berkala dengan frekuensi yang lebih sering serta durasi yang lebih panjang. Hal ini akan memungkinkan lebih banyak anggota masyarakat untuk mendapatkan manfaat dari kegiatan tersebut. Selain itu, perlu dilakukan pengembangan terhadap produk-produk yang dapat diproduksi oleh masyarakat, seperti pengembangan produk herbal baru yang berpotensi meningkatkan taraf ekonomi. Melibatkan tenaga profesional dari bidang kesehatan dan ekonomi juga dapat memberikan pandangan yang lebih mendalam dan praktis dalam penyuluhan. Disarankan juga untuk melakukan monitoring dan evaluasi berkala terhadap efektivitas penyuluhan dan pelatihan yang telah dilakukan, agar dapat mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki serta memastikan keberlanjutan program. Dengan demikian, upaya pengembangan ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang lebih besar dan berkelanjutan bagi masyarakat.

7. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Nurhayati, M. Sc., Bapak Medi Andriani, M.Farm., S.ci., Ibu apt. Rasmala Dewi, M.Farm., warga RT. 19 Kampung Baru, seluruh Masyarakat Desa Mersam yang telah memberi dukungan terhadap keberhasilan pengabdian ini.

8. DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, M., Sarwili, I., Masyaroh, S., Purnamasari, R., & Rijaludin, C. (2021). Pemanfaatan Tanaman Herbal Jahe Menjadi Minuman Jahe untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(1), 8–11.
- Anita Anita, Rini Lidia Tamba, Shen Shen Panggabean, Eunike Shine Sitohang, Ramdazani Ramdazani, Nurhidayah Nurhidayah, Febrian Josua Panjaitan, Stevani Trio Saputra, Hasudungan Gultom, Rizal Soekarno Putra, Ario Senjaya, Rasmelia Rasmelia, Lefi Ayarai, Putri Putri, & Inul Gacici. (2024). Pemanfaatan Rebusan Serai dalam Pengobatan Tradisional untuk Nyeri Kaki di Posyandu Desa Manen Kaleka Tahun 2024. *Calory Journal : Medical Laboratory Journal*, 2(3), 95–103. <https://doi.org/10.57213/caloryjournal.v2i3.366>
- Hamidah, J. (2020). *Sehat Tanpa Obat Khasiat Tersembunyi Jahe*. Rapha Publishing.
- Juariah, S. (2023). UJI EFEKTIVITAS EKSTRAK RIMPANG LENGKUAS MERAH (Alpinia Purpurata K. Schum) TERHADAP *Candida albicans*. *Meditory : The Journal of Medical Laboratory*, 11(1), 83–89. <https://doi.org/10.33992/meditory.v11i1.2303>
- Kamarudin, A. P., Susanti, Z., Harahap, V. S., Sabirin, S., Subhan, S., Yuniara, R., & Khadijah, K. (2023). Pelatihan Pembuatan Infused Water sebagai Upaya Mengatasi Dehidrasi dan Detoksifikasi Tubuh. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 193–206. <https://doi.org/10.53624/kontribusi.v3i2.219>
- Kurochman, S. S. N., Injelita, J., Azizah, A. F., Yulanda, R. A., Afifudin, & Sundhani, E. (2023). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Sebagai Upaya Peningkatan Produktivitas Peserta Sekolah Perempuan Kelopak Gayatri Desa Gumelem Kulon Banjarnegara. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 3(3), 1464–1470.

- <https://doi.org/10.33379/icom.v3i3.3185>
- Kusumo, A. R., Wiyoga, F. Y., Perdana, H. P., Khairunnisa, I., Suhandi, R. I., & Prastika, S. S. (2020). Jamu Tradisional Indonesia: Tingkatkan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*, 4(2), 465. <https://doi.org/10.20473/jlm.v4i2.2020.465-471>
- Novrita, S., Kurniati, R., Putri, L. T., Siregar, T. R., Anjani, D., Putri, R. E., Febrianta, M. A., Arifah, R., Farmasi, F., Prodi, K., Farmasi, S., & Abdurrab, U. (2024). *Edukasi dan Pelatihan Pembuatan Infusa Herbal dari Tanaman TOGA (Tanaman Obat Keluarga) pada Siswa / I SMK Taruna Mandiri Pekanbaru Education and Making Herbal Infusions from Toga Plants (Family Medicinal Plants) for Students of Taruna Mandiri Pekanba.* 2(3), 33–42.
- Pernantah, P. S., Pertiwi, A., Aminullah, A. F., S, E. J., Davista, H., Astuti, I., Silvia, L., Hamdani, M. L., Rahmadhani, R., Syafanah, S. A., & Prahasiwi, S. W. (2022). TOGA: Tanaman Obat Keluarga Sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Masyarakat Desa Padang Lua di Masa Pandemi. *Journal of Community Engagement Research for Sustainability*, 2(4), 162–169. <https://doi.org/10.31258/cers.2.4.162-169>
- Rohmah, M. N. (2024). Pemanfaatan dan kandungan kunyit (*Curcuma domestica*) Sebagai Obat Dalam Perspektif Islam. *Es-Syajar: Journal of Islam, Science and Technology Integration*, 2(1), 178–186. <https://doi.org/10.18860/es.v2i1.18151>
- Rohmah, N., Dina, P., Rahayu, S., Nuraisyah, D. A., Rifqi, M., Aprilia, N., Dewi, C., Sugiarti, T., Febiola, P., Safitri, R. T., & Kristiana, D. (2024). *Padukuhan Sumber Balecatur Health counseling on hypertension , uric acid , blood sugar , and cholesterol in Padukuhan Sumber Balecatur.* 2(September), 1692–1695.
- Sari, N., & Andjasmara, T. C. (2023). Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 124–128. <https://doi.org/10.15294/jbd.v5i1.41484>
- Zeng, L., Yang, T., Yang, K., Yu, G., Li, J., Xiang, W., & Chen, H. (2022). Efficacy and Safety of Curcumin and *Curcuma longa* Extract in the Treatment of Arthritis: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Immunology*, 13(July), 1–20. <https://doi.org/10.3389/fimmu.2022.891822>