

**MENYAPA ALAM, MERAIH SEHAT EKSPLORASI TANAMAN HERBAL
DISEKITAR KITA**
*GREETING NATURE, ACHIEVING HEALTH THROUGH EXPLORATION OF
HERBAL PLANTS AROUND US*

**Yelfi Anwar¹, Nonik², Ica Fatimah³, Frida YT Simanjuntak⁴, Suci Alawiyah⁵,
M.Putri Rahayu S.S⁶, Lia Ayu Lestari⁷, Dede Chairul Umam⁸, Hasan Kamil⁹,
Fajriatul Istiqomah¹⁰, Meilawati Diana S¹¹, Ratna Dillah¹², Arfan Wijaya¹³, Ayu
Wulandari¹⁴, Dwi Herlina¹⁵, Emiliana Dopo Djena¹⁶, Nanda Ardhia Putri¹⁷, Regina¹⁸,
Luthvia Devina M¹⁹, Adella Febri Monika²⁰, Nadia²¹, Arnoldus Christian W²²**
Universitas 17 Agustus 1945, Jakarta

SUBMISSION TRACK

Submitted : 20 Mei 2025
Accepted : 23 Mei 2025
Published : 24 Mei 2025

KEYWORDS

Herbal plants, public health,
traditional medicine, TOGA,
community education

tanaman herbal, kesehatan
masyarakat, TOGA, edukasi
masyarakat, pengobatan
tradisional

CORRESPONDENCE

Phone:

E-mail:

yelfi.anwar@uta45jakarta.ac.id

A B S T R A C T

Indonesia, with its rich biodiversity, offers immense potential in the use of herbal plants for health. This community service activity was conducted through a webinar titled "Menyapa Alam, Meraih Sehat: Eksplorasi Tanaman Herbal di Sekitar Kita" aimed to increase public awareness and knowledge about local herbal plants and their safe use. Pre-test and post-test assessments were used to measure participants' understanding. Results showed a significant increase in knowledge, supporting the effectiveness of the webinar as a public education tool.

A B S T R A K

Indonesia merupakan negara dengan kekayaan hayati yang sangat tinggi, termasuk tanaman herbal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk webinar dengan judul "Menyapa Alam, Meraih Sehat: Eksplorasi Tanaman Herbal di Sekitar Kita" yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai tanaman herbal lokal serta cara pemanfaatannya secara aman. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test kepada peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta, yang membuktikan efektivitas kegiatan ini sebagai media edukasi masyarakat.

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara megabiodiversitas yang memiliki kekayaan flora yang sangat melimpah. Lebih dari 30.000 spesies tumbuhan tumbuh di Indonesia, dan sekitar 9.600 di antaranya diketahui memiliki potensi sebagai tanaman obat. Tanaman obat keluarga (TOGA) telah lama menjadi bagian dari budaya pengobatan tradisional masyarakat Indonesia. Namun, di tengah kemajuan teknologi dan modernisasi, pemanfaatan tanaman herbal mulai tergeser oleh obat-obatan sintetis. Hal ini diperparah oleh minimnya literasi masyarakat mengenai manfaat tanaman herbal serta cara pemanfaatannya secara ilmiah dan aman.

Padahal, dalam upaya promotif dan preventif terhadap masalah kesehatan, penggunaan tanaman herbal yang mudah diakses dan memiliki potensi fitofarmaka dapat menjadi solusi yang efektif. Data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa pemanfaatan TOGA di masyarakat belum mencapai angka optimal. Banyak keluarga yang memiliki lahan, namun belum memanfaatkannya secara maksimal untuk budidaya tanaman obat. Hal ini menunjukkan perlunya penyuluhan yang sistematis, menyeluruh, dan berkelanjutan.

Webinar "Menyapa Alam, Meraih Sehat" hadir sebagai alternatif edukatif berbasis daring yang menggabungkan unsur kognitif dan afektif. Materi yang disampaikan tidak hanya menekankan pada aspek pengenalan tanaman herbal, tetapi juga mencakup teknik budidaya sederhana, cara pengolahan aman, serta tips penyimpanan bahan herbal untuk penggunaan

harian. Kegiatan ini juga menjadi sarana advokasi terhadap pentingnya ketahanan kesehatan berbasis rumah tangga, sejalan dengan prinsip pelestarian budaya lokal.

Kegiatan ini sejalan dengan program Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam mendukung pengembangan Yankestradkom (Pelayanan Kesehatan Tradisional Komplementer) dan pelestarian budaya pengobatan tradisional berbasis keluarga. Melalui penyampaian materi yang menarik dan interaktif, diharapkan peserta dapat menjadi agen perubahan dalam memanfaatkan tanaman herbal secara bijak dan berkelanjutan di tengah masyarakat.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif berbasis daring. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk webinar yang terbuka untuk mahasiswa dan masyarakat umum, dengan media Zoom Meeting pada tanggal 10 Mei 2025 pukul 14.50–16.00 WIB. Webinar diawali dengan pembukaan oleh MC, sambutan dari dosen pengampu, serta penjelasan teknis oleh panitia. Materi utama disampaikan oleh narasumber Dr. Apt. Yelfi Anwar, S.Farm., M.Farm., yang membahas tentang jenis-jenis tanaman herbal lokal, manfaat fitokimia, cara budidaya sederhana, serta praktik pemanfaatan dalam kehidupan sehari-hari.

Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan melalui pengisian pre-test sebelum materi dimulai dan post-test setelah sesi diskusi selesai. Selain itu, panitia juga menyebarkan kuesioner kepuasan peserta guna mengukur efektivitas metode penyampaian. Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif untuk melihat peningkatan pemahaman peserta.

HASIL & PEMBAHASAN

Data peserta webinar didapatkan 67 peserta berdasarkan hasil responden yang masuk. Sedangkan data rata-rata test webinar didapat dari hasil peserta yang menanggapi soal pre test maupun post tes.

Tabel. 1 Presentase Pre Test

Pertanyaan	Persentase	
	Benar (%)	Salah (%)
Mengapa penting kembali menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di perkarangan rumah?	95,5% .	4.5%
Senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi dan antioksidan adalah ?	73%	27%
Manakah pernyataan yang benar tentang budidaya lidah buaya di rumah?	91%	9%
Contoh pemanfaatan praktis kunyit untuk perawatan kulit di rumah adalah?	92,5%	7,5 %
Daun sirih banyak digunakan sebagai antiseptik alami karena kandungan?	60%	40%
Pengertian dari flora adalah semua jenis tumbuhan yang tumbuh di suatu daerah tertentu dan dikaitkan dengan bentuk hidup/habitus tumbuhan? (benar/salah)	93%	7%

Sejarah singkat Weber dan Wallace telah melakukan penelitian menjelaskan distribusi flora di wilayah indonesia terbagi menjadi flora daratan sundan dan daratan sahur? (benar/salah)	77%	23%
Konsep memanfaatkan perkarangan rumah untuk menanam tanaman yang berkhasiat obat dikenal dengan istilah?	95,5%	4,48%
Hal penting yang perlu diperhatikan saat menggunakan tanaman obat untuk pengobatan sehari-hari adalah?	95,5%	4,48%
Jamu adalah hasil pengembangan jamu atau hasil penelitian sediaan baru yang khasiat dan keamanannya telah dibuktikan secara ilmiah melalui uji pra klinik? (benar/salah)	51%	49%

Tabel. 1 Presentase Post test

Pertanyaan	Persentase	
	Benar (%)	Salah (%)
Mengapa penting kembali menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di perkarangan rumah?	98% .	2%
Senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi dan antioksidan adalah ?	88%	12%
Manakah pernyataan yang benar tentang budidaya lidah buaya di rumah?	96%	4%
Contoh pemanfaatan praktis kunyit untuk perawatan kulit di rumah adalah?	98%	2 %
Daun sirih banyak digunakan sebagai antiseptik alami karena kandungan?	70%	30%
Pengertian dari flora adalah semua jenis tumbuhan yang tumbuh di suatu daerah tertentu dan dikaitkan dengan bentuk hidup/habitus tumbuhan? (benar/salah)	92%	8%
Sejarah singkat Weber dan Wallace telah melakukan penelitian menjelaskan distribusi flora di wilayah indonesia terbagi menjadi flora daratan sundan dan daratan sahur? (benar/salah)	88%	12%
Konsep memanfaatkan perkarangan rumah untuk menanam tanaman yang berkhasiat obat dikenal dengan istilah?	100%	0%
Hal penting yang perlu diperhatikan saat menggunakan tanaman obat untuk pengobatan sehari-hari adalah?	100%	0%
Jamu adalah hasil pengembangan jamu atau hasil penelitian sediaan baru yang khasiat dan keamanannya telah dibuktikan secara ilmiah melalui uji pra klinik? (benar/salah)	74%	26%

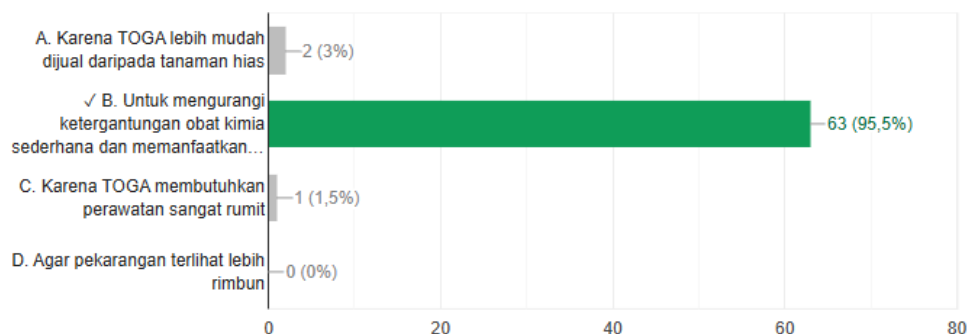
A. Pre-test

Untuk rerata pre-test webinar didapatkan hasil data peserta yang menanggapi soal pre-test webinar sebanyak 66 peserta sebagai berikut (Terlampir) :

1) Kuesioner 1

1. Mengapa penting kembali menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di pekarangan rumah?

63 / 66 jawaban yang benar

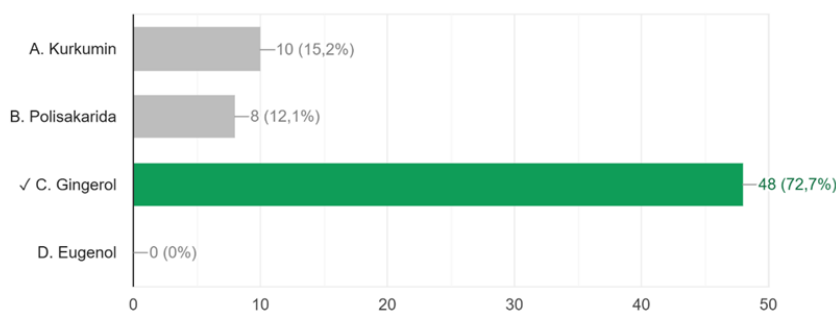


Dari hasil kuesioner pretest 1 dengan pertanyaan “Mengapa penting kembali menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di pekarangan rumah?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui pentingnya menanam TOGA dipekarangan rumah untuk mengurangi ketergantungan obat kimia. Dengan nilai responden sebanyak 95,5 % .

2) Kuesioner 2

2. Senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi dan antioksidan adalah...

48 / 66 jawaban yang benar

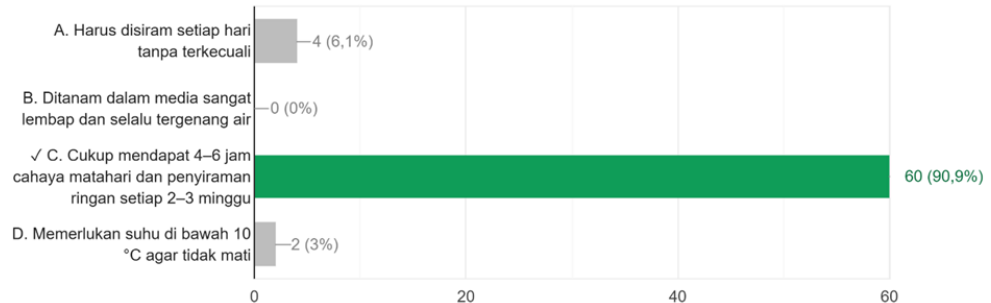


Dari hasil kuesioner pretest 2 dengan pertanyaan “Senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi dan antioksidan adalah...?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 72,7 % .

3) Kuesioner 3

3. Manakah pernyataan yang benar tentang budidaya lidah buaya di rumah?

60 / 66 jawaban yang benar

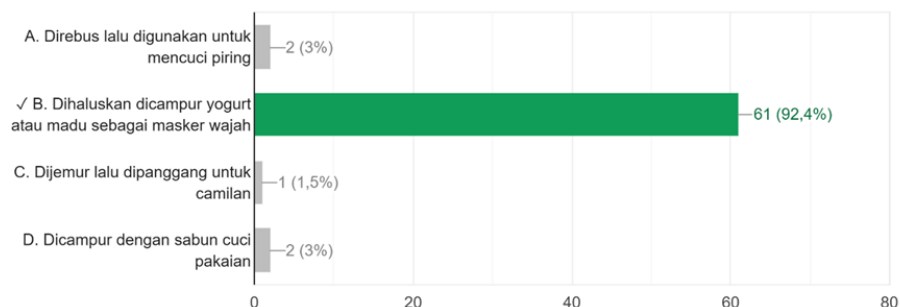


Dari hasil kuesioner pretest 3 dengan pertanyaan “Manakah pernyataan yang benar tentang budidaya lidah buaya di rumah?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 90,9 % .

4) Kuesioner 4

4. Contoh pemanfaatan praktis kunyit untuk perawatan kulit di rumah adalah...

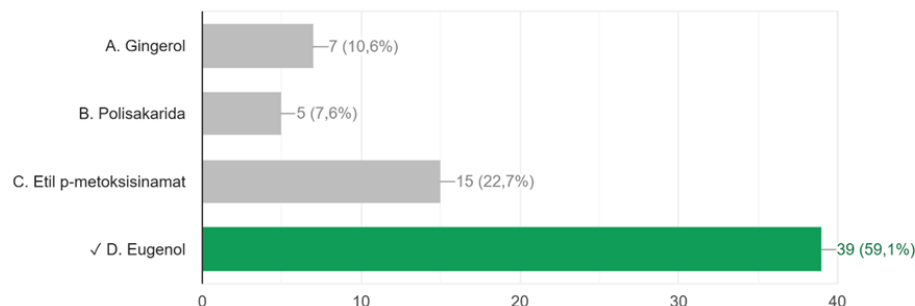
61 / 66 jawaban yang benar



Dari hasil kuesioner pretest 4 dengan pertanyaan “Contoh pemanfaatan praktis kunyit untuk perawatan kulit di rumah adalah...?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 92,4 % .

5) Kuesioner 5

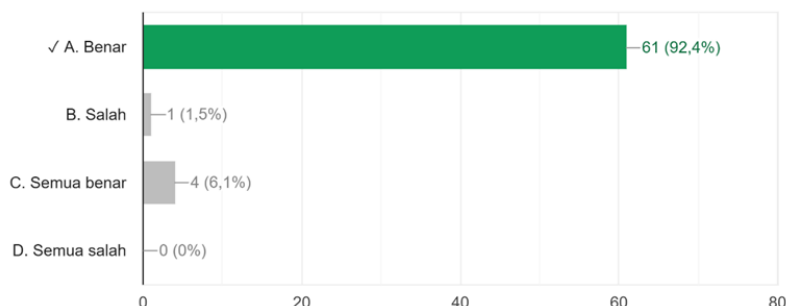
5. Daun sirih banyak digunakan sebagai antiseptik alami karena kandungan...
39 / 66 jawaban yang benar



Dari hasil kuesioner pretest 5 dengan pertanyaan “Daun sirih banyak digunakan sebagai antiseptik alami karena kandungan...?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 59,1 % .

6) Kuesioner 6

6. Pengertian dari flora adalah semua jenis tumbuhan yang tumbuh di suatu daerah tertentu dan dikaitkan dengan bentuk hidup/habitus tumbuhan (benar/salah)
61 / 66 jawaban yang benar

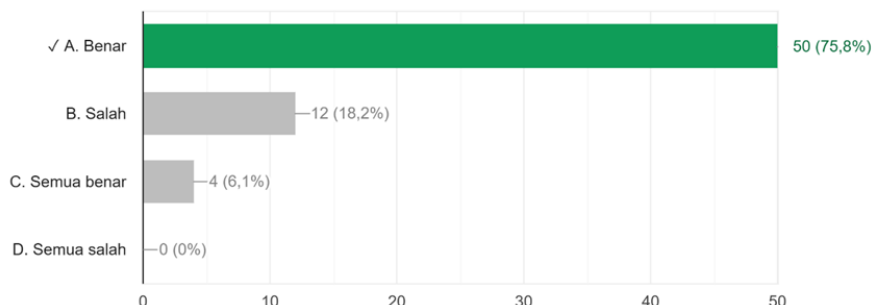


Dari hasil kuesioner pretest 6 dengan pertanyaan “Pengertian dari flora adalah semua jenis tumbuhan yang tumbuh di suatu daerah tertentu dan dikaitkan dengan bentuk hidup/habitus tumbuhan (benar/salah) ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 92,4 % .

7) Kuesioner 7

7. Sejarah singkat Weber dan Wallace telah melakukan peneitian menjelaskan distribusi flora di wilayah indonesia terbagi menjadi flora dataran sundan dan dataran sahum (benar/salah)

50 / 66 jawaban yang benar

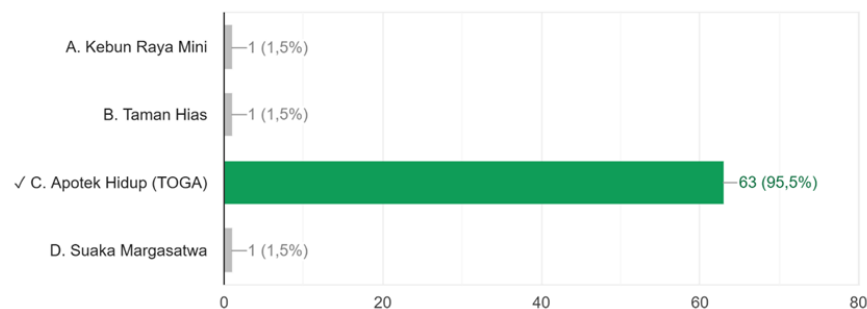


Dari hasil kuesioner pretest 7 dengan pertanyaan “Sejarah singkat Weber dan Wallace telah melakukan peneitian menjelaskan distribusi flora di wilayah indonesia terbagi menjadi flora dataran sundan dan dataran sahum (benar/salah) ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 75,8 % .

8) Kuesioner 8

8. Konsep memanfaatkan pekarangan rumah untuk menanam tanaman yang berkhasiat obat dikenal dengan istilah...

63 / 66 jawaban yang benar

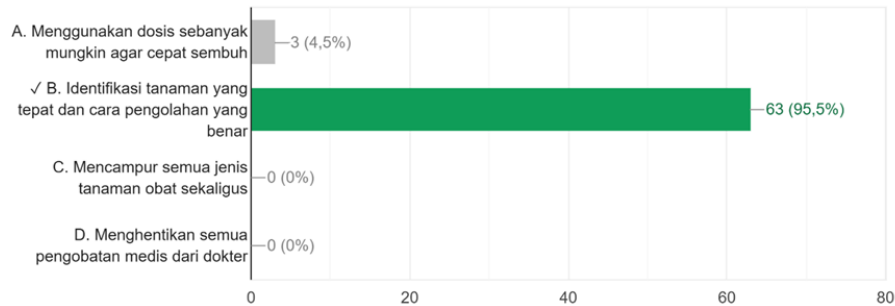


Dari hasil kuesioner pretest 8 dengan pertanyaan “Konsep memanfaatkan pekarangan rumah untuk menanam tanaman yang berkhasiat obat dikenal dengan istilah...” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 95,5 % .

9) Kuesioner 9

9. Hal penting yang perlu diperhatikan saat menggunakan tanaman obat untuk pengobatan sehari-hari adalah...

63 / 66 jawaban yang benar

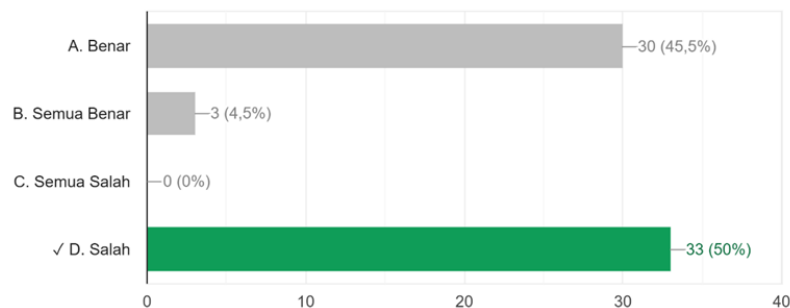


Dari hasil kuesioner pretest 9 dengan pertanyaan “Hal penting yang perlu diperhatikan saat menggunakan tanaman obat untuk pengobatan sehari-hari adalah...?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 95,5 % .

10) Kuesioner 10

10 . Jamu adalah hasil pengembangan jamu atau hasil penelitian sediaan baru yang khasiat dan keamanannya telah dibuktikan secara ilmiah melalui uji pra klinik (bnar/salah)

33 / 66 jawaban yang benar



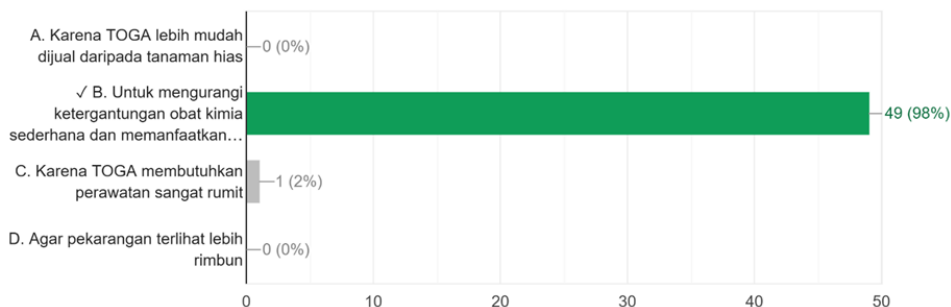
Dari hasil kuesioner pretest 10 dengan pertanyaan “Jamu adalah hasil pengembangan jamu atau hasil penelitian sediaan baru yang khasiat dan keamanannya telah dibuktikan secara ilmiah melalui uji pra klinik (bnar/salah)..?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 50 % .

B. Post-Test

Untuk rerata post-test webinar didapatkan hasil data peserta yang menanggapi soal post-test webinar sebanyak 50 peserta sebagai berikut (Terlampir) :

1) Kuesioner 1

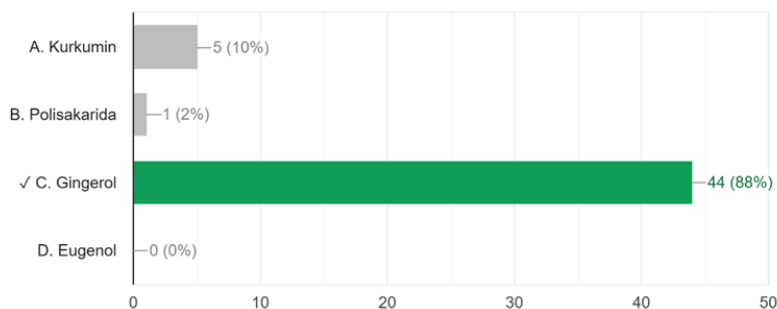
1. Mengapa penting kembali menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di pekarangan rumah?
49 / 50 jawaban yang benar



Dari hasil kuesioner posttest 1 dengan pertanyaan “Mengapa penting kembali menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di pekarangan rumah?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui pentingnya menanam TOGA di pekarangan rumah untuk mengurangi ketergantungan obat kimia. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 98 % .

2) Kuesioner 2

2. Senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi dan antioksidan adalah...
44 / 50 jawaban yang benar

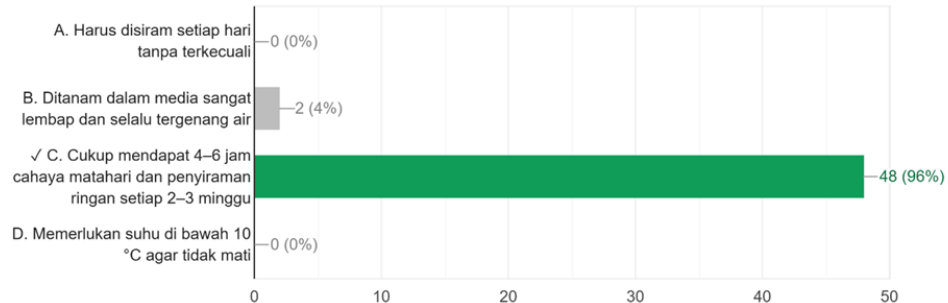


Dari hasil kuesioner posttest 2 dengan pertanyaan “Senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi dan antioksidan adalah...?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 88 % .

3) Kuesioner 3

3. Manakah pernyataan yang benar tentang budidaya lidah buaya di rumah?

48 / 50 jawaban yang benar

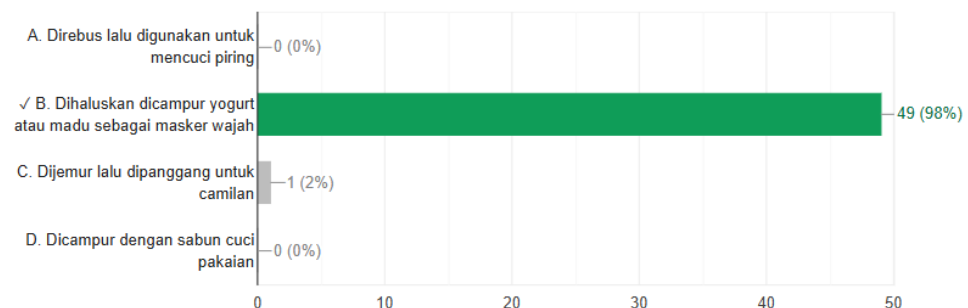


Dari hasil kuesioner posttest 3 dengan pertanyaan “Manakah pernyataan yang benar tentang budidaya lidah buaya di rumah?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 96 % .

4) Kuesioner 4

4. Contoh pemanfaatan praktis kunyit untuk perawatan kulit di rumah adalah...

49 / 50 jawaban yang benar

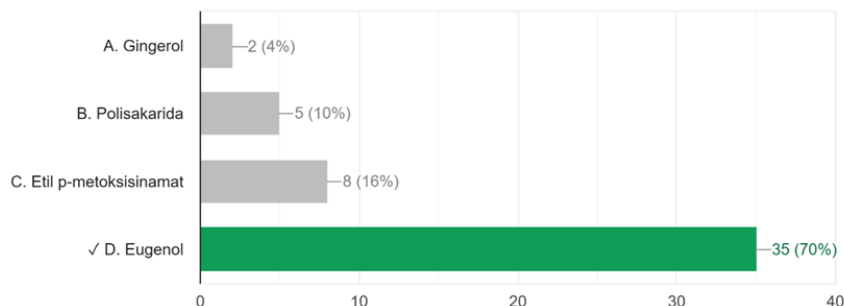


Dari hasil kuesioner posttest 4 dengan pertanyaan “Contoh pemanfaatan praktis kunyit untuk perawatan kulit di rumah adalah...?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 98 % .

5) Kuesioner 5

5. Daun sirih banyak digunakan sebagai antiseptik alami karena kandungan...

35 / 50 jawaban yang benar

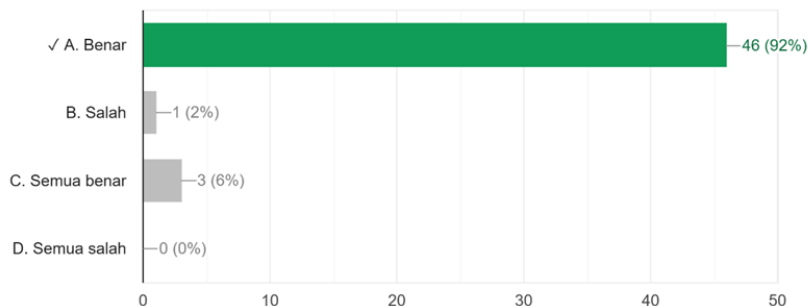


Dari hasil kuesioner posttest 5 dengan pertanyaan “Daun sirih banyak digunakan sebagai antiseptik alami karena kandungan...?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 70 % .

6) Kuesioner 6

6. Pengertian dari flora adalah semua jenis tumbuhan yang tumbuh di suatu daerah tertentu dan dikaitkan dengan bentuk hidup/habitus tumbuhan (benar/salah)

46 / 50 jawaban yang benar

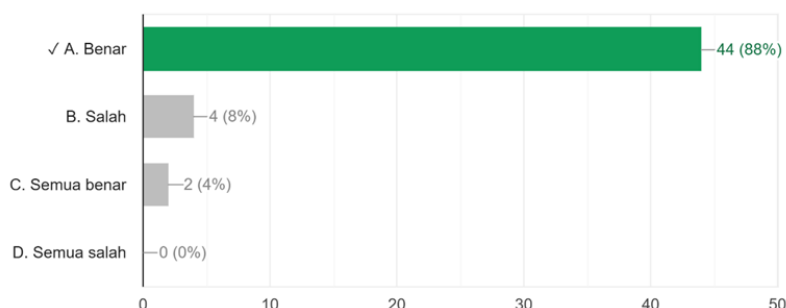


Dari hasil kuesioner posttest 6 dengan pertanyaan “Pengertian dari flora adalah semua jenis tumbuhan yang tumbuh di suatu daerah tertentu dan dikaitkan dengan bentuk hidup/habitus tumbuhan (benar/salah) ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden sebanyak 92 %.

7) Kuesioner 7

7. Sejarah singkat Weber dan Wallace telah melakukan penelitian menjelaskan distribusi flora di wilayah Indonesia terbagi menjadi flora dataran rendah dan dataran tinggi (benar/salah)

44 / 50 jawaban yang benar

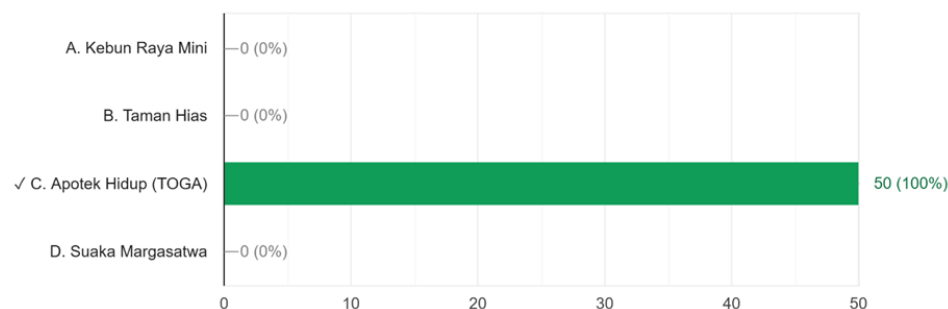


Dari hasil kuesioner posttest 7 dengan pertanyaan “Sejarah singkat Weber dan Wallace telah melakukan penelitian menjelaskan distribusi flora di wilayah Indonesia terbagi menjadi flora dataran rendah dan dataran tinggi (benar/salah) ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 88 % .

8) Kuesioner 8

8. Konsep memanfaatkan pekarangan rumah untuk menanam tanaman yang berkhasiat obat dikenal dengan istilah...

50 / 50 jawaban yang benar

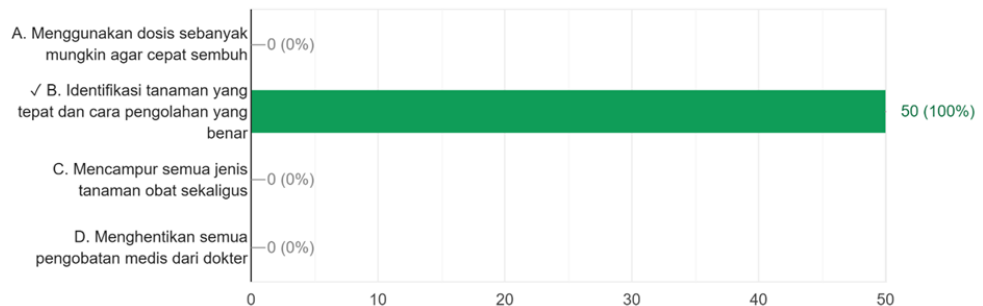


Dari hasil kuesioner posttest 8 dengan pertanyaan “Konsep memanfaatkan pekarangan rumah untuk menanam tanaman yang berkhasiat obat dikenal dengan istilah...” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 100 % .

9) Kuesioner 9

9. Hal penting yang perlu diperhatikan saat menggunakan tanaman obat untuk pengobatan sehari-hari adalah...

50 / 50 jawaban yang benar

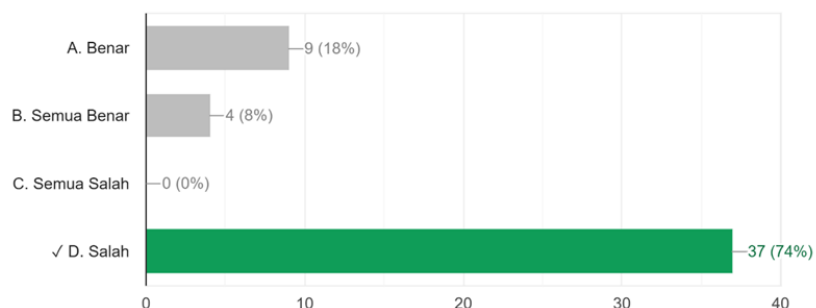


Dari hasil kuesioner posttest 9 dengan pertanyaan “Hal penting yang perlu diperhatikan saat menggunakan tanaman obat untuk pengobatan sehari-hari adalah...?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 100 % .

10) Kuesioner 10

10 . Jamu adalah hasil pengembangan jamu atau hasil penelitian sediaan baru yang khasiat dan keamanannya telah dibuktikan secara ilmiah melalui uji pra klinik (bnar/salah)

37 / 50 jawaban yang benar



Dari hasil kuesioner pretest 10 dengan pertanyaan “Jamu adalah hasil pengembangan jamu atau hasil penelitian sediaan baru yang khasiat dan keamanannya telah dibuktikan secara ilmiah melalui uji pra klinik (bnar/salah)..?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui senyawa utama pada jahe yang memberikan efek antiinflamasi. Dengan nilai responden meningkat sebanyak 74 % .

Penyuluhan tentang “Menyapa alam, meraih sehat eksplorasi tanaman herbal disekitar kita” ini sebagian besar berada diluar daerah, teman sejawat, mahasiswa seluruh universitas, dan masyarakat umum yang dihadiri kurang lebih 67 peserta. Terdapat 66 peserta yang mengisi kuesioner pretest webinar dan 51 peserta yang mengisi kuesioner post test webinar. Tujuan dari pelaksanaan webinar ini supaya masyarakat mengetahui dapat meningkatkan pengetahuan tentang jenis dan manfaat tanaman herbal lokal, dan tata cara pengolahan dan pemanfaatan

tanaman herbal secara aman, selain itu melihat seberapa besar masyarakat paham terkait penyuluhan ini diadakan. Untuk melihat seberapa persen tingkat pengetahuan masyarakat dapat ditinjau melalui hasil persentase pre test dan post test.

Berdasarkan dari data yang kami peroleh dari hasil pre test ini maka dapat diketahui pengetahuan responden mengenai materi yang disampaikan sudah cukup bagus dengan nilai persentase benar sebesar 82% dan nilai persentase salah yaitu sebesar 18%.

Berdasarkan dari data yang diperoleh dari hasil post test dengan soal yang sama seperti pre test ini maka dapat diketahui bahwa pengetahuan responden tentang Menyapa alam, meraih sehat eksplorasi Tanaman Herbal di sekitar kita sudah memperoleh peningkatan nilai yang cukup tinggi dengan nilai persentase benar sebesar 90% dan nilai persentase salah yaitu sebesar 10%.

Pengetahuan yang kurang mengenai tentang Menyapa alam, meraih sehat eksplorasi Tanaman Herbal di sekitar kita juga disebabkan oleh banyak faktor seperti, latar belakang pendidikan, jenis pekerjaan, jumlah penghasilan serta akses informasi di layanan kesehatan publik. Semakin tingginya tingkat pendidikan maka akan semakin besar pula kesempatan untuk dapat mengakses informasi seputar manfaat pegagan . Sehingga dari pernyataan yang didapatkan bahwa pengadaan penyuluhan webinar tentang Menyapa alam, meraih sehat eksplorasi Tanaman Herbal di sekitar kita ini dapat memberikan pengetahuan dan manfaat kepada masyarakat umumnya dan peserta khususnya yang mengikuti webinar.

DISKUSI

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa mayoritas peserta mengalami peningkatan pemahaman setelah mengikuti webinar. Hal ini terbukti dari peningkatan nilai rata-rata post-test dibandingkan dengan pre-test. Peningkatan pemahaman ini dapat dikaitkan dengan penyampaian materi yang interaktif, visual yang informatif, dan pendekatan penyuluhan yang kontekstual dengan kehidupan sehari-hari. Peserta tidak hanya mendapatkan informasi tentang manfaat tanaman herbal seperti jahe, kunyit, lidah buaya, dan daun sirih, tetapi juga diajak memahami cara budidaya dan pemanfaatannya secara langsung di lingkungan rumah tangga.

Beberapa indikator yang mengalami peningkatan signifikan adalah pemahaman tentang pengertian TOGA, senyawa aktif tanaman, dan manfaat penggunaannya. Hal ini menunjukkan bahwa peserta dapat menerima materi dengan baik dan mampu mengaitkan informasi yang diberikan dengan praktik kesehatan tradisional yang sudah dikenal masyarakat.

Namun, terdapat pula indikator dengan peningkatan yang kurang optimal, seperti pada aspek pemahaman kandungan senyawa daun sirih dan definisi jamu, yang menunjukkan perlunya penekanan atau penjelasan lebih rinci dalam materi selanjutnya.

Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya berhasil meningkatkan literasi kesehatan peserta, tetapi juga mendorong kesadaran akan pentingnya kemandirian dalam menjaga kesehatan melalui pemanfaatan tanaman herbal lokal. Kegiatan ini memberikan gambaran bahwa penyuluhan berbasis daring dapat menjadi strategi efektif dalam pengabdian masyarakat, khususnya di era digital, dengan tetap mempertahankan nilai-nilai kearifan lokal.

KESIMPULAN

Webinar "*Menyapa Alam, Meraih Sehat: Eksplorasi Tanaman Herbal di Sekitar Kita*" berhasil diselenggarakan dengan partisipasi aktif dari 67 peserta yang terdiri dari mahasiswa dan masyarakat umum. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai manfaat, jenis, serta cara pengolahan tanaman herbal secara aman dan ilmiah. Webinar ini mampu menjembatani antara pengetahuan tradisional dan sains modern dalam pengobatan berbasis tanaman herbal, serta meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya memanfaatkan kekayaan alam lokal untuk menjaga kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung kegiatan webinar tentang "MENYAPA ALAM, MERAH SEHAT EKSPLORASI TANAMAN HERBAL DISEKITAR KITA" Terima kasih kepada Dr. apt. Yelfi Anwar, S. Farm., M. Farm, Arfan Wijaya, Dede Chairul Umam, panitia, Ketua RT, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, dan semua peserta yang turut berpartisipasi. Semoga ilmu yang dibagikan dalam webinar ini bermanfaat untuk pemanfaatan tanaman herbal di sekitar kita. Terima kasih atas dukungan dan partisipasi Anda semua.

DAFTAR REFERENSI

- Bappenas. (2020). *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2020–2024*. Jakarta: Kementerian PPN/Bappenas.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2009). *Pedoman Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Hariana, A. (2013). *Tumbuhan Obat dan Khasiatnya*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Laporan Tahunan: Pengembangan Obat Tradisional dan Fitofarmaka*. Jakarta: Kemenkes.
- LIPI (Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia). (2020). *Potensi Tanaman Obat Indonesia untuk Pengembangan Fitofarmaka*.
- Nurdin, I., Hadi, S., & Rachman, A. (2022). Pengaruh Konsumsi Minuman Herbal terhadap Daya Tahan Tubuh. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 45–52.
- Simanjuntak, P. (2020). Eksplorasi tumbuhan obat sebagai alternatif pengobatan tradisional. *Jurnal Farmasi Herbal Indonesia*, 5(2), 85–92.
- WHO (World Health Organization). (2003). *Traditional Medicine Strategy 2002–2005*. Geneva: World Health Organization.
- Wicaksono, R. (2016). *Tanaman Obat dan Khasiatnya*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Widodo, E., Prasetyo, D., & Sari, L. (2020). Studi Aktivitas Antioksidan dan Antiinflamasi Beberapa Tanaman Herbal Indonesia. *Jurnal Farmasi Herbal Indonesia*, 9(2), 78–85.
- Wibowo, R., & Astuti, A. (2021). Efektivitas Webinar dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Selama Pandemi. *Jurnal Media Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(3), 101–109.
- Winarto, S. (2018). Pengembangan herbal lokal sebagai pendukung farmasi modern. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45–52.