

Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional untuk Kesehatan Lansia di Panti Werda Berbasis Edukasi Interaktif

Shirly Gunawan¹, Bruce Edbert², Devi Putri Nabila³, Elisya Shafa Ananda Maurika⁴, Taufik Rizky Marhaen⁵, Dodo Nugroho⁶, Theresa Vanya Nabela Puspita Prameswari⁷, Stephanie Amadea⁸, Jennifer Oscar⁹

¹ Department of Pharmacology, Universitas Tarumanagara, Indonesia

^{2,3,4,5,6,7,8,9} Faculty of Medicine, Universitas Tarumanagara, Indonesia

* Correspondence e-mail; shirlyg@fk.untar.ac.id

Article history

Submitted: 2026/03/30; Revised: 2026/05/18; Accepted: 2026/05/30

Abstract

Indonesia, with its rapidly growing elderly population (12% today, projected to reach 20% by 2045), faces major challenges in sustaining the quality of life of older adults. Comprehensive strategies are required to keep the elderly active, healthy, and productive, including the role of nursing homes that provide integrated health services. One promising approach is the use of traditional medicinal plants, globally recognized but remain relatively unfamiliar among the elderly. This community service program aims to educate elderly nursing home residents on the use of traditional medicinal plants. This activity adopted an educational approach using interactive games. Sixty-three elderly participants were divided into six groups. The program employed a descriptive qualitative approach supported by simple quantitative pre- and post-test data to achieve a comprehensive understanding of its effectiveness. Initial knowledge was limited (83.33% scored 3–4), but after the educational intervention, four groups (66.67%) achieved excellent scores (9–10), one group (16.67%) attained good scores (7–8), and one group attained average scores (5–6). In the quiz, all questions (100%) were answered correctly. These findings highlight that interactive education can significantly improve elderly knowledge and motivation, offering a sustainable model for promoting the safe and effective use of traditional medicinal plants.

Keywords

education; elderly; health; nursing home; traditional medicinal plants



© 2026 by the authors. This is an open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY SA) license, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.

1. PENDAHULUAN

Indonesia saat ini telah memasuki periode penuaan penduduk (*ageing population*). Selama periode 2015–2024, persentase penduduk lanjut usia (lansia) meningkat hampir 4 persen, mencapai 12,00%. Proyeksi Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa jumlah lansia akan terus bertambah hingga 65,82 juta jiwa atau sekitar 20,31% dari total populasi pada tahun 2045 (Badan Pusat Statistik, 2024). Lonjakan demografi ini menegaskan bahwa lansia akan menjadi kelompok populasi yang semakin dominan dalam struktur masyarakat Indonesia. Pertumbuhan jumlah lansia membawa tantangan besar dalam menjaga kualitas hidup dan kesehatan mereka. Lansia rentan terhadap penyakit kronis, penurunan fungsi fisik, serta masalah psikososial seperti kesepian dan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan (Jiang et al., 2025). Kondisi ini menuntut strategi komprehensif agar lansia tetap aktif, sehat, dan produktif, sekaligus mengurangi beban keluarga serta sistem kesehatan nasional. Fenomena ini membutuhkan perhatian serius dari pemerintah, masyarakat, serta institusi terkait untuk menciptakan lingkungan yang mendukung lansia agar tetap aktif, sehat, dan produktif (Kemenkes, 2025). Salah satu upaya mewujudkan hal tersebut adalah melalui program aktivitas sosial dan rekreasi yang terstruktur, dukungan psikososial yang berkelanjutan, serta penyediaan fasilitas tempat tinggal dan kesehatan yang memadai, seperti panti werda (Khoirunnisa et al., 2025).

Panti werda tidak hanya berfungsi sebagai tempat tinggal, tetapi juga sebagai pusat pelayanan kesehatan, dukungan sosial, dan pemberdayaan bagi lansia. Lingkungan yang mendukung di panti werda menjadi kunci untuk memastikan lansia tetap memiliki kualitas hidup yang layak, dengan akses terhadap perawatan medis, aktivitas sosial, serta kesempatan untuk berkontribusi sesuai dengan kapasitas mereka (Khoirunnisa et al., 2025). Saat ini, jumlah lansia yang tinggal di panti werda semakin meningkat, dan sebagian kondisi di panti werda mencerminkan tantangan kesehatan lansia secara umum. Banyak penghuni panti werda menderita penyakit metabolik seperti diabetes melitus, hipertensi, dan hiperkolesterolemia, yang tidak hanya membutuhkan pengelolaan kesehatan yang berkelanjutan, tetapi juga menimbulkan dampak medis dan ekonomis yang signifikan. Oleh karena itu, peran panti werda menjadi sangat penting dalam menyediakan layanan kesehatan terpadu, pendampingan psikososial, serta program pemberdayaan yang mampu menjaga keseimbangan fisik dan psikis pada lansia.

Upaya menjaga kesehatan lansia tidak hanya terbatas pada pelayanan medis modern, tetapi juga dapat diperkuat melalui optimalisasi pemanfaatan tanaman obat tradisional yang telah diakui secara global (Van Gobel & Galih, 2023). Tanaman obat

tradisional menawarkan potensi besar sebagai sumber daya alam yang dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mendukung kesehatan lansia. Keunggulan utama tanaman obat tradisional dibandingkan dengan obat modern terletak pada sifatnya yang alami, ketersediaan yang luas, biaya yang relatif terjangkau, serta efek samping yang cenderung minimal jika dikonsumsi sesuai anjuran (Adiyasa & Meiyanti, 2021).

Berbagai penelitian ilmiah telah mengonfirmasi efektivitas tanaman obat tradisional dalam mengatasi berbagai keluhan kesehatan umum pada lansia. Sebagai contoh, Sambiloto (*Andrographis paniculata*) telah banyak diteliti karena potensinya dalam menurunkan kadar gula darah, sehingga menjadikannya kandidat alami dalam pengelolaan diabetes melitus tipe 2 (Saputra, 2021). Daun salam (*Syzygium polyanthum*) dikenal luas memiliki khasiat untuk menurunkan kadar gula darah dan tekanan darah tinggi (Kurniawan et al., 2023). Biji pepaya (*Carica papaya*) mengandung enzim papain dan senyawa lain yang dipercaya bermanfaat bagi kesehatan pencernaan serta dalam menurunkan kolesterol (Saputri et al., 2017). Jahe mengandung senyawa gingerol yang memiliki potensi untuk mengatasi resistensi insulin pada diabetes melitus (Gunawan et al., 2023), serta menekan inflamasi pada perlemakan hati (Gunawan et al., 2024). Temulawak (*Curcuma zanthorrhiza*) kaya akan kurkuminoid yang memiliki sifat anti-inflamasi dan antioksidan yang kuat, sehingga sangat baik untuk kesehatan hati dan sistem pencernaan, serta dapat membantu meringankan gejala radang sendi yang umum pada lansia (Widya et al., 2022). Pegagan (*Centella asiatica*) dikenal sebagai herbal yang berkhasiat meningkatkan sirkulasi darah ke otak, memperbaiki memori, dan memiliki efek menenangkan, yang sangat bermanfaat bagi lansia yang mungkin mengalami penurunan fungsi kognitif atau kecemasan (Siregar et al., 2023). Meniran (*Phyllanthus niruri*) dipercaya memiliki khasiat untuk melindungi fungsi hati dan ginjal, serta mendukung sistem kekebalan tubuh (Apriyeni et al., 2023).

Sejauh ini pemanfaatan tanaman obat tradisional di kalangan lansia masih menghadapi kendala, terutama keterbatasan pengetahuan mengenai jenis tanaman yang sesuai untuk penyakit metabolik seperti diabetes, hipertensi, dan hiperkolesterolemia. Lansia juga sering kali belum memahami dosis, cara pengolahan yang aman, serta potensi interaksi dengan obat-obatan modern. Kurangnya pemahaman ini menimbulkan keraguan terhadap efektivitas tanaman obat, sehingga lansia cenderung bergantung pada obat-obatan modern. Padahal, dengan edukasi yang tepat, tanaman obat tradisional dapat menjadi terapi komplementer yang

mendukung kemandirian lansia, mengurangi beban medis dan ekonomis, serta meningkatkan kualitas hidup mereka.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) yang berfokus pada edukasi pemanfaatan tanaman obat tradisional bagi lansia di panti werda sangat relevan dan strategis. Kegiatan ini bertujuan untuk mengenalkan beberapa jenis tanaman obat yang umum digunakan serta cara pengolahan yang aman dan mudah dipraktikkan. Selain menjembatani kesenjangan pengetahuan, kegiatan ini memberdayakan lansia agar lebih mandiri dalam menjaga kesehatan melalui sumber daya alam yang tersedia, baik untuk tujuan preventif maupun promotif. Edukasi yang tepat diharapkan dapat meningkatkan pemahaman lansia tentang tanaman obat tradisional, sehingga mereka dapat mengintegrasikan praktik alami ini ke dalam rutinitas sehari-hari. Hasil kegiatan diharapkan menjadi referensi PKM selanjutnya, termasuk integrasi edukasi dengan permainan atau hiburan untuk meningkatkan atensi dan partisipasi lansia. Kebaruan kegiatan ini terletak pada metode edukasi dengan pendekatan interaktif berbasis permainan.

2. METODE

Sesuai dengan tujuan kegiatan PKM ini, target peserta adalah para lansia yang tinggal di panti werda. Kegiatan PKM terdiri dari dua sesi yaitu sesi edukasi dan sesi permainan. Tujuan utama kegiatan PKM ini adalah meningkatkan pemahaman para lansia tentang pemanfaatan tanaman obat tradisional untuk kesehatan. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, dengan dukungan data kuantitatif sederhana, yaitu mengintegrasikan metode kualitatif dan kuantitatif untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai efektivitas program edukasi bagi lansia di panti werda. Komponen kuantitatif diimplementasikan melalui pemberian *pre-test* dan *post-test*, di mana para lansia diberikan pertanyaan terkait pengenalan tanaman obat sebelum dan sesudah program edukasi. Tujuan pemberian pertanyaan ini adalah untuk mengukur peningkatan pengetahuan terkait tanaman obat serta mengumpulkan data numerik berupa jumlah kelompok lansia yang mampu mengidentifikasi tanaman obat dan menjawab pertanyaan dengan benar setelah edukasi. Sedangkan komponen kualitatif dinilai melalui tanya jawab dengan beberapa lansia untuk menggali pengalaman pribadi dan motivasi mereka dalam menggunakan tanaman obat, serta diperkuat melalui observasi partisipatif dengan mencatat interaksi lansia selama sesi edukasi dan antusiasme selama sesi permainan.

Kegiatan PKM dirancang dalam beberapa tahap, meliputi tahap persiapan dan pelaksanaan. Tahap persiapan diawali dengan koordinasi intensif dengan pengurus

Panti Werda untuk memperoleh izin, menentukan jadwal yang sesuai, serta melakukan identifikasi awal peserta. Materi edukasi disusun berdasarkan tinjauan literatur dan kebutuhan spesifik lansia, termasuk alat peraga visual berupa beberapa contoh tanaman obat hidup. Tim PKM juga menyiapkan beberapa pertanyaan terkait pengetahuan tentang tanaman obat tradisional.

Pada tahap pelaksanaan, sebelum penyampaian materi edukasi, dilakukan *pre-test* di mana tiap kelompok diminta untuk mengidentifikasi 10 tanaman hidup yang telah disiapkan di meja peserta. Data ini bermanfaat untuk membandingkan perubahan tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi. Edukasi mengenai pemanfaatan tanaman obat kepada lansia di panti werda dilakukan melalui 2 tahap, yaitu sesi edukasi dan sesi permainan. Sesi edukasi dilakukan secara interaktif melalui pemaparan *slide* presentasi yang mencakup pengetahuan tentang 10 jenis tanaman obat yang umum dimanfaatkan untuk kesehatan umum dan penyakit metabolik, serta cara pengolahan yang aman dan mudah dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Setelah sesi edukasi, dilanjutkan dengan *post-test* melalui permainan untuk mengidentifikasi 10 tanaman hidup yang telah dipresentasikan pada sesi edukasi sebelumnya. Permainan dilakukan secara berkelompok. Tiap kelompok dibagikan 10 macam tanaman yang disusun secara random, kemudian diminta untuk mengidentifikasi dan mengurutkannya sesuai instruksi yang diberikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM berupa edukasi tentang tanaman obat tradisional dilaksanakan di Panti Werda Hana yang berlokasi di Jl. H. Taip No.52, Kedaung, Kec. Pamulang, Kota Tangerang Selatan, Banten. Kegiatan berlangsung selama kurang lebih 2 jam, berupa sesi edukasi dan permainan interaktif yang melibatkan 63 orang lansia penghuni panti. Hasil kegiatan PKM ini dinilai berdasarkan perubahan tingkat pengetahuan peserta terkait tanaman obat tradisional.

Perubahan Tingkat Pengetahuan Tentang Tanaman Obat Tradisional

Keberhasilan edukasi pemanfaatan tanaman obat tradisional dinilai berdasarkan perbandingan total jawaban benar sebelum edukasi (*pre-test*) dan sesudah edukasi (*post-test*) (Tabel 1). Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta hanya dapat memberikan paling banyak 4 jawaban benar dari 10 pertanyaan.

Tabel 1. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* (N=6)

No	Tanaman	Kelompok											
		1		2		3		4		5		6	
		Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post

1	Sambiloto	X	√	X	√	X	√	X	X	X	√	X	X
2	Insulin	X	X	X	√	X	√	X	X	X	√	X	√
3	Kunyit	X	X	X	√	X	√	X	√	X	√	X	√
4	Telang	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
5	Sirih	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
6	Kencur	X	√	√	√	√	√	X	√	√	√	X	√
7	Kumis kucing	X	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
8	Stevia	X	X	X	√	X	√	X	X	X	√	X	√
9	Kelor	X	X	X	√	X	√	X	√	X	√	X	√
10	Saga	X	X	X	√	X	√	X	√	X	√	X	√
	Skor jawaban benar	2	5	4	10	4	10	3	7	4	10	3	9

Keterangan: X adalah jawaban salah; √ adalah jawaban benar

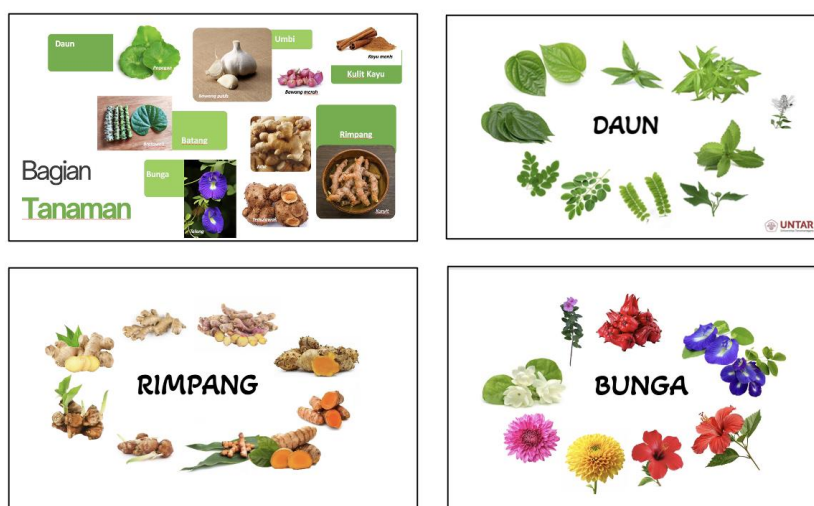
Setelah edukasi, minimal kelompok peserta dapat menjawab 5 pertanyaan dengan benar; bahkan ada 3 kelompok yang dapat menjawab semua pertanyaan dengan benar. Hasil ini mengindikasikan perubahan positif pada peserta. Tabel 2 menunjukkan tingkat pengetahuan awal sebagian besar kelompok peserta (83,33%) tentang tanaman obat tradisional rata-rata masih kurang (skor 3-4), namun setelah dilakukan edukasi, tampak perubahan yang cukup signifikan di mana terdapat 4 kelompok (66,67%) yang mendapatkan penilaian sangat baik (skor 9-10), 1 kelompok (16,67%) dengan penilaian baik (skor 7-8), dan 1 kelompok dengan hasil cukup (skor 5-6). Hasil ini mengindikasikan bahwa edukasi yang disampaikan melalui *slide* presentasi telah berjalan dengan cukup efektif. Perbedaan tingkat pengetahuan setelah edukasi mengindikasikan adanya perbedaan baseline kemampuan kognitif lansia dan daya tangkap lansia dalam mengolah informasi baru.

Tabel 2. Tingkat perubahan pengetahuan peserta

Penilaian	Skor Pre-test	Skor Post-test
Sangat baik (skor 9-10)	0%	66,67%
Baik (skor 7-8)	0%	16,67%
Cukup (skor 5-6)	0%	16,67%
Kurang (skor 3-4)	83,33%	0%
Sangat Kurang (0-2)	16,67%	0%

Ketepatan Pemilihan dan Penggunaan Metode Edukasi

Penyampaian edukasi kepada para lansia penghuni panti wreda dilakukan melalui pemaparan slide presentasi menggunakan *powerpoint*. Metode ini memiliki beberapa keunggulan, antara lain penyampaian informasi yang sistematis, visualisasi materi yang lebih menarik, serta kemudahan bagi peserta dalam memahami konsep yang relatif kompleks. Hal ini sejalan dengan penelitian Apriyanti et al., 2025, yang menunjukkan bahwa penggunaan media presentasi mampu meningkatkan atensi dan fokus peserta selama kegiatan berlangsung. Visualisasi berupa gambar, diagram, dan poin-poin ringkas membantu peserta menangkap inti materi lebih cepat dibandingkan dengan metode ceramah konvensional. Hasil observasi selama kegiatan PKM ini menunjukkan bahwa penggunaan media presentasi mampu meningkatkan atensi dan fokus peserta selama kegiatan berlangsung. Visualisasi berupa gambar, diagram, dan poin-poin ringkas membantu peserta menangkap inti materi lebih cepat dibandingkan dengan metode ceramah konvensional (Ahmad et al., 2022). Visualisasi melalui slide mempermudah proses pengenalan berbagai bagian tumbuhan yang dapat dimanfaatkan sebagai obat, seperti rimpang, umbi, daun, batang, kulit kayu, dan bunga, sehingga memudahkan peserta mengidentifikasi tanaman di lingkungan sekitar (Gambar 1). Penyampaian ini memberikan konteks penting bagi peserta untuk memahami kearifan lokal dalam menjaga kesehatan, menumbuhkan rasa keterhubungan dengan tradisi, sekaligus memperkuat kesadaran bahwa praktik pengobatan tradisional memiliki nilai ilmiah dan sosial yang masih relevan hingga kini (Joni et al., 2025).



Gambar 1. Beberapa contoh *slide* presentasi

Selain itu, diskusi aktif dengan peserta menunjukkan antusiasme dalam mengikuti kegiatan (Gambar 2). Hal ini sejalan dengan penelitian Abel et al., 2025, yang menyatakan bahwa interaksi tanya jawab selama pemaparan materi dapat

Shirly Gunawan, et al.

memicu partisipasi peserta melalui komunikasi dua arah antara peserta dan narasumber.



Gambar 2. Sesi edukasi disertai diskusi interaktif

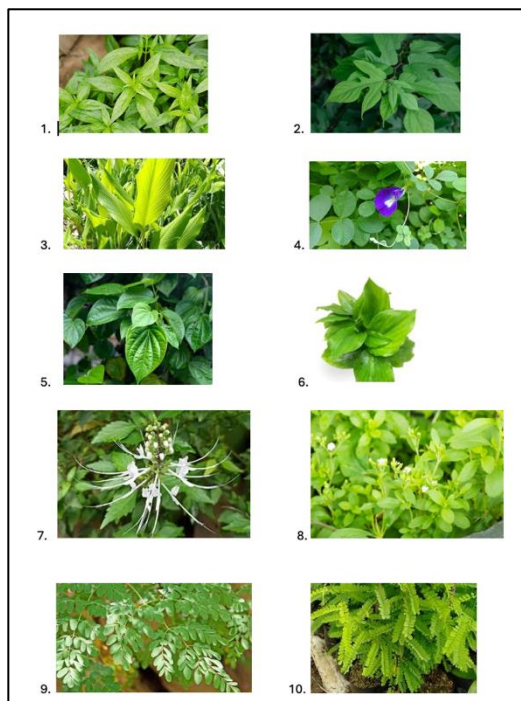
Untuk mengetahui seberapa dalam tingkat pengetahuan dasar para lansia tentang tanaman obat tradisional, di sela-sela presentasi, narasumber juga mengajukan beberapa pertanyaan kepada para peserta, misalnya tentang pengetahuan mereka mengenai bahan alam yang dapat digunakan sebagai obat. Strategi ini terbukti efektif karena mampu memunculkan respons spontan dari peserta (Mayasari & Maqfirah, 2025), sekaligus memberikan gambaran nyata mengenai sejauh mana pemahaman mereka tentang bahan alam yang dapat digunakan sebagai obat.

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mampu menyebutkan beberapa contoh tanaman obat yang umum digunakan, seperti temulawak, kayu manis, jahe merah, jeruk nipis, daun salam, asam jawa, sambiloto, daun saga, daun sirih, daun kelor, bunga telang, serta bayam merah. Selain itu, beberapa lansia yang lebih berpengalaman juga secara aktif memberikan contoh praktik penggunaan tanaman obat sehari-hari, seperti kunyit asem, jahe, dan beras kencur untuk obat batuk, daun sirih untuk mimisan, serta godokan kayu manis untuk kencing manis. Ada juga peserta yang sejak muda telah merasakan manfaat bedak dingin dari bangkuang dan beras untuk menyejukkan kulit. Selain itu, ada juga peserta lain yang sejak 15 tahun lalu mengonsumsi kunyit dan jahe setiap hari untuk menjaga kebugaran tubuh dan kekuatan persendian. Hal ini menandakan adanya pengetahuan tentang tanaman tradisional yang masih melekat dan diwariskan secara turun-temurun. Metode ini berhasil mengidentifikasi variasi tingkat pengetahuan di antara para peserta. Informasi tersebut menjadi dasar penting untuk merancang

materi lanjutan yang lebih sesuai dengan kebutuhan, misalnya memperdalam pengetahuan tentang tanaman yang kurang dikenal atau menekankan aspek keamanan dalam pengolahan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Vieira et al. (2024) yang menyimpulkan bahwa terdapat lansia yang memiliki pengetahuan umum mengenai tanaman tradisional yang dikenal secara umum, tetapi memerlukan informasi yang valid dari tenaga medis mengenai dosis dan cara pengolahan tanaman tersebut.

Dalam kegiatan edukasi ini, selain pemaparan melalui slide presentasi, juga dilakukan permainan berkelompok yang bertujuan untuk menguji daya ingat para lansia terhadap materi tentang 10 macam tanaman obat tradisional yang sebelumnya telah dijelaskan. Peserta dibagi menjadi 6 kelompok dengan anggota 10-11 orang per kelompok. Pembagian ini tidak hanya memudahkan pengelolaan kegiatan, tetapi juga menciptakan suasana kebersamaan dan interaksi sosial yang positif (Santosa, 2025). Tiap kelompok harus mengurutkan 10 macam tanaman obat hidup yang sudah diletakkan di meja tiap kelompok secara acak. Peserta harus mengidentifikasi dengan benar tanaman yang tertera pada lembar kerja, mencocokkannya dengan tanaman hidup, lalu mengurutkannya sesuai dengan instruksi kerja. Setelah itu, tiap kelompok harus menuliskan nama tanaman yang terdapat pada lembar kerja tersebut. (Gambar 3).



Urutan tanaman yang benar:

1. Sambiloto
2. Insulin
3. Kunyit
4. Telang
5. Sirih
6. Kencur
7. Kumis kucing
8. Stevia
9. Kelor
10. Saga

Gambar 3. Lembar kerja permainan

Shirly Gunawan, et al.

Hasil observasi menunjukkan bahwa permainan tersebut mampu meningkatkan partisipasi aktif para lansia (Gambar 4). Hal ini sejalan dengan penelitian Wilda & Sukihananto (2024) yang menyatakan bahwa aktivitas permainan dapat sekaligus menjadi sarana untuk memperkuat memori jangka pendek pada kelompok usia lanjut (Wilda & Sukihananto, 2024). Selain aspek kognitif, permainan berkelompok juga memberikan manfaat sosial (Riesmiyatiningdyah et al., 2022). Lansia yang sebelumnya cenderung pasif menjadi lebih berani dalam menyampaikan pendapat, sementara lansia yang memiliki pengetahuan lebih luas dapat berbagi pengalaman dengan anggota lainnya. Hal ini menciptakan dinamika kelompok yang inklusif, di mana setiap peserta merasa dihargai dan dapat berkontribusi (Yahya et al., 2019). Meski terdapat variasi dalam tingkat ketepatan jawaban, kegiatan ini berhasil menunjukkan retensi pengetahuan yang cukup baik setelah sesi edukasi. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas permainan edukatif dapat meningkatkan fungsi kognitif, retensi memori, serta memperkuat interaksi sosial pada kelompok usia lanjut (Wilda & Sukihananto, 2024).



Gambar 4. Edukasi melalui permainan berkelompok

Dalam sesi permainan, juga dilakukan babak adu cepat yang diikuti oleh 3 kelompok yang memperoleh nilai tertinggi (skor 10), yaitu kelompok 2, 3 dan 5. Tiap kelompok wajib adu cepat dalam menjawab delapan pertanyaan yang dibacakan oleh narasumber (Tabel 3).

Tabel 3. Daftar pertanyaan pada babak adu cepat

No	Daftar Pertanyaan	Kelompok		
		2	3	5
1.	Apakah tanaman obat tradisional yang			

	digunakan untuk mengatasi keputihan?	√	
2.	Apakah daun yang berbentuk lancip, rasanya sangat pahit, dan air rebusannya dapat bermanfaat untuk menurunkan demam?	√	
3.	Apakah daun yang pohonnya bisa mencapai ketinggian hingga 7 meter, kaya akan antioksidan, dan sering dimasak sebagai sayur bening?	√	
4.	Apakah daun yang berbentuk seperti jari dan bermanfaat sebagai terapi pendamping untuk diabetes?	√	
5.	Apakah daun yang dikenal sebagai pemanis alami tanpa kalori?		√
6.	Apakah ada tumbuhan yang memiliki manfaat besar bagi kesehatan ginjal?		
7.	Bagian tanaman ini sering dimanfaatkan sebagai bumbu dasar masakan; apakah memiliki kekhasan sebagai pewarna alami berwarna kuning-oranye?	√	√
8.	Apakah rimpang yang dapat langsung dikunyah dan bermanfaat untuk mengatasi iritasi pada saluran nafas?		

Pada babak ini semua pertanyaan (100%) dapat dijawab dengan benar oleh peserta, dimana kelompok 2 dapat menjawab 5 dari 8 pertanyaan (62,5%), kelompok 3 menjawab 2 pertanyaan (25%), dan kelompok 5 menjawab 1 pertanyaan (12,5%). Hasil ini mengindikasikan adanya perbedaan tingkat penguasaan materi, meskipun semua kelompok memiliki akses terhadap informasi yang sama. Dari sisi capaian, babak rebutan menegaskan bahwa ketiga kelompok memiliki pemahaman yang lebih mendalam dibandingkan dengan kelompok lain. Bentuk permainan ini tidak hanya menguji retensi pengetahuan, tetapi juga melatih kemampuan bereaksi cepat. Selain aspek kognitif, babak rebutan juga memberikan manfaat sosial-emosional. Lansia merasa bangga ketika kelompoknya berhasil menjawab dengan benar, dan suasana kompetisi yang sehat menumbuhkan motivasi serta rasa percaya diri. Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhani et al. (2024) yang menyatakan bahwa metode tersebut dapat meningkatkan motivasi belajar, kepercayaan diri, serta kemampuan berpikir cepat dan akurat.

Sebagai penutup kegiatan, seluruh peserta, termasuk kelompok pemenang, diberikan hadiah dan kenang-kenangan. Hasil observasi menunjukkan bahwa

pemberian apresiasi mampu menciptakan suasana positif dan penuh kebersamaan (Deci et al., 1999). Lansia merasa dihargai atas usaha dan keterlibatan mereka, sehingga muncul rasa bangga dan senang. Hal ini berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri serta memperkuat ikatan sosial antarpeserta. Selain itu, hadiah sebagai wujud apresiasi berfungsi sebagai stimulus eksternal yang mendorong peserta untuk lebih antusias mengikuti kegiatan serupa di masa mendatang. Bagi kelompok pemenang, penghargaan menjadi simbol pencapaian yang menegaskan keberhasilan mereka dalam mengingat dan memahami materi edukasi, yang selanjutnya dapat meningkatkan motivasi mereka untuk terus mempelajari materi tersebut (Nadhifa et al., 2024). Bagi seluruh peserta, kenang-kenangan menjadi pengingat bahwa mereka telah berpartisipasi dalam kegiatan yang bermanfaat bagi kesehatan dan pengetahuan, sekaligus meningkatkan kemampuan mereka untuk terus mengingat materi yang diperoleh dari kegiatan tersebut (Wang et al., 2024). Langkah ini memiliki makna penting, bukan hanya sebagai bentuk penghargaan atas partisipasi aktif, tetapi juga sebagai strategi untuk meningkatkan motivasi dan kepuasan peserta terhadap program PKM yang diselenggarakan.



Gambar 5. Peserta kegiatan PKM pemanfaatan tanaman obat tradisional

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan melalui rangkaian edukasi dan permainan interaktif secara berkelompok terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan lansia terkait pemanfaatan tanaman obat tradisional. Program edukasi ini berhasil mencapai tujuan peningkatan pengetahuan, retensi memori, serta partisipasi aktif lansia dalam edukasi kesehatan berbasis kearifan lokal. Keterbatasan program edukasi ini adalah durasi kegiatan yang singkat, tidak ada pengukuran efektivitas program jangka panjang, serta variasi *baseline* kemampuan kognitif lansia peserta kegiatan. Untuk keberlanjutan program, disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkala dengan variasi metode, seperti praktik

langsung, demonstrasi visual, atau media cetak sederhana, sehingga lansia lebih mudah memahami dan mengingat materi. Evaluasi berkelanjutan juga perlu dikembangkan, misalnya melalui kuis singkat atau simulasi penggunaan tanaman obat, agar hasilnya lebih komprehensif. Lansia yang memiliki pengalaman luas dapat diberdayakan sebagai narasumber tambahan, sehingga terjadi transfer pengetahuan antarpeserta dan memperkuat rasa kepemilikan terhadap program. Implikasi praktis program PKM ini adalah bahwa kegiatan ini dapat dikembangkan menjadi model edukasi berkelanjutan yang memperkuat pengetahuan, keterampilan, dan motivasi lansia dalam memanfaatkan tanaman obat tradisional secara aman dan tepat.

REFERENCES

- Abel, R. M. A., Apriliana, I. P. A., Halim, F. A., & Siagian, F. R. D. (2025). Peningkatan kompetensi guru bimbingan dan konseling dalam merancang program layanan inovatif melalui pendampingan dan pelatihan. *Kelimutu Journal of Community Service*, 5(2), 79–85. <https://doi.org/10.35508/kjcs.v5i2.23424>
- Adiyasa, M. R., & Meiyanti. (2021). Pemanfaatan obat tradisional di Indonesia: Distribusi dan faktor demografis yang berpengaruh. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 4(3), 130–138. <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2021.v4.130-138>
- Ahmad, N. A., Rauf, M. F. A., Zaid, N. N. M., Zainal, A., Shahdan, T. S. T., & Razak, F. H. A. (2022). Effectiveness of instructional strategies designed for older adults in learning digital technologies: a systematic literature review. *SN Comput Sci*, 3(2), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s42979-022-01016-0>
- Apriyanti, M., Pereiz, Z., Oksal, E., Telaumbanua, M. R. S., Sabatini, F., Solla, A., Prasetyo, D. C., Hutabalian, G., Florensia, O. A., Devianti, G., Prayoga, A., Tundan, A. I. L., & Dandy, J. (2025). Sosialisasi dan edukasi pembuatan slide presentasi menggunakan aplikasi Canva bagi siswa-siswi SMPN 4 Tewah, Kabupaten Gunung Mas. *Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia*, 4(8), 96–107. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17677588>
- Apriyeni, E., Patricia, H., & Rahayuningrum, D. C. (2023). Pemanfaatan daun meniran untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia. *Jurnal Abdimas Saintika*, 6(2), 27–30.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik penduduk lanjut usia 2024*. <https://www.bps.go.id/id/publication/2024/12/31/a00d4477490caaf0716b711d/statistik-penduduk-lanjut-usia-2024.html>
- Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychol Bull.*, 125(6), 627–668. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.6.627>

- Gunawan, S., Munika, E., Wulandari, E. T., Ferdinal, F., Purwaningsih, E. H., Wuyung, P. E., Louisa, M., & Soetikno, V. (2023). 6-gingerol ameliorates weight gain and insulin resistance in metabolic syndrome rats by regulating adipocytokines. *Saudi Pharmaceutical Journal*, 31(3), 351–358.
- Gunawan, S., Soetikno, V., Purwaningsih, E. H., Wuyung, P. E., Ferdinal, F., Wuyung, P. E., & Ramadhani, D. (2024). 6-gingerol, a bioactive compound of *Zingiber officinale*, ameliorates high-fat high-fructose diet-induced non-alcoholic related fatty liver disease in rats. *J. Exp. Pharmacol.*, 16, 455–466. <https://doi.org/10.2147/JEP.S492971>
- Jiang, Y., Shi, Z., & Liu, A. (2025). Experiences of social isolation in older adults with chronic diseases: a qualitative study based on patients' perspectives. *Healthcare*, 13(8), 1–14. <https://doi.org/10.3390/healthcare13080902>
- Joni, Y. N., Mainassy, M. C., Hardianti, Jamin F. S., Halmar H. F., & Pannyiwi, R. (2025). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai upaya pencegahan penyakit. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 145–153. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v4i1.933>
- Kemendes. (2025). *Mau jadi lansia yang sehat dan produktif? Begini caranya.* <https://kemkes.go.id/id/want-to-stay-healthy-and-productive-in-your-senior-years-heres-how>
- Khoirunnisa, H. I., Saputri, S., Aulia, A. E., Fatimah, A. A., Sintamaharani, D., Lalaki, I. A. M. S., Aisyah, E. N., Mahij, N. N., Gumilang, G., & Hikmah, S. (2025). Strategi coping lansia dalam menyesuaikan diri di Panti Werdha Pengayoman Kota Semarang. *Klinik: Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(3), 24–36. <https://doi.org/10.55606/klinik.v4i3.4258>
- Kurniawan, N., Rozikin, Saputra, I. P. B. A., Sabariah, & Kresnapati, I. N. B. A. (2023). Pengaruh pemberian air rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) terhadap penurunan kadar glukosa darah di Paok Motong, Kecamatan Masbagik, Lombok Timur. *Curr. Biochem*, 10(2), 52–61.
- Mayasari, N., & Maqfirah, P. A. (2025). *Metode Pengabdian Masyarakat: Teori dan Praktik* (1st ed.). Widina.
- Nadhifa, I., Yulianti, F., & Tulaila, F. (2024). Pengaruh pemberian reward terhadap motivasi belajar siswa. In *Trend: International Journal of Trends in Global Psychological Science and Education*, 1(4), 92–98. <https://doi.org/10.62260/intrend.v1i4.279>
- Ramadhani, A. N., Sitanggang, K. M. O., Cahyani, A., Rizky, M. A., Harianto, S. F., & Rahmatin, L. S. (2024). Lomba cerdas cermat sebagai metode inovatif untuk

- pengembangan minat belajar siswa SDN Kalisari 1 Surabaya. *Jurnal ABDINUS : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 8(3), 631–639.
- Riesmiyatiningdyah, R., Murtiyani, N., & Putra, K. W. R. (2022). Group activity therapy to improve cognitive function of the elderly by guessing the picture. *Community Service Journal of Indonesia*, 4(2), 40–44. <https://doi.org/10.36720/csji.v4i2.421>
- Santosa, E. B. (2025). Applying educational research in community service: Bridging theory and practice in participatory learning. *Indonesian Journal of Educational Community Service*, 1(2), 33–42.
- Saputra, B. A. (2021). Potensi ekstrak daun sambiloto sebagai obat antidiabetes. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(2), 253–260. <https://doi.org/10.37287/jpppp.v3i2.408>
- Saputri, L. O., Satriyasa, B. K., & Yasa, W. P. S. (2017). Ekstrak air biji pepaya (*Carica papaya*) dapat menurunkan kadar kolesterol total dan kadar serum glutamat piruvat transaminase (SGPT) pada tikus putih jantan galur wistar yang hiperkolesterolemia. *Warmadewa Medical Journal*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.22225/wmj.2.1.73.1-10>
- Siregar, S. R., Widyawati, T., & Ichwan, M. (2023). Potensi pegagan (*Centella asiatica*) terhadap fungsi kognitif lanjut usia. *Averrous: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 9(1), 94–108.
- Van Gobel, L. A., & Galih, N. W. D. (2023). *Hidup sehat lansia secara tradisional*. <https://golantang.bkkbn.go.id/upload/artikel/pdf/966-hidup-sehat-lansia-secara-tradisional.pdf>
- Vieira, A. D. S., Girondi, J. B. R., Amante, L. N., Sebold, L. F., Soldera, D., Ferreira, M. E. A., Silva, B. H., & Rosario, C. D. (2024). Popular knowledge of elderly people regarding the use of medicinal plants. *Enferm Foco*, 15, 1–8. <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2024.v15.e-202476i>
- Wang, W., Yan, X., He, X., & Qian, J. (2024). Evidence for the beneficial effect of reward on working memory: a meta-analytic study. *Journal of Intelligence*, 12(9), 1–26. <https://doi.org/10.3390/jintelligence12090088>
- Widya, W., Harefa, Y. S., & Zai, C. I. S. (2022). Pengelolaan Temulawak Plant (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) as a traditional medicine. *Journal Health of Education*, 4(2), 1–10. <https://doi.org/10.62611/jhe.v4i2.380>
- Wilda, R. D., & Sukihananto. (2024). Memory game intervention in improving cognitive ability and memory in elderly with dementia: a literature review. *Lentera Perawat*, 5(2), 341–348. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i2.322>
- Yahya, Q. N. Q., Purwaningsih, P., & Makhfudli, M. (2019). Influence of cognitive

Shirly Gunawan, et al.

stimulation group activity memory game therapy on elderly cognitive function:
Quasi-experimental study. *Jurnal Ners*, 14(3), 242–246.
<https://doi.org/10.20473/jn.v14i3.17111>