

Pelatihan pembuatan pangan fungsional dari jambu merah, mengkudu dan daun kelor untuk meningkatkan kesehatan lansia di desa Pandansari. Poncokusumo, kabupaten Malang

Devanus Lahardo¹, Hilkatul Ilmi², Suryanto¹, Firmansyah Ardian Ramadhani¹, AgusPratiwi¹, Yusuf Alif Pratama¹, Wiwied Ekasari^{2,3}, Maria Lucia Ardhani Dwi Lestari³, Andang Miatmoko³, Rosita Handayani³, Retno Sari^{3,4}, Aty Widyawaruyanti^{2,3}

¹Program Studi Magister Ilmu Kefarmasian, Fakultas Farmasi, Universitas Airlangga, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

²Pusat Penelitian dan Pengembangan Obat Bahan Alam, Lembaga Penyakit Tropis, Universitas Airlangga, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

³Departemen Ilmu Kefarmasian, Fakultas Farmasi, Universitas Airlangga, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

⁴Departemen Teknik, Fakultas Teknologi Maju Dan Multidisiplin, Universitas Airlangga, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding Author : Aty Widyawaruyanti

Email : aty-w@ff.unair.ac.id

Diterima: 08 Februari 2024 | Direvisi: 03 Maret 2024 | Disetujui: 13 Maret 2024 | © Penulis 2024

Abstrak

Desa Pandansari mempunyai potensi hasil pertanian melimpah terutama mengkudu, kelor, jahe, sereh dan jambu biji. Permasalahan yang terjadi adalah hasil panen yang tidak terserap di pasaran yang akan menjadi limbah karena belum dimanfaatkan dengan baik. Pengolahan hasil pertanian menjadi pangan fungsional menjadi peluang karena dapat meningkatkan nilai tambah dan nilai manfaat dari produk tersebut untuk kesehatan terutama bagi penduduk usia lanjut. Tim dosen Fakultas Farmasi UNAIR dengan keahlian dan kompetensi keilmuan yang dimiliki memanfaatkan aneka hasil sumber daya alam itu menjadi produk yang bernilai tinggi. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan ketrampilan tentang manfaat hasil pertanian dan bagaimana mengolahnya menjadi pangan fungsional. Tim PkM bekerjasama dengan PKK, Kader Kesehatan dan badan relawan kebakaran dan kebencanaan (BALAKARCANA). Kegiatan dilakukan Minggu, 6 Agustus 2023 di balai desa Pandansari dengan peserta 32 orang. Materi yang disampaikan adalah cara memanfaatkan sumber daya alam, cara memanfaatkan buah atau tanaman herbal yang sudah dipanen dan cara mengemas produk. Untuk praktek yang diberikan adalah beberapa produk hasil inovasi yaitu pembuatan stik daun kelor, simplisia kering mengkudu, jus jambu biji dan sirup jahe plus. Dari hasil *pre* dan *post* test, didapatkan bahwa skor rata-rata meningkat dari 63,5 menjadi 77,9. Hal tersebut menunjukkan terjadi penambahan pengetahuan saat dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Saat pelaksanaan peserta terlihat antusias dalam mengikuti praktik, mereka berharap pelatihan seperti ini sering dilakukan supaya semakin banyak warga yang mengetahui bahwa tanaman yang dapat dimanfaatkan terutama untuk pendukung kesehatan lansia.

Kata Kunci : lansia; obat tradisional; olahan pangan; pelatihan

Abstract

Pandansari Village has the potential for abundant agricultural products, especially noni, moringa, ginger, lemongrass and guava. The problem that occurs is that the harvest is not absorbed in the market which will become waste because it has not been utilized properly. Processing agricultural products into functional food is an opportunity because it can increase the added value and beneficial value of these products for health, especially for the elderly population. UNAIR Faculty of Pharmacy lecturer team with their expertise and scientific competence utilizes various natural resources into high-value products. This community service activity aims to provide knowledge and skills about the

benefits of agricultural products and how to process them into functional food. The PkM team collaborated with PKK, Health Cadres and the fire and disaster volunteer body (BALAKARCANA). The activity was held on Sunday, August 6, 2023 at Pandansari village hall with 32 participants. The material presented was how to utilize natural resources, how to utilize harvested fruit or herbal plants and how to package products. For the practice given are some innovative products, namely the making of moringa leaf sticks, dried noni dried simplisia, guava juice and ginger plus syrup. From the pre and post test results, it was found that the average score increased from 63.5 to 77.9. This shows that there is an increase in knowledge when community service activities are carried out. During the implementation, the participants seemed enthusiastic in participating in the practice, they hoped that training like this was often carried out so that more and more residents knew that plants could be utilized, especially for supporting the health of the elderly.

Keywords: elderly; traditional medicine; food processing; training

PENDAHULUAN

Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang memiliki komposisi penduduk lansia menempati jumlah terbanyak setelah usia produktif (Yafet Pradikatama, Emy Sutiarsih, 2021). Selain itu Desa Pandansari juga memiliki beragam tanaman obat yang dibudidayakan maupun tumbuh liar di lingkungan sekitar desa tersebut. Fenomena ini menyita perhatian dari tim dosen Fakultas Farmasi Universitas Airlangga (UNAIR) Surabaya untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) (Fajriati et al., 2022), sebagai salah satu Tridharma Perguruan Tinggi. Desa Pandansari memiliki banyak tanaman pertanian maupun tanaman obat, dimana pada saat panen hasilnya selalu melimpah. Tanaman obat yang dihasilkan adalah buah mengkudu, kelor, jahe, sereh, dan jambu biji merah. Fenomena yang terjadi di Desa Pandansari adalah meskipun hasil panen melimpah, namun tidak sedikit yang jatuh dan membusuk, yang dapat disimpulkan bahwa hasil panen tersebut belum dimanfaatkan dengan baik (Sari et al., 2020).

Melihat peluang tersebut, tim dosen Fakultas Farmasi UNAIR membuat sebuah inovasi berbekal keahlian dan keilmuan yang dimiliki. Tim dosen memanfaatkan aneka hasil sumber daya alam berupa tanaman obat menjadi produk yang bernilai tinggi, berupa minuman tradisional yang bermanfaat terutama bagi lansia. Tim dosen melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan cara memaksimalkan sumber daya alam (SDA) dan sumber daya manusia (SDM) yang ada di desa tersebut (Sari et al., 2020). Target produk ini adalah lansia, mengingat jumlah lansia di desa diatas 50 jiwa. Akan tetapi dalam proses pengolahan pangan fungsional ini, tim PKM bekerjasama dengan Kader Kesehatan dan BALAKARCANA, karena kedua pihak ini memiliki pengaruh yang kuat di Desa Pandansari, sehingga diharapkan warga dan lansia pada khususnya bersedia mengikuti penyuluhan sampai dengan mengikuti praktikum sampai dengan tuntas.

Dari hasil studi pendahuluan didapatkan permasalahan mitra sebagai berikut : 1). Hasil panen buah mengkudu, kelor, jahe, sereh, jambu biji merah melimpah, namun dibiarkan sehingga jatuh atau membusuk; 2). warga desa Pandansari, khususnya lansia belum mengetahui fungsi dari tanaman herbal dan cara pengolahannya.

Dari permasalahan tersebut maka ditawarkan solusi kepada mitra antara lain: 1). memberikan pelatihan, penyuluhan dan demonstrasi kepada kader kesehatan dan lansia mengenai cara pengolahan minuman tradisional berkhasiat dengan bahan dasar tanaman obat yang banyak tersedia di Desa Pandansari ; 2). Melibatkan organisasi BALAKARCANA dalam pelaksanaan penyuluhan dan demonstrasi.

Tujuan kegiatan ini adalah seluruh elemen masyarakat memahami bahwa tanaman obat yang ada di sekitar Desa Pandansari dapat dimanfaatkan menjadi makanan dan minuman yang bermanfaat dan mampu mengolahnya untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia (Prihanto et al., 2023).

Pelatihan pembuatan pangan fungsional dari jambu merah, mengkudu dan daun kelor untuk meningkatkan kesehatan lansia di desa Pandansari. Poncokusumo, kabupaten Malang

METODE

Lokasi kegiatan PKM ini dilaksanakan di Balai Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang pada hari Minggu tanggal 06 Agustus 2023 dengan peserta total berjumlah 32 orang dengan komposisi 18 orang anggota PKK, 8 orang lansia dan 6 orang warga Desa Pandansari. Bahan yang digunakan meliputi: daun kelor, jahe, sereh, daun jeruk purut, gula merah, cengkeh, dan buah mengkudu (Toripah, S.S.; Abidjulu, J.; Wehantouw, 2014).

Tahapan kegiatan meliputi :

Tahapan persiapan

Dalam kegiatan persiapan pada PKM ini adalah sebagai berikut :

- Pendekatan dengan seluruh masyarakat Desa Pandansari (Masyarakat umum, perangkat desa, dan lembaga swadaya masyarakat), dengan cara berkomunikasi secara informal terlebih dahulu. Setelah komunikasi terjalin, proposal dan surat perijinan secara resmi masuk ke Desa Pandansari
- Melakukan perijinan tentang Program Kemitraan Masyarakat yang akan dilakukan dengan judul "Pelatihan Pembuatan Olahan Pangan Berbahan Dasar Jambu Merah, Mengkudu dan Daun Kelor Sebagai Pangan Fungsional Untuk Meningkatkan Kesehatan Lansia Di Desa Pandansari Kec. Poncokusumo Kab. Malang"
- Secara bersama-sama dengan mitra membuat rencana pelaksanaan Program Kemitraan Masyarakat menindaklanjuti kesepakatan yang diputuskan secara bersama-sama dengan melakukan persiapan serta sarana prasarana yang diperlukan



Gambar 1. Koordinasi dengan koordinator Posyandu Desa Pandansari dan Warga.



Gambar 2. Pendekatan dengan perangkat Desa Pandansari dan BALAKARCANA

Tahap pelaksanaan

Kegiatan, setelah dilakukan diskusi dengan mitra, maka solusi permasalahan mitra yang menjadi prioritas dan harus ditangani secara bersama adalah penyuluhan dan pelatihan membuat olahan pangan berbahan dasar jambu merah, mengkudu dan daun kelor sebagai pangan fungsional untuk meningkatkan kesehatan lansia yang meliputi kegiatan sebagai berikut :

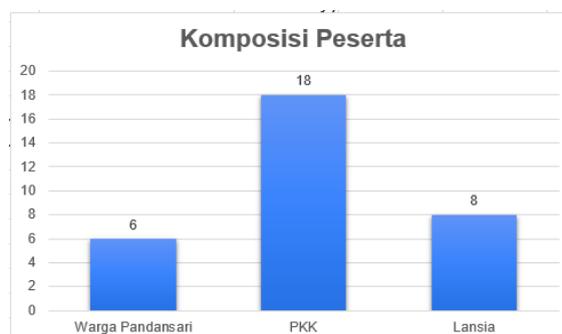
- Penyuluhan pengenalan pemanfaatan tanaman herbal yang meliputi jambu merah, mengkudu dan kelor. Media penyuluhan yang digunakan adalah powerpoint, laptop, LCD, jaringan internet, dan contoh tanaman herbal secara nyata (Maulana et al., 2019). Pelaksanaan penyuluhan

Efisiensi pengembangan usaha akuakultur melalui pemanfaatan pompa air bertenaga turbin hidro vortex di desa Tambong kabupaten Banyuwangi

- ini dilakukan minimal tiga kali dalam kurun waktu pelaksanaan. Leaflet, modul, dan soft file materi juga digunakan sebagai pendamping materi utama melalui power point
- b. Praktik secara langsung cara pengolahan tanaman herbal menjadi pangan fungsional lansia (Aristoteles et al., 2022). Yang pertama dilakukan adalah mengajarkan pengolahan kepada pengelola POSYANDU dan BALAKARCANA, tujuannya adalah pada saat demonstrasi kepada masyarakat, pengabdian dibantu oleh Lembaga swadaya masyarakat tersebut, sehingga semua masyarakat dapat melakukan secara mandiri. Selanjutnya adalah setelah masyarakat mengenali dan dapat mengolah tanaman herbal menjadi pangan fungsional lansia, mulai mengenalkan pada masyarakat disekitar Desa Pandansari, indikator keberhasilan dari metode ini adalah respon masyarakat baik dalam menanggapi pangan fungsional lansia dari tanaman herbal (Sri et al., 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini telah dilaksanakan pada hari Minggu, 06 Agustus 2023 yang dihadiri oleh 32 peserta, yang terdiri dari 18 anggota PKK, 8 lansia dan 6 warga Pandansari.



Gambar 3. Komposisi Peserta/Partisipan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 4. Penjelasan kontrak awal pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Penyuluhan yang dilaksanakan meliputi 3 materi : “ Peningkatan pengetahuan tanaman lokal sebagai obat dan pangan fungsional yang mampu meningkatkan kesehatan lansia” dan “Cara Pembuatan Simplisia yang Baik dan Benar, serta “Cara Pengemasan & Jenis Kemasan Yang Aman dan Hygienis”. Dalam kegiatan ini berisi materi mengenai pengenalan pemanfaatan tanaman herbal yang meliputi jambu merah, mengkudu dan kelor (Noviyanti, 2016). Media penyuluhan yang digunakan adalah powerpoint, laptop, LCD, jaringan internet, dan contoh tanaman herbal secara nyata (Marjoni Riza, 2016).

Pelatihan pembuatan pangan fungsional dari jambu merah, mengkudu dan daun kelor untuk meningkatkan kesehatan lansia di desa Pandansari. Poncokusumo, kabupaten Malang



Gambar 5. Penyuluhan pemanfaatan tanaman herbal



Gambar 6. Materi penyuluhan



Gambar 7. Materi Jenis Tanaman Herbal.



Gambar 7. Resep Pembuatan Jus Jambu Merah dan Stik daun Kelor

Sirup Jahe		Simplisia Mengkudu	
Bahan <ul style="list-style-type: none"> • 250 g jahe • 250 g gula aren • 500 mL air • 3 batang sereh • 10 cengkeh • 6 lembar daun jeruk purut • 10 cm kayu manis 	Cara Pembuatan <ol style="list-style-type: none"> 1. Blender jahe yang sudah diiris kecil dan air 2. Saring dan ambil hasil saringannya 3. Panaskan dan tambahkan gula aren, batang sereh yang sudah digeprek, cengkeh, dan daun jeruk purut yang sudah diiris tipis 4. Apabila gula aren telah larut seluruhnya, saring dan masukkan ke dalam botol kemasan 	Bahan <ul style="list-style-type: none"> • Buah Mengkudu 	Cara Pembuatan <ol style="list-style-type: none"> 1. Pilih mengkudu yang segar 2. Bersihkan mengkudu dengan air yang mengalir 3. Tiriskan mengkudu 4. Iris mengkudu setebal 0,5 - 1 cm 5. Letakkan irisan pada wadah lebar 6. Keringkan dengan cara dianginkan selama 2-3 hari 7. Kumpulkan dan letakkan pada kemasan

Pengmas FF UNAIR 2023 Pengmas FF UNAIR 2023

Gambar 8. Resep Pembuatan Sirup Jahe dan Simplisia Mengkudu

Praktik secara langsung cara pengolahan tanaman herbal menjadi pangan fungsional lansia, diantaranya adalah cara pembuatan Simplisia yang baik dan benar Yang pertama dilakukan adalah megajarkan pengolahan kepada peserta, tujuannya adalah pada saat demonstrasi kepada masyarakat, pengabdian dibantu oleh Lembaga swadaya masyarakat tersebut, sehingga semua masyarakat dapat melakukan secara mandiri (Mehla et al., 2020).



Gambar 9. Praktik Langsung Pengolahan Tanaman Herbal.



Gambar 10. Hasil Praktik Olahan Produk Tanaman Herbal

Pelatihan pembuatan pangan fungsional dari jambu merah, mengkudu dan daun kelor untuk meningkatkan kesehatan lansia di desa Pandansari. Poncokusumo, kabupaten Malang

Uji coba mandiri dan diperkenalkan ke Ketua Peserta Pengabdian Masyarakat



Gambar 11. Uji Coba Mandiri Produk

Monitoring pelaksanaan pembuatan secara mandiri yang akan dilaksanakan 1 bulan setelah pelaksanaan penyuluhan (Supardi, 2010). Peserta juga diajarkan untuk mengemas produk olahan dengan baik atau “*the art of packaging*”, sehingga dapat menjadi daya tarik konsumen yang berhubungan dengan peningkatan nilai jual (Aryani et al., 2020).



Gambar 12. Pemaparan hasil produk oleh peserta ke Pengurus PKK Kecamatan dan Dinas Lingkungan Hidup

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada saat sebelum dan sesudah kegiatan, dilakukan *pre* dan *post test*, untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta mengenai materi yang akan diberikan (Tanzila et al., 2020). Hasil dari *pre* dan *post test* yang dikerjakan oleh 32 partisipan menunjukkan perbedaan yang signifikan (Menon et al., 2019). Rata-rata *pre test* adalah 63,5 dan rata-rata *post test* adalah 77,9. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa terjadi penambahan pengetahuan partisipan sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan (Prastiwi et al., 2020).

Paired Samples Effect Sizes

Pair 1	Pretest - Posttest	Cohen's d	Standardizer ^a	Point Estimate	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
→			12,68695	-1,136	-1,576	-684
		Hedges' correction	12,84304	-1,122	-1,557	-675

a. The denominator used in estimating the effect sizes.
Cohen's d uses the sample standard deviation of the mean difference.
Hedges' correction uses the sample standard deviation of the mean difference, plus a correction factor.

Gambar 13. Interpretasi hasil “*paired test*” *pre* dan *post test*

Gambar 13 menunjukkan bahwa karena sig.2 tailed <0.025 yakni yakni <0.001 maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada perbedaan nilai sebelum dan sesudah dilakukan *pre test* dan *post test* (Astutik, Nanik Dwi, 2019). Diagram 2 juga menunjukkan ada perbedaan nilai dimana nilai rata-rata *post test* partisipan lebih tinggi (Niken et al., 2018).

Efisiensi pengembangan usaha akuakultur melalui pemanfaatan pompa air bertenaga turbin hidro vortex di desa Tambong kabupaten Banyuwangi

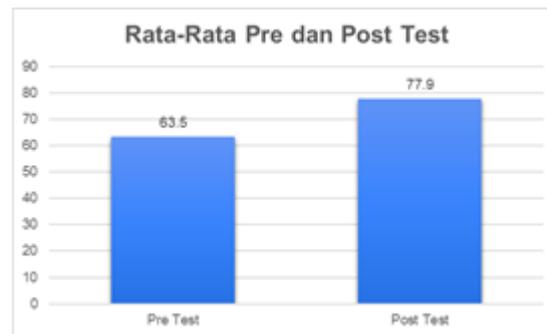


Diagram 2. Perbedaan rata-rata nilai *pre* dan *post test*

Saat proses penjelasan, terdapat beberapa pertanyaan, diantaranya sebagai berikut :

Pertanyaan pertama :

Bagaimana caranya agar jahe dapat menimbulkan rasa lebih hangat saat dikonsumsi ?

Jawaban : jahe sebelum diblender bisa digeprek dulu agar zat aktifnya tertarik atau keluar saat ada pemanasan

Pertanyaan kedua :

Bagaimana cara agar produksi kita mudah dilihat dan menarik untuk dipakai ?

Jawaban : dibuat dalam kemasan yang menarik dan higienis misalnya bentuk botol yang menarik dan mudah dituang dan usahakan tidak menggunakan kemasan dari plastik supaya aman bagi kesehatan.

Beberapa pertanyaan ini menunjukkan bahwa partisipasi antusias dalam mengikuti acara ini. Analisis yang telah dilakukan berdasarkan *pre* dan *post test*, pertanyaan partisipasi dan dari semua produk yang dibuat, peserta tertarik dengan berbagai macam olahan yang menghasilkan citarasa yang pas untuk dikonsumsi. Kendala yang dihadapi apabila dijual adalah pada kemasan, karena kemasan yang ada berasal dari botol minum kemasan. Untuk membuat model dan ukuran yang tepat dan menarik dibutuhkan alat cetak (Roeslie & Bachtiar, 2018).

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan oleh tim dosen UNAIR berawal dari fenomena banyaknya tanaman obat di Desa Pandansari yang belum dimanfaatkan secara maksimal. Penyuluhan dan pelatihan dilaksanakan dengan kader kesehatan dan Balakarcana berjumlah 32 orang di balai desa Pandansari pada hari minggu, 6 Agustus 2023. Kegiatan ini berhasil, dibuktikan dengan adanya kenaikan nilai dari *pre* dan *post test*. Pada *pre test* rata-rata 63,5 dan pada *post test* 77,9. Kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan tidak ada halangan saat pelaksanaannya. Saran untuk kegiatan selanjutnya adalah mencari atau memproduksi botol kaca yang pipih/gepeng dengan ukuran 100, 600 atau 900 ml, dengan tujuan memudahkan pembuat olahan untuk menentukan takaran.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Airlangga yang telah memfasilitasi sumber dana sesuai kontrak No 277/UN3.15/PM/2023. Serta pada kader kesehatan, Balakarcana, warga desa Pandansari dan seluruh pihak yang mendukung kegiatan Pengabdian Masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

Aristoteles, A., Adi Pratama, R., Tiyara Saghira, Sitompul, S. D., Ahyarudin, Aferiansyah, J., Aulia Putri Ariqa, Aflaha Asri, Syarif, A., Muludi, K., & R. Lumbanraja, F. (2022). Rumah Belajar Lansia: Pusat Pengembangan Dan Peningkatan Potensi Lanjut Usia Di Kelurahan Bumi Waras Kota Bandar Lampung. *Buguh: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 11–19. <https://doi.org/10.23960/buguh.v2n2.749>

Pelatihan pembuatan pangan fungsional dari jambu merah, mengkudu dan daun kelor untuk meningkatkan kesehatan lansia di desa Pandansari. Poncokusumo, kabupaten Malang

- Aryani, M., Mashami, R. A., Ahmadi, A., Rayani, D., & Maharani, J. F. (2020). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Kewirausahaan Sabun Piring Cair. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 2(2), 80–85. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v2i2.219>
- Astutik, Nanik Dwi, Y. P. (2019). sebuah KOMPARASI SUKSES AGING DAN SELF EFFICACY LANSIA YANG TINGGAL BERSAMA KELUARGA DENGAN LANSIA YANG TINGGAL DI PANTI WERDHA. *Jurnal Keperawatan Malang*, 4(2), 103–111. <https://doi.org/10.36916/jkm.v4i2.96>
- Fajriati, R., Na'imah, N., Hibana, H., Putro, K. Z., & Labziah, L. (2022). Pola Komunikasi dalam Proses Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 3877–3888. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.1730>
- Marjoni Riza, M. (2016). *Dasar-dasar Fitokimia*. Trans Info Media.
- Maulana, I., S, S., Sriati, A., Sutini, T., Widiyanti, E., Rafiah, I., Hidayati, N. O., Hernawati, T., Yosep, I., H, H., Amira D.A, I., & Senjaya, S. (2019). Penyuluhan Kesehatan Jiwa untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Masalah Kesehatan Jiwa di Lingkungan Sekitarnya. *Media Karya Kesehatan*, 2(2), 218–225. <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22175>
- Mehla, J., Gupta, P., Pahuja, M., Diwan, D., & Diksha, D. (2020). Indian medicinal herbs and formulations for Alzheimer's disease, from traditional knowledge to scientific assessment. *Brain Sciences*, 10(12), 1–31. <https://doi.org/10.3390/brainsci10120964>
- Menon, R. G., Raghavan, P., & Regatte, R. R. (2019). Quantifying muscle glycosaminoglycan levels in patients with post-stroke muscle stiffness using T1ρ MRI. *Scientific Reports*, 9(1), 1–9. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-50715-x>
- Niken, S., Heny, P., & Puspitasari, E. (2018). Pengaruh Pemberian Acceptance Comitment Therapy (ACT) dan Cognitive Behavior Therapy (CBT) terhadap Penurunan Depresi pada Ibu Postpartum. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 1–8.
- Noviyanti. (2016). Pengaruh Kepolaran Pelarut Terhadap Aktivitas Antioksidan Ekstrak Etanol Daun Jambu Brazil Batu (*Psidium Guineense L.*) Dengan Metode Dpph. *Journal Ilmiah Farmako Bahari*, 7(1), 29–35.
- Prastiwi, D., Sukmarini, A., & Isrofah, I. (2020). Efektifitas Edukasi Kesehatan Menggunakan Media Booklet terhadap Self Care Management Pasien Penyakit Ginjal Kronik di Unit Hemodialisa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 3(1), 46. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v3i1.253>
- Prihanto, Y. P., Misc, S. F. A. S. S., & Indriyani, O. (2023). Pemberdayaan Caregiver Lks Lu Pangesti Lawang Acceptence and Commitment Therapy (Act) Sesi I Dan Ii. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 196. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.12284>
- Roeslie, E., & Bachtiar, A. (2018). Analisis Persiapan Implementasi Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga (Indikator 8: Kesehatan Jiwa) Di Kota Depok Tahun 2018. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia (JKKI)*, 7(2), 64–73.
- Sari, F., Nugrahani, R. A., Hendrawati, T. Y., Sri, A., & Redjeki. (2020). Teknologi Pengolahan Tanaman Kelor Bagi PKK dan LMK Kelurahan Penggilingan, Cakung Jakarta Timur. *Jurnal.Umj.Ac.Id*, 8. <http://jurnal.umj.ac.id/idexx.php/semnaskat>
- Sri, F. A., Pradikatama, Y., & Lahardo, D. (2022). Pemberdayaan Caregiver Untuk Merubah Perilaku Negatif. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(September), 1124–1128.
- Supardi, S. dan S. (2010). Penggunaan Obat Tradisional dalam Upaya Pengobatan Sendiri di Indonesia. Pusat Penelitian dan Pengembangan Sistem dan Kesehatan.
- Tanzila, R. A., Lindri, S. Y., & Putri, N. R. (2020). The Effect of Low Impact Aerobic Exercise on Elderly with Dementia Cognitive Function. *Global Medical & Health Communication (GMHC)*, 8(1), 73–77. <https://doi.org/10.29313/gmhc.v8i1.5462>
- Toripah, S.S.; Abidjulu, J.; Wehantouw, F. (2014). Aktivitas Antioksidan dan Kandungan Total Fenolik Ekstrak Daun Kelor (*Moringa Oleifera Lam.*). *Jurnal Ilmiah Farmasi Unsrat*.
- Yafet Pradikatama, Emy Sutiyarsih, E. L. (2021). PELATIHAN KADER KESEHATAN TENTANG TERAPI THOUGHT STOPPING UNTUK MENGATASI KECEMASAN DI DUSUN
- Efisiensi pengembangan usaha akuakultur melalui pemanfaatan pompa air bertenaga turbin hidro vortex di desa Tambong kabupaten Banyuwangi

WONOSARI, DESA PANDANSARI KECAMATAN PONCOKUSUMO KABUPATEN MALANG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Humanis*, 6(2), 18–22.