

# INOVASI PEMANFAATAN TANAMAN LOKAL UNTUK KESEHATAN DAN EKONOMI : STUDI PROGRM KKN DI DESA RANUYOSO

Akhmad Munir<sup>1</sup>, Angella Yunita Azarah<sup>2</sup>, Jenifer Ainun Sofia<sup>3</sup>, Zahrotul Laeli<sup>4</sup>, Intan Larasati<sup>5</sup>, Holifatus Sa'diyah<sup>6</sup>, Mochammad Ardani Syabilla<sup>7</sup>, Kharisma Junike Efendi<sup>8</sup>, Hafifah Afandi<sup>9</sup>, Via Ali Musirri Hidayah<sup>10</sup>, Emilia Kinasfi<sup>11</sup>, Fina Hilya Najihah<sup>12</sup>, Muhammad Rizky Setyawan<sup>13</sup>

\*Corresponding author

Email : [knranuyosolumajang@gmail.com](mailto:knranuyosolumajang@gmail.com)

## Abstrak

*Diabetes melitus merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat, termasuk di Desa Ranuyoso, Kabupaten Lumajang. Lansia menjadi kelompok rentan karena sebagian besar masih bergantung pada obat medis jangka panjang yang berisiko menimbulkan efek samping. Melalui program KKN Kolaboratif 67, dilakukan tiga kegiatan utama untuk mendukung kesehatan masyarakat, yakni senam sehat lansia, sosialisasi konsep Pawon Urip sebagai pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA), dan pelatihan pembuatan teh herbal celup dari daun beluntas. Kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif melalui sosialisasi daring, demonstrasi langsung, serta pelibatan kader PKK dan warga. Hasil kegiatan menunjukkan respon positif masyarakat; senam sehat diikuti dengan antusias, sosialisasi Pawon Urip meningkatkan pemahaman warga mengenai TOGA, dan pelatihan teh beluntas mendorong minat untuk memproduksi secara mandiri. Dengan demikian, program KKN-K 67 berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat sekaligus memperkenalkan pemanfaatan potensi lokal sebagai alternatif pendukung pengendalian diabetes.*

**Kata kunci:** Diabetes., KKN., Lansia., Pawon Urip., Senam Sehat., Teh Beluntas., TOGA

## Abstract

*Diabetes mellitus is a chronic disease with an increasing prevalence, including in Ranuyoso Village, Lumajang Regency. The elderly are the most vulnerable group since many rely on long-term medical treatment that may cause side effects. Through the Collaborative Community Service Program (KKN) 67, three main activities were implemented to support public health: elderly health exercise, socialization of the Pawon Urip concept as the utilization of family medicinal plants (TOGA), and training in the production of herbal tea bags made from beluntas leaves. The activities were carried out using a participatory approach through online socialization, direct demonstrations, and active involvement of PKK cadres and local residents. The results showed a positive community response; the elderly exercise was enthusiastically attended, the Pawon Urip socialization improved residents' understanding of TOGA, and the beluntas tea training encouraged interest in independent production. Thus, the KKN-K 67 program contributed to increasing health awareness while introducing the use of local resources as an alternative to support diabetes management.*

**Keywords:** Diabetes, KKN, Elderly, Pawon Urip, Healthy Exercise, Beluntas Tea, TOGA

## Pendahuluan

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Penyakit ini tidak hanya mengganggu metabolisme karbohidrat, tetapi juga lemak dan protein, sehingga berpotensi menimbulkan komplikasi jangka panjang seperti penyakit kardiovaskular, nefropati, retinopati, dan neuropati. Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi diabetes terus meningkat secara global. Indonesia sendiri menempati peringkat kelima jumlah penderita terbanyak di dunia.

Kondisi serupa juga terjadi di tingkat lokal, seperti di Desa Ranuyoso. Berdasarkan data yang dihimpun pada periode 2022–2024, jumlah penderita diabetes mengalami fluktuasi, yakni 39 orang pada tahun 2022, menurun menjadi 35 orang pada 2023, namun kembali meningkat menjadi 38 orang pada 2024 (Posyandu Desa Ranuyoso., 2024). Fluktuasi ini menunjukkan bahwa masalah kesehatan ini belum tertangani secara optimal. Penanganan yang umum dilakukan di masyarakat adalah penggunaan obat medis, seperti metformin atau insulin, yang efektif menurunkan kadar gula darah. Namun, penggunaan jangka panjang obat-obatan tersebut tidak lepas dari risiko efek samping, seperti gangguan pencernaan, kerusakan hati, atau hipoglikemia, di samping biaya yang cukup tinggi.

Kondisi ini mendorong perlunya pencarian obat pendukung yang alami, aman, terjangkau, dan dapat diakses oleh masyarakat desa. Pemanfaatan tanaman herbal sebagai agen antidiabetes telah menjadi fokus banyak penelitian. Beberapa senyawa bioaktif seperti flavonoid, polifenol, dan alkaloid dilaporkan memiliki efek menurunkan kadar glukosa darah melalui mekanisme penghambatan enzim pencernaan karbohidrat, peningkatan sensitivitas insulin, serta perlindungan sel  $\beta$  pankreas dari kerusakan oksidatif.

Salah satu tanaman lokal yang memiliki potensi tersebut adalah *Pluchea indica* (beluntas), yang tumbuh subur di wilayah tropis, termasuk Desa Ranuyoso. Selama ini, daun beluntas hanya dimanfaatkan sebagai lalapan segar tanpa melalui proses pengolahan yang meningkatkan nilai tambah. Padahal penelitian internasional menunjukkan bahwa *Pluchea indica* memiliki berbagai manfaat farmakologis. Studi Sirichaiwetchakoon dkk., (2020) yang dipublikasikan dalam Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine mengungkapkan bahwa konsumsi *Pluchea indica* pada tikus yang diberi diet tinggi lemak mampu menurunkan kadar glukosa darah, memperbaiki profil lipid (menurunkan trigliserida, kolesterol total, dan LDL-C serta meningkatkan HDL-C), dan mengurangi lemak perigonadal tanpa menimbulkan kerusakan hati maupun ginjal. Efek ini dikaitkan dengan kandungan flavonoid dan polifenol yang memiliki aktivitas antioksidan kuat dan berperan dalam modulasi metabolisme glukosa dan lipid.

Namun, meskipun telah banyak bukti ilmiah mengenai khasiat *Pluchea indica*, pemanfaatannya di tingkat masyarakat desa masih terbatas. Belum banyak inisiatif yang mengolah daun beluntas menjadi produk herbal siap konsumsi yang praktis, higienis, dan memiliki daya simpan lama. Keterbaruan penelitian ini terletak pada inovasi Kelompok KKN Kolaboratif 67 yang mengolah daun beluntas menjadi teh celup herbal sebagai upaya meningkatkan pemanfaatan tanaman lokal, menyediakan alternatif obat pendukung bagi penderita diabetes, dan sekaligus membuka peluang usaha herbal berbasis desa.

Selain pemanfaatan teh herbal beluntas, upaya lain yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat Desa Ranuyoso adalah melalui pelaksanaan senam sehat. Penyakit diabetes banyak dijumpai pada kelompok usia lanjut, sehingga diperlukan aktivitas yang sesuai dengan kondisi fisik mereka. Latihan fisik secara teratur melalui senam, dapat membantu meningkatkan sensitivitas insulin, mengontrol kadar glukosa darah, serta menurunkan risiko komplikasi

kardiovaskular (Syeda dkk., 2023). Rekomendasi frekuensi rutin minimal 3 kali per minggu dan durasi  $\pm 30$  menit per sesi yang terbukti berkaitan dengan perbaikan kendali glikemik (termasuk penurunan HbA1c) (Lubis & Kanzasabilla, 2021). Senam yang disesuaikan dengan prinsip FITT (frekuensi, intensitas, waktu, dan tipe) menjadikan senam sehat efektif sebagai bagian dari penatalaksanaan nonfarmakologis pada diabetes.

Program lain yang dilaksanakan untuk mendukung kesehatan warga Desa Ranuyoso adalah sosialisasi Pawon Urip. Kegiatan ini dilakukan secara daring bersama kader PKK dan masyarakat. Dalam sosialisasi ini, masyarakat diberikan penjelasan mengenai konsep Pawon Urip, yaitu kebun kecil berisi tanaman obat keluarga (TOGA) yang direncanakan untuk dibuat di lingkungan balai desa. Keberadaan TOGA dapat membantu menyediakan bahan obat tradisional yang aman, murah, mudah diperoleh, sekaligus melestarikan pengetahuan lokal tentang pengobatan alami (Karamina dkk., 2020). Sosialisasi ini membuat masyarakat memperoleh pemahaman awal mengenai pemanfaatan tanaman obat sebagai alternatif untuk menjaga kesehatan, khususnya bagi lansia penderita diabetes. Kegiatan ini sekaligus menjadi pijakan awal menuju kemandirian desa dalam mengelola potensi tanaman herbal lokal.

Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat Desa Ranuyoso, khususnya lansia penderita diabetes, dalam menjaga kesehatan melalui pemanfaatan potensi lokal. Tujuan tersebut diwujudkan melalui tiga kegiatan utama, yaitu inovasi pembuatan teh herbal daun beluntas sebagai alternatif pendukung pengendalian diabetes, pelaksanaan Senam Sehat Lansia untuk menjaga kebugaran dan menurunkan kadar gula darah, serta sosialisasi konsep Pawon Urip sebagai langkah awal pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) di lingkungan balai desa.

## Tinjauan Pustaka

Menurut Widiyari dkk., (2021) Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah. Kondisi ini terjadi karena tubuh tidak mampu memproduksi insulin dalam jumlah cukup, tidak menghasilkan insulin sama sekali, atau insulin yang diproduksi tidak dapat berfungsi secara optimal. DM dibagi menjadi empat kelompok utama antara lain DM Tipe 1, DM Tipe 2, DM gestasional, dan tipe lainnya.

Menurut Nahor dkk., (2022) Beluntas (*Pluchea indica* L.) diketahui mengandung berbagai senyawa penting, seperti alkaloid, flavonoid, tanin, minyak atsiri, asam klorogenat, serta mineral berupa natrium, kalium, aluminium, kalsium, magnesium, dan fosfor. Kehadiran metabolit sekunder dan minyak atsiri dalam tanaman ini menjadikan beluntas memiliki aktivitas antibakteri. Ekstrak beluntas mampu menghambat pertumbuhan bakteri.

Menurut Karamina dkk., (2020) Teh herbal merupakan minuman hasil seduhan bagian tanaman seperti daun, batang, bunga, maupun buah. Keistimewaan teh herbal adalah tidak berasal dari tanaman teh (*Camelia sinensis*), melainkan dari beragam jenis tumbuhan sehingga memberikan cita rasa dan karakteristik tersendiri. Salah satu keunggulan teh herbal ialah manfaat medisnya yang dapat menunjang kesehatan tubuh. Bahan baku utama teh herbal umumnya berasal dari tanaman pertanian dengan habitus herba

Menurut Sholihin dkk., (2024) Pawon Urip merupakan konsep pemanfaatan pekarangan rumah tangga secara terpadu untuk meningkatkan kualitas hidup keluarga melalui penyediaan sumber pangan, obat-obatan, serta sarana pengelolaan lingkungan. Model ini menekankan pada pemberdayaan masyarakat dalam mengoptimalkan lahan pekarangan dengan menanam sayuran,

tanaman obat, memelihara ikan, maupun mengolah limbah rumah tangga agar memiliki nilai tambah. Selain berfungsi sebagai penopang kebutuhan gizi sehari-hari, Pawon Urip juga menjadi strategi meningkatkan kemandirian ekonomi keluarga, memperkuat ketahanan pangan, serta menciptakan lingkungan yang sehat dan berkelanjutan. Pawon Urip bukan hanya sebatas kegiatan bercocok tanam, tetapi sebuah pendekatan ekologi-sosial yang mengintegrasikan aspek pertanian, kesehatan, ekonomi, dan lingkungan berbasis partisipasi aktif masyarakat.

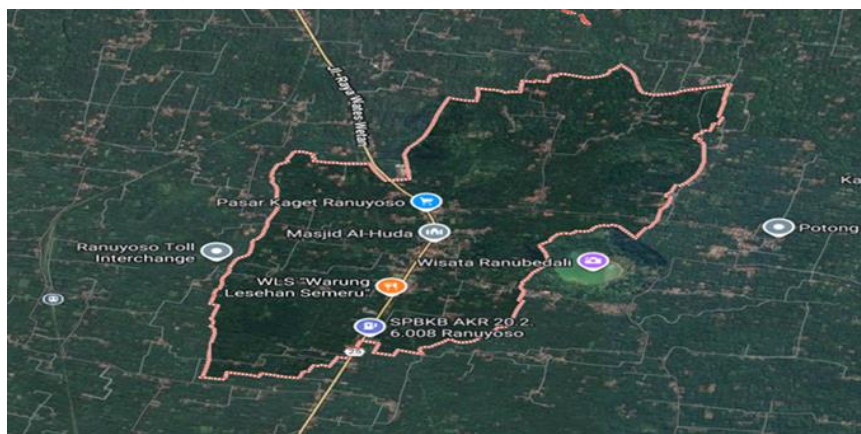
## Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam program KKN-K 67 mengacu pada pendekatan partisipatif dan edukatif dengan melibatkan masyarakat secara aktif. Tahap persiapan dilakukan melalui survei awal mengenai kondisi kesehatan masyarakat, koordinasi dengan pemerintah desa, PKK, dan posyandu, serta penyusunan Business Model Canvas (BMC). Pada tahap pelaksanaan, kegiatan yang dilaksanakan antara lain Senam Sehat Lansia, sosialisasi konsep Pawon Urip melalui media daring, serta pelatihan pembuatan teh herbal beluntas mulai dari pemetikan, pengeringan, hingga pengemasan. Selanjutnya, tahap evaluasi dilakukan dengan observasi partisipasi masyarakat, pengumpulan umpan balik, serta penilaian keberlanjutan program melalui tindak lanjut warga, baik dalam penanaman TOGA maupun produksi teh beluntas.

## Waktu dan Tempat

Kegiatan penelitian oleh Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Kolaboratif Universitas Jember dan Universitas Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember Kelompok 67 dilaksanakan pada 16 Juli hingga 20 Agustus 2025, memungkinkan mahasiswa merencanakan dan melaksanakan program kerja secara terstruktur serta menyesuaikan kegiatan dengan kondisi masyarakat.

Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dilakukan di Desa Ranuyoso, Kecamatan Ranuyoso, Kabupaten Lumajang. Penentuan lokasi dan penempatan mahasiswa dilakukan oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Jember melalui mekanisme plotting.



Gambar 1: Peta Desa Ranuyoso, Kecamatan Ranuyoso, Kabupaten Lumajang (sumber: Google Maps, diakses 17 Agustus 2025).

## **Kondisi Geografis**

Desa Ranuyoso terletak di Kecamatan Ranuyoso, Kabupaten Lumajang, Provinsi Jawa Timur. Secara geografis, desa ini berada di bagian utara Kabupaten Lumajang dan merupakan pintu gerbang utama masuk ke Kabupaten Lumajang dari arah utara, berbatasan langsung dengan Kabupaten Probolinggo. Desa Ranuyoso merupakan desa dengan jumlah penduduk terbesar di Kecamatan Ranuyoso, dengan total 6.493 jiwa dan 1.792 kepala keluarga. Mayoritas penduduk desa ini berasal dari suku Jawa dan mayoritas beragama Islam. Penduduk Desa Ranuyoso pada tahun 2025 mayoritas beragama Islam dengan jumlah sekitar 6.464 jiwa. Selain itu, terdapat pula penduduk yang menganut agama Kristen sebanyak 15 jiwa, Katolik 8 jiwa, Hindu 4 jiwa, dan Buddha 2 jiwa.

Penduduk Desa Ranuyoso memiliki beragam mata pencaharian, antara lain petani pemilik lahan sebanyak 454 orang, buruh tani 1.008 orang, pedagang 184 orang, tenaga kerja Indonesia (TKI) 44 orang, pegawai negeri sipil (PNS) 22 orang, guru 21 orang, petani penyewa 13 orang, perangkat desa 12 orang, pekerja pengolahan/industri 10 orang, guru agama 4 orang, dan pegawai kantor desa 2 orang. Topografi desa ini beragam mulai dari datar, berbukit, hingga bergunung, dengan luas wilayah sekitar 8,07 km<sup>2</sup>. Desa ini juga berbatasan langsung dengan wilayah perkebunan dan hutan, yang mendukung berbagai aktivitas pertanian dan perkebunan di desa.

## **Khalayak Sasaran**

Khalayak sasaran dari program KKN di Desa Ranuyoso adalah seluruh warga desa, dengan fokus utama pada lansia yang menderita diabetes. Lansia dipilih karena mereka paling rentan terhadap penyakit tersebut, dan banyak diantaranya bergantung pada obat-obatan jangka panjang yang berisiko memiliki efek samping dan mahal harganya. Dengan mengembangkan inovasi penggunaan daun beluntas sebagai teh herbal, diharapkan masyarakat terutama lansia penderita diabetes dapat memperoleh alternatif bantuan yang alami, aman, terjangkau, dan mudah ditemukan. Selain itu, keluarga dan masyarakat umum yang berpotensi terlibat dalam pengolahan serta pemanfaatan produk herbal juga termasuk dalam khalayak sasaran. Program ini juga membuka peluang usaha yang berkelanjutan bagi masyarakat desa.

## **Metode Pengabdian**

Metode pengabdian yang digunakan dalam Program KKN-K 67 AKURAT di Desa Ranuyoso adalah pendekatan partisipatif dan edukatif, dengan melibatkan masyarakat secara aktif serta memanfaatkan teknologi daring untuk memperluas jangkauan informasi. Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

### **1. Tahap Persiapan**

- a) Melakukan survei awal terkait kondisi kesehatan masyarakat, khususnya prevalensi diabetes pada lansia.
- b) Koordinasi dengan pemerintah desa, posyandu lansia, dan PKK sebagai mitra lokal.
- c) Menyusun Business Model Canvas (BMC) sebagai pedoman pelaksanaan program.
- d) Menyusun jadwal kegiatan yang disepakati bersama pihak desa dan mitra.

## 2. Tahap Pelaksanaan

### a) Senam Sehat Lansia

Mengajak para lansia, khususnya penderita diabetes, untuk mengikuti senam bersama di balai desa atau lokasi posyandu. Fokus pada gerakan-gerakan sehat yang bertujuan mengurangi kadar gula darah dan meningkatkan kebugaran tubuh.

### b) Sosialisasi Konsep Pawon Urip Via Google Meet

Kegiatan dilakukan secara daring menggunakan aplikasi Google Meet. Materi yang disampaikan meliputi: penjelasan mengenai konsep Pawon Urip (kebun kecil tanaman obat keluarga/TOGA) yang akan dibuat di balai desa, diskusi mengenai jenis tanaman TOGA yang akan ditanam beserta manfaatnya, serta penjelasan pembuatan pagar bambu untuk melindungi tanaman TOGA. Diskusi dilakukan secara interaktif dan rekaman Google Meet dibagikan kepada warga yang tidak hadir,

### c) Pelatihan Pembuatan The Herbal Beluntas

Demonstrasi langsung pembuatan teh herbal dari daun beluntas yang banyak tumbuh di pekarangan warga. Tahapan yang dilakukan: memetik daun beluntas segar, pencucian daun hingga bersih, pengeringan dengan penjemuran di bawah sinar matahari atau menggunakan oven suhu rendah, penghalusan dan pengayakan, serta pengemasan ke dalam kantong teh celup. Bisa ditambahkan bahan tambahan seperti, kayu manis, jahe yang sudah dikeringkan, madu asli dan lain sebagainya (opsional).

## 3. Tahap Evaluasi

- a) Dilakukan melalui observasi langsung terhadap partisipasi warga dalam kegiatan senam sehat lansia dan pelatihan pembuatan teh.
- b) Mengumpulkan feedback dari peserta sosialisasi Google Meet mengenai pemahaman mereka terhadap konsep Pawon Urip dan TOGA.
- c) Menilai keberlanjutan program melalui tindak lanjut warga, seperti penanaman TOGA dan pemanfaatan teh beluntas.

## Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan ditunjukkan adanya respon positif dari pemerintah desa Ranuyoso serta partisipasi aktif masyarakat, khususnya ibu-ibu PKK, dalam kegiatan pelatihan pengolahan daun beluntas menjadi teh herbal. Partisipasi aktif warga juga terlihat pada saat sosialisasi mengenai manfaat teh beluntas untuk menurunkan kadar gula dan menjaga kesehatan. Indikator keberhasilan lainnya yang dihasilkan antara lain:

### a) Produksi dan Kualitas Produk

Terciptanya produk teh daun beluntas dengan kemasan sederhana namun higienis. Adanya standar rasa, aroma, dan kualitas seduhan teh yang konsisten. Memanfaatkan pekarangan beluntas menjadi produk teh.

### b) Partisipasi Masyarakat

Minimal 20 orang warga (khususnya ibu-ibu PKK) terlibat dalam pelatihan pengolahan teh beluntas. Terbentuk pengelola individu teh beluntas di desa. Antusiasme masyarakat ditunjukkan dengan keberlanjutan produksi pasca-KKN.

c) Manfaat Kesehatan

Meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai manfaat beluntas dalam menurunkan kadar gula. Minimal 70% peserta sosialisasi kesehatan memahami cara konsumsi teh beluntas untuk mendukung kesehatan. Adanya warga penderita diabetes atau kadar gula tinggi yang rutin mencoba teh beluntas sebagai pendamping pola hidup sehat.

d) Keberlanjutan dan Kemandirian

Tersusunnya panduan tertulis sederhana mengenai cara produksi teh beluntas saat sosialisasi. Adanya kesepakatan ibu-ibu PKK untuk melanjutkan produksi secara individu. Terjalinnya kerja sama dengan posyandu lansia untuk monitoring kesehatan terkait konsumsi teh beluntas.

e) Distribusi dan Ekonomi

Produk teh beluntas sudah dikemas dan dikenalkan di lingkungan desa (posyandu, warung, atau kegiatan desa). Masyarakat mulai melihat peluang ekonomi dari pengolahan daun beluntas.

## Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan program KKN-K 67 di Desa Ranuyoso menghasilkan beberapa capaian utama, yaitu:

### Senam Sehat Lansia

Program ini dilaksanakan di balai desa dengan melibatkan lansia, terutama penderita diabetes. Kegiatan berlangsung dengan antusias, ditunjukkan dengan keterlibatan aktif para peserta dalam mengikuti gerakan senam.



Gambar 2 : Demonstrasi pembuatan teh herbal beluntas oleh mahasiswa KKN bersama warga (Dokumentasi pribadi).

### Sosialisasi Pawon Urip (TOGA)

Kegiatan sosialisasi dilakukan secara daring melalui Google Meet dan diikuti oleh warga desa serta kader PKK. Materi yang diberikan meliputi manfaat tanaman obat keluarga dan konsep pengelolaan TOGA di desa. Rekaman kegiatan dibagikan untuk warga yang berhalangan hadir.



Gambar 3 : Sosialisasi konsep Pawon Urip (TOGA) melalui Google Meet (Dokumentasi pribadi).

### Demonstrasi Pembuatan Teh Herbal Beluntas (Teabed)

Demonstrasi pembuatan teh beluntas dilakukan bersama warga. Kegiatan meliputi tahapan pemetikan daun, pencucian, pengeringan, penghalusan, hingga pengemasan sederhana. Peserta dapat mengikuti setiap tahap dengan baik dan menunjukkan ketertarikan untuk mencoba membuatnya secara mandiri.



Gambar 4 : Demonstrasi pembuatan teh herbal beluntas oleh mahasiswa KKN bersama warga (Dokumentasi Pribadi)

### Tindak Lanjut

Setelah kegiatan, beberapa warga menyatakan minat untuk menanam beluntas di pekarangan rumah serta mengembangkan produk teh herbal untuk dikonsumsi keluarga.

Program KKN-K 67 di Desa Ranuyoso menghasilkan beberapa capaian yang relevan dengan tujuan pengabdian, yaitu meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat serta memperkenalkan pemanfaatan tanaman herbal lokal sebagai alternatif pendukung pengobatan diabetes.

Kegiatan senam sehat lansia berhasil menarik partisipasi puluhan warga, khususnya lansia penderita diabetes. Antusiasme peserta terlihat dari keaktifan mengikuti setiap gerakan. Senam ini berfungsi bukan hanya sebagai sarana olahraga, tetapi juga sebagai bentuk edukasi pentingnya aktivitas fisik dalam mengontrol kadar gula darah. Kegiatan sosialisasi Pawon Urip (TOGA) memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai manfaat tanaman obat keluarga dan

penerapannya di lingkungan rumah. Meski dilakukan secara daring, warga tetap menunjukkan minat yang tinggi. Rekaman kegiatan yang dibagikan pasca acara membantu menjangkau peserta yang berhalangan hadir.

Pelatihan pembuatan teh beluntas merupakan inovasi utama program. Warga dilatih secara langsung mulai dari pemetikan daun, pencucian, pengeringan, hingga pengemasan sederhana dalam bentuk teh celup. Respon warga sangat positif, beberapa bahkan menyatakan ketertarikan untuk memproduksi secara mandiri. Hal ini membuktikan bahwa beluntas, yang sebelumnya hanya digunakan sebagai lalapan, dapat diolah menjadi produk herbal praktis yang bermanfaat.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peluang pengembangan teh herbal beluntas tidak hanya untuk konsumsi keluarga, tetapi juga sebagai produk unggulan desa. Kandungan flavonoid dan polifenol pada daun beluntas, sebagaimana dilaporkan dalam penelitian sebelumnya, memiliki potensi menurunkan kadar glukosa darah dan memperbaiki metabolisme lipid. Dengan demikian, inovasi ini tidak hanya mendukung kesehatan masyarakat tetapi juga berpotensi mendorong kemandirian ekonomi lokal.

Secara keseluruhan, program KKN-K di Desa Ranuyoso menunjukkan bahwa pendekatan berbasis partisipasi masyarakat mampu memberikan dampak nyata dalam bidang kesehatan dan pemberdayaan. Kegiatan yang sederhana namun tepat sasaran dapat meningkatkan kesadaran kesehatan sekaligus membuka peluang usaha berbasis sumber daya lokal.

## Kesimpulan

Program KKN-K 67 di Desa Ranuyoso berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya lansia penderita diabetes, mengenai pentingnya aktivitas fisik dan pemanfaatan tanaman herbal lokal sebagai bagian dari upaya pengendalian penyakit. Kegiatan seperti senam sehat lansia, sosialisasi konsep Pawon Urip, serta pelatihan pembuatan teh beluntas telah mendapat tanggapan positif dari masyarakat, menunjukkan adanya minat dan keberlanjutan dalam pengembangan potensi lokal tersebut. Selain memberikan manfaat kesehatan, program ini juga membuka peluang ekonomi bagi warga desa melalui pengolahan dan pemasaran produk herbal.

## Daftar Pustaka

- Karamina, H., Supriyadi, S., Firman Yasin, D. D., Yusi Kamhar, M., & Kusuma Astuti, F. (2020). Pemanfaatan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Menuju Keluarga Sehat Pada Ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). *JIPEMAS: Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 120.
- Lubis, R. F., & Kanzasabilla, R. (2021). Latihan senam dapat menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe II. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(3), 4.
- Nahor, E. M., Ulaen, S. P. J., Dumanauw, J. M., Rindengan, E. R., & Manolang, A. C. (2022). Aktivitas Antibakteri Ekstrak Tanaman Beluntas (*Pluchea indica* L.). *Prosiding Seminar Nasional Kefarmasian Program Studi Farmasi FMIPA Universitas Sam Ratulangi*, 1(1), 39–46.
- Posyandu Ranuyoso. (2024). *Laporan data kesehatan masyarakat Ranuyoso: Gula Darah, Berat Badan, Tinggi Badan, dan Tekanan Darah Tahun 2022–2024*.

- Sholihin, M. R., Dahliani, Y., & Rachmawati, L. (2024). Pemberdayaan Masyarakat dengan Pemanfaatan Pengelolaan Pawon Urip dan Budidaya Ikan dalam Ember. *Archive: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 10–18.
- Sirichaiwetchakoon, K., Lowe, G. M., Kupittayanant, S., Churproong, S., & Eumkeb, G. (2020). *Pluchea indica* (L.) Less. Tea Ameliorates Hyperglycemia, Dyslipidemia, and Obesity in High Fat Diet-Fed Mice. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2020(1), 8746137.
- Syeda, U. S. A., Battillo, D., Visaria, A., & Malin, S. K. (2023). The importance of exercise for glycemic control in type 2 diabetes. *American Journal of Medicine Open*, 9, 100031.
- Widiasari, K. R., Wijaya, I. M. K., & Suputra, P. A. (2021). Diabetes melitus tipe 2: Faktor risiko, diagnosis, dan tatalaksana. *Ganesha Medicina*, 1(2), 114–120.