

Pemberdayaan Masyarakat Pagebangan Mengurangi Hipertensi melalui Inovasi Pembuatan Jamu Frappe : Solusi Sehat Berbasis Tradisi

Pagebangan Community Empowerment Reduces Hypertension through Innovation in Making Jamu Frappe: A Healthy Solution Based on Tradition

Ayu Nissa Ainni^{1*}, Wahyu Rahmatulloh², Rosmadianti Hujjatun Nurhawa², Khodijah Karimatul Al Qubro²

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gombong

² Program Studi Pendidikan Farmasi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gombong

Vol. 6 No. 1, Juni 2025

 DOI :

10.35311/jmpm.v6i1.530

Informasi Artikel:

Submitted : 04 Februari 2025

Accepted : 27 April 2025

*Penulis Korespondensi :

Ayu Nissa Ainni

Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gombong

E-mail :

ayunissaainni@unimugo.ac.id

No. Hp : 085643297950

Cara Sitasi:

Ainni, A, N., Rahmatulloh, W., Nurhawa, R, H., Qubro, K, K, A. (2025). Pemberdayaan Masyarakat Pagebangan Mengurangi Hipertensi melalui Inovasi Pembuatan Jamu Frappe : Solusi Sehat Berbasis Tradisi. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*. 6(1), 72-79. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v6i1.530>

ABSTRAK

Salah satu masalah kesehatan yang cukup signifikan meningkat di masyarakat daerah Pagebangan adalah Hipertensi. Desa Pagebangan merupakan desa yang memiliki potensi sumber daya alam yang melimpah, tumbuhan dan tanaman yang berpotensi sebagai obat tumbuh subur di desa ini. Tetapi sangat disayangkan potensi tersebut belum dimanfaatkan oleh masyarakat sekitar. Penelitian ini bertujuan untuk memperkuat masyarakat desa Pagebangan dalam mengurangi hipertensi melalui inovasi pembuatan jamu frappe, yang merupakan solusi sehat berbasis tradisi. Program ini melibatkan pelatihan pembuatan jamu frappe yang mengandung bahan-bahan alami yang bermanfaat untuk kesehatan, seperti jahe, kunyit, yang dikenal dapat membantu menurunkan tekanan darah. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan tentang jamu, tetapi juga meningkatkan keterampilan masyarakat dalam memproduksi dan memasarkan jamu frappe. Selain itu, program ini juga mencakup penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dan cara pencegahannya, sehingga masyarakat dapat lebih memahami pentingnya pola hidup sehat. Melalui pendekatan partisipatif, diharapkan masyarakat desa pagebangan dapat berperan aktif dalam upaya pencegahan hipertensi serta meningkatkan kesejahteraan ekonomi melalui produk lokal yang sehat. Hasil kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam menurunkan angka hipertensi di desa Pagebangan dan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan

Kata Kunci: Pemberdayaan masyarakat, Inovasi pembuatan jamu frappe, Hipertensi

ABSTRACT

One of the health problems that has increased significantly in the Pagebangan area community is hypertension. Pagebangan Village is a village that has abundant natural resource potential, plants and plants that have the potential to be used as medicine grow abundantly in this village. But it is a shame that this potential has not been exploited by the local community. This research aims to strengthen the Pagebangan village community in reducing hypertension through innovation in making herbal frappe, which is a tradition-based healthy solution. This program involves training in making herbal frappe which contains natural ingredients that are beneficial for health, such as ginger and turmeric, which are known to help lower blood pressure. This activity not only provides knowledge about herbal medicine, but also improves people's skills in producing and marketing herbal frappe. Apart from that, this program also includes health education about hypertension and how to prevent it, so that people can better understand the importance of a healthy lifestyle. Through a participatory approach, it is hoped that the Pagebangan village community can play an active role in efforts to prevent hypertension and improve economic welfare through healthy local products. It is hoped that the results of this activity will have a positive impact in reducing hypertension rates in Pagebangan village and increasing public awareness of the importance of health.

Keywords: Community empowerment; innovation to reduce herbal frappe; hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular yang paling umum ditemukan

dalam praktik kedokteran primer. Komplikasi hipertensi dapat mengenai berbagai organ target seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan

arteri perifer. Hipertensi sering juga sering didefinisikan dimana kondisi medis yang ditandai dengan tekanan darah yang secara konsisten lebih tinggi dari normal (Gilang Yudhisti, A., Shofa, C. & Akhmad, 2013).

Menurut data Riset kesehatan dasar tahun 2018, prevalensi di Kabupaten Kebumen adalah 31,61 % dengan penduduk usia 18 tahun keatas (Risksedas, 2018). Selain itu laporan dari Dinas Kesehatan kabupaten Kebumen, mencatat bahwa prevalensi penyakit hipertensi pada tahun 2022 mencapai 7,97 % (Bapelkes RI, 2013).

Data ini menunjukkan bahwa hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan. Penyakit ini juga sering kali tidak terdeteksi dan dapat berujung mengalami komplikasi yang fatal jika tidak ditangani dengan baik. Oleh karena itu perlu upaya pencegahan dan penanganannya.

Pemberdayaan masyarakat saat ini merupakan salah satu strategi efektif dalam mengurangi prevalensi hipertensi. Melalui program edukasi dan pelatihan, masyarakat dapat diberdayakan untuk memahami pentingnya gaya hidup sehat dan cara mengelola tekanan darah mereka. Kegiatan seperti penyuluhan tentang pola makan yang sehat dan senam hipertensi telah terbukti meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang penyakit tersebut (Nita Pujianti *et al.*, 2023).

Pemberdayaan dilakukan di salah satu desa di Kebumen yaitu di Desa Pagebangan. Desa Pagebangan dipilih sebagai lokasi pemberdayaan dikarenakan desa tersebut memiliki potensi besar dalam pengelolaan tanaman obat keluarga (TOGA), akan tetapi masyarakat masih menghadapi tantangan dalam pemanfaatan herbal tradisional untuk pengendalian hipertensi.

Berdasarkan observasi awal, sebagian besar desa Pagebangan belum sepenuhnya memahami cara memanfaatkan tanaman herbal secara inovatif dan efektif untuk

mengatasi hipertensi, meskipun bahan baku tersedia melimpah di lingkungan sekitar. Permasalahan lain adalah rendahnya minat generasi muda terhadap konsumsi jamu tradisional, yang sering dianggap kurang menarik dan tidak relevan dengan gaya hirup modern. Oleh karena itu perlu adanya Inovasi penggunaan obat herbal yang dapat dimanfaatkan untuk mengubah persepsi masyarakat tentang jamu. Salah satunya adalah memanfaatkan sumber daya alam yang terdapat disekitar rumah seperti tanaman obat tradisional (Muliasari *et al.*, 2019).

Penggunaan obat tradisional di Indonesia sudah berlangsung sejak ribuan tahun yang lalu, sebelum obat modern atau kimia ditemukan. Indonesia sendiri merupakan negara yang beriklim tropis dengan keanekaragaman hayati yang mempunyai sekitar 25.000 s/d 30.000 spesies tanaman yang merupakan 80 % dari jenis tanaman didunia di Asia (H.Purwaningsi, 2013). Obat tradisional juga dapat digunakan sebagai alternatif karena mahalnya atau tidak tersediannya obat modern atau sintesis dan adanya kepercayaan bahwa obat tradisional lebih aman dibandingkan yang lain (Supriadi *et al.*, 2022).

Salah satu obat tradisional yang sudah menjadi tradisi masa lampu adalah minum jamu (Kemenkes RI, 2019). Jamu sendiri merupakan minuman tradisional Indonesia yang kaya akan khasiat herbal. Inovasi dalam pembuatan jamu frappe dapat menawarkan cara untuk menyajikan jamu dengan rasa yang lebih menarik bagi generasi muda (Julian Sigap Rosadi, Hidayat Nurwahid, Fadel Muhammad, Andika Putra, 2023). Inovasi jamu frappe memanfaatkan bahan-bahan alami yang dikenal memiliki manfaat untuk kesehatan seperti kunyit, dan jahe (Muliasari *et al.*, 2019). Jamu frappe tidak hanya dapat membantu mengurangi hipertensi tetapi juga mendukung dalam melestarikan tradisi kuliner lokal. Pemberdayaan masyarakat dalam membuat jamu frappe dapat menciptakan peluang

ekonomi sekaligus kesadaran akan pentingnya kesehatan.

Dengan latar belakang diatas, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi potensi pemberdayaan masyarakat Pagebangan melalui inovasi pembuatan jamu frappe sebagai solusi sehat berbasis tradisi dalam mengurangi hipertensi. Pendekatan ini diharapkan masyarakat tidak hanya mendapatkan manfaat kesehatan tetapi juga dapat berkontribusi pada peningkatan ekonomi lokal.

METODE

Kegiatan PKM dilaksanakan di desa Pagebangan Kabupaten Kebumen Jawa Tengah dan waktu pelaksanaan Kamis, 21 Maret 2024. Sasaran PKM ini adalah masyarakat desa pagebangan dan perkumpulan ibu PKK di desa Pagebangan, Kebumen dengan total yang berpartisipasi sebanyak 20 peserta. Metode pelaksanaan kegiatan PKN meliputi :

1. Observasi prevalensi penyakit hipertensi di Desa Pagebangan
2. Wawancara dan konsultasi dengan Kepala Desa Pagebangan dan bidan desa Pagebangan
3. Sosialisasi dalam kegiatan ini menggunakan metode ceramah dengan tujuan agar audien dekat dengan pemateri sehingga diharapkan terbentuk komunikasi dua arah. Kegiatan sosialisasi diakhiri dengan pengisian kuisisioner pengetahuan yang diberikan setelah audien mendapatkan materi untuk mengevaluasi pemahaman audien setelah mendapatkan materi
4. Pendampingan pembuatan produk jamu frappe. Tim melakukan pendampingan dalam pembuatan jamu frappe

Dalam kegiatan ini cukup berhasil seperti pada indikator dibawah ini :

1. Indikator keberhasilan kegiatan pelatihan ini adalah masyarakat desa pagebangan dan perkumpulan ibu PKK mampu membuat variasi jamu berasal dari rempah-rempah

dalam bentuk frappe secara mandiri sebagai alternatif pengobatan herbal hipertensi

2. Indikator keberhasilan kegiatan sosialisasi dan pendampingan adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat desa pagebangan dan perkumpulan ibu PKK dalam memanfaatkan tanaman rempah disekitar sebagai solusi pencegahan untuk peyakit hipertensi.

Metode evaluasi yang digunakan adalah dengan melihat hasil kuisisioner yang dijawab oleh masyarakat desa pegabnagn dan ibu PKK pada sat pelatihan, sosialisasi sampai dengan pendampingan. Kuisisioner diberikan kepada masyarakat desa pagebnagn dan ibu PKK yaitu pre-test (sebelum) dan post-test (sesudah) dilakukan sosialisasi dan pendampingan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan observasi terkait tingkat penyakit hipertensi di Puskesmas Desa Pagebangan pad hari Selasa, 5 Maret 2024. Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pertemuan dengan Kepala Puskesmas. Hasil yang didapatkan Desa Pagebangan termasuk desa yang memiliki prevalensi penyakit hipertensi yang cukup tinggi, sehingga tahapan pertama yang dilakukan adalah melakukan sosialisasi dan pendampingan.

Sebelum kegiatan sosialisasi tersebut dilakukan terlebih dahulu pembgaian kuisisioner pre-tes, setiap peserta diwajibkan mengisi lembar kuisisioner pretest. Tujuan dilakukan kegiatan ini untuk mendapatkan data sosiodemografi dan juga menilai pengetahuan masyarakat. Pembagian kuisisioner juga dilakukan di akhir kegiatan yaitu kegiatan post-test dengan tujuan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan terkait materi penyuluhan yang telah diberikan. Kegiatan selanjutnya adalah pembagian booklet. Pemilihan media Booklet untuk memudahkan dalam penyampaian materi karena terdapat beberapa

gambar dan dapat disimpan lama serta dapat dibaca kapan saja.

Penyuluhan tentang pemberdayaan masyarakat desa pagebangan dalam

Mengurangi Hipertensi melalui Inovasi Pembuatan Jamu Frappe : Solusi Sehat Berbasis Tradisi diikuti oleh 25 peserta, dan kemudian hasil tersebut disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Sosialisasi

No	Klasifikasi Sosiodemografi	Kategori	Jumlah	Presentase (%)
1	Jenis Kelamin	Laki-laki	10	40
		Perempuan	15	60
2	Usia	25-30	2	8
		31-45	11	44
		46-50	5	20
		51-55	3	12
		56-60	3	12
		61-65	1	4
		>70	0	0
3	Pekerjaan	Buruh	2	8
		Wiraswasta	3	12
		Ibu Rumah Tangga	7	28
		Pensiunan PNS	4	16
		Petani	9	36
4	Pendidikan	SD	9	36
		SMP	7	28
		SMA	9	36
		S-1	0	0

Berdasarkan hasil karakteristik sosiodemografi dengan 25 jumlah peserta didapatkan bahwa sebanyak 60 % berjenis kelamin perempuan, dan 40 % berjenis kelamin laki-laki. Untuk usia dibagi menjadi 4 kategori hal ini didasarkan produktifitas dari masyarakat desa pagebangan yang didapatkan bahwa rentang usia 25 - 30 sebanyak 8 % peserta, rentang usai 31 - 45 sebanyak 44 %, rentang usia 51 - 55 sebanyak 12 % peserta, rentang usia 56-60 sebanya 12 %, dan rentang usia 61 - 65 sebanyak 4 % peserta. Berdasarkan hasil penelitian rata-rata peserta berasal dari kelompok berbagai usia termasuk remaja, dan orang dewasa, hal ini menunjukkan minat kesehatan dan pengobatan herbal (Afriani, 2022). Selain itu usia dangat berpengaruh terhadap keefektifitan kegiatan, karena sosialisasi tentang hipertensi biasanya lebih

efektif pada rentang usia 46 - 55 tahun (Ainni et al., 2023a).

Secara umum, untuk peserta yang paling banyak mengikuti berdasarkan tingkat pekerjaan adalah Petani sebanyak 36 % peserta, dan sisanya adalah Ibu Rumah Tangga, Buruh, Wiraswasta, dan Pensiunan PNS. Untuk peserta sosialisasi kali ini lebih banyak didominasi dengan tingkat pekerjaan adalah petani, hal ini dikarenakan di desa pagebangan sendiri rata-rata banyak mata pencariannya petani, dan perkebunan sukses. Selain itu, mereka memiliki akses langsung dalam pengelolaan tanaman obat dan berpotensi untuk memproduksi jamu sendiri.

Peserta sosialiasi dan pemberdayaan di desa Pagebangan ini memiliki tingka pendidikan bervariasi, akan tetapu tingkat pendidikan yang mengikti kegiatan ini paling

tinggi adalah tingkat SMA dengan peserta sebanyak 9 (36%) peserta. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap pola pikir seseorang, perilaku dan kesadaran.

Kesadaran akan faktor resiko hipertensi ini akan membuat seseorang lebih sadar untuk merubah gaya hidup menjadi lebih baik

(Rahmatulloh *et al.*, 2024). Selain itu juga dalam proses penyampaian informasi juga ini akan mempengaruhi kesadaran dari peserta sosialisasi sehingga perlu penyampaian informasi dengan baik dan disesuaikan agar mudah dipahami oleh semua kalangan (Septianto *et al.*, 2020).

Tabel 2. Rata-Rata Hasil Nilai Pengetahuan Tentang Hipertensi

Nilai Pengetahuan	Sebelum penyuluhan (pre-test)	Setelah penyuluhan (Post-test)
Rata-rata Pengetahuan masyarakat tentang hipertensi	52,4	90,36

Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya adalah melakukan evaluasi sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan pada masyarakat desa Pagebangan, Kebumen, Jawa Tengah. Evaluasi dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan masyarakat Desa Pagebangan tentang hipertensi dan pengobatan herbal.

Hasil survei tabel 2, menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat belum memahami sepenuhnya tentang hipertensi dan pemanfaatan bahan herbal yang ada di lingkungan. Setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan, evaluasi yang dilakukan menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 60 % yang tercermin dari nilai pre-test dan pos-test yang meningkat secara signifikan. Masyarakat juga dapat menjelaskan dengan baik tentang hipertensi, faktor resiko serta cara pembuatan

jamu frappe berbasis tanaman herbal (Andriati & Wahjudi, 2016).

Kegiatan selanjutnya adalah melakukan praktik langsung dalam proses pembuatan jamu frappe, dimana masyarakat diajarkan cara memilih bahan baku yang tepat, teknik pengolahan, serta cara penyajian yang menarik. Dalam sesi praktik ini, peserta terlihat antusias dan aktif berpartisipasi. Masyarakat yang ikut adalah mayoritas ibu warga desa yang berprofesi sebagai petani sehingga, bisa meluangkan waktu untuk menghadiri dan mengaplikasikan kegiatan tersebut (Mulasari *et al.*, 2019). Bahan yang digunakan dalam pembuatan jamu menggunakan tanaman obat yang terdapat di lingkungan rumah sendiri seperti Kunyit, Kayu Secang, Bunga Pala, Kayu Manis, Kapulaga, Asam Jawa, Jeruk Nipis, Gula aren dan Air (Wijayanti *et al.*, 2024).



Gambar 1. Bahan Rempah yang Digunakan Pembuatan Jamu Frapee

Masyarakat di desa Pagebangan ini diajarkan dalam inovasi pembuatan Jamu, dimana jamu yang dibuat tidak dalam keadaan cair, tetapi harus melalui proses pembekuan didalam lemari pendingin yang kemudian dinikmati secara beku (Julian Sigap Rosadi, Hidayat Nurwahid, Fadel Muhammad, Andika Putra, 2023).

Manfaat dengan adanya proses pembekuan tersebut agar jamu dapat dikonsumsi jangka panjang dibandingkan dengan sediaan cair seperti pada umumnya. Inovasi atau cara ini disebut dengan Jamu Frappe. Adapun langkah pembuatannya yaitu menyiapkan dan timbang bahan-bahan rempah. Rebus asam dengan sebagian air dalam resep, dinginkan, remas-remas dan

kemudian saring airnya. Selanjutnya adalah mendidihkan sisa air dalam resep, masukkan semua rempah dan rebus selama 10 menit. Masukkan air asam dan gula merah/gula pasir. Setelah gula masuk, tunggu hingga mendidih kembali. Dinginkan.

Ketika sudah menghangat, masukkan air jeruk nipis. Saring jamu setelah benar-benar dingin (suhu ruang) agar terinfuse dengan baik kandungan dari rempah-rempahnya. Setelah itu memasukkan jamu yang sudah dingin kedalam wadah, lalu bekukan dalam lemari pendingin. Tunggu hingga benar benar beku. Setelah itu chopper jamu beku hingga menjadi frappe (Julian Sigap Rosadi, Hidayat Nurwahid, Fadel Muhammad, Andika Putra, 2023)



Gambar 2. Jamu Frappe

Hasil kegiatan pengabdian ini ditanggapi positif oleh masyarakat desa Pagebangan terutama ibu-ibu. Meskipun hasilnya positif, terdapat beberapa tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan kegiatan ini. Salah satunya adalah kurangnya akses masyarakat terhadap bahan baku berkualitas tinggi untuk pembuatan jamu (Andriati & Wahjudi, 2016).

Oleh karena itu, disarankan agar ke depan diadakan kerjasama dengan petani lokal untuk memastikan ketersediaan bahan baku yang diperlukan. Selain itu, perlu adanya program lanjutan untuk melakukan monitoring dan evaluasi terhadap penggunaan jamu ini dalam jangka panjang.

Secara umum kegiatan pemberdayaan ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan pengobatan herbal. Akan tetapi ada beberapa tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan program ini. Salah satu kendala utama yang dihadapi adalah kurangnya akses masyarakat terhadap bahan baku berkualitas tinggi untuk pembuatan jamu. Sering kali tidak tersedia tanaman herbal yang akan digunakan seperti kunyit, kayu secang, dan kapulaga dalam jumlah yang memadai atau tidak memenuhi standar kualitas tertentu.

Hal ini disebabkan oleh metode budidaya yang belum optimal atau praktik panen yang tidak berkelanjutan sehingga beresiko mengurangi efektifitas dari produk herbal. Selain itu adanya keterbatasan fasilitas

produksi, pengetahuan tentang standart produksi serta tantangan sosial ekonomi. Hal ini mampu mempengaruhi kualitas produksi dan menghambat pemasaran produk secara lebih luas (As *et al.*, 2023; Sulistiyowati *et al.*, 2022). Untuk mengatasi keterbatasan hal tersebut perlu adanya kerjasama dengan petani lokal, hal ini digunakan memastikan pasokan bahan baku berkualitas tinggi melalui teknik budidaya berkelanjutan dan pemanfaatan lahan secara optimal (Sulistiyowati *et al.*, 2022).

Memberikan pelatihan insentif tentang produksi herbal termasuk aspek kebersihan, keamanan, dan pengemasan untuk meningkatkan kepercayaan konsumen (Ainni *et al.*, 2023b). Selain itu memonitoring serta melakukan evaluasi berkelanjutan terkait efektifitas penggunaan jamu frappe dalam waktu jangka panjang serta dampaknya terhadap ekonomi masyarakat.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Pagebangan dalam mengelola hipertensi melalui inovasi pembuatan jamu frappe berbasis tanaman herbal. Respon positif dari masyarakat menunjukkan bahwa mereka siap untuk menerapkan pengetahuan baru ini dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan dukungan berkelanjutan dan kerjasama antara berbagai pihak, program ini dapat terus berkembang dan memberikan manfaat lebih luas bagi kesehatan masyarakat. Untuk memperluas dampaknya melibatkan lebih banyak peserta dan menjalin kolaborasi dengan pemerintah lokal, LSM atau sektor swasta. Dukungan ini dapat mencakup terkait persediaan fasilitas modern, pelatihan teknis, dan pemasaran produk. Program ini juga berpotensi menjadi model pemberdayaan berbasis tradisi yang dapat diterapkan di desa lain, mendukung kesehatan masyarakat

sekaligus membuka peluang ekonomi berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih pengabdian ditujukan kepada kepala, staf Puskesmas Pagebangan dan Kepala desa dan masyarakat Pagebangan yang ikut andil dan membantuk dalam pelaksanaan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, L. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Desa Way Galih Kecamatan Lampung Selatan. In *Skripsi* (Vol. 5, Issue 3). Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Ainni, A. N., Azizah, N., & Raharjo, R. B. (2023a). Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dan alternatif pengobatan herbal dengan infus water mentimun Increasing knowledge about hypertension and alternative herbal medicine with cucumber infusion. *Pengabdian Dan Bakti*, 4(2), 121-127.
- Ainni, A. N., Azizah, N., & Raharjo, R. B. (2023b). Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dan alternatif pengobatan herbal dengan infus water mentimun Increasing knowledge about hypertension and alternative herbal medicine with cucumber infusion. *Pengabdian Dan Bakti*, 4(2), 121-127. <http://ejournal.unimugo.ac.id/EMPATI/indexDOI:https://doi.org/10.26753/empati.v4i2.1151>
- Andriati, A., & Wahjudi, R. M. T. (2016). Tingkat penerimaan penggunaan jamu sebagai alternatif penggunaan obat modern pada masyarakat ekonomi rendah-menengah dan atas. *Masyarakat, Kebudayaan Dan Politik*, 29(3), 133. <https://doi.org/10.20473/mkp.v29i32016.133-145>

- As, I., Studi Jamu, P., Jamu, J., & Kemenkes Surakarta, P. (2023). Pemberdayaan Kader Asman Toga Kecamatan Pedan dalam Pembuatan Jamu Hipertensi dan Milenial. *Communnity Development Journal*, 4(3), 6673–6677.
- Bapelkes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013. *Laporan Nasional 2013*, 1–384. <https://doi.org/10.24127/riskesdas.v3i1.11215>
- Gilang Yudhisti, A., Shofa, C. & Akhmad, I. (2013). Korelasi Derajat Hipertensi Dengan Stadium Penyakit Ginjal Kronik Di Rsup Dr . Kariadi Semarang Periode 2008-2012 *Jurnal Media Medika Muda. Media Medika Muda*, 2.
- H.Purwaningsi, E. (2013). Jamu, Obat Tradisional Asli Indonesia Pasang Surut Pemanfaatnya di Indonesia. *Jamu, Obat Tradisional*, 10(1), 30–35.
- Julian Sigap Rosadi, Hidayat Nurwahid, Fadel Muhammad, Andika Putra, T. (2023). *Inovasi Minuman Jamu Milenial dari Bahan Rempah*. *Community Development Journal*. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/15974/12499>
- Kemenkes RI. (2019). Perkembangan Obat Tradisional di Indonesia. *Direktorat Produksi Dan Distribusi Kefarmasian*, 21.
- Muliasari, H., Ananto, A. D., & Andayani, Y. (2019). Inovasi dan peningkatan mutu produk jamu pada perajin jamu gendong di Kota Mataram. *Prosiding PEPADU*, 1(September), 72–77.
- Nita Pujianti, Agus Dwi Rachmannur, Dewi Firani, Elma Meilani, & Pramesty Reggia Kusumawardhaeny. (2023). Upaya Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi di Desa Sungai Cuka. *KREATIF: Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 3(2), 129–136. <https://doi.org/10.55606/kreatif.v3i2.1527>
- Rahmatulloh, W., Ainni, A. N., Miyarso, C., & Agustina, R. (2024). *Peningkatan Pengetahuan Tentang DAGUSIBU pada Kader Kesehatan Desa di Desa Pagebangan, Kecamatan Karanggayam*. 2(September), 186–194.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Jawa Tengah Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Septianto, A., Wahyu, W., Nurmutia, S., Febliidyanti, N., & Junaenah, J. (2020). Sosialisasi Pentingnya Pola Hidup Sehat Guna Meningkatkan Kesehatan Tubuh Pada Masyarakat Desa Kalitorong Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang Provinsi Jawa Tengah. *Dedikasi Pkm*, 1(2), 55. <https://doi.org/10.32493/dedikasipkm.v1i2.6390>
- Sulistiyowati, E. L., Amany Melinda, N., Indah, D., Fistalia, A. A., & Octavia, D. R. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pengolahan TOGA menjadi Jamu Milenial. *Journal of Character Education Society*, 5(4), 121–131. <https://doi.org/10.31764/jces.v3i1.11215>
- Supriadi, Suryani, Anggresani, L., Perawati, S., & Yulion, R. (2022). Analisis Penggunaan Obat Tradisional Dan Obat Modern Dalam Penggunaan Sendiri (Swamedikasi) Oleh Masyarakat. *Jurnal Kesehatan*, 14(2), 138. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v14i2.20347>
- Wijayanti, T., Adhi Cahyana, A., & Taena, A. (2024). Inovasi Serbuk Instan Temulawak, Kunyir Asem, Beras Kencur Dan Penguatan Branding Produk Jamu Umkm Jamu Larasati. *Jurnal Pengabdian Farmasi Dan Kesehatan*, 1(1), 8–13.