



Pemanfaatan Teh Rosela (*Hibiscus Sabdariffa L*) Sebagai Obat Tradisional Dalam Upaya Swamedikasi di Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie

Ervina Dewi¹, Rahmi Agustina^{2*}, Muhammad Nur³

¹Universitas Jabal Ghafur, Indonesia, email: ervina_dewi28@unigha.ac.id

²Universitas Jabal Ghafur, Indonesia, email: rahmi_agustina@unigha.ac.id

³Universitas Jabal Ghafur, Indonesia, email: muhammadnur@unigha.ac.id

*Koresponden penulis : rahmi_agustina@unigha.ac.id

Info Artikel

Diajukan: 06 November 2024

Diterima: 10 November 2024

Diterbitkan: 10 November 2024

Keywords:

Swamedikasi; rosela; traditional medicine.

Kata Kunci:

Swamedikasi; rosela; obat tradisional.

Abstract

Swamedikasi is a person's effort to treat illness or symptoms of illness by using certain plants. One of the plants that has been proven to have medicinal properties is the rosella (*Hibiscus sabdariffa L*). The objectives of this activity are: (1) Increasing knowledge of the relationship between health and well-being through self-medication efforts, (2) Empowering housewives to make traditional medicines, especially rosella tea, with the right formula, manufacturing method and dosage so that it is safe for consumption and efficacious. This activity was carried out using the Pre-Post Test Design method through counseling which was carried out on May 2-3, 2024 at the Keuchik Gampong Puuk office, Pidie District, Pidie Regency. The implementation of the Community Service program entitled: Utilization of Rosella Tea (*Hibiscus sabdariffa L*) as a Traditional Medicine in Self-medication Efforts in Gampong Puuk, Pidie District, Pidie Regency, Aceh Province went very well. The results of the activity show that this activity is able to: (1) Increase public knowledge of the importance of implementing a healthy lifestyle; (2) Introduce a self-medication program and make a health drink, namely rosella tea, with the right formula.

Abstrak

Swamedikasi adalah upaya seseorang untuk mengobati penyakit atau gejala penyakit dengan menggunakan



Lisensi: *cc-by-sa*
Copyright © 2024
penulis

tanaman tertentu. Salah satu tanaman yang telah terbukti memiliki sifat obat adalah Rosella (*Hibiscus Sabdariffa* L). Tujuan dari kegiatan ini adalah: (1) meningkatkan pengetahuan tentang hubungan antara kesehatan dan kesejahteraan melalui upaya pengobatan sendiri, (2) memberdayakan ibu rumah tangga untuk membuat obat-obatan tradisional, terutama teh rosella, dengan formula yang tepat, metode manufaktur dan dosis sehingga aman untuk dikonsumsi dan manjur. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan metode desain tes pra-pos melalui konseling yang dilakukan pada 2-3 Mei 2024 di kantor Keuchik Gampong Puuk, Distrik Pidie, Pidie Regency. Implementasi Program Layanan Masyarakat berjudul: Pemanfaatan Teh Rosella (*Hibiscus Sabdariffa* l) sebagai obat tradisional dalam upaya pengobatan sendiri di Gampong Puuk, Distrik Pidie, Kabupaten Pidie, Provinsi Aceh berjalan sangat baik. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kegiatan ini mampu: (1) meningkatkan pengetahuan publik tentang pentingnya menerapkan gaya hidup sehat; (2) Memperkenalkan program pengobatan sendiri dan membuat minuman kesehatan, yaitu teh Rosella, dengan formula yang tepat.

Cara mensitasi artikel:

Dewi, E., Agustina, R., & Nur, M. (2024). Pemanfaatan Teh Rosela (*Hibiscus Sabdariffa* L) Sebagai Obat Tradisional Dalam Upaya Swamedikasi di Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie. *Beujroh : Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(3), 518-531.
<https://doi.org/10.61579/beujroh.v2i3.235>

PENDAHULUAN

Gampong Puuk merupakan salah satu gampong yang berada dalam Kemukiman Gampong Lhoong di Kecamatan Pidie, Kabupaten Pidie. Secara administratif, posisi Gampong Puuk pada saat sekarang berada dalam Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie Provinsi Aceh. Letak Gampong Puuk dekat dengan jalan raya lintas sumatera sehingga memudahkan akses masyarakat gampong. Gampong ini merupakan gampong dengan luas daerah terkecil di Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie

Gampong Puuk memiliki jumlah penduduk mencapai 143 KK

(Kepala keluarga). Penduduk Gampong Puuk pada umumnya bekerja pada bidang pertanian, peternakan dan hanya sebagian kecil yang bekerja di luar bidang tersebut, seperti guru dan perkantoran. Secara keseluruhan penduduk Gampong Puuk bekerja sebagai petani baik dari kalangan pegawai maupun masyarakat biasa, Gampong Puuk merupakan gampong yang memiliki areal persawahan yang sangat potensial dan strategis serta mudah dijangkau.

Kondisi ekonomi masyarakat Gampong Puuk di nilai sederhana, hal ini terlihat dari masyarakat yang bekerja di bidang pertanian dijalankan dengan cara tradisional. selain bidang pertanian, masyarakat Gampong Puuk juga mencari nafkah dibidang peternakan, guru dan bekerja di kantor yang ada di kabupaten Pidie, namun guru dan pegawai tetap berkecimpung di bidang pertanian, rata-rata dari mereka juga ikut kesawah seperti masyarakat lainnya. Rumah yang dimiliki oleh penduduk gampong adalah rumah pribadi yang rata-rata merupakan rumah yang sederhana.

Masyarakat Gampong Puuk masih kental dengan adat istiadat dan norma keagamaannya. Norma adat-istiadat masih terlihat pada acara-acara tertentu seperti pada acara perkawinan dan tokoh adat masih berpengaruh dalam tatanan sosial kemasyarakatan. Norma agama pun masih sangat dipegang kuat yang dapat dilihat dari rutinnnya acara pengajian yang diadakan di meunasah Gampong Puuk untuk seluruh masyarakat gampong tersebut. Pendidikan penduduk sebagian besar tamatan SMA, dan sebagian lagi tamatan S- 1, SMP, SD bahkan ada yang putus sekolah.

Kemajuan di berbagai bidang akibat kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi merupakan tantangan besar bagi masyarakat untuk senantiasa mampu memanfaatkan dan mengelola lingkungannya dalam rangka peningkatan kesehatan keluarga dan mengelola lingkungan sekitarnya (Cibro et al., 2023). Dalam hal ini potensi masyarakat terutama perempuan dapat diberdayakan untuk menjaga Kesehatan diri sendiri dan keluarganya (Risna & Fauzia, 2023). Semakin tinggi kesadaran seseorang terhadap pentingnya menjaga kesehatan maka semakin baik pula kesehatan yang dimilikinya. Salah satu cara agar untuk menjaga kesehatan adalah dengan membiasakan

pola hidup yang sehat. “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat” (Pramono, 2023).

Kesadaran masyarakat akan gaya hidup sehat terus meningkat, termasuk tren memilih produk herbal untuk menekan efek samping konsumsi obat kimia. Hal ini juga terjadi pada masyarakat Gampong Puuk Kecamatan Pidie. Untuk beberapa penyakit ringan seperti demam, batuk, pilek sudah menggunakan tumbuhan sekitar untuk mengatasinya. Bahkan untuk penyakit degenerative seperti diabetes melitus, hipertensi dan kolesterol juga sudah ada yang menggunakan tumbuhan sekitar yang berkhasiat obat. Hal ini sudah dilakukan turun-temurun tanpa mengetahui secara pasti formula dan dosis yang tepat guna mendapatkan hasil yang maksimal.

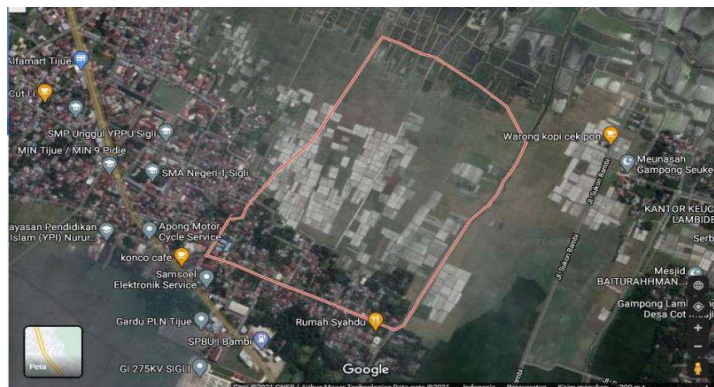
Kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan sebenarnya adalah hal yang mudah untuk dilakukan namun masih banyak masyarakat yang tidak peduli akan hal tersebut. Padahal kesadaran untuk menjaga kesehatan sangatlah penting bagi kita semua. Salah satu program yang dapat dilaksanakan adalah memberdayakan perempuan dalam upaya peningkatan kesehatan keluarga dan terampil dalam berswamedikasi melalui program Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Rosela (*Hibiscus sabdariffa*) sebagai obat tradisional dalam upaya swamedikasi. Program ini sekaligus menyikapi meningkatnya pola hidup yang tidak sehat dari masyarakat dan meningkatnya daya beli masyarakat akan obat bebas secara tidak langsung berdampak pada menurunnya derajat kesejahteraan masyarakat. Swamedikasi atau lebih sering dikenal dengan pengobatan sendiri adalah upaya seseorang dalam mengobati penyakit atau gejala sakit tanpa berkonsultasi terlebih dahulu dengan dokter (Pratiwi et al., 2020). Upaya ini didorong oleh kesadaran masyarakat akan pentingnya arti sehat, kemudahan dalam mendapatkan serta biaya pengobatan yang sangat mahal. Khusus untuk penyakit infeksi, selain mahal juga membutuhkan waktu pengobatan yang lama. Salah satu tanaman yang telah terbukti berkhasiat obat adalah tanaman rosella (*Hibiscus sabdariffa* L).

Tanaman rosela merupakan golongan tumbuhan kapas-kapasan yang telah lama dimanfaatkan sebagai obat tradisional. Biasanya tanaman ini digunakan sebagai tanaman hias di luar dan dalam ruangan,

tanaman pagar dan beberapa di antaranya dimanfaatkan sebagai obat. Rosela termasuk tanaman tropis yang tumbuh tahunan. Rosela mempunyai kemiripan dengan kembang sepatu karena masih berada dalam satu famili yaitu Malvaceae (Alvionita et al., 2021). Tanaman rosela dapat ditanam dalam pot atau di lahan sekitar rumah. Berbagai hasil penelitian telah membuktikan manfaat tanaman rosella sebagai obat. Rosela telah dibuktikan memiliki efek *cardioprotective* (perlindungan pada sistem kardiovaskular), anti *oksidatif*, *hypocolesterolemi* (menurunkan kadar kolesterol dalam darah) dan *hepatoprotective* (perlindungan pada hati), menginduksi apoptosis pada sel kanker (Malinda & Syakdani, 2021), anti koagulasi, anti hipertensi (Dewi & Sayekti, 2020), menstimulasi gerak peristaltik usus dan fungsi ginjal (Suprabha et al., 2023), dan antibakteri (Musmulya Putri et al., 2019). Mengingat pentingnya formula dan dosis yang tepat dalam meramu obat tradisional, maka adanya program Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Rosela (*Hibiscus sabdariffa*) sebagai obat tradisional dalam upaya swamedikasi sangat perlu untuk dilaksanakan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilaksanakan dengan metode *Pre-Post Test Design* melalui penyuluhan guna meningkatkan pengetahuan tentang bahaya penerapan pola hidup tidak sehat dan manfaat teh rosella dalam menangani penyakit infeksi, disertai dengan pelatihan pembuatan teh rosella untuk meningkatkan keterampilan. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 2 – 3 Mei 2024 bertempat di kantor Keuchik Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie (Gambar 1)



Gambar 1. Lokasi Kegiatan

Pemilihan Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie menjadi lokasi pelaksanaan kegiatan ini dikarenakan pada lokasi tersebut memiliki masyarakat yang telah lama mengenal dan memanfaatkan tumbuhan sekitar sebagai obat tradisional. Dengan demikian, masyarakat desa tersebut dipandang sudah sangat siap untuk bekerja sama secara maksimal dalam kegiatan ini.

1. Pemilihan Subjek

Dalam kegiatan yang menjadi mitra adalah masyarakat di Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie. Penyuluhan dan pelatihan ini diharapkan akan bermanfaat bagi masyarakat sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan serta kesehatan keluarga sebagai wujud dari swamedikasi dalam upaya peningkatan kesejahteraan.

2. Analisis Pengetahuan Masyarakat

Pengetahuan masyarakat akan bahaya penerapan pola hidup tidak sehat dan upaya swamedikasi diukur melalui pemberian angket kepada ibu-ibu rumah tangga yang hadir di lokasi penyuluhan. Pengetahuan ini diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu : 1). Baik, interpretasi 76%-100%, 2). Cukup, interpretasi 56%-75%, dan 3). Kurang, interpretasi <56 % (Wawan dan Dewi, 2010). Angket diberikan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah penyuluhan dilaksanakan guna untuk melihat peningkatan pengetahuan mitra akan bahaya penerapan pola hidup tidak sehat dan upaya swamedikasi.

3. Pelatihan Pembuatan Teh Rosela

Pelatihan pembuatan teh rosella akan dilaksanakan di kantor kepala desa Gampong Puuk. Pelatihan ini akan didampingi oleh Tim Pengabdian dengan maksud untuk memberikan pengetahuan dan praktek langsung kepada mitra guna meminimalkan tingkat kesalahan. Formula teh rosella ini merupakan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh ketua pengusul sebelumnya. Formula Teh rosella tersebut adalah sebagai berikut : Bahan : Kelopak rosella segar, air, gula (sesuai selera).

Cara Membuat :

- Kelopak rosella segar yang digunakan berusia 3 minggu setelah

mahkota bunga layu dan jatuh. Kelopak bunga rosela segar dipisahkan dari bagian buahnya dengan mengiris bagian pangkal kelopak kemudian buah rosela di dorong keluar dari kelopak.

- Kelopak yang sudah dipisahkan dari buahnya kemudian dicuci dengan air mengalir, ditiriskan dan dikeringkan. Proses pengeringan dilakukan dengan meletakkan kelopak dalam wadah terbuka yang mudah menyerap air seperti tampah kemudian dijemur di tempat terbuka dan teduh selama ± 14 hari. Pengeringan tidak dilakukan di bawah sinar matahari langsung karena dapat mempengaruhi kadar metabolik sekundernya.
- Ekstraksi rosella. Kelopak bunga rosela kering diblender hingga menjadi bubuk. Kemudian sebanyak 2 g dilarutkan dalam 250 ml air. Larutan ini diseduh pada suhu 60°C selama 20 menit. Hal ini karena aktivitas antioksidan paling tinggi diperoleh pada keadaan tersebut.

4. Uji Organoleptik Teh Rosela

Uji organoleptik yang dilakukan untuk produk teh rosella adalah uji Hedonik (Uji Kesukaan). Uji Hedonik dilakukan untuk mengetahui tingkat kesukaan panelis terhadap minuman teh rosella, meliputi warna, kesegaran, aroma, rasa dan keseluruhan (Novidahlia et al., 2014), bagi panelis yang suka akan memberi angka 1 dan 0 bagi yang tidak suka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Umum Peserta Kegiatan

Sosialisasi dan Pelatihan pemanfaatan teh rosela (*Hibiscus sabdariffa* L) sebagai obat tradisional dalam upaya swamedikasi ini dihadiri oleh kelompok ibu rumah tangga pada umumnya dan remaja. Kegiatan ini dilaksanakan di kantor Geuchik Gampong Puuk.

Peserta yang hadir merupakan masyarakat Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie dengan latar Pendidikan dan pekerjaan yang berbeda. Umumnya peserta berprofesi sebagai petani, beberapa diantaranya pedangang kecil dan ibu rumah tangga (IRT). Pendidikan terakhir peserta adalah tingkatan SMP/SLTP dan SMA/SLTA. Hanya beberapa orang saja yang mengenyam Pendidikan

sampai tingkat sarjana. Namun demikian, semua peserta berabung dalam satu kelompok pengajian.

Selama kegiatan berlangsung, terlihat masyarakat sangat antusias Ketika kegiatan berlangsung. Beberapa masyarakat terlihat sangat aktif mengajukan pertanyaan guna menggali informasi dari pemateri. Selanjutnya masyarakat juga sangat aktif Ketika paktek pembuatan teh rosela. Dapat dikatakan bahwa program kegiatan ini sangat berhasil karena mampu memotivasi masyarakat dan menggalakkan upaya swamedikasi.

2. Analisis Pengetahuan Masyarakat

Hasil analisis pengetahuan masyarakat Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie tentang pengetahuan masyarakat akan bahaya penerapan pola hidup tidak sehat dan upaya swamedikasi dapat dilihat pada Tabel 4. Berdasarkan hasil analisis data pengetahuan masyarakat, diketahui umumnya masyarakat di Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie telah mengetahui bahwa penerapan pola hidup tidak sehat berakibat tidak baik bagi Kesehatan. Pada umumnya masyarakat di wilayah ini sudah sejak lama telah menerapkan pola hidup sehat. Hal ini terlihat dari lokasi gampong yang terbebas dari tumpukan sampah yang mengundang berbagai kuman penyebab penyakit, aliran sungai yang melewati wilayah ini juga terlihat bersih.

Tabel 3. Analisis Pengetahuan Pola Hidup Tidak Sehat

No	Pernyataan	%	
		Ya	Tidak
1	Apakah anda mengetahui makna dari pola hidup tidak sehat?	100	
2	Apakah anda menyukai makanan siap saji?	0	100
3	Apakah anda merasakan tidak enak badan setelah mengkonsumsi makanan siap saji yang dijual di pasar?	95	5
4	Apakah anda sudah menjaga kebersihan rumah dan lingkungan sekitar rumah?	100	0
5	Apakah anda masih suka menumpuk sampah di sekitar rumah?	0	100
6	Apakah anda sering berkonsultasi dengan dokter atau praktisi kesehatan?	95	5

Tabel 3 menunjukkan bahwa peserta umumnya tidak menyukai

makanan siap saji. Hal ini disebabkan oleh kesadaran akan bahaya yang ditimbulkannya sudah tinggi bagi semua peserta prgoram kegiatan ini. Semua peserta sudah menerapkan pola hidup sehat. Hal ini terlihat dari tidak adanya tumpukan sampah di sekitaran halaman rumah. Aliran sungai yang melintasi Kawasan ini juga bersih.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari hasil wawancara dengan masyarakat di Kawasan ini, petugas Kesehatan sering melakukan penyuluhan dan pengobatan gratis bagi masyarakat sekitar serta memberi kesempatan kepada masyarakat untuk berkonsultasi langsung dengan dokter atau praktisi Kesehatan yang hadir. Tabel 4 memperlihatkan bahwa seluruh peserta telah mengetahui istilah pengobatan sendiri. Peserta mengetahui bahwa untuk mendapatkan obat, tidak harus dengan bantuan dokter, membeli ke apotik atau ke puskesmas. Hal ini membuktikan bahwa masyarakat (peserta) kegiatan telah mengetahui tentang pengobatan sendiri (swamedikasi) walaupun tidak mengenal istilah swamedikasi itu sendiri.

Tabel 4. Analisis Pengetahuan Upaya Swamedikasi

No	Pernyataan	%	
		Ya	Tidak
1	Apakah anda pernah mendengar pengobatan sendiri, tanpa bantuan dokter?	100	
2	Apakah anda selalu ke apotik atau ke puskesmas Ketika andamerasakan sakit?	50	50
3	Apakah anda sudah mengetahui tentang obat tradisional?	100	
4	Apakah anda pernah mengkonsumsi obat tradisional?	50	50
6	Apakah anda mengkonsumsi obat tradisional untuk mengobati sakit parah (Stroke, penyakit jantung, darah tinggi, diabetes dan kolesterol)?	85	15
7	Apakah anda mengkonsumsi obat tradisional untuk mengobatisakit ringan ?	85	15
8	Apakah anda sudah mengenal tanaman rosela?		100
9	Apakah anda pernah mengkonsumsi air rebusan tanaman rosela?		100
10	Apakah anda pernah mendengar manfaat tanaman rosela?		100

Peserta kegiatan sudah mengetahui tentang obat tradisional tetapi tidak semua mengkonsumsinya. Hal ini disebabkan oleh rendahnya

kemampuan masyarakat untuk meramu obat tradisional dengan dosis yang tepat. Umumnya, bagi yang menggunakannya, bagian tanaman obat yang diambil adalah daun dan diracik dengan cara direbus. Namun demikian, ternyata proses pengrebusan (memaparkan dengan suhu tinggi) dapat merusak sejumlah komponen bahan aktif sehingga khasiatnya menurun.

Pada kegiatan ini, diperkenalkan Teknik penyeduhan dengan suhu dan lama penyeduhan yang tepat. Penyiapan formula obat tradisional yang tepat dapat menjaga kualitas dan kuantitas kandungan bahan aktif obat. Hasil analisis pengetahuan. Seluruh peserta belum mengenal tanaman rosela beserta khasiatnya. Dengan demikian program kegiatan ini sangat bermanfaat. Program ini memperkenalkan tanaman rosela kepada peserta. Selain kandungan bahan aktif juga sejumlah manfaat yang bisa dirasakan, sehingga teh rosela yang diperkenalkan dapat dijadikan minuman Kesehatan.

3. Analisis Uji Organoleptik Teh Rosela

Program kegiatan ini diakhiri dengan demonstrasi pembuatan the rosela berkhasiat obat. Masyarakat sangat antusias. Masyarakat diminta mencicipi the rosela yang disajikan dalam kondisi hangat. Hasil uji organoleptik terhadap beberapa aspek pengujian teh rosela menunjukkan bahwa secara umum masyarakat sangat menyukai teh rosela sebagai minuman Kesehatan. Aspek rasa, aroma dan warna teh rosela merupakan aspek yang paling disukai oleh peserta.

Tabel 5. Hasil Uji kesukaan terhadap Rasa, Warna, Tekstur dan Aroma dari Teh Rosela

No	Sifat Organoleptik	Tingkat Kesukaan	Persentase
1	Rasa	Sangat suka	97%
		Suka	3%
		Biasa Saja	
		Tidak Suka	
2	Warna	Sangat suka	
		Suka	100%
		Biasa Saja	
		Tidak Suka	
3	Tekstur	Sangat suka	100%
		Suka	

4	Aroma	Biasa Saja	
		Tidak Suka	
		Sangat suka	85%
		Suka	10%
		Biasa Saja	5%
		Tidak Suka	

Teh rosela memiliki rasa yang asam dengan rasa manis sesuai dengan selera penikmatnya. Rasa asam teh rosela mirip dengan asamnya cranberry dan nikmat jika dalam keadaan dingin atau pun panas. Rasa asam pada teh rosela disebabkan oleh kandungan vitamin C yang tinggi dan asam malat (Distyani et al., 2023); (Rizki et al., 2023);(Ramli et al., 2024). Rasa asam sangat jelas terasa dari aroma. 75% peserta sangat menyukai aroma asam dari teh rosela. Peserta juga sangat menyukai tekstur teh rosela yang cair dan mudah tertelan. Rasa asam teh rosela tidak membuat perih kerongkongan.



Gambar 2. Teh rosela

Warna teh rosela berwarna merah cerah. Warna merah ini disebabkan oleh kandungan pigmen antosianin. Antosianin ini berperan sebagai antioksidan (Akbar et al., 2022)(Yuniati et al., 2021). Semakin pekat warna merahnya maka semakin tinggi juga kadar vitamin C dan pigmen antosianin. Formula teh rosela yang dibuat dalam kegiatan ini merupakan formula yang tepat karena telah teruji kandungan

fitokimianya. Sebagai minuman Kesehatan, dianjurkan teh rosela ini ;dikonsumsi sekali dalam satu hari.

KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan program kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang berjudul : Pemanfaatan Teh Rosela (*Hibiscus sabdariffa* L) Sebagai Obat Tradisional Dalam Upaya Swamedikasi Di Gampong Puuk Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie Provinsi aceh berjalan dengan sangat baik. Kegiatan ini mampu untuk : (1) Meningkatkan pengetahuan masyarakat akan pentingnya menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari; (2) Pemberdayaan ibu-ibu rumah tangga guna meningkatkan kesadaran anggota keluarga akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan sekitar dalam upaya peningkatan kesehatan; (3) Mengenalkan program swamedikasi dan membuat salah satu minuman kesehatan yaitu teh rosela dengan formula yang tepat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Kepala Desa Gampong Puuk atas dukungan untuk kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Akbar, O., Ichsan, N., Handayani, M. T., Review, A., Akbar, O., & Ichsan, N. (2022). *Menjadi Produk Teh*. 1(01), 16–22.
- Alvionita, M., Ciptawati, E., Aliyatulmuna, A., & Muntholib. (2021). Sosialisasi Pembuatan Makanan dan Minuman dari Bunga Rosella yang Aman Bagi Kesehatan. *Prosiding Seminar Nasional Unimus, 2021*prosiding.Unimus.Ac.Id, 4, 1970–1978.
- Cibro, S. P., Meliyati, Nurhalifah, Bustami, Khumaira, & Yustendy, D. (2023). PELATIHAN SISTEM HIDROPONIK KEPADA MASYARAKAT DESA LUBOK BATEE KECAMATAN INGIN JAYA. *Beujroh: Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(1), 126–134. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v1i1.43>
- Dewi, N., & Sayekti, F. D. J. (2020). Reframing dan Teh Herbal Rosela sebagai Terapi Antihipertensi di Klumprit, Sukoharjo. *Jurnal*

- Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 6(4), 209–213.
- Distyani, N., Rosalinda, S., & Mardawati, E. (2023). Ekstraksi Kandungan Vitamin C Kelopak Rosela (*Hibiscus sabdariffa* L .) Menggunakan Metode Gelombang Ultrasonik. *Seminar Nasional LPPM UMMAT*, 2(April), 746–754.
- Malinda, O., & Syakdani, A. (2021). Pengujian Berbagai Aktivitas Ekstrak Air Rosella Secara In Vitro (*Hibiscus sabdariffa* L.). *Jurnal Kinetika*, 12(01), 66–72.
- Musmulya Putri, R., Eulis Diana, V., Fitri, K., Farmasi, M., Farmasi, F., Umum, K., Kesehatan Helvetia, I., & Farmasi, D. (2019). Perbandingan Uji Aktivitas Antibakteri Dari Ekstrak Etanol Bunga, Daun Dan Akar Tumbuhan Rosella (*Hibiscus Sabdariffa* L.) Terhadap Bakteri *Staphylococcus Aureus* The Comparison Of Antibacterial Activity Test Of Ethanol Extract Of Flower, Leaf And Root Of R. *Jurnal Dunia Farmasi*, 3(3), 131–143.
- Novidahlia, N., Mardiah, & Mashudi. (2014). MINUMAN ROSELA (*Hibiscus sabdariffa* L.) BERKARBONASI READY TO DRINK SEBAGAI MINUMAN FUNGSIONAL YANG KAYA ANTIOKSIDAN. *Jurnal Pertanian*, 3(2), 64–77.
- Pramono, I. (2023). Participation in Health Promotion in Cases of Dengue Fever (DB) Viewed from Psychological Empowerment and Sense of Community. *Beujroh : Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v1i1.10>
- Pratiwi, Y., Rahmawaty, A., & Islamiyati, R. (2020). Peranan Apoteker Dalam Pemberian Swamedikasi Pada Pasien Bpjs. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 65–72. <https://doi.org/10.31596/jpk.v3i1.69>
- Ramli, M. M., Sipahelut, G. M., & Malelak, G. E. (2024). Pengaruh Pemberian Ekstrak Rosela (*Hibiscus sabdariffa* Linn) dengan Metode Evaporasi Terhadap Kualitas Kimia dan Organoleptik Daging Se'i Kambing.docx. *Animal Agricultura*, 1(3), 203–213. <https://doi.org/10.59891/animacultura.v1i3.37>
- Risna, R., & Fauzia, N. (2023). Sosialisasi Bahaya Narkoba di Gampong Linggong Sagoe Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie.

- Beujroh : Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(1), 27-33. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v1i1.17>
- Rizki, W. A., Nazaruddin, N., & Cicilia, S. (2023). Pengaruh Rasio Bunga Rosella dan Daun Stevia terhadap Mutu Teh Rosella-Stevia. *Pro Food*, 9(1), 89-99. <https://doi.org/10.29303/profood.v9i1.321>
- Suprabha, D., Avilash, R., Paul, A., Saha, N., Tarafdar, A., & Mazumder, S. (2023). Food and medicinal properties of hibiscus (*Hibiscus sabdariffa* & *Hibiscus rosa-sinensis*). *Sustainability, Agri, Food and Environmental Research-DISCONTINUED*, 12(1). <https://doi.org/10.7770/safer-v12n1-art2528>
- Yuniati, Y., Elim, P. E., Alfanaar, R., Kusuma, H. S., & Mahfud. (2021). Extraction of anthocyanin pigment from hibiscus sabdariffa l. By ultrasonic-assisted extraction. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 1010(1). <https://doi.org/10.1088/1757-899X/1010/1/012032>