

SOSIALISASI PEMANFAATAN PEGAGAN SEBAGAI INOVASI BAHAN
PANGAN FUNGSIONAL DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN
MASYARAKAT DI DESA BENGKAUNG

*SOCIALIZATION OF Centella asiatica UTILIZATION AS AN INNOVATIVE
FUNCTIONAL FOOD TO IMPROVE COMMUNITY HEALTH IN BENGKAUNG
VILLAGE*

Afifa Dian Safitri*, Baiq Nona Rusdianti Pratami, Lalu Mas'ud Rahmatullah,
Latifa Rahma Putri, Raina Julia Amanda, Neneng Rachmalia Izzatul
Mukhlisah

Program Studi Farmasi, Universitas Mataram

Jalan Majapahit No. 62 Mataram, Nusa Tenggara Barat

Informasi artikel

Korespondensi* : ffaaasaff@gmail.com

Tanggal Publikasi : 27 Juni 2025

DOI : <https://doi.org/10.29303/wicara.v3i3.6797>

ABSTRAK

Pegagan merupakan salah satu tanaman liar yang memiliki potensi cukup baik sebagai tanaman obat herbal karena memiliki khasiat yang tinggi bagi kesehatan. Manfaat kesehatan dari pegagan diantaranya sebagai penyembuh luka, demam, batuk, sakit kepala dan menjaga kesehatan kulit. Akan tetapi, pemanfaatan pegagan masih terbatas di kalangan masyarakat. Inovasi olahan pegagan sebagai makanan dapat menjadi alternatif dalam pemanfaatan pegagan, salah satunya berupa keripik pegagan. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk melakukan kegiatan penyuluhan kepada ibu-ibu PKK Desa Bengkaung, Lombok Barat, mengenai pemanfaatan pegagan sebagai inovasi bahan pangan fungsional dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. Metode kegiatan pengabdian yang digunakan adalah dengan penyampaian materi secara langsung menggunakan media *PowerPoint* dan leaflet. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyampaian materi yang interaktif, diskusi yang menarik, dan pembagian leaflet informatif, kader PKK memperoleh pemahaman tentang khasiat pegagan untuk kesehatan serta berbagai inovasi olahan pangan, seperti keripik, puding, dan urap pegagan. Selain itu, kader PKK sangat antusias mencoba produk olahan keripik pegagan. Hal ini menunjukkan bahwa olahan keripik pegagan dapat menjadi salah satu produk olahan pangan yang dapat diterima oleh masyarakat untuk dimanfaatkan menjadi produk pangan fungsional. Kegiatan ini telah berhasil meningkatkan pemahaman para kader mengenai pemanfaatan pegagan untuk meningkatkan kesehatan melalui berbagai inovasi olahan pangan fungsional dari pegagan yang salah satunya berupa keripik pegagan.

Kata Kunci: Keripik, Pegagan, Bengkaung

ABSTRACT

Centella asiatica is one of the wild plants that has good potential as a herbal medicinal plant because it has high health benefits. The health benefits of *Centella asiatica* include healing wounds, fever, cough, headache and maintaining healthy skin. However, the utilization of *Centella asiatica* is still limited among the community. The innovation of processed *Centella asiatica* as food can be an alternative in the utilization of *Centella asiatica*, one of which is in the form of *Centella asiatica* chips. The purpose of this service is to conduct counseling activities for PKK women in Bengkaung Village, West Lombok, regarding the utilization of *Centella asiatica* as a functional food innovation in improving public health. The method of community service activities used is by delivering material directly using PowerPoint media and leaflets. The results of community service activities through interactive material delivery, interesting discussions, and distribution of informative leaflets, PKK cadres gained an understanding of the benefits of *Centella asiatica* for health as well as various food processing innovations, such as chips, pudding, and *Centella asiatica* vinaigrette. In addition, PKK cadres were very enthusiastic in trying the processed *Centella asiatica* chips. This shows that *Centella asiatica* chips can be one of the processed food products that can be accepted by the community to be utilized as functional food products. This activity has succeeded in increasing the cadres understanding of the utilization of *Centella asiatica* to improve health through various functional food processing innovations from *Centella asiatica*, one of which is *Centella asiatica* chips.

Keywords: Chips, *Centella asiatica*, Bengkaung

PENDAHULUAN

Saat ini, negara-negara berkembang mengalami pergeseran utama dalam penyebab kematian, dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular (PTM). WHO menyatakan bahwa PTM menyebabkan 71% kematian setiap tahunnya, dimana Indonesia mencapai angka 66% atau sekitar lebih dari 3 per 5 kematian akibat PTM dari semua kematian (WHO, 2021). Hal ini sejalan dengan pernyataan bahwa 77% dari semua kematian PTM terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah, termasuk Indonesia (Kemenkes, 2020). Sebagian besar penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit degeneratif yang berhubungan dengan proses penuaan, di mana organ atau jaringan tubuh mengalami penurunan fungsi secara bertahap seiring berjalannya waktu. Berdasarkan penelitian Agustiningrum et al. (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara status gizi dengan kejadian penyakit degeneratif. Salah satu cara untuk meningkatkan status gizi yakni melalui asupan makanan yang dikonsumsi. salah satu cara untuk meningkatkan status gizi adalah dengan konsumsi pangan fungsional. Pangan fungsional adalah pangan yang dilengkapi dengan kandungan bahan aktif bermanfaat yang dapat memberikan manfaat kesehatan. Sifat fisiologis pangan fungsional ditentukan oleh komponen bioaktif yang ada dalam pangan, seperti serat, inulin, FOS, antioksidan, PUFA, prebiotik, dan probiotik (Rabani et al., 2024).

Pegagan atau lebih dikenal dengan nama latin *Centella asiatica* merupakan tanaman herba tahunan yang banyak tumbuh di Indonesia memiliki kandungan antioksidan karena adanya kelompok senyawa fenolik (Wirasisya et al., 2021). Fenolik kompleks atau polifenol memiliki banyak gugus fenol dalam molekulnya, menunjukkan banyak manfaat dalam fungsi biologis seperti perlindungan terhadap stres oksidatif dan penyakit degeneratif secara signifikan (Diniyah & Lee, 2020). Pegagan termasuk tanaman liar yang dapat tumbuh dengan sendirinya tanpa bantuan manusia. NTB merupakan salah satu daerah tempat hidup pegagan, salah

satunya di Desa Timbanuh, Lombok Timur. Pegagan di Desa Timbanuh tumbuh ditempat-tempat seperti tanah yang lembab dan subur seperti di telaga, padang rumput, tepi parit, dan diantara batu-batu di tepi jalan. Pegagan tumbuh bersama dengan tanaman lainnya di kebun warga. Jumlah pegagan yang cukup banyak ini perlu untuk dimanfaatkan dengan cara yang baik dan efisien agar manfaat pegagan sebagai pangan fungsional dapat tercapai.

Pegagan telah lama dikenal oleh masyarakat sebagai tanaman yang dapat dikonsumsi baik secara langsung dalam kondisi segar ataupun dalam bentuk olahan makanan. Penelitian oleh Daniel et al., (2014) membuat flakes dengan penambahan pegagan yang telah diserbukkan. Berdasarkan pengujian kandungan gizi, flakes dengan penambahan pegagan meningkatkan kandungan protein, kalsium, dan fosfor ($p < 0.05$). Produk olahan pegagan lain yang telah dibuat adalah keripik, cookies, nugget, dan bubur instan (Alwi et al., 2023; Sulistio, 2021). Keripik pegagan dibuat dengan bahan utama berupa daun pegagan dan ditambahkan dengan bahan lain untuk menambah cita rasanya. Keripik dapat dijadikan makanan atau camilan alternatif yang dapat dikonsumsi kapan saja. Umumnya keripik dapat diterima oleh semua kalangan masyarakat termasuk anak-anak dan lansia. Pemilihan pengembangan olahan keripik sebagai inovasi olahan dari pegagan didasarkan pada kandungan berkhasiat pegagan banyak terdapat di bagian daunnya sehingga pembuatan keripik dengan bahan utama daun pegagan lebih direkomendasikan. Selain itu, proses pembuatan keripik tidak memerlukan keahlian khusus sehingga tidak memberatkan masyarakat khususnya ibu-ibu dalam proses pembuatannya. Selain menjadi camilan, keripik pegagan ini juga dapat dijadikan lauk makan dengan cara mengatur komposisi bumbu dan bahan tambahan yang digunakan sesuai dengan selera.

Upaya untuk memperkenalkan manfaat pegagan sebagai pangan fungsional ini perlu bantuan dari kader-kader di desa agar proses pemanfaatan pegagan menjadi lebih optimal. Salah satu caranya adalah dengan melakukan penyuluhan. Penyuluhan merupakan upaya-upaya yang dilakukan untuk mendorong terjadinya perubahan perilaku pada individu, kelompok, komunitas, ataupun masyarakat agar mereka tahu, mau, dan mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Penyuluhan dapat mendorong terciptanya kreativitas dan kemandirian masyarakat (Kemensos, 2018). Penyuluhan dapat dilakukan di fasilitas-fasilitas desa seperti kantor desa. Desa Bengkaung merupakan salah satu desa di kabupaten Lombok Barat, NTB yang memiliki kader PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga). Keberadaan kader PKK membantu masyarakat di Desa Bengkaung lebih maju dengan berpartisipasi dalam berbagai kegiatan yang berkaitan dengan kesehatan, pendidikan, gizi, ekonomi dan lingkungan. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan inovasi pemanfaatan pegagan sebagai pangan fungsional dengan produk inovasi keripik pegagan. Kegiatan ini dapat memberikan tambahan wawasan terkait manfaat pegagan untuk kesehatan, kandungan gizi pegagan dan olahan makanan yang dapat dikreasikan dengan bahan baku pegagan sehingga pemanfaatan pegagan tidak hanya sebagai lalapan segar saja, melainkan menjadi produk yang lebih inovatif dan mudah untuk diterima disemua kalangan masyarakat. Melalui kegiatan ini diharapkan kader PKK dapat memberikan edukasi kesehatan, khususnya terkait pangan yang bergizi bagi masyarakat dan mengajarkan cara memanfaatkan pegagan sebagai produk olahan yang bermanfaat.

METODE KEGIATAN

Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah Ibu-ibu PKK di Desa Bengkaung Kecamatan Batulayar, Lombok Barat. Kegiatan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta keterampilan dalam pembuatan produk olahan pangan dari tanaman pegagan.

Metode Kegiatan

Metode pelaksanaan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dengan pemberian pelatihan kepada ibu-ibu PKK dalam pembuatan produk olahan pangan dari tanaman pegagan. Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 13 September 2024 dan tempat lokasi kegiatan di Desa Bengkaung, Lombok Barat. Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah perencanaan yang dilakukan dengan melakukan survei, dan diskusi awal terlebih dahulu untuk mengidentifikasi masalah serta menentukan output yang diharapkan oleh peserta pelatihan. Tahap ini bertujuan untuk merancang dan mempersiapkan materi yang akan digunakan dalam pelatihan pembuatan produk olahan pangan dari tumbuhan pegagan. Selain itu, dilakukan diskusi internal terkait materi pelatihan oleh tim pelaksana kegiatan pengabdian. Tahap kedua adalah pelaksanaan kegiatan, yang mencakup penyampaian materi oleh tim pengabdian mengenai berbagai macam produk olahan serta proses pembuatan produk olahannya, dan pemberian contoh produk jadi dari olahan tersebut. Tahap ketiga adalah evaluasi, di mana tim pengabdian meninjau dan mengevaluasi seluruh kegiatan yang telah dilaksanakan.

Evaluasi Kegiatan

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang cara pembuatan produk olahan pangan dari pegagan, maka diadakan sesi diskusi dan kuis antara tim pelaksana dengan khalayak sasaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan mengenai pemanfaatan pegagan sebagai olahan pangan fungsional telah dilaksanakan pada hari Jumat, 13 September 2024, dengan melibatkan 32 kader PKK dari Desa Bengkaung. Penyuluhan ini merupakan bagian dari luaran wajib dalam konversi nilai Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan dirancang untuk memberikan kontribusi nyata kepada masyarakat desa. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader PKK terkait potensi pegagan sebagai bahan baku olahan pangan fungsional yang tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan tetapi juga memiliki nilai ekonomi. Setelah mengikuti kegiatan ini, diharapkan para kader PKK Desa Bengkaung mampu mengolah pegagan menjadi produk pangan yang lebih bervariasi dan inovatif. Dengan demikian, pegagan dapat lebih mudah diterima dan dikonsumsi oleh semua kalangan masyarakat, termasuk mereka yang belum terbiasa dengan rasa asli tanaman ini. Selain itu, olahan berbasis pegagan diharapkan mampu memberikan manfaat kesehatan yang lebih luas, sesuai dengan kandungan gizi dan khasiatnya.

Rangkaian kegiatan dalam penyuluhan ini mencakup beberapa tahap, mulai dari pembukaan acara, penyampaian materi yang berisi informasi tentang manfaat pegagan dan cara pengolahannya, hingga sesi diskusi interaktif antara tim pelaksana dan peserta. Sebagai bagian dari kegiatan, tim studi independen juga membagikan salah satu produk olahan pegagan yang telah dikembangkan, yaitu

keripik pegagan. Produk ini diberikan sebagai hasil inovasi yang dapat menjadi inspirasi bagi para peserta untuk menciptakan olahan pangan berbasis pegagan lainnya.



Gambar 1. Peserta kader PKK desa Bengkauang pada kegiatan penyuluhan pemanfaatan pegagan sebagai olahan pangan fungsional

Penyuluhan merupakan serangkaian upaya sistematis yang bertujuan untuk mendorong terjadinya perubahan perilaku pada individu, kelompok, komunitas, ataupun masyarakat, sehingga mereka memiliki pengetahuan, kemauan, dan kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Kegiatan penyuluhan juga berperan penting dalam mendorong terciptanya kreativitas dan kemandirian masyarakat, sebagaimana yang diungkapkan oleh Kemensos (2018). Penyuluhan yang dilakukan di desa Bengkauang melibatkan kader PKK yang mayoritas terdiri dari ibu-ibu rumah tangga, seperti yang ditampilkan pada gambar 1. Penyampaian materi dilakukan dengan memanfaatkan dua media utama, yaitu *PowerPoint* sebagai alat visual interaktif dan leaflet sebagai panduan informasi yang dapat dibawa pulang oleh peserta. Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini mencakup pemahaman tentang manfaat kesehatan daun pegagan dan cara memanfaatkannya menjadi produk olahan pangan fungsional, seperti keripik pegagan. Penyuluhan ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan informasi, tetapi juga untuk menginspirasi masyarakat dalam mengembangkan kreativitas mereka melalui inovasi produk berbasis pegagan.

Secara umum, tanaman berdaun hijau atau *green leafy vegetables* (GLVs) dikenal sebagai sumber nutrisi penting yang kaya akan berbagai zat gizi. Kandungan nutrisinya meliputi mineral seperti zat besi, kalsium, kalium, dan magnesium; vitamin seperti vitamin K yang berperan dalam proses pembekuan darah, vitamin C yang berfungsi sebagai antioksidan dan meningkatkan imunitas, vitamin E yang melindungi sel dari kerusakan, serta berbagai vitamin B yang mendukung metabolisme tubuh. Selain itu, GLVs juga mengandung fitonutrien seperti β -karoten, lutein, zeaxanthin, dan neoxanthin yang memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan tubuh (Chandrika & Prasad Kumara, 2015).

Secara khusus, pegagan (*Centella asiatica*) tidak hanya memiliki karakteristik nutrisi yang serupa dengan GLVs lainnya, tetapi juga menawarkan keunikan komposisi gizi. Pegagan mengandung makronutrien seperti protein sebesar 2,4% dan karbohidrat sebesar 6,7%. Selain itu, pegagan kaya akan mineral penting seperti fosfor (17,0 mg/100 g), zat besi (14,9 mg/100 g), dan natrium (107,8 mg/100 g). Tanaman ini juga merupakan sumber serat makanan yang baik, terutama serat tidak larut (5,4%) dan sedikit serat larut (0,49%), yang mendukung fungsi

pencernaan. Kandungan air yang sangat tinggi, mencapai 87,7%, membuat pegagan segar dan berair, sehingga cocok untuk dikonsumsi dalam berbagai olahan pangan fungsional. Keanekaragaman kandungan nutrisi ini menjadikan pegagan tidak hanya bernilai sebagai bahan makanan tetapi juga sebagai sumber manfaat kesehatan yang potensial (Chandrika & Prasad Kumara, 2015).

Selain kandungan nutrisi, pegagan juga mengandung fitokonstituen, yaitu komponen bioaktif yang berperan dalam memberikan manfaat kesehatan diantaranya flavonoid, fenolik, saponin, triterpenoid dan steroid (Affandy et al., 2021). Selain itu, pegagan juga mengandung senyawa yaitu senyawa asiatikosida, asam asiatik, dan madekasosida (Awaluddin et al., 2024). Fitokonstituen tersebut memberikan manfaat bagi kesehatan seperti menurunkan tekanan darah, menurunkan gula darah, meningkatkan nafsu makan, mengobati wasir dan konstipasi, memperlancar air seni/BAK, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan daya ingat dan konsentrasi dan mempercepat penyembuhan luka (Sutardi, 2017). Berdasarkan penelitian Elmida (2024) fraksi polar daun pegagan (*Centella asiatica*) dapat menurunkan tekanan darah pada tikus putih jantan hipertensi dengan efek terbaik antihipertensi pada dosis 500 Mg/KgBB. Adapun khasiat menurunkan kadar gula darah oleh pegagan didukung oleh penelitian Maulida et al (2019) yakni pemberian ekstrak pegagan dapat menurunkan kadar glukosa darah dengan konsentrasi pemberian ekstrak yang paling efektif pada konsentrasi 40% pada mencit (*Mus musculus*) dewasa jantan yang diinduksi glukosa. Penurunan kadar glukosa darah pada mencit disebabkan oleh adanya senyawa flavonoid yang terkandung dalam pegagan. Flavonoid terbukti mampu merangsang sistem kekebalan tubuh karena adanya mekanisme antioksidan flavonoid terjadi sebagai penekan dari radikal hidroksil, oleh karena itu flavonoid mampu memblokir perkembangan diabetes (Winarsi et al., 2014).

Beberapa produk berbasis pegagan telah dikembangkan sebagai bentuk diversifikasi hasil olahan sekaligus untuk mempermudah masyarakat dalam memanfaatkan khasiat pegagan. Di antaranya, pegagan dimanfaatkan sebagai penurun tekanan darah melalui produk inovatif seperti jus dan teh celup yang dikombinasikan dengan bahan tambahan berupa rimpang kunyit, serta cookies (Hasimun et al., 2020; Yanti & Verawati, 2022). Selain itu, pegagan juga diolah menjadi bubur instan, nugget, dan cookies sebagai alternatif pemenuhan kebutuhan gizi anak (Alwi et al., 2023). Pengembangan produk berbasis pegagan juga menyoar kebutuhan khusus, seperti pembuatan bakso dengan penambahan serbuk pegagan sebagai pangan alternatif untuk penderita diabetes melitus tipe 2 (Bestina et al., 2023). Tidak hanya itu, bakso sapi dengan tambahan serbuk pegagan juga dikembangkan sebagai produk pangan yang kaya akan antioksidan dan serat, sehingga mendukung fungsi kesehatan secara lebih luas (Bestina et al., 2023). Diversifikasi ini menunjukkan potensi pegagan untuk dikembangkan sebagai bahan pangan fungsional yang inovatif dan bermanfaat bagi berbagai segmen masyarakat.

Pemanfaatan pegagan di kalangan masyarakat, khususnya oleh ibu-ibu rumah tangga di daerah Bengkaung, pada umumnya masih terbatas pada olahan tradisional seperti lalapan dan urap. Untuk meningkatkan efisiensi dan nilai tambah dari pegagan, dilakukan inovasi berupa pengembangan produk keripik pegagan. Produk ini dirancang sebagai alternatif pengolahan yang lebih praktis, memiliki daya simpan yang lebih lama, dan dapat diterima oleh berbagai kalangan masyarakat. Keripik pegagan tidak hanya menawarkan cita rasa yang lezat, tetapi juga mempertahankan kandungan manfaat kesehatan dari pegagan, seperti mendukung fungsi kognitif dan kardiovaskular. Dengan karakteristik yang ringan, mudah

dikemas, serta memiliki masa simpan yang panjang, keripik pegagan berpotensi untuk dikembangkan sebagai produk unggulan daerah yang dapat dipasarkan secara luas, baik di tingkat lokal maupun nasional. Pengembangan produk ini juga diharapkan dapat meningkatkan daya saing pegagan sebagai bahan pangan fungsional sekaligus membuka peluang pemberdayaan ekonomi masyarakat setempat.



Gambar 2. Leaflet pemanfaatan pengolahan pegagan

Proses pembuatan keripik pegagan melibatkan beberapa langkah utama. Pertama, daun pegagan segar dipilih, dicuci bersih, dan disortir untuk memastikan kualitas terbaik. Kemudian, bumbu seperti bawang putih, kemiri, ketumbar, kencur, garam, dan merica dihaluskan. Selanjutnya, dibuat adonan dari campuran tepung beras, santan, bumbu yang telah dihaluskan, dan air secukupnya hingga mencapai kekentalan yang sesuai. Daun pegagan dicelupkan satu per satu ke dalam adonan, lalu digoreng dalam minyak panas hingga matang dan berwarna keemasan. Setelah digoreng, keripik ditiriskan untuk mengurangi kelebihan minyak sebelum dikemas. Keripik pegagan dapat dikonsumsi sebagai cemilan atau lauk makan. Untuk mempermudah kader PKK, pada saat penyuluhan diberikan leaflet seperti pada gambar 2 yang berisikan cara membuat keripik pegagan dan beberapa contoh produk olahan pegagan lainnya.

Kader PKK Desa Bengkaung yang menerima keripik pegagan tampak senang dan tertarik untuk mencoba keripik pegagan yang diberikan oleh tim mahasiswa (Gambar 3). Hal ini menunjukkan bahwa olahan keripik pegagan dapat menjadi salah satu produk olahan pangan yang dapat diterima oleh masyarakat. Hal ini juga dapat menjadi awal pemanfaatan pegagan dikalangan masyarakat sehingga khasiat kesehatan pada pegagan dapat dimanfaatkan dengan cara yang lebih efektif, efisien serta mudah diterima oleh masyarakat.



Gambar 3 Proses pembagian contoh produk olahan pegagan berupa keripik pegagan

Sebagai sesi penutup, untuk mengetahui respon dan tanggapan masyarakat terhadap kegiatan ini, maka diadakan sesi diskusi dan tanya jawab. Para peserta yang hadir tampak begitu antusias dalam menyampaikan pertanyaan yang mencerminkan ketertarikan mereka terhadap materi yang dibawakan (Gambar 4). Selain itu, juga diadakan kuis untuk mengevaluasi pemahaman kader terhadap materi yang dibawakan. Hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata para kader dapat menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim dengan benar sehingga menjadi indikator bahwa terjadi peningkatan pemahaman masyarakat terhadap manfaat dan produk olahan pegagan.



Gambar 4. Sesi diskusi dan tanya jawab

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan ini telah berhasil meningkatkan pemahaman para kader mengenai pemanfaatan pegagan untuk meningkatkan kesehatan melalui berbagai inovasi olahan pangan fungsional dari pegagan yang salah satunya berupa keripik pegagan.

Saran

Sebagai langkah pengembangan, kegiatan serupa dapat diperluas dengan mengeksplorasi berbagai variasi produk olahan pegagan, seperti minuman sehat atau makanan instan

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada dosen pembimbing, masyarakat Desa Bengkaung, dan seluruh pihak yang telah membantu dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandy, F., Wirasisya, D. G., & Hanifa, N. I. (2021). Skrining Fitokimia Pada Tanaman Penyembuh Luka di Lombok Timur. *Sasambo Journal of Pharmacy*, 2(1), 1–6.
- Agustiningrum, R., Handayani, S., & Hermawan, A. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Penyakit Degeneratif Kronik pada Lansia di Puskesmas Jogonalan I. *Urecol Journal. Part D: Applied Sciences*, 1(1), 33–34. <https://doi.org/10.53017/ujs.52>
- Alwi, A. L., Firgiyanto, R., Elfina, V., Antika, H., Masyaroh, S., Dewindawati, D., Nafila, N., Kusumaningtyas, R. N., & Triwidiarto, C. (2023). Pengembangan Produk Olahan daun Pegagan Sebagai Makanan Pokok Tambahan (MPT) Pencegahan Stunting dan Peningkatan Ekonomi. *Agrimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Pertanian*, 2(1), 23–29. <https://doi.org/10.25047/agrimas.v2i1.28>
- Awaluddin, R., Mustaqim, R. M., Arbain, D., & Hayati, F. (2024). Non-aromatic compounds of *Centella asiatica* methanolic extract and analysis of their pharmacology network on burn wounds Senyawa Non-aromatik dari ekstrak metanol Herba *Centella asiatica* dan Analisis Farmakologi Jejaring pada Luka Bakar. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Science and Technology*, 11(3), 253–266.
- Bestina, A. A., Muhlshoh, A., & N, N. C. (2023). Kandungan Antioksidan Dan Serat Pangan Total Pada Bakso Daging Sapi Dengan Penambahan Serbuk Pegagan. *Media Gizi Ilmiah Indonesia*, 1(1), 43–52. <https://doi.org/10.62358/mgii.v1i1.10>
- Chandrika, U. G., & Prasad Kumara, P. A. A. S. (2015). Gotu Kola (*Centella asiatica*): Nutritional Properties and Plausible Health Benefits. In *Advances in Food and Nutrition Research* (1st ed., Vol. 76). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/bs.afnr.2015.08.001>
- Diniyah, N., & Lee, S.-H. (2020). Komposisi Senyawa Fenol Dan Potensi Antioksidan Dari Kacang-Kacangan: Review. *Jurnal Agroteknologi*, 14(01), 91. <https://doi.org/10.19184/j-agt.v14i01.17965>
- Elmida, V., Farmasi, F., & Indonesia, U. P. (2024). *UJI EFEKTIVITAS FRAKSI POLAR DAUN PEGAGAN (Centella asiatica (L). Urb) PADA TIKUS PUTIH JANTAN HIPERTENSI YANG DIINDUKSI PREDNISON DAN. L.*
- Hasimun, P., Dadang Juanda, Ika Kurnia Sukmawati, & Ari Yuniarto. (2020). Edukasi Hipertensi dan Pelatihan Pembuatan Teh Herbal Kombinasi Daun Pegagan (*Centella asiatica*) Dan Rimpang Kunyit (*Curcuma longa*) Sebagai Minuman Kesehatan Antihipertensi. *Amaliah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 139–144. <https://doi.org/10.32696/ajpkm.v4i2.516>
- Kemendes. (2020). *Penyakit Tidak Menular Kini Ancam Usia Muda. Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat.* <https://www.kemkes.go.id/article/view/20070400003/penyakit-tidak-men-ular-kini-ancam-usia-muda.html>
- Kemensos. (2018). *Efektivitas Penyuluhan Sosial Masyarakat dalam Penyelenggaraan Kesejahteraan Sosial.* Pusat Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial.

- Maulida, U., Jofrisha, & Mauliza. (2019). Uji Aktivitas Antidiabetes Ekstrak Etanol Pada Tanaman Pegagan (*Centella asiatica* (L) Urban). *KATALIS Jurnal Pendidikan Kimia Dan Ilmu Kimia*, 2(2), 1–8.
- Rabani, I. G. A. Y., Anata, I. G. B. T., & Antari, N. W. S. (2024). *PANGAN FUNGSIONAL BAGI KESEHATAN REGULASI, KOMPONEN, DAN APLIKASI*. Penerbit Widina.
- Sianturi, D. P., & Marliyati, S. A. (2014). Formulasi Flakes Tepung Komposit Pati Garut Dan Tepung Singkong Dengan Penambahan Pegagan Sebagai Pangan Fungsional Sarapan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 9(1), 15–22. <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/download/8258/6460>
- Sulistio, A. D. (2021). Pemanfaatan Daun Pegagan (*Centella asiatica*) menjadi Olahan Keripik. *Jurnal Pengabdian Masyarakat MIPA Dan Pendidikan MIPA*, 5(2), 125–130.
- Sutardi, S. (2017). Kandungan Bahan Aktif Tanaman Pegagan dan Khasiatnya untuk Meningkatkan Sistem Imun Tubuh. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pertanian*, 35(3), 121. <https://doi.org/10.21082/jp3.v35n3.2016.p121-130>
- WHO. (2021). *Noncommunicable Diseases*. <https://www.who.int/news-room/fact%0A-sheets/detail/noncommunicable-dise%0Aases%0D>
- Winarsi, H., Sasongko, N. D., Purwanto, A., & Nuraeni, I. (2014). Effect of cardamom leaves extract as antidiabetic, weight lost and hypocholesterolemic to alloxan-induced Sprague Dawley diabetic rats. *International Food Research Journal*, 21(6), 2253–2261.
- Wirasisya, D. G., Hidayati, A. R., Sunarwidhi, A. L., & Hanifa, N. I. (2021). *Efek Anti Inflamasi Dan Penyembuhan Luka Tanaman Terpilih Dari Lombok Timur*.
- Yanti, S. F., & Verawati, B. (2022). PEMBUATAN COOKIES BERBAHAN DASAR TEPUNG PISANG RAJA (*Musa paradisiaca* L.) DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG PEGAGAN (*Centella asiatica*) SEBAGAI CEMILAN SEHAT PENDERITA HIPERTENSI. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(2), 162–167. <https://doi.org/10.31004/jkt.v3i2.3567>