

Empowerment and Counseling about Traditional Medicinal Plants (Jamu) to Facilitate Breast Milk (ASI) for Breastfeeding Mothers and PKK Mothers in Pasar X Village, Kutalimbaru District

Betty Mangkuji¹, Jujuren Br Sitepu², Arihta Br Sembiring³
Politeknik Kesehatan Medan

Corresponding Author: Betty Mangkuji bettymangkuji@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Herbal Medicine,
Exclusive Breast Milk

Received : 23, August

Revised : 22, September

Accepted: 25, October

©2023 Mangkuji, Sitepu, Sembiring :
This is an open-access article
distributed under the terms of the
[Creative Commons Atribusi 4.0
Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

This community service activity aims to increase the knowledge and skills of mothers with babies aged 0-2 years, PKK mothers and cadre mothers to better understand the benefits of herbal medicine and how to make and distribute leaflets on ingredients for making herbal medicine and it is hoped that respondents will practice it at home. The community service method involves providing outreach on the benefits of breast milk for babies, the benefits of herbal medicine as well as herbal medicine ingredients and how to make it through lectures, discussions and demonstrations of making herbal medicine. And the counseling was evaluated with pre-tests and post-tests, distribution of leaflets and the practice of making herbal medicine which was carried out at the Siti Rohana Br Ginting clinic as a midwife in Pasar X village, Kutalimbaru sub-district. The results obtained after carrying out community service regarding the benefits of herbal medicine, knowledge about the benefits of herbal medicine increased from 65% who did not know to 87%. And from 81.6% who did not know the ingredients and how to make it and after being given an explanation the ingredients and how to make it increased to 91.1%. Suggestions for village midwives and posyandu cadres to explain the benefits of herbal medicine and ingredients to breastfeeding mothers. Use leaflets so that the culture is not lost.

Pemberdayaan Dan Penyuluhan Tentang Tanaman Obat Tradisional (Jamu) Untuk Melancarkan Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Dan Ibu Pkk Di Desa Pasar X Kecamatan Kutalimbaru

Betty Mangkuji¹, Jujuren Br Sitepu², Arihta Br Sembiring³

Politeknik Kesehatan Medan

Corresponding Author: Betty Mangkuji bettymangkuji@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Jamu, ASI
Eksklusif

Received : 23, August

Revised : 22, September

Accepted: 25, October

©2023 Mangkuji, Sitepu, Sembiring :
This is an open-access article
distributed under the terms of the
[Creative Commons Atribusi 4.0
Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu memiliki bayi 0-2 tahun, ibu PKK dan ibu-ibu kader agar lebih memahami manfaat jamu dan cara membuat serta menyebarkan leaflet bahan-bahan pembuatan jamu dan diharapkan responden mempraktekannya dirumah. Metode pengabdian kepada masyarakat dilakukan penyuluhan tentang manfaat ASI bagi bayi, manfaat jamu serta bahan-bahan jamu dan cara pembuatan dengan ceramah, diskusi, dan demonstrasi pembuatan jamu. Dan penyuluhan dievaluasi dengan pre-tes dan post-tes, pembagian leaflet dan praktek pembuatan jamu yang dilakukan di klinik Siti Rohana Br Ginting sebagai bidan desa pasar X kecamatan Kutalimbaru. Hasil didapat setelah dilakukan pengabdian masyarakat tentang manfaat jamu maka pengetahuan tentang manfaat jamu meningkat dari 65% yang tidak tahu menjadi 87%. Dan dari 81,6% yang tidak tahu bahan-bahan serta cara pembuatan dan setelah diberi penjelasan meningkat bahan-bahan dan cara pembuatan menjadi 91,1% Saran agar bidan desa maupun kader posyandu menjelaskan manfaat jamu dan bahan-bahan kepada ibu menyusui. Dengan menggunakan leaflet sehingga budaya tidak hilang.

PENDAHULUAN

Angka Kematian Bayi (AKB) merupakan salah satu indikator untuk menilai derajat kesehatan masyarakat di suatu negara (Kemenkes, 2021). Hal ini Sustainable Development Goals (SDGs) menargetkan pada tahun 2030 dapat menurunkan angka kematian bayi sebesar 12 per 1000 kelahiran hidup (UNICEF: WHO: World Bank: UN DESA, 2019).

Angka Kematian Bayi Di Indonesia 21 per 1.000 kelahiran, Di Sumatera Utara 65,50 per 100.000 kelahiran hidup. (World Health Statistics) Angka kematian bayi di Deli Serdang 36,64 per 1.000 kelahiran. Dalam rangka mendukung upaya tersebut, pemerintah Indonesia mengeluarkan berbagai kebijakan antara lain, Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/MENKES/SK/VI/2004 tentang pemberian ASI secara eksklusif di Indonesia dan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif (Kemenkes RI, 2014). Pemberian ASI eksklusif sangat penting, karena selain sebagai nutrisi terbaik untuk tumbuh kembang bayi,

Berdasarkan data Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat menyatakan bahwa pada tahun 2019 rata-rata persentase pemberian ASI eksklusif bayi berusia kurang dari 6 bulan baru mencapai 67,74%. Dan Provinsi Sumatera termasuk lima (5) Propinsi yang cakupan ASI Eksklusif yang kurang. (Profil Kesehatan Indonesia, 2020)

Di Sumatera utara target pemberian ASI Eksklusif dari tahun 2020 yaitu 53,39 % pada tahun 2021 sebesar 57,83. Di Deli Serdang target ASI eksklusif 50,07 % puskesmas kutalimbaru targetnya 45,97%..(Profil Kesehatan Sumut, 2020)

Target ASI Eksklusif tidak tercapai dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain Air Susu Ibu (ASI) tidak segera keluar disebabkan karena produksi ASI kurang. Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kelancaran ASI adalah dengan merawat payudara, melakukan pijat oxytosin atau ibu mengkonsumsi jamu.

Jamu tradisional merupakan warisan dari nenek moyang berupa ramuan tradisional sebagai salah satu upaya pengobatan telah dikenal luas dan dimanfaatkan oleh masyarakat untuk tujuan mengobati penyakit ringan, mencegah datangnya penyakit, menjaga ketahanan dan kesehatan tubuh, serta untuk tujuan kecantikan. Salah satu jenis jamu untuk melancarkan ASI adalah jamu uyup-uyup. Jamu Uyup-uyup yang komposisi kencur, kunyit, lempuyang, temu giring, temulawak dan daun katuk. Kencur yang terkandung zat

antioksidan, flavonoid, antiradang, kurkumin, antiinflamasi, antialergi, antivirus bermanfaat sebagai penyegar dan penghangat badan, sehingga mempengaruhi keadaan ibu untuk menyusui (Santoso, 2018)

Jamu terbukti mempengaruhi kelancaran ASI dengan Komposisi bahan meliputi: kunyit, lempuyang, air daun sirih, asam jawa, daun katuk yang bermanfaat untuk melancarkan ASI (Adrian, 2019).

Penelitian Sri Hidayati dkk (2018) dengan hasil Minum Jamu (Ramuan Daun Katuk, Kunyit, Lempuyangan Dan Asem Jawa) efektivitas terhadap Produksi ASI.

Penelitian Sucipto dkk (2020) jamu yang komposisi yaitu Temulawak, Kunyit dan Meniran. Khasiat Temulawak digunakan untuk menyegarkan tubuh, melancarkan metabolisme serta menyehatkan fungsi hati. Kunyit digunakan untuk melancarkan pencernaan, sedangkan meniran untuk meningkatkan daya tahan tubuh sehingga melancarkan produksi

Penelitian Fitri dkk hubungan obat herbal (jamu gepyok) untuk memperlancar ASI dengan produksi ASI sebagai upaya menurunkan penggunaan obat – obatan konvensional

Penelitian Sitepu J berjudul Hubungan Perilaku Ibu Mengonsumsi Obat Tradisional (Jamu) Kesehatan Ibu Menyusui Dan Kelancaran ASI menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara pengetahuan, sikap, dan tindakan dengan kesehatan ibu menyusui hubungan yang signifikan antara tindakan dengan kelancaran ASI dengan nilai $< 0,01$.

Jamu Uyup-uyup adalah obat tradisional digunakan oleh masyarakat bermanfaat untuk melancarkan ASI karena zat yang terkandung didalam bahan-bahan jamu adalah saponin, flavonoid, tannin, flavonoid, alkaloid, minyak esensial, minyak atsiri, glikosida, triterpenoid, fenol dan steroid. Xanthoxol dan mengandung vitamin kalori, protein, lemak, hidrat arang, kalsium, vitamin A, vitamin B1 dan vitamin C, vitamin B₆, karbohidrat, enzim, lemak, serat, asam amino, asam folat, senyawa aromatic dan mineral yang terdiri dari natrium, besi, magnesium, fosfor, zink, potassium oksalat yang bermanfaat untuk bermanfaat untuk lactagogum, antiinflamasi, antioksidan antibody antimalaria, antimikroba dan antikanker, antipiretik, antiulcer, analgetic, antijamur dan imunomodulator membuat sehingga meningkatkan menambah nafsu makan, menghilangkan mual, menghilangkan rasa sakit, menstabilkan kondisi psikologis Ibu. sehingga ibu menyusui tidak kekurangan gizi dan kondisi psikologis ibu tenang, maka hormone oksitosin akan terstimulasi sehingga dapat merangsang prolactin agar terus memproduksi ASI

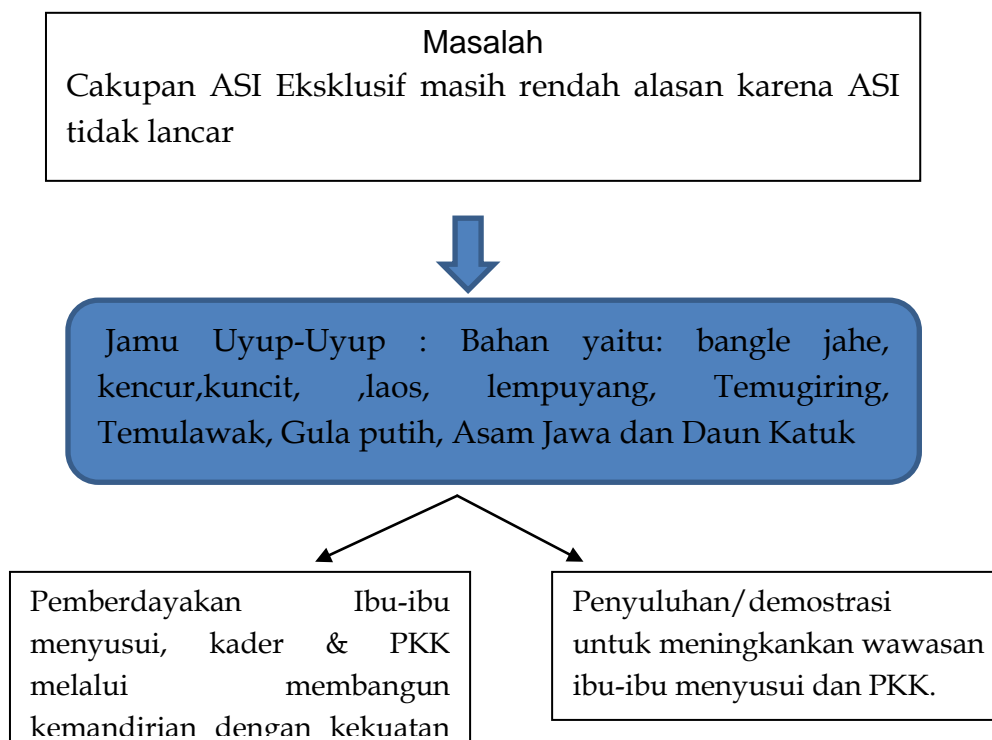
Di desa Pasar X Kecamatan Kutalimbaru terdapat ibu-ibu yang melahirkan 32 orang dengan usia bayi 0-2 tahun yang rerata usia ibu menyusui 19- 25 sebanyak 15 orang tidak memberikan ASI Eksklusif dengan alasan ASI tidak Lancar dan tidak ada usaha untuk melancarkan ASI. Cara masyarakat Pasar X untuk mengatasi masalah dengan memberi susu formula dan makanan tambahan yang seharusnya belum dianjurkan kepada bayi mereka. Para ibu menyusui mengatakan bila orangtua ada maka orang tua membuat ramuan untuk melancarkan ASI dan pengalaman orang tua untuk minum jamu. Hanya apa bahan-bahan dan cara pembuatan para ibu menyusui tidak tahu karena para ibu menyusui membeli jamu dari pedagang jamu. Tetapi bila pedagang jamu tidak datang ibu menyusui tidak minum jamu. Pedagang jamu jarak antara desa dengan pemukiman pedagang jamu kira-kira 15 KM. Pedagang jamu tidak setiap hari ke desa Pasar X karena kondisi pedagang itu sendiri.

Berdasarkan pernyataan diatas maka dilakukan penyuluhan dan demonstrasi tentang manfaat jamu dan demonstrasi yaitu jamu sehingga menambah

pengetahuan masyarakat Pasar X dan untuk Ibu-ibu PKK serta kader agar meningkatkan pengetahuan dan mampu untuk mengingatkan masyarakat saat posyandu.

PELAKSAAN DAN METODE

1. Kerangka Pemecahan Masalah.



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

2. Realisasi Pemecahan Masalah

Permasalahan dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat di Posyandu desa Pasar X adalah mengedukasi serta memotivasi, kemauan dan kemampuan untuk menambah pengetahuan tentang manfaat *Jamu* dan demostrasi pembuatan *Jamu* pemecahan masalah secara operasional sebagai berikut:

Langkah -langkah kerja dalam pengabdian masyarakat sebagai berikut

- a. Menetapkan jumlah peserta sasaran pemberdayaan yaitu ibu-ibu ibu-ibu menyusui yang diundang oleh bidan desa dan kader posyandu desa pasar sepuluh
- b. Setiap peserta dikumpulkan di suatu ruangan yaitu di Posyandu desa Pasar X yaitu di klinik bidan Siti Rohana menjadi 2 kelompok yaitu ibu-ibu yang memiliki bayi 0-2 tahun dan ibu PKK serta ibu kader.
- c. Memberikan materi penyuluhan yang meliputi :
 - a) **Materi 1** : Mengedukasi ibu sehingga meningkat motivasi ibu menyusui tetap memberi ASI.

- b) **Materi 2** : Mengetahui bahan-bahan dan melaksanakan tehnik kemampuan ketrampilan membuat *Jamu* dan menggunakannya
- 1) Cuci Tangan
 - 2) Semua bahan-bahan dicuci lalu yang harus dikupas dikupas
 - 3) Semua Bahan di giling semua menjadi satu
 - 4) Bahan yang sudah digiling diambil inti sari dengan cara memeras bahan yang sudah digiling dengan kain putih bersih sehingga keluar Inti sarinya
 - 5) Lalu dimasak sampai memdidik serta dibuat tepung sehingga tahan lama

METODE KEGIATAN

Metode kegiatan ini berupa penyuluhan dan pelatihan kepada para Ibu menyusui, ibu kader dan ibu PKK di Desa Pasar X

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan meliputi :

a. Survey

b. Pemantapan dan penentuan lokasi dan sasaran

c. Penyusunan bahan/materi pelatihan, yang meliputi: makalah, kuesioner dan leaflet untuk kegiatan penyuluhan dan pelatihan pembuatan *Jamu*

2. Tahap Pelaksanaan

a. Tahap pelaksanaan penambahan ketrampilan dilakukan persiapan.

Dalam tahap ini dilakukan *pertama*, dilakukan pre test tentang konsep manfaat ASI bagi bayi dan *Jamu* lalu diberi penyuluhan tentang manfaat *Jamu* serta diberikan dan leaflet dibagikan untuk lebih memahami materi yang diberikan dan sesi pelatihan ini menitik beratkan pada pemberian penjelasan mengenai memotivasi kemampuan Ibu menyusui dan kader posyandu agar mau menggunakan *Jamu*.

b. Tahap kedua mendemostrasikan pembuatan *Jamu*

Membentuk kelompok kerja dalam pembuatan jamu yaitu mengajak ibu PKK untuk membeli bahan-bahan yang akan digunakan serta mengajak ibu-ibu yang memiliki bayi 0-2 tahu untuk membersihkan dan mengupas seluruh bahan-bahan. penambahan ketrampilan yang menitik beratkan pada kemampuan melaksanakan melakukan pembuatan *Jamu*. Pemberian kemampuan ini dilakukan dengan teknik simulasi /demonstrasi agar Ibu menyusui dan kader posyandu mendapatkan pengalaman langsung sekaligus pengayaan dari tim pelatih, setelah selesai dilakukan post test

Tabel 1. Hambatan dan Upaya Pemecahaannya

Hambatan	Upaya Pemecahaannya
Bahasa Medis yang sulit dimengerti	Menggunakan bahasa daerah
Ketidak Sabaran menunggu waktu	Dipasang video tentang pembuatan <i>Jamu</i>
Ribut	Yang rebut diberi pertanyaan
Tak Peduli	Diberi contoh yang nyata
Ibu-ibu sudah tua lebih aktif dan diikuti oleh tokoh budaya beberapa bapak-bapak	Semua yang hadir diikuti sertakan
Lansia	Neneknya pun yang mengantar bayi dilayani

KEGIATAN EVALUASI

Evaluasi kegiatan dilakukan selama awal proses dan akhir pelatihan, pada aspek pencapaian tujuan pelatihan dan juga penyelenggaraan pelatihan.

Evaluasi awal, proses dan hasil (pencapaian tujuan pelatihan) dilakukan dengan angket tanya jawab, dan observasi. Sedangkan evaluasi aspek penyelenggaraan pelatihan dilakukan dengan pemberian angket. Indikator keberhasilan dalam pelaksanaan pelatihan yaitu: (1) Evaluasi selama proses penyuluhan dan demonstrasi pembuatan jamu.

1. Evaluasi Pra Pelatihan

Keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat dievaluasi berdasarkan pengalaman yang dimiliki Ibu yang memiliki bayi 0-2 tahun, ibu kader dan ibu PKK dari awal sehingga dapat diketahui tingkat keberhasilan penyuluhan. Tim Pengabdian post test

2. Evaluasi selama proses pelatihan

Evaluasi saat pelaksanaan pelatihan meliputi, keterlibatan dan kemampuan peserta setiap tahap pelatihan. Pada Tahap awal dan akhir, peserta diharapkan dapat melakukan mengetahui bahan dan manfaat *Jamu* dengan menggunakan lembar pertanyaan. Indikator keberhasilan selama proses pelatihan dengan melihat:

- a. Kemampuan ibu-ibu yang memiliki bayi berumur 0- 2 tahun serta kader dibawah naungan Posyandu Desa pasar X di Klinik Bidan Rohana Br Ginting dalam pemahaman kegiatan manfaat *Jamu* lebih dari 87%
- b. Keterampilan ibu-ibu yang memiliki bayi berumur 0-2 tahun serta kader dibawah naungan Posyandu Desa pasar X di Klinik Bidan Rohana Br Ginting melaksanakan kegiatan tehnik *Jamu* lebih dari 91,3%

3. Evaluasi Pasca Pelatihan

Keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dievaluasi berdasarkan taraf penyelesaian materi pelatihan, dan Tim Pengabdian akan

melakukan evaluasi dengan mengamati dan lembar pertanyaan yang sudah ditentukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Pre Test dan Post Test Ibu memiliki bayi 0-2 Tahun, ibu PKK dan ibu kader Di Posyandu Pasar X Tahun 2023

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	Jumlah	Presen (%)	Jumlah	Presen (%)
Baik	8	34,8	22	95,7
Kurang	15	65,1	1	4,3
Jumlah	23	100	23	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa pengetahuan dari 23 ibu ibu-ibu yang memiliki bayi/anak umur 0-2 tahun, ibu kader dan ibu PKK memiliki pengetahuan kurang tentang manfaat ASI dan *Jamu uyup-uyup* sebesar 65,1% dan setelah dilakukan penyuluhan konsep ASI eksklusif dan pelaksanaan demonstrasi pembuatan *jamu uyup-uyup* pada ibu yang memiliki bayi/anak umur 0-2 tahun, ibu kader dan ibu PKK berpengetahuan baik yaitu 95,7% yang artinya ada peningkatan pengetahuan setelah diberi penyuluhan.

Tabel 3. Distribusi Pengetahuan Pre Test dan Post Test Ibu Yang Memiliki Bayi/ Anak Umur 0-2 Tahun, Ibu Kader Dan Ibu PKK Tentang Bahan-Bahan *Jamu Uyup-Uyup* Dan Pembuatan Di Posyandu Desa Pasar X Klinik Bidan Rohana Br Ginting Tahun 2023

Pembuatan <i>Jamu</i>	Pre Test		Post Test	
	Jumlah	Persen	Jumlah	Persen
Bahan-bahan <i>Jamu</i> dengan benar	4	17,4	22	91,3
Bahan-bahan <i>Jamu</i> dengan salah	19	81,6	1	8,7
Jumlah	23	100	23	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa mayoritas Ibu Yang Memiliki Bayi/ Anak Umur 0-2 Tahun, Ibu Kader Dan Ibu PKK tidak tahu bahan-bahan pembuatan *Jamu* sebesar 81,6% dan setelah dilakukan pelatihan dan pelaksanaan pembuatan *Jamu* mayoritas melakukan dengan baik dan benar sebesar 91,3%.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 4.1 mayoritas ibu memiliki pengetahuan yang kurang manfaat *Jamu* sebesar 65,1% terdapat pada ibu berusia tidak reproduksi sehat serta mengatakan tidak pernah mendapat informasi tentang obat tradisional terutama *jamu*, ada juga ibu tingkat pengetahuannya baik sebesar 34,8% mendapat informasi tentang jamu sebelum di beri penyuluhan.

Setelah dilakukan penyuluhan maka mayoritas ibu berpengetahuan meningkat tentang manfaat *jamu* sebesar 95,7 namun ada juga ibu yang

memiliki pengetahuan rendah sebesar 4,3 %, ini terjadi 1 orang ibu yang memiliki bayi 0-2 tahun karena 1 orang ibu suku Nias dan mengatakan menggunakan obat tradisional daerah nias sendiri. Mayoritas responden umur reproduksi sehat dengan tingkat pendidikan sekolah menengah atas

Makin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi ibu menerima informasi dan akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika seseorang tingkat pendidikannya rendah, akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan (Purwati 2019)

Menurut Susilo, (2019) mengatakan pada usia reproduksi sehat menjadi faktor kesungguhan ibu dalam merawat, mengasuh serta membesarkan anaknya maka sangat baik untuk memberdayakan ibu dalam mengasuh anak-anaknya sehingga pelatihan sangat besar manfaatnya. Jadi karena usia ibu tidak reproduksi sehat sehingga merubah pengetahuannya sedikit lebih sulit.

Sumber informasi bermanfaat sebagai media atau tempat penyebaran segala informasi dan juga merupakan sumber penggali sebuah berita atau informasi dan karakteristi informasi adalah frekuensi informasi. Informasi harus dilaksanakan berulang-ulang sehingga informasi dapat dipahami.

Sumber informasi tentang *Jamu* masih kurang baik buku, modul maupun sumberlainnya belum banyak dan orangtuapun tidak mentrasformasi ilmu budaya sehingga nilai kearifan loka dalam budaya mulai berkurang maka perlu dikembangkan kembali

Berdasarkan tabel 4.2 mayoritas ibu yang memiliki bayi/anak berumur 0-2 tahun, ibu PKK dan Kader tidak tahu bahan -bahan *Jamu uyup-uyup* sebesar 81,6 % setelah dilakukan pelatihan maka mayoritas ibu mayoritas ibu yang memiliki bayi/anak berumur 0-2 tahun, ibu PKK dan Kader membuat *Jamu* dan mau sebesar 91 % . ini disebabkan karena ibu mayoritas ibu yang memiliki bayi/anak berumur 0-2 tahun, ibu PKK dan Kader berada dalam usia reproduksi sehat dan keinginan berlatih sangat tinggi sehingga sering berlatih kepada kader maupun berlatih kepada orang tua cara membuat *Jamu*

Notoatmojo,2017 mengatakan Perilaku manusia merupakan hasil dari segala pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan. Dengan kata lain perilaku merupakan respon atau reaksi seorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. Aplikasinya pada mayoritas ibu yang memiliki bayi/anak berumur 0-2 tahun, ibu PKK dan Kader setelah diberi penyuluhan pengetahuan bertambah semua ibu yang hadir bersedia untuk menggunakan *Jamu* sehingga terjadi peningkatan pengetahuan dan ketrampilan.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Dari hasil pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang manfaat *Jamu* dan pembuatan *Jamu* kepada ibu yang memiliki bayi/anak berumur 0-2 tahun, ibu PKK dan Kader posyandu salah satu upaya meningkatkan pemberian ASI Eksklusif dengan penyuluhan dan demonstrasi dengan leafelad disimpulkan:

1. Pengetahuan ibu yang memiliki bayi/anak berumur 0-2 tahun, ibu PKK dan Kader tentang manfaat Jamu meningkat dari 65,1% yang kurang tahu menjadi tahu 95,7%
2. Pengetahuan ibu ibu yang memiliki bayi/anak berumur 0-2 tahun, ibu PKK dan Kader tentang bahan-bahan *Jamu* dan pembuatannya meningkat dari 65,1% yang kurang tahu menjadi tahu 87%
1. Diharapkan kepada Ibu yang memiliki bayi 0 -2 tahun, agar membuat *Jamu* dan menggunakannya secara terus menerus sehingga produksi ASI meningkat dan bayi yang dilahirkan mendapat ASI Eksklusif
2. Diharapkan Kader posyandu dan ibu PKK mau melanjutkan penyuluhan manfaat *Jamu* dan demonstrasi *Jamu* sehingga setiap ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi tahu manfaat *Jamu* dan melakukannya
3. Disarankan kepada bidan desa dan bidan koordinator serta puskesmas Kutalimbaru Kecamatan Kutalimbaru Kabupaten Deli Serdang agar menidaklanjut penyuluhan manfaat *Jamu* dan pembuatan *Jamu* kepada masyarakat khususnya ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki bayi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Kuasa yang selalu melimpahkan Rahmat dan KaruniaNya pada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan pengabdian masyarakat Program Kemitraan Masyarakat (PKM) Pemanfaatan Tanaman Obat Dan Obat Tradisional Indonesia Untuk melancarkan ASI Pada Ibu menyusui Di Desa Pasar Sepuluh (X) kecamatan Kutalimbaru Tahun 2023 Pengabdian masyarakat ini penulis lakukan untuk memenuhi salah satu kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi.

Dalam penyusunan laporan pengabdian masyarakat ini penulis banyak mendapat masukan dan saran dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Direktur Politeknik Kemenkes Medan
2. Wakil Direktur I Politeknik Kemenkes Medan
3. Ketua Jurusan Kebidanan Medan
4. Kepala Desa Pasar Sepuluh Kecamatan Kutalimbaru
5. Bidan Siti Rohana Br Ginting Sebagai Mitra kerja
6. Teman sejawat di Jurusan Kebidanan Medan
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan nama satu persatu yang telah membantu penulis dalam penyusunan Proposal ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan proposal ini belumlah sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca, sehingga proposal ini dapat lebih baik. Akhir kata, penulis ucapkan terimakasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, K. 2019. Ini Fakta Flavonoid yang Perlu Anda Ketahui. Retrieved Desember 2, 2022, from Alodokter website: <https://www.alodokter.com/ini-fakta-flavonoid-yang-perlu-anda-ketahui>.
- Asep, K. (2020). IPTEKS Bagi Masyarakat (IbM) Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengelolaan BANK Sampah Plastik di Lingkungan Yayasan Al Kamilah Serua Depok. *Abdimas Unwahas*.
- Atmojo, M., & Awang, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Abdimas BSI*,
- Dwisatyadini, M. 2017. Pemanfaatan Tanaman Obat Untuk Pencegahan dan Pengobatan Penyakit Degeneratif. *Optimalisasi Peran Sains Dan Teknologi Untuk Mewujudkan Smar*
- Hendrian, H., & Hadiah, J. T. (Eds.). 2019. In *Koleksi Tumbuhan Obat Kebun Raya Bogor*. Bogor: UPT Balai Pengembangan Kebun Raya LIPI.
- Jujuren Sitepu, (2021 berjudul Hubungan Perilaku Ibu Mengonsumsi Obat Tradisional (Jamu) Kesehatan Ibu menyusui Dan Kelancaran Asi di Desa Pasar X kecamatan Kutalimbaru
- Muhlisah, F. 2019. Temu-Temuan dan Empon-emponan Budidaya dan Manfaatnya. Presented at the Yogyakarta. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Rahmawati, A. A. D. 2019. Lengkuas hingga Temu Giring, Bumbu Dapur Sehat yang Bikin Makanan Enak. Retrieved July 31, 2019, from Detikfood website: <https://food.detik.com/info-sehat/d-4385779/lengkuas-hingga-temu-giring-bumbu-dapur-sehat-yang-bikin-makanan-enak>
- Santoso, H. B. 2018. *Toga 2 Tanaman Obat Keluarga (8th ed.)*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius
- Sri Hidayati , R., Syampurma, H., & Asnaldi, A. (2021). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Minuman Kesehatan Alami Bernilai Ekonomi Bagi Ibu PKK. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*
- Sucipto, S., Sulistiyowati, T., Utami, B., & Qamaria, R. (2020). Gerakan Budidaya Tanaman Obat Keluarga sebagai Kepedulian Masyarakat Menuju Desa Sehat di Desa Semen Kabupaten Kediri. *Cendekia*

- Sepriani, R., Eldawaty, E., Asnaldi, A., Wahyuri, A. S., & Kibadra, K. (2020). Pembuatan Jamu Serbuk Instan Berbasis Tanaman Obat Keluarga (Toga) Bagi Ibu-Ibu Pkk Di Kelurahan Tarantang Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*
- Suryawati.C Faktor sosial budaya dalam praktek perawatan kehamilan, persalinan, dan pasca persalinan (Studi DikecamatanBangsri kabupaten Jepara) 2017
- Wulandari, N., Viviandari, D., & Prastiwi, R. (2021). Pelatihan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Aisyiyah Cabang Duren Sawit 1 dan TK Aisyiyah 71 Jakarta Timur