

Manfaat Herbal Pegagan (*Centella Asiatica* (L.)) dalam Membantu Mencegah Alzheimer

Benefits Of Herbs Gotu Kola (Centella Asiatica) In Helping Prevent Alzheimer's

Yelfi Anwar, Regina, Dias Septiana Sari, Yofie Aldo Aditya, Syifa Alifia Indriani, Silvy Widya Rahmi, Diajeng Para Mitha

Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, Indonesia

Alamat: Jl. Sunter Permai Raya, Sunter Agung, Kec. Tj. Priok, Jkt Utara, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 14350

Korespondensi Penulis : yelfi.anwar@uta45jakarta.ac.id

Article History:

Received: June 06, 2024

Revised: June 24, 2024

Accepted: July 05, 2024

Published: July 08, 2024

Keywords: Alzheimer, Gotu kola, webinar

Abstract. This community service aims to provide information about the role of Gotu kola extract (*Centella asiatica*) as a neural antioxidant and mitoprotective in the context of helping reduce symptoms of Alzheimer's disease. Alzheimer's, a form of dementia common in old age, still has no effective treatment after more than a hundred years of research. Gotu kola extract has been traditionally known in Asia as a cognitive-enhancing drug and has antioxidant and mitoprotective properties that can revitalize nerve and brain cells. Through the community service program, we organized a webinar on the benefits of Gotu Kola herbs in helping prevent Alzheimer's disease for students of the University of 17 August 1945 Jakarta and the general public in North Jakarta. The results of this activity showed a positive response from participants, with 42 participants from various backgrounds attending the webinar.

Abstrak. Alzheimer, sebuah bentuk demensia yang umum pada usia lanjut, masih belum memiliki pengobatan yang efektif setelah lebih dari seratus tahun penelitiannya. Ekstrak pegagan telah dikenal secara tradisional di Asia sebagai obat peningkat kognitif dan memiliki sifat antioksidan serta mito protektif yang dapat merevitalisasi sel-sel saraf dan otak. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi mengenai peran ekstrak pegagan (*Centella asiatica*) sebagai neural antioksidan dan mito protektif dalam konteks membantu mengurangi gejala penyakit Alzheimer. Melalui program pengabdian masyarakat, kami menyelenggarakan webinar mengenai manfaat herbal pegagan dalam membantu mencegah penyakit alzheimer untuk mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dan masyarakat umum di Jakarta Utara. Hasil kegiatan ini menunjukkan respon yang positif dari peserta, dengan 42 peserta dari berbagai latar belakang menghadiri webinar tersebut.

Kata Kunci: Alzheimer, pegagan, webinar.

1. PENDAHULUAN

Organ tubuh manusia berfungsi dengan baik dan harmonis berkat adanya sistem koordinasi. Sistem koordinasi tubuh manusia melibatkan sistem saraf, dimana indera manusia menerima rangsangan yang kemudian diteruskan ke otak atau sumsum tulang belakang. Di bagian saraf pusat, semua informasi ini diolah sebelum dikirim ke alat koordinasi untuk menentukan respons yang tepat. Sistem koordinasi manusia terdiri dari sistem saraf, alat indera,

* Yelfi Anwar, yelfi.anwar@uta45jakarta.ac.id

dan sistem hormon.

Pada tahun 2016, secara global, gangguan sistem saraf pusat menjadi penyebab utama DALY (*Disability Adjusted Life Years*) bagi 276 juta orang di seluruh dunia dan merupakan penyebab kematian terbesar kedua di dunia dengan 9 juta kematian. Empat penyebab terbesar DALY adalah stroke (42%), migrain (16%), alzheimer dan demensia lainnya (10%), serta meningitis (8%).

Penyakit Alzheimer (AD) adalah jenis demensia yang paling umum di seluruh dunia pada usia lanjut dan masih belum dapat disembuhkan meskipun telah lebih dari seratus tahun sejak ditemukan. Perubahan yang terjadi pada penderita AD meliputi deposisi ekstraneuronal protein *amyloid-β* (dikenal sebagai plak beta-amyloid) serta pengendapan protein tau yang abnormal di dalam neuron (dikenal sebagai kusut tau). Perubahan patologis pada otak ini menyebabkan neurodegenerasi dan dikaitkan dengan berbagai faktor etiologi seperti peradangan saraf, kerusakan membran saraf, mutasi gen (kurang dari 5%), stres oksidatif, pembentukan molekul toksik, kesalahan pelipatan protein, dan disfungsi mitokondria.

Penggunaan obat tradisional menjadi alternatif pilihan bagi masyarakat Indonesia karena dianggap dapat menghilangkan efek samping dari obat kimia. Selain itu, obat tradisional juga dianggap lebih mudah didapatkan, lebih terjangkau, serta lebih efektif dalam penggunaannya. Obat tradisional biasanya mengandung bahan herbal dan dapat dikonsumsi dalam bentuk kapsul, tablet, kaplet, bubuk, emulsi, campuran, suspensi, atau bentuk olahan yang dapat direbus.

Salah satu tanaman yang banyak digunakan di wilayah Asia adalah pegagan (*Centella asiatica*), yang termasuk dalam famili *apiaceae*. Tanaman ini telah digunakan secara tradisional sebagai obat peningkatan kogniti, serta memiliki manfaat sebagai neural antioksidan dan efek mitoprotektif. Tanaman ini juga diketahui dapat merevitalisasi sel-sel saraf dan otak, serta meningkatkan rentang konsentrasi. Bagian tanaman dan produknya telah digunakan sebagai perawatan sejak lama karena kandungan seperti saponosida triterpen, asam asiatic, madecassic, dan turunannya.

Melalui Program Pengabdian Masyarakat ini, kami ingin memberikan informasi mengenai pemanfaatan ekstrak pegagan (*Centella asiatica*) sebagai neural antioksidan dan efek mitoprotektif. Ekstrak ini dapat merevitalisasi sel-sel saraf dan otak serta membantu meringankan penyakit degeneratif Alzheimer. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah mahasiswa/i Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, yang akan diperkenalkan cara pembuatan obat herbal yang dapat digunakan sebagai pilihan terapi Alzheimer menggunakan bahan alam

pegagan (*Centella asiatica*).

2. METODE

Pengabdian masyarakat ini mengangkat tema “Manfaat Herbal Pegagan (*Centella asiatica* (L.)) dalam Membantu Mencegah Alzheimer”. Judul kegiatan webinar ini dirancang untuk memenuhi persyaratan mata kuliah Obat Bahan Alam Penyakit Degeneratif. Pengabdian masyarakat dilakukan melalui kegiatan webinar dengan tema yang sama, yang dilaksanakan menggunakan platform Zoom Meeting dan mengundang Mahasiswa/i Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta. Dalam kegiatan ini, akan dilakukan pretest di awal dan posttest di akhir kegiatan untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan setelah mengikuti webinar.

Sasaran kegiatan ini adalah seluruh masyarakat Indonesia yang memiliki akses ke aplikasi Zoom Meeting dan berminat untuk mengetahui manfaat herbal pegagan dalam membantu mengurangi risiko Alzheimer. Target utama adalah mahasiswa/i Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, namun kegiatan ini juga terbuka untuk peserta lain yang tertarik. Kegiatan ini akan dilaksanakan pada Rabu, 01 Mei 2024, pukul 08.30-12.25 WIB, melalui Zoom Meeting.

Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode kuantitatif dan kualitatif untuk mengukur efektivitas webinar dan pemahaman peserta mengenai manfaat herbal pegagan dalam mencegah Alzheimer. Desain pengabdian masyarakat ini menggunakan kuesioner dengan lima pertanyaan tentang materi “Manfaat Herbal Pegagan (*Centella asiatica* (L.)) Dalam Membantu Mencegah Alzheimer”. Soal-soal pretest dan posttest diberikan melalui *Google Form* selama webinar berlangsung. Hasil analisis dilakukan dengan melihat persentase nilai rata-rata dari responden peserta.

Tahapan metodologi pengabdian ini meliputi persiapan webinar, pelaksanaan webinar, pengumpulan data, analisis data, dan pelaporan hasil. Pada tahap persiapan, materi presentasi mengenai manfaat pegagan disusun, dan pretest serta posttest disiapkan untuk mengukur pengetahuan awal dan akhir peserta. Selama pelaksanaan webinar, materi disampaikan oleh narasumber dan diikuti dengan sesi tanya jawab untuk menggali lebih dalam pengetahuan dan pemahaman peserta.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengumpulkan seluruh peserta dalam satu grup untuk dijelaskan tentang waktu pelaksanaan webinar dan prosedur pengisian soal *pretest* dan *posttest*. Data dikumpulkan melalui pretest yang diberikan sebelum webinar dimulai dan posttest setelah webinar berakhir, serta dari diskusi dan sesi tanya jawab selama webinar. Analisis data kuantitatif dilakukan terhadap hasil pretest dan posttest untuk mengukur

peningkatan pengetahuan peserta, sementara analisis kualitatif dilakukan terhadap *feedback* peserta dan diskusi selama webinar. Data kemudian dianalisis menggunakan nilai persentase rata-rata untuk menilai efektivitas penyampaian materi dan peningkatan pemahaman peserta.

Hasil pengabdian masyarakat ini akan dilaporkan dalam bentuk laporan yang mencakup efektivitas webinar dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang manfaat herbal pegagan dalam mencegah Alzheimer, serta memberikan rekomendasi untuk kegiatan serupa di masa mendatang.

3. HASIL & PEMBAHASAN

Data peserta webinar menunjukkan bahwa terdapat 37 peserta yang berpartisipasi berdasarkan hasil responden yang masuk. Data rata-rata tes webinar diperoleh dari hasil peserta yang menanggapi soal pretest maupun posttest. Berdasarkan perbandingan hasil, peserta yang menanggapi soal pretest sebanyak 36 peserta dan posttest sebanyak 37 peserta. Pada kuesioner *pretest*, terdapat lima pertanyaan yang diajukan. Pada kuesioner *posttest*, terjadi peningkatan hasil jawaban benar pada sebagian besar pertanyaan.

Secara rinci, dari hasil kuesioner *pretest* dan *posttest*, terlihat bahwa ada peningkatan pemahaman peserta mengenai zat aktif dalam Herbal Pegagan (*Centella asiatica*), yaitu Madecassoside, yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer. Sebagian besar peserta memahami bagaimana herbal pegagan membantu mengurangi peradangan otak (80,6% pada *pretest*) dan meningkatkan pemahaman mereka setelah webinar (94,6% pada *posttest*). Pemahaman tentang manfaat konsumsi herbal pegagan dalam meningkatkan daya ingat dan konsentrasi juga meningkat dari 72,2% pada *pretest* menjadi 89,2% pada *posttest*. Namun, pemahaman tentang cara kerja herbal pegagan dalam membantu mencegah Alzheimer sedikit menurun dari 38,9% pada *pretest* menjadi 37,8% pada *posttest*. Terakhir, pengetahuan tentang bagian herbal pegagan yang digunakan untuk keperluan pengobatan, yaitu daunnya, meningkat dari 94,4% pada *pretest* menjadi 97,3% pada *posttest*. Hal tersebut dapat terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel. 1 Presentase Pre Test

Pertanyaan	Persentase	
	Benar (%)	Salah (%)
Apa zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer?	61,1% .	38,9%
Bagaimana Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) membantu mencegah Alzheimer?	80,6%	19,4%
Manfaat apakah yang dapat diperoleh dari konsumsi Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) dalam mencegah Alzheimer?	72,2%	27,8%
Bagaimana cara kerja Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) dalam membantu mencegah Alzheimer?	38,9%	61,1 %
Apa bagian dari Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) yang biasanya digunakan untuk keperluan pengobatan?	94,4%	5,6%

Tabel. 1 Presentase Post test

Pertanyaan	Persentase	
	Benar (%)	Salah (%)
Apa zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer?	75,7%	24,3%
Bagaimana Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) membantu mencegah Alzheimer?	94,6%	5,4%
Manfaat apakah yang dapat diperoleh dari konsumsi Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) dalam mencegah Alzheimer?	89,2%	10,8%
Bagaimana cara kerja Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) dalam membantu mencegah Alzheimer?	37,8%	62,2%

MANFAAT HERBAL PEGAGAN (*CENTELLA ASIATICA* (L.)) DALAM MEMBANTU MENCEGAH ALZHEIMER

Apa bagian dari Herbal Pegagan (<i>Centella asiatica</i>) yang biasanya digunakan untuk keperluan pengobatan?	97,3%	2,7%
---	-------	------

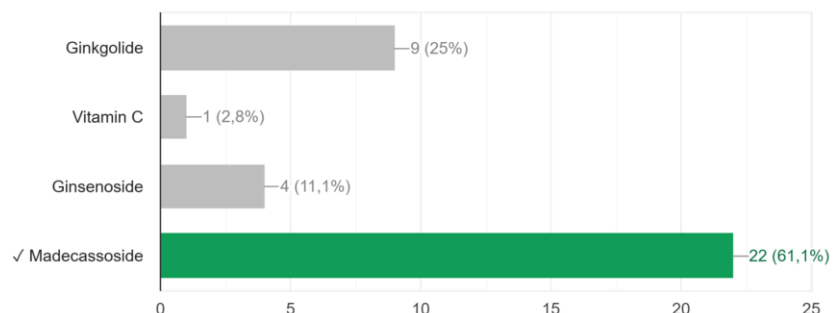
Penyuluhan mengenai "Manfaat Herbal Pegagan (*Centella asiatica* (L.)) dalam Membantu Mencegah Alzheimer" ini diadakan untuk masyarakat di berbagai daerah, termasuk teman sejawat, mahasiswa dari berbagai universitas, dan masyarakat umum, dengan total peserta sekitar 42 orang. Dari jumlah tersebut, 36 peserta mengisi kuesioner pretest dan 37 peserta mengisi kuesioner posttest. Webinar ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang manfaat tanaman herba pegagan dalam mencegah penyakit degeneratif sistem saraf seperti Alzheimer serta untuk mengukur sejauh mana pemahaman mereka mengenai topik tersebut, yang ditinjau melalui hasil persentase pretest dan posttest.

Keterangan diagram kuesioner

1) Kuesioner 1

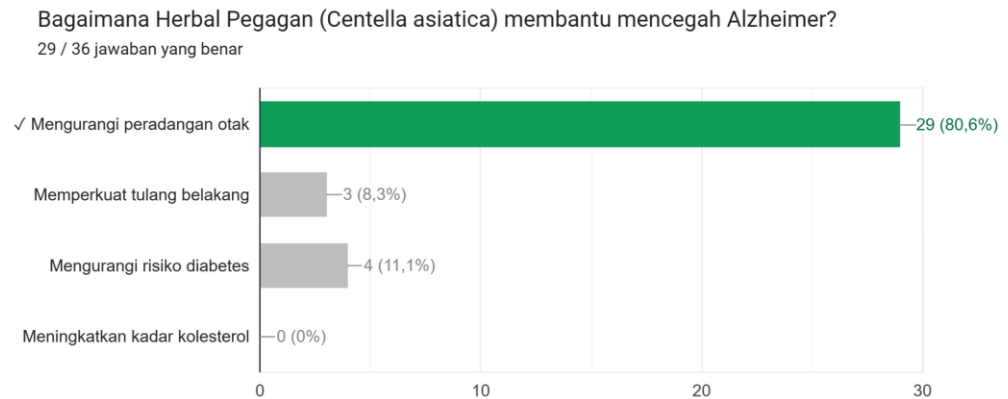
Apa zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer?

22 / 36 jawaban yang benar



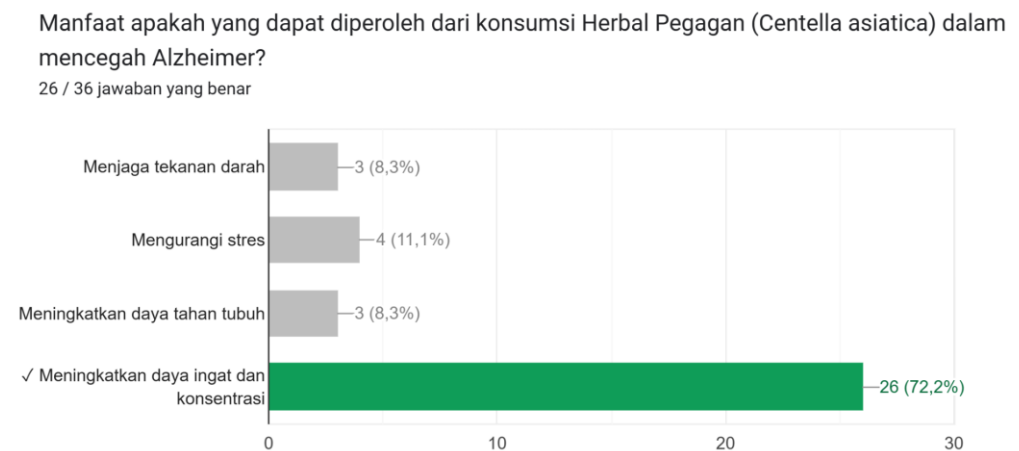
Dari hasil kuesioner *pretest* 1 dengan pertanyaan “Apa zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer yaitu *Madecassoside*. Dengan nilai responden sebanyak 61,1% .

2) Kuesioner 2



Dari hasil kuesioner pretest 2 dengan pertanyaan “Bagaimana herbal pegagan (*centella asiatica*) membantu alzheimer ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta bagaimana herbal pegagan (*centella asiatica*) membantu alzheimer dengan mengurangi peradangan otak. Dengan nilai responden sebanyak 80,6%

3) Kuesioner 3

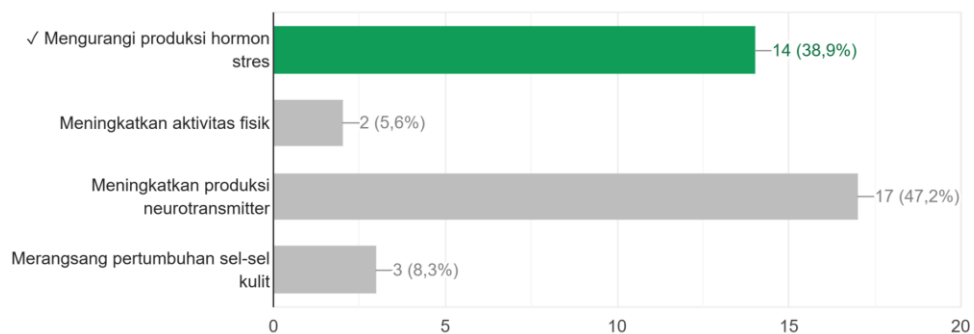


Dari hasil kuesioner pretest 3 dengan pertanyaan “Manfaat apakah yang dapat diperoleh dari konsumsi herba pegagan (*centella asiatica*) dalam mencegah alzheimer ? ” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui Manfaat apakah yang dapat diperoleh dari konsumsi herba pegagan (*centella asiatica*) dalam mencegah alzheimer Dengan meningkatkan daya ingat dan konsentrasi nilai responden sebanyak 72,2%

4) Kuesioner 4

MANFAAT HERBAL PEGAGAN (*CENTELLA ASIATICA* (L.)) DALAM MEMBANTU MENCEGAH ALZHEIMER

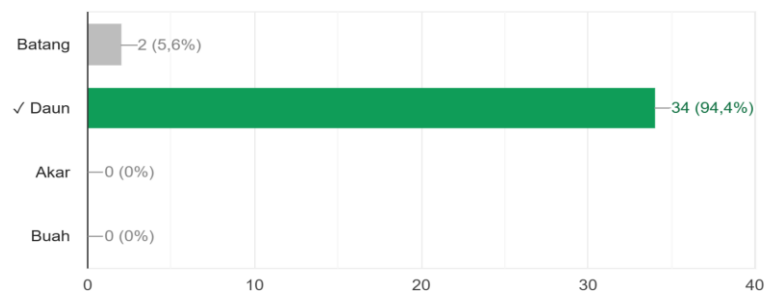
Bagaimana cara kerja Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) dalam membantu mencegah Alzheimer?
14 / 36 jawaban yang benar



Dari hasil kuesioner pretest 4 dengan pertanyaan “Bagaimana cara kerja herbal pegagan (*centella asiatica*) dalam membantu mencegah Alzheimer ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui Bagaimana cara kerja herbal pegagan (*centella asiatica*) dalam membantu mencegah Alzheimer dengan mengurangi produksi hormon stres. Dengan nilai responden sebanyak 38,9%

5) Kuesioner 5

Apa bagian dari Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) yang biasanya digunakan untuk keperluan pengobatan?
34 / 36 jawaban yang benar



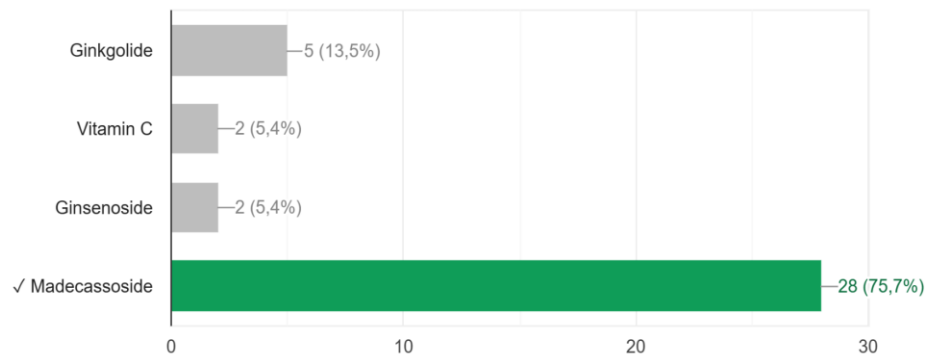
Dari hasil kuesioner pretest 5 dengan pertanyaan “Apa bagian dari herbal pegagan (*centella asiatica*) yang biasanya digunakan untuk keperluan pengobatan ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui Apa bagian dari herbal pegagan (*centella asiatica*) yang biasanya digunakan untuk keperluan pengobatan dengan daunnya. Dengan nilai responden sebanyak 94,4%

Untuk rerata post test webinar didapatkan hasil data peserta yang menanggapi soal post test webinar sebanyak 37 peserta sebagai berikut (Terlampir) :

1) Kuesioner 1

Apa zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer?

28 / 37 jawaban yang benar

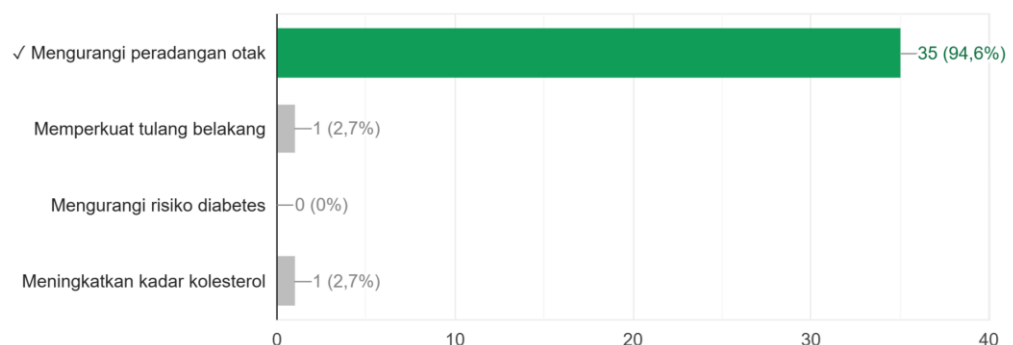


Dari hasil kuesioner post test 1 dengan pertanyaan “Apa zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer yaitu Madecassoside. Dengan nilai responden sebanyak 75,7%

2) Kuesioner 2

Bagaimana Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) membantu mencegah Alzheimer?

35 / 37 jawaban yang benar



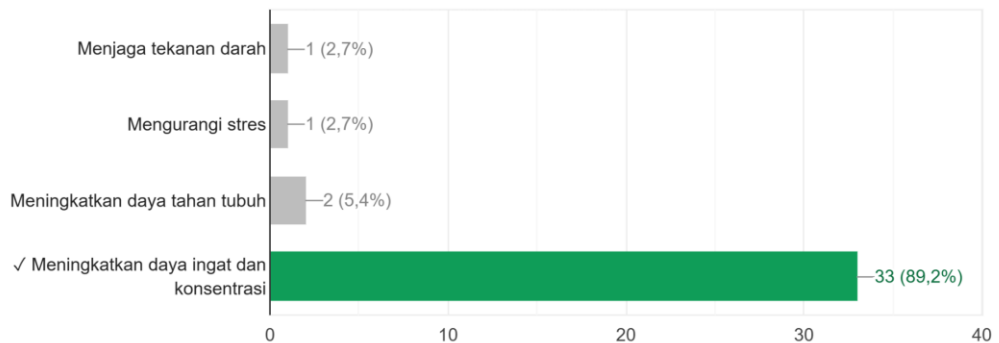
Dari hasil kuesioner post test 2 dengan pertanyaan “Bagaimana herbal pegagan (*centella asiatica*) membantu alzheimer ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui zat aktif yang terdapat dalam Herbal Pegagan (*Centella asiatica*)

MANFAAT HERBAL PEGAGAN (*CENTELLA ASIATICA* (L.)) DALAM MEMBANTU MENCEGAH ALZHEIMER

yang diketahui memiliki potensi dalam membantu mencegah Alzheimer yaitu *Madecassoside*. Dengan nilai responden sebanyak 94,6%

3) Kuesioner 3

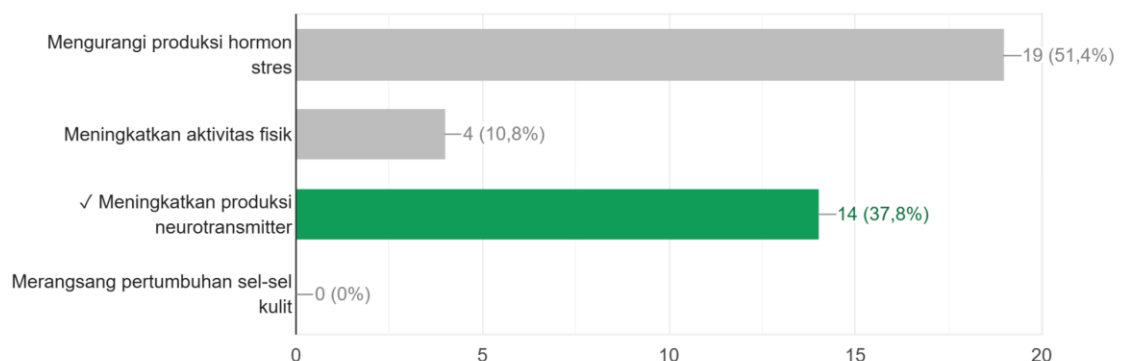
Manfaat apakah yang dapat diperoleh dari konsumsi Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) dalam mencegah Alzheimer?
33 / 37 jawaban yang benar



Dari hasil kuesioner post test 3 dengan pertanyaan “Manfaat apakah yang dapat diperoleh dari konsumsi herba pegagan (*centella asiatica*) dalam mencegah alzheimer ? ” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui Manfaat apakah yang dapat diperoleh dari konsumsi herba pegagan (*centella asiatica*) dalam mencegah alzheimer yaitu meningkatkan daya ingat dan konsentrasi Dengan nilai responden sebanyak 89,2%

4) Kuesioner 4

Bagaimana cara kerja Herbal Pegagan (*Centella asiatica*) dalam membantu mencegah Alzheimer?
14 / 37 jawaban yang benar



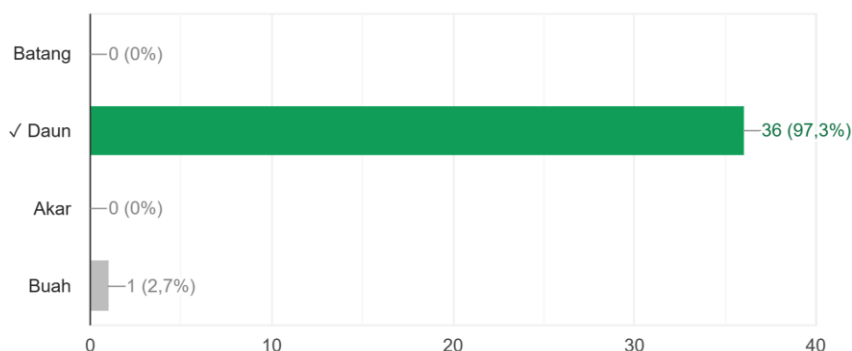
Dari hasil kuesioner post test 4 dengan pertanyaan “Bagaimana cara kerja herbal

pegagan (*centella asiatica*) dalam membantu mencegah Alzheimer ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui Bagaimana cara kerja herbal pegagan (*centella asiatica*) dalam membantu mencegah Alzheimer dengan cara meningkatkan produksi neurotran. Dengan nilai responden sebanyak 37,8%

5) Kuesioner 5

Apa bagian dari Herbal Pegagan (Centella asiatica) yang biasanya digunakan untuk keperluan pengobatan?

36 / 37 jawaban yang benar



Dari hasil kuesioner post test 5 dengan pertanyaan “Apa bagian dari herbal pegagan (*centella asiatica*) yang biasanya digunakan untuk keperluan pengobatan ?” diperoleh hasil bahwa responden Sebagian peserta mengetahui Apa bagian dari herbal pegagan (*centella asiatica*) yang biasanya digunakan untuk keperluan pengobatan yaitu daunnya . Dengan nilai responden sebanyak 97,3%

Dari hasil *pretest*, dapat diketahui bahwa pengetahuan awal responden mengenai manfaat herba pegagan dalam mencegah Alzheimer sudah cukup baik, dengan persentase jawaban benar sebesar 72,2% dan jawaban salah sebesar 27,8%. Setelah penyuluhan, hasil posttest menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta. Persentase jawaban benar meningkat menjadi 89,2%, sementara jawaban salah menurun menjadi 10,8%.

Pengetahuan yang kurang mengenai manfaat herba pegagan dalam mencegah Alzheimer dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti latar belakang pendidikan, jenis pekerjaan, jumlah penghasilan, dan akses informasi di layanan kesehatan publik. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya meningkatkan kesempatan untuk mengakses informasi tentang manfaat pegagan. Oleh karena itu, penyuluhan webinar ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan manfaat yang lebih luas kepada masyarakat umum dan peserta khususnya.

Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan webinar tentang manfaat herba pegagan dalam mencegah Alzheimer berhasil meningkatkan pemahaman dan pengetahuan peserta secara signifikan. Peningkatan ini tidak hanya menunjukkan efektivitas penyuluhan, tetapi juga menyoroti pentingnya akses informasi yang baik untuk meningkatkan kesadaran kesehatan di masyarakat. Dengan demikian, penyuluhan ini diharapkan dapat berkontribusi pada upaya pencegahan penyakit degeneratif seperti Alzheimer di masa mendatang.

4. DISKUSI

Temuan ini relevan dengan literatur yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dan penyuluhan dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai isu-isu kesehatan. Penelitian oleh Glanz et al. (2008) dalam "*Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice*" menyatakan bahwa pendidikan kesehatan yang efektif dapat mempengaruhi sikap dan perilaku individu terhadap kesehatan mereka. Dalam konteks ini, penyuluhan tentang manfaat herba pegagan dalam mencegah Alzheimer dapat dianggap berhasil dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan peserta mengenai topik tersebut.

Pengetahuan awal peserta tentang herba pegagan mungkin dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti latar belakang pendidikan, jenis pekerjaan, dan akses terhadap informasi kesehatan. Sebagai contoh, mereka yang memiliki latar belakang pendidikan lebih tinggi mungkin lebih mudah memahami dan menerima informasi tentang manfaat pegagan, sesuai dengan temuan dalam literatur yang menyatakan bahwa pendidikan adalah determinan penting dalam akses dan pemahaman informasi kesehatan.

Proses pengabdian masyarakat ini dimulai dengan perencanaan penyuluhan, diikuti oleh pelaksanaan webinar yang melibatkan presentasi materi, diskusi interaktif, serta pretest dan posttest untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Perubahan sosial yang diharapkan dari kegiatan ini adalah peningkatan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang cara-cara alami dan tradisional dalam mencegah penyakit degeneratif seperti Alzheimer, yang pada gilirannya dapat mendorong mereka untuk mengadopsi gaya hidup yang lebih sehat dan preventif.

Dalam diskusi ini, pengabdian masyarakat melalui penyuluhan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta tentang manfaat herba pegagan. Perubahan sosial yang terjadi sebagai hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan kesehatan masyarakat secara keseluruhan, terutama dalam

pencegahan penyakit degeneratif seperti Alzheimer. Dukungan dari literatur dan perspektif teoritik memperkuat temuan ini, menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan yang baik dapat membawa perubahan positif dalam masyarakat.

5. KESIMPULAN

Penyuluhan online tentang "Manfaat Herbal Pegagan (*Centella asiatica* (L.)) dalam Membantu Mencegah Alzheimer" diikuti oleh 42 peserta, termasuk 25 mahasiswa dan 17 masyarakat umum dari berbagai kalangan di Tanjung Priok, Jakarta Utara. Webinar ini mendapat respons positif dari peserta, menunjukkan minat tinggi terhadap pengetahuan tentang herbal pegagan. Namun, disayangkan bahwa peserta tanpa akses digital tidak dapat mengikuti acara. Kehadiran offline bisa menjadi alternatif lebih inklusif, namun harapan kami adalah informasi yang disampaikan dapat memberikan manfaat bagi semua. Semoga penggunaan herbal pegagan dalam mencegah Alzheimer membawa manfaat bagi kesehatan dan kualitas hidup kita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung kegiatan webinar tentang "Manfaat Herbal Pegagan dalam Mencegah Alzheimer." Terima kasih kepada Dr. apt. Yelfi Anwar, S. Farm., M. Farm, Syifa Alifia Indriani, panitia, Ketua RT, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, dan semua peserta yang turut berpartisipasi. Semoga ilmu yang dibagikan dalam webinar ini bermanfaat untuk pencegahan Alzheimer dan kesehatan masyarakat secara luas. Terima kasih atas dukungan dan partisipasi Anda semua.

DAFTAR REFERENSI

- Feigin, Valery L., et al. "Global, regional, and national burden of neurological disorders, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016." *The Lancet Neurology* 18.5 (2019): 459-480.
- Glanz, Karen, Barbara K. Rimer, and K. Viswanath. "Theory, research, and practice in health behavior and health education." (2008).
- Gray, Nora E., et al. "*Centella asiatica* attenuates hippocampal mitochondrial dysfunction and improves memory and executive function in β -amyloid overexpressing mice." *Molecular and Cellular Neuroscience* 93 (2018): 1-9.
- Nutbeam, Don, and Ilona Kickbusch. "Advancing health literacy: a global challenge for the 21st century." *Health promotion international* 15.3 (2000): 183-184.

**MANFAAT HERBAL PEGAGAN (*CENTELLA ASIATICA* (L.)) DALAM MEMBANTU MENCEGAH
ALZHEIMER**

Orhan, Ilkay Erdogan. "*Centella asiatica* (L.) Urban: From traditional medicine to modern medicine with neuroprotective potential." *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* 2012.1 (2012): 946259.

Suryanti, Indah. *Pengaruh ekstrak pegagan (centella asiatica) terhadap daya ingat mencit (mus musculus) yang diinduksi Streptozotocin (STZ)*. Diss. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021.