

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian kajian empiris mengenai tanaman obat tradisional dalam mendukung kesehatan otak di Kecamatan Amfoang Selatan menunjukkan bahwa masyarakat memanfaatkan berbagai jenis tanaman dan bahan herbal seperti kunyit (*Curcuma longa*), Apis dorsata (madu), serai (*Cymbopogon*), jahe (*Zingiber officinale*), jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*), pandan (*Pandanus amaryllifolius*), bawang putih (*Allium sativum*), seledri (*Apium graveolens*), kelapa (*Cocos nucifera*), dan kelor (*Moringa oleifera*) dengan mengambil bagian daun, pucuk, rimpang, maupun buah. Jumlah penggunaan tanaman berkisar antara satu, tiga, lima, hingga tujuh bagian (atau disesuaikan tanpa takaran pasti), yang diolah dengan cara direbus, ditumbuk, diparut, diseduh, atau dihancurkan dengan tangan. Pengaplikasiannya mayoritas dilakukan dengan cara diminum 1 hingga 3 kali sehari atau dikonsumsi langsung, dengan durasi pemakaian selama 1 hingga 3 minggu atau hingga gejala dirasakan sembuh.

B. Saran

Disarankan dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pemanfaatan tanaman obat tradisional di kecamatan lain yang berada di wilayah Amfoang untuk memperoleh data yang lebih lengkap mengenai potensi tanaman obat dalam mendukung kesehatan otak.