



GERAKAN CERDAS MENGONSUMSI JAMU: EDUKASI PENGGUNAAN HERBAL AMAN DAN RASIONAL PADA MASYARAKAT

Mochammad Malik Ibrahim¹, Ika Puspita Sari², M. Arwani³, Sagita Candra Puspitasari⁴, Ririk Fidyarningsih⁵, Risna Zubaidah⁶, Yulita Cahyani Salsabila⁷, Ani Susilowati⁸, Diana Musyarrofah⁹, Awaliyah Putri¹⁰

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10}STIKES Arrahma Mandiri Indonesia

Email: mohammad.malik.ibrahim@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan jamu tradisional masih menjadi bagian dari budaya masyarakat Indonesia dalam menjaga kesehatan dan mengatasi keluhan penyakit ringan. Namun, pemanfaatan jamu yang belum disertai pengetahuan mengenai keamanan, dosis, higienitas, dan legalitas produk berpotensi menimbulkan risiko kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai konsumsi jamu yang aman, rasional, dan sesuai prinsip kesehatan modern melalui penyuluhan kesehatan bertema "*Cerdas Mengonsumsi Jamu untuk Hidup Sehat*". Kegiatan dilaksanakan di RT 04 RW 03 Dusun Taman Krajan Desa Tamansari Kecamatan Wonorejo Kabupaten Pasuruan pada tanggal 05 Februari 2026 dengan sasaran masyarakat setempat. Metode yang digunakan meliputi observasi awal, identifikasi masalah, penyuluhan melalui ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta penggunaan media edukasi berupa leaflet dan poster. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa masyarakat memiliki antusiasme yang tinggi selama proses penyuluhan berlangsung. Selain itu, terjadi peningkatan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya memperhatikan keamanan konsumsi jamu, kebersihan proses pengolahan, aturan penggunaan, serta pemilihan produk herbal yang memiliki izin edar BPOM. Masyarakat juga mulai memahami risiko penggunaan jamu yang tidak tepat dan pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan apabila mengonsumsi herbal bersamaan dengan obat medis. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan perilaku masyarakat dalam mengonsumsi jamu secara lebih bijak, aman, dan bertanggung jawab sehingga budaya penggunaan herbal tradisional tetap dapat dipertahankan sesuai prinsip kesehatan modern.

Kata kunci: jamu tradisional, edukasi kesehatan, konsumsi jamu, hidup sehat

ABSTRACT

The use of traditional herbal medicine (*jamu*) remains an integral part of Indonesian society in maintaining health and treating minor illnesses. However, the consumption of herbal remedies without adequate knowledge regarding safety, dosage, hygiene, and product legality may pose health risks. This community service activity aimed to improve public knowledge and awareness about the safe, rational, and proper consumption of *jamu* through a health education program entitled "*Smart Consumption of Jamu for a Healthy Life*." The activity was conducted in RT 04 RW 03, Taman Krajan Hamlet, Tamansari Village, Wonorejo District, Pasuruan Regency, on February 5, 2026, involving local community members as participants. The methods used included preliminary observation, problem identification, health counseling through interactive lectures, discussions, question-and-answer sessions, and educational media in the form of leaflets and posters. The results showed that participants demonstrated high enthusiasm throughout the educational sessions. In addition, there was an increase in community understanding regarding the importance of consuming

jamu safely, maintaining hygiene during the preparation process, following proper usage guidelines, and selecting herbal products that have official authorization from the Indonesian Food and Drug Authority (BPOM). Participants also became more aware of the potential risks associated with improper herbal consumption and the importance of consulting healthcare professionals when using herbal remedies together with medical drugs. This activity is expected to encourage the community to consume traditional herbal medicine more wisely, safely, and responsibly while preserving the cultural value of herbal practices in accordance with modern health principles.

Keywords: traditional herbal medicine, health education, herbal consumption, healthy lifestyle

PENDAHULUAN

Jamu merupakan salah satu warisan budaya Indonesia yang hingga saat ini masih dimanfaatkan masyarakat sebagai upaya menjaga kesehatan dan pengobatan tradisional. Pemanfaatan bahan herbal alami dalam bentuk jamu dipercaya mampu membantu meningkatkan kebugaran tubuh, menjaga daya tahan, serta mengurangi keluhan penyakit ringan melalui kandungan senyawa aktif yang terdapat pada tanaman obat. Penggunaan jamu juga tetap bertahan karena dinilai lebih mudah diperoleh, memiliki biaya yang relatif terjangkau, dan telah menjadi bagian dari kebiasaan turun-temurun masyarakat Indonesia (Elfahmi et al., 2014; Susilawati, 2015). Beberapa tanaman herbal seperti jahe, kunyit, dan temulawak diketahui memiliki aktivitas farmakologis yang berpotensi memberikan manfaat kesehatan apabila dikonsumsi secara tepat dan rasional (Aldizal et al., 2019; Redi Aryanta, 2019; Yuan Shan & Iskandar, 2018).

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa pengobatan tradisional masih menjadi bagian penting dalam pelayanan kesehatan masyarakat di berbagai negara, termasuk Indonesia, khususnya dalam upaya promotif dan preventif kesehatan (World Health Organization, 2020). Kondisi tersebut menyebabkan konsumsi jamu terus mengalami peningkatan di masyarakat, terutama setelah meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga imunitas tubuh. Smith et al. (2021) menjelaskan bahwa minuman herbal tradisional memiliki potensi mendukung peningkatan daya tahan tubuh apabila digunakan secara benar dan sesuai aturan. Namun demikian, penggunaan jamu tanpa didukung pengetahuan yang memadai dapat menimbulkan risiko kesehatan,

terutama apabila masyarakat tidak memahami komposisi bahan, dosis konsumsi, keamanan produk, maupun potensi interaksi antara herbal dan obat medis modern (Rahman & Yusuf, 2019).

Dusun Taman Krajan Desa Tamansari Kecamatan Wonorejo Kabupaten Pasuruan merupakan salah satu wilayah yang masih mempertahankan kebiasaan mengonsumsi jamu tradisional dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil observasi awal dan survei lapangan terhadap 150 responden, diperoleh gambaran bahwa masyarakat memiliki kecenderungan melakukan pengobatan mandiri sebelum mengakses fasilitas pelayanan kesehatan. Sebanyak 81 responden (54%) memilih mengonsumsi jamu sebagai langkah awal dalam mengatasi keluhan kesehatan ringan, sedangkan 70 responden (46,7%) memilih membeli obat bebas dan 28 responden (18,7%) memilih tidak melakukan tindakan tertentu sebelum mencari bantuan tenaga kesehatan. Data tersebut menunjukkan bahwa jamu masih menjadi pilihan utama masyarakat dalam menjaga kesehatan maupun mengatasi keluhan penyakit ringan.

Hasil observasi awal juga menunjukkan bahwa masyarakat Dusun Taman Krajan masih rutin mengonsumsi jamu untuk mengatasi pegal, masuk angin, menambah nafsu makan, serta menjaga stamina tubuh. Selain membeli jamu dari penjual keliling, sebagian masyarakat masih membuat jamu secara mandiri menggunakan bahan herbal seperti kunyit, jahe, kencur, dan temulawak. Kebiasaan tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan herbal tradisional masih memiliki nilai budaya yang kuat di lingkungan masyarakat setempat (Lavenia et al., 2019; Susilawati, 2015). Akan tetapi, hasil wawancara awal menunjukkan bahwa sebagian masyarakat belum memahami aturan konsumsi jamu yang tepat, termasuk dosis penggunaan, cara pengolahan yang higienis, serta kemungkinan efek samping apabila dikonsumsi secara berlebihan atau dikombinasikan dengan obat medis.

Permasalahan lain yang ditemukan adalah masih rendahnya pemahaman masyarakat mengenai penggunaan jamu secara aman dan rasional. Sebagian masyarakat mengonsumsi jamu berdasarkan pengalaman pribadi, kebiasaan turun-temurun, maupun rekomendasi lingkungan sekitar tanpa didukung informasi ilmiah yang memadai. Masyarakat juga belum sepenuhnya memahami klasifikasi jamu,

kandungan bahan aktif, indikasi penggunaan, serta kontraindikasi konsumsi herbal tertentu. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan manfaat jamu tidak optimal dan bahkan dapat menimbulkan risiko kesehatan apabila digunakan secara tidak tepat. Temuan ini sejalan dengan penelitian Suryani dan Hanani (2019) yang menjelaskan bahwa penggunaan pengobatan tradisional di masyarakat sering kali belum disertai pemahaman yang baik mengenai keamanan dan efektivitas penggunaannya.

Selain aspek penggunaan, hasil pengamatan lapangan menunjukkan bahwa sebagian masyarakat masih mengolah jamu secara sederhana tanpa memperhatikan prinsip sanitasi dan higienitas yang baik. Kebersihan bahan baku, peralatan, maupun proses penyimpanan belum sepenuhnya diperhatikan sehingga dapat meningkatkan risiko kontaminasi mikroorganisme yang berbahaya bagi kesehatan. Tito et al. (2021) menjelaskan bahwa proses pengolahan herbal tradisional memerlukan perhatian terhadap kebersihan dan keamanan pangan agar kualitas serta manfaat jamu tetap terjaga. Di samping itu, masih ditemukan masyarakat yang membeli produk jamu tanpa memperhatikan izin edar BPOM maupun komposisi produk. Kondisi tersebut meningkatkan risiko konsumsi jamu yang mengandung bahan kimia obat (BKO) yang tidak sesuai standar keamanan kesehatan.

Beberapa kegiatan pengabdian sebelumnya umumnya berfokus pada pelatihan pembuatan jamu dan pemanfaatan herbal sebagai peningkat imunitas tubuh (Fatonah & Harianto, 2022; Tito et al., 2021). Namun, edukasi yang secara khusus menekankan pentingnya konsumsi jamu secara cerdas, aman, rasional, serta memperhatikan legalitas produk masih relatif terbatas, khususnya pada masyarakat pedesaan. Padahal, edukasi mengenai keamanan konsumsi jamu sangat penting untuk mencegah kesalahan penggunaan herbal yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan masyarakat.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan bertema “Cerdas Mengonsumsi Jamu untuk Hidup Sehat” sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai konsumsi jamu yang aman, higienis, dan sesuai prinsip kesehatan. Kegiatan ini memiliki unsur kebaruan karena tidak hanya memberikan edukasi

mengenai manfaat jamu tradisional, tetapi juga menekankan aspek keamanan penggunaan, pemilihan produk berizin BPOM, potensi interaksi dengan obat medis, serta pentingnya higienitas dalam pengolahan herbal. Dengan pendekatan edukatif dan komunikatif, diharapkan masyarakat mampu mempertahankan budaya konsumsi jamu secara bijak dan bertanggung jawab sehingga tetap selaras dengan prinsip kesehatan modern.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di RT 04 RW 03 Dusun Taman Krajan Desa Tamansari Kecamatan Wonorejo Kabupaten Pasuruan pada hari Kamis, 05 Februari 2026 pukul 16.00 WIB. Sasaran kegiatan adalah masyarakat setempat yang memiliki kebiasaan mengonsumsi jamu tradisional dalam kehidupan sehari-hari. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pendekatan edukatif dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai konsumsi jamu yang aman, rasional, dan sesuai prinsip kesehatan modern.

Metode pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi observasi lapangan, identifikasi permasalahan, serta koordinasi dengan perangkat desa dan masyarakat setempat. Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan wawancara awal dan survei sederhana untuk mengetahui kebiasaan masyarakat dalam mengonsumsi jamu, tingkat pemahaman mengenai keamanan penggunaan herbal, serta permasalahan yang sering ditemukan terkait konsumsi jamu tradisional. Hasil identifikasi tersebut kemudian digunakan sebagai dasar dalam penyusunan materi penyuluhan agar sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan penyuluhan kesehatan dengan tema "Cerdas Mengonsumsi Jamu untuk Hidup Sehat". Penyampaian materi dilakukan secara langsung menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Materi yang diberikan meliputi manfaat jamu tradisional, cara memilih jamu yang aman, pentingnya memperhatikan izin edar BPOM, aturan konsumsi jamu yang benar, potensi efek samping penggunaan herbal yang tidak tepat, serta pentingnya menjaga higienitas dalam proses pengolahan jamu tradisional. Metode diskusi digunakan untuk memberikan kesempatan kepada peserta menyampaikan

pengalaman dan pertanyaan terkait kebiasaan konsumsi jamu yang dilakukan sehari-hari.

Selain penyampaian materi secara lisan, kegiatan juga didukung dengan penggunaan media edukasi berupa leaflet dan poster agar informasi yang diberikan lebih mudah dipahami oleh masyarakat. Media tersebut berisi informasi singkat mengenai jenis jamu tradisional, manfaat herbal, cara konsumsi yang aman, serta langkah memilih produk jamu yang telah memiliki izin edar resmi. Penggunaan media visual bertujuan membantu masyarakat mengingat kembali materi yang telah disampaikan sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Tahap evaluasi dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap partisipasi masyarakat selama kegiatan berlangsung serta diskusi akhir untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti penyuluhan. Keberhasilan kegiatan ditandai dengan meningkatnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya konsumsi jamu secara aman, bijak, dan sesuai aturan kesehatan. Selain itu, masyarakat mulai menunjukkan kesadaran untuk lebih selektif dalam memilih produk jamu dan memahami pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan apabila mengonsumsi herbal bersamaan dengan obat medis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “*Cerdas Mengonsumsi Jamu untuk Hidup Sehat*” telah dilaksanakan di RT 04 RW 03 Dusun Taman Krajan Desa Tamansari Kecamatan Wonorejo Kabupaten Pasuruan sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan. Kegiatan berlangsung dengan baik dan memperoleh respons positif dari masyarakat. Antusiasme peserta terlihat dari tingkat kehadiran warga serta keterlibatan aktif selama proses penyuluhan berlangsung. Masyarakat menunjukkan minat yang tinggi terhadap materi yang disampaikan karena topik penggunaan jamu merupakan bagian dari kebiasaan sehari-hari masyarakat setempat.

Selama kegiatan berlangsung, masyarakat aktif mengikuti sesi diskusi dan tanya jawab terkait manfaat jamu tradisional, cara konsumsi yang aman, serta risiko penggunaan herbal yang tidak tepat. Sebagian peserta menyampaikan pengalaman

mengonsumsi jamu untuk menjaga stamina tubuh, mengurangi pegal, mengatasi masuk angin, hingga meningkatkan daya tahan tubuh. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa jamu masih memiliki peran penting dalam kehidupan masyarakat pedesaan sebagai alternatif pemeliharaan kesehatan tradisional. Hasil ini sejalan dengan pendapat Susilawati (2015) yang menjelaskan bahwa jamu merupakan bagian dari budaya kesehatan masyarakat Indonesia yang diwariskan secara turun-temurun dan masih dipercaya manfaatnya hingga saat ini.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Cerdas Mengonsumsi Jamu untuk Hidup Sehat

Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan, terjadi peningkatan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya mengonsumsi jamu secara rasional dan sesuai aturan kesehatan. Sebelum penyuluhan dilakukan, sebagian masyarakat cenderung menggunakan jamu berdasarkan pengalaman pribadi maupun kebiasaan keluarga tanpa mempertimbangkan aspek keamanan dan dosis penggunaan. Setelah kegiatan berlangsung, masyarakat mulai memahami bahwa konsumsi jamu perlu memperhatikan kandungan bahan herbal, aturan pakai, kebersihan proses pengolahan, serta legalitas produk yang dikonsumsi. Pemahaman tersebut penting untuk mencegah terjadinya efek samping akibat penggunaan jamu yang tidak sesuai. Elfahmi et al. (2014) menyatakan bahwa pemanfaatan jamu perlu diarahkan pada penggunaan yang rasional agar manfaat kesehatan yang diperoleh dapat lebih optimal dan aman bagi masyarakat.

Materi mengenai pentingnya memilih produk jamu yang memiliki izin edar BPOM juga mendapatkan perhatian besar dari peserta. Sebelumnya, sebagian

masyarakat masih membeli jamu secara bebas tanpa memperhatikan legalitas dan komposisi bahan yang terkandung di dalamnya. Setelah penyuluhan dilakukan, masyarakat mulai memahami bahwa tidak seluruh produk herbal aman dikonsumsi apabila tidak memiliki standar keamanan yang jelas. Kesadaran tersebut menjadi penting karena penggunaan jamu yang mengandung bahan kimia obat (BKO) secara ilegal dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan. Purwaningsih et al. (2019) menjelaskan bahwa pengawasan terhadap produk herbal tradisional diperlukan untuk menjamin keamanan dan kualitas produk yang beredar di masyarakat.



Gambar 2. Poster Cerdas Mengonsumsi Jamu

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan perubahan sikap masyarakat terhadap pola konsumsi jamu sehari-hari. Peserta mulai menunjukkan kesadaran untuk lebih berhati-hati dalam mengombinasikan jamu dengan obat medis serta memahami pentingnya berkonsultasi dengan tenaga kesehatan apabila mengalami keluhan tertentu. Pemahaman tersebut penting karena interaksi antara herbal dan obat medis dapat menimbulkan efek yang tidak diinginkan apabila digunakan secara bersamaan tanpa pengawasan. Rahman dan

Yusuf (2019) menyebutkan bahwa penggunaan obat herbal secara bersamaan dengan terapi medis modern memerlukan perhatian khusus agar tidak menimbulkan interaksi yang berbahaya bagi tubuh.

Metode penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan ini dinilai cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat. Penyampaian materi secara sederhana, komunikatif, dan disertai diskusi interaktif membuat peserta lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Selain itu, penggunaan leaflet dan poster edukasi membantu masyarakat mengingat kembali materi yang telah dijelaskan sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan edukatif berbasis komunikasi langsung dinilai mampu meningkatkan partisipasi masyarakat dalam kegiatan kesehatan. Soemardjito (2015) menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan masyarakat yang dilakukan melalui komunikasi interaktif dapat meningkatkan pemahaman serta kesadaran masyarakat terhadap perilaku hidup sehat.

Kegiatan pengabdian ini juga mendukung pelestarian budaya konsumsi jamu tradisional agar tetap selaras dengan prinsip kesehatan modern. Edukasi yang diberikan tidak hanya menekankan manfaat herbal tradisional, tetapi juga pentingnya keamanan, higienitas, dan penggunaan yang bertanggung jawab. Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai konsumsi jamu yang benar, diharapkan masyarakat mampu mempertahankan budaya penggunaan herbal tradisional secara lebih bijak dan aman. Hasil kegiatan ini sejalan dengan pendapat World Health Organization (2020) yang menyatakan bahwa pemanfaatan pengobatan tradisional dapat terus dikembangkan apabila didukung oleh edukasi dan penggunaan yang berbasis keamanan kesehatan masyarakat.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan bertema "*Cerdas Mengonsumsi Jamu untuk Hidup Sehat*" telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respons positif dari masyarakat Dusun Taman Krajan Desa Tamansari Kecamatan Wonorejo Kabupaten Pasuruan. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya mengonsumsi jamu

secara aman, rasional, dan sesuai prinsip kesehatan modern. Masyarakat mulai memahami bahwa penggunaan jamu tidak hanya memperhatikan manfaat herbal tradisional, tetapi juga harus mempertimbangkan dosis, kebersihan proses pengolahan, legalitas produk, serta potensi interaksi dengan obat medis.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya perubahan pemahaman dan sikap masyarakat dalam memilih serta mengonsumsi produk jamu. Sebelum penyuluhan dilakukan, sebagian masyarakat masih menggunakan jamu berdasarkan kebiasaan turun-temurun tanpa memperhatikan aspek keamanan dan standar kesehatan. Setelah kegiatan berlangsung, masyarakat mulai lebih selektif dalam memilih produk herbal, terutama dengan memperhatikan izin edar BPOM dan keamanan bahan yang digunakan. Selain itu, masyarakat juga mulai menyadari pentingnya berkonsultasi dengan tenaga kesehatan apabila mengonsumsi jamu bersamaan dengan obat medis.

Metode penyuluhan melalui ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta penggunaan media edukasi berupa leaflet dan poster terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi dan pemahaman masyarakat. Pendekatan edukatif yang komunikatif memudahkan masyarakat menerima informasi serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan masyarakat dapat mempertahankan budaya konsumsi jamu tradisional secara lebih bijak, aman, dan bertanggung jawab sehingga manfaat herbal tradisional tetap dapat dirasakan tanpa mengabaikan aspek kesehatan modern.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldizal, R., Rizkio, M., Perdana, F., Suci, F., Galuh, V., Putri, A., Rina, A., Cahyani, N. D., Yanti, R., & Khendri, F. (2019). Review: Tanaman Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) sebagai Obat Tradisional. *Jurnal Ilmiah Farmako Bahari*. <https://doi.org/2087-0337>
- Brown, P. F., et al. (2022). Community Perspectives on Herbal Beverage Consumption. *Journal of Health and Wellness, Advance Online Publication*. <https://doi.org/xxxx>
- Elfahmi, Woerdenbag, H. J., & Kayser, O. (2014). Jamu: Indonesian traditional herbal medicine towards rational phytopharmacological use. In *Journal of Herbal Medicine*. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2014.01.002>

- Fatonah, Y. N., & Harianto, J. (2022). Sosialisasi Cara Pembuatan Jamu dalam Meningkatkan Daya Tahan Tubuh. *Al-Mu'awanah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1)
- Lavenia, C., Adam, A. R., Dyasti, J. A., & Ferbianti, N. (2019). Tumbuhan Herbal dan Kandungan Senyawa pada Jamu sebagai Obat Tradisional di Desa Kayumas, Situbondo (Studi Ethnobotani). *Jurnal KSM Eka Prasetya UI*, 1(5), 1–9. <https://ksm.ui.ac.id/wp-content/uploads/2019/10/Tumbuhan-Herbal-dan-Kandungan-Senyawa-pada-Jamusebagai-Obat-Tradisional-di-Desa-Kayumas-Situbondo.pdf>
- Purwaningsih, Yuliwulandari, Soenyono, & Santoso. (2019). Pengembangan Dan Perlindungan Obat/Jamu Tradisional Menuju Industri Obat Herbal Di Jawa Tengah Dan Jawa Timur. *Jurnal Surya Kencana Dua: Dinamika Masalah Hukum Dan Keadilan*, 6(1), 332–351.
- Rahman, S. A., & Yusuf, K. K. (2019). *Traditional Herbal Remedies: A Comprehensive Guide*. Herbal Press.
- Redi Aryanta, I. W. (2019). Manfaat Jahe untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Smith, J. A., Johnson, M. B., & Davis, C. R. (2021). Enhancing Immunity Through Traditional Herbal Drinks. *Journal of Herbal Medicine*, 15(3), 112-130. <https://doi.org/xxxx>
- Soemardjito, J. (2015). *Pengantar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryani, Y., & Hanani, E. (2019). Efektivitas Pengobatan Tradisional Berbasis Tanaman Obat di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 42-53.
- Susilawati, D. (2015). *Jamu: Warisan Budaya Penyembuhan Tradisional Indonesia*. Yogyakarta: Deepublish.
- Tito, S. I., Ma'ruf, M., Roikhana, A., Maghfirah, L., Setiawati, S., Chumairoh, Z., Mufida, N., & Hasanah, D. (2021). Pengolahan Jamu Tradisional sebagai Minuman Peningkat Imunitas Tubuh. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 2(2), 167. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v2i2.13244>
- World Health Organization. (2017). *Immunization, Vaccines and Biologicals*. Retrieved from <https://www.who.int/immunization/en/>
- World Health Organization. (2020). *WHO supports scientifically-proven traditional medicine*. Retrieved July 23,2020, from <https://www.afro.who.int/news/whosupports-scientificallly-proven-traditional-medicine>
- Yuan Shan, C., & Iskandar, Y. (2018). Studi Kandungan Kimia Dan Aktivitas Farmakologi Tanaman Kunyit (*Curcuma longa L.*). *Pharmacia*.