

POTENSI JAMU SEBAGAI OBAT HERBAL ASLI INDONESIA UNTUK MENINGKATKAN DAYA TAHAN TUBUH

Aji Firda Lia Fahrul¹, Chaerul Fadly Mochtar^{2*}, Diana Indri Sulistia¹, Sekar Ayu Kumara³, Shella Carlina Tasya⁴, Hasyrul Hamzah⁵, Muh Irham Bakhtiar⁶, Mochtar Luthfi⁷, Chaerul Mundzir⁸

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda

⁷Universitas Islam Makassar, Indonesia

⁸Universitas Islam Negeri Alauddin, Makassar

Email: *cfm782@umkt.ac.id

Abstract

The virus that is currently endemic throughout the world is the Covid-19 virus. Covid-19, which was declared a pandemic by WHO on March 11, 2020, can enter the human body through the mucosa of the eyes, nose, and mouth. The number of victims infected with the COVID-19 coronavirus is increasing every day in Indonesia. One of the innovations in preventing coronavirus is the use of herbal ingredients to maintain body resistance in the new normal. This can keep the body healthy and fit and can prevent and kill harmful bacteria in the body. So that the immune system will increase. Examples of the use of herbal ingredients, namely temulawak, turmeric and ginger, can be used as raw materials for herbs or herbal medicines. The activity is expected to increase the knowledge of the community and students regarding the potential use of herbal medicine, an Indonesian herbal medicine to increase endurance. The method used is online via Zoom Meeting using the speaker presentation method to participants. The result of the activity is consuming herbal medicine, Indonesian herbs can help increase body resistance in the New Normal period.

Keywords: Covid-19, Herb, Herbal Medicine, New Normal

Abstrak

Virus yang sedang mewabah di seluruh dunia saat ini adalah virus Covid-19. Covid-19 yang ditetapkan sebagai pandemi oleh WHO pada 11 Maret 2020 lalu dapat masuk ke tubuh manusia melalui mukosa mata, hidung dan mulut. Jumlah korban terinfeksi virus corona covid-19 ini kian bertambah setiap hari di Indonesia. Salah satu inovasi dalam pencegahan virus corona ini adalah dengan pemanfaatan bahan herbal untuk menjaga daya tahan tubuh di masa *New normal*. Hal tersebut dapat menjaga tubuh tetap sehat dan *fit*, serta dapat mencegah serta dapat membunuh bakteri berbahaya dalam tubuh. Sehingga sistem kekebalan tubuh akan meningkat. Contoh pemanfaatan bahan herbal yaitu temulawak, kunyit dan jahe dapat digunakan sebagai bahan baku jamu atau obat herbal. Kegiatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan Masyarakat dan Mahasiswa/i mengenai pemanfaatan potensi jamu, obat herbal asli Indonesia untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Metode yang digunakan yaitu daring via *Zoom Meeting* menggunakan metode presentasi narasumber terhadap peserta. Hasil dari kegiatan yaitu mengkonsumsi jamu, herbal Indonesia dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh di masa *New Normal*.

Kata Kunci: Covid-19, Jamu, Obat Herbal, *New Normal*

Submitted: 2022-09-09	Revised: 2022-09-29	Accepted: 2022-10-04
-----------------------	---------------------	----------------------

Pendahuluan

Kesehatan sangat penting bagi kehidupan manusia. Sehat menurut *World Health Organization* (WHO) merupakan suatu keadaan dimana tidak hanya terbebas dari penyakit, tetapi juga adanya keseimbangan antara fungsi fisik, mental dan sosial seseorang. Pandemi Covid-19 yang terjadi saat ini menyebabkan ribuan orang terinfeksi dan meninggal serta ribuan pula yang telah berhasil sembuh (Situas, 2020). Virus yang sedang mewabah keseluruhan dunia saat ini adalah virus corona covid-19. Jumlah korban yang terinfeksi virus corona covid-19 ini kian bertambah setiap hari di Indonesia. Virus Corona merupakan virus RNA yang memiliki ukuran partikel sekitar 120 hingga 169 nm. Virus ini umumnya menginfeksi hewan seperti kelelawar dan unta (Wahyuniarti et al., 2020). Dokter Reisa mengatakan bahwa virus yang pertama kali ditemukan pada bulan Desember 2019 (Siagian, 2020).

Covid-19 yang ditetapkan sebagai pandemi oleh WHO pada 11 Maret 2020 lalu dapat masuk ke tubuh manusia melalui mukosa mata, hidung dan mulut. Virus ini menggandakan diri dalam sel tubuh manusia, terutama dibagian saluran pernapasan bawah, seperti paru-paru (Faznur et al., 2020). Covid-19 memiliki gejala seperti demam, batuk kering, dan mudah merasa lelah. Gejala lain yang mungkin dirasakan beberapa penderitanya yaitu kehilangan indra penciuman dan perasa, nyeri, sakit kepala, hidung tersumbat, diare, ruam kulit, dan sakit tenggorokan (Fathoni, 2020). Sehingga disarankan apabila merasakan gejala disarankan untuk melakukan pemeriksaan seperti tes swab atau sebagainya.

Berdasarkan data yang dikonfirmasi hingga 21 November 2021, jumlah orang yang terkonfirmasi mengalami paparan COVID-19 di Indonesia sebanyak 4,253,412 kasus yang dikonfirmasi, 4,101,547 jumlah kasus sembuh dan 143,739 kematian di Indonesia (Satgas COVID-19 RI, 2021). Saat ini perkembangan kasus COVID-19 secara global hingga 25 November 2021, jumlah kasus terkonfirmasi sebesar 258,164,425 kasus dengan 5,166,192 kasus kematian (CFR 2,0%) di 204 negara terjangkit dan 151 negara transmisi komunitas (Kemenkes RI, 2021). Salah satu upaya dalam mencegah terjadinya kasus COVID-19 adalah dengan meningkatkan daya tahan tubuh individu manusia.

Peningkatan daya tahan tubuh sebagai salah satu upaya pencegahan infeksi COVID-19 tentunya bermanfaat pada seluruh individu, termasuk pula pada mereka yang rentan terinfeksi. Daya tahan tubuh pada manusia merupakan mekanisme pertahanan terbaik yang akan mendukung kemampuan alami tubuh (*innate immunity*) untuk melawan SARS-CoV-2 (Yani et al., 2021). Salah satu inovasi dalam pencegahan virus corona ini adalah dengan pemanfaatan bahan herbal untuk menjaga daya tahan tubuh di masa new normal. Hal tersebut dapat menjaga tubuh tetap sehat dan *fit*, serta dapat mencegah serta dapat membunuh bakteri berbahaya dalam tubuh, sehingga sistem kekebalan tubuh akan meningkat (Alfatir, 2021). Jamu merupakan salah satu pilihan untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Jamu merupakan obat tradisional Indonesia yang diwariskan oleh nenek moyang untuk menjaga kesehatan dan mengobati penyakit (Kusumo, 2020).

Jamu sebagai obat tradisional Indonesia telah didorong oleh pemerintah untuk dapat dimanfaatkan dalam hal penggunaannya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit, dan perawatan kesehatan, hal ini didasarkan pada Surat Edaran Kementerian Kesehatan RI Nomor : HK.02/IV.2243/2020. Jamu sendiri dapat dibuat melalui beberapa bahan-bahan alami yang telah diketahui khasiatnya dalam meningkatkan daya tahan tubuh seperti meniran, kencur, mengkudu, dan temulawak (Syamsudin et al., 2019); untuk mengurangi keluhan batuk pada gejala COVID seperti kencur, lagundi, saga, jahe merah, lemon, dan daun mint; dan kemudian untuk mengurangi keluhan sakit tenggorokan seperti jahe, kencur, jeruk nipis, adas, dan pala (Yuan Shan & Iskandar, 2018; Dirjen Yankes RI, 2021; Supriani et al., 2021).

Berdasarkan manfaat dan khasiat jamu inilah yang mendorong agar meningkatkan pemahaman dan daya guna masyarakat dalam memanfaatkan jamu sebagai peningkat daya tahan tubuh terhadap pencegahan infeksi COVID-19. Hal inilah yang mendasari tujuan dari kegiatan ini, dimana kegiatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dan mahasiswa/i mengenai pemanfaatan potensi jamu sebagai obat herbal asli Indonesia untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan juga meningkatkan pengetahuan yang baik dan benar tentang cara penggunaan tanaman obat (herbal) yang dapat membantu tubuh dalam melawan virus Covid-19. Dan diharapkan terutama bagi Masyarakat dapat menjadi antusias dengan adanya penyuluhan ini dapat meningkatkan imunitas tubuh tanpa menggunakan obat-obatan kimia yang memiliki efek samping.

Metode

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada tanggal 25 Desember 2021 pada pukul 09.00 WITA yang dialukan oleh Mahasiswa Program Studi S1 Farmasi melalui Webinar dengan tema "Potensi Jamu, Obat Herbal Asli Indonesia untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh". Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:

1. Pemberian informasi mengenai potensi tanaman herbal yang digunakan sebagai obat dalam meningkatkan daya tahan tubuh dimasa pandemi.
2. Peserta pengabdian Masyarakat. Kegiatan Webinar "Potensi Jamu, Obat Herbal Asli Indonesia untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh" diikuti oleh masyarakat dan mahasiswa tercatat jumlah pendaftar yang mendaftar melalui googleform sebanyak 104 peserta.
3. Diskusi tanya jawab. Diskusi dilakukan dengan cara peserta memberikan pertanyaan kepada narasumber lalu dijawab oleh narasumber.

Metode yang digunakan yaitu pendidikan kepada Masyarakat dan Mahasiswa dengan penyuluhan agar dapat meningkatkan pemahaman serta kesadaran bagi Masyarakat dan Mahasiswa dalam memahami pentingnya mengonsumsi jamu dan obat herbal dalam meningkatkan daya tahan tubuh di masa *New Normal*, dengan metode ini diharapkan dapat memberikan arahan yang tepat kepada sasaran untuk dapat memahami pesan yang disampaikan, kemudian dapat diterapkan kedalam kehidupan sehari-hari agar tubuh tetap fit. Dan metode mediasi yang merupakan upaya dalam menyelesaikan sengketa ditengah Masyarakat, metode ini dilakukan dengan diskusi untuk menyelesaikan masalah yang ada pada Masyarakat dengan maraknya virus Covid-19.

Webinar pengabdian Masyarakat dilaksanakan via *Zoom Meeting*. Terdapat narasumber dalam webinar pengabdian Masyarakat yaitu Ibu apt. Indrawati Kurnia Setyani, M. Pharm., Sci, yang merupakan Dosen, Manager Unit UKOT Gama Herbal dan Owner Jamu Jeng In. Kegiatan dilakukan dengan 2 metode, yang pertama metode presentasi menggunakan *powerpoint* oleh narasumber, dan yang kedua diskusi atau tanya jawab, sesi ini dipandu oleh moderator. Peserta mengajukan pertanyaan lewat kolom chat atau bertanya secara langsung yang akan direkap oleh notulen, kemudian semua pertanyaan dijawab langsung oleh narasumber.

Hasil dan Pembahasan

Dimasa penyebaran virus Covid-19 khususnya di Indonesia Penggunaan Kata Webinar menjadi kata yang sering disebut dan didengar. Kata Webinar merupakan gabungan dari kata Web dan Seminar, sehingga Webinar merupakan suatu media informasi dan komunikasi seminar atau pelatihan secara *online*, webinar yang dilaksanakan sekarang bertujuan untuk menekan penyebaran virus Covid-19 (Prehanto et al., 2021).

Kegiatan Webinar pengabdian masyarakat bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat dan mahasiswa/i tentang potensi jamu, obat herbal asli Indonesia untuk meningkatkan daya tahan tubuh, kemudian untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat dan mahasiswa/i tentang potensi jamu, obat herbal asli Indonesia untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Kegiatan webinar ini dihadiri oleh kurang lebih 121 peserta, sulit dipastikan jumlah peserta dikarenakan kendala jaringan yang mengakibatkan peserta keluar masuk *zoom meeting*. Promosi webinar dimulai dengan menyebarkan poster pada 16 desember 2021 yang berisi informasi pelaksanaan webinar, sebanyak 104 orang peserta yang mendaftar melalui link registrasi yang telah di sediakan, kemudian bergabung kedalam grup peserta.

Untuk meningkatkan imunitas bisa didapatkan dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari, tentunya harus disiplin dalam hal memilih asupan. Asupan yang baik bukan hanya dari buah dan sayur tetapi juga vitamin juga protein. Selain itu, mengonsumsi obat tradisional juga dapat menjaga imunitas tubuh. Peningkatan kepercayaan masyarakat dalam menggunakan obat tradisional harus diiringi dengan keamanan masyarakat mendapatkan produk tersebut.

Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pangan yang baik untuk dikonsumsi serta bagaimana obat tradisional atau jamu menjadi salah satu hal yang penting untuk diketahui ditengah masa pandemi. Berdasarkan hal tersebut webinar atau seminar online ini dipilih oleh Mahasiswa Universitas Muhamadiyah Kalimantan Timur sebagai salah satu strategi dalam program edukasi dan sosialisasi kepada masyarakat. melalui Webinar, diharapkan bisa menjalin komunikasi dengan seluruh komponen bangsa secara efektif dan efisien dengan masyarakat.

Dalam kegiatan Webinar pengabdian masyarakat materi yang telah dibawakan oleh narasumber Ibu apt. Indrawati Kurnia Setyani, M. Pharm., Sci, diketahui bahwa pemanfaatan tanaman obat telah ada sejak dahulu kala dibuktikan dengan ditemukannya pada relief karmawibangga pada candi Borobudur yang dibangun pada abad ke-8 berupa relief orang sedang minum jamu. Obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan gelenik, atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun-temurun telah digunakan untuk pengobatan, dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku dimasyarakat.



Gambar 1. Relief Karmawibangga

Penggolongan obat tradisional terdiri dari 3 yaitu yang pertama Jamu adalah obat tradisional yang keamanan dan khasiatnya dibuktikan secara empiris atau turun temurun dari nenek moyang, kedua Obat Herbal Terstandar (OHT) adalah obat tradisional yang keamanan dan khasiatnya telah dibuktikan secara ilmiah melalui uji praklinik serta bahan bakunya telah terstandarisasi, ketiga yaitu Fitofarmaka adalah obat tradisional yang keamanan dan khasiatnya telah dibuktikan secara ilmiah melalui uji praklinik dan klinik serta bahan dan produk telah terstandarisasi.



Gambar 2. Penggolongan Obat Herbal

Berikut manfaat jamu berdasarkan bahannya yaitu pertama Beras kencur memiliki rasa yang manis dan segar bermanfaat untuk menambah tenaga dan nafsu makan serta menghilangkan pegal-pegal (Silalahi, 2019), Kedua Temulawak dapat menyembuhkan mual, pusing dan masuk angin pada anak hingga orang tua (Syamsudin et al., 2019), ketiga Kudu Laos memiliki rasa yang segar bermanfaat untuk menghambat tubuh, kembung dan meredakan demam (Varadibbah et al., 2017), keempat Kunyit Asam bermanfaat untuk mencerahkan kulit karena mengandung antioksidan yang meremajakan sel-sel kulit (Anggraeni et al., 2021), dan yang keempat Pahitan bermanfaat

untuk menambah nafsu makan, mengatasi pegal-pegal dan mencegah diabetes (Isnawati, 2021). Berikut cara pembuatannya:

1. Kunyit. Disiapkan 150 gram kunyit yang telah dihaluskan, 60 gram asam jawa tanpa biji, 50 gram gula jawa, dan 1,3 liter air, dimasak hingga mendidih dan bau langunya hilang.
2. Temulawak. Disiapkan bahan 250 gram temulawak, 100 gram kunyit, 50 gram jahe, 4 batang sereh, gula aren secukupnya, cengkeh dan kayu manis secukupnya, dan 2 liter air, campur semua bahan dan rebus hingga mendidih.
3. Kudu Laos. Disiapkan 1 buah mengkudu matang, Laos 1 jari dipotong-potong dan Air 1 liter. Hancurkan mengkudu lalu rebus bersama laos hingga mendidih
4. Jamu Pahitan. Rebus sambiloto 1 genggam, cengkeh dan kayu manis secukupnya dan air 1 liter sampai mendidih, saring dan minum.

Hal yang harus diperhatikan ketika menggunakan obat tradisional. Ketika memanfaatkan obat tradisional sebaiknya perhatikan terlebih dahulu reaksi alergi yang ditimbulkan dari penggunaan obat herbal, takaran dan kombinasi yang harus sesuai dan tidak berlebihan, kelompok yang beresiko seperti bayi, anak-anak, wanita hamil dan lansia serta penderita penyakit tertentu sehingga perlu dilakukannya konsultasi dengan dokter, dan yang terakhir yaitu penggunaan jangka panjang, peringatan/perhatian dan efek samping yang diinginkan (Lukito, 2020).

Hasil dari kegiatan webinar yaitu menambahkan wawasan mengenai edukasi pemafaatan jamu dan obat herbal asal Indonesia untuk meningkatkan daya tahan tubuh, dan menambahkan wawasan tanaman herbal apa saja yang dapat digunakan sebagai bahan jamu yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh terutama di masa pandemi dan New normal kepada mahasiswa hingga masyarakat.

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

WEBINAR PENGABDIAN MASYARAKAT

MEMBENTUK INNATE IMMUNITY & ADAPTIVE IMMUNITY

DI MASA *New Normal*

SABTU
25 Desember 2021
09.00-selesai

zoom

FREE HTM
E-Sertifikat + Doorprize

GRATIS

NARASUMBER
Ns. Khond Riste Abdin, M.Biomed
Dosen Prodi Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Aiyah Ponorok

NARASUMBER
dr. Ponde Ayu Naya Kusih P., M.Biomed
Dosen Universitas Wamadewa dan Kepala Bagian Farmakologi FK, Universitas Wamadewa

NARASUMBER
apt. Indrawati Kurnia Setyani, M.Pharm.Sci
Manager Link Gamma Herbal PT Swagata Prakarsa dan Owner Jamu jeng In

MASTER OF CEREMONY
Sekar Ayu Kumara

MODERATOR
Rabiatul Adawiyah | Nur Ismi Aulia Sj | Shella Carlina Tj

Link pendaftaran:
<https://forms.gle/5caYom7ZFyXtSVs5>
tentukan untuk umum

0898-793-0481 (Firda) | Rabiatul Adawiyah | Nur Ismi Aulia Sj | Shella Carlina Tj

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Fakultas Farmasi | Program Studi S1 Farmasi

Gambar 3. Poster Webinar

WEBINAR PENGABDIAN MASYARAKAT
 "Membentuk Innate Immunity dan Adaptive Immunity di Masa New Normal"

Save the date:
 📅 Hari/tanggal: Sabtu, 25 Desember 2021
 🕒 pukul: 09.00-Selesai
 📍 Tempat: Via Zoom (Online)

Fakultas Farmasi
 Program Studi S1 Farmasi
 Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

firdaliaf25@gmail.com [Switch account](#)

* Required

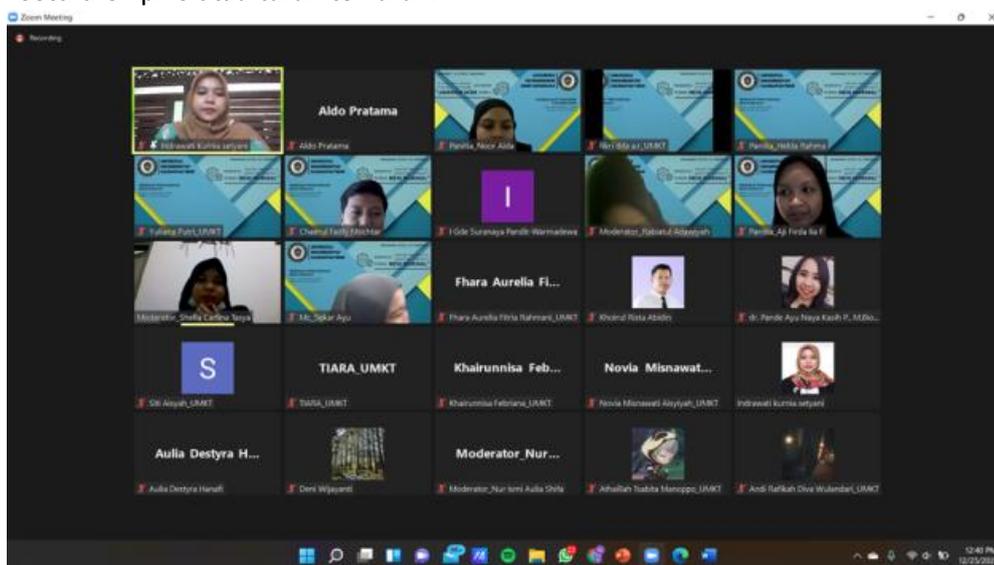
Email *

Your email

Nama Lengkap *

Gambar 4. Formulir Pendaftaran

Acara Webinar yang diisi oleh narasumber ibu apt. Indrawati Kurnia Setyani, M. Pharm., Sci, memberikan materi yang sangat menarik dan bermanfaat karena materi yang diangkat sangat berkaitan di masa pandemi, dalam penyampaian materi oleh ibu apt. Indrawati Kurnia Setyani, M. Pharm., Sci menjelaskan potensi jamu dan obat tradisional yang berasal dari Indonesia dalam meningkatkan daya tahan tubuh. Jamu adalah obat tradisional yang keamanan dan khasiatnya dapat dibuktikan secara empiris atau turun temurun.



Gambar 5. Dokumentasi Kegiatan

Setelah pelaksanaan pengabdian secara Webinar pengetahuan tentang jamu, obat herbal dalam peningkatan daya tahan tubuh terlihat antusias dan berminat tentang manfaat jamu. Hal ini ditunjukkan dengan dengan peserta yang memberikan pertanyaan kepada pemateri. Terdapat 3 pertanyaan yang diberikan yaitu pertanyaan 1: "bagaimana cara mengetahui bahwa jamu tradisional aman dan tidak mengandung bahan kimia?" pertanyaan 2: bahan pengawet alami apa yang aman untuk digunakan agar jamu tetap awet?" pertanyaan 3: lebih berkhasiat mana jamu tradisional buatan

rumah yang biasa dijual keliling dengan jamu yang menggunakan pengawet seperti jamu siap seduh dan apakah baik jika mengonsumsi jamu bagi kesehatan tubuh?”. Kepada 3 peserta yang memberikan pertanyaan dipilih 1 peserta yang telah memberikan pertanyaan menarik untuk mendapatkan hadiah *Doorprize*. setelah acara diumumkan 1 pemenang *Doorprize* dan pembagian Sertifikat Peserta berdasarkan absensi yang telah diisi oleh peserta.



Gambar 6. Sertifikat Peserta

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian Masyarakat dengan tema “Potensi Jamu, Obat Herbal Asli Indonesia untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh” dilakukan melalui Webinar menggunakan metode daring via *Zoom Meeting*, dengan materi yang dibawakan oleh narasumber Ibu apt. Indrawati Kurnia Setyani, M. Pharm., Sci, yaitu hasil dari diskusi mengupayakan kesehatan di era pandemi dengan mengonsumsi jamu, herbal Indonesia yang membantu meningkatkan daya tahan tubuh. Beberapa bahan herbal yang dapat digunakan sebagai bahan pembuatan jamu yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh yaitu Kunyit, Temulawak, Kudu Laos dan Jamu Pahitan. Saran yang dapat diambil dalam kegiatan ini yaitu dapat memulai hidup yang lebih sehat, lebih peduli, lebih serius dalam menghadapi penyebaran virus Covid-19 dengan pemanfaatan tanaman herbal dalam meningkatkan daya tahan tubuh.

Daftar Pustaka

- Anggraeni, A. D., Jamil, A. S., & Rofida, S. (2021). Agen Peningkatan Imunitas Tubuh Dalam Melawan Covid-19 Di Surat Kabar Online. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8*(2), 207–226.
- Dirjen Yankes RI. (2021). SE Dirjen Yankes nomor: HK.02.02/IV/2243/2020. [online] Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan - Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Available at : < https://yankes.kemkes.go.id/view_unduhan/50/se-dirjen-yankes-nomor-hk0202iv22432020-tentang-pemanfaatan-obat-tradisional-untuk-pemeliharaan-kesehatan-pencegahan-penyakit-dan-perawatan-kes> [Accessed 28 September 2022].
- Fathoni, M. N. (2020). Edukasi Tentang Covid-19 Serta Pemanfaatan Tanaman Herbal Pada Pedagang Jamu Keliling Di Desa Tanjungsari. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services), 4*(2), 479. <https://doi.org/10.20473/jlm.v4i2.2020.479-485>

- Faznur, L. S., Santoso, G., & Hidayati, N. (2020). *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ Website: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat> E-Pemanfaatan Rempah-Rempah pada Era New Normal untuk Meningkatkan Imunitas Kekebalah Tubuh di Lingkungan Warujaya*. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Isnawati, D. L. (2021). Minuman Jamu Tradisional Sebagai Kearifan Lokal Masyarakat Di Kerajaan Majapahit Pada Abad Ke-14 Masehi. *Ejournal.Unesa.Ac.Id*, 11(2). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/avatara/article/view/42175>
- Kemendes RI. (2021). Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (COVID-19) 25 November 2021. [online] Infeksi Emerging Kemendes RI. Available at : <<https://infeksiemerging.kemendes.go.id/situasi-infeksi-emerging/situasi-terkini-perkembangan-coronavirus-disease-covid-19-25-november-2021>> [Accessed 28 September 2022].
- Prehanto, A., Gelar Guntara, R., & Masum Aprilly, N. (2021). Pemanfaatan Webinar Sebagai Alternatif Digitalisasi Informasi dalam Seminar Kurikulum. *Indonesian Journal of Digital Business*, 1(1 Mei 2021), 42–48. <https://ejournal.upi.edu/index.php/IJDB/article/view/34356>
- Satgas COVID-19 RI. (2021). Analisis Data COVID-19 Indonesia (Update per 21 November 2021). [online] Satuan Tugas Penanganan COVID-19. Available at : <<https://covid19.go.id/p/berita/analisis-data-covid-19-indonesia-update-21-november-2021>> [Accessed 28 September 2022].
- Siagian, T. H. (2020). Corona Dengan Discourse Network Analysis. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 09(02), 98–106.
- Silalahi, M. (2019). Kencur (*Kaempferia galanga*) dan Bioaktivitasnya. *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains*, 8(1), 127. <https://doi.org/10.31571/saintek.v8i1.1178>
- Situas, A. (2020). *Gerakan Produktif dan Hidup Sehat dalam Menghadapi*.
- Supriani, Harira, L. W., & Fadlilah, N. M. (2021). Pemanfaatan Obat Tradisional untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, dan Perawatan Kesehatan di Era Pandemi Covid-19 dengan Ramuan Bersumber dari Kemendes RI. *Jurnal Global Health Science Group*, 1, 23–26.
- Supriani, Harira, L. W., & Fadlilah, N. M. (2021). Pemanfaatan Obat Tradisional untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, dan Perawatan Kesehatan di Era Pandemi Covid-19 dengan Ramuan Bersumber dari Kemendes RI. *Jurnal Global Health Science Group*, 1, 23–26.
- Syamsudin, R. A. M. R., Perdana, F., & Mutiaz, F. S. (2019). Tanaman Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) Sebagai Obat Tradisional. *Jurnal Ilmiah Farmako Bahari*, 10(1), 51. <https://doi.org/10.52434/jfb.v10i1.648>
- Varadibbah, H., Santoso, H., Syauqi, A., & Maaf. (2017). Uji Kandungan Senyawa Aktif pada Kombinasi Kudu Laos (*Morinda citrifolia* dan *Alpinia galanga*) Test of Active Compound in Combination of the Kudu-Laos (*Morinda citrifolia* and *Alpinia galanga*). *Jurnal Ilmiah BIOSAIN TROPIS (BIOSCIENCE-TROPIC)*, 3, 44–50. <http://biosaintropis.unisma.ac.id/index.php/biosaintropis/article/view/136/118>
- Wahyuniarti, D. R., Haqiqi, F., Wibisono, B., Syahreza, R., Al-Mahdy, F. J., Sutinnah, Rihansyah, M. R., Andriana, Karim, M. H., Zain, Pulungan, A. S., Tmoko, F. W., Fahmadini, A., Cahya, E., Anggraini, R. I., Syafira, D., & Arifin, R. S. (2020). Bersama Bersinergi Melawan Covid-19. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1(1), 1–4.
- Yani, K. T. P. A., Kurnianta, P. D. M., Cahyadi, K. D., Esati, N. K., Sawiji, R. T., Darmawan, G. A., ... & Purnamasari, I. G. A. P. P. (2021). Manfaat Suplemen Dalam Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Sebagai Upaya Pencegahan COVID-19. *Acta Holistica Pharmacia*, 3(1), 9-21.
- Yuan Shan, C., & Iskandar, Y. (2018). Studi Kandungan Kimia dan Aktivitas Farmakologi Tanaman Kunyit (*Curcuma longa* L.). *Jurnal Farmaka*, 16(2), 547–555. <http://journal.unpad.ac.id/farmaka/article/view/17610/pdf>