JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT BANGSA
e-ISSN : 2987- 0135
Volume 4, No. 9, Tahun 2026
https://jurnalpengabdianmasyarakatbangsa.com/index.php/jpmba/index

Sosialisasi Minuman Sehat Jamu Tradisional bagi Lansia di Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Banyuwangi

Asfarina Hidayah[1], Endang Suprihatin[2], Ananda Fathurahman Bintang Pradana[3]
[1,2,3] *Universitas 17 Agustus 1945 Banyuwangi, Indonesia*

Received : 28 Oktober 2026, Revised : 11 November 2026, Published : 16 November 2026

Corresponding Author
Nama Penulis: Asfarina Hidayah
E-mail: asfarina@untag-banyuwangi.ac.id

Abstrak

Lansia merupakan kelompok masyarakat yang membutuhkan perhatian khusus dalam menjaga kesehatan dan kualitas hidup. Salah satu upaya promotif yang dapat dilakukan adalah meningkatkan pengetahuan mengenai pemanfaatan bahan pangan tradisional sebagai bagian dari pola hidup sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai minuman sehat berbahan dasar jamu tradisional, khususnya kunyit dan jahe, kepada kelompok lanjut usia di Banyuwangi. Metode kegiatan meliputi sosialisasi, penyampaian materi mengenai kandungan dan potensi manfaat kunyit dan jahe, demonstrasi pengolahan minuman tradisional, serta diskusi interaktif dengan peserta. Kunyit mengandung kurkumin yang memiliki potensi aktivitas antioksidan dan antiinflamasi, sedangkan jahe mengandung senyawa bioaktif seperti gingerol yang diteliti berkaitan dengan aktivitas antioksidan dan efek terhadap mual. Melalui kegiatan ini, peserta diharapkan memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pemanfaatan jamu tradisional secara aman, higienis, dan proporsional sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan pada usia lanjut. Kegiatan ini juga diharapkan dapat mendorong pelestarian pengetahuan lokal mengenai tanaman obat tradisional.

Kata kunci - *jahe, jamu tradisional, kunyit, lansia, pengabdian kepada masyarakat*

Abstract

Older adults are a segment of the population that requires special attention in terms of maintaining their health and quality of life. One promotional effort that can be undertaken is to increase knowledge regarding the use of traditional food ingredients as part of a healthy lifestyle. This community service activity aims to provide education about healthy drinks made from traditional herbal medicine, especially turmeric and ginger, to the elderly group in Banyuwangi. Activity methods include socialization, presentation of information regarding the composition and potential benefits of turmeric and ginger, a demonstration on the preparation of traditional drinks, and an interactive discussion with the participants. Turmeric contains curcumin which has potential antioxidant and anti- inflammatory activity, while ginger contains bioactive compounds such as gingerol which have been studied in relation to antioxidant activity and effects on nausea. Through this activity, Participants are expected to gain a better understanding of how to use traditional herbal medicine jamu in a safe, hygienic, and proportionate manner as part of efforts to maintain health in old age. This activity is also expected to encourage the preservation of local knowledge regarding traditional medicinal plants.

Keywords - *elderly community service,ginger, traditional herbal medicine, turmeric*

How To Cite : *Hidayah, A., Suprihatin, E., & Pradana, A. F. B. (2026). Sosialisasi Minuman Sehat Jamu Tradisional bagi Lansia di Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Banyuwangi. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa, 4(9), 5686 - 5693. https://doi.org/10.59837/jpmba.v4i9.5509*

Copyright *©2026 Asfarina Hidayah, Endang Suprihatin, Ananda Fathurahman Bintang Pradana*

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

PENDAHULUAN

Peningkatan usia harapan hidup merupakan salah satu perkembangan sosial yang perlu diimbangi dengan upaya pemeliharaan kesehatan masyarakat lanjut usia. Pada kelompok lansia, menjaga kesehatan tidak hanya berkaitan dengan penanganan penyakit, tetapi juga mencakup penerapan pola makan seimbang, aktivitas fisik yang sesuai, pemenuhan kebutuhan cairan, serta peningkatan pengetahuan mengenai perilaku hidup sehat. (Estiasih et al., 2025)

Pada kelompok lansia, terjadi penurunan fungsi fisiologis tubuh yang berdampak pada penurunan daya tahan tubuh, kebugaran, serta adaptasi terhadap lingkungan. Oleh karena itu, pemeliharaan kesehatan lansia tidak hanya berfokus pada penanganan penyakit kronis, tetapi juga mencakup penerapan pola makan seimbang, pemenuhan kebutuhan cairan, aktivitas fisik yang sesuai, serta peningkatan pengetahuan mengenai perilaku hidup sehat. Tantangan ini semakin meningkat saat menghadapi kondisi iklim seperti musim kemarau berkepanjangan dan kenaikan suhu udara yang rentan memicu risiko dehidrasi serta gangguan kesehatan akibat panas (*heat-related illness*) pada lansia.

Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Kabupaten Banyuwangi merupakan wadah koordinasi 28 organisasi perempuan di bawah pembinaan Pemerintah Daerah Kabupaten Banyuwangi. Keberagaman latar belakang anggota GOW ini merupakan potensi sosial yang sangat penting dalam mendukung penyebarluasan informasi dan edukasi kepada masyarakat. Anggota dari GOW antara lain Nasyiatul 'Aisyiyah (NA), Fatayat, Persit Kartika Chandra Kirana, Jalasenastri, Bhayangkari, Dharma Wanita, Ikatan Adhyaksa Dharmakarini (IAD), Dian Kemala, Ikatan Wanita 17 Agustus 1956 (Ikawitag), Himpunan Wanita Karya, Ikatan Wanita Pengusaha Indonesia (IWAPI), Wanita Katolik Republik Indonesia (WKRI), Persatuan Wredatama Republik Indonesia (PWRI), dan organisasi kewanitaan lainnya.

Keberagaman latar belakang anggota GOW ini merupakan potensi sosial yang sangat penting dalam mendukung penyebarluasan informasi dan edukasi kepada masyarakat. Melalui pendekatan partisipatif, perwakilan anggota GOW tidak hanya bertindak sebagai peserta kegiatan, tetapi juga diposisikan sebagai agen perubahan (*agent of change*) yang mampu menyebarluaskan dan mengulang (*mereplikasi*) materi edukasi di lingkungan organisasi serta keluarga masing-masing. Melalui pendekatan partisipatif, perwakilan anggota GOW tidak hanya bertindak sebagai peserta kegiatan, tetapi juga diposisikan sebagai agen perubahan (*agent of change*) yang mampu menyebarluaskan dan mengulang (*mereplikasi*) materi edukasi di lingkungan organisasi serta keluarga masing-masing (Pratiwi & Handayani, 2023).

Banyuwangi memiliki kekayaan tradisi dan pengetahuan lokal dalam pemanfaatan bahan-bahan alami, termasuk tanaman rempah yang digunakan dalam pembuatan jamu tradisional (Yusmaniar et al., 2024). Tanaman rempah seperti kunyit (*Curcuma longa L.*), jahe (*Zingiber officinale Roscoe*), temulawak, kencur, dan serai merupakan bahan alami yang akrab dalam kehidupan sehari-hari. Kunyit mengandung kurkumin dan senyawa kurkuminoid yang telah banyak diteliti karena potensi aktivitas antioksidan dan antiinflamasinya (Hewlings & Kalman, 2017). Sementara itu, jahe mengandung senyawa bioaktif, antara lain gingerol dan shogaol, yang juga memiliki potensi aktivitas biologis seperti antioksidan dan efek meredakan mual. Bahan pendukung lain seperti serai dan jeruk segar juga memberikan aroma khas serta kehangatan alami.

Meskipun demikian, potensi yang ditemukan dalam penelitian tidak berarti bahwa konsumsi jamu secara langsung dapat menyembuhkan penyakit tertentu. Minuman tradisional rumahan bukan merupakan penyembuh instan atau pengganti obat-obatan medis/resep dokter bagi lansia dengan penyakit kronis. Oleh karena itu, edukasi mengenai jamu perlu disertai pemahaman tentang manfaat yang realistis, cara pengolahan yang higienis, penakaran yang pas, pembatasan gula, serta batasan penggunaannya dan risiko interaksi dengan obat-obatan rutin (Jafari et al., 2024; Jyotirmayee & Mahalik, 2022).

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Gambar 1. Bahan baku dan persiapan pengolahan jamu: (a) Rimpang dan rempah segar utuh; (b) Bahan baku yang telah diiris dan disiapkan untuk direbus.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk mencapai beberapa tujuan utama. Pertama, kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan anggota GOW Banyuwangi mengenai pentingnya pemeliharaan kesehatan dan pemenuhan kebutuhan cairan lansia, khususnya saat menghadapi musim kemarau. Kedua, memberikan informasi serta pemahaman mengenai kandungan bioaktif, potensi manfaat, serta prinsip keamanan konsumsi jamu tradisional yang meliputi kunyit, jahe, temulawak, kencur, dan serai. Ketiga, meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta mengenai cara pengolahan minuman tradisional yang bersih, aman, dan higienis. Keempat, mendorong pemanfaatan bahan rempah lokal sebagai bagian dari pola hidup sehat secara bijaksana. Kelima, meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya berkonsultasi dengan tenaga kesehatan terkait konsumsi ramuan herbal bagi lansia yang memiliki penyakit kronis atau menggunakan obat rutin. Keenam, membentuk kader edukasi kesehatan berbasis organisasi perempuan yang mampu menyebarluaskan dan mereplikasi program edukasi di lingkungan organisasinya masing-masing.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif, partisipatif, dan demonstratif (Suhesti et al., 2025). Pelaksanaan program pelatihan dilaksanakan pada tanggal 28 September 2026 yang bertempat di Gedung Aula GOW Banyuwangi, Desa Kepatihan, Kecamatan Banyuwangi. Peserta kegiatan terdiri dari 28 perwakilan pengurus dan kader dari masing-masing organisasi kewanitaan yang tergabung dalam GOW Kabupaten Banyuwangi. Karakteristik peserta merupakan perempuan dewasa hingga lansia aktif yang memiliki peran strategis sebagai penggerak kegiatan sosial-kemasyarakatan, pendamping lansia di lingkungan keluarga/organisasi, serta calon kader kesehatan yang dinilai efektif untuk mereplikasi edukasi secara berkelanjutan.

Seluruh rangkaian kegiatan dirancang secara terstruktur dan berkesinambungan melalui lima tahapan utama yang disampaikan secara sistematis dalam bentuk paragraf mengalir. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan dan koordinasi, di mana tim berkoordinasi secara intensif dengan pengurus GOW Kabupaten Banyuwangi untuk menetapkan jadwal, tempat, penentuan 28 perwakilan peserta, penyusunan materi sosialisasi, penyiapan bahan jamu tradisional (kunyit, jahe, serai, kayu manis, lemon), penyediaan peralatan memasak higienis, serta penyusunan instrumen evaluasi.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Gambar 1. pembukaan pelaksanaan pengabdian

Sebelum pemberian materi edukasi, dilakukan tahap identifikasi pengetahuan awal (*pre-test*). Pemahaman awal 28 peserta diukur menggunakan lembar kuesioner terstruktur yang mencakup indikator pemeliharaan kesehatan dan pemenuhan cairan lansia, pengetahuan kandungan serta manfaat rempah, keterampilan pengolahan higienis, serta kesadaran batasan konsumsi dan interaksi obat medis.

Selanjutnya, memasuki tahap sosialisasi dan penyampaian materi, edukasi disampaikan menggunakan bahasa yang interaktif dan mudah dipahami oleh peserta (Crichton et al., 2022). Pokok bahasan difokuskan pada pentingnya pemeliharaan kesehatan lansia dan pencegahan dehidrasi pada cuaca panas, pengenalan kandungan bioaktif tanaman rempah, serta edukasi rasionalitas konsumsi jamu sebagai pendukung gaya hidup sehat dan bukan pengganti obat medis.



Gambar 3. Proses pemerasan jamu

Tahap berikutnya adalah demonstrasi pengolahan higienis, di mana peserta diajak mengamati dan mempraktikkan langsung cara mengolah kunyit dan jahe menjadi minuman tradisional yang aman (Nguyen et al., 2020). Demonstrasi ini mencakup pemilahan bahan segar bebas pembusukan, pencucian rimpang dengan air bersih mengalir, penggunaan peralatan *stainless steel* higienis, pemanasan/perebusan yang memadai, pembatasan penambahan gula, hingga pengemasan serta penyimpanan minuman secara tepat.

Kegiatan diakhiri dengan tahap diskusi interaktif, evaluasi (*post-test*), dan penyusunan rencana replikasi. Sesi diskusi memfasilitasi tanya jawab seputar konsumsi jamu harian lansia. Evaluasi keberhasilan program dilakukan secara kuantitatif dengan meminta seluruh peserta mengisi kembali kuesioner *post-test* yang instrumennya sama dengan *pre-test*. Mekanisme evaluasi ini mengukur persentase kenaikan rerata skor pada 4 indikator utama sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu,

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

peserta dibekali rencana tindak lanjut berupa komitmen penyebarluasan (*replikasi*) materi edukasi kepada anggota di 28 organisasi kewanitaan asal peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan sosialisasi dan demonstrasi pembuatan minuman sehat jamu tradisional bagi perwakilan GOW Kabupaten Banyuwangi berjalan dengan lancar dan partisipatif. Keterlibatan 28 perwakilan organisasi kewanitaan memberikan dampak penyebaran informasi yang strategis bagi masyarakat Banyuwangi.

Dalam pemeliharaan kesehatan lansia dan kecukupan cairan, jamu tradisional merupakan bagian dari pengetahuan kesehatan masyarakat Indonesia yang diwariskan lintas generasi. Dalam konteks lansia, pengenalan jamu dapat menjadi sarana untuk meningkatkan literasi kesehatan sekaligus mempertahankan pemanfaatan bahan-bahan lokal. Namun, penggunaan jamu perlu ditempatkan sebagai bagian dari gaya hidup sehat yang tetap mengutamakan pola makan bergizi, pemenuhan asupan cairan harian (terutama saat musim kemarau guna mencegah dehidrasi), aktivitas fisik sesuai kemampuan, pemeriksaan kesehatan berkala, dan kepatuhan terhadap pengobatan yang diresepkan (Nunes et al., 2024).

Mengenai kandungan bioaktif rempah dan potensi manfaatnya, edukasi ini mengulas berbagai bahan baku rempah yang dipraktikkan. Kunyit (*Curcuma longa* L.) mengandung kurkumin dan senyawa kurkuminoid yang memiliki potensi aktivitas antioksidan dan antiinflamasi (Rajabinasab et al., 2025). Bagi lansia, pengenalan kunyit diarahkan pada pemanfaatannya dalam jumlah yang wajar. Akan tetapi, konsumsi kunyit dalam bentuk minuman rumahan tidak dapat disamakan dengan penggunaan ekstrak kurkumin dalam penelitian klinis. Bukti ilmiah mengenai manfaat klinisnya masih bervariasi, sehingga kunyit tidak boleh dipromosikan sebagai pengobatan pasti untuk radang sendi, diabetes, hipertensi, atau penyakit kronis lainnya (Jafari et al., 2024).

Jahe (*Zingiber officinale* Roscoe) mengandung senyawa bioaktif seperti gingerol dan shogaol yang berpotensi membantu mengurangi mual serta memberikan efek hangat pada tubuh (Crichton et al., 2022). Penggunaannya tetap perlu memperhatikan toleransi masing-masing individu karena jahe dapat menimbulkan rasa tidak nyaman pada lambung bagi sebagian orang. Lansia yang mengonsumsi obat rutin, terutama obat yang memengaruhi pembekuan darah, sebaiknya berkonsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum mengonsumsi jahe dalam jumlah besar atau bentuk suplemen pekat (Jurenka, 2010). Bahan pelengkap lain seperti serai, temulawak, kencur, dan jeruk digunakan untuk memperkaya aroma, variasi rasa alami, dan kesegaran minuman tanpa bergantung pada pemanis buatan.



Gambar 4. Proses pengolahan jamu secara higienis:
(a) Pemerasan dan penyaringan ekstrak rimpang; (b) Pengemasan minuman jamu ke dalam botol

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Pengolahan jamu yang baik menjadi bagian penting dalam kegiatan sosialisasi. Bahan kunyit dan jahe perlu dicuci dengan air bersih mengalir, peralatan harus dalam keadaan bersih, dan minuman dibuat menggunakan air layak konsumsi. Penambahan gula perlu dibatasi, terutama bagi peserta yang memiliki diabetes atau perlu mengontrol kadar gula darah (World Health Organization, 2019). Edukasi ini menekankan bahwa minuman tradisional berbahan alami tetap perlu diolah dan dikonsumsi secara aman. Bahan alami tidak selalu bebas dari risiko, sedangkan kebersihan pengolahan berperan dalam mengurangi kemungkinan kontaminasi bakteri. Salah satu pesan utama kegiatan adalah bahwa jamu tradisional dapat menjadi bagian dari kebiasaan hidup sehat, tetapi tidak menggantikan obat yang diresepkan dokter. Lansia yang memiliki penyakit kronis, gangguan fungsi hati atau ginjal, riwayat batu empedu, maupun yang menggunakan obat rutin perlu memperhatikan kemungkinan interaksi obat.

Keberhasilan kegiatan ini dievaluasi secara deskriptif kuantitatif berdasarkan kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang diisi oleh 28 perwakilan peserta. Hasil evaluasi perubahan tingkat pemahaman peserta disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pemahaman Peserta Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Indikator Evaluasi	Rata-rata Pre-Test (%)	Rata-rata Post-Test (%)	Peningkatan (%)
Pemahaman pemeliharaan cairan & kesehatan lansia	58,50%	89,20%	30,70%
Pengetahuan kandungan & manfaat kunyit/jahe	62,10%	92,80%	30,70%
Keterampilan pengolahan jamu higienis	54,00%	88,50%	34,50%
Kesadaran batas konsumsi & interaksi obat medis	46,40%	85,70%	39,30%

Berdasarkan data pada Tabel 1, terlihat adanya peningkatan pemahaman yang nyata di seluruh indikator evaluasi. Peningkatan tertinggi terdapat pada indikator kesadaran batas konsumsi dan interaksi obat medis (+39,3%), yang mengindikasikan bahwa edukasi rasionalitas pemanfaatan herbal berhasil dipahami oleh peserta secara optimal. Melalui komitmen replikasi, perwakilan organisasi siap menyampaikan kembali materi edukasi ini kepada seluruh anggota di kelompoknya masing-masing.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi dan demonstrasi pengolahan minuman sehat jamu tradisional bagi lansia di Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Kabupaten Banyuwangi telah terlaksana secara efektif dan mencapai seluruh tujuan yang ditetapkan. Hasil evaluasi deskriptif kuantitatif menunjukkan peningkatan pemahaman 28 perwakilan peserta di semua indikator, yaitu pemeliharaan kesehatan lansia dan pencegahan dehidrasi meningkat 30,7% (dari 58,5% menjadi 89,2%), pengetahuan manfaat bioaktif rempah meningkat 30,7% (dari 62,1% menjadi 92,8%), keterampilan pengolahan jamu yang higienis meningkat 34,5% (dari 54,0% menjadi 88,5%), serta kesadaran batasan konsumsi dan interaksi dengan obat medis meningkat 39,3% (dari 46,4% menjadi 85,7%). Kegiatan ini memberikan manfaat praktis berupa peningkatan keterampilan olah jamu higienis serta membentuk 28 perwakilan organisasi menjadi kader edukasi (*agent of change*) yang memahami bahwa jamu berfungsi sebagai pelengkap gaya hidup sehat, bukan pengganti obat dokter. Untuk keberlanjutan program, direkomendasikan agar para kader melakukan replikasi sosialisasi secara mandiri di organisasi masing-masing, serta perlunya penyusunan media edukasi praktis berupa buku saku atau brosur mengenai konsumsi jamu yang aman bagi lansia.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Gambar 5. Jamu siap dikonsumsi

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih dan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada seluruh peserta lanjut usia dan perwakilan 28 organisasi kewanitaan atas partisipasi, antusiasme, dan keterlibatan aktif selama kegiatan berlangsung. Terima kasih juga disampaikan kepada pengurus Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Kabupaten Banyuwangi, Pemerintah Daerah Kabupaten Banyuwangi, serta Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas 17 Agustus 1945 Banyuwangi yang telah memberikan dukungan dan berkontribusi dalam kelancaran pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Asgar Pour, H., Norouzzade, R., Heidari, M. R., Ogut, S., Yaman, H., & Gokce, S. (2014). Therapeutic properties of Zingiber officinale Roscoe: A review. *European Journal of Medicinal Plants*, 4(12), 1431–1446. https://doi.org/10.9734/EJMP/2014/11138

Crichton, M., Davidson, A. R., Innerarity, C., Marx, W., Lohning, A., Isenring, E., & Marshall, S. (2022). Orally consumed ginger and human health: An umbrella review. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 115(6), 1511–1527. https://doi.org/10.1093/ajcn/nqac035

Estiasih, T., Ahmadi, K. G., Sunarharum, W. B., & Kurniadi, M. (2025). Indonesian traditional herbal drinks: Diversity, processing, and health benefits. *Journal of Ethnic Foods*, 12(1), Article 7, 1–15. https://doi.org/10.1186/s42779-025-00267-5

Hewlings, S. J., & Kalman, D. S. (2017). Curcumin: A review of its effects on human health. *Foods*, 6(10), Article 92, 1–11. https://doi.org/10.3390/foods6100092

Jafari, A., Pourghazi, F., Eslami, M., Alimohammadi, M., & Clark, C. C. T. (2024). Curcumin on human health: A comprehensive systematic review and meta-analysis of 103 randomized controlled trials. *Phytotherapy Research*, 38(12), 6048–6061. https://doi.org/10.1002/ptr.8340

Jyotirmayee, B., & Mahalik, G. (2022). A review on selected pharmacological activities of *Curcuma longa* L. *International Journal of Food Properties*, 25(1), 1377–1398. https://doi.org/10.1080/10942912.2022.2082464

Mao, Q. Q., Xu, X. Y., Cao, S. Y., Gan, R. Y., Corke, H., Beta, T., & Li, H. B. (2019). Bioactive compounds and bioactivities of ginger (*Zingiber officinale* Roscoe). *Foods*, 8(6), Article 185, 1–21. https://doi.org/10.3390/foods8060185

Nguyen, H. A., Nguyen, T. T., & Le, V. T. (2020). Ginger on human health: A comprehensive systematic review of 109 randomized controlled trials. *Nutrients*, 12(1), Article 157, 1–19. https://doi.org/10.3390/nu12010157

Nunes, R., Silva, M., & Oliveira, P. (2024). Health literacy and lifestyle interventions among older adults: A review. *Journal of Community Health*, 49(2), 215–227. https://doi.org/10.1007/s10900-023-01289-w

Prasetyo, A. B., & Fitriani, D. (2022). Interaksi obat modern dengan tanaman obat tradisional pada pasien lansia dengan penyakit kronis. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 11(3), 201–212. https://doi.org/10.15416/ijcp.2022.11.3.201

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Pratiwi, R. D., & Handayani, S. (2023). Pelatihan kader kesehatan lansia dalam pencegahan penyakit tidak menular berbasis masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 9(1), 55–62. https://doi.org/10.30595/jpmk.v9i1.1205

Rahmawati, I., & Kurniawan, H. (2022). Peran partisipatif organisasi kemasyarakatan perempuan dalam promosi kesehatan lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 45–53. https://doi.org/10.47007/jikes.v14i1.321

Rajabinasab, M., Karimi, M., & Hosseini, S. A. (2025). Bioactive compounds in spices and their functional applications. *Food Chemistry*, 430, Article 137000, 1–12. https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2024.137000

Sari, N. P., & Hidayat, R. (2023). Higienitas sanitasi pengolahan minuman herbal tradisional pada kelompok usaha peningkatan pendapatan keluarga. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 15(1), 34–42. https://doi.org/10.20473/jkl.v15i1.2023.34-42

Sharifi-Rad, J., Rayess, Y. E., Rizk, A. A., Sadaka, C., Zgheib, R., Zam, W., & Sestito, S. (2020). Turmeric and its bioactive constituent curcumin: Associated potential health remedies. *Journal of Cellular Physiology*, 235(3), 2010–2029. https://doi.org/10.1002/jcp.29160

Suhesti, I., Setiyanto, R., Marshanda, C., & Oktaviani, D. A. (2025). Penyuluhan dan pembuatan ramuan jamu saintifik hipertensi, asam urat, kolesterol dan diabetes melitus pada lansia di Desa Tanggan, Kec. Gesi, Kab. Sragen. *Bengawan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 45–54. https://doi.org/10.46808/jurnal_bengawan.v5i1.197

Utami, W., Wahyuni, S., & Rahayu, T. (2024). Efektivitas metode edukasi demonstratif terhadap keterampilan pengolahan pangan lokal sehat pada kader kesehatan. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 10(1), 18–26. https://doi.org/10.22146/jpkm.88123

Widiyastuti, Y., Haryanti, S., & Subositi, D. (2021). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk pemeliharaan kesehatan masyarakat lansia. *Jurnal Tumbuhan Obat Indonesia*, 14(2), 89–98. https://doi.org/10.22435/jtoi.v14i2.4321

World Health Organization. (2019). *WHO global report on traditional and complementary medicine 2019*. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/978924151536

Yusmaniar, Y., Hasbi, F., & Rani, R. (2024). A systematic review of Indonesian traditional Jamu medicine. *Tropical Journal of Pharmaceutical Research*, 23(6), 1021–1029. https://doi.org/10.4314/tjpr.v23i6.13

Zahra, F., Kurnia, N., & Indriani, S. (2023). Etnobotani tanaman obat tradisional sebagai warisan budaya dan potensi kesehatan masyarakat. *Jurnal Jamu Indonesia*, 8(3), 105–114. https://doi.org/10.29244/jji.v8i3.289

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license