

SOSIALISASI PEMANFAATAN TANAMAN ZINGIBERACEAE UNTUK MENINGKATKAN IMUNITAS DI MASYARAKAT

Vera Yulandasari¹, Dita Retno Pratiwi², Siti Maryam³, Anjar Pranggawan Azhari⁴,
Afifah Farida Jufri⁵

¹⁾Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu

^{2,3)}Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu

^{4,5)}Program Studi Agroekoteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Mataram

e-mail: vera.yulandasari15@gmail.com

Abstrak

Sistem kekebalan tubuh memainkan peranan vital dalam melindungi tubuh dari infeksi dan penyakit. Berbagai faktor, seperti asupan nutrisi, pola hidup, serta kondisi lingkungan, berkontribusi terhadap kekuatan imunitas tubuh. Tanaman herbal, khususnya dari keluarga Zingiberaceae, telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional untuk mendukung peningkatan sistem kekebalan tubuh. Meskipun demikian, tingkat kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat tanaman herbal ini masih tergolong rendah, terutama di daerah pedesaan seperti Desa Janapria, Lombok Tengah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan bertujuan untuk meningkatkan edukasi warga tentang pemanfaatan tanaman herbal seperti jahe, kunyit, temulawak, dan lengkuas sebagai upaya untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh. Dengan mengaplikasikan metode promosi kesehatan, sosialisasi, serta penanaman tanaman herbal di pekarangan masjid sebagai apotik hidup, kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman herbal untuk kesehatan. Sebagai hasilnya, banyak warga yang sebelumnya tidak menanam tanaman herbal di rumah kini berencana untuk melakukannya, sehingga dapat mengurangi ketergantungan pada obat kimia dan mendukung terciptanya keluarga sehat yang mandiri.

Kata kunci: Edukasi Masyarakat, Promosi Kesehatan, Sistem Kekebalan Tubuh, Tanaman Herbal, Zingiberaceae

Abstract

The immune system plays a crucial role in protecting the body from infections and diseases. Various factors such as nutrition, lifestyle, and environmental conditions contribute to the efficacy of the body's immune response. Herbal plants, particularly those from the Zingiberaceae family, have been used in traditional medicine to enhance the immune system. However, public awareness and knowledge regarding the benefits of these herbal plants remain relatively limited, especially in rural areas, such as Janapria-Central Lombok. Community service activities aimed to educate residents about the utilization of herbal plants such as ginger, turmeric, temulawak, and galangal to enhance immune function. Through the application of health promotion methods, socialization, and cultivation of herbal plants in mosque yards as living pharmacies, this activity successfully increased the community's understanding and skills in utilizing herbal plants for health purposes. Consequently, numerous residents who previously did not cultivate herbal plants at home are now planning to do so, which may contribute to reducing their dependence on pharmaceutical medicines and support the development of independent, healthy families.

Keywords: Community Education, Health Promotion, Herbal Plants, Immune System, Zingiberaceae

PENDAHULUAN

Sistem imun atau sistem kekebalan tubuh berperan penting dalam melindungi kesehatan tubuh dari berbagai infeksi dan penyakit. Hal ini merupakan mekanisme pertahanan tubuh yang dirancang untuk mengenali, merespons, dan mengingat patogen seperti bakteri, virus, dan parasit (Kavathas et al., 2019). Beberapa faktor yang mempengaruhi kekebalan tubuh antara lain nutrisi, gaya hidup, dan kondisi lingkungan (Gombart et al., 2020). Selain itu aktivitas fisik yang teratur dan tidur yang cukup juga penting untuk mengoptimalkan imunitas (Andriana et al., 2021).

Sistem kekebalan tubuh yang kuat dapat mencegah berbagai penyakit dan mempercepat pemulihan ketika terjadi infeksi. Namun ketika sistem kekebalan tubuh terganggu atau melemah, tubuh menjadi kurang efisien dalam mengidentifikasi dan menetralkan patogen, hal tersebut dapat mengakibatkan infeksi akan menjadi yang lebih besar dan bertahan lebih lama (Qudsy et al., 2022). Penelitian telah menunjukkan bahwa individu dengan respons imun yang lemah berada pada risiko lebih tinggi untuk

komplikasi dari infeksi, yang dapat memperburuk masalah kesehatan (Cohen & Hörl, 2012). Oleh karena itu, mempertahankan sistem kekebalan yang kuat sangat penting untuk kesehatan secara keseluruhan dan ketahanan terhadap penyakit menular.

Dalam beberapa tahun terakhir, masyarakat menggunakan tanaman obat sebagai sarana alami untuk meningkatkan kekebalan tubuh terutama dalam menghadapi beberapa penyakit seperti penyakit menular dan penyakit kronis (Jufri et al., 2024; Nurkolis et al., 2023; Yulandasari et al., 2023). Saat ini juga permintaan untuk suplemen herbal terus meningkat, hal tersebut dapat mencerminkan pergeseran masyarakat untuk peningkatan kesehatan dengan merangkul sumber daya alam (Gombart et al., 2020; Simbala et al., 2022). Dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya akan kesehatan, menjadikan penggunaan tanaman herbal dalam kehidupan sehari-hari semakin populer di kalangan masyarakat Indonesia.

Sejak zaman dahulu, pengobatan herbal telah menjadi bagian integral dari budaya dan tradisi masyarakat Indonesia. Berbagai suku di Indonesia telah menggunakan tanaman herbal untuk mengobati berbagai penyakit dan menjaga kesehatan (Nisa et al., 2022). Pengetahuan ini telah diturunkan dari generasi ke generasi, dengan menciptakan pengetahuan tentang manfaat tanaman lokal. Beberapa contoh tanaman herbal yang banyak digunakan di Indonesia adalah tanaman dengan famili Zingiberaceae. Tanaman famili Zingiberaceae atau temu-temuan yang terdiri dari 1600-an spesies tersebar banyak di negara tropis seperti Indonesia. Tanaman obat famili Zingiberaceae antara lain jahe (*Zingiber officinale*) yang dikenal karena kemampuannya meredakan mual dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh, kunyit (*Curcuma longa*) yang memiliki sifat anti-inflamasi dan sering digunakan dalam ramuan jamu, lempuyang (*Zingiber aromaticum*) sebagai obat demam, serta temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) yang terkenal sebagai obat sembelit dan radang pancreas (Wasikhah, 2016). Penelitian menunjukkan bahwa tanaman-tanaman ini kaya akan senyawa bioaktif yang dapat meningkatkan imunitas yang berdampak pada kesehatan secara keseluruhan (Muhith et al., 2022).

Tanaman herbal telah lama dikenal karena potensinya sebagai obat non-farmakologis, menawarkan alternatif alami untuk obat sintesis dalam meningkatkan kesehatan dan meningkatkan fungsi kekebalan tubuh (Muhar et al., 2023). Namun, terlepas dari manfaatnya, penggunaan obat herbal bukannya tanpa tantangan. Salah satu kekhawatiran adalah variabilitas dalam kualitas dan potensi produk herbal, yang dapat menyebabkan hasil terapi yang tidak tepat. Selain itu, perlu adanya pemahaman dan pengetahuan tentang keamanan tanaman herbal disertai pemahaman interaksi potensial dengan obat-obatan konvensional (Jung et al., 2023).

Saat ini promosi tanaman herbal sangat penting dengan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang manfaat potensial dalam meningkatkan fungsi kekebalan tubuh dan kesehatan secara keseluruhan, terutama dalam menghadapi meningkatnya tantangan kesehatan seperti penyakit menular dan penyakit kronis. Banyak masyarakat yang beralih ke obat herbal sebaiknya disertai dengan pengetahuan dalam mengenali manfaat potensial tanaman yang kaya vitamin, mineral, dan antioksidan yang dapat mendukung fungsi kekebalan tubuh agar dapat mereduksi tantangan yang ada. Misalnya, pemanfaatan ramuan tradisional dari tanaman temu-temuan yang mulai jarang dimanfaatkan dan dominan digunakan sebagai bumbu masakan dan pewarna makanan. Menurut penelitian, tanaman temu-temuan seperti jahe, kunyit, temulawak, kecombrang, kencur, dan lengkuas diklaim dapat meningkatkan kekebalan atau imunitas tubuh (Gombart et al., 2020; Sutariati et al., 2021).

Masyarakat yang ada di desa Janapria Kabupaten Lombok Tengah, masih kurang mengerti tentang pemanfaatan tanaman herbal utamanya temu-temuan sebagai obat non-farmakologi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kekebalan tubuh. Hal ini tercermin dari hasil observasi langsung yang mana ditemukan banyak masyarakat di desa Janapria yang belum memahami tentang pemanfaatan tanaman herbal khususnya tanaman temu-temuan dengan baik. Kondisi ini perlu ditindaklanjuti dengan mendidik masyarakat di Desa Janapria untuk mengenali dan memperluas wawasan akan tanaman obat. Hal ini bertujuan memberdayakan individu serta mendorong masyarakat untuk menggunakan alternatif alami seperti pengobatan herbal untuk masalah kesehatan dan menjaga sistem kekebalan tubuhnya.

METODE

Pengabdian masyarakat ini berfokus pada edukasi masyarakat tentang pemanfaatan tanaman herbal temu-temuan yang dilaksanakan melalui pendekatan kolaboratif dengan melibatkan penduduk

setempat dengan metode promosi kesehatan. Tahapan yang dilakukan adalah observasi, persiapan edukasi, pelaksanaan dengan sosialisasi-diskusi kelompok terkait dengan manfaat dari tanaman herbal, serta penanaman langsung tanaman herbal di apotik hidup masyarakat, dan evaluasi kegiatan.

Adaptasi sasaran dari kegiatan ini adalah kelompok masyarakat di Desa Janapria, Kabupaten Lombok Tengah, NTB. Kategori usia kelompok masyarakat yang disasar adalah dewasa dan remaja. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Juni 2024 bertempat di pekarangan Masjid Desa Janapria.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilakukan di Desa Janapria, Kabupaten Lombok Tengah yang bertujuan untuk mengedukasi Masyarakat yang ada di desa Janapria terkait dengan pemanfaatan tanaman herbal yang dapat di jadikan sebagai tanaman yang dapat meningkatkan kekebalan tubuh. Kegiatan diikuti oleh kelompok masyarakat sejumlah 26 orang sesuai sasaran yaitu orang dewasa (pria dan wanita), dan remaja.

Tahapan observasi dilakukan dengan terjun langsung di masyarakat dengan mempelajari bagaimana karakteristik masyarakat, permasalahan yang dihadapi, dan potensi yang ada di masyarakat. Dari hasil observasi didapatkan bahwa mulai berkurangnya tradisi pemanfaatan tanaman herbal untuk meningkatkan kekebalan tubuh terutama di remaja akibat kurangnya pengetahuan terkait kesehatan. Oleh karena itu pada tahap persiapan diputuskan untuk melakukan edukasi dengan media promosi kesehatan disertai pengecekan kesehatan gratis dan penanaman temu-temuan yang mudah didapatkan di sekitar masyarakat Janapria. Selain itu pada tahapan ini disiapkan media promosi kesehatan yang mudah dipahami oleh masyarakat.

Tahapan pelaksanaan dilakukan dengan sosialisasi edukasi, pengecekan kesehatan, hingga dilaksanakannya penanaman tanaman herbal temu-temuan seperti jahe, lengkuas, dan kunyit. Tahap edukasi berfokus kepada jenis tanaman herbal yang dapat dimanfaatkan khususnya tanaman temu-temuan dan pemanfaatan tanaman herbal bagi kesehatan. Edukasi yang berlangsung dengan diskusi antara tim pengabdian dan dampingan berlangsung interaktif dengan terjadinya tanya jawab dan komunikasi dua arah. Selain itu masyarakat sangat antusias dengan materi promosi kesehatan yang diberikan. Edukasi ini menjadikan masyarakat lebih memahami pemanfaatan tanaman-tanaman herbal terutama dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh dibandingkan kondisi sebelumnya. Hal ini nampak dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan terkait bagaimana cara pemanfaatan yang baik dan benar.

Sebelum diadakan edukasi banyak masyarakat yang belum paham akan manfaat dari beberapa tanaman herbal yang di bawa oleh tim pendamping seperti tanaman jahe, kencur, kunyit, temulawak, dan lengkuas. Namun kondisi setelah diadakannya edukasi tentang tanaman herbal yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, masyarakat di desa janapria memahami bahwa tanaman-tanaman herbal tersebut tidak hanya dapat digunakan sebagai bumbu masakan tetapi juga bermanfaat untuk meningkatkan kekebalan tubuh dengan memanfaatkannya sebagai ramuan, seduhan, dan manisan.



Gambar 1. Edukasi tanaman herbal di desa janapria disertai pengecekan Kesehatan

Selanjutnya pada tahapan penanaman tanaman herbal dilakukan langsung di pekarangan masjid desa Janapria yang dipilih sebagai apotik hidup masyarakat. Ada 6 jenis tanaman yang di tanam oleh

warga di pekarangan masjid desa seperti tanaman jahe, kencur, temulawak, dan lengkuas, kunyit. Selain temu-temuan, tanaman lain yang ditanaman adalah jeruk nipis sebagai pelengkap.



Gambar 2. Penanaman tanaman obat di Desa Janapria, Kab. Lombok Tengah

Tanaman Zingiberaceae di tanam menggunakan polybag. Di samping itu dilakukan praktek perbanyakan temu-temuan seperti jahe dengan pisah tanam rimpang yang memiliki tunas atau anakan. Ibu-ibu dan remaja putri yang melakukan penanaman tanaman herbal sangat antusias. Dengan adanya kegiatan ini berdampak sangat besar untuk warga masyarakat desa yang sebelumnya sekitar 70% masyarakat Desa Janapria tidak memiliki tanaman herbal, menyatakan untuk berniat menanam langsung di pekarangan rumahnya. Selain itu, kegiatan tersebut menjadikan dapat membantu mengurangi ketergantungan terhadap obat kimia (Suharti et al., 2021).

Berdasarkan hasil yang ditemukan dan penelitian sebelumnya telah mengungkapkan bahwa berbagai kegiatan promosi kesehatan, seperti konseling langsung dan distribusi materi edukatif, dapat memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan serta ketertarikan masyarakat terhadap tanaman obat (Jufri et al., 2024; Shinta Sagai et al., 2021). Dampak ini berujung pada peningkatan penerimaan dan pemanfaatan obat tradisional yang lebih luas. Meskipun demikian, masih terdapat berbagai tantangan, seperti kesenjangan dalam tingkat pengetahuan dan akses terhadap informasi, yang perlu diperhatikan. Hal ini menegaskan pentingnya dilakukannya upaya edukasi yang bersifat spesifik dan terarah, guna memastikan bahwa setiap individu dalam masyarakat memiliki kesempatan yang setara untuk meraih manfaat dari kekayaan warisan tanaman obat yang ada. Upaya ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, tetapi juga untuk memperkecil kesenjangan sosial dan ekonomi yang mungkin menghambat akses ke informasi kesehatan yang vital.

Kegiatan pengabdian yang dilakukan dengan promosi kesehatan ini menjadi lebih berarti jika tetap didampingi oleh kader kesehatan yang dimiliki oleh pemerintah Desa dan Puskesmas setempat sehingga tujuan masyarakat dari program TOGA (Tanaman Obat Keluarga) tercapai keluarga yang sehat dan mandiri secara terus-menerus.

SIMPULAN

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Janapria, Kabupaten Lombok Tengah, berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman herbal, khususnya dari famili Zingiberaceae, untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh. Melalui metode promosi kesehatan yang meliputi edukasi, diskusi, dan penanaman tanaman herbal di pekarangan masjid sebagai apotik hidup, kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat dan diharapkan dapat mengurangi ketergantungan masyarakat terhadap obat kimia dan mendukung terciptanya keluarga sehat dan mandiri. Masyarakat yang sebelumnya kurang memahami manfaat tanaman herbal kini lebih sadar akan potensi tanaman-tanaman tersebut untuk kesehatan.

SARAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilakukan, agar kegiatan edukasi ini dapat dilanjutkan dengan keterlibatan aktif kader kesehatan desa dan Puskesmas setempat untuk mendukung keberlanjutan program TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Selain itu, perlu adanya pemantauan dan pendampingan lebih lanjut untuk memastikan bahwa masyarakat dapat secara rutin memanfaatkan

tanaman herbal dalam kehidupan sehari-hari, serta memahami keamanan dan cara penggunaannya secara tepat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini di Desa Janapria, Kabupaten Lombok Tengah. Terima kasih kepada masyarakat Desa Janapria yang telah antusias mengikuti setiap tahapan kegiatan, mulai dari edukasi, diskusi, hingga penanaman tanaman herbal. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa, Puskesmas setempat, dan kader kesehatan yang telah memberikan dukungan penuh terhadap program ini. Selain itu, kami juga menghargai kontribusi tim pengabdian yang telah bekerja keras dalam memberikan edukasi dan bimbingan kepada masyarakat. Semoga kegiatan ini dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat, terutama dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh melalui pemanfaatan tanaman herbal.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, L. M., Ashadi, K., & Nurdianto, A. R. (2021). Tingkat aktivitas fisik dan kualitas tidur masyarakat di Jawa Timur selama masa pandemi covid-19. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 1(1), 27–45. <https://doi.org/10.54284/JOPI.V1I1.4>
- Cohen, G., & Hörl, W. H. (2012). Immune Dysfunction in Uremia—An Update. *Toxins* 2012, Vol. 4, Pages 962-990, 4(11), 962–990. <https://doi.org/10.3390/TOXINS4110962>
- Gombart, A. F., Pierre, A., & Maggini, S. (2020). A Review of Micronutrients and the Immune System—Working in Harmony to Reduce the Risk of Infection. *Nutrients* 2020, Vol. 12, Page 236, 12(1), 236. <https://doi.org/10.3390/NU12010236>
- Jufri, A. F., Anugrahwati, D. R., Putri, D. N., Azhari, A. P., & Yulandasari, V. (2024). Sosialisasi dan Pendampingan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga di Desa Keru, Lombok Barat. *Jurnal SIAR ILMUWAN TANI*, 5(1), 103–107. <https://doi.org/10.29303/JSIT.V5I1.146>
- Jung, W., Choi, H., Kim, J., Kim, J., Kim, W., Nurkolis, F., & Kim, B. (2023). Effects of natural products on polycystic ovary syndrome: From traditional medicine to modern drug discovery. *Heliyon*, 9(10), e20889. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e20889>
- Kavathas, P. B., Krause, P. J., & Ruddle, N. H. (2019). Organization and Cells of the Immune System. In *Immunoepidemiology* (hal. 21–38). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-25553-4_2
- Muhar, A. M., Velaro, A. J., Prananda, A. T., Nugraha, S. E., Çamlık, G., Wasnik, S., Abidin, S. Z., Sjoifjan, O., Harahap, M. A. Y., Syahrian, M. F., Taslim, N. A., Mayulu, N., Permatasari, H. K., Nurkolis, F., Situmorang, P. C., & Syahputra, R. A. (2023). Polyscias scutellaria: An emerging source of natural antioxidants and anti-inflammatory compounds for health. *Pharmacia* 70(4): 1463-1470, 70(4), 1463–1470. <https://doi.org/10.3897/PHARMACIA.70.E112502>
- Muhith, A., Fitrah Dewi, R., Hidayati, N., Syawiril Ammah, E., Fathkul Wahab Pemanfaatan Obat Bahan Alam Untuk Menjaga Imunitas Tubuh Berdasarkan Kajian Etnobotani Dan Thibbun Nabawi, A., Fathkul Wahab, A., Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember, U., Mataram No, J., Miuwo, K., Kaliwates, K., Jember, K., Timur, J., Kunci, K., Bahan Alam, O., & Nabawi, T. (2022). Pemanfaatan Obat Bahan Alam Untuk Menjaga Imunitas Tubuh Berdasarkan Kajian Etnobotani Dan Thibbun Nabawi. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 19(1), 85–94. [https://doi.org/10.25299/AL-HIKMAH:JAIP.2022.VOL19\(1\).8434](https://doi.org/10.25299/AL-HIKMAH:JAIP.2022.VOL19(1).8434)
- Nisa, U., Triyono, A., Ardiyanto, D., Novianto, F., Fitriani, U., Jannah, W. D. M., Astana, P. R. W., & Zulkarnain, Z. (2022). Ethnopharmacological study of medicinal plants indigenous knowledge about low back pain therapy in Sumatra, Indonesia. *Journal of Applied Pharmaceutical Science*, 12,(9), 178–188. <https://doi.org/10.7324/JAPS.2022.120921>
- Nurkolis, F., Taslim, N. A., Qhabibi, F. R., Kang, S., Moon, M., Choi, J., Choi, M., Park, M. N., Mayulu, N., & Kim, B. (2023). Ulvophyte Green Algae *Caulerpa lentillifera*: Metabolites Profile and Antioxidant, Anticancer, Anti-Obesity, and In Vitro Cytotoxicity Properties. *Molecules*, 28(3), 1365. <https://doi.org/10.3390/MOLECULES28031365>
- Qudsy, S. Z., Pabbajah, M., Jubba, H., Zain, M., & Syafera, A. (2022). COVID-19 Pandemic in Indonesia: Some Reflections from Baḏl Al-Mā‘ūn by Ibn Ḥajr al-‘Asqalānī. *Afkar: Jurnal Akidah*

- dan Pemikiran Islam, 2022, 61–98. <https://doi.org/10.22452/AFKAR.SP2022NO1.3>
- Shinta Sagai, S., Engkeng, S., & Munayang, H. (2021). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tanaman Obat Keluarga (Seledri dan Sereh) Untuk Hipertensi di Desa Mundung Satu Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 10(2). <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/kesmas/article/view/32284>
- Simbala, H. E. I., Nurkolis, F., Mayulu, N., & Rotty, L. W. A. (2022). Metabolites of Pinang Yaki (*Areca vestiaria*) Fruit Extract: A Metabolite Profiling Study. *F1000Research* 2022 10:1021, 10, 1021. <https://doi.org/10.12688/f1000research.73758.3>
- Suharti, B., Kartika, T., & Sugiyanta, S. (2021). Culture and social: herbal medicine as health communication to build urban community empowerment. *Jurnal Studi Komunikasi*, 5(1), 151–164. <https://doi.org/10.25139/JSK.V5I1.3124>
- Sutariati, G. A. K., Safuan, L. O., Leomo, S., Rahni, N. M., & Wibawa, G. N. A. (2021). PKM Kelompok Budidaya Tanaman Temu-Temuan dan Empon-Empon Untuk Meningkatkan Daya tahan Tubuh di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal SIAR ILMUWAN TANI* , 2(1), 32–38. <https://doi.org/10.29303/JSIT.V2I1.24>
- Wasikhah, W. (2016). Tumbuhan Zingiberaceae Sebagai Obat-Obatan. *Serambi Sainia : Jurnal Sains dan Aplikasi*, 4(1), 35–43. <https://doi.org/10.32672/JSS.V4I1.114>
- Yulandasari, V., Hardiansah, Y., Muhammad, L., Husen, S., Mastuty, A., & Azhari, A. P. (2023). Edukasi Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Tanaman Herbal di Desa Mertak Tombok, Lombok Tengah. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 12453–12457. <https://doi.org/10.31004/CDJ.V4I6.22472>