

Pemanfaatan *Curcuma longa* dan *Kaempferia galanga* Sebagai Bahan Pembuatan Jamu “Beras Kencur” Bagi Ibu Pasca Persalinan

Muhamad Jalil*

Program Studi Doktor Biologi Universitas Gadjah Mada,
Jalan Tehnika Selatan; Senolowo; Sinduadi; Mlati; Sleman; Yogyakarta; Indonesia 55281

*E-mail: muhamadjalil@mail.ugm.ac.id

Abstrak - Tradisi minum jamu beras kencur masih ditemukan di Desa Waymuli Lampung Selatan. Tujuan penelitian ini adalah: (1) menjelaskan karakteristik tanaman rimpang sebagai bahan untuk membuat jamu beras kencur bagi ibu pasca persalinan; (2) menjelaskan pengetahuan masyarakat lokal pembuatan jamu beras kencur bagi ibu pasca persalinan. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif eksploratif. Waktu pelaksanaan yaitu berlangsung tanggal 11-31 Januari 2019. Data penelitian diperoleh dengan wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Data dianalisis dengan metode triangulasi. Hasil penelitian: (1) Rimpang *Curcuma longa* dan *Kaempferia galanga* digolongkan keluarga Zingiberaceae yang dimanfaatkan sebagai tanaman obat pengering luka pasca persalinan. (2) Bahan jamu beras kencur berupa: 9 rimpang kencur, 3 rimpang kunyit, ½ sendok teh beras, dan sedikit garam; pembuatan dengan cara ditumbuk sampai halus, kemudian disaring sehingga diperoleh sari jamu beras kencur; dan asas manfaat jamu beras kencur berdasarkan kepercayaan masyarakat lokal adalah dapat mempercepat luka, memperlancar ASI, menghilangkan rasa pegal pasca kelahiran.

Kata Kunci : Jamu Beras Kencur; *Curcuma sp*; *Kaempferia sp*; Persalinan

1. PENDAHULUAN

Waymuli merupakan salah satu desa yang berada di Pesisir Pantai Lampung Selatan; Kecamatan Rajabasa; Kabupaten Lampung Selatan. Jumlah penduduk masyarakat Waymuli pada awal 2019 berkisar 1300 orang (Jalil, 2019). Warga Waymuli sebagian besar dihuni oleh perkampungan sunda yang masih mempertahankan tradisi warisan leluhur mereka. Sisanya ditemukan suku Padang, Jawa, dan penduduk asli Lampung. Salah satu tradisi yang masih dipertahankan adalah pemanfaatan pekarangan sebagai kebun tanaman obat keluarga (Toga).

Hasil pengamatan langsung di desa Waymuli diperoleh informasi bahwa sebagian warga telah memanfaatkan pekarangan dengan menanam Toga. Tanaman herbal mudah tumbuh di alam Indonesia. Sebanyak 80 persen tanaman herbal yang ada di dunia dapat tumbuh di daratan Indonesia (Hadi, 2014). Solehan *et al.* (2015), mengungkapkan bahwa budaya menghidupkan Toga di desa Waymuli ini termasuk nguri-nguri warisan budaya Indonesia dalam rangka membiasakan gaya hidup sehat yang berpegang teguh pada prinsip *go green*. Budaya yang dimaksud adalah dengan mengkonsumsi jamu yang bersumber dari tanaman sekitar rumah. Jamu berasal dari kata *djamoe* yang merupakan singkatan dari *djampi* yang berarti doa atau obat dan *oesodo* (husada) yang berarti kesehatan (Purwaningsih, 2013).

Tanaman jamu yang memenuhi pekarangan masyarakat Waymuli rata-rata diisi dengan temu putih, *kunyit*, kencur, jahe, pepaya, jarak pagar, dan sebagian lagi berisi tanaman sayur dan buah-buahan. Tanaman-tanaman tersebut diperlukan untuk kepentingan pengobatan saat anggota keluarga sedang mengalami sakit karena faktor tertentu. Sari *et al* (2015), merekomendasikan 10 tanaman Toga yang setidaknya ditanam di pekarangan, yaitu: sirih, kunyit, temulawak, jahe, kumis kucing, daun binahong, daun beluntas, kencur, sambiloto, dan temu ireng. Tanaman-tanaman itu dapat dijadikan alternatif sebagai bahan pembuatan jamu tradisional.

Jamu tradisional yang sampai sekarang masih dipertahankan adalah jamu beras kencur. Jamu ini dimanfaatkan untuk ibu-ibu pasca melahirkan. Masyarakat Waymuli menyebut jamu

beras kencur dengan istilah *cakur beras*. Kata *cakur* mengacu pada kencur. Jamu beras kencur sudah tidak asing lagi bagi masyarakat Waymuli untuk mempercepat penyembuhan luka setelah proses melahirkan. Jamu ini dapat dibuat sendiri maupun beli pada penjual jamu keliling. Namun masyarakat Waymuli lebih senang, jika jamu cakur beras diramu sendiri, karena bahan yang dibuat dapat disesuaikan dengan takaran yang diinginkan.

Persalinan merupakan proses keluarnya jabang bayi, plasenta, dan selaput amnion (Rejeki & Ernawati, 2010). Proses pengeluaran buah kehamilan ini sering kali mengakibatkan perlukaan jalan lahir. Robekan perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya (Farrer, 1999). Selain itu, tenaga yang dikeluarkan untuk proses persalinan mengeluarkan jumlah kalori yang tidak sedikit, sehingga tidak jarang ibu-ibu setelah proses persalinan akan mengalami pegal-pegal pada otot-otot tubuh.

Salah satu alternatif untuk menyembuhkan luka perineum akibat robekan dengan mengkonsumsi beras kencur. Jamu beras kencur, dengan komposisi utamanya berupa beras dan rimpang kencur memiliki kandungan senyawa fenolik yang diketahui dapat berfungsi sebagai antioksidan (Lim, 2016, p. 423). Antioksidan dan komponen senyawa polifenol memiliki kemampuan untuk mengurangi keadaan sel yang rusak, karena dapat menangkap senyawa radikal bebas, mengurangi stress oksidatif, dan menurunkan ekspresi TNF- α penyebab kerusakan pada sel (Latifah, 2014). Literatur ilmiah mengungkapkan kunyit yang terdapat pada beras kencur dapat mempercepat pengeringan pada luka dan memiliki aktivitas antimikroba dan antivirus (Lim, 2016, pp. 279; 280).

Bahan-bahan pembuatan jamu beras kencur relatif mudah didapat, sehingga praktis dalam proses pembuatannya. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) menjelaskan karakteristik tanaman rimpang sebagai bahan untuk membuat jamu beras kencur bagi ibu pasca persalinan; (2) menjelaskan pengetahuan masyarakat lokal pembuatan jamu beras kencur bagi ibu pasca persalinan.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif eksploratif yang dilakukan di Desa Waymuli Kecamatan Rajabasa Kabupaten Lampung Selatan. Wawancara mendalam atau tidak terstruktur dilakukan dengan dukun bayi, ibu menyusui, dan warga sekitar yang memiliki informasi tentang pemanfaatan pemanfaatan kunyit dan kencur sebagai bahan utama pembuatan jamu beras kencur (Widoyoko, 2015, p. 45) .

Observasi partisipatif dengan melakukan kunjungan langsung ke ibu melahirkan, disertai dengan dokumentasi. Jumlah rumah yang dikunjungi ada dua (2) rumah, diharapkan dengan jumlah tersebut informasi yang diinginkan sudah terpenuhi dan variasi informasi sudah mencapai titik jenuh. Rumah yang diobservasi adalah responden wawancara mendalam. Hasil yang ditulis disini hanya deskriptif berupa hasil wawancara mendalam. Setelah itu, dilakukan verifikasi dan selanjutnya disajikan dalam bentuk narasi, kuotasi dan tabel untuk membantu pembaca memasuki situasi dan pemikiran responden secara langsung dan mengkaitkan interpretasi dari peneliti itu sendiri. Hasil tersebut kemudian dikaitkan dengan teori atau hasil penelitian lain yang dapat mendukung.

3. PEMBAHASAN

3.1. Tanaman yang dipakai sebagai bahan pembuatan jamu beras kencur

Pembuatan jamu beras kencur antara daerah satu dengan daerah lain memiliki sejumlah perbedaan. Letak perbedaan itu bisa berupa bahan maupun teknik pembuatannya. Hal ini menyebabkan kandungan setiap jamu beras kencur juga akan berbeda. Tanaman yang digunakan sebagai obat tradisional ramuan jamu beras kencur ditampilkan pada Tabel 1).

Tabel 1 Ramuan Setelah Melahirkan di Desa Waymuli

No	Nama lokal (<i>local name</i>)	Nama ilmiah (<i>scientific name</i>)	Suku (<i>family</i>)	Kegunaan (<i>utility</i>)
1	Cakur	<i>Kaempferia galanga</i>	<i>Zingiberaceae</i>	Penghangat badan
2	Kunir	<i>Curcuma domestica</i>	<i>Zingiberaceae</i>	Mengobati luka
3	Beyas	<i>Oryza sativa</i>	<i>Poaceae</i>	Sumber energi, menambah segar rasa ASI

Kunyit adalah tanaman yang dapat tumbuh hingga tinggi 1m, rimpang dengan banyak cabang, orange atau kuning cerah, silindris, aromatik, akar berbonggol di ujung (Delin & Larsen, 2000). Kunyit memiliki nama sebutan yang berbeda-beda di Indonesia: Kunir, Kunir Bentis, Temu Kuning (Jawa), Kunyir, Koneng, Koneng Temen (Sunda) (Lim, 2016, p. 242). Kunyit berasal dari asia selatan. Kunyit dapat dimanfaatkan dari berbagai aspek, yaitu Rimpang Utuh Kering, Kunyit Tanah, Minyak Kunyit, Kunyit oleoresin, dan Kurkumin (Li *et al.*, 2011).

Ekstrak rimpang kunyit dapat dimanfaatkan sebagai antiseptik pada luka karena kunyit diduga mengandung senyawa Curcumin (Ningtyas, 2017). Pengujian yang dilakukan Hayakawa *et al.* (2011), melaporkan bahwa cabang utama pada rimpang kunyit mengandung 3059.1 mg/100g. Kandungan Curcumin di Indonesia jauh lebih baik daripada di Jepang dan selisih sedikit dengan negara Vietnam.

Mishra *et al.* (2018, p. 156), kurkumin pada kunyit memiliki tiga peran utama, yaitu antiinflamasi, penghambat TNF (*Tumour Necrosis Factor*), dan antiproliferasi. Lim (2016, p. 332), dalam bukunya yang berjudul "*Edible Medicinal and Non-Medicinal Plants*" mengungkapkan banyak negara yang terletak di Asia Selatan memanfaatkan kunyit sebagai obat penghilang keseleo dan memar pada kulit. Bos *et al.* (2007), ekstrak kunyit dapat mengeringkan luka karena bersifat anti-inflamasi. Penggunaan kunyit dan kencur sebagai obat pasca melahirkan tidak hanya terjadi di daerah Waymuli. Royyani *et al.* (2018), mengungkapkan bahwa masyarakat Enggano menggunakan C. xanthorrhiza Ramuan setelah melahirkan, sedangkan K. galanga L. & C. longa digunakan setelah nifas (40 hari setelah proses persalinan).

Sidhu *et al.* (1998) mengamati penutupan luka yang lebih cepat pada luka tinju pada hewan yang diobati dengan curcumin dibandingkan dengan kontrol yang tidak diobati. Pemberian kunyit pada luka menunjukkan pembentukan jaringan epitel kembali dari epidermis dan peningkatan migrasi berbagai sel termasuk fibroblast dan makrofag di dasar luka. Perawatan curcumin menghasilkan ekspresi yang ditingkatkan TGF- β 1 dan TGF- β tIrc pada luka penyembuhan normal dan terganggu. Prasad *et al.* (2017), mengungkapkan bahwa makrofag di dasar luka menunjukkan peningkatan ekspresi TGF- β 1mRNA pada luka yang diobati dengan kurkumin.

Rimpang yang kedua yang digunakan untuk membuat jamu beras kencur adalah kencur (*Kaempferia galanga* L.). Kencur berasal dari keluarga Zingiberaceae. Kencur memiliki nama daerah yang beragam seperti cikur (Sunda), ceuko (Aceh), kencor (Madura), cekuh (Bali), sukung (Minahasa), asauli (Ambon), cekir (sumba) (Raina, 2011, p. 196). Raina (2011, p. 197), membenarkan jika kencur dapat menghilangkan rasa lelah, menghilangkan darah kotor, dan keselo. Gejala-gejala itu identik dengan yang dialami oleh ibu-ibu pasca persalinan. Studi menunjukkan bahwa K. galanga secara signifikan mempercepat penyembuhan luka dengan berat kering rata-rata jaringan granulasi pada kelompok kontrol adalah 42,12 mg yang secara signifikan meningkat menjadi 49,75, 64,00 dan 61,87 mg (Shanbhag *et al.*, 2006)

Beras bersumber dari padi (*Oryza sativa* L.). Padi merupakan makanan pokok orang Indonesia yang berasal dari suku Poaceae . Beras yang digunakan untuk membuat jamu beras

kencur adalah beras putih. Menurut Hernawan & Meylani (2016), beras putih non organik memiliki kandungan serat paling rendah (0,42008% b/b), protein (8.7049 %), gula reduksi (0.1395%) sedangkan nilai gula reduksi yang terendah dimiliki oleh sampel beras hitam organik (0.0893). Kandungan protein dipakai untuk perbaikan sel-sel yang rusak akibat luka, sedangkan gula digunakan sebagai sumber energi utama bagi tubuh.

3.2. Pengetahuan Masyarakat Lokal Terhadap Jamu Beras Kencur

Pengetahuan masyarakat tentang jamu beras kencur sudah bersifat turun temurun. Walaupun zaman dahulu ketika memasak masih menggunakan peralatan yang terhitung sederhana. Namun sekarang sudah menggunakan alat-alat modern jadi semakin memudahkan masyarakat untuk meramu jamu beras kencur sendiri.

Alat untuk membuat Jamu Cakur Beras berupa: pisau, cobek batu, alat tumbuk, sendok, gelas, ulegan, penyaring, dan wadah. Bahan-bahan yang dibutuhkan untuk membuat berupa: 9 rimpang rempah kencur (kupas kulitnya dan cuci bersih); 3 rimpang kunyit (kupas kulitnya dan cuci bersih); ½ sendok makan beras putih; sedikit garam, dan Air (kira-kira 1 gelas sedang). Bahan yang digunakan jamu beras kencur di desa Waymuli terhitung masih sangat sederhana. Masing-masing daerah dapat dipastikan memiliki ciri khas masing-masing. Seperti halnya yang dipaparkan dalam artikel online, ditambahkan bahan-bahan tambahan seperti jahe, gula jawa, dan gula pasir (Fimela, 2016).

Cara membuat jamu beras kencur di desa Waymuli cukup mudah. Tidak ada tambahan rempah-rempah tambahan seperti jahe, kapulaga, sereh dan cengkeh. Padahal jika masyarakat memiliki pengetahuan terkait manfaat tambahan rempah-rempah tersebut, maka asas kegunaan yang diperoleh juga semakin banyak. Hal tersebut dilaporkan oleh Septiana *et al.* (2017), penambahan rempah-rempah pada beras kencur dapat meningkatkan kadar total fenolik minuman dan meningkatkan kapasitas penangkapan radikal bebas. Adapun penelitian lain dengan menambahkan biji kedawung, gula aren, jahe dengan cara: (1) cuci beras dan tiriskan, kemudian sangrai; (2) sangrai biji kedawung; (3) blender beras bersama kencur dan jahe; (4) rebus kedalam air dan tambahkan secang, kedawung, gula pasir dan gula aren; (5) saring, ambil 600 ml (Hidayah, 2018).

Prosedur dalam penelitian ini adalah dengan cara: (1) kupas kulit luar rimpang kunyit dan rimpang dengan pisau yang tajam; (2) cuci seluruh rimpang kunyit dan kencur sampai bersih, karena tanah masih menempel pada rimpang apabila rimpang masih dalam keadaan segar; (3) masukkan 3 buah rimpang kunyit, 9 rimpang kencur, dan ½ sendok makan beras ke dalam cobek; (4) tumbuk rimpang menjadi halus menggunakan ulegan batu; (5) pindah hasil tumbukan ke alat penyaring dengan sendok makan; (6) saring dengan menambahkan air, sehingga terpisah antara ampas dan ekstrak beras kencur; (7) selanjutnya, masukkan sedikit garam ke dalam ekstrak jamu beras kencur; dan (8) sajikan beras kencur selagi masih *fresh* untuk membuat tubuh makin hangat dan nyaman.

Pengetahuan tidak hanya berkaitan dengan unsur teknis tetapi masyarakat juga semakin sadar pentingnya upaya swamedikasi (penyembuhan sendiri) tanpa menggantungkan pengobatan medis. Dalam keadaan genting, obat-obat tradisional dapat dijadikan alternatif sebagai penyembuh luka pasca persalinan pada ibu hamil. Pada saat melakukan penelitian ini, kebetulan Waymuli sedang mengalami kelumpuhan fasilitas umum akibat badai Tsunami 22 Desember 2018. Alat medis dan obat-obatan sebagian besar rusak akibat hantaman badai Tsunami, sehingga ibu-ibu yang memiliki Hari Perkiraan Lahir (HPL) bulan Desember akhir dan Januari belum bisa memanfaatkan fasilitas kesehatan dengan optimal.

Ibu Alfiana dan Ibu Sairoh adalah ibu-ibu hamil yang melahirkan pasca Tsunami Selat Banten. Mereka hanya menggantungkan dukun bayi setempat untuk proses persalinan. Dukun setempat meracik beras kencur sendiri dan diminumkan kepada ibu menyusui secara

rutin pagi dan sore diyakini sebagai obat penyembuh luka pada area jalan keluar bayi. Ibu Alfiana mengungkapkan sebagai berikut.

“Jamu beras kencur sering digunakan masyarakat Waymuli karena mampu menghangatkan badan serta mempercepat penyembuhan luka pasca kelahiran. Tidak hanya itu jamu ini juga berkhasiat untuk menghilangkan bau Amis”

Wawancara dengan Ibu Titin selaku warga Waymuli melaporkan yang tidak jauh beda dengan responden pertama. Kurang lebih sebagai berikut.

“Jamu beras kencur tidak hanya dipakai ibu pasca melahirkan, tetapi juga digunakan untuk mempercepat penyembuhan luka saat anak yang terjatuh dari pohon atau tempat lain. Masyarakat sini rata-rata membuat sendiri karena kadarnya dapat diatur sekehendak hati”

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa pemanfaatan jamu beras kencur di Waymuli secara umum dimanfaatkan sebagai obat antiseptik pada luka karena faktor tertentu, misal jatuh atau karena persalinan. Masyarakat Waymuli cenderung lebih suka membuat jamu beras kencur sendiri daripada membeli di luar atau jamu gendong. Ibu Titin mengungkapkan bahwa “Takaran tidak sesuai yang diharapkan, disamping juga dikhawatirkan jamu yang dikonsumsi tidak memenuhi unsur *hygiene* sanitasi”. Hal serupa diungkapkan oleh Nuria *et al.* (2008), sampel jamu gendong yang diteliti ternyata mengandung bakteri *Eschericia coli* dan ditemukan adalah jamur *Rhizopus sp.* Sukmawat *et al.* (2017) melaporkan bakteri *E.coli* ditemukan pada jamu jamu beras kencur, oleh karena itu kehati-hatian perlu dilakukan jika meminum jamu. Pengetahuan tradisional masyarakat Waymuli tentang *utility* beras kencur (Tabel 2).

Tabel 2 Pengetahuan Tradisional Jamu Beras Kencur Masyarakat Waymuli

Sebutan Nama Daerah	Khasiat berdasarkan keyakinan masyarakat Waymuli Lampung Selatan	Petunjuk penggunaan	Rasa	Warna
Jamu cakur Beras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Supaya enak badan dan mengurangi rasa pegel ▪ menghilangkan bau amis ▪ mempercepat luka akibat jatuh dari pohon ▪ menambah nafsu makan bayi terasa hangat ▪ Air ASI tidak hambar 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Diminum sebelum makan ▪ Diminum sebanyak dua kali pagi dan sore hari ▪ Diminum selama satu minggu setelah proses persalinan ▪ Ibu hamil dihindari minum jamu cakur beras 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pahit tapi segar ▪ Ada pedas kencurnya 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kuning

Walaupun demikian, tidak selamanya jamu-jamu tradisional memacu percepatan pengeringan luka pada perinium ibu pasca kelahiran. Hasil uji statistik diperoleh nilai $P_v=0,000$ maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan adanya tanda REEDA yang berarti terdapat hubungan faktor kadar Hb dengan penyembuhan luka perineum (Rejeki & Ernawati, 2010). Hemoglobin berfungsi mengikat oksigen yang masuk ke dalam darah. Kekurangan oksigen dalam darah akan mengakibatkan proses metabolisme menjadi terhambat, termasuk proses penyembuhan luka. Robekan perineum ini akan sembuh bervariasi, ada yang sembuh normal dan ada yang mengalami kelambatan dalam penyembuhannya, hal tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya karakteristik ibu bersalin, status gizi, kondisi luka dan perawatannya (Rejeki & Ernawati, 2010).

4. KESIMPULAN

Rimpang *Curcuma longa* dan *Kaempferia galanga* digolongkan keluarga *Zingiberaceae* yang dimanfaatkan sebagai tanaman obat pengering luka pasca persalinan. Bahan jamu beras kencur berupa: 9 rimpang kencur, 3 rimpang kunyit, ½ sendok teh beras, dan sedikit garam.

Pembuatan dengan cara ditumbuk sampai halus, kemudian disaring sehingga diperoleh sari jamu beras kencur. Asas manfaat jamu beras kencur berdasarkan kepercayaan masyarakat lokal adalah dapat mempercepat luka, memperlancar ASI, menghilangkan rasa pegal pada otot perut dan kaki pasca kelahiran.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Bos, R., Windono, T., Woerdenbag, H. J., Boersma, Y. L., Koulman, A., & Kayser, O. (2007). HPLC-photodiode array detection analysis of curcuminoids in *Curcuma* species indigenous to Indonesia. *Phytochemical Analysis*, 18(2), 118–122. <https://doi.org/10.1002/pca.959>
- Delin, W., & Larsen, K. (2000). Zingiberaceae. *Flora of China*, 24, 322–377.
- Farrer, H. (1999). *Perawatan Maternitas* (Vol. 2). Jakarta: EGC.
- Fimela. (2016). Resep Beras Kencur Segar dan Sehat. Retrieved March 11, 2019, from <https://www.fimela.com/lifestyle-relationship/read/3759103/resep-beras-kencur-segar-dan-sehat>
- Hadi, C. G. (2014). Museum Tanaman Herbal Indonesia di Solo. *eDimensi Arsitektur Petra*, 2(1), 257–261.
- Hayakawa, H., Minaniya, Y., Ito, K., Yamamoto, Y., & Fukuda, T. (2011). Difference of Curcumin Content in *Curcuma longa* L. (Zingiberaceae) Caused by Hybridization with Other *Curcuma* Species. *American Journal of Plant Sciences*, 2, 111–119.
- Hernawan, E., & Meylani, V. (2016). Analisis Karakteristik Fisikokimia Beras Putih, Beras Merah, dan Beras Hitam (*Oryza Sativa* L., *Oryza Nivara* dan *Oryza Sativa* L. Indica). *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 15(1), 79–91.
- Hidayah, N. (2018). Kajian Formulasi, Karakteristik Fitokimia Dan Sensori Es Krim Jamu Tradisional Beras Kencur. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 67. <https://doi.org/10.26576/profesi.263>
- Jalil, M. (2019). Sisa dan Sisi Lain Tsunami Selat Sunda. Retrieved March 12, 2019, from <https://news.detik.com/kolom/d-4396728/sisa-dan-sisi-lain-tsunami-selat-sunda>
- Latifah, N. J. (2014). Uji Aktivitas Jamu Gendong Beras Kencur (*Oryza Sativa* L.; *Kaempferia Galanga* L.) sebagai Antidiabetes pada Tikus Putih Jantan Galur Wistar yang Diinduksi Streptozotocin. *Jurnal Mahasiswa Farmasi Fakultas Kedokteran UNTAN*, 1(1). Retrieved from <https://www.neliti.com/id/publications/192985/uji-aktivitas-jamu-gendong-beras-kencur-oryza-sativa-l-kaempferia-galanga-l-seba>
- Li, S., Yuan, W., Deng, G., Wang, P., Yang, P., & Aggarwal, B. B. (2011). Chemical Composition and Product Quality Control of Turmeric (*Curcuma longa* L.). *Pharmaceutical Crops*, 5(1), 28–54. <https://doi.org/10.2174/2210290601102010028>
- Lim, T. K. (2016). *Edible Medicinal and Non-Medicinal Plants*. Cham: Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-26065-5>
- Mishra, J., Bhardwaj, A., & Misra, K. (2018). *Curcuma* sp.: The Nature's Souvenir for High-Altitude Illness. In *Management of High Altitude Pathophysiology* (pp. 153–169). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-813999-8.00008-2>
- Ningtyas, G. (2017). *Uji Efektivitas Ekstrak Rimpang Kunyit (Curcuma Domestica Val) Dalam Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Sayat Pada Mencit (Mus Musculus) Jantan*. (s1). Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/50575/>
- Nuria, M. C., Dewi, D. R., Septaningsih, S., & Sumantri, S. (2008). Pemeriksaan Angka Kuman Dan Jamur Serta Identifikasinya Pada Jamu Gendong Beras Kencur Dan Temu Lawak (*Curcuma Xanthorrhiza* Roxb.) Di Kabupaten Semarang Bagian Selatan. *Jurnal Ilmu Farmasi dan Farmasi Klinik*, 5(2), 32–36.
- Prasad, R., Kumar, D., Kant, V., Tandan, S. K., & Kumar, D. (2017). Curcumin Enhanced Cutaneous Wound Healing by Modulating Cytokines and Transforming Growth Factor in Excision Wound Model in Rats. *International Journal of Current Microbiology and Applied Sciences*, 6(7), 2263–2273. <https://doi.org/10.20546/ijcmas.2017.607.266>
- Purwaningsih, E. H. (2013). Jamu, Obat Tradisional Asli Indonesia Pasang Surut Pemanfaatannya di Indonesia. *eJournal Kedokteran Indonesia*, 1(2), 85–89.
- Raina, M. H. (2011). *Ensiklopedi Tanaman Obat untuk Kesehatan* (1st ed.). Yogyakarta: Penerbit Absolut.
- Rejeki, S., & Arnawati. (2010). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Pada Penyembuhan Luka Perineum Ibu Pasca Persalinan Di Puskesmas Brangsong Dan Kaliwungu Kabupaten Kendal. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL & INTERNASIONAL*, 1(1). Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/53>

- Royyani, M. F., Lestari, V. B., Agusta, A., & Efendy, O. (2018). Kajian Etnobotani Ramuan Pasca Melahirkan pada Masyarakat Enggano. *Berita Biologi*, 17(1), 31–38.
- Sari, I. D., Yuniar, Y., Siahaan, S., Riswati, R., & Syaripuddin, M. (2015). Tradisi Masyarakat Dalam Penanaman Dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat Lekat Di Pekarangan. *Indonesian Pharmaceutical Journal*, 5(2), 123–132.
- Septiana, A. T., Samsi, M., & Mustaufik, M. (2017). Pengaruh Penambahan Rempah dan Bentuk Minuman terhadap Aktivitas Antioksidan Berbagai Minuman Tradisional Indonesia. *AgriTECH*, 37(1), 7–15. <https://doi.org/10.22146/agritech.17001>
- Shanbhag, T. V., Chandrakala, S., Sachidananda, A., Kurady, B. L., Smita, S., & Ganesh, S. (2006). Wound healing activity of alcoholic extract of *Kaempferia galanga* in Wistar rats. *Indian Journal of Physiology and Pharmacology*, 50(4), 384–390.
- Sidhu, G. S., Singh, A. K., Thaloor, D., Banaudha, K. K., Patnaik, G. K., Srimal, R. C., & Maheshwari, R. K. (1998). Enhancement of wound healing by curcumin in animals. *Wound Repair and Regeneration: Official Publication of the Wound Healing Society [and] the European Tissue Repair Society*, 6(2), 167–177.
- Solehan, J. R., Damayanti, M. N., & Cahyadi, J. (2015). Perancangan Kampanye Sosial Pengenalan Tanaman Obat Keluarga (TOGA), Manfaat Dan Potensinya Kepada Anak Usia SMP. *Jurnal Desain Komunikasi Visual Adiwarna*, 1(6). Retrieved from <https://www.neliti.com/id/publications/79360/perancangan-kampanye-sosial-pengenalan-tanaman-obat-keluarga-toga-manfaat-dan-po>
- Sukmawati, P. A., Proborini, M. W., & Kawuri, R. (2017). Total Bakteri Pada Jamu Tradisional di Pasar Kedonganan Kelurahan Jimbaran Kabupaten Badung Provinsi Bali. *Jurnal Biologi Udayana*, 16(2). Retrieved from <https://ojs.unud.ac.id/index.php/BIO/article/view/12100>
- Widoyoko, E. P. (2015). *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian* (4th ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.