Profil Konsumsi Buah dan Pemanfaatan Jamu oleh Ibu Rumah Tangga di Desa Cicanir dan Desa Jatipamor pada Era Germas dan Bugar Dengan Jamu

(Profile of Fruit Consumption and Utilization of Jamu by Housewives in Cicanir and Jatipamor Villages in the Era of Germas and Fit with Jamu)

Diah Dhianawaty^{1*}, Henhen Heryaman¹, Mas Rizky Anggun Adipurna Syamsunarno¹, Anisah Dahlan¹

¹Fakultas Kedokteran, Departemen Ilmu Kedokteran Dasar. Universitas Padjadjaran Bandung

Email: dhianawaty@unpad.ac.id

Abstract

Article Info:

Received: 25 July 2020

Accepted: 8 September 2020

DOI:

[10.33772/pharmauho.v6i2.13119](https://doi.org/10.33772/pharmauho.v6i2.13119)

Healthy Lifestyle (Germas) and Fit with *Jamu* action (Bude *Jamu*) are the programs to improve health, which promote physical activities, consumption of fruits and vegetables, and the utilization of *jamu*. The figure of the mother in the family comes in the role of regulating a good diet for the family. In connection with these two programs, study was conducted to determine the profile of fruits consumption and utilization of *jamu* among housewives in Cicanir and Jatipamor villages, using the cross-sectional design with the number of respondents based on the number of minimum requirements in its activities. Respondents who participated in this study were housewives, the number was 150 people. Respondents were then be given some questions about the frequency of buying fruit, their favorite fruit, and their drinking habits of *jamu*. The results were that most respondents bought fruit twice a week, their favorite fruits included orange, banana. People who drank *jamu* in Cicanir and Jatipamor were 40.79% and 25.86%, with the aim of disease prevention was 96.77% and treatment disease was 46.66%. *Jamu gendong* was the main source of *jamu* that was utilized, besides that the expertise in making *jamu* was still practiced and maintained by some respondents. In conclusions, the consumption of fruit and *jamu* in Cicanir and Jatipamor was quite good. These all showed that the culture of Germas and Bude *jamu* have been applied in the lives of respondents.

Keywords: Fruit consumption, *jamu* consumption, Cicanir, Jatipamor, Majalengka

Abstrak

Gaya Hidup Sehat (Germas) dan Gerakan Bugar Dengan Jamu (Bude Jamu) merupakan program untuk peningkatan kesehatan, yang mempromosikan kegiatan fisik, konsumsi buah dan sayur, dan pemanfaatan jamu. Sosok Ibu dalam keluarga hadir dalam peran mengatur diet yang baik untuk keluarga. Berkaitan dengan kedua program tersebut, dilakukan studi untuk mengetahui profil konsumsi buah dan pemanfaatan jamu di kalangan Ibu rumah tangga di Desa Cicanir dan Jatipamor. Penelitian ini menggunakan metode rancangan potong lintang, dengan jumlah responden berdasarkan jumlah kebutuhan minimal dalam kegiatannya. Responden yang berpartisipasi pada penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang berjumlah 150 orang. Responden selanjutnya -diberi pertanyaan mengenai frekuensi membeli buah, buah kesukaan mereka, dan kebiasaan minum jamu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden paling banyak membeli buah 2 kali dalam satu minggu, buah kesukaan mereka diantaranya jeruk, pisang. Masyarakat yang minum jamu di Cicanir dan Jatipamor sebanyak 40,79% dan 25,86%, dengan tujuan pencegahan penyakit adalah 96,77% dan pengobatan penyakit adalah 46,66%. Jamu gendong merupakan sumber utama jamu yang dimanfaatkan, selain itu sebagian responden masih mempraktekan dan memelihara keahlian meracik jamu. Simpulan, konsumsi buah dan jamu di Cicanir dan Jatipamor cukup baik. Ini semua menunjukkan bahwa budaya Germas dan Bude Jamu telah diterapkan dalam kehidupan responden.

Kata kunci: Konsumsi buah, konsumsi jamu, Cicanir, Jatipamor, Majalengka

1. Pendahuluan

Pangan merupakan faktor utama untuk mengoptimalkan kesehatan manusia, pola makan yang tidak sehat meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas [1]. Diet yang tidak sehat, malnutrisi, sangat berkaitan dengan beragam penyakit [2]. Beban penyakit tidak menular (PTM) seperti penyakit jantung, stroke, tekanan darah tinggi, dan diabetes terus meningkat di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Hal ini disebabkan oleh gaya hidup dan pola makan yang buruk. Oleh sebab itu, dibutuhkan transformasi sistem pangan seperti diet yang bergizi, aman, terjangkau, dan berkelanjutan untuk mengatasi malnutrisi dan penyakit terkait diet [2]. Perubahan ini mewujudkan pola makan sehat. Pola makan sehat yang direkomendasikan yaitu meningkatkan konsumsi pangan nabati termasuk buah, sayuran, kacang-kacangan, biji-bijian dan biji-bijian utuh serta dalam banyak kondisi membatasi konsumsi pangan hewani secara substansial [1]. Buah dan sayur mempunyai banyak manfaat, selain menyediakan kebutuhan nutrisi dasar pada manusia, juga memiliki efek mempromosikan kesehatan, seperti pencegahan pada berbagai keadaan penyakit kronis sehingga kematian dini dan morbiditas dapat dihindarkan [3,4].

Untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang sehat, pemerintah mencanangkan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga (PIS-DPK). Area utama program ini yaitu, Kesehatan Ibu, Kesehatan Anak, Pengendalian Penyakit Menular, Pengendalian PTM [5]. Kementerian Kesehatan juga membentuk program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) seperti menaikan kegiatan fisik, mempromosikan gaya hidup yang sehat, dan meningkatkan pencegahan penyakit dan deteksi dini. Promosi gaya hidup sehat yaitu dengan menggalakkan promosi mengonsumsi buah dan sayur [8]. Kegiatan Germas ini juga diperkuat dengan Instruksi Presiden [6].

Salah satu contoh Germas yaitu Gerakan bugar dengan jamu (Bude jamu). Jamu adalah warisan budaya asli dari nenek moyang bangsa Indonesia dan merupakan kekayaan nasional yang sangat potensial sehingga menjadi kewajiban bagi kita semua untuk mengembangkan menjadi suatu produk kesehatan yang aman, bermanfaat dan unggul [7]. Jamu yang bahannya berasal dari tumbuhan merupakan salah satu dari empat Layanan Kesehatan Tradisional (Yankestrad) yang banyak dimanfaatkan oleh masyarakat Indonesia. Pemanfaatan jamu oleh masyarakat Provinsi Jawa Barat berada di urutan ke empat (48%) [8]. Dari data Riskesdas 2018, Pelayanan Kesehatan Tradisional dilihat dari pemanfaatan taman obat keluarga (toga), proporsinya sebesar 24,6%. Proporsi pemanfaatan pelayanan kesehatan tradisional

sedikit meningkat, dari 30,4% (Riskesdas 2013) menjadi 31,4% [9-10].

Dalam sebuah keluarga, sosok Ibu diposisikan sebagai pengelola keluarga, yang bertanggung jawab terhadap kelancaran urusan rumah tangga. Ada beberapa pengelompokan tugas seorang Ibu, diantaranya ada yang menyusun kriteria tugas seorang Ibu ke dalam 6 peran yaitu sebagai: pengelola rumah tangga, guru untuk anak-anaknya, ahli masak, perawat, bendahara, dan sebagai dokter [11,12]. Selain 6 tugas tersebut, masih banyak tugas Ibu dalam mengelola keluarganya, sebagai motivator, **partner**, sahabat, dan lainnya [13]. Kehadiran perilaku diet yang baik oleh Ibu dalam keluarga merupakan hal yang sangat penting untuk memelihara kesehatan keluarga. Oleh karena itu, ibu harus mengetahui asupan gizi yang baik untuk keluarganya [14].

Desa Cicanir dan Jatipamor di Kabupaten Majalengka merupakan daerah binaan Universitas Padjadjaran. Berdasarkan uraian di atas, maka dilakukan studi pola konsumsi makan buah dan jamu di ke dua desa Cicanir dan Jatipamor.

2. Metode

2.1 Persetujuan Penelitian

Penelitian pola konsumsi buah dan jamu di Desa Cicanir dan Jatipamor Kecamatan Talaga Kabupaten Majalengka telah mendapat persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan, Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran, dengan No. 26/UN6.C10/PN/2017. Setiap responden menandatangani surat pernyataan persetujuan untuk ikut serta dalam penelitian.

2.2 Desain Penelitian

Desain yang digunakan pada penelitian ini yaitu observasi, deskriptif, potong lintang, penetapan besar sampel yaitu berdasarkan jumlah kebutuhan minimal dalam kegiatannya. Populasi penelitian: yaitu ibu rumah tangga di Desa Cicanir dan Desa Jatipamor.

2.3 Pengumpulan data

Pengumpulan data distribusi sampel dan jumlah sampel di Desa Cicanir dan Desa Jatipamor dilakukan menggunakan rumus persamaan berikut [15].

$$n = 0,25 \left\{ \frac{1,96}{0,1} \right\}^2 = 100$$

n = jumlah sampel minimum

0,25 = Pelayanan Kesehatan Tradisional dilihat dari pemanfaatan taman obat keluarga, proporsinya sebesar 24,6% [8].

1,96 = nilai baku dari tabel

0,1 = kesalahan 10 %

2.4 Uji profil konsumsi buah

Responden diberi 2 pertanyaan [15]:

1. Berapa kali dalam seminggu membeli buah?
Jawabannya: 1 kali; 2 kali; 3 kali; 4 kali; 5 kali; 6 kali.
2. Buah apa yang sering dibeli?
Jawabannya: responden menuliskan sendiri buah yang dibeli.

2.5 Uji profil minum jamu

Responden diberi 3 pertanyaan [16].

1. Pertanyaan ini untuk mengetahui apakah minum jamu masih dilakukan oleh responden
Apakah Ibu suka meminum jamu? Jawaban: "Ya" dan "Tidak"
Bila pertanyaan dijawab "Ya", selanjutnya diajukan pertanyaan ke 2 dan ke 3.
2. Pertanyaan ini untuk mengetahui apa yang diharapkan oleh responden dari minum jamu.
Apa tujuan Ibu minum jamu?
Jawaban: 1 = tradisi/kebiasaan; 2 = menjaga kesehatan; 3 = mengobati penyakit;
3. Pertanyaan ini untuk mengetahui pengetahuan meracik jamu dari responden, dan jamu produk dari mana yang dimanfaatkan oleh responden.
Dari mana Ibu mendapatkan jamu tersebut?
Jawaban: 1 = jamu gendong; 2 = buatan pabrik jamu; 3 = meracik sendiri.

2.6 Keterbatasan penelitian

Konsumsi buah yang dibeli sesuai dengan musim buah yang sedang berlangsung pada waktu penelitian dilakukan, kecuali pada buah-buahan yang berbuah sepanjang tahun (seperti pisang, pepaya, dll), dan buah impor (seperti anggur, apel, dll).

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Jumlah responden

Profil distribusi sampel pada kedua desa yang digunakan dalam penelitian yaitu:

$n = 0,25 \left\{ \frac{1,96}{0,1} \right\}^2 = 100$ untuk 2 Desa, masing-masing Desa 50 responden.

Jumlah minimum berdasarkan perhitungan statistik adalah 50 responden. Dalam survey jumlah responden masih memungkinkan ditambah, dengan demikian penelitian ini melibatkan 75 responden untuk tiap desa.

3.2 Profil Konsumsi Buah

Frekuensi membeli buah dalam satu minggu oleh responden di desa Cicanir dan Jatipamor dapat terlihat pada gambar 1 berikut.

Gambar 1. Profil frekuensi keluarga membeli buah dalam satu minggu

Frekuensi membeli buah dalam seminggu di Desa Cicanir hasilnya adalah, 1 kali sebanyak 6 responden, 2 kali sebanyak 69 responden. Frekuensi membeli buah dalam seminggu di Desa Jatitujuh hasilnya adalah, 1 kali sebanyak 24 responden, 2 kali sebanyak 46 responden, dan 4 kali sebanyak 5 responden (Gb. 1).

Jenis buah yang dibeli atau yang disukai oleh responden desa Cicanir dan Jatipamor dapat terlihat pada gambar 2.

Gambar 2. Profil jenis buah yang dibeli atau disukai responden

Jenis buah yang disukai responden diantaranya: jeruk, pisang, apel, pepaya, salak, mangga, melon, semangka, dan lainnya (Gb. 2). Dilihat dari jenis buah yang disukai, tampak buah-buahan yang merupakan produk asli daerah seperti pisang, mangga, pepaya, semangka, dan melon yang banyak dibeli.

Seperti dijelaskan Indonesia saat ini mengalami *triple burden*, yaitu prevalensi penyakit infeksi yang masih tinggi, prevalensi penyakit tidak menular semakin meningkat dan penyakit yang seharusnya sudah teratasi kini muncul kembali [4]. Untuk itu

masyarakat penting untuk diedukasi supaya berkelakuan sehat, masyarakat diajak untuk hidup sehat, diberi tanggung jawab melihara dirinya, keluarganya dan segitarnya [4]. Tradisi masyarakat Indonesia yang membagi hak dan kewajiban dalam pembagian tugas dan peran orang tua dalam keluarga [11], telah memberikan tanggung jawab memelihara kesejahteraan keluarganya pada seorang Ibu [12,13]. Tradisi ini dijadikan momentum oleh pemerintah untuk menggerakkan program kesehatan nasional (Germas) yang diawali dari pemeliharaan kesehatan di dalam keluarga, dimana peran ibu dominan [6].

Germas mengedukasi masyarakat mengkonsumsi buah untuk menunjang kesehatan keluarga, konsumsi buah dalam keluarga dapat diukur dengan pola Ibu menyediakan buah untuk santapan keluarganya. Oleh karena itu pola Ibu (dalam hal ini responden) dalam membeli buah bisa dijadikan parameter untuk mengukur pola konsumsi buah pada keluarga responden.

Dari Gambar 1 dan Gambar 2 diperoleh data pembelian buah-buahan yang bervariasi dari 1 kali sampai 4 kali dalam 1 minggu. Variasi pembelian ini bisa terjadi karena untuk sekali membeli buah, banyak kemungkinan buah yang dibeli tidak habis dikonsumsi dalam 1 hari, dikarenakan ukuran kuantitas buah yang dibeli, misalnya pisang dijual dalam kuantitas sosisir pisang dengan demikian pembeli harus membeli sejumlah 1 sisir pisang, dimana jumlah pisang dalam

1 sisir banyak, sehingga tidak habis dikonsumsi dalam sehari. Papaya, semangka dan melon dijual berdasarkan kuantitas satuan dan kg, ukuran papaya, semangka dan melon ini besar sehingga kemungkinan papaya, semangka dan melon tidak akan habis dikonsumsi dalam 1 hari. Jeruk, apel, salak, mangga dan anggur merupakan buah yang kuantitasnya dijual dalam kg, sehingga harus dibeli dalam kg, buah-buahan ini pun sama kemungkinannya untuk tidak habis dikonsumsi dalam sehari. Selain itu, ada masyarakat yang menanam pohon buah di halaman rumahnya, sehingga hasil tanaman buah pekarangan ini menyumbang kebutuhan konsumsi buah keluarga.

Dengan demikian frekuensi membeli buah dan jenis buah yang dibeli responden memberikan gambaran jumlah hari mereka mengkonsumsi buah dalam seminggu. Dimana untuk setiap kali belanja buah, buah tersebut baru akan habis dikonsumsi setelah beberapa hari. Sehingga frekuensi responden mengkonsumsi buah-buahan dalam seminggu adalah beberapa hari. Hal ini menggambarkan di Desa Cicanir dan Desa Jatipamor, program Germas yang mempromosikan gerakan mengkonsumsi buah telah dilakukan dengan baik oleh masyarakat di kedua Desa

3.3 Profil minum Jamu

Profil minum jamu di Desa Cicanir dan Desa Jatipamor, tersaji dalam tabel berikut ini.

Tabel 1. Profil pemanfaatan jamu, pengetahuan tentang jamu dan sumber jamu yang diminum

Parameter	Jawaban responden	Total Responden (%)	
		Cicanir	Jatipamor
Jumlah responden yang memanfaatkan jamu	Minum jamu	40,79	25,86
	Tidak minum jamu	59,21	74,14
Pengetahuan responden tentang manfaat minum jamu serta manfaat yang diharapkan	Minum jamu karena Tradisi	3,23	26,67
	Minum jamu dengan tujuan mencegah penyakit	96,77	26,67
	Minum jamu dengan tujuan mengobati penyakit/kuratif		46,66
Sumber atau jenis jamu yang diminum	Jamu gendong	93,54	80
	Jamu produksi pabrik jamu	3,23	6,67
	Jamu hasil meracik sendiri	3,23	13,33

Tabel 1 menunjukkan profil pemanfaatan jamu oleh masyarakat di kedua desa. Berdasarkan parameter yang diukur tampak kebiasaan responden memanfaatkan jamu, yaitu responden meminum jamu karena tradisi, atau untuk mencegah penyakit atau untuk mengobati penyakit. Data Tabel 1 juga menunjukkan dari mana responden memperoleh jamu tersebut, dari data ini dapat diketahui beberapa responden mempunyai keahlian dan kebiasaan meracik jamu untuk konsumsi

keluarganya. Juga diketahui masyarakat di kedua desa banyak yang memanfaatkan jamu gendong, dengan demikian keberadaan jamu gendong sangat membantu pemanfaatan jamu oleh masyarakat di ke dua desa disamping jamu yang diproduksi oleh pabrik jamu.

Tabel 2 menunjukkan beberapa khasiat yang dapat diperoleh dengan meminum jamu gendong.

Tabel 2. Khasiat racikan jamu gendong serta bahan jamu yang dimanfaatkan

Khasiat Jamu Gendong	Bahan Jamu
Meningkatkan kebugaran	<i>Kaempferia galanga</i> (Kencur)
Pegal linu	<i>Oryza sativa</i> (beras)
Gastritis	<i>Curcuma longa</i> (Kunyit)
Leukorea	<i>Piper betle</i> (sirih)
Demam / Penghangat badan	<i>Zingiber officinale</i> (Jahe)
Alergi	<i>Tinospora cordifolia</i> (Brotowali)
Khasiat lainnya	Campuran dari bahan jamu tersebut
Pemanis, untuk mengurangi rasa pahit	Gula aren (<i>Arenga pinnata</i>)

Selain mengonsumsi buah, Germas juga mengedukasi masyarakat dengan gerakan Bude jamu. Pemanfaatan obat tradisional oleh masyarakat Indonesia cukup tinggi, salah satunya adalah jamu. Mereka yang mengonsumsi jamu, 95,60% menyatakan pernah merasakan manfaatnya [7].

Tabel 1 menunjukkan profil masyarakat memanfaatkan jamu, kebiasaan minum jamu ini tentu didasari oleh khasiat jamu yang mereka rasakan. Jamu gendong merupakan pilihan penduduk dikarenakan beberapa hal, diantaranya mudah memperolehnya, penduduk yang membutuhkan tinggal menunggu penjual jamu datang karena jamu dijual berkeliling melewati jalan di depan rumah penduduk, jamu selalu dibuat/dicampur segar, stigma rasa pahit dari jamu berkurang karena minum jamu diakhiri dengan diberikan minuman manis, harga murah, terjangkau oleh penduduk, dan kelebihan lainnya. Tabel 1 juga menampilkan keahlian responden dalam meracik jamu. Kebiasaan minum jamu dan keahlian meracik jamu ini merupakan warisan nenek moyang yang harus dipelihara dan merupakan program pemerintah yang mencanangkan Program Indonesia Sehat dimulai dengan meningkatkan kualitas kesehatan keluarga [5].

Pemanfaatan jamu spektrumnya luas, mulai sebagai minuman jamu seperti beras kencur sampai dengan jamu sebagai obat seperti tampak pada Tabel 2 yang menampilkan beragam manfaat racikan jamu. Melalui gerakan Bude jamu pemanfaatan jamu untuk peningkatan kesehatan akan terus dikampanyekan, seperti beras kencur yang berkhasiat untuk kebugaran, sedangkan jamu yang berkhasiat obat, harus melalui uji klinik yang benar [7].

Program pemerintah "Gerakan Bugar dengan (Bude) Jamu" di Desa Cicanir dan Desa Jatipamor

tergambar pada Tabel 1 dan Tabel 2, masyarakat di kedua Desa mempunyai tradisi memelihara kebugaran dan kesehatan dengan minum jamu serta memelihara kepandaian meracik jamu yang merupakan warisan nenek moyang Bangsa Indonesia.

4. Kesimpulan

Hasil studi menunjukkan budaya Germas dan Bude Jamu telah diterapkan dengan baik dalam kehidupan masyarakat di Desa Cicanir dan Desa Jatipamor.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Garut atas dukungan dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Willet, W., Rockstrom, J., 2015, Planetary Health Diet, European Commission: *EAT-Lancet*, 5-21.
- [2] Branca, F., Aguayo, V., Lartey, A., Oenema, S., Richardson, R., Stordalen, G.A., et al., 2019, Transforming the Food System to Fight Non-communicable Diseases, *British Medical Journal*. doi: 10.1136/bmj.l296
- [3] Wallace, T.C., Bailey, R.L., Blumberg, J.B., Burton-Freeman, B., Chen, O., Crowe-White, K.M., et al., 2019, Fruits, Vegetables, and Health: A Comprehensive Narrative, Umbrella Review of The Science and Recommendations for Enhanced Public Policy to Improve Intake, *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 1-38. doi: 10.1080/10408398.2019.1632258
- [4] Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, 2016, Peringatan Hari Kesehatan ke 52, Kementerian Kesehatan RI.
- [5] Kementerian Kesehatan RI., 2016, Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga. Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 39, Kementerian Kesehatan RI.
- [6] Instruksi Presiden Republik Indonesia, 2017, Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, InPres Nomor 1 Tahun 2017.
- [7] Pusat Komunikasi Publik, 2015, Gerakan Bugar dengan Jamu (Bude Jamu), Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan RI.
- [8] Riset Kesehatan Dasar, 2013, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- [9] Riset Kesehatan Dasar, 2018, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.

- [10] Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, 2018, Potret Sehat Indonesia, Kementrian Kesehatan RI.
- [11] Wiratri, A., 2018, Menilik Ulang Arti Keluarga Pada Masyarakat Indonesia, Jurnal Kependudukan Indonesia, 13 (1), 15-26.
- [12] DP3AKB, 2015, Enam Peran Ibu dalam Keluarga, Dinas Pemberdayaan Perempuan Perlindungan Anak dan Keluarga Berencana Provinsi Jawa Barat.
- [13] Psikologi, (2017), 20 Peran Ibu dalam Keluarga Menurut Psikologi, Jakarta.
- [14] Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, 2019, Peran Ibu Tentukan Kesehatan Keluarga, Kementrian Kesehatan RI .
- [15] Dhianawaty, D.D., Heryaman H., Syamsunarno, M.R.A.A., 2019, Preliminary Study on Profile of Blood Pressure and Vegetable Consumption among Women in The Era of Germas in Cicanir and Jatipamor Villages, Majalengka Regency, West Java Province, *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*. 11(7) 96-101.
- [16] Dhianawaty, D.D., Dahlan, A., Syamsunarno, M.R.A.A., Heryaman, H., 2017, Profil Tekanan Darah dan Pemeliharaan Kesehatan Masyarakat Nelayan di Desa Kanci Kulon, Kecamatan Astana Japura (Kabupaten Cirebon), Unpad: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat. 1 (2) 96-100.