

Sehat di Bulan Ramadhan: IKBIS Bagikan Jamu Segar Bunga Rosella untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh

Teguh Setiawan Wibowo^{1*}, Nurul Hidayati²

¹ STIE Mahardhika, ² Institut Kesehatan dan Bisnis Surabaya (IKBIS)

*Corresponding author

E-mail: teguh10setiawan@gmail.com*

Article History:

Received: May, 2025

Revised: May, 2025

Accepted: May, 2025

Abstract: Bulan Ramadan merupakan waktu yang penting bagi umat Muslim untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh selama menjalankan ibadah puasa. Salah satu cara alami untuk meningkatkan daya tahan tubuh adalah dengan mengonsumsi minuman berbahan herbal. Institut Kesehatan dan Bisnis (IKBIS) berinisiatif membagikan jamu segar berbahan dasar bunga rosella (*Hibiscus sabdariffa*) sebagai bentuk dukungan terhadap kesehatan masyarakat selama bulan suci. Jamu rosella dipilih karena kandungan antioksidan dan vitamin C yang tinggi, yang dapat membantu menjaga imunitas dan keseimbangan metabolisme tubuh. Kegiatan ini melibatkan proses seleksi bahan berkualitas, pembuatan jamu dengan standar kebersihan yang baik, serta pembagian langsung kepada masyarakat yang berpuasa. Program ini juga bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai manfaat minuman herbal dan mendorong kebiasaan hidup sehat dengan mengonsumsi bahan-bahan alami. Respon masyarakat menunjukkan apresiasi yang tinggi terhadap jamu rosella sebagai alternatif minuman sehat yang menyegarkan saat berbuka puasa. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya konsumsi jamu semakin meningkat, sekaligus memperkenalkan kembali jamu sebagai bagian dari budaya sehat yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya di bulan Ramadan.

Keywords:

Ramadan, Kesehatan, Jamu Rosella, Daya Tahan Tubuh, Minuman Herbal

Pendahuluan

Bulan Ramadhan merupakan waktu yang istimewa bagi umat Muslim di seluruh dunia. Selain sebagai momen untuk meningkatkan ibadah, bulan suci ini juga menjadi ajang untuk mempererat tali persaudaraan dan kepedulian sosial. Salah satu tradisi yang melekat dalam masyarakat selama Ramadhan adalah berbagi makanan

dan minuman untuk berbuka puasa atau takjil. Tradisi ini mencerminkan nilai-nilai kebersamaan dan gotong royong yang telah menjadi bagian dari budaya Indonesia.

Dalam upaya mendukung kesehatan masyarakat selama bulan Ramadhan, Institut Kesehatan dan Bisnis (IKBIS) mengadakan kegiatan pembagian jamu segar berbahan dasar bunga rosella. Jamu rosella dipilih sebagai minuman berbuka puasa karena memiliki berbagai manfaat kesehatan, terutama dalam meningkatkan daya tahan tubuh. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan alternatif minuman sehat kepada masyarakat, sekaligus mengenalkan kembali jamu sebagai bagian dari budaya tradisional yang kaya manfaat.

Kegiatan ini dilaksanakan dengan persiapan yang matang, mulai dari pemilihan bahan baku berkualitas hingga proses pengemasan yang higienis. Jamu rosella yang dibagikan dibuat dari bunga rosella segar yang kaya akan antioksidan dan vitamin C, sehingga dapat membantu menjaga kesehatan tubuh selama berpuasa. Selain itu, rasa segar dan asam alami dari rosella membuatnya menjadi pilihan yang menarik bagi masyarakat, terutama di tengah maraknya minuman instan yang kurang sehat.

Distribusi jamu segar dilakukan di lokasi strategis yang ramai dilalui masyarakat menjelang waktu berbuka puasa. Tim S1 Ilmu Gizi IKBIS terlibat langsung dalam kegiatan ini, dengan membagikan jamu secara gratis kepada para pengendara, pejalan kaki, dan masyarakat sekitar. Respon yang diterima dari masyarakat sangat positif, di mana banyak yang mengapresiasi inisiatif ini sebagai langkah nyata dalam mendukung pola hidup sehat selama bulan Ramadhan.

Kegiatan ini tidak hanya berdampak positif bagi masyarakat penerima, tetapi juga bagi para mahasiswa dan tim yang terlibat dalam pelaksanaannya. Dengan terjun langsung ke lapangan, mereka belajar mengenai pentingnya kepedulian sosial serta bagaimana cara mengedukasi masyarakat tentang manfaat jamu tradisional. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi momentum untuk memperkuat peran IKBIS dalam mendukung kesehatan masyarakat melalui pendekatan berbasis herbal.

Melalui program ini, diharapkan kesadaran masyarakat terhadap manfaat jamu herbal semakin meningkat, serta mendorong kebiasaan mengonsumsi minuman sehat sebagai bagian dari gaya hidup sehari-hari. Keberhasilan kegiatan ini menjadi inspirasi untuk terus mengembangkan program-program serupa di masa depan, dengan harapan dapat menjangkau lebih banyak masyarakat dan memberikan manfaat yang lebih luas.

Metode

Pelaksanaan kegiatan pembagian jamu segar berbahan dasar bunga rosella ini dilakukan dengan persiapan yang matang dan koordinasi yang baik oleh tim dari Institut Kesehatan dan Bisnis (IKBIS). Kegiatan ini juga berkolaborasi lintas perguruan tinggi dengan Dr. Apt. Teguh Setiawan Wibowo, MM., M.Si., M.Farm., AIFO (STIE Mahardhika). Kegiatan ini bertujuan untuk mendukung kesehatan masyarakat selama bulan Ramadan dengan menyediakan minuman herbal yang dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh. Kegiatan ini dipimpin langsung oleh Kaprodi S1 Ilmu Gizi, Ir. RR. Nurul Hidayati, M.Si., A.Md.Akup., yang memastikan bahwa seluruh proses berjalan lancar dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Sebelum kegiatan berlangsung, tim IKBIS terlebih dahulu melakukan berbagai persiapan, mulai dari pemilihan bahan baku hingga pengemasan produk. Bunga rosella segar dipilih sebagai bahan utama dalam pembuatan jamu ini karena kandungan antioksidannya yang tinggi serta manfaat kesehatannya yang telah terbukti secara ilmiah. Proses produksi jamu dilakukan dengan cermat dan higienis, memastikan bahwa minuman ini tidak hanya menyehatkan tetapi juga memiliki rasa yang segar dan nikmat agar dapat diterima oleh berbagai kalangan masyarakat. Setelah jamu selesai diproduksi, tim mengemasnya dalam botol-botol higienis yang siap dibagikan kepada masyarakat. Sebanyak 100 botol minuman jamu rosella telah dipersiapkan untuk kegiatan ini.

Pada tanggal 29 Maret 2025, tim IKBIS berkumpul di lokasi pembagian, yaitu di Jl. Ir. Soekarno, Merr, Surabaya. Lokasi ini dipilih karena merupakan kawasan yang ramai dilalui oleh masyarakat, terutama menjelang waktu berbuka puasa. Dengan memilih lokasi yang strategis, diharapkan kegiatan ini dapat menjangkau lebih banyak orang dan memberikan manfaat yang lebih luas. Sekitar pukul 17.00 WIB, tim mulai mendistribusikan jamu rosella kepada masyarakat yang melintas di lokasi tersebut. Banyak pengendara motor, pejalan kaki, serta warga sekitar yang antusias menerima jamu segar ini sebagai takjil berbuka puasa.

Selain membagikan jamu, tim IKBIS juga memberikan edukasi singkat kepada masyarakat mengenai manfaat jamu rosella dalam meningkatkan daya tahan tubuh. Beberapa warga yang menerima jamu bahkan menyatakan ketertarikannya untuk mengetahui lebih lanjut mengenai cara pembuatan jamu rosella serta manfaat kesehatannya. Respon positif dari masyarakat ini

menunjukkan bahwa jamu sebagai minuman tradisional masih memiliki tempat di hati masyarakat, terutama jika dikemas dengan cara yang menarik dan memiliki rasa yang sesuai dengan selera mereka.

Pembagian jamu rosella berlangsung dengan penuh semangat dan kebersamaan. Dalam waktu kurang dari 30 menit, seluruh 100 botol jamu yang telah disiapkan habis dibagikan kepada masyarakat. Antusiasme masyarakat terhadap kegiatan ini menjadi motivasi bagi tim IKBIS untuk terus mengembangkan program-program serupa di masa mendatang. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan masyarakat semakin sadar akan pentingnya mengonsumsi minuman herbal alami sebagai bagian dari gaya hidup sehat, terutama selama bulan Ramadan.

Hasil

Kegiatan pembagian jamu segar berbahan dasar bunga rosella yang diselenggarakan oleh Institut Kesehatan dan Bisnis (IKBIS) pada tanggal 29 Maret 2025 di Jalan Ir. Soekarno, Merr, Surabaya, berlangsung dengan sukses dan mendapatkan sambutan yang sangat positif dari masyarakat. Acara ini dipimpin langsung oleh Kaprodi S1 Ilmu Gizi, Ir. RR. Nurul Hidayati, M.Si., A.Md.Akup., yang bersama timnya berperan aktif dalam mendistribusikan sebanyak 100 botol jamu rosella kepada masyarakat yang melintas di lokasi tersebut.

Bulan Ramadan merupakan waktu yang tepat untuk memperkenalkan kembali minuman sehat berbasis herbal kepada masyarakat. Selama bulan puasa, daya tahan tubuh seseorang sering kali mengalami penurunan akibat perubahan pola makan dan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, pemberian jamu rosella sebagai takjil berbuka puasa diharapkan dapat memberikan manfaat kesehatan yang optimal bagi penerimanya. Rosella sendiri telah lama dikenal sebagai tanaman herbal yang kaya akan antioksidan, vitamin C, dan senyawa aktif lainnya yang mampu meningkatkan sistem imun serta menjaga keseimbangan metabolisme tubuh.

Sejak pukul 16.30 WIB, tim dari IKBIS telah bersiap di lokasi dengan membawa jamu rosella yang telah dikemas dalam botol higienis. Kegiatan ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan minuman sehat secara gratis, tetapi juga untuk mengedukasi masyarakat tentang manfaat jamu rosella bagi kesehatan, terutama dalam meningkatkan daya tahan tubuh selama berpuasa. Dengan antusiasme tinggi, masyarakat mulai berdatangan dan menunjukkan ketertarikan mereka terhadap jamu yang dibagikan.

Saat pembagian dimulai pada pukul 17.00 WIB, banyak pengendara motor, pejalan kaki, pengemudi becak, serta masyarakat sekitar yang menyambut baik inisiatif ini. Mereka merasa senang mendapatkan takjil yang berbeda dari biasanya. Beberapa dari mereka bahkan bertanya lebih lanjut mengenai bahan-bahan dan cara pembuatan jamu segar bunga rosella. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat terhadap pentingnya konsumsi minuman jamu semakin meningkat.

Dalam interaksi yang terjadi selama pembagian jamu, banyak penerima yang menyampaikan apresiasi mereka terhadap kegiatan ini. Salah satu pengendara motor, Bapak Arif, mengungkapkan bahwa ia baru pertama kali mencoba jamu segar rosella dan terkejut dengan rasanya yang menyegarkan serta tidak pahit seperti jamu pada umumnya. Hal ini menunjukkan bahwa inovasi dalam penyajian jamu dapat membantu menghilangkan stigma bahwa jamu adalah minuman yang tidak enak dan sulit dikonsumsi. Beberapa orang pengemudi becak juga sangat menyukai rasa jamu segar rosella ini; perpaduan asam manis sangat menyegarkan

Selain masyarakat umum, kegiatan ini juga memberikan dampak positif bagi tim S1 Ilmu Gizi IKBIS yang terlibat dalam proses persiapan dan pembagian jamu. Mahasiswa juga dilibatkan dalam proses penyajian jamu segar rosella ini. Bagi mahasiswa, ini merupakan pengalaman berharga dalam menjalankan pengabdian kepada masyarakat. Mereka belajar secara langsung bagaimana cara berinteraksi dengan masyarakat, menyampaikan edukasi tentang kesehatan, serta memahami pentingnya promosi minuman herbal sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Dengan keterlibatan aktif mereka, kegiatan ini tidak hanya menjadi ajang berbagi, tetapi juga sarana pembelajaran yang memperkaya wawasan akademik dan sosial mereka.

Keberhasilan kegiatan ini juga tidak lepas dari kepemimpinan Kaprodi S1 Ilmu Gizi, Ir. Hj. RR. Nurul Hidayati, M.Si., A.Md.Akup., yang secara langsung memimpin jalannya acara dan memastikan bahwa setiap tahapan berjalan dengan lancar. Beliau juga memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya menjaga pola makan yang seimbang selama Ramadan serta bagaimana jamu segar rosella dapat menjadi salah satu pilihan minuman sehat yang bisa dikonsumsi secara rutin. Peran aktif dari akademisi seperti beliau sangat penting dalam membangun kesadaran masyarakat tentang kesehatan melalui pendekatan yang berbasis ilmu pengetahuan.

Dari segi dampak sosial, kegiatan ini berhasil menciptakan suasana kebersamaan dan kepedulian di tengah masyarakat. Ramadan adalah bulan yang penuh berkah dan mengajarkan nilai-nilai berbagi. Dengan adanya pembagian jamu rosella ini, masyarakat merasakan bentuk nyata dari kepedulian sosial yang

dilakukan oleh institusi pendidikan. Hal ini sejalan dengan nilai-nilai keislaman yang mengajarkan pentingnya berbagi kepada sesama, terutama kepada mereka yang sedang menjalankan ibadah puasa.

Dari sisi kesehatan, konsumsi jamu segar rosella memberikan berbagai manfaat bagi tubuh. Selain sebagai sumber antioksidan yang baik, rosella juga memiliki efek menurunkan tekanan darah, membantu pencernaan, dan meningkatkan kesehatan jantung. Dengan pembagian jamu ini, masyarakat tidak hanya mendapatkan manfaat dalam jangka pendek sebagai pelepas dahaga saat berbuka puasa, tetapi juga manfaat jangka panjang dalam menjaga keseimbangan tubuh mereka.

Melihat antusiasme masyarakat terhadap kegiatan ini, Program studi S1 Ilmu Gizi IKBIS berencana untuk mengadakan program serupa di masa mendatang dengan skala yang lebih luas. Pengembangan lebih lanjut dari program ini dapat mencakup kerja sama dengan berbagai komunitas kesehatan, institusi pendidikan lainnya, serta lembaga pemerintah yang bergerak di bidang kesehatan masyarakat. Dengan demikian, manfaat dari konsumsi jamu herbal dapat semakin dikenal dan diterima oleh masyarakat luas.

Selain itu, ada beberapa hal yang dapat ditingkatkan dalam kegiatan mendatang. Salah satunya adalah penyediaan informasi yang lebih mendalam mengenai manfaat jamu rosella dalam bentuk brosur atau leaflet yang dapat dibagikan bersama dengan botol jamu. Hal ini akan membantu masyarakat memahami lebih lanjut mengenai komposisi dan cara kerja jamu dalam tubuh. Selain itu, kegiatan ini juga bisa dikombinasikan dengan sesi diskusi atau seminar singkat mengenai pola makan sehat selama Ramadan, yang dapat menambah wawasan masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan melalui konsumsi bahan-bahan alami.

Secara keseluruhan, kegiatan pembagian jamu segar rosella oleh program studi S1 Ilmu Gizi IKBIS di bulan Ramadan ini telah berjalan dengan sukses dan memberikan dampak yang positif bagi masyarakat. Kegiatan ini bukan hanya sekadar aksi berbagi takjil, tetapi juga menjadi sarana edukasi tentang pentingnya mengonsumsi minuman herbal untuk menjaga kesehatan. Dengan adanya dukungan dari berbagai pihak, diharapkan inisiatif seperti ini dapat terus berkembang dan menjadi inspirasi bagi institusi lain untuk turut serta dalam mengedukasi masyarakat mengenai gaya hidup sehat berbasis bahan alami.

Ke depan, penting bagi institusi pendidikan, komunitas kesehatan, dan

pemerintah untuk terus berkolaborasi dalam memperkenalkan kembali jamu sebagai bagian dari warisan budaya yang memiliki manfaat kesehatan luar biasa. Dengan semakin meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan alami, jamu dapat menjadi pilihan utama dalam menjaga daya tahan tubuh dan keseimbangan metabolisme, tidak hanya selama bulan Ramadan, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan ini telah membuktikan bahwa dengan pendekatan yang tepat, jamu dapat diterima oleh masyarakat luas dan bahkan dapat menjadi bagian dari gaya hidup modern. Oleh karena itu, inovasi dalam penyajian, promosi yang tepat, serta edukasi yang berkelanjutan sangat diperlukan untuk memastikan bahwa manfaat jamu dapat dirasakan oleh lebih banyak orang. Dengan semangat berbagi dan kepedulian yang terus ditanamkan, diharapkan kegiatan seperti ini dapat terus berlanjut dan memberikan manfaat yang lebih besar bagi kesehatan masyarakat secara keseluruhan.



Gambar 1. Stiker Jamu Segar Bunga Rosella



Gambar 2. Kegiatan Pembagian Jamu Segar Bunga Rosella Kepada Masyarakat

Kesimpulan

Kegiatan pembagian jamu segar berbahan dasar bunga rosella yang dilaksanakan oleh IKBIS pada tanggal 29 Maret 2025 di Jl. Ir. Soekarno, Merr, berlangsung dengan sukses dan mendapat sambutan positif dari masyarakat. Dengan dipimpin langsung oleh Kaprodi S1 Ilmu Gizi, Ir. RR. Nurul Hidayati, M.Si., A.Md.Akup., kegiatan ini bukan hanya sekadar aksi sosial, tetapi juga bentuk edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya menjaga daya tahan tubuh selama bulan Ramadan melalui konsumsi minuman herbal alami.

Pembagian 100 botol jamu rosella ini memberikan manfaat nyata bagi masyarakat yang sedang menjalankan ibadah puasa. Selain menyegarkan, jamu rosella juga kaya akan antioksidan dan vitamin C yang dapat membantu meningkatkan imunitas tubuh. Kegiatan ini sekaligus memperkenalkan kembali jamu sebagai bagian dari warisan budaya yang tetap relevan di era modern. Respon masyarakat terhadap kegiatan ini sangat positif, terbukti dari antusiasme mereka dalam menerima jamu serta ketertarikan untuk mengetahui lebih lanjut tentang manfaatnya. Banyak yang mengapresiasi inisiatif ini dan berharap kegiatan serupa dapat terus dilakukan di masa mendatang. Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis herbal dapat diterima dengan baik jika dikemas secara menarik dan mudah diakses oleh masyarakat.

Selain bermanfaat bagi masyarakat, kegiatan ini juga memberikan pengalaman berharga bagi seluruh panitia dan mahasiswa yang terlibat. Kolaborasi yang baik antara pihak akademik dan masyarakat menjadi bukti bahwa kepedulian terhadap kesehatan dapat diwujudkan melalui aksi nyata yang sederhana namun berdampak besar. Ke depannya, diharapkan program seperti ini dapat terus dikembangkan dengan skala yang lebih luas, melibatkan lebih banyak pihak, dan menawarkan lebih banyak variasi jamu herbal. Dengan begitu, masyarakat akan semakin sadar akan pentingnya pola hidup sehat berbasis bahan alami, sekaligus melestarikan kearifan lokal yang telah diwariskan turun-temurun.

Pengakuan/Acknowledgment

Dengan penuh rasa syukur, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Rektor Institut Kesehatan dan Bisnis (IKBIS), Dr. H. Ahmad Hariyanto, M.Si., atas dukungan dan arahannya sehingga kegiatan pembagian jamu

segar berbahan dasar bunga rosella ini dapat terlaksana dengan baik. Dukungan dari pimpinan IKBIS menjadi motivasi bagi kami untuk terus mengembangkan program-program yang bermanfaat bagi masyarakat.

Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Kaprodi S1 Ilmu Gizi IKBIS, Ir. RR. Nurul Hidayati, M.Si., A.Md.Akup., yang telah memimpin langsung kegiatan ini dengan penuh dedikasi. Bimbingan dan semangat beliau sangat berperan dalam kelancaran acara, mulai dari tahap persiapan hingga pelaksanaan di lapangan.

Kami juga menyampaikan apresiasi kepada Ketua STIE Mahardhika, Dr. Ir. Sundjoto, MM dan Direktur Akademi Farmasi Yannas Husada Bangkalan, Dr. apt. Teguh Setiawan Wibowo, MM., MBA., M.Si., M.Farm., AIFO yang turut mendukung keberlangsungan kegiatan ini. Kolaborasi lintas institusi seperti ini membuktikan bahwa kepedulian terhadap kesehatan masyarakat dapat diwujudkan melalui sinergi yang kuat antara berbagai pihak.

Tak lupa, kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh warga masyarakat Surabaya yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini. Antusiasme dan respon positif dari masyarakat menjadi bukti bahwa minuman herbal seperti jamu rosella tetap mendapat tempat di hati masyarakat sebagai pilihan sehat dalam menjaga daya tahan tubuh, terutama selama bulan Ramadan.

Kami juga sangat mengapresiasi kerja keras dan semangat dari mahasiswa semester 6 S1 Ilmu Gizi IKBIS yang telah berperan aktif dalam menyiapkan jamu rosella untuk dibagikan. Partisipasi mereka dalam kegiatan ini tidak hanya menunjukkan kepedulian sosial, tetapi juga menjadi pengalaman berharga dalam menerapkan ilmu yang telah mereka pelajari di bangku kuliah.

Semoga kegiatan ini menjadi langkah awal bagi lebih banyak inisiatif serupa di masa depan, demi meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya gaya hidup sehat berbasis bahan alami dan memperkuat tradisi berbagi kebaikan di bulan Ramadan.

Referensi

- Haryati, E., Wibowo, T.S., Widodo, A.P. 2025. Penguatan Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan Karakter Berbasis OBE di Kota Surabaya. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(01), 195-206. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i01.1996>
- Hermawati, A., Fatmawati, E., Wibowo, T. S., Syamsul Bahri, S. 2023. Eksistensi Produktivitas Usaha Melalui Implementasi Aspek Manajemen Pada Ukm Bengkel Las Bubut. *Resona: Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat*. 7(1): 21 – 34.

<http://dx.doi.org/10.35906/resona.v7i1.1367>

- Intan, A. E. K., Solihah, S., Aini, S. Q., & Wibowo, T. S. (2023). Clitoria ternatea L (Butterfly Pea) Making Education in Banangkah Village (Benangkah), Burneh District, Bangkalan, East Java. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa*, 2(1), 9–12. <https://doi.org/10.55927/jpmf.v2i1.3251>
- Intan, A. E. K., Zuhroh, F., & Wibowo, T. S. (2023). Stunting Prevention through Training and Assistance in Making Moringa Noodles in Bancaran Village, Bangkalan Regency. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 2(8), 671–678. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v2i8.5771>
- Layli, A. N., Nikmah, R. Y., Ulfa, I. F., & Wibowo, T. S. (2023). Education on Vegetable and Fruit Processing to Keep Maintaining Nutritional Levels in Benangkah Village, Burneh, Bangkalan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa*, 2(1), 17–20. <https://doi.org/10.55927/jpmf.v2i1.3253>
- Layli, A. N., Fahira, D., & Wibowo, T. S. (2023). Empowerment of Parents and Guardians of Yannas TK and KB Students Regarding Nutritional Eating Patterns for Early-Age Children" Isi Piringku". *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 2(11), 136-141. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/997>
- Layli, A. N., Arum, A., & Wibowo, T. S. (2023). How to Wash Rice Properly to Keep the Nutrition in Kencat Village, Bancaran, Bangkalan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 2(8), 685–690. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v2i8.5775>
- Mubarokah, F. A., Noraini, Z., Adawiyah, R., & Wibowo, T. S. (2023). Simple Borax Qualitative Test in Benangkah Village, Bangkalan Regency. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.55927/jpmf.v2i1.3250>
- Mubarokah, F. A., Silvia, M., & Wibowo, T. S. (2023). Training on Making Soap from Kitchen Herbs in Bancaran Village, Bangkalan Regency. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 2(8), 661–666. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v2i8.5769>
- Mubarokah, F. A., Putri, S., & Wibowo, T. S. (2024). Making Soap from Coconut Oil and Canola Oil for Asman Toga Temulawak in Singopadu Village, Tulangan District, Sidoarjo Regency. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 3(1), 302-306. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/894>
- Najib, S. Z., Arum, A., Adi Febrianty, A. P., & Wibowo, T. S. (2024). Pelatihan Penggunaan Obat dan Alat Laboratorium yang Benar Terhadap Pelajar SMPIT Mutiara Ilmu Bangkalan. *Jurnal Pengabdian West Science*, 3(12), 1306–

1312. <https://doi.org/10.58812/jpws.v3i12.1826>
- Najib, S. Z., Hotimah, K., & Wibowo, T. S. (2024). Education Use of Herbal Medicine for Dharma Wanita Persatuan (DWP) Bangkalan Madura. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 3(1), 362-367. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/910>
- Ngete, A. F., Wibowo, T. S., & Lepangkari, J. (2025). Pemberdayaan Ekonomi dan Peningkatan Kapasitas Perempuan Melalui Pelatihan Pembuatan Sabun Batang Bersama Aliansi Peduli Perempuan Sukowati (APPS) dan Jaringan Perempuan Usaha Kecil (JARPUK). *Eastasouth Journal of Impactive Community Services*, 3(02), 51–60. <https://doi.org/10.58812/ejimcs.v3i02.321>
- Parwati, D., Solihah, S., Noraini, Z., & Wibowo, T. S. (2024). Counseling on Antibiotic Medicines for Business Manager Employees at Kimia Farma Pharmacy Surabaya Business Unit. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 3(1), 294-301. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/893>
- Peters, T. (1997). *The Brand Called You*. Fast Company. Retrieved from <https://www.fastcompany.com/28905/brand-called-you>
- Rahman, P. K., Masruroh, Q., & Wibowo, T. S. (2023). Training on Making Avocado Leaf Stew (*Persea americana* Mill.) in Socah Village, Bangkalan Regency. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 2(8), 679–684. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v2i8.5774>
- Rahman, P. K., Aini, Z. N & Wibowo, T. S. (2023). Education on the Use of Antibiotics in the Community of Macege Village, Bone Regency. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 2(11), 142–145. Retrieved from <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/999>
- Syukur, M., Latief, S. M., & Wibowo, T. S. (2024). Simposium Bintara Utama TNI AL (SIMBAL) Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian West Science*, 3(12), 1323–1337. <https://doi.org/10.58812/jpws.v3i12.1866>
- Wibowo, T. S. (2023). Socialization of Introduction to Campus Life for New Students (PKKMB) Academic Year 2023/2024 Yannas Husada Bangkalan Pharmacy Academy. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 2(11), 1025–1032. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v2i11.6794>
- Wibowo, T. S., Takaendengan, F. E., & Syukur, M. (2023). Community Service at Leadership Training II for Naval Polytechnic Cadets, Kindergarten. IV Ta. 2023 “Millennial Leadership in Facing Golden Indonesia 2045”. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 2(12), 1113–1134. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v2i12.7160>

- Wibowo, T. S., Fitria., Winingsih, G. A. M., Dewi, A. A. S., (2024). Pelatihan Dan Pendampingan Implementasi Akupresur Dalam Kebidanan. *Proficio: Jurnal Abdimas*, 5(1): 211-218 <https://doi.org/10.36728/jpf.v5i1.2960>
- Wibowo, T. S., Winingsih, G. A. M., Darmayanti, N. M., Widiastuti, N. M. R., Noviani, N. W., Praningrum, I. G. A. R. (2024). Pelatihan dan Pendampingan Penggunaan Herbal Indonesia dan Akupresur Guna Memperlancar Air Susu Ibu (ASI). *Proficio: Jurnal Abdimas*, 5(1): 366-373. <https://doi.org/10.36728/jpf.v5i1.2963>
- Wibowo, T. S. Competency Test Preparation Assistance Indonesian Pharmacy Diploma Students 2024. (2024). *Journal of Digital Community Services*, 1(2), 33-39. <https://doi.org/10.69693/dcs.v1i2.14>
- Wibowo, T. S., & Negara, S. B. S. M. K. (2024). Collagen Drink Entrepreneurship Training and Mentoring. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v3i1.6795>
- Wibowo, T. S., & Negara, S. B. S. M. K. (2024). Training on Determining Beyond Use Date (BUD) on Pharmacy Practice at Surabaya Health Vocational School. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa*, 3(2), 125–134. <https://doi.org/10.55927/jpmf.v3i2.9203>
- Wibowo, T. S., & Syukur, M. (2024). Peran Ketangguhan Mental PNS Dalam Mendukung Tugas TNI AL di Era Digital. *Jurnal Pengabdian West Science*, 3(12), 1338–1349. <https://doi.org/10.58812/jpws.v3i12.1867>
- Wibowo, T. S., Aswitami, N. G. A. P., Udayani, N. P. M. Y., & Martini, N. M. D. A. (2024). Community Service Through Training and Mentoring “Traditional Herbal Recipes for Pregnancy and Postnatal Care”. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 3(3), 203–212. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v3i3.8531>
- Wibowo, T. S., Khotimah, K., & Af'idah, B. M. (2024). Socialization of Natural Medicines and New Perspectives on Traditional Indonesian Medicine for Pharmaceutical Workers. *Eastasouth Journal of Effective Community Services*, 3(02), 73–80. <https://doi.org/10.58812/ejecs.v3i02.298>
- Wibowo, T. S., Sari, D. I. K., & Negara, S. B. S. M. K. (2024). Training and Assistance in Tablet Manufacturing and Tablet Quality Control. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 3(1), 13–24. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v3i1.6854>
- Wibowo, T. S. 2025. Pelatihan Pembekalan Pra Praktik Kerja Lapangan (PKL) Siswa Kelas XI Bidang Keahlian Farmasi SMK Kesehatan Surabaya. *East Journal of Innovative Community Services*, 3(02), 47–55. <https://doi.org/10.58812/ejincs.v3i02.310>

- Wibowo, T. S., & Mubarakah, F. A. 2025. Pemanfaatan Daun Sirih Hijau Sebagai Bahan Baku Minyak Atsiri: Inovasi dan Pemberdayaan Masyarakat. *East Journal of Innovative Community Services*, 3(02), 94–104. <https://doi.org/10.58812/ejincs.v3i02.309>
- Wibowo, T. S., Negara, S.B.S.M.K., Wulansari, C. 2025. Meningkatkan Kualitas Usaha Kecil Obat Tradisional (UKOT) Melalui Pelatihan Pengolahan Simplisia di CV. Sangkuriang Sidoarjo. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(01), 139-153. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i01.1997>
- Wibowo, T. S., Wardani, S.A., Halimah, S.N., Noraini, Z., Hotimah, K., Aprilia, J.P., Adawiyah, R. 2025. Praktik Kerja Lapangan (PKL) Sebagai Salah Satu Upaya Menyelaraskan Pembelajaran Dengan Dunia Kerja. (2025). *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(01), 154-162. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i01.1993>
- Wibowo, T. S., & Hidayati, N. 2025. Dari Limbah ke Nilai Tambah: Pelatihan Sabun Jelantah sebagai Upaya Pengelolaan Lingkungan Berkelanjutan. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(01), 163-172. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i01.1998>
- Wibowo, T. S., Ngete, A.F., Mubarakah, F.A. 2025. Pendampingan Pengolahan Tanaman Sereh Dapur Menjadi Lemongrass Essential Oil. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(01), 173-185. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i01.1999>
- Wibowo, T. S., Wardani, S.A., Ulfa. I.F., Aini, S.Q., Solihah, S., Nikmah, R.Y. 2025. Praktik Kerja Lapangan (PKL) di Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur: Sinkronisasi Teori dan Praktik Dalam Dunia Kefarmasian. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(01), 186-194. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i01.1994>
- Wibowo, T. S., Wardani, S.A., Hilwah, P.R., Ferdiani, A., Jumiati., Sepdianti, E.P., Fitria. 2025. Implementasi Ilmu Kefarmasian Melalui Praktik Kerja Lapangan di Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(01), 207-217. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i01.1995>
- Workshop on Natural Medicine Ingredients for Digestive System Disorders. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari (JPMB)* Vol. 3, No. 12: 903-912. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v3i12.12662>
- Wibowo., T.S., Larasaty, H., Ramadhan, M.R.L. 2025. Enhancing the Quality and Competitiveness of Indonesian Traditional Medicine Practitioners, Members of ASPETRI East Java, through Standardization. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(03), 354-365. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i03.2097>
- Wibowo., T.S., Larasaty, H., Ramadhan, M.R.L. 2025. Strengthening the Role of ASPETRI East Java in Indonesian Herbal Medicine: Training New Members for

- the Sustainability of Natural Medicine Development in Indonesia. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(03), 366-379. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i03.2098>
- Wibowo., T.S., Arif, F., Pramono, J., Firdiansyah, M.R., Purwantoro, G., Putri, R.R.D.E. 2025. Peningkatan Kapasitas Wirausahawan Pemula dalam Produksi dan Pemasaran Obat Bahan Alam. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(03), 380-400. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i03.2099>
- Wibowo., T.S., Febrianti, A.P.A., Arum, A., Rofiki, A. 2025. From Campus to Community: The Ramadan Spirit of Yannas Husada Pharmacy Academy Students in A Sharing Action. *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(03), 401-411. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i03.2100>
- Wibowo, T.S., Larasaty, H., Priyono, K.B. Optimization of Traditional Jamu Utilization in Health Services at Terminal Purabaya by DPC ASPETRI Sidoarjo. (2025). *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(04), 488-500. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i04.2139>
- Wibowo, T.S., Rahmawati, R.P. CPOB 2024: Kunci Sukses Produksi Obat yang Aman dan Berkualitas. (2025). *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(04), 412-423. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i04.2112>
- Wibowo, T.S., Zakaria, M., Oktavianis, H. Jamu as a Preventive Health Solution: Community Service by DPC ASPETRI Ngawi at Maospati Terminal in Commemoration of Eid al-Fitr 1446 H. (2025). *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(04), 461-472. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i04.2137>
- Wibowo, T.S., Larasaty, H., Nawawi, I. Jamu as a Healthy Solution for Travelers: The Initiative of DPD Aspetri East Java at the Health Post in Purabaya Terminal. (2025). *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(04), 473-487. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i04.2138>
- Wibowo, T.S., Hidayati, N., Irawan, R. J. Revitalization of Traditional Jamu as a Support for Public Health at Malang Station: A Case Study of DPC ASPETRI Malang City Activities. (2025). *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(04), 501-511. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i04.2140>
- Wibowo, T.S., Wulansari, C., Hidayati, N. The Role of DPC ASPETRI Surabaya in Improving Community Health through the Distribution of Jamu at the Health Post in Joyoboyo Terminal. (2025). *Jurnal Pengabdian West Science*, 4(04), 512-523. <https://doi.org/10.58812/jpws.v4i04.2141>
- Widyaningsih, R. A., Aprilia, J. P., Nurhalimah, S., & Wibowo, T. S. (2023). Education on the Making of Ginger Powder Herbal Drink in the Benangka Community in

Banangkah Village (Benangkah), Burneh District, Bangkalan, East Java. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa*, 2(1), 13–16. <https://doi.org/10.55927/jpmf.v2i1.3252>

Widyaningsih, R. A., Rodiyah, S., & Wibowo, T. S. (2023). Education on the Making of Milkfist Crackers in Kencak Village (Bancaran), Bancaran District, Bangkalan, East Java. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 2(8), 667–670. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v2i8.5770>

Widyaningsih, R. A., Britonang, A., & Wibowo, T. S. (2024). Introduction to the Canva Application for High School Teachers in English Subjects. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 3(1), 565-569. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/996>