



SERTIFIKAT



Penghargaan ini diberikan kepada

Dr. Imam Wibowo, SE, M.Si

sebagai

PENYULUH

Pada Program Kegiatan Kuliah Kerja Nyata fakultas Ekonomi di bidang Pengabdian Masyarakat

dengan Tema

**"PENYULUHAN PEMBERDAYAAN WANITA TENTANG PEMBUATAN
VIRGIN COCONUT OIL (VCO) "**

Tanggal 30 Januari s/d 2 Februari 2023 di Desa Babakanraden, Kecamatan Cariu,
Kabupaten Bogor, Propinsi Jawa Barat



Dekan FE UNKRIS

Dr. Imam Wibowo, SE, M.Si
NIDN: 0325035802



Kepala Desa Babakanraden

Salvator Tarigan



SERTIFIKAT



Penghargaan ini diberikan kepada

Dr. Imam Wibowo, SE, M.Si

sebagai

Nara Sumber

Pada bidang Pengabdian Masyarakat Dengan Tema

"Sosialisasi Peningkatan Nilai Ekonomi Komoditas Tanaman dan Obat Herbal"

Tanggal 8 Mei 2023 di Desa Babakanraden, Kecamatan Cariu,
Kabupaten Bogor, Propinsi Jawa Barat



Dekan FEUNKRIS

Dr. Imam Wibowo, SE, M.Si
NIDN: 0325035802



Kepala Desa Babakanraden

Salvator Tarigan



SERTIFIKAT



Penghargaan ini diberikan kepada

Dr. Imam Wibowo, SE, M.Si

sebagai

Nara Sumber

Pada bidang Pengabdian Masyarakat Dengan Tema

"Sosialisasi Peningkatan Nilai Ekonomi Komoditas Tanaman dan Obat Herbal"

Tanggal 8 Mei 2023 di Desa Babakanraden, Kecamatan Cariu,
Kabupaten Bogor, Propinsi Jawa Barat



Dekan FE UNKRIS

Dr. Imam Wibowo, SE, M.Si
NIDN: 0325035802



Kepala Desa Babakanraden

Salvator Tarigan

PEMBERDAYAAN PEREMPUAN MELALUI PENYULUHAN PEMBUATAN VIRGIN COCONUT OIL (VCO) DAN DAUN AFRIKA DI DESA BABAKAN RADEN CARIU BOGOR

Imam Wibowo¹, Siwi Nur Indriyani², Nerani Saramitha³, Nicholas Alfredo⁴, Nikki Rossinta Wigati⁵, *Yuaniko Paramitra^{6*}, Dhistianti Mei Rahmawantari⁷

Fakultas Ekonomi, Universitas Krisnadwipayana, Jakarta, Indonesia

*email : nicoyp@unkris.ac.id

ABSTRACT

Community service is a part of the Tri Dharma of Higher Education which is applied to social activities as a realization of community empowerment learning carried out by all students of Krisnadwipayana University. Babakan Raden Village, Cariu District is a potential area for producing African leaves, these leaves grow wild in the village area. Due to the lack of information about African leaves, many people are not familiar with these types of medicinal plants, so they are not processed and produced for profit. These leaves create new business opportunities for women so they can contribute to improving the family economy so that they can meet family needs. Babakan Raden Village, Cariu District, Bogor Regency is also one of the villages that has the potential to do Virgin Coconut Oil (VCO) business. raw form. Women's empowerment turns out to play an important role in family survival, both with regard to the moral development of children, as well as meeting the economic needs of the family as one of the main pillars of family life.

Keywords: *Afrika leaf, community service, virgin coconut oil, woman empowerment*

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat merupakan bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang diterapkan pada kegiatan sosial sebagai realisasi pembelajaran pemberdayaan masyarakat yang dilakukan oleh seluruh mahasiswa Universitas Krisnadwipayana. Desa Babakan Raden Kecamatan Cariu merupakan daerah potensial penghasil daun Afrika, daun ini tumbuh liar di daerah desa tersebut. Karena kurangnya informasi tentang daun Afrika, banyak orang yang tidak mengenal jenis tanaman obat tersebut, sehingga tidak diolah dan diproduksi untuk mendapatkan keuntungan. Daun-daun ini menciptakan peluang usaha baru bagi perempuan sehingga dapat berkontribusi dalam meningkatkan ekonomi keluarga sehingga dapat memenuhi kebutuhan keluarga. Desa Babakan Raden, Kecamatan Cariu, Kabupaten Bogor juga merupakan salah satu desa yang potensial untuk dilakukan usaha Virgin Coconut Oil (VCO). bentuk mentah. Pemberdayaan perempuan ternyata memegang peranan penting dalam kelangsungan hidup keluarga, baik yang berkaitan dengan perkembangan moral anak, maupun pemenuhan kebutuhan ekonomi keluarga sebagai salah satu pilar utama kehidupan keluarga.

Kata kunci : Daun afrika, pengabdian masyarakat, virgin coconut oil, pemberdayaan perempuan

PENDAHULUAN

Pengabdian masyarakat sebagai salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang diaplikasikan ke dalam kegiatan sosial kemasyarakatan sebagai realisasi pembelajaran pemberdayaan masyarakat yang dilakukan oleh seluruh mahasiswa Universitas Krisnadwipayana. Desa Babakan Raden merupakan salah satu wilayah di kecamatan Cariu kabupaten Bogor. Kecamatan Cariu adalah daerah yang berada di sebelah utara Kabupaten Karawang, sebelah barat Kecamatan Jonggol, sebelah selatan Kecamatan Tanjungsari, sebelah timur Kabupaten Karawang. Desa Babakan Raden berdiri pada tahun 1920, terdiri dari 10 desa dan terbagi kedalam 8 rw dan 20 rt. Wilayah ini merupakan daerah perbatasan, dengan luas daerah kurang lebih mencapai 8.555.56 Hektar dengan jumlah penduduk 26.000 jiwa, mayoritas mata pencaharian penduduk adalah petani.

Desa Babakan Raden Kecamatan Cariu adalah suatu wilayah potensial penghasil daun afrika, daun tersebut tumbuh liar di daerah desa. Karena kurangnya informasi mengenai daun afrika, maka banyak masyarakat yang belum mengenal tentang jenis tanaman obat tersebut, sehingga tidak diolah dan diproduksi untuk mendapatkan keuntungan. Padahal sangat banyak manfaat dari daun afrika bagi kesehatan tubuh. Daun ini memiliki sifat antibakteri dan antijamur yang menjadikannya obat tradisional yang baik untuk beberapa masalah kesehatan seperti disentri, diare, tekanan darah tinggi, dan banyak lainnya. Daun ini membuat peluang usaha baru bagi para perempuan agar dapat berkontribusi dalam meningkatkan ekonomi keluarga sehingga dapat mencukupi kebutuhan keluarga.

Desa Babakan Raden, Kecamatan Cariu Kabupaten Bogor juga merupakan salah satu desa yang berpotensi untuk melakukan usaha Virgin Coconut Oil (VCO) hal ini dikarenakan di desa tersebut banyak tanaman kelapa yang belum dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya hanya saja masyarakat desa tersebut kelapa yang dihasilkan dijual dalam bentuk mentah. Dengan adanya pengabdian masyarakat seperti ini diharapkan mampu membantu masyarakat Desa Babakan Raden, Kecamatan Cariu Kabupaten Bogor bisa meningkatkan nilai ekonomi dari kelapa dan bisa meningkatkan pendapatan masyarakat desa. Meskipun Virgin Coconut Oil (VCO) ini sudah banyak dibuat dan diteliti akan tetapi aplikasi di masyarakat masih kurang dan banyak yang belum mengetahui manfaat dari Virgin Coconut Oil (VCO) tersebut. Banyak masyarakat desa Babakan Raden yang belum mengetahui tanaman obat di lingkungan desa. Secara umum pemanfaatan kelapa oleh produsen di desa Babakan Raden digunakan untuk tujuan komersial, konsumsi rumah tangga, dan pakan ternak. Di Desa Babakan Raden belum ada pengrajin Virgin Coconut Oil (VCO), oleh karena itu membutuhkan sosialisasi kepada masyarakat cara mengolah kelapa menjadi Virgin Coconut Oil (VCO).

Pemberdayaan perempuan ternyata berperan penting terhadap kelangsungan hidup keluarga, baik berkenaan dengan pembinaan moral anak, maupun pemenuhan kebutuhan ekonomi keluarga sebagai salah satu pilar utama berlangsungnya kehidupan keluarga. Berkaitan dengan hal tersebut, menunjukkan bahwa kaum perempuan sudah banyak terlibat secara aktif dalam membantu pemenuhan ekonomi keluarga. Salah satunya adalah dengan munculnya wirausaha kaum perempuan di daerah pedesaan. Dilihat dari perspektif gender hal tersebut mengisyaratkan adanya kedudukan dan kesempatan yang sama antara laki-laki dan perempuan dalam mengakses wirausaha di pedesaan.

Dalam hal peningkatan ekonomi perempuan khususnya di daerah pedesaan, perempuan memiliki keterbatasan dalam menjalankan aktivitasnya, keterbatasan tersebut seperti rendahnya

pendidikan, keterampilan, sedikitnya kesempatan kerja, dan juga hambatan ideologis perempuan yang terkait rumah tangga. Selain itu perempuan juga dihadapkan pada kendala tertentu yang seringkali dikenal dengan istilah “triple burden of women”, yaitu perempuan harus melakukan fungsi reproduksi, produksi dan fungsi sosial secara bersamaan di masyarakat.

Pemberdayaan adalah upaya pemberian daya atau peningkatan keberdayaan untuk memandirikan masyarakat agar mampu berpartisipasi aktif dalam segala pembangunan. Masyarakat berinisiatif untuk memulai proses memperbaiki kehidupannya dengan cara yang masih tradisional sehingga mereka masih sulit menerima kemajuan teknologi modern seperti saat ini.

METODE

Metode Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di desa Babakan Raden kecamatan Cariu kabupaten Bogor yang berjarak kurang lebih 60,9km dari Universitas Krisnadwipayana tepatnya di balaidesa Kecamatan Cariu dan dilaksanakan pada 30 s.d 31 Januari 2023. Kegiatan ini diikuti pula oleh 30 orang ibu-ibu yang sehari-hari sebagai ibu rumah tangga. Pengabdian kepada masyarakat oleh mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Krisnadwipayana ini dilaksanakan dalam bentuk memberikan pelatihan pengolahan teh daun afrika dan VCO untuk meningkatkan perekonomian masyarakat di desa Babakan Raden kecamatan Cariu. Metode yang akan digunakan dalam kegiatan pelatihan ini adalah:

1. Metode ceramah : digunakan untuk menjelaskan materi tentang manfaat, pengolahan, dan cara penjualan VCO dan daun afrika.



Gambar 1. Penyuluhan

2. Metode Praktek : digunakan untuk mempraktekkan cara pembuatan dari daun afrika dan juga VCO.



Gambar 2. Praktek pembuatan teh daun afrika



Gambar 3. Praktek pembuatan VCO

3. Metode Diskusi : Dilakukan setelah kegiatan selesai kegiatan pelatihan untuk mengetahui respon peserta.



Gambar 4. Sesi Diskusi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengolahan Daun Afrika (*Vernonia amygdalina*)

Daun Afrika (*Vernonia amygdalina*) adalah tumbuhan semak yang berasal dari benua Afrika dan bagian lain dari Afrika, khususnya Nigeria, Kamerun dan Zimbabwe dan negara yang beriklim tropis salah satunya adalah Indonesia. Tumbuhan ini dapat ditemukan di halaman rumah, sepanjang sungai dan danau, ditepi hutan, dan di padang rumput.

Daun Afrika dapat tumbuh pada tempat yang mempunyai sinar matahari yang penuh dan memiliki lingkungan yang lembap. Tanaman Daun afrika tumbuh pada semua jenis tanah, tetapi Daun Afrika lebih tumbuh subur dan berkembang pada tanah yang kaya humus. Daun Afrika mempunyai batang tegak, tinggi 1–3 m, bulat, berkayu, berwarna coklat; daun majemuk, anak daun berhadapan, panjang 15–25 cm, lebar 5–8 cm, berbentuk seperti ujung tombak, tepi bergerigi, ujung runcing, pangkal membulat, pertulangan menyirip, berwarna hijau tua; akartunggang, berwarna coklat kotor.

Cara pengolahan daun afrika adalah dengan proses ekstraksi, yaitu sediaan pekat yang diperoleh dengan cara mengekstraksi senyawa aktif dari simplisia nabati simplisia hewani dengan menggunakan pelarut yang sesuai, kemudian semua atau hampir semua pelarut diuapkan dan massa atau serbuk tersisa diperlakukan sedemikian hingga memenuhi baku yang telah ditetapkan (Kementrian Kesehatan RI, 2014).

Daun afrika memiliki khasiat bagi tubuh, antara lain: menurunkan kadar gula darah, menghambat kanker, sebagai antibakteri, mengatasi malaria, mengontrol tekanan darah, dan mencegah penyakit jantung.

Pemrosesan Virgin Oil Coconut (VCO)

Virgin Coconut Oil (VCO) adalah minyak kelapa yang diproses dengan cara yang tidak menggunakan panas tinggi atau bahan kimia. Minyak kelapa murni ini diperoleh dari daging kelapa muda yang baru dipetik, kemudian diproses dengan cara pres atau sentrifugasi. Metode ini dilakukan dengan memeras kelapa tua dan mengambil santannya. Santan ini kemudian diproses lewat fermentasi, kemudian mencampurnya dengan enzim tertentu, atau menggunakan mesin sentrifugal untuk memisahkan ampas kelapa, air, dan minyak bening yang dikenal sebagai minyak VCO tersebut.

Pembuatan minyak kelapa murni ini memiliki banyak keunggulan yaitu tidak membutuhkan biaya yang mahal. Bahan bakunya mudah didapat dengan harga yang murah, pengolahan sederhana dan tidak terlalu rumit, serta penggunaan energi yang minimal karena tidak menggunakan bahan bakar. Oleh sebab itu, kandungan kimia dan nutrisinya tetap terjaga terutama asam lemak dalam minyak.

Virgin coconut oil digunakan sebagai minyak goreng sehat yang bebas lemak trans. Cara menggunakan virgin coconut oil bisa ditambahkan untuk dicampurkan sedikit ke salad atau potongan buah.

Sedangkan untuk kecantikan, cara menggunakan virgin coconut oil ini bisa dicampur dengan essential oil dan diusapkan ke rambut kering dan diamkan selama 15 menit dan bilas. Kandungan antioksidan di dalam VCO sangat tinggi seperti tokoferol yang berfungsi untuk mencegah penuaan dini dan menjaga vitalitas tubuh. Di samping itu VCO pun efektif dan aman digunakan sebagai moisturizer pada kulit. Oleskan 6-8 tetes minyak kelapa murni ke tangan, kemudian biarkan selama semalaman untuk mencegah kulit kering yang disebabkan oleh seringnya penggunaan sabun atau hand sanitizer berbahan dasar alkohol.

Kandungan VCO

Virgin Coconut Oil terdiri dari lemak yang terutama terdiri dari asam lemak tak jenuh tunggal (*medium chain fatty acids*) seperti asam laurat, asam miristat, dan asam palmitat. Asam lemak tak jenuh tunggal ini memiliki struktur yang lebih pendek dibandingkan dengan asam lemak tak jenuh ganda (*long chain fatty acids*) yang biasanya terkandung dalam lemak hewan. Hal ini membuat asam lemak pada VCO lebih mudah dicerna dan diserap oleh tubuh. Dari keseluruhan senyawa asam lemak VCO, terdapat kandungan asam laurat (*lauric acid*) sebesar 45-55%.

Asam laurat adalah jenis asam lemak yang dapat berfungsi sebagai anti kuman karena bersifat melunturkan lapisan atau selongsong lipida yang dimiliki oleh virus, bakteri, dan berbagai organisme mikro yang menjadi kuman penyakit pada manusia. Kandungan asam lemak pada VCO juga disebutkan pada buku *Membuat VCO Berkualitas Tinggi* oleh Bambang Setiaji dan Surip Prayugo. Asam tersebut mudah dicerna dan dioksidasi oleh tubuh, sehingga mencegah penimbunan lemak di dalam tubuh.

Namun selain itu, ternyata kandungan antioksidan di dalam VCO pun sangat tinggi seperti tokoferol dan betakaroten. Antioksidan ini berfungsi untuk mencegah penuaan dini dan menjaga vitalitas tubuh. *Virgin coconut oil* juga mengandung vitamin E, vitamin K, dan beberapa mineral seperti besi, kalsium, dan magnesium. *Virgin coconut oil* juga dikenal kaya akan senyawa polifenol yang memiliki sifat antioksidan yang tinggi, seperti asam ferulat, asam p-kumarik, dan asam p-sinensetin.

Manfaat VCO

Manfaat yang dapat Anda peroleh dari *virgin coconut oil*, dilansir dari artikel *Healthline* yang sudah diverifikasi oleh Ahli Diet dan Penulis, Sade Meeks, MS, RD, Nutrition antara lain: meningkatkan metabolisme, menjaga kesehatan kulit, menjaga kesehatan rambut, mengurangi peradangan, dapat membantu mengurangi rasa lapar, meningkatkan suplai energi, menangkalkan radikal bebas, menjaga kesehatan gigi, menurunkan tekanan darah dan dapat mengurangi kejang

Hasil Pemberdayaan VCO dan The Daun Afrika

Pelaksanaan pelatihan yang telah direncanakan, telah berjalan sesuai dengan rencana. Adapun rincian kegiatan yang dijadwalkan 2 hari dari tanggal 30 s.d 31 Januari 2023. Pertemuan yang pertama yaitu dengan cara memberikan teori tentang manfaat daun afrika dan vco, cara membuat teh daun afrika dan vco, dan penjelasan penentuan harga pokok dan harga jual. Pertemuan kedua melanjutkan praktek pembuat : teh daun afrika dan vco. Setelah praktek selesai dilakukan evaluasi hasil yang sudah dipraktekkan dan mendiskusikannya, termasuk cara menghitung harga pokok dan harga jualnya. Hasil praktek yang dievaluasi digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan tingkat keberhasilan dari kegiatan pengabdian ini.

Kegiatan penyuluhan tentang Kewirausahaan Sosial ini berlangsung selama 2 hari. Dari hari pemaparan materi disimpulkan bahwa warga desa Babakan Raden dinilai sangat membutuhkan tentang penyuluhan tentang Kewirausahaan Sosial. Hal ini tampak dengan melihat respon dan tanggapan yang positif dan kemauan masyarakat untuk mengetahui tentang Kewirausahaan Sosial.

Kegiatan penyuluhan tentang Kewirausahaan Sosial ini berlangsung selama 2 hari. Dari hari pemaparan materi disimpulkan bahwa perempuan di Desa Babakan Raden dinilai sangat membutuhkan tentang penyuluhan tentang wirausaha dengan memanfaatkan bahan yang tersedia di lingkungan. Hal ini tampak dengan melihat respon dan tanggapan yang positif dan

kemauan masyarakat untuk mengetahui tentang manfaat, pembuatan, dan juga cara penjualan dari teh daun afrika dan vco. Keberhasilan dari kegiatan ini tidak lepas dari adanya faktor pendorong dan pendukung sebagai berikut:

1. Materi yang diberikan relevan dengan kebutuhan masyarakat di desa Babakan Raden sebagai daerah penghasil daun afrika dan vco dimana banyak dijumpai dipekarangan- pekarangan masyarakat setempat, hal ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam memanfaatkan daun afrika dan juga kelapa.
2. Semua materi dapat diterima oleh peserta dengan baik, hal ini dapat dilihat dari keaktifan peserta pada saat teori maupun praktek, disamping itu materi pelatihan yang dipilih menggunakan metode yang sederhana, serta bahan dan alat yang diunakan mudah didapat.
3. Dapat dikembangkan sebagai peluang usaha yang pada akhirnya dapat meningkatkan pendapatan keluarga.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan untuk tujuan pemberdayaan perempuan mengenai kewirausahaan yang diselenggarakan di Balaidesa Babakan kecamatan Cariu Kabupaten Bogor. Kegiatan ini merupakan aplikasi keilmuan dalam menumbuhkan jiwa berwirausaha dalam upaya memulai usaha produktif bagi masyarakat desa Babakan kecamatan Cariu Kabupaten Bogor. Kegiatan merupakan sebagai wujud implementasi Tridharma Perguruan Tinggi yang memberikan peluang dan manfaat bagi masyarakat khususnya para perempuan untuk mengelola dan mengembangkan sumber daya potensi lokal yang ada guna meningkatkan wawasan dan keterampilan dalam menginovasi sumber daya yang ada sehingga bernilai ekonomis dan sebagai sumber pendapatan. Dengan adanya kegiatan penyuluhan dan pelatihan akan dapat membantu untuk memulai usaha produktif. Adapun beberapa peluang yang dapat diambil dari kewirausahaan meliputi peluang untuk memperoleh kontrol atas kemampuan diri, peluang untuk memanfaatkan potensi yang dimiliki, peluang untuk memperoleh manfaat secara finansial, peluang untuk berkontribusi kepada masyarakat dan untuk menghargai usaha-usaha seseorang. KKN juga dapat melatih dan mengembangkan kemampuan soft skills dan hard skills mahasiswa dalam menyelesaikan masalah- masalah sosial dan ekonomi masyarakat.

Pemberdayaan perempuan melalui kewirausahaan berbasis potensi alam setempat merupakan salah satu wadah yang dijadikan sebagai upaya untuk memberikan wahana bagi perempuan dalam memenuhi kebutuhan warga untuk belajar berupa pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan bagi kehidupan sehingga lebih siap menghadapi persaingan di era globalisasi yang disebabkan meningkatnya kualitas sumber daya manusia. Salah satu upaya dalam memberikan layanan membuat program pemberdayaan perempuan melalui pelatihan dengan memanfaatkan sumber daya alam yang tersedia dilingkungannya dalam bidang tata dengan sarannya Ibu rumah tangga yang tidak memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup, dengan tujuan memberdayakan perempuan agar mampu memiliki pengetahuan serta keterampilan yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas hidup. Bertambahnya pengetahuan warga mengenai kewirausahaan dan potensi yang bisa dimanfaatkan dan dioptimalkan di daerah tempat tinggal mereka, menjadi harapan bagi penulis semoga dapat bermanfaat bagi warga serta dapat meningkatkan perekonomian mereka.

Rekomendasi untuk kegiatan pengabdian masyarakat berikutnya untuk lebih menggali dan mengidentifikasi potensi desa sehingga pengabdian kepada masyarakat melalui KKN dalam bentuk pemberdayaan masyarakat lebih berinovasi dan kreatif sesuai dengan kondisi generasi

milennial dan menciptakan entrepreneur yang cerdas dan kritis dalam mengelola sumber daya yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, T. (2011). Abdimas. *Pemberdayaan Perempuan Melalui Wirausaha Pembuatan Makanan Kecil Berbasis Pisang Di Kelurahan Tlogosari Wetan Kecamatan Pendurungan Kodya Semarang*, 6.
- Anindyadevi Aurellia. (2022). Detik Bali. *Kandungan dan Manfaat VCO untuk Kesehatan*.
- Danladi. (2018). Daun Afrika. *Klasifikasi dan Deskripsi Tanaman*.
- Dr. Fadhli Rizal Makarim. (2022). Halodoc. *Manfaat dan Efek Samping dari minyak VCO*
- Ibrahim. (2004). Jurnal Daun Afrika. *Manfaat dan Khasiat dari Daun Afrika*.
- Retno, R. S. (2016). Jurnal Terapan Abdimas. *Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) Secara Fermentasi Di Desa Belotan, Bendo, Magetan*, 3.
- Riadi. Muchlisin. (2019). Jurnal pemberdayaan perempuan. *Pemberdayaan Perempuan (Tujuan, Strategi, Program dan Indikator)*.
- Sugiarti, Y. (2020). Jurnal Abdiraja. *Pemberdayaan Perempuan Melalui Wirausaha Pengolahan Buah Siwalan Di Desa Banuaju Timur Kecamatan Batang-Batang*, 3.
- Sutarmi dan Hartin Rozaline. (2005). Food Tech Binus. *Taklukkan Penyakit dengan VCO (Virgin Coconut Oil)*.
- Yeap et al. (2010). "Vernonia amygdalina. an ethnomedical used green vegetable with multiple bioactivities". *Journal of medicinal plants research*.
- Zakiah. (2010). Jurnal Pengkajian Masalah Sosial Keagamaan. *Pemberdayaan Perempuan oleh Lajnah Perempuan*.