PRAKATA

Siapa yang tidakingin sehat? setiap orang pasti menginginkan hidup sehat. kesehatan dapat diperoleh dengan dayaimunitas tubuh yang kuat. Jamu, merupakan minuman tradsiosnal masyarakat indonesia yang dikenalturun menurun membantu menjaga kesehatan tubuh. Terlebih di masa sekarang, penyakit mudah sekali menular karena buruknya lingkungan.

Buku inidisusun untuk memberukan solusi kepada masyarakat cara menjga kesehatan secara mudah dan murah serta telah terbukti secara turun-temurun yaitu jamu.

Buku ini terdiri dari tiga bab, pembaca dapat memperoleh informasi tentang manfaat jamu serta cara meraciknya sendiri di rumah. gambar dan racikan yang detail mudah dipahami pembaca.

Diharapkan buku ini mejadi solusi mudah dan murah untuk masyarakat dalam menjaga kesehatan tubuhnya.

Penulis