

PELATIHAN PENANAMAN DAN PEMBUATAN MINUMAN JAHE MERAH DI DUSUN ABIAN TUBUH LOMBOK TENGAH

Handa Muliasari*, Rizqa F. Deccati, Agus D. Ananto

Program Studi Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Mataram

Jalan Pendidikan Nomor 37 Kota Mataram

*korespondensi : handamuliasari@unram.ac.id

Artikel history	Received	: 8 Januari 2022
	Revised	: 20 Februari 2022
	Published	: 09 April 2022

ABSTRAK

Kondisi pandemi COVID-19 telah mempengaruhi berbagai sektor kehidupan. Dalam menjalankan kehidupan di masa “New Normal” sangat diperlukan upaya pencegahan penularan yaitu disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan dan memperkuat imunitas tubuh dengan mengonsumsi bahan-bahan herbal yang terbukti meningkatkan sistem imun tubuh untuk melawan serangan virus. Pengetahuan mengenai penggunaan bahan herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh masih rendah di kalangan masyarakat, sehingga diperlukan edukasi terkait penggunaan bahan herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh. Selain itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan perekonomian masyarakat di masa pandemi. Kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan serbuk minuman jahe merah dalam rangka memperkuat imunitas tubuh dan juga perekonomian masyarakat di saat pandemi telah berhasil dilakukan di Dusun Abian Tubuh Desa Bunut Baik Kecamatan Praya Kabupaten Lombok Tengah dengan jumlah peserta 21 orang. Kegiatan pengabdian meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait cara menanam dan pembuatan serbuk minuman jahe merah. Pengabdian ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif solusi untuk meningkatkan imunitas tubuh dan perekonomian masyarakat terutama di masa pandemi.

Kata kunci: Edukasi, COVID-19, imunitas, bahan herbal, jahe merah

PENDAHULUAN

Berkembangnya wabah Corona Virus Diseases-19 (COVID-19) telah menjadi perhatian seluruh negara di dunia, termasuk di Indonesia. Sejak muncul pada awal bulan Maret 2020, kasus COVID-19 terus bertambah dan saat ini (data per 25 Februari 2021) telah mencapai 1,31 juta kasus, dengan kasus covid-19 aktif sejumlah 157.705 kasus (<https://covid19.go.id/>). Di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) juga terjadi lonjakan kasus dengan total sejumlah 9.269 kasus dan kasus aktif sebesar 1052 kasus. Kota Mataram memberikan jumlah kasus terbesar di NTB dengan total 1.869 kasus (<https://corona.ntbprov.go.id/>).

Penyebaran virus corona yang sangat cepat dan mudah menginfeksi menimbulkan kekhawatiran pada masyarakat. Gejala-gejala COVID-19 yang paling umum adalah demam, batuk kering, dan rasa lelah. Gejala lainnya yang lebih jarang dan mungkin dialami beberapa pasien meliputi rasa nyeri dan sakit, hidung tersumbat, sakit kepala, konjungtivitis, sakit tenggorokan, diare, kehilangan indera rasa atau penciuman, ruam pada kulit, atau

perubahan warna jari tangan atau kaki. Kasus kematian banyak terjadi pada pasien dengan penyakit penyerta (comorbid) (Lubis dkk., 2020; WHO, 2020).

Kondisi pandemi COVID-19 telah mempengaruhi berbagai sektor kehidupan, tidak hanya penurunan tingkat kesehatan masyarakat, namun juga kondisi sosial dan ekonomi masyarakat yang semakin terpuruk. Untuk menyeimbangkan perekonomian dan kesehatan masyarakat, pemerintah menerapkan aturan “New Normal” yaitu sebuah tatanan baru dalam menjalani kehidupan di masa pandemi dengan tetap menerapkan protokol kesehatan (Habibi, 2020; Fathoni, 2020).

Dalam menjalankan kehidupan di masa “New Normal” sangat diperlukan upaya pencegahan penularan yaitu disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan yaitu Menggunakan masker, rajin Mencuci tangan menggunakan sabun, Menjaga jarak, Menghindari kerumunan (5M). Selain itu, poin yang tidak kalah penting adalah memperkuat imunitas tubuh dengan mengonsumsi bahan-bahan herbal yang terbukti meningkatkan sistem imun tubuh untuk melawan serangan virus.

Tumbuhan obat dan obat tradisional sejak zaman dahulu memainkan peranan penting dalam menjaga kesehatan, mempertahankan stamina dan mengobati penyakit. Oleh karena itu, tumbuhan obat dan obat tradisional telah berakar kuat dalam kehidupan sebagian masyarakat hingga saat ini (Hikmat, 2011). Saat ini sekitar 75-80% obat herbal menjadi andalan pengobatan bagi populasi di negara berkembang (Kumar dan Shukla, 2002). Hal ini didasarkann karena kepercayaan masyarakat bahwa obat memiliki keunggulan dibandingkan dengan obat sintetik, seperti obat herbal tidak mengandung efek samping, harganya relatif murah dan tersedia secara lokal (Builders, 2020).

Banyak tanaman obat yang sangat mudah didapat di sekitar kita atau lebih sering disebut tanaman obat keluarga (Toga) yang dapat dibuat menjadi suatu sediaan yang dapat meningkatkan imun tubuh di masa pandemic Covid-19 seperti sekarang ini. Contoh Toga yang dapat digunakan seperti kunyit, jahe, lengkuas dan tanaman obat lainnya yang dapat dibuat sebagai minuman yang sangat bermanfaat dalam menjaga imunitas tubuh (Meilina, dkk., 2020).

Dengan demikian, pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilakukan edukasi penggunaan bahan herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh. Edukasi yang diberikan berupa pelatihan budidaya jahe merah dan pembuatan minuman serbuk instan jahe merah. Kegiatan pengabdian ini mengharapkan masyarakat dapat melakukan budidaya jahe merah dan mengolah jahe merah menjadi minuman serbuk jahe agar dapat memperkuat imunitas dan juga perekonomian masyarakat baik ketika pandemi maupun pasca pandemi menggunakan bahan herbal di sekitar kita.

METODE KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melibatkan dosen Farmakokimia beserta beberapa alumni dan mahasiswa di Program Studi Farmasi Universitas Mataram. Kegiatan pengabdian terbagi menjadi beberapa tahap kegiatan yaitu:

1. Persiapan

Kegiatan persiapan diawali dengan pencarian lokasi pengabdian yang tepat di Kabupaten Lombok Tengah. Kemudian dilakukan diskusi dengan warga dan perwakilan pemuda di wilayah Dusun Abian Tubuh Desa Bunut Baik Kecamatan Praya Kabupaten Lombok Tengah. Persiapan kegiatan lainnya yaitu mempersiapkan peralatan dan bahan-bahan untuk digunakan dalam kegiatan pengabdian.

2. Sosialisasi dan pelatihan penanaman jahe merah

Kegiatan sosialisasi cara penanaman jahe merah diberikan oleh tim pengabdian dilanjutkan dengan pelatihan penanaman jahe merah bersama dengan warga peserta pengabdian.

3. Sosialisasi dan pelatihan pembuatan serbuk minuman jahe merah

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan serbuk minuman jahe merah diberikan oleh tim pengabdian terutama oleh mahasiswa Program Studi Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Mataram.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan serbuk minuman jahe merah dalam rangka memperkuat imunitas tubuh dan juga perekonomian masyarakat di saat pandemi telah berhasil dilakukan di Dusun Abian Tubuh Desa Bunut Baok Kecamatan Praya Kabupaten Lombok Tengah. Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian ini adalah perwakilan pemuda dan warga masyarakat dengan jumlah peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian adalah 21 orang. Antusiasme peserta untuk mengikuti kegiatan sangat terlihat sejak mulai dilakukan persiapan di lokasi kegiatan. Pelaksanaan kegiatan menggunakan rumah salah satu warga dengan pekarangan yang cukup luas. Partisipasi warga dimulai sejak dilakukannya persiapan dimana warga ikut terlibat membantu persiapan kegiatan. Antusiasme ini tidak lain karena kegiatan ini dirasa penting oleh warga sekitar.

Kegiatan dilaksanakan pada jam 09.00 – 12.00 WITA pada tanggal 2 Oktober 2021. Kegiatan pengabdian dimulai dengan registrasi peserta dan pemberian *snack*, kemudian acara dibuka dengan sambutan oleh ketua persatuan pemuda di daerah tersebut. Dalam sambutannya, beliau menyampaikan ucapan terima kasih kepada tim pengabdian kepada masyarakat dari Program Studi Farmasi FK UNRAM. Selanjutnya sambutan dari ketua pengabdian, dilanjutkan dengan acara inti yaitu penyampaian materi penyuluhan tentang cara penanaman jahe merah. Penyampaian materi diawali dengan permainan/*games* untuk memberi semangat dan dipadukan dengan tanya jawab seputar materi yang akan disampaikan sebagai bentuk pretest yang diberikan untuk mengukur pengetahuan awal peserta. Selain itu, untuk menambah rasa keingintahuan peserta terkait dengan materi yang akan disampaikan. Pada akhir penyampaian materi dilakukan tanya jawab dan pemberian doorprize kepada peserta yang dapat menjawab pertanyaan. Kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan penanaman jahe merah.

A. Penanaman Jahe Merah

1. Penyampaian Materi tentang cara penanaman jahe merah

a. Jenis-jenis jahe

- Jahe biasa
- Jahe gajah
- Jahe merah

b. Manfaat Jahe Merah

- Memperkuat sistem imun

c. Keunggulan jahe merah

- Bernilai ekonomis

d. Memperlihatkan bibit jahe merah

- Bibit jahe merah yang baik adalah pada bagian jahe tidak terdapat luka.
- Umur bibit jahe merah tidak terlalu tua

e. Jenis-jenis penyemaian

Penyemaian lebih efisien menggunakan polybag. Penyemaian dapat dilakukan secara:

- Secara langsung

- Secara bertahap, dengan menambahkan tanah 15cm. Lalu, sebulan kemudian ditambah tanah lagi.
- f. Cara penanaman
- g. Perawatan
 - Menggunakan anti jamur. Ciri jahe merah yang terkena jamur adalah terlihat layu dan berdaun kuning.
 - Memberikan nutrisi
 - Pupuk cair
 - Pupuk serbuk yang dilarutkan. Perbandingan antara pupuk dan air adalah 1:1 (pupuk satu sendok dan air satu liter).
 - Bisa menggunakan air beras. Namun perlu ditambahkan bakteri pada air beras. Air beras yang digunakan tidak boleh terlalu lama karena dapat menyebabkan busuk pada jahe merahnya.
- h. Panen
 - Masa panen dilakukan pada 9-12 bulan.



Gambar 1. Kegiatan penyampaian materi cara penanaman jahe merah

2. Praktek Penanaman

Kegiatan pelatihan penanaman dilaksanakan oleh warga peserta pengabdian menggunakan media tanah gembur yang dicampur dengan sekam atau serbuk gergaji dan ditempatkan dalam polybag.



Gambar 2. Kegiatan pelatihan penanaman jahe merah

B. Pembuatan Serbuk Jahe Merah

Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan pembuatan serbuk minuman jahe merah dengan rincian sebagai berikut:

Alat dan Bahan

- Jahe merah 1/8 kg
- Gula pasir 1/5 kg
- Air 300 mL
- Kemasan botol
- Wajan
- Kompor
- Sutil
- Blender
- Ayakan
- Pisau
- Wadah
- sendok

1. Cara Pembuatan

- Pilih jahe merah yang agak besar
- Jahe merah dikupas dan dicuci sampai bersih
- Jahe merah diblender bersama air.
- Diambil sari jahe
- Sari jahe dimasukkan ke wajan
- Ditambahkan gula pasir
- Dipanaskan
- Diaduk sampai terbentuk kristal.
- Setelah terbentuk Kristal, diaduk lagi hingga terbentuk granul kering supaya kandungan airnya benar-benar habis.
- Lalu, granul kering tersebut dipindahkan ke wadah untuk dianginkan-anginkan.
- Ditunggu hingga dingin.
- Selanjutnya di blender granul jahe merah hingga terbentuk serbuk.
- Serbuk kemudian diayak untuk mendapatkan serbuk yang halus.
- Serbuk halus dimasukkan dalam kemasan yang sudah diberi label kemasan.



Gambar 3. Kegiatan pelatihan pembuatan serbuk minuman jahe merah

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat melakukan edukasi penggunaan bahan herbal untuk meningkatkan munitas tubuh. Edukasi yang diberikan berupa pelatihan budidaya dan pengolahan jahe merah menjadi minuman serbuk jahe agar dapat memperkuat imunitas dan juga perekonomian masyarakat. Kegiatan pengabdian meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait cara menanam dan pembuatan serbuk minuman jahe merah. Pengabdian ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif solusi untuk meningkatkan imunitas tubuh dan perekonomian masyarakat terutama di masa pandemi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Mataram yang telah memberi dukungan **financial** terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Builders, P. F. 2020. Introductory Chapter: Introduction To Herbal Medicine. *Intech Open*.
- Fathoni, M.N. 2020. Edukasi tentang COVID-19 serta Pemanfaatan Tanaman Herbal pada Pedagang Jamu Keliling di Desa Tanjungsari. *Jurnal Layanan Masyarakat*, vol 4(2), hal.479-485. Doi: 10.20473/jlm.v4i2.2020.479-485
- Habibi, A. 2020. Normal Baru Pasca Covid-19. 'Adalah Buletin Hukum dan Keadilan. Vol 4(1). Hal.197-204. ISSN: 2338-4638.
- Hikmat, A., Zuhud, M.A.E., Siswoyo, Sandra, E., Sari, K.R. 2011. Revitalitas Konservasi Tumbuhan Obat Keluarga (TOGA) Guna Meningkatkan Kesehatan Dan Ekonomi Keluarga Mandiri Di Desa Contoh Lingkar Kampus IPB Darmaga Bogor. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*. Vol (16):71-80.
- <https://covid19.go.id/>. Diakses pada tanggal 26 Februari 2021. <https://corona.ntbprov.go.id/>. Diakses pada tanggal 26 Februari 2021.
- Kumar, S. P. and Shukla, Y. 2003. Herbal Medicine: Current Status and the Future. Vol 4. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*.
- Lubis, N., M.H. Saputra, R.I. Al-Baasith, S. Setiadi, S. Oktaviani. 2020. Gerakan Desa Sadar Bahaya Covid-19: Pengabdian pada Masyarakat Desa Cilawu Kabupaten Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, Vol 3(2). Hal.480-494.
- Meilina, R., R. Dewi., P. Nadira. 2020. Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Meningkatkan Imun Tubuh di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)* vol 2(2). Hal.89- 94.
- WHO (World Health Organization). 2020. Novel Corona Virus: Q and A for public. Di akses melalui: <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa-for-public>.