

EDUKASI DAN PELATIHAN PEMBUATAN NUTRASETIKAL WEDANG RONDE PADA MASYARAKAT DESA GEGERUNG LOMBOK BARAT

Rizqa Fersiyana Deccati*, Handa Muliasari, Lina Permatasari, Yoga Dwi Saputra

Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram

*korespondensi: rizqa.fd@unram.ac.id

Artikel history :	<i>Received</i>	: 02 Oktober 2023	DOI : https://doi.org/10.29303/pepadu.v4i4.3803
	<i>Revised</i>	: 15 Oktober 2023	
	<i>Published</i>	: 30 Oktober 2023	

ABSTRAK

Nutrasetikal merupakan pangan atau bagian dari pangan yang memberikan manfaat medis atau kesehatan, meliputi pencegahan dan terapi suatu penyakit. Jahe (*Zingiber officinale* Roscoe) merupakan salah satu tumbuhan perenial yang banyak dijumpai di Indonesia dan dapat diolah menjadi nutrasetikal yang bermanfaat bagi kesehatan seperti wedang ronde. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ibu-ibu PKK Desa Gegerung, Kecamatan Lingsar, Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat diberikan edukasi dan pelatihan pembuatan nutrasetikal wedang ronde. Tahapan pada kegiatan ini meliputi persiapan kegiatan, pelaksanaan sosialisasi, pelatihan pembuatan nutrasetikal dengan metode partisipatif dan evaluasi kegiatan melalui pemberian umpan balik oleh peserta. Melalui kegiatan ini, pengetahuan terhadap nutrasetikal meningkat dan peserta mendapatkan kemampuan di dalam pembuatan wedang ronde. Berdasarkan hasil kuesioner juga diketahui bahwa 94% peserta merasa kegiatan ini dirasa sangat baik dan sangat bermanfaat. Peserta juga merasa dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat setelah pelatihan ini. Nutraceuticals are foods or parts of food that provide medical or health benefits, including prevention and therapy of disease. Ginger (*Zingiber officinale* Roscoe) is a perennial plant that is often found in Indonesia and can be processed into nutraceuticals that are beneficial for health such as wedang ronde. Through this community service activity, PKK women in Gegerung Village, Lingsar District, West Lombok, West Nusa Tenggara were given education and training in making the nutraceutical wedang ronde. The stages in this activity include activity preparation, implementation of socialization, training in making nutraceuticals using participatory methods and evaluation of activities through providing feedback by participants. Through this activity, participant's knowledge of nutraceuticals increased and participants gained skills in making wedang ronde. Based on the results of the questionnaire, it was also known that 94% of participants felt that this activity was very good and very useful. Participants also felt they could apply the knowledge gained after this training.

Kata kunci: edukasi; nutrasetikal; wedang ronde; jahe

PENDAHULUAN

Nutrasetikal merupakan pangan atau bagian dari pangan yang memberikan manfaat medis atau kesehatan, meliputi pencegahan dan terapi suatu penyakit. Istilah nutrasetikal atau *nutraceutical* berasal dari kata *nutrition* yang berarti gizi dan *pharmaceutical* yang berarti obat-obatan (Lockwood, 2007). Nutrasetikal dapat berupa suplemen makanan, produk herbal, probiotik, prebiotik, maupun makanan yang digunakan dalam pencegahan dan terapi penyakit. Oleh karena itu, nutrasetikal sering disebut juga pangan fungsional. Nutrasetikal dapat diklasifikasikan berdasarkan sumber, mekanisme kerja, maupun kandungan kimia yang dimilikinya. Berdasarkan sumbernya, nutrasetikal yang diperoleh dari tumbuhan, hewan, mineral atau mikroba diklasifikasikan ke dalam nutrasetikal tradisional, sedangkan yang diperoleh melalui bioteknologi dikelompokkan ke dalam nutrasetikal non-tradisional (Nwosu & Ubaaji, 2020).

Nutrasetikal belakangan ini mendapat perhatian yang cukup besar karena potensi nutrisi, keamanan, dan efek terapeutik yang dimiliki sehingga memiliki manfaat dalam peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit kronis, pencegahan penuaan maupun pemeliharaan fungsi dan kesehatan tubuh. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa nutrasetikal dapat mencegah dan mengatasi berbagai penyakit seperti diabetes, aterosklerosis, osteoporosis, penyakit kardiovaskular, dan kanker (Nwosu & Ubaaji, 2020).

Jahe (*Zingiber officinae Roscoe*) merupakan salah satu tumbuhan yang termasuk nutrasetikal. Jahe digunakan sebagai bumbu pada masakan dan minuman serta digunakan sebagai pengobatan tradisional di India, Cina, Jepang, dan Indonesia untuk berbagai penyakit seperti rheumatoid artitis, nyeri otot, sakit tenggorokan, mual, konstipasi, demam, infeksi, dan konstipasi (Nair, 2020; Srinivasan, 2017). Manfaat nutrisi dan nutrasetikal yang dimiliki jahe berkaitan dengan senyawa bioaktif yang dikandungnya. Jahe mengandung komponen volatil berupa minyak esensial (geraniol, borneol, terpineol, zingiberenol, sineol, limonen, *camphene*, *curcumene*, zingiberol, geranil asetat, linalool, α -Farnesene, α -sesquifelandren, α -zingiberen, β -bisabolen, β -elemen, and β -felandren), komponen non-volatil seperti oleoresin (gingerol, shogaol, zingeron dan paradol), komponen organik dan anorganik (Nair, 2020; Shaukat et al., 2023).

Jahe termasuk ke dalam famili Zingiberaceae dan merupakan tanaman perenial yang tumbuh di daerah tropis dan sub-tropis. Indonesia sendiri termasuk dalam 10 besar negara penghasil jahe (Food and Agricultural Organization dalam NationMaster, 2019). Di tahun 2022, produksi jahe di Indonesia mencapai 247.455.487 kg dimana produksi di Nusa Tenggara Barat (NTB) mencapai 2.138.322 kg (Dinas Pertanian dan Perkebunan Nusa Tenggara Barat, 2022). Jahe umumnya ditanam di kebun ataupun pekarangan sehingga termasuk juga ke dalam tanaman obat keluarga (TOGA).

Desa Gegerung merupakan salah satu dari 15 desa yang terletak di Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat NTB. Desa gegerung sendiri memiliki Masyarakat di desa ini utamanya memiliki mata pencaharian di bidang pertanian dan perkebunan. Dari total 294 Ha tanah di Desa Gegerung, 11 Ha merupakan tanah pertanian, 98 Ha tanah kering, 57 Ha tanah pekarangan, dan 28 Ha lainnya (Badan Pusat Statistik, 2019). Mengingat luas tanah pekarangan yang cukup luas ini merupakan potensi sebagai lahan penanaman TOGA. Hal ini menunjukkan bahwa pengembangan TOGA dan nutrasetikal memiliki potensi yang cukup besar. Berdasarkan kuesioner yang disebar terhadap ibu-ibu PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga), diketahui bahwa sebanyak 56% menanam TOGA di pekarangan rumah. Oleh karena itu, maka dirasa perlu untuk melaksanakan kegiatan pengabdian yang bertema edukasi dan pelatihan pembuatan nutrasetikal wedang ronde pada masyarakat Desa Gegerung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat, Provinsi Nusa Tenggara Barat. Kegiatan

pengabdian ini bertujuan sebagai salah satu upaya untuk dapat meningkatkan dan menjaga kesehatan masyarakat setempat.

METODE KEGIATAN

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

1. Persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan pembentukan panitia kecil yang terdiri dari empat (4) orang dosen dan enam (6) orang mahasiswa. Setelah panitia terbentuk, selanjutnya dilakukan penentuan waktu pelaksanaan, narasumber, media, perlengkapan yang dibutuhkan, penentuan susunan acara, dan pencarian lokasi pengabdian. Adapun lokasi pengabdian yaitu Desa Gegerung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat, Provinsi Nusa Tenggara Barat. Pada tahap ini juga dilakukan koordinasi antara panitia, narasumber, serta pihak terkait lain mengenai pelaksanaan kegiatan. Kemudian dibuat beberapa media edukasi yaitu slide presentasi power point mengenai nutrasetikal.

2. Edukasi

Edukasi nutrasetikal dilakukan dengan penyuluhan dengan metode ceramah. Setelah pemberian materi nutrasetikal, lalu dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan nutrasetikal dengan melibatkan partisipasi aktif dari peserta. Pada tahapan ini dilakukan demo pembuatan sediaan nutrasetikal, yaitu wedang ronde. Bahan dan alat pembuatan wedang disiapkan oleh panitia pengabdian

3. Evaluasi kegiatan

Kegiatan dievaluasi dengan memberikan kuesioner umpan balik peserta pengabdian mengenai

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat oleh Bagian Kimia Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Mataram dengan tema “Edukasi dan Pelatihan Pembuatan Nutrasetikal sebagai Upaya Promosi Kesehatan” diselenggarakan dilaksanakan pada hari Jum’at, tanggal 30 September 2022 pukul 8.30 hingga 11.30 WITA bertempat di Balai Desa Gegerung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Tempat lokasi pengabdian dapat dilihat pada **Gambar 1**.



Gambar 1. Peta lokasi pengabdian

Sasaran dari kegiatan pengabdian ini adalah ibu-ibu PKK desa setempat. Alasan pemilihan ibu-ibu PKK sebagai sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah agar ibu-ibu dapat menyebarkan edukasi dan menyediakan nutrasetikal bagi keluarganya. Sebaran usia peserta pengabdian ini, yaitu usia 20-30 tahun sebanyak 42,11%, usia 31-40 tahun sebanyak 26,32%, usia 41-50 tahun sebanyak 26,32%, dan di atas 50 tahun sebanyak 5,26%. Berdasarkan data usia tersebut diketahui bahwa peserta kegiatan pengabdian semuanya berada pada usia produktif. Adapun berdasarkan tingkat pendidikan terbanyak merupakan lulusan SMA yaitu 42,11%, selanjutnya lulusan SD dan SMP yang jumlahnya sama yaitu 21,05%, dan diikuti lulusan D3/S1 sebanyak 15,79%. Rangkaian acara kegiatan ini dimulai dengan registrasi peserta, dilanjutkan dengan pemberian sambutan oleh perwakilan Desa seperti tampak pada **Gambar 2**, lalu pemberian sambutan oleh ketua panitia pengabdian.



Gambar 2. Sambutan oleh Perwakilan Desa

Acara kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi oleh narasumber Dr. apt. Lina Permatasari, S.Farm (**Gambar 3**). Materi yang diberikan meliputi pengertian nutrasetikal, contoh-contoh nutrasetikal dan kandungannya, manfaat dan contoh-contoh pengolahan nutrasetikal. Sesudah pemaparan materi, selanjutnya adalah sesi tanya jawab dan diskusi. Pada sesi ini peserta sangat antusias terlihat dari keaktifan pada peserta dalam bertanya.



Gambar 3. Pemberian Materi Penyuluhan

Rangkaian acara berikutnya yaitu pelatihan pembuatan nutrasetikal secara langsung dengan menggunakan metode partisipatif dimana peserta dilibatkan aktif dalam proses pembuatan (**Gambar 4**). Metode pendekatan partisipatif ini dipilih dengan pertimbangan bahwa keterlibatan aktif peserta pengabdian sebagai subjek merupakan faktor yang penting dalam keberhasilan program pemberdayaan dan berkelanjutan.



Gambar 3. Pelatihan Secara Langsung Pembuatan Wedang Ronde

Nutrasetikal yang dibuat dalam kegiatan pelatihan ini adalah wedang ronde. Wedang ronde merupakan minuman yang terdiri dari air jahe panas yang disajikan bersama dengan ronde serta diberi taburan kacang tanah goreng dan kolang-kaling. Ronde sendiri terbuat dari campuran tepung beras dan gula merah yang dibentuk menjadi bulatan dan di bagian dalamnya berisi kacang yang telah disangrai dan dihancurkan. Resep pembuatan wedang ronde ini terdiri dari bahan ronde (ketan putih, garam, air hangat), bahan isi (kacang tanah kupas yang telah disangrai, gula, garam), dan sirup jahe (air, gula, jahe, garam), dan bahan pelengkap (kolang-kaling). Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pembuatan wedang ronde adalah pemilihan bahan baku yaitu gula yang digunakan sebaiknya menggunakan gula aren, kacang yang digunakan dipastikan tidak berjamu dan busuk, dan tepung ketan yang digunakan bersih dan tidak terdapat benda asing di dalamnya. Selain itu, proses pembuatan juga perlu diperhatikan, yaitu tempat pembuatan, peralatan dan ruang pengolahan harus dalam kondisi bersih (Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2013).

Adanya jahe pada minuman wedang ronde menyebabkan minuman ini sering dimanfaatkan untuk menghangatkan badan. Jahe merupakan herba yang penting dalam kesehatan karena memiliki kekuatan sebagai antioksidan yang dinyatakan dalam nilai *oxygen radical absorbance capacity* (ORAC) sebesar 14.840 $\mu\text{mol TE}/100\text{ g}$. Selain memiliki aktivitas sebagai antioksidan jahe juga diketahui memiliki aktivitas sebagai antiinflamasi, karminatif, antimikroba, dan antioksidan (Hakim, 2015).

Kegiatan pengabdian ini diakhiri dengan pemberian *doorprize* dan penutup. Sebagai penutup, peserta diberikan kuesioner evaluasi dari pelaksanaan kegiatan ini. Adapun hasil umpan balik kegiatan pengabdian tampak pada **Tabel 1**.

Tabel 1. Hasil umpan balik evaluasi kegiatan pengabdian

No.	Pertanyaan	Persentase
1	Apakah sebelumnya Anda pernah tahu atau mendengar istilah Minuman Nutrasetikal?	
	Ya	22%
	Tidak	78%
2	Apakah setelah pelatihan ini Anda tahu tentang Minuman Nutrasetikal?	
	Ya	100%
	Tidak	0%
3	Apakah Anda pernah mengikuti kegiatan pelatihan semacam ini sebelumnya?	
	Sangat sering	0%
	Sering	22%
	Jarang	39%
4	Menurut pendapat Anda, bagaimana penyelenggaraan kegiatan pelatihan pembuatan nutrasetikal ini?	
	Sangat baik	94%
	Baik	0%
	Cukup baik	6%
5	Apakah kegiatan pelatihan pembuatan minuman nutrasetikal ini bermanfaat bagi Anda?	
	Sangat bermanfaat	94%
	Bermanfaat	6%
	Kurang bermanfaat	0%
6	Apakah Anda yakin dapat melanjutkan hasil kegiatan pelatihan ini di rumah?	
	Sangat yakin	28%
	Yakin	72%
	Ragu/ragu/kurang yakin	0%
7	Apakah Anda memiliki menanam Toga (tanaman obat keluarga) di pekarangan atau kebun?	
	Ya	56%
	Tidak	44%
8	Bagaimana tanggapan Anda tentang materi yang disampaikan oleh narasumber?	
	Sangat mudah dipahami	61%
	Mudah dipahami	33%
	Cukup mudah dipahami	6%
9	Menurut Anda, bagaimana pengetahuan dan keterampilan Anda setelah mengikuti kegiatan pelatihan ini?	
	Sangat meningkat	39%
	Meningkat	61%
	Kurang meningkat	0%
10	Apakah Anda ingin pelatihan lanjutan setelah ini?	
	Ya	100%
	Ragu-ragu	0%
11	Tidak	0%

Berdasarkan **Tabel 1** terlihat bahwa 78% peserta yang ikut sebelumnya tidak tahu mengenai nutrasetikal dan dengan kegiatan pengabdian ini seluruh peserta menjadi tahu mengenai nutrasetikal. Berdasarkan hasil kuesioner tersebut juga diketahui bahwa 94% peserta merasa kegiatan ini dirasa sangat baik dan sangat bermanfaat. Selain itu, melalui kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta terhadap nutrasetikal khususnya wedang ronde. Setelah mengikuti kegiatan pelatihan peserta pun menjadi yakin dapat mengaplikasikannya di rumah dan berkeinginan untuk mengikuti pelatihan lanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian ini dirasa sangat baik dan dapat meningkatkan pengetahuan akan nutrasetikal dan keterampilan ibu-ibu PKK Desa Gegerung, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat dalam pembuatan nutrasetikal minuman wedang ronde. Kedepannya diharapkan dapat dilaksanakan pelatihan lanjutan dari kegiatan ini terutama yang dapat meningkatkan nilai ekonomis dan inovasi produk.

UCAPAN TERIMA KASIH

Diucapkan terima kasih kepada Universitas Mataram dan Desa Gegerung atas terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pengawas Obat dan Makanan. (2013). Produk Pangan Budaya Indonesia & Tips Keamanan Pangan.pdf. https://perpusdikdasmen.kemdikbud.go.id/index.php?p=show_detail&id=2532&keywords=
- Badan Pusat Statistik. (2019). Kecamatan Lingsar dalam Angka.
- Dinas Pertanian dan Perkebunan Nusa Tenggara Barat. (2022). Rekapitulasi Luas Panen dan Produksi Tanaman Jahe di NTB: Luas Panen dan Produksi Jahe Tahun 2013-2022. <https://data.ntbprov.go.id/dataset/rekapitulasi-luas-panen-dan-produksi-tanaman-jahe-di-ntb>
- Hakim, L. (2015). Rempah & Herba Kebun-Pekarangan Rumah Masyarakat: Keberagaman, sumber fitofarmaka dan wisata kesehatan-kebugaran (Issue 164). Dandra: Pustaka Indonesia.
- Lockwood, B. (2007). Nutraceuticals. In Pharmaceutical Press (Vol. 1). <https://doi.org/10.30732/ijbbb.20210503003>
- Nair, K. P. (2020). Turmeric (*Curcuma longa* L.) and Ginger (*Zingiber officinale* Rosc.) -World's Invaluable Medicinal Spices: The Agronomy and Economy of Turmeric and Ginger. In Turmeric (*Curcuma longa* L.) and Ginger (*Zingiber officinale* Rosc.) -World's Invaluable Medicinal Spices: The Agronomy and Economy of Turmeric and Ginger. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-29189-1>
- NationMaster, F. and A. O. in. (2019). Indonesia - Ginger Production. <https://www.nationmaster.com/nmx/timeseries/indonesia-ginger-production>
- Nwosu, O. K., & Ubaoji, K. I. (2020). Nutraceuticals: History, Classification and Market Demand. Functional Foods and Nutraceuticals, August, 13–22. https://doi.org/10.1007/978-3-030-42319-3_2
- Shaukat, M. N., Nazir, A., & Fallico, B. (2023). Ginger Bioactives: A Comprehensive Review of Health Benefits and Potential Food Applications. Antioxidants, 12(11), 1–26. <https://doi.org/10.3390/antiox12112015>
- Srinivasan, K. (2017). Ginger rhizomes (*Zingiber officinale*): A spice with multiple health beneficial potentials. PharmaNutrition, 5(1), 18–28. <https://doi.org/10.1016/j.phanu.2017.01.001>