

Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Fungsional pada Ibu-Ibu PKK Desa Tiohu Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo

Netty Ino Ischak^{1*}, Akram La Kilo¹, Weny J.A Musa¹, Siti Romla Maspeke¹, Ambarwati¹

¹Jurusan Kimia, FMIPA Universitas Negeri Gorontalo

ABSTRACT

Tiohu is a village located in the Asparaga sub-district, Gorontalo Regency, in this village there are various types of herbal plants that are efficacious as traditional medicines. Temulawak, ginger, and turmeric are spices that are beneficial for health and can be made into instant powder ingredients that are brewed into functional drinks such as immune boosters and appetite enhancers. natural ones. This service program aims to hone the community's creativity in utilizing herbal plants to sell value products to help the family's economic source through the creative economy. This service is part of the KKNT-MBKM program, Department of Chemistry, State University of Gorontalo. The method used in this activity is to conduct training and practice herbal processing plants into instant drinks in the form of functional drink powders..

Keywords: Herbal drink, Instant Ginger Powder, Ginger, Turmeric, Tiohu Village.

Received:
15.05.2022

Accepted:
18.06.2022

Available online:
29.06.2022

Suggested citation:

Ischak, N. I., La Kilo, A., Musa, J.A., Maspeke, S.R. & Ambarwati. (2022). Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Fungsional pada Ibu-Ibu PKK Desa Tiohu Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo. *Damhil: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(1), 30-36. DOI: 10.34312/ damhil.vxix.xxxxx

Open Access | URL: <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/damhil/index>

* Corresponding Author: Jurusan Kimia, FMIPA Universitas Negeri Gorontalo; Jl. Prof. Dr. Ing. B. J. Habibie, Moutong, Tilongkabila, Bone Bolango 96119, Gorontalo; e-mail: netty.ischak@ung.ac.id

PENDAHULUAN

Desa Tiohu merupakan desa yang terletak di Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo. Masyarakat di desa ini memiliki lahan dapur hidup, dimana terdapat beberapa tanaman jenis rimpang/empon-empon diantaranya jahe, temulawak, kunyit (kuning & putih), sereh, dan lainnya. Namun, beberapa jenis tanaman ini hanya dianggap sebagai jenis rempah biasa yang digunakan sebagai bahan penyedap.

Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza Roxb*) merupakan tanaman yang tumbuh berumpun, yang manfaatnya sudah lama dikenal oleh sebagian masyarakat Indonesia, baik sebagai obat tradisional, sebagai pewarna atau sebagai bahan pangan. Rimpang temulawak memiliki banyak manfaat, antara lain sebagai antioksidan, antikanker, antihepatotoksik, antiinflamasi, antiviral, antitumor, hipokolesterolemik dan meningkatkan produksi getah empedu dan mampu menekan pembekakan jaringan (Hartati dkk, 2017).

Kunyit Putih merupakan jenis kunyit yang bentuknya sama dengan kunyit biasa. Perbedaan kunyit putih dengan kunyit biasa yaitu terletak pada warna rimpang dan aromanya. Pada kunyit biasa rimpangnya berwarna oranye dan beraroma sengir, sedangkan pada kunyit putih rimpangnya berwarna hijau kekuningan dan baunya harum seperti manga mangkal. Kunyit putih memiliki sifat antioksidan yang dapat menahan zat radikal bebas penyebab tumbuhnya sel kanker, antiinflamasi (peradangan) serta dapat meningkatkan sel darah merah (Listiana dkk, 2015).

Kayu manis (*Cinnamomum burmannii*) adalah bahan alami yang biasa digunakan sebagai bumbu dalam masakan. Kayu manis memiliki banyak khasiat obat. Salah satunya pada kulit kayu manis. Kulit kayu manis mengandung beberapa senyawa kimia yang bersifat antibakteri seperti eugenol dan cinnamaldehid (Ropi et al., 2016). Tanaman sereh merupakan tanaman liar yang dapat hidup lama dan berumpun banyak. Tanaman ini memiliki tinggi berkisar 40–70 cm, daunnya berwarna hijau muda, batang tumbuhan tidak berkayu. Sereh (*Cymbopogon winterianus*) merupakan tanaman rempah yang biasa digunakan sebagai bumbu rempah dan obat-obatan (Aryanta, 2019).

Jahe memiliki kandungan senyawa aktif yang memiliki peran penting dalam mengatasi kolesterol, menjaga fungsi pencernaan tubuh, dan beberapa penyakit peradangan sendi. Efek farmakologis yang baik dari jahe dan kunyit sangat baik apabila dipadukan dengan temulawak yang dikenal bahan dasar jamu yang berkhasiat dalam berbagai penyakit, khususnya yang berkaitan dengan liver (Saraswati, dkk., 2020).

Dengan mengoptimalkan potensi desa dan bahan baku hasil pekarangan yang ada, maka diperlukan beberapa kegiatan program penerapan IPTEKS seperti olahan ramuan tanaman herbal menambah imun tubuh dan pencegahan penyakit untuk Kesehatan. Tujuan Kegiatan pengabdian ini adalah memberikan pengetahuan/wawasan ilmiah, inovasi dan keterampilan kepada masyarakat khususnya remaja putri serta ibu rumah tangga masyarakat Desa Tiohu Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo berbasis peningkatan pendapatan ekonomi melalui Usaha Industri Rumah Tangga serta peningkatan derajat Kesehatan melalui pelatihan dan praktek pemanfaatan tanaman herbal menambah imun tubuh dan pencegahan penyakit di era pandemic COVID-19. Outputnya adalah terjadi pengembangan potensi desa oleh sumber daya masyarakat Desa Tiohu. Mahasiswa peserta Program Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) diharapkan dapat memberikan solusi terhadap berbagai permasalahan desa dan masyarakatnya. Pengembangan inovasi kreatif berkarya menuju desa mandiri setelah mendapatkan pelatihan dan penerapan IPTEKS berbasis peningkatan ekonomi dan derajat Kesehatan. Serta merupakan salah

satu alternatif menciptakan lapangan kerja berbasis Industri Rumah Tangga UKM dan menciptakan keluarga Swamedika.

METODE

Program KKNT Merdeka Belajar-Kampus Merdeka (MBKM) dilakukan di Desa Tiohu, Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo. Program ini merupakan salah satu program Universitas Negeri Gorontalo dalam implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi. Metode yang digunakan dalam program ini yakni melakukan edukasi kepada masyarakat menyikapi situasi pandemic Covid-19 melalui pelatihan dan praktek pengolahan tanaman herbal menjadi minuman instan dalam bentuk serbuk dengan sasaran ibu rumah tangga.

Alat Dan Bahan

Alat yang digunakan yaitu, wadah penyimpanan (baskom), blender, pisau, timbangan, kain kasa, wajan, spatula, kompor gas sedangkan bahan yang digunakan yaitu jahe, kunyit, kunyit putih, temulawak, sereh, kayu manis, gula pasir, gula merah, *palm sugar*.

Prosedur Kerja

Pembuatan minuman herbal terdiri dari empat varian yaitu: a) campuran jahe, kunyit, dan temulawak, b) kunyit putih, c) campuran jahe, kunyit putih, dan temulawak, d) jahe.

1. Campuran Jahe, Kunyit, dan Temulawak

- a. Menimbang masing masing bahan sebanyak, jahe 3,5 kg, kunyit 3 kg, temulawak 0,5 kg yang telah dibersihkan dan selanjutnya diubah ukurannya menjadi bagian-bagian kecil sehingga mempermudah pada proses penghalusan
- b. Menghaluskan masing-masing bahan dengan cara memasukan dalam blender dan ditambahkan air sebanyak bahan, kemudian dihaluskan
- c. Setelah halus masing-masing bahan diperah dengan menggunakan kain kasa, filtrat yang dihasilkan ditampung dalam wadah dan didiamkan hingga terbentuk endapan
- d. Selanjutnya endapan dipisahkan dari filtrat, masing-masing filtrat yang diperoleh dimasukkan dalam wajan dan ditambahkan sereh dan kayu manis, kemudian dimasak hingga mendidih, didiamkan hingga dingin
- e. Selanjutnya dilakukan penyaringan untuk memisahkan kayu manis dan sereh dari campuran, campuran selanjutnya dimasak kembali dan ditambahkan gula pasir, diaduk hingga campuran berubah bentuk menjadi kristal/serbuk, setelah berbentuk kristal maka proses pemasakkan dihentikan dan didinginkan
- f. Setelah campuran dingin, dilakukan pengayakkan untuk memperoleh serbuk yang lebih halus lagi.

2. Kunyit Putih

- a. Menimbang kunyit putih yang telah dibersihkan sebanyak 1 kg, selanjutnya diubah ukurannya menjadi bagian-bagian kecil sehingga mempermudah pada proses penghalusan
- b. Menghaluskan kunyit putih dengan cara memasukan dalam blender dan ditambahkan air sebanyak bahan, kemudian dihaluskan

- c. Setelah halus bahan diperah dengan menggunakan kain kasa, filtrat yang dihasilkan ditampung dalam wadah dan didiamkan hingga terbentuk endapan
- d. Endapan dipisahkan dari filtrat, filtrat yang diperoleh dimasukkan dalam wajan dan ditambahkan gula pasir 750 g, diaduk hingga berubah bentuk menjadi kristal/serbuk, setelah berbentuk kristal maka proses pemasakkan dihentikan dan didinginkan. Setelah dingin dilakukan pengayakkan untuk memperoleh serbuk yang lebih halus lagi.

3. Campuran Jahe, Kunyit Putih, Dan Temulawak

- a. Menimbang campuran yang telah dibersihkan sebanyak 1,5 kg, selanjutnya memotong menjadi bagian-bagian kecil sehingga mempermudah pada proses penghalusan
- b. Menghaluskan masing-masing bahan dengan cara memasukan dalam blender dan ditambahkan air sebanyak bahan kemudian dihaluskan
- c. Setelah halus masing-masing bahan diperah dengan menggunakan kain kasa, filtrat yang dihasilkan ditampung dalam wadah dan didiamkan hingga terbentuk endapan
- d. Selanjutnya endapan dipisahkan dari filtrat, masing-masing filtrat yang diperoleh dimasukkan dalam wajan dan ditambahkan gula pasir, gula merah dan palm sugar, diaduk hingga campuran berubah bentuk menjadi kristal/serbuk, setelah berbentuk kristal maka proses pemasakkan dihentikan dan didinginkan
- e. Setelah campuran dingin, dilakukan pengayakkan untuk memperoleh serbuk yang lebih halus lagi.

4. Jahe instan

- a. Menimbang jahe yang telah dibersihkan sebanyak 1kg, kemudian diubah ukurannya menjadi bagian-bagian kecil sehingga mempermudah pada proses penghalusan
- b. Menghaluskan jahe dengan cara memasukan dalam blender dan ditambahkan air sebanyak bahan, kemudian dihaluskan
- c. Setelah halus bahan diperah dengan menggunakan kain kasa, filtrat yang dihasilkan ditampung dalam wadah dan didiamkan hingga terbentuk endapan
- d. Endapan dipisahkan dari filtrat, filtrat yang diperoleh dimasukkan dalam wajan dan ditambahkan gula merah dan palm sugar sebanyak 1 kg, diaduk hingga berubah bentuk menjadi kristal/serbuk, setelah berbentuk kristal maka proses pemasakkan dihentikan dan didinginkan. Setelah dingin, dilakukan pengayakkan untuk memperoleh serbuk yang lebih halus lagi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kegiatan pengabdian ini telah selesai dilaksanakan dengan menghasilkan beberapa hal yakni: 1) antusias warga khususnya ibu rumah tangga berperan aktif ikut serta dalam pelatihan dan praktek pembuatan minuman herbal ini; 2) peningkatan pengetahuan dan ketrampilan warga dalam mengolah rempah/tanaman tradisional ini (jahe, kunyit, temulawak, sereh dll) terlihat jelas dengan kepuasan dan kemampuan warga dalam mengembangkan ide dan ramuan minuman lain berbasis tanaman herbal; dan 3) peluang usaha berbasis ekonomi kreatif sangat terbuka bagi warga mengingat sumber daya alam yang tersedia sangat banyak, murah dan mudah diperoleh.

Menurut Tampubolon & Manalu (2021) minuman herbal adalah media yang baik dan tepat dalam menjaga imun tubuh tetap terjaga dan dapat meningkatkan antioksidan dalam tubuh manusia agar dapat tahan dari segala jenis penyakit, dimana setiap minuman herbal memiliki

kandungan yang sangat penting dalam tubuh manusia diantaranya tanaman jahe, kunyit, temulawak, sereh dan kayu manis.

Temulawak, jahe dan kunyit sering di konsumsi sebagai minuman herbal untuk menjaga dan meningkatkan imun tubuh. Temulawak, jahe, kunyit, sereh dan kayu manis sering dijumpai di pasar bahkan terkadang dipekarangan rumah ada, istilah lain TOGA. Oleh karena mengolah tanaman obat menjadi minuman serbuk herbal dapat dengan mudah dikonsumsi oleh masyarakat agar dapat menjaga daya tahan tubuh semasa pandemi Covid-19.



Gambar 1. Proses pembuatan minuman serbuk herbal dengan ibu-ibu PKK



Gambar 1. Proses pemasakan dan hasil serbuk herbal

Menurut Mustakim (2021) manfaat temulawak adalah sebagai antialergi yang dapat mengatasi gejala alergi pada kulit, obat anti radang, antimikroba, serta dapat mengatasi masalah pencernaan dan mengobati kanker. Selanjutnya Aryanta (2019) menjelaskan beberapa manfaat penting jahe yaitu menjadi terapi untuk rematik dan impoten, mencegah dan mengobati berbagai penyakit seperti mual-mual, mabuk perjalanan, batuk, pegal-pegal, kepala pusing, sakit saat menstruasi, nyeri lambung, flu demam, serta mengatasi gangguan pencernaan.



Gambar 3. Serbuk herbal yang sudah dikemas

Menurut Feblidiyanti et al., (2021) kunyit berpotensi besar dalam aktifitas farmakologi yaitu sebagai anti inflamasi, anti imunodefisiensi, antivirus, anti bakteri, anti jamur, anti oksidan, anti karsinogenik, dan anti infeksi. Adapun manfaat dari kunyit yang sangat cocok apabila digunakan untuk meningkatkan imunitas antara lain sebagai antioksidan, anti inflamasi, antibakteri, dan antivirus. Mangestuti dkk, menjelaskan bahwa mengkonsumsi tanaman kunyit dalam bentuk jamu seara teratur berpotensi mencegah penularan berbagai mikroba, termasuk virus dan bakteri.

Menurut (Kartikasari et al., (2020) sereh dapat dimanfaatkan untuk melawan radikal bebas, mengontrol tekanan darah, dan mampu mengatasi gigi berlubang karena mengandung zat antimikroba yang dapat melawan bakteri berbahaya seperti *Streptococcus mutans*, yaitu bakteri penyebab rusaknya gigi. Repi et al., (2016) menjelaskan bahwa kayu manis dapat dimanfaatkan untuk menurunkan kolesterol, menurunkan kadar gula darah, serta anti jamur, anti-parasite, anti-virus, antiseptic dan sebagai anti bakteri. Selanjutnya Zamriyetti et al., (2021) menjelaskan bahwa manfaat kunyit putih dapat digunakan untuk mengobati maag, asam lambung dan kanker, mampu menangkal racun, mampu membantu menurunkan berat badan, melembabkan kulit kering, mampu menyembuhkan luka bakar, serta obat awet muda dan anti radang.

SIMPULAN

Pembuatan minuman herbal ini adalah sebagai salah satu produk dari program kerja KKNT MBKM dari mahasiswa Jurusan Kimia Universitas Negeri Gorontalo. Pelatihan ini memberikan gambaran bentuk kerja sama dengan ibu-ibu PKK Desa Tiohu untuk mengembangkan ide, meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan melalui pemanfaatan tanaman herbal sebagai minuman fungsional. Selain sebagai usaha meningkatkan derajat kesehatan keluarga dan jika dikelola dengan baik maka akan bisa memberikan peluang usaha ekonomi untuk meningkatkan pendapatan keluarga.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih disampaikan kepada Kepala Desa, masyarakat dan Karang Taruna Desa Tiohu yang telah ikut berpartisipasi dalam menjalankan program KKNT MBKM.

REFERENSI

- Aryanta, I. W. R. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *E-Jurnal Widya Kesehatan*, 1(2), 42–43.
- Febliidyanti, N., Pitono, W., & Sudirjo, I. H. (2021). Pelatihan Pembuatan Minuman Serbuk Kunyit Instan untuk Meningkatkan Imun dan Membangun Ekonomi Mandiri pada Koperasi Selaras Hati Utama. *ADIBRATA JURNAL*, 1(1), 80–86.
- Hartati, F. K., & Djauhari, A. B. (2017). Pengembangan Produk Jelly Drink (*Curcuma Xanthorrhiza Roxb*) Sebagai Pangan Fungsional. *Jurnal Ternak Industri HEURISTIC*, 14(2), 107–122.
- Kartikasari, R. D., Izah, L., Dewi, H. I., & Chaidir, A. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Rt 004/011 melalui Kegiatan Bercocok Tanam Tanaman Herbal untuk Meningkatkan Produktivitas di Masa Pandemi. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, E-ISSN: 2714–6286, 1–10. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Listiana, A., & Herlina. (2015). Karakterisasi Minuman Herbal Celup dengan Perlakuan Komposisi Jahe Merah: Kunyit Putih dan Jahe Merah: Temulawak. Characterization of Dye Herbal Drink With Composition Treatment of Red Ginger: White Turmeric and Red Ginger: "Temulawak." *AGRITEPA*, 1(2).
- Mustakim, D. (2021). Ragam Pembuatan Olahan Bubuk Instan Temulawak Untuk Produk Herbal Desa Rossoan. *Maspul Journal of Community Empowerment*, 2(1), 2716–4225.
- Repi, N. B., Mambo, C., & Wuisan, J. (2016). Uji Efek Antibakteri Ekstrak Kayu Manis (*Cinnamomum burmannii*) terhadap *Escherichia coli* dan *Streptococcus pyogenes*. *Jurnal E-Biomedik (EBm)*, 4(1).
- Saraswati, Ni Luh Putu Ananda, D. (2020). Edukasi Pelatihan Pembuatan Jamu Serbuk Temujaku (Temulawak–Jahe–Kunyit) kepala Kelompok PKK Desa Baktiseraga. *Proceeding Senadimas Undiksha*.
- Tampubolon, S. D. R., & Manalu, B. (2021). Pengaruh Perbandingan Bubuk Jahe dan Cengkeh Serta Lama Penyimpanan Terhadap Mutu Minuman Herbal Instant. *Jurnal Riset Teknologi Pangan Dan Hasil*, 2(1), 117–125.
- Zamriyetti, Refnizuida, Siregar, M., & Lubis, A. R. (2021). Pemanfaatan Kunyit Putih (*Curcuma Alba*) Sebagai Tanaman Obat Keluarga di Desa Kelambir V Kebun. *Jurnal Pemberdayaan Sosial Dan Teknologi Masyarakat*, 1(1), 89–94. <http://jurnal.goretanpena.com/index.php/JPSTM>

Copyright and License



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

© 2022 Netty Ino Ischak, Akram La Kilo, Weny J.A Musa, Siti Romla Maspeke, Ambarwati.