



Vol. 3 No. 2 Tahun. 2023

Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Membuat Wedang Jahe Serai untuk Menambah Imunitas

Wardati Raudah¹, Rahmat Tisnawan², Paula Ramona³, Marcelin Octavia⁴, Ranie Rahma Niza⁵, Mhd Wahyudi Azmi⁶, Akram Adi Poetra⁷, Annisa Zulyanti⁸, Selvi Ariani⁹, Silvia Maharani¹⁰, Ismawati¹¹, Armelia Khairunnisa¹², Attachira Br Ritonga¹³, Pipit Ari Aznel¹⁴, Andika Saputra¹⁵
¹⁻¹⁵ Universitas Abdurrah

e-mail: ¹wardati.raudah20@student.univrab.ac.id, ²rahmat.tisnawan@univrab.ac.id, ³paula.ramona20@student.univrab.ac.id,
⁴marcelin.octavia20@student.univrab.ac.id, ⁵Ranie.rahma20@student.univrab.ac.id, ⁶mhd.wahyudi@student.univrab.ac.id,
⁷Akram.Adi20@student.univrab.ac.id, ⁸annisa.zulyanti20@student.univrab.ac.id, ⁹selvi.ariani20@student.univrab.ac.id,
¹⁰silvia.m@student.univrab.ac.id, ¹¹ismawati20@student.univrab.ac.id, ¹²armelia.khairunnisa20@student.univrab.ac.id,
¹³attachira@student.univrab.ac.id, ¹⁴pipit.ari20@student.univrab.ac.id, ¹⁵andika.saputra20@student.univrab.ac.id

Article History

Received: 09 September 2023

Revised: 09 September 2023

Accepted: 09 September 2023

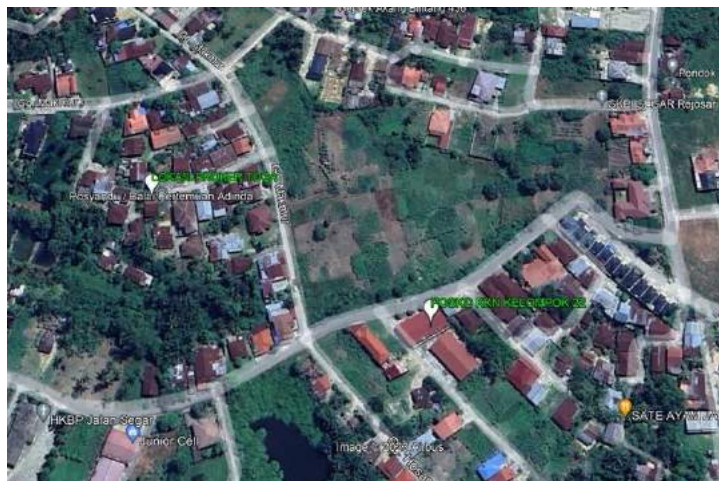
Kata Kunci – TOGA, Jahe, Merah, Serai, Minuman, Herbal, Imunitas, Tubuh

Abstract – Rejosari is a village in Tenayan Raya sub-district, Pekanbaru city, Riau province which has 70 RTs and 17 RWs with a population of 18,840 people. This bathing activity is located at the Adinda Posyandu, Rejosari sub-district, RW 10, RT 4. The focus of the activity program carried out by group 22 KKN students is increasing knowledge about the scientific benefits of TOGA for Posyandu Adinda RW 10 cadres through the toga plant cultivation program as a drink family herbs. Community service activities for Posyandu Adinda RW 10 cadres by KKN group 22 students include training in planting and utilizing TOGA, processing Red Ginger into Wedang Ginger Serai as a body immunity enhancer, and finally giving TOGA plants as appreciation from KKN students to female cadres Posyandu Adinda RW 10.

Abstrak – Rejosari merupakan salah satu kelurahan yang ada di kecamatan Tenayan Raya, kota Pekanbaru, provinsi Riau yang memiliki 70 RT dan 17 RW dengan jumlah penduduk 18.840 jiwa. Kegiatan pengabdian ini berlokasi di Posyandu Adinda kelurahan Rejosari, RW 10, RT 4. Fokus program kegiatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN kelompok 22 yaitu peningkatan pengetahuan tentang khasiat TOGA secara ilmiah pada ibu-ibu kader Posyandu Adinda RW 10 melalui program budidaya tanaman toga sebagai minuman herbal keluarga. Kegiatan pengabdian kepada ibu-ibu kader Posyandu Adinda RW 10 oleh mahasiswa KKN kelompok 22 meliputi pelatihan penanaman dan pemanfaatan TOGA, pengolahan Jahe Merah menjadi Wedang Jahe Serai sebagai peningkat imunitas tubuh, dan terakhir pemberian tanaman TOGA sebagai apresiasi dari mahasiswa KKN kepada ibu-ibu kader Posyandu Adinda RW 10.

1. PENDAHULUAN

Kelurahan Rejosari terletak didalam wilayah Kecamatan Tenayan Raya yang memiliki 70 RT dan 17 RW dengan jumlah penduduk 18.840 jiwa. Adapun lokasi posko KKN yang didapat oleh kelompok 22 berlokasi didaerah RW 10 yang wilayahnya berdekatan dengan Posyandu Adinda RW 10 RT 4. Warga didaerah ini juga umumnya memiliki lahan pekarangan yang luas, yang memungkinkan mereka untuk mengoptimalkan penggunaan dan pengelolaan lingkungan dengan menanam tanaman obat keluarga (TOGA).



Gambar 1. Peta Zona Lokasi Pengabdian Kepada Masyarakat

Tanaman adalah jenis tumbuhan yang memiliki kemampuan untuk tumbuh di berbagai tempat, seperti sekitar perumahan, di taman, dan di hutan. Secara prinsipal, tanaman memiliki potensi sebagai sumber makanan, bahan pembuatan pakaian, serta sebagai bahan dalam pengobatan. Dalam kehidupan sehari-hari masyarakat, tanaman sering digunakan sebagai bahan pengobatan untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit. Penggunaan tanaman sebagai alat pengobatan telah menjadi praktik yang ada sejak zaman kuno, dan hal ini dapat diamati melalui adanya berbagai bentuk pengobatan tradisional serta produk obat tradisional yang dikenal luas di kalangan masyarakat, yang sering disebut sebagai produk herbal (Harefa, 2020).

Tanaman obat adalah tumbuhan yang dianggap memiliki potensi untuk memberikan pengobatan. Di Indonesia, sebuah negara tropis yang sering disebut sebagai "laboratorium hidup," terkenal karena diyakini memiliki sekitar 90% dari seluruh jenis tumbuhan obat yang ada di dunia (Nadia, 2020). Salah satu tumbuhan obat yang paling umum dimanfaatkan oleh masyarakat adalah jahe (*Zingiber officinale Rosc.*) (SARI & NASUHA, 2021).

Jahe yang juga dikenal sebagai ginger, termasuk dalam kelompok tumbuhan rempah-rempahan yang telah terkenal sejak zaman dahulu karena berbagai manfaat dan khasiatnya yang beragam. Manfaatnya mencakup penggunaan sebagai ramuan tradisional atau bahan dalam pembuatan obat-obatan, sebagai bahan baku dalam industri makanan dan minuman, sebagai penguat rasa dalam bumbu masakan, serta sebagai komponen dalam minyak wangi dan produk kosmetik. Tanaman ini tumbuh dengan subur dan memiliki penyebaran yang meluas di seluruh wilayah Indonesia yang terletak dalam zona iklim tropis yang lembab (Nadia, 2020).

Jahe adalah salah satu jenis tanaman herbal yang dimanfaatkan dalam terapi komplementer. Jahe mengandung senyawa aktif yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Hal ini menjadi sangat penting karena dalam situasi di mana pasokan vitamin C terbatas dan sulit dijangkau oleh masyarakat berpenghasilan menengah ke bawah, akar jahe dapat menjadi solusi yang sangat membantu dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh mereka dengan mengonsumsinya (Agustina et al., 2021).

Dari hasil pengamatan di lapangan, dapat disimpulkan bahwa beberapa ibu rumah tangga telah memulai penanaman tanaman obat keluarga (TOGA), meskipun jumlah TOGA yang ditanam masih terbatas. Sebagian dari mereka sudah memiliki pengetahuan mengenai manfaat tanaman obat keluarga (TOGA) dan secara praktis telah memiliki kemampuan dalam mengolahnya, meskipun belum memiliki pemahaman yang mendalam mengenai manfaat TOGA dari segi ilmiah. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan yang membahas manfaat TOGA secara ilmiah. Masyarakat yang telah memahami manfaat TOGA dan memiliki keterampilan dalam mengolahnya dapat mengembangkan tanaman obat secara pribadi dan memanfaatkannya, yang pada akhirnya akan mewujudkan prinsip kemandirian dalam perawatan kesehatan keluarga. Selain itu juga dapat dikembangkan menjadi usaha kecil dan menengah dibidang obat-obatan herbal, yang selanjutnya dapat disalurkan ke masyarakat.

Berdasarkan situasi dan kondisi yang dilihat, tim KKN kelompok 22 Universitas Abdurrab akan melakukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat mengenai Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan

Membuat Wedang Jahe Serai untuk Menambah Imunitas Tubuh kepada ibu-ibu kader Posyandu Adinda RW 10 Kelurahan Rejosari.

2. METODE PENGABDIAN

Tahapan kegiatan yang pertama yaitu persiapan kegiatan. Dimulai dari menentukan siapa yang akan menjadi peserta dalam Pengabdian Masyarakat, selanjutnya melakukan diskusi bersama ketua RW 10, dilanjutkan dengan penentuan tempat, hari, dan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian dan terakhir melakukan survei lokasi lahan yang akan digunakan nantinya.

Tahapan kegiatan selanjutnya yaitu pelaksanaan kegiatan. Memulai kegiatan dengan penyampaian materi tentang pemanfaatan TOGA dan pengolahan Jahe Merah menjadi Minuman Herbal. Selanjutnya melaksanakan gotong royong membersihkan lahan, dilanjutkan dengan penanaman bibit Jahe Merah. Terakhir, pemberian tanaman bibit Jahe Merah kepada peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Wedang Jahe Merah Serai merupakan minuman herbal yang terbuat dari campuran Jahe Merah dan Serai, yang memiliki manfaat sebagai peningkat imunitas tubuh. Selain dapat dijadikan peningkat imunitas tubuh tanaman ini juga banyak menyimpan segudang manfaat diantaranya dapat mengontrol tekanan darah, meredakan mual, mencegah diabetes, menjaga kesehatan jantung, mencegah bakteri pada mulut, menambah stamina, pereda rasa sakit, menghambat jamur, dan menjaga kesuburan.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini diawali dari menentukan siapa yang akan menjadi peserta dalam pengabdian tersebut, dimana pada kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan, yang menjadi peserta kegiatan pengabdian yaitu ibu-ibu kader Posyandu Adinda. Kelompok ini dianggap tepat untuk diberikan pengetahuan tentang manfaat dan pengolahan jahe merah karena para ibu dapat meneruskan pesan kesehatan yang disampaikan oleh tim pengabdian kepada keluarga masing-masing dan dapat menerapkan pesan kesehatan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 2. Foto Bersama Ibu-ibu Kader Posyandu Adinda

Setelah menentukan peserta pada kegiatan tersebut, selanjutnya melakukan diskusi bersama ketua RW 10 selaku penanggung jawab sekaligus pengurus Posyandu Adinda, dilanjutkan dengan penentuan tempat, hari, dan waktu pelaksanaan pengabdian dan terakhir melakukan survei lokasi lahan. Tujuan dilakukannya survei lokasi lahan yaitu untuk memperkirakan berapa banyak lahan yang akan digunakan sebagai tempat penanaman bibit TOGA.



Gambar 3. Diskusi dengan Ketua RW 10 & peninjauan lokasi Kegiatan Pengabdian

Pada hari pelaksanaan kegiatan pengabdian, terlebih dahulu mahasiswa KKN memulai kegiatan dengan penyampaian materi tentang pemanfaatan TOGA.



Gambar 4. Penyampaian Materi Tentang Pemanfaatan TOGA

Selanjutnya mahasiswa KKN kelompok 22 sangat antusias dalam mempersiapkan bahan-bahan yang dibutuhkan untuk pembuatan Minuman Herbal yang akan diolah menjadi Wedang Jahe Serai sebagai Peningkat Imunitas Tubuh.



Gambar 5. Mempersiapkan Bahan Untuk Membuat Minuman Herbal Jahe Merah

Kemudian tiba saat pembuatan minuman herbal jahe merah yang langsung di peraktekan ke depan ibu kader seperti gambar dibawah ini



Gambar 6. Pembuatan Minuman Herbal Jahe Merah

Setelah memberikan materi dan menunjukkan cara pengolahan Minuman Herbal, selanjutnya mahasiswa KKN melakukan gotong royong membersihkan lahan dan dilanjutkan dengan penanaman bibit Jahe Merah.



Gambar 7. Gotong Royong Membersihkan Lahan TOGA dan Penanaman Bibit Jahe Merah

Terakhir, kegiatan pengabdian ditutup dengan pemberian tanaman bibit Jahe Merah sebagai bentuk apresiasi dari mahasiswa KKN kepada ibu-ibu kader Posyandu Adinda selaku peserta dalam kegiatan pengabdian.



Gambar 9. Pemberian Bibit Jahe Merah kepada Ibu-ibu Kader Posyandu Adinda

4. KESIMPULAN

Di Posyandu Adinda RW 10 Kelurahan Rejosari telah dilaksanakan kegiatan Pengabdian mengenai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Pelaksanaan kegiatan pengabdian berlangsung selama \pm 2 jam dengan dihadiri oleh para kader posyandu adinda RW 10 Kelurahan Rejosari sebanyak 10 orang. Program berjalan dengan baik dan mendapat simpati dari ibu-ibu kader Posyandu Adinda. Bentuk dari program KKN ini dapat disimpulkan bahwa secara deskriptif, terdapat peningkatan pengetahuan ibu-ibu kader sebanyak 80% ketika dilakukan evaluasi dalam bentuk model questioner tentang pemanfaatan tanaman jahe merah sebagai minuman herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh.

5. SARAN

Untuk kedepannya, bagi mahasiswa agar mampu berpartisipasi aktif dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat baik secara fisik maupun keterlibatan pemikiran dan ide kreatif. Dan untuk masyarakat, agar senantiasa mau dan mampu mengembangkan pola-pola wirausaha industri kecil kreatif dengan memanfaatkan lingkungan sekitar, dan memiliki motivasi tinggi dalam melanjutkan program-program yang telah dicanangkan dan dilaksanakan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dan berpartisipasi dalam menyelesaikan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, baik pihak kampus, DPL, kelompok KKN, ketua RW 10 yang telah memberi izin tim KKN kelompok 22 untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian tersebut dan juga kepada ibu-ibu kader Posyandu Adinda yang telah memberikan waktunya dalam mengikuti kegiatan Pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agustina, M., Sarwili, I., Masyaroh, S., Purnamasari, R., & Rijaludin, C. (2021). Pemanfaatan Tanaman Herbal Jahe Menjadi Minuman Jahe untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh di Era Pandemi Covid-19. *Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(1), 8–11.
- [2] Amilin, Z. (2018). Penentuan Aktivitas Antioksidan Ekstrak Etanol Dan Fraksi Jahe Merah (*Zingiber officinale* var. *Rubrum*) Dengan Metode Cuprac. In *Majalah Farmasetika* (Vol. 4, Issue 3).
- [3] Harefa, D. (2020). Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Madani : Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 28–36. <https://doi.org/10.35970/madani.v2i2.233>
- [4] Nadia, E. A. (2020). Efek pemberian jahe terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Medika Utama*, 02(01), 343–348.
- [5] SARI, D., & NASUHA, A. (2021). Kandungan Zat Gizi, Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis pada Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.): Review. *Tropical Bioscience: Journal of Biological Science*, 1(2), 11–18.
- [6] <https://doi.org/10.32678/tropicalbiosci.v1i2.5246>