

PENGOLAHAN MINUMAN HERBAL KOMBINASI JAHE DAN SEREH WANGI PENINGKAT IMUNITAS TUBUH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN COVID - 19 DI DESA MANTING KECAMATAN JATIREJO KABUPATEN MOJOKERTO

Yani Ambari*, Adinugraha Amarullah, Khurin In Wahyuni, Rodhi Anshari
STIKES Rumah Sakit Anwar Medika, Sidoarjo, Indonesia

ABSTRAK

Pada awal Maret 2020 organisasi kesehatan dunia yaitu WHO menyatakan bahwa penyakit yang telah disebabkan oleh virus corona ditetapkan sebagai pandemi global. Salah satu cara yang dilakukan untuk mencegah penularan virus ini adalah dengan meningkatkan sistem imun tubuh. Sistem imun tubuh dapat ditingkatkan dengan mengkonsumsi tanaman herbal diantaranya jahe dan sereh wangi. Jahe mengandung gingerol dan curcumin, kandungan ini berfungsi sebagai antioksidan dan antiinflamasi yang ampuh untuk menangkal radikal bebas seperti virus corona. Sedangkan sereh wangi mengandung sitronelal dan geraniol yang juga berfungsi sebagai antioksidan. Pemanfaatan jahe dan serai wangi adalah dengan mengolah menjadi minuman kesehatan. Masyarakat desa Manting berharap dengan adanya kegiatan pelatihan dan pengolahan minuman kesehatan kombinasi jahe dan sereh wangi dapat membantu meningkatkan sistem imun di masa pandemi serta dapat juga meningkatkan ekonomi di Desa Manting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan 3 tahap, tahap pertama adalah observasi lapangan, tahap yang kedua adalah penyuluhan tentang manfaat jahe dan sereh wangi serta cara pengolahan menjadi minuman kesehatan. Tahap kedua adalah pelatihan pembuatan minuman kesehatan kombinasi jahe dan sereh wangi. Adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini meningkatkan pengetahuan masyarakat desa Manting tentang manfaat jahe dan sereh wangi serta meningkatkan ketrampilan masyarakat dalam mengolahnya menjadi minuman kesehatan.

Kata Kunci: Covid – 19, Jahe, Imunitas, Sereh wangi, Minuman Kesehatan

PENDAHULUAN

Awal 2020 dunia dihebohkan dengan wabah penyakit yang disebabkan oleh virus SARS-CoV2, penyakit ini dikenal dengan nama *corona virus disease 19* atau Covid – 19. Organisasi Kesehatan dunia yaitu WHO pada awal maret 2020 telah menetapkan Covid – 19 sebagai pandemi global. Penyakit ini telah menginfeksi sekitar jutaan orang di seluruh dunia, selain itu penyakit covid – 19 juga akan bertambah parah apabila pasien memiliki riwayat penyakit jantung, hipertensi, diabetes, dan beberapa penyakit kronis lainnya. Gejala ringan Covid - 19 diantaranya adalah batuk, flu, demam, serta sesak napas. Upaya untuk mencegah penyebaran Covid – 19 diantaranya adalah menerapkan pola hidup bersih dan meningkatkan sistem imun tubuh.

Salah satu cara untuk meningkatkan sistem imun tubuh adalah dengan mengkonsumsi tanaman herbal. Salah satu tanaman herbal yang digunakan untuk meningkatkan sistem imun tubuh adalah jahe (*Zingiber officinale*) dan sereh wangi (*Cymbopogon nardus L*). Jahe mengandung gingerol dan curcumin yang mempunyai

fungsi sebagai antioksidan dan antiinflamasi (Ware, 2017). Komponen bioaktif gingerol ini dapat berfungsi untuk menghambat oksidasi kolesterol dan meningkatkan kekebalan tubuh (Kurniawati, 2010). Jahe sebagai bahan herbal dapat digunakan secara tunggal atau dikombinasi dengan bahan herbal lainnya sehingga dapat menguatkan fungsinya (Santoso, 2008).

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang kami lakukan, kami membuat minuman herbal peningkat sistem imun yang terbuat dari jahe kombinasi dengan sereh wangi. Sereh wangi mengandung senyawa sitronelal dan geraniol yang mempunyai fungsi sebagai antioksidan (Guenther, 2006). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Febrina dan Nawangsari (2018) sediaan sirup sereh memiliki potensi antioksidan kuat dengan nilai IC₅₀ 50,68 ppm.

Berdasarkan uraian di atas, kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Program Studi S1 Farmasi STIKES Rumah Sakit Anwar Medika adalah tentang pengolahan minuman herbal kombinasi Jahe dan Sereh Wangi sebagai upaya pencegahan Covid - 19 di Desa Manting, Kecamatan Jatirejo, Kabupaten Mojokerto. Desa Manting merupakan salah satu dari 19 desa yang ada di kecamatan Jatirejo, terletak 8,9 km kearah utara dari kecamatan Jatirejo. Tanaman jahe dan sereh wangi merupakan tanaman yang mudah sekali didapatkan di Desa Manting, tetapi selama ini masyarakat Desa Manting hanya menggunakannya sebagai bumbu dapur, masih jarang masyarakat yang memanfaatkannya menjadi minuman herbal yang dapat berkhasiat untuk meningkatkan sistem imun tubuh.

Berdasarkan hasil observasi mayoritas masyarakat Desa Manting kurang tanggap dalam mencegah penyebaran wabah Covid - 19, khususnya dalam pentingnya menjaga sistem imun tubuh. Selain itu masyarakat Desa Manting belum memiliki cukup pengetahuan tentang cara mengolah tanaman herbal menjadi produk minuman. Adanya pengabdian masyarakat tentang pengolahan minuman herbal jahe kombinasi sereh wangi ini dapat memberikan manfaat tentang pentingnya menjaga sistem imun tubuh dengan mengkonsumsi minuman herbal sehingga dapat memutus rantai penyebaran wabah Covid - 19.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat Desa Manting, Kecamatan Jatirejo, Kabupaten Mojokerto. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan oleh Tim Dosen S1 Farmasi dan DIII Farmasi STIKES RS Anwar Medika dengan dibantu oleh 6 Mahasiswa. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan selama 3 minggu pada bulan Agustus 2020. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan beberapa tahap. Tahapan yang dilakukan meliputi:

- a. Melakukan observasi tentang kondisi Desa Manting selama masa pandemi Covid - 19. Observasi ini dilakukan pada minggu pertama bulan Agustus 2020.
- b. Melakukan persiapan untuk kegiatan pengabdian masyarakat. Persiapan yang dilakukan meliputi pembelian bahan - bahan yang dibutuhkan untuk pengolahan minuman herbal, membuat materi dan brosur terkait manfaat tanaman herbal jahe dan sereh wangi dan cara pengolahan minuman herbal jahe kombinasi sereh wangi. Persiapan ini dilakukan di minggu kedua bulan Agustus 2020.
- c. Memberikan penyuluhan tentang manfaat tanaman herbal jahe dan sereh wangi. Selain penyuluhan juga dilakukan praktek langsung pengolahan minuman herbal jahe kombinasi sereh wangi. Penyuluhan dan praktek langsung dilakukan

di minggu ketiga bulan Agustus 2020. Penyuluhan dan praktek dilakukan di salah satu rumah warga Desa Manting.

Alat dan Bahan yang digunakan dalam pengolahan minuman herbal jahe kombinasi sereh wangi antara lain: botol ukuran 350 mL, corong, saringan, panci, sendok, gelas. Sedangkan bahan yang digunakan yaitu jahe, sereh wangi, gula jawa, gula pasir, dan madu. Langkah-langkah pengolahan minuman herbal sebagai berikut:

1. Dicuci bersih masing-masing bahan (jahe dan sereh wangi) kemudian tiriskan
2. Rajang masing-masing bahan (jahe dan sereh wangi) atau bahan bisa digeprek
3. Siapkan air dan panaskan air sampai mendidih kemudian matikan apinya
4. Masukkan semua bahan aduk sampai semua gula terlarut dan aroma wangi keluar

Saring dan kemas filtrat kedalam ukuran botol 350 mL

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di salah satu rumah warga Desa Manting. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang manfaat jahe dan sereh wangi selain itu juga memberikan pelatihan terkait cara pengolahan minuman herbal jahe kombinasi sereh wangi. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan warga Desa Manting dapat mengolah jahe dan sereh wangi dengan baik serta dapat mengembangkan produk minuman herbal menjadi produk unggulan desa Manting sehingga nantinya dapat meningkatkan perekonomian warga desa Manting.

Sebelum dilakukan pelatihan pengolahan minuman herbal jahe kombinasi sereh wangi, tahap pertama yang dilakukan oleh tim pengabdian adalah melakukan penyuluhan. Penyuluhan terdiri dari 2 materi, materi pertama tentang manfaat tanaman herbal jahe dan sereh wangi. Materi penyuluhan yang kedua tentang cara pengolahan minuman herbal jahe kombinasi sereh wangi. Minuman herbal dapat dijadikan sebagai suatu produk olahan industri rumah tangga, minuman herbal merupakan minuman yang terbuat dari bagian-bagian tumbuhan dan memiliki manfaat untuk menjaga kesehatan tubuh serta dikonsumsi dengan cara diseduh dengan air mendidih (Tasia & Widyaningsih, 2014).

Setelah kegiatan penyuluhan selesai dilakukan, maka selanjutnya adalah pelatihan pengolahan minuman herbal. Langkah – langkah pengolahan minuman herbal adalah mencuci bersih semua bahan yaitu jahe dan sereh wangi, kemudian tiriskan, langkah selajutnya adalah merajang (bisa digeprek) jahe dan sereh wangi. Selanjutnya menyiapkan air dan panaskan air sampai mendidih, setelah air mendidih matikan apinya masukkan semua bahan (termasuk gula pasir/gula jawa/madu) aduk sampai gula terlarut dan aroma wangi jahe dan sereh wangi keluar. Langkah yang terakhir adalah saring dan kemas filtrat kedalam ukuran botol 350 mL.



Gambar 1. Proses Pengolahan Minuman Herbal Jahe Kombinasi Sereh Wangi



Gambar 2. Pelatihan Pengolahan Minuman Herbal Jahe Kombinasi Sereh Wangi



Gambar 3. Pengemasan Minuman Herbal Jahe Kombinasi Sereh Wangi

Selain memberikan pelatihan kepada masyarakat tentang cara pengolahan minuman kesehatan jahe kombinasi sereh wangi, tim pengabdian masyarakat juga membagikan secara gratis 100 botol minuman herbal untuk masyarakat Desa Manting yang sudah dikemas dalam botol 350 mL. Pembagian minuman kesehatan ini dilakukan secara langsung dengan berkunjung ke rumah – rumah warga, selain itu juga dibagikan di beberapa warga yang kebetulan sedang berada di jalan. Kegiatan ini mendapatkan respon positif masyarakat Desa Manting dan warga sangat antusias saat pembagian minuman kesehatan.



Gambar 4. 100 Botol Minuman Herbal yang Dibagikan ke Warga Desa Manting

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh Tim Dosen Rumah Sakit Anwar Medika ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada masyarakat Desa Manting tentang manfaat tanaman herbal jahe dan sereh wangi sebagai peningkat sistem imun tubuh di masa pandemi Covid – 19 ini. Selain memberikan informasi tentang manfaat jahe dan sereh wangi, juga memberikan pelatihan tentang pengolahan tanaman tersebut menjadi minuman herbal. Diharapkan masyarakat Desa Manting menjadi lebih nyaman dalam mengkonsumsi Jahe dan sereh wangi yang telah diolah menjadi minuman herbal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada kepala desa dan seluruh masyarakat desa manting, Kecamatan Jatirejo, Kabupaten Mojokerto karena telah diberi kesempatan untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Ketua STIKES dan ketua LPPM STIKES Rumah Sakit Anwar Medika yang telah memberikan ijin untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

- Guenther, E. 2006. Minyak Atsiri, Jilid I, (diterjemahkan oleh: S. Ketaren). UI-Press. Jakarta.
- Kurniawati N. 2010. Sehat dan Cantik Alami Berkat Khasiat Bumbu Dapur. Penerbit Qanita. Bandung.
- Ware, M. 2017. Ginger: Health Benefits and Dietary Tips. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/265990.php>.
- Santoso, H.B. 2008. Ragam & Khasiat Tanaman Obat. PT Agromedia Pustaka. Yogyakarta.
- Tasia, W. R., & Widyaningsih, T. D. 2014. Potensi Cincau Hitam (*Mesona palustris* Bl.) Daun Pandan (*Pandanus amaryllifolius*) Dan Kayu Manis (*Cinnamomum burmannii*) Sebagai Bahan Baku Minuman Herbal Fungsional. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*. 2(4)