

SOSIALISASI PEMBUATAN MINUMAN WEDANG JAHE INSTAN SEBAGAI PENGUAT IMUNITAS MENCEGAH COVID-19 DI SEKOLAH SMK FARMASI APIPSU MEDAN

Ika Julianti Tambunan¹, Ernawaty Ginting², Rahma Yulia³, Ali Ramadhan⁴

¹⁻³Universitas Tjut Nyak Dhein Medan, Fakultas Farmasi

⁴Universitas Tjut Nyak Dhein, Fakultas Pertanian dan Peternakan

e-mail: ikajulianti2015@gmail.com

Abstract

Virus SARS-CoV-2 biasa yang disebut Covid-19 telah menyebar menjadi pandemi di seluruh negara di dunia tak lepas juga Indonesia. Virus SARS-CoV-2 adalah sejenis virus yang menimbulkan penyakit baru dan penyebarannya relatif cepat. Hingga saat ini kasus penderita Covid-19 terus meningkat dan belum ada indikasi obat yang tepat untuk mengobatinya. Sistem imun tubuh perlu ditingkatkan karena virus tersebut masuk kedalam tubuh manusia di saat sistem imun tubuh mengalami penurunan. Indonesia salah satu negara tropis yang kaya akan tanaman obat tradisional dan sudah banyak digunakan di masyarakat. Salah satu tanaman obat tradisional yang sering dimanfaatkan adalah rimpang jahe. Penelitian tentang rimpang jahe dapat memelihara kesehatan dan meningkatkan sistem imun tubuh sudah banyak tersebar. Produk jamu juga sudah ada yang dapat dibeli di apotek atau toko obat baik dalam sediaan tablet maupun dalam sediaan cair. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada peserta tentang memanfaatkan rimpang jahe serta membuat minuman wedang jahe instan dalam rangka peningkatan sistem imun tubuh di masa pandemi. Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode sosialisasi dan demonstrasi pembuatan minuman wedang jahe instan. Setelah dilakukan pengabdian masyarakat diharapkan peserta dapat menerapkan dan mengaplikasikan pengetahuan yang didapatkan dalam rangka meningkatkan sistem imun tubuh di masa pandemi.

Kata Kunci : wedang jahe instans, covid-19, penguat imunitas

Abstrak

The SARS-CoV-2 virus commonly called Covid-19 has spread to become a pandemic in all countries in the world, including Indonesia. The SARS-CoV-2 virus is a type of virus that causes new diseases and spreads relatively quickly. Until now, cases of Covid-19 sufferers continue to increase and there is no indication of the right drug to treat it. The body's immune system needs to be improved because the virus enters the human body when the body's immune system decreases. Indonesia is a tropical country that is rich in traditional medicinal plants and has been widely used in the community. One of the traditional medicinal plants that is often used is ginger rhizome. Research on ginger rhizome can maintain health and improve the body's immune system has been widely spread. There are also herbal products that can be purchased at pharmacies or drug stores, both in tablet and liquid preparations. The purpose of this community service is to provide knowledge and skills to participants about utilizing ginger rhizomes and making instant ginger wedang drinks in order to increase the body's immune system during a pandemic. This community service uses the method of socialization and demonstration of making instant ginger wedang drinks. It is hoped that after this community service, participants can apply and apply the knowledge gained in order to improve the body's immune system during the pandemic.

Keywords : Instant ginger wedang, COVID-19, immune booster

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 berdampak pada banyak aspek kehidupan manusia, salah satunya tentang kebiasaan hidup sehat yang lebih ditekankan lagi. Pola hidup sehat diantaranya adalah dengan rutin olahraga, menjaga kebersihan dan meningkatkan imunitas tubuh dengan mengonsumsi makanan ataupun minuman yang menyehatkan tubuh. (Utami, 2021)

Salah satu isu pokok dalam pembangunan kesehatan salah satunya adalah peningkatan kemampuan masyarakat pemeliharaan kesehatan. Sejalan dengan meningkatnya perhatian masyarakat terhadap pengobatan tradisional, didalamnya melibatkan penggunaan obat tradisional baik jamu maupun formula modern dalam bentuk obat tradisional (RI, 2013). Jahe merupakan tanaman hasil pertanian yang mudah rusak, untuk memanfaatkan produksi jahe yang cukup besar perlu dilakukan pengolahan jahe menjadi produk awetan. Jahe dapat diolah menjadi berbagai macam produk baik sebagai bahan utama maupun bahan tambahan. Produk alternatif jahe dapat berupa permen jahe (Astuti, 2019), wedang jahe, manisan jahe, sirup jahe (Lestari, Sampepana, Nurlina, & Palupi, 2007) dan jahe instan (Mutaqqin, Cahyadin, & Widiyanti, 2015). Selain itu dapat pula untuk meningkatkan citarasa caramel (Sistanto, Soetrisno, & Saepudin, 2014). Rasa pedes jahe pada makanan dapat mempengaruhi emosi seseorang menjadi lebih baik (Bell et al., 2017). Pengolahan jahe menjadi serbuk memiliki kekurangan dari segi ketahanan produk. Serbuk jahe cenderung mudah mengumpal, mengeras, berjamur dan lekas menjadi rusak.

Ekstrak jahe terbukti mengandung beberapa senyawa berkhasiat yang disebut *zingerone*, *shogaol*, dan *gingerol*. *Gingerol* adalah zat aktif minyak atsiri jahe yang berperan meningkatkan kemampuan sel pembunuh alami NK untuk memperbanyak diri dan menghancurkan dinding sel virus. Hal ini menjelaskan mengapa jahe yang pedas dan hangat, sangat baik menanggulangi penurunan daya tahan tubuh akibat perubahan cuaca maupun infeksi virus, terutama influenza (Utami, 2021)

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa tanaman rimpang jahe memiliki kandungan gizi yang tinggi untuk meningkatkan kesehatan dan imun tubuh. Radiati *et al.* (2003) menjelaskan bahwa dengan mengonsumsi ekstrak jahe dalam bentuk minuman dapat meningkatkan imunitas tubuh dalam melawan berbagai virus. Lebih jauh lagi, Tejasari *et al.* (2002) menemukan bahwa kandungan senyawa bioaktif pada rimpang jahe mampu memperbaiki sistem imun sehingga sangat bermanfaat bagi kesehatan untuk menaikkan daya tahan tubuh.

Jahe banyak dikonsumsi sebagai wedang jahe, namun saat ini juga banyak olahan jahe seperti permen jahe dan jahe instan yang praktis. Dengan mengolah jahe menjadi minuman wedang jahe instan, jahe akan tahan lama tanpa memerlukan pengawet dan siap diseduh sewaktu-waktu diperlukan. Alat dan bahan pembuatan minuman wedang jahe instan sangat murah dan mudah dijumpai maka dari itu tim mengadakan sosialisasi pembuatan jahe instan yang bertempat di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Farmasi Apipsu Medan namun tetap memperhatikan protokol kesehatan dengan menggunakan masker. Sosialisasi pembuatan minuman wedang jahe instan ini merupakan bentuk pemberdayaan masyarakat, yakni Pemberdayaan Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19.

METODE PENERAPAN

Sosialisasi pembuatan minuman wedang jahe instan dilaksanakan oleh Dosen Universitas Tjut Nyak Dhien. Dalam melaksanakan program tersebut dilakukan beberapa pendekatan kepada siswa/siswi dalam sosialisasi pembuatan minuman wedang jahe instan sebagai penguat imunitas mencegah covid-19 di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Farmasi Apipsu Medan. Rincian kegiatan yang dilaksanakan ada pada tabel 1 berikut :

Tabel 1. Rencana Kegiatan

No.	Kegiatan	Target	Metode
1.	Sosialisasi tentang Tanaman Jahe dan Pengolahannya	Memiliki pengetahuan macam-macam produk jahe	Ceramah dan diskusi
2.	Demonstrasi pengolahan produk wedang jahe instan	Mampu membuat wedang jahe instan	Praktikum
3.	Materi pengemasan produk dan pembagian kemasan wedang jahe instan	Memutuskan bentuk, gambar dan ukuran kemasan produk	Ceramah dan diskusi

Evaluasi lainnya yang dilakukan dengan mengadakan diskusi dengan peserta sosialisasi seputar pelaksanaan kegiatan ini. Evaluasi ini digunakan sebagai bahan tindak lanjut program untuk tahun yang akan datang.

TAHAPAN PELAKSANAAN

Sosialisasi dilakukan selama 1 hari yaitu tanggal 16 maret 2022. Kegiatan ini disambut antusias oleh para peserta. Ditandai dengan lengkapnya peserta yang hadir dari mulai hari pertama hingga hari ke empat. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan perkenalan tim pengabdian, pengenalan bahan dan alat yang dibutuhkan. Bahan yang diperlukan untuk membuat wedang jahe instan adalah 3 kg jahe merah, 1 kg gula pasir, 3 kg gula merah, 1 liter air, 3 batang serai, sedikit kayu manis dan cengkeh.

Untuk alat yang diperlukan adalah blender, saringan, wajan, kompor dan spatula. Para peserta tampak semangat mengikuti kegiatan tersebut. Peserta juga aktif bertanya tentang hal-hal yang kurang jelas. Hal ini membuat kegiatan sosialisasi sangat hidup dan terjalin komunikasi dua arah antara pemateri dengan peserta.

Pengolahan dan pembuatan minuman wedang jahe instan dilakukan dalam beberapa tahap yaitu penyuluhan tentang tanaman jahe dan pengolahannya dan praktikum pembuatan produk wedang jahe instan serta pembagian produk. Peserta yang merupakan siswa/i SMK Farmasi Apipsu Medan berjumlah 40 orang. Kegiatan dilakukan dengan tetap berpegangan pada protokol kesehatan yakni: memakai masker, menjaga jarak dan sering menggunakan handsanitizer setelah melakukan kontak langsung.

Selanjutnya pembuatan minuman wedang jahe instan dilakukan di Laboratorium Farmakognosi Fakultas Farmasi Universitas Tjut Nyak Dhien. Proses pembuatan minuman wedang jahe instan meliputi :

1. Membersihkan jahe dari sisa tanah dan kotoran yang menempel pada permukaan kulit jahe dengan cara mencuci bersih jahe
2. Potong jahe yang telah bersih menjadi potongan kecil
3. Potongan jahe tersebut lalu di blender bersama 500 ml air hingga halus
4. Saring hasil blender dan peras, sehingga sari jahe bisa terpisah dengan ampasnya
5. Endapkan sari jahe hingga terdapat endapan pati jahe di dasar

6. Pisahkan sari dan pati, karena pati jahe akan menghambat proses kristalisasi dari gula
7. Masak sari jahe bersama gula pasir, gula merah, serai, kayu manis dan cengkeh
8. Masak menggunakan api sedang, selama beberapa jam sambil terus diaduk hingga mengental dan menjadi serbuk
9. Dinginkan serbuk jahe dengan cara diangin-anginkan
10. Setelah dingin, serbuk jahe diayak agar mendapatkan serbuk jahe yang halus

Jahe yang telah diolah hingga menjadi serbuk yang kemudian dikemas ke dalam standing pouch ukuran 5 x8 cm yang sebelumnya telah ditempel stiker yang bertuliskan Wedang Jahe Instan Fakultas Farmasi Universitas Tjut Nyak Dhien serta komposisi, cara mengkonsumsi dan manfaat dari wedang jahe instan. Tiap kemasan berisi 15 gram jahe instan sehingga didapat 100 kemasan wedang jahe instan.

HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN

Jahe adalah rimpang tradisional yang memiliki fungsi untuk menjaga kesehatan serta meningkatkan imunitas tubuh. Hal ini dirasa sesuai dengan kondisi pandemi Covid-19. Peserta kegiatan ini adalah 40 orang dan diwajibkan untuk menggunakan masker, hal ini dilakukan karena saat ini masih pandemi. Kegiatan ini dilaksanakan dengan pengenalan bahan dan alat yang diperlukan untuk membuat wedang jahe instan, kemudian dilakukan proses pembuatan minuman wedang jahe instan yang dilakukan oleh Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Fakultas Farmasi Universitas Tjut Nyak Dhien setelah selesai, minuman wedang jahe instan dikemas dalam wadah pouch bertuliskan Wedang Jahe Instan Universitas Tjut Nyak Dhien serta komposisi, cara mengkonsumsi dan manfaat dari wedang jahe instan. Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Tjut Nyak Dhien berharap agar setelah sosialisasi ini dilakukan peserta bisa lebih meningkatkan imunitas tubuh guna menangkal berbagai virus khususnya Covid-19. Selain itu agar peserta mendapatkan banyak pengetahuan tentang pembuatan minuman jahe instan sebagai peluang bisnis khususnya di masa pandemi Covid-19.

Hasil dari sosialisasi ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Hasil Kegiatan

No.	Kegiatan	Target	Ketercapaian berdasarkan persentase Angket	Keterangan
1.	Sosialisasi tentang Tanaman Jahe dan Pengolahannya	Memiliki pengetahuan macam-macam produk jahe	95%	Sebanyak 38 siswa sudah mampu mengetahui berbagai macam jenis produk jahe
2.	Demonstrasi pengolahan produk wedang jahe instan	Mampu membuat wedang jahe instan	90%	Sebanyak 36 siswa dinyatakan sudah mampu membuat wedang jahe instan
3.	Materi pengemasan produk dan pembagian kemasan wedang jahe instan	Memutuskan bentuk, gambar dan ukuran kemasan produk	85%	Sebanyak 34 orang siswa dapat menggambarkan ide-ide menarik dalam mengemas produk wedang jahe instan.

Berikut ini adalah gambaran dari kegiatan dalam pembuatan wedang jahe Intsan:



Gambar 1. Kegiatan Pembuatan Wedang jahe di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Farmasi Apipsu Medan

KESIMPULAN

Secara umum dari hasil sosialisasi tentang sosialisasi pembuatan wedang jahe di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Farmasi Apipsu Medan telah berjalan dengan efektif. dimana rata-rata pencapaian dari kegiatan ini dapat dipersentasekan sebesar 90%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada Kepala Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Farmasi Apipsu Medan beserta seluruh guru-guru yang terlibat didalamnya yang mana telah membantu mensukseskan acara ini

DAFTAR PUSTAKA

<https://pertanian.pontianakkota.go.id/artikel/55-pengolahan-hasil-pertanian-mudahnya-membuat-jahe-instan.html>

Bell, B., Adhikari, K., Chambers, E., Alavi, S., King, S., & Haub, M. (2017). Spices in a Product Affect Emotions. *Foods*, 6, 70.

Lestari, N., Sampepana, E., Nurlina, S., & Palupi, T. S. (2007). Diversifikasi Pengolahan Jahe menjadi Produk Awetan. *Jurnal Riset Teknologi Industri*, 1(1).

Mutaqqin, H., Cahyadin, M., & Widiyanti, E. (2015). Pemberdayaan Usaha jamu Jahe Instan di Kota Surakarta dan Kabupaten Sukoharjo melalui Teknologi Pengolahan Jahe. *Inotek*, 19(2), 124–138.

RI, (2013) K. Peraturan Menteri Kesehatan RI tentang Rencana Induk Pengembangan Bahan Baku Obat Tradisional

Radiati, L.E., E.P. Nabet, P. Franck, B. Nabet, J.Capiaumont, D. Fardiaz, F.R. Zakaria, I.Sudirman, R.D. Haryadi. (2003). Pengaruh Ekstrak Diklormetan Jahe (*Zingiberofficinale*) terhadap Pengikatan Toksin Kolera B-subunit Conjugasi (FITC) pada Reseptor Sel Hibridoma LV dan Caco-2. *Jurnal Teknologi dan Industri Pangan*. XIV (1): 59-67

Sistanto, Soetrisno, E., & Saepudin, R. (2014). Sifat Fisikokimia dan Organoleptik Permen Susu (Karamel) Rasa Jahe (*Zingiber officinale roscoe*) dan Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza roxb*). *Jurnal Sains Peternakan Indonesia*, 9(2), 81–90.

Tejasari, F.R. Zakaria, D. Sajuthi. (2002). Aktivitas Stimulasi Komponen Bioaktif Rimpang Jahe (*Zingiber officinale Rioscoe*) pada Sel Limfosit B Manusia secara In Vitro. *Jurnal Teknol dan Industri Pangan XIII* (1) 47-53