

**PELATIHAN PEMBUATAN JAMU JAHE WANGI DARI TOGA
SEBAGAI IMMUN BOOSTER PADA KELOMPOK IBU-IBU PKK
DI DESA SURAT KECAMATAN MOJO**

Munifatul Lailiyah¹

¹Fakultas Farmasi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Email¹: munifatul.lailiyah@iik.ac.id

ABSTRAK

Tanaman obat dapat digunakan sebagai bahan baku jamu. Tanaman obat bisa tumbuh bebas di mana saja. Salah satu desa yang memiliki lahan pertanian yang luas dan hasil pertanian yang banyak, termasuk tanaman lokal yang melimpah, adalah Desa Surat, Kecamatan Mojo. Desa Surat merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri, sebagian besar masyarakat di Desa Surat memiliki pengetahuan tentang potensi tumbuhan lokal di desa ini. Tujuan dari sosialisasi ini adalah mengedukasi warga desa tentang potensi tumbuhan lokal untuk dikembangkan menjadi jamu. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini terdiri dari tiga metode seperti; observasi, sosialisasi, dan demonstrasi cara membuat jamu, jamu yang dibuat yaitu “jamu jahe wangi” berdasarkan kegiatan sosialisasi tersebut, banyak warga desa yang antusias mengikuti kegiatan tersebut, ada beberapa orang yang tertarik menggunakan tumbuhan lokal untuk membuat jamu, dan semua peserta bisa mengerti cara membuat minuman sehat atau jamu berbahan dasar jahe. Hasil akhir dari sosialisasi ini, dapat disimpulkan bahwa sosialisasi cara membuat jamu jahe wangi dari tumbuhan lokal di Desa Surat adalah sukses, penduduk desa sangat antusias, dan peserta tahu cara membuat minuman jamu jahe wangi. Sosialisasi ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memahami tentang bagaimana produksi jamu dari tanaman obat yang ada di desa Surat.

Kata Kunci: Jamu, Jahe, Wangi

ABSTRACT

Medicinal plants can be used as raw materials for herbal medicine. Medicinal plants can grow freely anywhere. One of the villages that has extensive agricultural land and a lot of agricultural products, including abundant local plants, is Surat Village, Mojo District. Surat Village is one of the villages located in Mojo District, Kediri Regency, most of the people in

Surat Village have knowledge about the potential of local plants in this village. The purpose of this socialization is to educate villagers about the potential of local plants to be developed into herbal medicine. The implementation of this socialization activity consists of three methods such as; observation, socialization, and demonstration of how to make herbal medicine, the herbal medicine made is "jamu ginger fragrant" based on the socialization activity, many villagers enthusiastically participated in the activity, there were some people who were interested in using local plants to make herbal medicine, and all the spectators can understand how to make healthy drinks or ginger-based herbs. The final result of this socialization, it can be concluded that the socialization of how to make fragrant ginger herbs from local plants in Surat Village was a success, the villagers were very enthusiastic, and the audience knew how to make fragrant ginger herbs. This socialization is expected to increase the community's ability to understand how herbal medicine is produced from medicinal plants in Surat village.

Keywords: herbs, ginger, fragrant

PENDAHULUAN

Obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan, dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat¹. Obat tradisional digolongkan menjadi 3 kelompok yang meliputi jamu, obat herbal terstandar, dan fitofarmaka². Ketepatan dalam penggunaan obat tradisional sangat penting untuk meminimalkan efek samping dari obat, yang meliputi

kebenaran bahan, ketepatan dosis, ketepatan waktu penggunaan, ketepatan cara penggunaan, ketepatan telaah informasi, dan tanpa penyalahgunaan³.

Masyarakat di Desa Surat, sudah menanam beberapa tumbuhan obat. Suatu tumbuhan dapat dikatakan sebagai tumbuhan obat apabila salah satu atau seluruh bagian pada tumbuhan tersebut mengandung zat aktif yang berkhasiat bagi kesehatan yang dapat dimanfaatkan sebagai penyembuh penyakit⁴.

Tumbuhan obat dapat ditanam di sekitar pekarangan rumah atau yang biasa dikenal dengan istilah TOGA.

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) merupakan berbagai jenis tanaman yang biasanya ditanam di halaman atau pekarangan rumah serta dapat dimanfaatkan sebagai obat maupun bahan untuk ramuan obat⁵. Masyarakat Indonesia secara turun temurun telah memanfaatkan TOGA sebagai pengobatan penyakit metabolik dan degeneratif⁶. Saat ini, TOGA juga telah dimanfaatkan dibidang kecantikan maupun sebagai bahan pangan. TOGA relatif mudah ditanam dan dibiakkan. Lokasi penanaman TOGA juga tidak membutuhkan lahan yang luas, sehingga seringkali TOGA ditanam di pekarangan rumah. Disamping dapat meningkatkan keindahan lingkungan, penanaman TOGA juga dapat meningkatkan kesehatan masyarakat⁷. Disisi lain, belum semua masyarakat menyadari manfaat dari pemanfaatan TOGA. Pemanfaatan TOGA dapat dilakukan dengan mengolah TOGA menjadi produk bernilai ekonomis. Pengabdian masyarakat⁸ telah berhasil memberdayakan suku Osing Banyuwangi dalam memanfaatkan TOGA sebagai sari temulawak dan

sari kunyit asam yang bernilai jual ekonomis dan berhasil memberdayakan ibu PKK Desa Badal Pandean dalam pemanfaatan TOGA sebagai minuman herbal dalam bentuk jamu.

Adanya gelombang “*back to nature*” oleh sebagian besar masyarakat menciptakan tren global terhadap penggunaan tumbuhan obat. Berbagai jenis tumbuhan obat yang terdapat di seluruh wilayah Indonesia berpotensi sangat baik dalam bidang kesehatan. Potensi mengenai keberagaman tumbuhan obat ini dapat dimanfaatkan dalam pengobatan maupun pencegahan suatu penyakit. Masyarakat yang tinggal di pedesaan cenderung melakukan pengobatan sendiri dengan tumbuhan obat yang ada disekitar. Sebanyak 40% penduduk Indonesia menggunakan obat tradisional dan sebanyak 70% berada di daerah pedesaan⁹. Pengobatan sendiri yang dimaksud biasa dikenal dengan istilah swamedikasi. Swamedikasi adalah upaya dalam pengobatan yang dilakukan sendiri dengan menggunakan obat, baik obat modern, herbal maupun tradisional, untuk mengobati keluhan dan penyakit

ringan yang sering dialami oleh masyarakat seperti: demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, sakit maag, cacingan, diare, penyakit kulit dan lain-lain¹⁰.

Penggunaan tumbuhan obat sebagai swamedikasi akan membantu menghemat biaya pengobatan. Namun, hal tersebut harus didasari dengan adanya kemampuan serta pengetahuan yang memadai dalam mengolah tumbuhan obat yang ada. Desa surat satu desa dengan potensi tumbuhan obat yang melimpah. Kurangnya pengetahuan masyarakat dalam mengolah tumbuhan obat tersebut menyebabkan banyaknya tumbuhan obat Desa Surat tidak dimanfaatkan dengan baik. Oleh sebab itu, perlu adanya sosialisasi tentang cara pembuatan jamu tradisional sebagai bentuk pemanfaatan tumbuhan obat yang ada di sekitar pekarangan rumah penduduk desa. Sehingga sosialisasi ini diharapkan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terkait cara pengolahan tumbuhan obat di Desa Surat.

METODE

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi

kepada masyarakat tentang pemanfaatan tumbuhan obat untuk membuat jamu jahe wangi di Desa Surat, Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri menggunakan 3 tahap pelaksanaan yaitu: 1) observasi, yaitu mengumpulkan data awal terkait potensi tumbuhan obat di Desa Surat untuk memperoleh data terkait tumbuhan obat yang ada. 2) Sosialisasi, yaitu penyampaian materi terkait manfaat, teknik pembuatan, serta cara memilih bahan jamu yang baik dan sehat. 3) Demonstrasi, yaitu kegiatan pembuatan jamu bersama ibu-ibu PKK Desa Surat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum diadakannya kegiatan sosialisasi, Desa Surat melakukan observasi terlebih dahulu. Observasi ini meliputi survei untuk mengetahui profil Desa Surat. Dari hasil observasi, diketahui bahwa Desa Surat. Sebagian besar penduduk desa bermata pencaharian sebagai petani, dimana 80% warga Desa Surat memiliki lahan pribadi sedangkan sisanya (20%) penduduk desa yang mengolah lahan orang lain atau sebagai petani penggarap. Selain memiliki potensi dalam sektor pertanian dengan komoditas unggulan bibit tanaman

buah- buahan, area pekarangan rumah di kawasan Desa Surat juga dimanfaatkan untuk pemenuhan kebutuhan pangan serta kebutuhan gizi masyarakat sehari-hari. Namun permasalahan yang dialami oleh masyarakat Desa Surat ialah tersedianya potensi sumber daya alam berupa lahan pekarangan yang belum ditata dan belum dimanfaatkan secara optimal. Hal itu diketahui sebab: a) tumbuhan obat lebih banyak tumbuh secara liar di lahan kosong dan tidak dibudidayakan, b) tumbuhan obat tumbuh subur dan melimpah, c) masyarakat memanfaatkan tumbuhan obat sebagai bumbu dapur, d) masyarakat kurang memahami cara memanfaatkan tumbuhan obat yang terdapat di sekitarnya. Tumbuhan obat merupakan tumbuhan yang salah satu atau seluruh bagian pada tumbuhan tersebut mengandung zat aktif yang berkhasiat bagi kesehatan yang dapat dimanfaatkan sebagai penyembuh penyakit. Melimpahnya tumbuhan obat di Desa Surat merupakan potensi untuk dapat dikembangkan dalam pembuatan jamu jahe wangi. Jamu merupakan salah satu bahan yang dapat dikonsumsi masyarakat dalam

upaya meningkatkan daya tahan tubuh¹¹.

Beberapa dari warga masyarakat tidak mengetahui manfaat dari tumbuhan obat yang ada di sekitar serta cara pengolahannya. Untuk mengoptimalkan pemanfaatan tumbuhan obat tersebut, maka perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam pengolahan tumbuhan obat, baik untuk pencegahan penyakit, mengobati penyakit, maupun untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Untuk membantu kelancaran kegiatan sosialisasi, dilakukan dengan membuat power point kemudian menjelaskan kepada warga cara pembuatan, serta manfaat jamu yang akan dibuat. Kegiatan sosialisasi diawali dengan penjelasan mengenai bahan serta manfaat jamu yang akan dibuat.



Gambar 1. Penyampaian materi dengan media power point.

Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan jamu jahe wangi bersama dengan ibu-ibu PKK yang di pandu oleh tim pengmas Desa Surat. Bahan dasar pembuatan jamu yang digunakan adalah jahe, kunyit, sereh, pandan yang didapatkan dari pekarangan rumah warga Desa Surat. Sosialisasi dilakukan dengan memberikan penjelasan secara langsung tentang cara pembuatan jamu serta khasiat dari jamu yang di buat.

Sosialisasi kepada masyarakat diberi penjelasan mengenai teknik membuat jamu jahe wangi yang sehat. Hal pertama yang yang didemonstrasikan kepada masyarakat adalah cara pemilihan bahan jamu yang baik dan segar.



Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi Pembuatan Jamu Jahe Wangi.

Selama kegiatan sosialisasi, warga menyimak dengan baik, sehingga kegiatan diskusi juga dapat

berjalan dengan lancar. Beberapa dari warga memberikan pertanyaan seperti; lama penyimpanan jamu, apakah boleh menambahkan bahan lain seperti asam dan beberapa pertanyaan lain. Jamu masih bisa dikonsumsi dalam waktu 7-10 hari apabila di simpan dalam kulkas, jamu sebaiknya tidak dipanaskan karena dapat merusak bahan aktif jamu sehingga jamu yang dikonsumsi tidak memberikan khasiat yang diharapkan.

Adapun cara pembuatan jamu antara lain

1. Cuci semua bahan yang digunakan, jahe, kunyit, sereh, pandan.
2. Geprek atau potong kecil-kecil dan tipis-tipis.
3. Setelah itu rebus semua bahan sampai mendidih.
4. Setelah mendidih tunggu sampai dingin kemudian disaring
5. Jamu siap disajikan.

Meskipun minuman jamu ini memiliki banyak manfaat, warga Desa Surat belum banyak yang memproduksi minuman jamu ini secara komersial. Diduga, hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memproduksi

minuman jamu sebagai obat tradisional. Oleh karena itu, dibuatkan contoh pengemasan jamu seperti pada (Gambar 3).



Gambar 3. Produk jamu jahe wangi

Setelah dilakukan kegiatan demonstrasi, penduduk desa dapat mengetahui tentang cara membuat jamu kunyit asam dan beras kencur yang sehat sebagai obat tradisional. Sehingga dapat dikatakan tujuan dari kegiatan sudah tercapai.

KESIMPULAN

Sosialisasi mengenai pemanfaatan tumbuhan obat keluarga yang diolah menjadi jamu tradisional ini berjalan dengan lancar. Masyarakat telah mengetahui cara pengolahan tumbuhan dari kawasan Toga seperti jahe, kunyit, serih dan pandan menjadi jamu tradisional yang sehat. Pengolahan dan pembuatan jamu tradisional tersebut diharapkan dapat menjadi salah satu sumber

penghasilan, serta diharapkan kegiatan sosialisasi ini bisa terus dilakukan secara rutin sehingga masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

1. Peraturan Menteri Kesehatan, R. I. (2012). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 006 Tahun 2012 Tentang Industri dan Usaha Obat Tradisional.*
2. Joru, E. L. M. . (2019). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Pola Penggunaan Obat Tradisional Untuk Pengobatan Mandiri di Kalangan Mahasiswa Kampus III Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.* Universitas Sanata Dharma.
3. Sumayyah, S., & Salsabila, N. (2017). *Obat Tradisional : Antara Khasiat dan Efek Sampingnya.* *Farmasetika.Com* (Online), 2(5),
4. Mulyani, H., Widyastuti, S. H., & Ekowati, V. I. (2016). *Tumbuhan Herbal Sebagai Jamu Pengobatan Tradisional Terhadap Penyakit Dalam Serat Primbon Jampi Jawi Jilid I.* *Jurnal Penelitian Humaniora*, 21(2), 73–9.
5. Nugraha, S. P., Agustiningsih, W. R. 2015. *Pelatihan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA).* *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan.* Vol. 6. No.1 Hal: 58-62
6. Katno PS. 2008. *Tingkat Manfaat dan Keamanan Tanaman Obat dan Obat Tradisional.*

Yogyakarta: Balai Penelitian
Tanaman Obat
Tawangmangu, Fakultas
Farmasi, UGM.

Jurnal Pengabdian Masyarakat,
5(2), 185–194.

7. Duaja, M. D., Kartika, E., Mukhlis, F., 2011. Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemberdayaan Wanita Dalam Pemanfaatan Pekarangan Dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Di Kecamatan Geragai. *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*. No. 52. Hal : 74-79
8. Luthviatin, N., Rokhmah, D., Ameliana, L. 2013. IbM Kelompok Masyarakat Osing Dalam Pemanfaatan Tumbuhan Obat Tradisional Suku Osing Banyuwangi. Unpublished Laporan Akhir IbM: Universitas Jember
9. Oktarlina, R. Z., Tarigan, A., Carolia, N., dan Utami, E. R. (2018). Hubungan Pengetahuan Keluarga dengan Penggunaan Obat Tradisional di Desa Nunggalrejo Kecamatan Punggur Kabupaten Lampung Tengah. *JK Unila*, 2(1), 42–46.
10. Ismiyana, F. (2013). *Gambaran Penggunaan Obat Tradisional Untuk Pengobatan Sendiri Pada Masyarakat Di Desa Jimus Polanharjo Klaten*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
11. Primiani, C. N., & Hidayati, N. R. (2021). Sosialisasi Pemanfaatan Tumbuhan Lokal Sebagai Jamu Masyarakat Desa Winong Kabupaten Madiun.