

## Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal untuk *Immune Booster Staff* Kebun Raya Liwa Di Masa Pandemi Covid-19

### *Herbal Drinks to Boost Immunity During the Covid-19 Pandemic for Liwa Botanical Garden Staff Training*

Endah Setyaningrum<sup>1</sup>, Endang Linirin Widiastuti<sup>1</sup>, Achmad Arifiyanto<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Biologi, FMIPA Universitas Lampung

\*Email korespondensi: [achmad.arifiyanto@fmipa.unila.ac.id](mailto:achmad.arifiyanto@fmipa.unila.ac.id)

#### Abstract

*The Sars-Cov2 virus, also known as the Covid-19 pandemic, has led in a rise in the usage of immune-boosting supplement items. This situation resulted in higher prices and a scarcity of stock on the market. This program seeks to motivate and educate UPT Liwa Botanical Garden (KRL) employees about the necessity of utilizing herbs to boost body 's immune system during the Covid-19 outbreak. The activity's target audience is workers, who interact often with tourists from various locations. Twenty persons participated, including KRL officials, Lumbok Seminung Kehati Park Managers, and KRL apprentice students. This activity takes the form of providing content, question and answer sessions, demonstrations on how to make herbal beverages, and training assessment using pre and post-test questionnaires. The results of the training implementation revealed an increase in participants' motivation and understanding of the importance of herbal functions and the skills of making herbal drinks, as evidenced by their enthusiasm in the discussion both before and after the demonstration of making herbal drinks.*

**Keywords:** Covid-19, Herbal drinks, Liwa Botanical Garden

#### Abstrak

Virus Sars-Cov2 yang mewabah menjadi pandemi dikenal dengan wabah Covid-19, mengakibatkan naiknya permintaan konsumsi suplemen peningkat daya tahan tubuh. Kondisi tersebut berdampak meningkatnya harga dan terbatasnya *stock* di pasaran. Tujuan dari kegiatan ini adalah memotivasi dan memberikan informasi para staf UPT Kebun Raya Liwa (KRL) tentang pentingnya penggunaan herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh di tengah pandemi Covid-19. Sasaran kegiatan adalah pegawai UPT KRL, karena tingginya interaksi dengan wisatawan dari berbagai daerah. Peserta diikuti sebanyak 20 orang terdiri dari staff KRL, Pengelola Taman Kehati Lumbok Seminung dan mahasiswa magang di KRL. Metode kegiatan ini berupa penyampaian materi, tanya jawab, dilanjutkan demonstrasi pembuatan minuman herbal, dan evaluasi pelatihan dengan pemberian kuisioner *pra* dan *post*-test. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa motivasi dan pemahaman peserta akan pentingnya fungsi herbal dan keterampilan membuat minuman herbal meningkat, hal ini dapat dilihat dari antusiasme peserta selama diskusi baik sebelum maupun sesudah dilakukan pemaparan dan praktik pembuatan minuman herbal.

**Kata Kunci:** Covid-19, Kebun Raya Liwa, Minuman Herbal.



Copyright © 2022 Hippocampus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

Cara Sitasi: Setyaningrum, E., Widiastuti, E. L., & Arifiyanto, A. (2022). Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal untuk Immune Booster Staff Kebun Raya Liwa Di Masa Pandemi Covid-19. *Hippocampus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 47-51. <https://doi.org/10.47767/hippocampus.v1i2.418>



## PENDAHULUAN

Kebun Raya Liwa (KRL) Lampung Barat merupakan objek wisata andalan Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung. Ketika diterapkan kegiatan pembatasan saat *pandemic* Covid-19 praktis operasional KRL dibuka secara secara terbatas. Muncul fenomena kelangkaan suplemen peningkat daya imun di apotek (Ernawati & Fazadini, 2022). Hal ini didorong oleh *panic buying* masyarakat di tengah (Wuryaningrat et al., 2020), ketidakpastian sampai kapan wabah berakhir dan program vaksinasi yang terbatas (Fadila & Holik, 2020). Kelangkaan tersebut sebetulnya bisa ditanggulangi dengan konsumsi produk herbal yang lebih mudah diperoleh (Agustina et al., 2021).

Kegiatan ini bermaksud untuk meningkatkan pemahaman imunitas terhadap penularan Covid-19 serta mengedukasi staff KRL membuat minuman herbal. Pembuatan minuman herbal dilakukan dengan mempertimbangkan bahan herbal seperti jahe, kencur, temulawak, kunyit, kayu manis, jinten hitam, serai, kapulaga, cengkeh, dan kelor (Agil et al., 2019) yang mudah diperoleh di pasar tradisional dan koleksi KRL sendiri. Produk minuman herbal merupakan opsi pengganti suplemen bagi karyawan KRL. Kegiatan ini disampaikan pula terkait manfaat pembuatan dan kandungan dari tanaman obat yang digunakan. Melalui edukasi tanaman obat, membuat dan mencicipi minuman yang dimasak dapat mempermudah staff KRL menekan penyebaran Covid-19 di daerahnya, selain manfaatnya untuk daya tahan tubuh. Peserta kegiatan ini didominasi staff wanita KRL sebanyak 20 orang, dengan tetap mengikuti protokol kesehatan secara ketat (Asharo et al., 2021). Setelah pelatihan setiap peserta diberi buku saku berisi informasi khasiat minuman herbal dan cara membuatnya, agar mampu membuatnya sendiri di rumah.

Upaya sosialisasi konsumsi dan pembuatan minuman herbal bermanfaat menambah *skill* karyawan KRL, juga berguna memicu daya tahan tubuh dan berpotensi meningkatkan pendapatan instansi. Minuman herbal memiliki potensi ekonomi untuk meningkatkan penghasilan keluarga (Ismono et al., 2018). Materi pelatihan pembuatan minuman herbal terdiri dari sirup lemon sereh, jahe sereh, empon-empon, dan kunyit asem yang siap dipasarkan di kios dan pedagang

jamu. Sirup lemon sereh mudah dibuat baik disajikan keadaan dingin maupun hangat. Produk ini dapat bertahan cukup tahan lama, sehingga mempunyai daya jual yang tinggi, selain menjadi *buffer* peningkat daya tahan tubuh selama wabah Covid-19 ini.

## METODE

PKM ini dilaksanakan di Kebun Raya Liwa (KRL) Lampung Barat. Peserta PKM terdiri dari 20 karyawan KRL, Mitra binaan, serta Mahasiswa magang KRL. Tahapan pelatihan ini, yaitu:

1. Persiapan dan pembuatan buku saku minuman herbal.
2. Pembuatan konten paparan minuman herbal, potensi usaha, pengelolaan dan *packaging*.
3. Membagikan sampel olahan minuman herbal kepada peserta pelatihan sesuai bahan yang disiapkan.
4. Demo pembuatan minuman herbal oleh peserta pelatihan. Peserta dikelompokkan menjadi 4 *group* (terdiri dari 5-6 anggota) dan setiap *group* mempraktikkan cara memasak minuman herbal. Kemampuan peserta pelatihan dievaluasi melalui kuisisioner (Tukiran, 2021).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan abdimas yang disampaikan terkait khasiat bahan herbal/ obat untuk menambah imunitas tubuh dan cara yang sederhana mengolah simplisia, serta menyampaikan *urgency* menjaga daya tahan tubuh di masa pandemi Covid-19 (Prihandiwati & Rahim, 2021). Jahe, jeruk lemon, kunyit, dan madu merupakan bahan simplisia tanaman obat yang dipilih dalam pembuatan minuman herbal. Penggunaan bahan tersebut dikarenakan kandungan kimiawinya serta kemudahan memperoleh dan budidayanya di masyarakat (Hasanah, 2020). Penyampaian materi pelatihan kepada peserta pelatihan dilakukan sesudah peserta diberikan *pra-test*, dan para peserta pelatihan. Penyampaian materi kegiatan pada peserta pelatihan dapat dilihat pada Gambar 1.





Gambar 1. Pemaparan di depan peserta pelatihan oleh Tim PKM

Secara umum diskusi mengenai materi pelatihan antara narasumber dan peserta pelatihan tersebut mendapatkan tanggapan yang sangat positif dari para peserta mengingat pembuatan minuman herbal ini mudah dilakukan dan sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh karena dapat meningkatkan imunitas sehingga diskusi antar peserta juga sangat dinamis, mengingat masih banyak tenaga staff di KRL yang belum memahami cara pembuatan minuman herbal dengan memanfaatkan tanaman yang banyak di sekitar Kebun Raya Liwa. Hal tersebut dapat dilihat keaktifan peserta dalam pelatihan ini misalnya dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan sekitar materi pelatihan.



Gambar 2. Praktik pengenalan bahan pembuatan minuman herbal

Peserta selain mengikuti kegiatan pemberian materi pelatihan oleh Tim Kegiatan, juga mengikuti kegiatan demonstrasi pembuatan minuman herbal mulai dari pemilihan bahan sampai produksi dengan antusias memiliki keterampilan dalam pembuatan minuman herbal berbentuk cair mencakup lemon sereh, jahe sereh, dan beras

kencur (Gambar 2) maka dilakukan penilaian kuisisioner untuk mengetahui sejauh mana staff KRL dalam memenuhi target capaiannya (Tabel 1),

Tabel 1. Penilaian Keterampilan pembuatan minuman Lemon Sereh

No	Uraian Kinerja	Score			
		1	2	3	4
1	Menyiapkan bahan minuman berupa sereh dan lemon			X	
2	Mencuci Sereh dan lemon				X
3	Menggeprek sereh				X
4	Memasukkan gula, garam, dan sereh geprek ke dalam air mendidih di bejana			X	
5	Mengaduk campuran hingga semua larut				X
6	Memasukkan perasan lemon jika minuman sudah dingin			X	
7	Menyajikan minuman jahe sereh			X	

Deskripsi:

- 1= Kurang,
- 2= Cukup,
- 3= Baik, dan
- 4= Sangat baik

Pada Tabel 1 diperoleh informasi bahwa peserta pelatihan telah mempunyai keterampilan membuat minuman lemon sereh khususnya dalam membersihkan batang sereh, lalu memasukkan sereh yang sudah digeprek pada bejana berisi air mendidih dengan kriteria sangat baik. Saat peserta menambahkan irisan lemon yang sudah dikupas, lupa air masih dalam kondisi panas. Kemudian, pemanasan dan pengadukan berjalan lancar, dengan tetap menjaga di kondisi api kecil agar tidak terjadi letupan. Peserta Nampak masih kebingungan dalam menyajikan sirup lemon sereh, terutama saat menuangnya ke dalam wadah.

Tabel 2. Penilaian Keterampilan pembuatan minuman Jahe Sereh

No Uraian Kinerja	Score			
	1	2	3	4
1 Mengupas rimpang jahe dan kulit lemon			X	
2 Mencuci rimpang jahe, lemon dan sereh				X
3 Menggeprek jahe dan sereh				X
4 Memasukkan gula, garam, jahe dan sereh geprek ke dalam panci yang berisi air yang telah mendidih			X	
5 Mengaduk campuran hingga semua larut				X
6 Memasukkan perasan lemon jika minuman sudah dingin			X	
7 Menyajikan minuman jahe sereh			X	

Keterangan:  
1= Kurang,  
2= Cukup,  
3= Baik, dan  
4= Sangat baik

Pada Tabel 2 menerangkan bahwa seluruh peserta pelatihan telah dapat dan terampil membuat minuman herbal wedang jahe sereh dengan kriteria sangat baik. Sayangnya, proses mencuci jahe hingga bersih (kriteria baik) terkendala oleh aliran air yang kurang lancar, sehingga perlu mengambil sumber air dari lantai satu. Cara mengupas rimpang jahe dengan tipis menunjukkan peserta trampil dalam mengupas bahan kulit jahe.

Berdasarkan hasil evaluasi ujian tertulis pada awal kegiatan (*Pra-test*) dan ujian tertulis di akhir kegiatan (*Post-test*) peserta pelatihan ini, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yaitu sebesar 70,9 %. Berdasarkan hasil *pra-test* yang dilakukan sebelum pelatihan, peserta sudah memiliki skore rata-rata 66,75 poin. Setelah melakukan

pelatihan rata-rata pemahaman peserta meningkat 95,5 poin. Pelatihan ini dikatakan berhasil, karena rata-rata peningkatan capaian sebesar 25% dan peningkatan pencapaian tertinggi dari dua orang peserta yang mencapai 50%.

## KESIMPULAN

Pelatihan ini berguna untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan staff KRL dalam membuat minuman herbal. Motivasi dan pemahaman peserta akan pentingnya fungsi herbal dan keterampilan membuat minuman herbal meningkat, hal ini dapat dilihat dari antusiasme peserta selama diskusi baik sebelum maupun sesudah dilakukan pemaparan dan praktik pembuatan minuman herbal.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada pimpinan, staff, karyawan KRL, dan semua pihak atas terselenggaranya kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agil, M., Wahyuni, T. S., Studiawan, H., & Rakhmawati, R. (2019). Optimalisasi Pemanfaatan Herbal Untuk Kesehatan Masyarakat Desa Wajik Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 24(4), 883.  
<https://doi.org/10.24114/jpkm.v24i4.12515>
- 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.
- Asharo, R. K., Arifiyanto, A., Khaleyla, F., & Rahmadi, C. T. (2021). Wawasan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Masa Kenormalan Baru dalam Upaya Mencegah Penyebaran Covid-19 di Lingkungan Sekolah. *Mitra Mahajana: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 184–192.  
<https://doi.org/10.37478/mahajana.v2i2.977>
- Ernawati, I., & Fazadini, S. Y. (2022).



- Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Bijak Penggunaan Suplemen Di Era Covid-19. *RESONA: Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 61. <https://doi.org/10.35906/resona.v6i1.787>
- Fadila, N. R., & Holik, H. A. (2020). Review Artikel: Fenomena Panic Buying Terhadap Obat-Obatan Pada Masa Pandemi Covid-19. *Farmaka*, 18(1), 1–15.
- Hasanah, S. U. (2020). Lindungi Imunitas Masyarakat Dengan Minuman Herbal. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 212–218. <https://doi.org/10.31960/caradde.v3i2.602>
- Ismono, I., Suyatno, S., & Hidajati, N. (2018). Pelatihan Pembuatan Serbuk Minuman Herbal Instan Untuk Warga Desa Jajar, Kecamatan Talun, Kabupaten Blitar. *Jurnal ABDI*, 3(2), 76. <https://doi.org/10.26740/ja.v3n2.p76-83>
- Prihandiwati, E., & Rahim, A. (2021). Pemanfaatan Tanaman Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh di Desa Tatah Layap, Martapura, Kalimantan Selatan. *Jurnal Bakti Untuk Negeri*, 1(1), 33–37.
- Tukiran, T. (2021). Pembuatan Minuman Empon-Empon Dan Wedang Alang-Alang Bagi Ibu-Ibu Desa Marengan Laok, Kecamatan Kalianget, Kabupaten Sumenep. *Jurnal ABDI: Media Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 23. <https://doi.org/10.26740/ja.v7n1.p23-29>
- Wuryaningrat, N. F., Pandowo, A., & Kumajas, L. I. (2020). Persepsi Sosial Masyarakat Sulawesi Utara Di Saat Pandemi Covid-19. *INOBISS: Jurnal Inovasi Bisnis Dan Manajemen Indonesia*, 4(1), 20–35. <https://doi.org/10.31842/jurnalinobis.v4i1.163>