

## PELATIHAN PEMBUATAN MINUMAN DARI TANAMAN EMPON-EMPON PADA KULIAH KERJA NYATA DARI RUMAH DI KELURAHAN TAMANAN KEC. MOJOROTO KOTA KEDIRI

**M. Jamalun Nizar<sup>1</sup>, Ervin Arifudin<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>[nizarjamal821@gmail.com](mailto:nizarjamal821@gmail.com) , <sup>2</sup>[Ervinarifudin18@gmail.com](mailto:Ervinarifudin18@gmail.com)

<sup>1,2</sup>Institut Agama Islam Tribakti Lirboyo Kediri, Indonesia

---

### **Article History:**

*Received:* 1-12-2022

*Revised:* 4-12-2022

*Accepted:* 10-12-2022

**Keywords:** *Training, Plant, Empon-empon*

### **Abstract:**

*This article aims to innovate and use empon-empon as a booster for citizens' immunity from the Covid-19 virus. Where this activity was carried out during KKN-DR during the pandemic. The KKN-DR model uses the PAR (Participatory Action Research) method. PAR has three key variables namely, Participatory, Action (action) and Research (research). The results of the activity stated that KKN-DR which is oriented towards increasing the potential of students where they live can be carried out well. The focus of KKN-DR is on socializing the prevention and anticipation of Covid-19, as well as making herbal drinks made from empon-empon. There are advantages and disadvantages in carrying out the KKN DR program activities that have been carried out in carrying out these KKN DR activities. As a recommendation, it is necessary to increase the understanding and importance of the toga plant as a preventive measure for all forms of minor ailments. Given its massive availability in several places.*

---

## **PENDAHULUAN**

Pandemi covid-19 berimbas pada beberapa kegiatan di Perguruan Tinggi. Dimana ketika perkuliahan diselenggarakan online, maka untuk KKN diperlukan penyesuaian. Salah satu bentuk penyesuaiannya terdapatnya program KKN Individu dari rumah atau KKN-DR. Dosen dan mahasiswa disatu sisi diberikan kebebasan untuk berekspresi, namun disisi lain harus siap berinovasi mengingat penilaian yang dilakukan murni atas tugas individunya.

KKN-DR merupakan program KKN yang dilaksanakan oleh seorang mahasiswa saja. Dalam pelaksanaannya tetap harus koordinatif dan sinergi dengan pemangku kebijakan mulai dari tingkat paling rendah yakni RT. Kejelian dan ketepatan analisis mahasiswa diperlukan mengingat program-program yang diambil dan coba diterapkan setidaknya memberikan warna dalam masyarakat.

Salah satu tawaran yang coba dilakukan oleh tim adalah sosialisasi dan pencegahan covid-19. Mengingat masih banyak masyarakat yang kurang peduli dengan keberadaan virus ini. Tim KKN-DR Mahasiswa mencoba merumuskan langkah-langkah sosialisasi dan bentuk pencegahannya untuk kemudian diterapkan di kawasan tempat tinggalnya masing-masing.

Bentuk kegiatan awalnya yaitu dengan memberikan sosialisasi kepada masyarakat sekitar tentang keberadaan covid-19. Peserta KKN individu dapat mempersiapkan penyuluhan tentang bahaya dari virus corona, *update* informasi sebaran virus corona, dan juga aturan-aturan pemerintah serta web resmi pemerintah terkait informasi covid. Menggunakan media sosial sebagai sarana yang paling familiar di era sekarang biar masyarakat mudah mengaksesnya. Dilanjutkan dengan pembuatan poster edukatif terkait covid-19. Poster ditempelkan pada tempat strategis seperti papan pengumuman di desa, pos kamling, atau masjid. Peserta KKN-

DR melanjutkan pesan edukatif dari pemerintah dengan semboyan 3M yaitu menggunakan masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak.

Pencegahan virus bisa dimulai dengan rajin dan rutinnya seseorang mengonsumsi ramuan herbal. Dimana ramuan ini menjadi salah satu pilihan untuk memperkuat sistem imun manusia. Ramuan herbal banyak ditemui di masyarakat mengingat ketersediaan bahan yang mudah dan murah serta prosesnya tidak begitu lama. Kusumo dan Ratna (2020) menjelaskan bila, bahan herbal tersebut dapat diolah menjadi minuman yang sangat bermanfaat untuk meningkatkan imunitas tubuh. Wahyuningsi dan Widyastuti (2019) menguatkan, *immune booster* dimana terdiri dari beberapa bahan herbal yang diantaranya jahe, kunyit, temulawak, kayu manis, dan sereh dimana bahan tersebut banyak mengandung senyawa berkhasiat. Handriatni (2020) menyatakan imunitas tubuh sangat penting untuk dapat mengeluarkan virus dari dalam tubuh.

Pada masa pandemi Kelurahan Tamanan Kecamatan Mojoroto Kota Kediri juga terdampak adanya pembatasan kegiatan sosial. Hal ini yang kemudian menjadikan banyak kegiatan atau aktivitas di luar rumah menjadi berkurang drastis. Sebelumnya, Kelurahan Tamanan Mojoroto merupakan daerah yang dikenal akan keharmonisan warganya. Dimana masyarakat hidup rukun dan selalu membantu apabila dari salah satu warga ada yang membutuhkan bantuan. Beberapa kegiatan yang kerap dilakukan warga Tamanan antara lain adalah jamaah Yasin, kumpulan warga, arisan ibu-ibu dan beberapa kegiatan keagamaan lain seperti di Masjid An-Nur Jengglik Tamanan.

Warga Tamanan dalam menghadapi pandemi COVID-19 memiliki kesadaran yang baik. Dimana hal ini terbukti dengan inisiatif mereka untuk menyediakan tempat cuci tangan di setiap rumah warga. Mereka juga membiasakan menggunakan masker apabila keluar dari rumah dan menjaga jarak apabila berada dalam kerumunan. Kondisi yang sama juga ada di Masjid An-Nur yang menerapkan protokol kesehatan yang diinstruksikan oleh pemerintah dalam menghadapi COVID-19. Dengan cara menyediakan tempat cuci tangan bagi jamaah yang akan beribadah ke masjid, menyediakan *hand sanitizer*, menyediakan masker, serta memberi batas jarak sholat didalam masjid.

Warga Tamanan di sekitar tempat tinggalnya juga memiliki bahan-bahan yang bisa dimanfaatkan untuk membuat jamu seperti temulawak, kunyit, jahe, beras kencur. Berdasarkan pengamatan (2020), masih banyak tanaman herbal yang kurang dimanfaatkan oleh warga Tamanan yang mendorong tim KKN-DR berupaya berinovasi agar tanaman tersebut menjadi salah satu penguat imunitas dari virus covid-19. Artikel ini bertujuan untuk melakukan inovasi dan penggunaan empon-empon sebagai penguat imunitas warga dari virus covid-19.

## **METODE**

Model KKN dari rumah yang dilakukan ini menggunakan metode PAR (*Participatory Action Research*). PAR mempunyai tiga Variabel kunci yaitu, Partisipatoris, Action (aksi) dan Research (penelitian). Zainuddin (2014) menyatakan, ketiga Variabel tersebut dirumuskan sebagai berikut: (1) *Research* (Penelitian), tahap ini adalah merupakan tahapan penelitian tentang permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat, permasalahan tersebut dipahami sedemikian mendalam dan mendetail, sehingga masalah tersebut bisa diketahui dengan jelas sebab dan akibatnya, (2) *Action* (aksi), setelah mengetahui masalah-masalah tersebut secara mendalam dan mendetail, barulah masuk langkah yang kedua yaitu pencarian alternatif jalan keluar untuk memecahkan masalah tersebut, yang kemudian diterjemah kedalam beberapa item program kerja yang akan dilaksanakan, dan (3) *Participatory*, kedua item di atas dilaksanakan secara partisipatoris, artinya dengan melibatkan seluruh komponen masyarakat dalam melakukan identifikasi masalah serta teknik pemecahannya secara bersama-sama.

Pelaksanaan pengabdian ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, diantaranya sebagai berikut;

1. FGD Identifikasi masalah

Tahap identifikasi masalah dilaksanakan dengan cara survey dan wawancara para ketua Rt dan Rw Kelurahan Tamanan. Tujuannya mengetahui dinamika pandemi covid 19 di Tamanan dan potensi apa yang bisa dikembangkan.

2. FGD penentuan strategi dan langkah pemecahan masalah

Peserta KKN bermusyawarah untuk menentukan strategi aksi yang akan dilaksanakan sesuai dengan kondisi di Kelurahan Tamanan.

3. Pelaksanaan

Melaksanakan hasil FGD.

4. Evaluasi

Evaluasi dalam kegiatan KKN dari rumah sebagai bahan refleksi dan laporan.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

1. Hasil

Kuliah Kerja Nyata Dari Rumah (KKN- DR) di Kel. Tamanan Kec. Mojoroto Kota Kediri dilakukan dengan beberapa tahap mulai dari perencanaan, pelaksanaan, sampai evaluasi. Dimana semua prosesnya menjadi penentu sejauh mana KKN-DR berhasil. Perencanaan selain dilakukan oleh peserta KKN-DR juga melibatkan beberapa pihak demi kesuksesan kegiatan yang akan dilakukan.

Jadwal yang ditetapkan antara lain sebagai berikut:

No.	Hari/Tanggal	Jenis Kegiatan	Target
1.	Rabu, 1 juli 2020	Perkenalan DPL dan pembentukan pengurus KKN-DR Kleompok 1	Semua anggota kelompok 1
2.	Kamis, 2 juli 2020	Musyawahroh penentuan program yang akan dikerjakan	Semua anggota kelompok 1
3.	Jumat, 3 juli 2020	Silaturrohim ke ketua RT.02 RW.03 Kelurahan Tamanan kec. Mojoroto Kota Kediri	Izin ketua RT.02 RW.03 terkait dengan kegiatan KKN-DR di Masjid An-Nur
4.	Sabtu, 4 juli 2020	Silaturahim ke Pengurus / Takmir Masjid An-Nur Lingkungan Jengglik RT.02 RW.03 Kelurahan Tamanan	Izin ke pengurus/ Takmir Masjid An-Nur terkait dengan kegiatan KKN-DR yang penulis laksanakan di masjid AN Nur lingkungan Jengglik

		Kec.Mojoroto Kota Kediri	RT.02.RW.03 Kelurahan Tamanan Kec. Mojoroto Kota Kediri
5.	Minggu, 5 juli 2020	Sosialisai tentang bahaya COVID-19 dan pencegahanya	Jamaah Masjid An- Nur
6.	Senin, 6 juli 2020	Sosialisasi cara pembuatan Jamu Tradisional pembagian Jamu gratis kepada Jamaah Masjid An- Nur	Jamaah Masjid An- Nur
7.	Selasa, 7 juli 2020	Pembuatan Masker	-
8.	Rabu, 8 juli 2020	Sosialosai Manfaat dan Pembuatan Masker serta Pembagian masker gratis kepada Jamaah Masjid An- Nur	Jamaah Masjid An- Nur lingkungan jenggluk RT.02 RW.03 Kelurahan Tamanan Kec. Mojoroto Kota Kediri
9.	Kamis, 9 juli 2020	Laporan hasil kegiatan ke DPL dan group kelompok 1 KKN- DR 2020.	DPL memberikan ACC

## 2. Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan program KKN-DR dimulai dari silaturahmi ke ketua RT Lingkungan Jenggluk RT.02 RW.03 Kelurahan Tamanan Kecamatan Mojoroto Kota Kediri. Dilanjutkan dengan silaturahmi ke Pengurus/Takmir Masjid An-Nur yang berada di Lingkungan Jenggluk RT.02 RW.03 Kelurahan Tamanan Kecamatan Mojoroto Kota Kediri. Dan yang paling utama adalah merespon masukan dari pengurus Masjid An-Nur untuk memberikan sosialisai kepada Jamaah Masjid An-Nur tentang penyebaran Virus Covid-19 dan upaya pencegahan untuk terhindar dari Virus tersebut.

Setelah itu melakukan sosialisasi pada jamaah Masjid An-Nur untuk menerapkan pola hidup sehat dengan rajin cuci tangan, selalu menggunakan masker ketika keluar rumah atau melakukan kegiatan ibadah di masjid, *physical distancing* (Jaga Jarak), menjaga daya tahan tubuh, menjaga kebersihan rumah. Memberikan sosialisasi cara pembuatan dan pembagian jamu tradisional untuk menjaga kesehatan dan kebugaran Jamaah Masjid An-Nur.

Proses pembuatan Jamu tradisional bahan-bahan meliputi kunyit 5cm, temu lawak 3 cm, jahe 3 cm, serai 1 batang, kayu manis 5 cm, asam jawa ½ sendok the, gula jawa (gula aren) sesuai selera, bahan untuk tiap 500 mg atau 2 gelas. Cara pembuatannya cuci sampai

bersih semua bahan diatas terus potong tipis (kunyit, jahe, temu lawak) untuk serai gigeprek saja biar lebih terasa aromanya, kemudian siapkan air dalam panci masukkan semua bahan masak sampai air benar-benar mendidih, lalu jamu siap dikonsumsi, bisa diminum salagi hangat.

Warga terlihat antusias mengingat jamu berbahan empon-empon mudah didapat di pekarangan mereka. Adapun manfaat tanaman empon-empon antara lain adalah, kunyit merupakan rimpang yang sangat multifungsi. Selain bisa dimanfaatkan sebagai obat juga bisa untuk menambah cita rasa masakan, warnanya yang kuning membuat masakan menjadi lebih berwarna. Manfaat bagi kesehatan mampu membantu anda menyembuhkan penyakit kolesterol tinggi, mengobati penyakit kuning, radang gusi, diabetes, radang mata dll.

Jahe memiliki banyak manfaat untuk kesehatan tubuh anda, aromanya yang segar mampu mengurangi rasa mual ibu hamil dipagi hari, manfaat lainnya mengobati radang sendi, perut kembung, dan nyeri saat menstruasi. Kencur menetralsir rasa pedas agar tidak membuat perut anda mulas dan juga melegakan perut kembung. Temu Lawak Bisa digunakan sebagai anti bakteri karena kandungan xantorhizolnya bisa untuk anti radang anti oksidan mampu menghambat pertumbuhan dan perkembangan sel kangker palin ampuh lagu untuk melancarkan darah (Hadijah, 2020).

Serai Untuk mengobati rasa masuk angin, menghangatkan tubuh, meredakan radang tenggorokan dan perut kembung (Mahadi, 2020). Kayu Manis menurunkan gula darah, mencegah penuaan dini, meringankan berbagai macam gejala menstruasi, baik untuk kesahan jantung, baik untuk kesehatan otak, melindungi tubuh dari bahaya Radikal Bebas (Nurnafisa, 2020).

Sosialisai pembuatan dan pembagian masker gratis ke Jamaah Masjid An-Nur, langkah-langkah pembuatan masker bahan-bahan meliputi kain kaos, jarum dan benang jahit, tali dari bahan kain kaos, gunting, mesin jahit. Proses pembuatan masker, pertama potong kain kaos ukuran 20 x 15 cm, kemudian potong kain atau pita elastis untuk tali kira-kira 45 cm 3, jahit seluruh lapisan kain lakukan backstich atau terhnik menjahit beberapa kali agar jahitan kokoh di semua bagian terutama pada bagian tali agar kuat (Adrian, 2020). Manfaat Masker di Masa Pandemi diantaranya dapat menghindri paparan polusi udara, mencegah penularan penyakit, melindungi wajah dari efek negative sinar Matahari dan polusi.

## **PENUTUP**

KKN-DR yang berorientasi pada peningkatan potensi mahasiswa di tempat mereka tinggal dapat dilakukan dengan baik. Fokus KKN-DR pada sosialisasi pencegahan danantisipasi covid-19, serta membuat minuman herbal berbahan empon-empon.

Pelaksanakan kegiatan program KKN DR yang telah dilakukan ada kekurangan dan kelebihan dalam melaksanakan kegiatan KKN DR tersebut. Sebagai rekomendasinya adalah, perlu ditingkatkan pemahaman dan pentingnya tanaman toga sebagai langkah preventif atas segala bentuk penyakit ringan. Mengingat ketersediannya yang cukup masif di beberapa tempat.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Tim sampaikan ucapan terimakasih kepada Rektor IAI Tribakti Lirboyo Kediri beserta jajarannya, Kepala LP3M IAI Tribakti Lirboyo Kediri, Dekan dan Wakil Dekan IAI Tribakti Lirboyo Kediri, seluruh panitia KKN-DR, Kepala Kelurahan Tamanan, dan warga Tamanan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, Albi, dan Johan Setiawan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak, 2018.
- Ayu Isti Prabandari. "10 Manfaat Rebusan Kayu Manis, Salah Satunya Dapat Memperkuat Kekebalan Tubuh." <https://m.merdeka.com/jateng/10-manfaat-rebusan-kayu-manis-salah-satunya-dapat-memperkuat-kekebalan-tubuh-klm.html> (blog), 8 Juli 2020.
- Kevin Adrian, "Berbagai Alasan Memakai Masker Mulut untuk Kesehatan." <https://www.alodokter.com/berbagai-alasan-memakai-masker-mulut-untuk-kesehatan> (blog), 20 Juli 2020.
- Hadijah, Siti. "Inilah Segudang Manfaat Jamu yang Perlu Anda Ketahui." <https://www.cermati.com/artikel/inilah-segudang-manfaat-jamu-yang-perlu-anda-ketahui> (blog), 8 Juni 2020.
- Mahadi, Samala. "5 Manfaat Serai Untuk Kesehatan | Dilengkapi Cara Pengolahan." <https://www.99.co/blog/indonesia/manfaat-serai-untuk-kesehatan/> (blog), 8 Juli 2020.
- Shafa Nurnafisa. "Bisa cegah paparan virus corona, ini cara membuat masker kain." <https://id.theasianparent.com/cara-membuat-masker-kain/> (blog), 8 Juli 2020.