

**PELATIHAN PEMBUATAN JAMU SERAI UNTUK MENINGKATKAN  
IMUNITAS TUBUH DI MASA PANDEMI COVID-19**

***TRAINING IN MAKING LEMONGRASS HERBS TO IMPROVE IMMUNITY  
DURING THE COVID-19 PANDEMIC***

<sup>1)</sup>Lailatul Jamilah <sup>2)</sup>Diah Arum Istianah <sup>3)</sup>Mellynda Syahrin N <sup>4)</sup>Dhea Ayu Pitaloka <sup>5)</sup>Umar Yeni  
Suyanto <sup>6)</sup>Heti Nur Ani

<sup>1)</sup> Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, [lailatuljamilah72@gmail.com](mailto:lailatuljamilah72@gmail.com)

<sup>2)</sup> Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, [diaharum@gmail.com](mailto:diaharum@gmail.com)

<sup>3)</sup> Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, [mellyndas@gmail.com](mailto:mellyndas@gmail.com)

<sup>4)</sup> Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, [dheaayu@gmail.com](mailto:dheaayu@gmail.com)

<sup>5)</sup> Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, [suyanto@gmail.com](mailto:suyanto@gmail.com)

<sup>6)</sup> Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, [stikesmuhlaners@gmail.com](mailto:stikesmuhlaners@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Munculnya wabah penyakit Corona Virus Disease-19 (Covid-19) sangat mempengaruhi kehidupan manusia, dimana bulan Juli 2021 tahun ini merupakan tingkat pelonjakan kasus COVID-19 yang beredar dimana-mana justru malah membuat imunitas tubuh masyarakat semakin menurun dan semakin banyak yang sakit karena rasa kekhawatiran mereka sendiri, utamanya pada masyarakat Ds. Somowinangun Kec. Karangbinangun Kab. Lamongan. Tujuan dilakukannya pengabdian masyarakat ini yaitu untuk membantu dan memberikan arahan kepada masyarakat agar tidak terlalu cemas dalam menghadapi kasus COVID-19. Dan dalam pengabdian kali ini kami berinisiatif untuk mensosialisasikan pembuatan jamu alami yaitu jamu serai, dengan bahan yang mudah didapatkan dan dengan modal yang sangat ekonomis. Resep jamu serai ini sudah digunakan di salah satu Puskesmas di Lamongan, jadi sudah terjamin keamanan dan keefisienannya. Sekaligus memperkenalkan salah satu pembuatan jamu alami kepada masyarakat utamanya Ds. Somowinangun yang nantinya bisa digunakan sebagai ladang bisnis utamanya di masa pandemi saat ini. Hasil kegiatan ini sangat sesuai yang diharapkan yaitu masyarakat menjadi lebih bersikap tenang dan Imunitas tubuh lebih meningkat dalam menghadapi pandemi COVID-19.*

**Kata Kunci:** Covid-19, Jamu , serai , Pelatihan

**ABSTRACT**

*The emergence of the Corona Virus Disease-19 (Covid-19) outbreak has greatly affected human life, where July 2021 this year was a spike in the rate of COVID-19 cases circulating everywhere, it actually made people's immune systems decrease and more and more people got sick because of it. their own worries, especially in the community of Ds. Somowinangun Kec. Karangbinangun Kab. Lamongan. The purpose of this community service is to help and provide direction to the community so that they are not too anxious in dealing with COVID-19 cases. And in this service, we took the initiative to socialize the manufacture of natural herbal medicine, namely herbal lemongrass, with ingredients that are easily available and with very economical capital. This herbal lemongrass recipe has been used in one of the Puskesmas in Lamongan, so its safety and efficiency are guaranteed. At the same time introducing one of the natural herbal medicine manufacture to the community, especially Ds. Somowinangun which can later be used as its main business field during the current pandemic. The results of this activity are very much in line with what is expected, namely the community becomes more calm and the body's immunity increases in the face of the COVID-19 pandemic.*

**Keyword:** Covid-19, Herbal Medicine, Lemongrass, Training

## PENDAHULUAN

Virus SARS-CoV-2 Pertama kali terdeteksi di China pada akhir 2019 dan pada Juni 2021, telah menyebar ke seluruh dunia menyebabkan lebih dari 178 juta kasus yang dikonfirmasi dan 3,9 juta kematian. Beberapa kasus awal terkait dengan pasar basah di Wuhan, tempat klaster pertama infeksi COVID-19 tercatat. Selama beberapa bulan terakhir, para ilmuwan telah mencapai konsensus luas bahwa virus menyebar sebagai akibat dari "zoonotic spillover" atau "virus yang melompat" dari hewan yang terinfeksi ke manusia, sebelum menjadi sangat menular dari manusia ke manusia. Keberadaan virus corona yang mampu menginfeksi manusia pada kelelawar China telah didokumentasikan dengan baik sebelum pandemi, sebagian berkat penelitian di laboratorium Wuhan. Ahli teori kebocoran laboratorium, disisi lain menganggap mencurigakan bahwa wabah awal terjadi di kota merupakan rumah bagi beberapa laboratorium dengan sistem keamanan tinggi, yang menampung virus corona berbahaya. Mereka mengutip laporan intelijen AS yang mengatakan bahwa tiga ilmuwan di WIV jatuh sakit pada musim gugur 2019, sebelum virus mulai menyebar-klaim yang dibantah keras oleh otoritas China. Di Indonesia, terlebih di tengah pandemi COVID-19, hoaks dan misinformasi telah menjadi masalah akut. Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemkominfo) mencatat terdapat 1.600 hoaks terkait COVID-19 dari bulan Januari 2020 hingga Juni 2021. Virus memengaruhi orang dengan cara yang sangat berbeda. Hal ini menjadi sesuatu yang sangat penting untuk memahami bagaimana dan untuk berapa lama sistem kekebalan tubuh melawan virus Covid-19. Kekebalan tubuh atau imunitas pada pasien yang terinfeksi Covid-19 bertahan lama. Namun, belum sepenuhnya ditentukan berapa lama sistem kekebalan tubuh benar-benar mengingat infeksi virus tersebut. (Safitri, Rizky Ika: Kementerian dan Informatika)

Di Jawa Timur kasus COVID-19 mengalami kenaikan yang sangat pesat.

Jumlah daerah di Jawa Timur yang masuk ke dalam level 1 mencapai 27 kabupaten atau kota. Yang mengartikan bahwa dari 38 kabupaten di Jawa Timur telah sebanyak 71,05% kota yang berada dalam level 1. Adapun kabupaten yang termasuk ke dalam level 1 yaitu kabupaten Tuban, Situbondo, Sidoarjo, Sampang, Ponorogo, Pasuruan, Pamekasan, Pacitan, Ngawi, Magetan, Madiun, Lumajang, Lamongan, Gresik, Surabaya, Kediri, Jember, Bojonegoro, Blitar, Banyuwangi dan Mojokerto. Dan Lamongan merupakan salah satu kota yang terkena red zone. Pemerintah kabupaten Lamongan memberlakukan lockdown dan memperketat protokol kesehatan untuk membatasi beberapa kegiatan akibat ledakan kasus COVID-19. Di Lamongan dengan kasus sebanyak 4,25 juta dan meninggal dunia sebanyak 144 ribu akibat virus COVID-19. Dan ada sebanyak 24 kecamatan di Lamongan yang terpapar kasus COVID-19. Salah satunya yaitu kecamatan Karangbinangun terutama di desa Somowinangun. (Tribunnews, Jumat 10/04/2021)

Desa Somowinangun merupakan salah satu Desa yang berada di Kec. Karangbinangun Kab. Lamongan. Desa Somowinangun terdiri dari 2 Dusun yaitu Dsn. Luntas dan Dsn. Sumberejo. Luas lahan yang terbagi kedalam beberapa peruntukan, yang dapat dikelompokkan seperti untuk fasilitas umum, pemukiman, pertanian, kegiatan ekonomi, sosial, pendidikan, dll. Berdasarkan data administrasi Desa jumlah penduduk Desa Somowinangun adalah 1.507 jiwa. Salah satunya yaitu desa Somowinangun yang sangat khawatir akan berita COVID-19 yang semakin merajalela. Berdasarkan hasil diskusi dengan Kepala Desa Somowinangun, bahkan sebagian ada yang mulai mengurangi aktivitasnya karena takut terpapar virus COVID-19. Dampak pandemi ini juga dirasakan oleh semua kalangan, baik dari segi pendidikan, pekerjaan ataupun ekonomi. Sebagian warga juga banyak yang kehilangan pekerjaan dikarenakan terkena pemutusan

hubungan kerja ( PHK ) akibat sepi produksi.

Dengan demikian, salah satu Program Pokok yang kita lakukan dalam pengabdian masyarakat ini yaitu membantu pencegahan COVID-19 dan membantu peningkatan imunitas daya tahan tubuh di desa Somowinangun dengan cara pelatihan pembuatan jamu serai anti corona dengan bahan yang praktis dan biaya ekonomis, sehingga semua masyarakat bisa melakukannya sebagai salah satu upaya pencegahan virus COVID-19. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di dua dusun yaitu dusun Luntas dan dusun Sumberejo Kec. Karangbinangun Kab. Lamongan. Pelaksanaan kegiatan ini dimulai sejak tanggal 13 Agustus 2021 sampai 27 Agustus 2021. Dimulai dengan tahap persiapan, survei tentang permasalahan yang dialami masyarakat desa Somowinangun di masa pandemi, praktek pembuatan jamu, sosialisasi ke masyarakat, evaluasi, dan pelaporan hasil kegiatan.

Pemilihan ide mengenai pembuatan jamu serai di masa pandemi, sebelumnya juga telah mendapatkan izin dan berdiskusi dengan kepala desa dengan melihat situasi dan kondisi yang ada. Dan juga dalam sosialisasi kepada masyarakat ini diberlakukan perwakilan dari tiap RT untuk menghindari kerumunan.

## **METODE**

Pelatihan ini dianggap sebagai suatu sarana yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan, bertambahnya wawasan dan keterampilan (Setiawan & Hidayat, 2015). Pelaksanaan pelatihan pembuatan jamu serai ini adalah suatu bentuk dari pengabdian kepada masyarakat, dengan memberikan pelatihan kepada masyarakat agar terhindar dari COVID-19.

Pelatihan pembuatan jamu serai ini dilakukan melalui tiga tahap, yaitu (1) Perencanaan, pada tahap ini yang dilakukan adalah melakukan observasi mengenai kandungan dan manfaat jamu serai antara lain meningkatkan daya tahan tubuh karena serai mengandung vitamin B2 yang bermanfaat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menjaga sistem

pencernaan, mencegah flu dan batuk dan lain-lain. (2) Praktik pembuatan jamu serai, pertama menyiapkan peralatan dan bahan. Bahan jamu diantaranya serai, gula merah, gula pasir, kayu manis, jahe dan air secukupnya. Peralatan yang digunakan panci, tumbukan, pisau, lengser, kompor, botol 200 ml. a) Langkah pertama setelah disiapkan semua bahan dan peralatan, mulai mengupas serai dan jahe lalu bersihkan dengan air yang mengalir lalu geprek serai dan jahe. b) haluskan gula merah. c) memasak air hingga mendidih. d) Setelah mendidih masukan semua bahan yang telah disiapkan dan tunggu hingga matang. e) Kemudian angkat panci dan diamkan beberapa menit hingga dingin. f) Setelah itu dimasukan ke dalam kemasan sesuai selera. (3) pelaksanaan sosialisasi tujuannya untuk mensosialisasikan hasil praktik pembuatan jamu serai kepada masyarakat setempat dalam pencegahan COVID-19 dan meningkatkan imunitas tubuh.

Tentunya hal tersebut memerlukan metode untuk menumbuhkan rasa ingin mencoba dalam pembuatan jamu serai untuk keluarganya, sehingga masyarakat bisa lebih waspada dalam upaya pencegahan COVID-19.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari kegiatan yang telah dilaksanakan oleh tim pengabdian dengan memberikan pelatihan kepada ibu PKK desa Somowinangun terdapat beberapa tahapan sebagai berikut yaitu (1) Mempersiapkan bahan pembuatan jamu, pada tahapan ini tim pengabdian melakukan pembelian bahan yang akan digunakan seperti serai 2 ikat, gula pasir 1kg, gula merah 500 gram, kayu manis 50 gram, jahe 250 gram. Peralatan yang digunakan diantaranya panci besar, kompor, pisau, tumbukan, lengser, dan botol ukuran 200 ml.



Gambar 1. Persiapan bahan dan peralatan

(2) Setelah menyiapkan bahan langkah selanjutnya yaitu mengupas kulit serai dan jahe kemudian mencuci bahan tersebut hingga bersih. Setelah itu geprek semua serai lalu diikat. Jika sudah geprek jahe sama benar-benar halus menggunakan tumbukan.lalu menghaluskan gula merah agar cepat larut.



Gambar 2. Proses pengolahan bahan

(3) Pembuatan, pada tahap ini tim pengabdian membuat jamu serai dapat dipaparkan yaitu (a) masak air hingga mendidih; (b) ketika air mendidih masukan semua bahan yang sudah digeprek dan masukan gula merah dan gula pasir sesuai selera; (c) tutup panci tunggu benar-benar semua bahan tercampur; (d) jika sudah mendidih, diamkan jamu hingga dingin.



Gambar 3. Pembuatan jamu

(4) Jika sudah mendidih dan didiamkan, lalu jamu siap dikemas sesuai kemasan yang diinginkan. Pada pembuatan yang

dilakukan tim pengabdian kali ini menggunakan botol berukuran 200 ml. Dengan semua bahan yang dimasak dalam takaran tersebut, menjadi kurang lebih 50 botol.



Gambar 4. Pengemasan Jamu

(5) Tahap Sosialisasi, pada tahap ini tim pengabdian memberikan sosialisasi tentang cara meningkatkan daya tahan tubuh dengan mengkonsumsi jamu serai yang mudah dibuat oleh semua kalangan. Setelah adanya sosialisasi diharapkan agar pembuatan jamu ini dapat diteruskan untuk kehidupan selanjutnya dan bermanfaat.



Gambar 5. Kegiatan Sosialisasi

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan oleh tim pengabdian dengan memberikan pelatihan kepada ibu PKK desa Somowinangun menggambarkan kegiatan pengabdian yang dilakukan dapat dinyatakan berhasil, hal ini ditunjukkan adanya kesadaran ibu PKK tentang pentingnya hidup sehat dan produktif melalui berwirausaha.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pelatihan pembuatan jamu serai tersebut kami dapat menyimpulkan bahwa :

1. Pelatihan jamu serai dapat diterima dengan baik oleh masyarakat desa Somowinangun kecamatan Karangbinangun kabupaten Lamongan.
2. Jamu serai bermanfaat untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan mencegah berbagai macam penyakit di masa pandemic COVID-19 dengan rutin meminum jamu serai.
3. Jamu serai mudah dibuat dengan bahan yang mudah didapatkan serta biaya yang terjangkau sehingga semua kalangan bisa membuatnya.
4. Jamu serai juga dapat digunakan sebagai ladang usaha rumah tangga atau kelompok ibu PKK untuk membantu perekonomian keluarga ataupun desa yang menurun diakibatkan dampak pandemi COVID-19.

Dengan demikian jamu serai dianggap efektif untuk mencegah virus COVID-19 sebagai ketahanan daya tubuh.

#### **Pengakuan/Acknowledgements**

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) ITB Ahmad dahlan Lamongan yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan di Desa Somowinangun sehingga terlaksana dengan baik. Terima kasih juga kami sampaikan kepada Kepala Desa, perangkat Desa Somowinangun Kecamatan Karangbinangun, Kabupaten Lamongan, masyarakat Desa Somowinangun sebagai mitra pelaksanaan PKM, dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada kami dari awal hingga selesai kegiatan, serta teman-teman yang telah berpartisipasi dan berpartner dalam pelaksanaan kegiatan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

*Panduan Pelaksanaan Penelitian dan Pengabdian kepada masyarakat di Perguruan Tinggi*

Edisi X2016. Jakarta: Direktorat Riset dan Pengabdian kepada

masyarakat, Dirjend Penguatan Risbang Kemenristekdikti.

website. Diakses pada tanggal 29 Agustus 2021 Pukul 18.00 WIB. Diakses melalui:

<https://www.unicef.org/indonesia/id/coronavirus/cerita/hoaks-membunuh-ayahku-menyingkapi pandemi-lain-di-indonesia?gclid=CjwKCAjw7fuJBhBdEiwA2ILMYTPXUguT1oBlgSoJI1YjAsOwYYng9cKnCHBowM8FUtbjEc6DfbvuhOQtN8QAvDBwE>

*Petunjuk Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata Universitas Negeri Semarang Edisi XI.* Semarang:

Pusat KKN LP2M Unnes. Peraturan Rektor Univ

Keluarga (POSDAYA). Jakarta: *Balai Pustaka. Pemberdayaan, Pengembangan Masyarakat dan*

*Intervensi Komunitas.* Jakarta: Lembaga Penerbit FE UI

website. Diakses pada tanggal 06 September 2021 Pukul 09.30. Diakses melalui

[https://www.google.co.id/amp/s/www.cnnindonesia.com/nasional/20210729175943\\_20673976/juli-2021-bulan-dengan-kasus-kematian-covid-19-terbanyak/amp](https://www.google.co.id/amp/s/www.cnnindonesia.com/nasional/20210729175943_20673976/juli-2021-bulan-dengan-kasus-kematian-covid-19-terbanyak/amp)

website. Diakses pada tanggal 10 September 2021 Pukul 19.00. Diakses melalui :

<https://kkn.unisnu.ac.id/jamu-sebagai-antibodi-alami-di-masa-pademi>