

**PENYULUHAN DAN PELATIHAN POTENSI TANAMAN
ZINGEBER OFFICINALE SEBAGAI PRODUK
KESEHATAN INSTAN UNTUK
MENGATASI ANTIFLAMASI**

**Desi Sagita, Afrudi Rudheka, Anis Pratiwi, Eva. A, Putri. M, Hani. W H,
Miftah. R S, Sri. G, Widya. A**

Program Studi Farmasi, STIKES Harapan Ibu Jambi
stikesharapanibu@gmail.com

Abstract

Traditionally people use ginger rhizome by boiling. To overcome these problems, and innovation made by making instant drinks with ginger rhizome raw materials. This community service is the application of the results of research conducted on ginger rhizomes in the form of powder, material from the plant's parts show activities that can relieve pain found in ginger rhizome extract. Community service carries out by utilizing the ginger rhizome to be used as a natural anti-inflammatory in the form of instant powder. The community service carries out by providing information and product-making demonstrations. Participants expected to increase knowledge about the benefits of the ginger rhizomes that are widely grown in the area, so that the community can utilize the ginger plant parts directly for use as an anti-inflammatory and can increase endurance in the form of instant powders. The results of the community service that carries out have enthusiastic people to take part in counseling and demonstrations on the production of instant ginger rhizome products.

Keywords: Ginger Rhizome, Anti-Inflammatory, Instant Herbal Drink: Ginger.

Abstrak

Secara tradisional masyarakat menggunakan rimpang jahe dengan cara direbus. Untuk mengatasi permasalahan tersebut dilakukan suatu inovasi dengan membuat minuman instan dengan bahan baku rimpang jahe. Pengabdian masyarakat ini merupakan penerapan dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap rimpang jahe dalam bentuk serbuk, bahan dari bagian tanaman ini menunjukkan aktivitas yang dapat menghilangkan rasa nyeri terdapat pada ekstrak rimpang jahe. Pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan memanfaatkan rimpang jahe untuk digunakan sebagai antiinflamasi alami dalam bentuk serbuk instan. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan pemberian informasi dan demo pembuatan produk. Peserta diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang manfaat dari rimpang jahe yang banyak tumbuh di daerah tersebut, sehingga masyarakat dapat memanfaatkan langsung bagian tanaman jahe tersebut untuk digunakan sebagai antiinflamasi dan dapat meningkatkan daya tahan dalam bentuk serbuk instan. Hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan mendapat antusias masyarakat untuk mengikuti penyuluhan dan demo pembuatan produk rimpang jahe instan.

Kata kunci: Rimpang Jahe, Anti Inflamasi, Minuman Herbal Instan: Jahe.

PENDAHULUAN

Kualitas sumberdaya manusia yang ditingkatkan merupakan salah satu langkah penting dalam rangka memperbaiki kualitas hidup masyarakat Indonesia agar menjadi mandiri dan lebih sejahtera. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan merupakan salah satu bentuk untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat yang tangguh serta menguasai pengetahuan dan ketrampilan sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan. Penyuluhan dan pelatihan juga dapat mempengaruhi prestasi kerja (Ridawati & Alsuhendra, 2019).

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Asfar & Asnaniar, 2018). Meningkatnya pengetahuan dan ketrampilan masyarakat dalam menggunakan tanaman obat secara tepat merupakan tujuan utama dari edukasi dan pelatihan (Yuliani, Sri dan Intan, 2016).

Di Indonesia rimpang jenis seperti Jahe (*Zingiberofficinale*) mudah ditemukan dalam bentuk segar maupun hasil olahannya. Rimpang jahe memiliki beberapa kegunaan dalam pengobatan tradisional antara lain obat sakit kepala, masuk angin, nyeri sendi dan menambah nafsu makan, jahe memiliki kandungan antioksidan yakni oleoresin yang lebih di kenal sebagai gingerol. jahe dimanfaatkan sebagai minuman fungsional dengan pewarnaan *casiavera* (Piesta Prima Beta Pairul, Susianti, 2017). Jahe biasa di gunakan untuk pembuatan jamu, obat-obatan, bumbu dapur, industri minuman dan makanan serta industri minyak wangi

karenanya aromanya yang spesifik dan kandungan tertentu di dalamnya yang sangat bermanfaat untuk kesehatan (Sukmawati, 2019). Lebih dari 50% bahan ramuan obat tradisional terbuat dari jahe untuk mengatasi mual, kram perut, mabuk kendaraan, demam, gangguan pencernaan, inflamasi dan infeksi (Kundarti, Rahayu, & Utami, 2017).

Jahe berasal dari asia pasifik yang tersebar dari India hingga ke Cina. Di Indonesia pun jahe menjadi salah satu tanaman herbal yang sering kali digunakan. Jahe telah digunakan untuk mengobati berbagai macam penyakit seperti Hipoglikemia, Osteoarthritis, Gout, Rheumatoid Arthritis, Migrain, penyakit pada sistem Gastrointestinal, Kardiovaskular dan Hepatoprotektif (Piesta Prima Beta Pairul, Susianti, 2017). Jahe juga merupakan stimulant aromatic yang kuat, disamping dengan mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristalti kusus, jahe juga mempunyai semua efek mengeluarkan. Pemberian minuman jahe hangat terhadap emesis gravidarum pada kelompok ibu hamil trimester I memberikan pengaruh yang cukup baik sebagai pengendali muntah (Hasanah et al., 2014). Pemanfaatan jahe dalam pembuatan minuman sering dilakukan, sebagai minuman penyegar dan penghangat tubuh. Minuman jahe sebagai minuman fungsional bermanfaat untuk sirkulasi darah dan menurunkan kadar kolesterol.

Kandungan Jahe telah teridentifikasi yaitu gingerol, shogaol dan zingeron yang diketahui memiliki khasiat sebagai antioksidan, anti inflamasi, analgesik dan anti karsinogenik (Febriani, Riasari, Winingsih, Aulifa, & Permatasari, 2018). Rimpang pada jahe mengandung flavonoid, 10-dehydrogingerone, gingerdione, arginin, linolenicacid,

aspartiaacid, kanji, lipid, kayu damar, asam amino, protein, vitamin A dan niacin serta mineral. Terdapat juga asam-asam organik seperti asam malat, asam oksalat, vitamin A, B (Collin dan folat) dan C, senyawa senyawa flavonoid, polifenol, aseton, methanol, cineole dan arginine (Piesta Prima Beta Pairul, Susianti, 2017).

Flavonoid dilaporkan menjadi senyawa metabolit skunder yang dapat mengatasi inflamasi. Flavonoid menghambatansiklooksigenase atau lipooksigenase serta akumulasi leukosit di area tertentu sehingga dapat menjadi antiinflamasi (Ramadhani & Sumiwi, 2015).

Saat ini banyak minuman yang di tawarkan sebagai produk suplemen yang dapat meningkatkan kesehatan tubuh jika di konsumsi. Salah satu contoh minuman kesehatan yang dapat dijumpai adalah minuman instan ekstrak jahe, di mana produk tersebut umumnya di buat dengan mengambil sari dari rimpang jahe kemudian dilakukan pengolahan lanjut. Kebanyakan produk tersebut di jumpai dalam bentuk serbuk, di samping itu ada beberapa yang di buat dalam bentuk tablet maupun cair (Sukmawati, 2019). Kriteria minuman serbuk yang baik antara lain mempunyai rasa, bau, warna dan kenampakan yang sebanding dengan produk segar, memiliki karakteristik nutrisi serta mempunyai stabilitas penyimpanan yang baik. Pemanfaatan tanaman herbal sebagai bahan baku dalam pembuatan minuman serbuk instan bertujuan di antaranya di samping kemudahan dalam penyajian juga diharapkan memiliki khasiat bagi kesehatan tubuh (Permata & Sayuti, 2016). Selain itu, kelebihan lain yang dimiliki oleh produk instan seperti mempermudah penyimpanan, dan meningkatkan mutu. Adapun syarat yang harus dimiliki oleh rempah atau

bumbu untuk menjadi produk instan antara lain aglomerat atau granul, mudah larut dan didispersikan dalam media air, bahan hidrofobik, mudah terdispersi air, serta rempah yang memiliki oleoresin akan menghasilkan aroma dan cita rasa yang khas (Sukmawati, 2019).

Masyarakat cenderung menyukai produk pangan yang berbentuk instan, seperti minuman instan. Pemanfaatan jahe yang diolah sebagai produk jahe instan dapat memberikan kemudahan dan penyimpanan yang cukup lama. Di samping kemudahan dalam penyajian minuman instan diharapkan juga memberikan khasiat bagi kesehatan tubuh, salah satunya dengan memanfaatkan tanaman herbal seperti jahe (Permata & Sayuti, 2016). Minuman instan merupakan minuman yang digemari masyarakat yang menjadi tren saat ini, sehingga dapat meningkatkan peluang untuk membuka bisnis khususnya minuman instan herbal yang berkhasiat bagi kesehatan (Ratulangi, 2018).

Berdasarkan penelitian (Nurlita, Handayani, & Setiyabudi, 2018) Pengetahuan masyarakat Kahuripan meningkat hingga (86,25%) yang sebelumnya hanya (53,75%), peningkatan ketrampilan dalam mengolah berbahan dasar jahe menjadi produk yang memiliki nilai lebih tinggi. Hal ini terjadi karena telah dilakukannya penyuluhan dan pelatihan bagi masyarakat kahuripan. Hasil dari penelitian (Wahyuningsih & Widiyastuti, 2019) adanya peningkatan ketrampilan dan pengetahuan ibu tangga Dusun Gedoro Desa Nglegi, Patuk, Gunung Kidul dalam mengolah empon-empon menjadi minuman kesehatan. Hasil penelitian (Mulyono, Nur Fatmawati, Miftakhul Rohmah, Evi Yunitasari, 2017) meningkatnya

pengetahuan para ibu PKK dalam memanfaatkan jahe bubuk instan yang dilakukan dengan mendemonstrasikan pembuatan bubuk jahe instan. Pelaksanaan kegiatan KKN kepada masyarakat Desa Gumeng dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dalam mengolah bahan dari kayu secang menjadi produk berupa wedang secang (Ambarsari, Sholihah, & Majapahit, 2019). Pada penelitian (Febriani et al., 2018) Tidak hanya pengetahuan dan ketrampilan namun inovasi yang dilakukan oleh salah satu ibu PKK dengan membuat jamu instan menjadi sachetan es jajan anak-anak yang dapat menarik minat anak. Pengabdian yang dilakukan IbM pada jurnal (Lampung, Sumantri, No, & Lampung, 2011) Salah satu Mitra pengabdian IbM melakukan verifikasi jamu menjadi jamu instan sehingga memberikan dampak pada nilai tambah empon-empon.

Pemanfaatan tanaman herbal seperti pembuatan jahe instan yang dipraktik dan diajarkan kepada masyarakat bertujuan secara umum untuk meningkatkan kemampuan masyarakat desa dalam pengembangan sumber daya lokal, peningkatan pendapatan dan peningkatan kesehatan. Tujuan khususnya yaitu mengembangkan kemandirian dan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya tanaman herbal di sekitar dan memperkuat titik tumbuh ekonomi desa mandiri di lokasi desa Kemingking Dalam (Kusrini, Sulistiawati, Imelda, & Hurriyani, 2017). Banyaknya inovasi produk yang dihasilkan berbahan dasar jahe seperti JAMER (Jahe Creamer), JAKOP (Jahe Kopi) dan JALE (Jahe Lemon) (Supriyati, Adhiguna, Amelia, Rahma, & Jakarta, 2019). Hal ini menjadi salah satu pertimbangan untuk melakukan

penyuluhan dan pelatihan pembuatan serbuk wedang jahe.

Pengabdian adalah pengaplikasian secara menyeluruh, dibidang disiplin ilmu pengetahuan dari teori-teori yang dimilikinya kedalam sebuah wujud nyata pengabdian kepada masyarakat (Instan, 2018).

Pada pengabdian masyarakat kali ini, tujuan akhirnya adalah membantu dan melatih masyarakat dalam membuat produk jahe yang dapat meningkatkan nilai tambah bagi tanaman itu sendiri dan membuat sediaan berupa wedang jahe serbuk yang tahan lama di mana dapat digunakan dengan lebih praktis (Sukmawati, 2019).

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan pada tanggal 10 Februari 2020 di desa Kemingking Dalam, kecamatan Taman Rajo. kabupaten Muaro Jambi. Adapun sasaran dari pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu di desa Kemingking Dalam khususnya dusun Rengas Tunjang.

Metode yang digunakan untuk pemberian informasi tentang “pemanfaatan dan pelatihan potensi tanaman zingiber officinale sebagai produk kesehatan instan untuk mengatasi antiinflamasi” kepada masyarakat dengan cara ceramah untuk menyampaikan materi berhubungan manfaat rimpang jahe, kemudian demonstrasi untuk memudahkan penyampaian cara pembuatan produk instan jahe dilanjutkan tanya jawab dengan cara di beri kesempatan kepada masyarakat untuk bertanya jika ada yang perlu di konfirmasi atau menambah pengetahuan masyarakat/audiens.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini telah di laksanakan di TPA RT 08 dusun rengas tunjang ini di ikuti oleh ibu-ibu sebanyak 30 orang .dengan kurun waktu sekitar 2 jam . Adapun pelaksaan pengabdian masyarkat di tempat tersebut di lakukan yaitu pertama pemberian informasi tentang pemanfaatn rimpang jahe untuk antiinflamasi dengan cara ceramah ,kemudian demo praktek secara langsung pembuatan rimpang jahe, agar lebih mudah peserta memahami tentang cara pembuatan .

Adapun teknik pelaksanan yang telah di lakukan sebagai berikut :

1. Pemberian informasi (penyuluhan/ ceramah)

Jahe (*Zingiber officinale rose*) merupakan tanaman herbal yang biasanya digunakan sebagai bumbu dapur, minuman kesehatan oleh masyarakat. Penggunaan jahe sebagai minuman kesehatan biasanya hanya dengan cara direbus. Namun, jahe dapat juga diolah menjadi produk minuman instan di mana cara pembuatannya tetap dilakukan secara tradisional. Minuman jahe yang telah dibuat akan lebih praktis untuk dikonsumsi tanpa mengurangi khasiat dari jahe itu sendiri. Pembuatan yang dilakukan secara tradisional dan mudah dilakukan, sehingga masyarakat dapat membuatnya sendiri di rumah, hanya untuk digunakan sendiri ataupun dapat diperjual belikan. Hal ini dapat pula meningkatkan pendapatan bagi masyarakat. Jahe instan ini dapat diminum setiap hari maksimal 3 kali .

2. Demonstrasi pembuatan serbuk jahe

Selain itu juga diadakan demonstrasi pembuatan serbuk jahe dari rimpang jahe. Caranya rimpang jahe di rajang 2kg kemudian di rebus dan di campurkan dengan gula 1kg selama 1 jam hingga kering. Kemudian di blender

hingga menjadi sediaan serbuk yang siap di gunakan (Sukmawati, 2019).



Gambar 1. Foto penyuluhan pemanfaatan rimpang jahe



Gambar 2. Mempraktekkan langsung cara pembuatan



Gambar 3. Antusia warga sekitar wilayah kerja

Daerah pedesaan banyak minuman kesehatan yang di konsumsi secara rebus ,namun hanya karena lamanya proses pembuatan yang membutuhkan waktu yang lama ,maka minuman jahe tersingkirkan dengan minuman yang lain. Dengan itu

mengembangkan minuman instan yang merupakan minuman jahe yang berbentuk serbuk halus dan dalam penggunaannya mudah larut dalam air dingin maupun air hangat.

Dengan itu juga perlu melakukan pengujian organoleptis berupa warna putih susu, rasa khas jahe, aroma khas jahe, tekstur halus serbuk dan penerimaan masyarakat sangat tertarik dari hasil kuisioner. Hasil Responden penilaian kuisioner ini menunjukkan bahwa rimpang jahe memiliki efektivitas atau khasiat yang baik untuk di konsumsi sebagai antiinflamasi secara herbal tanpa mengalami efek samping jika di gunakan berlebih atau sesuai aturan pakai.

Maka pengabdian ini sangat bermanfaat untuk masyarakat sekitar dalam pengetahuan atau penghasilan keluarga dari sumber daya alam yang ada di daerahnya. Selain itu, pengetahuan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman obat khususnya jahe menjadi lebih meningkat.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pemanfaatan jahe untuk antiinflamasi dalam bentuk serbuk halus mendapat sambutan yang bagus dan antusias dari Masyarakat, khususnya masyarakat Desa Kemingking Dalam Kec.TamanRajo Muaro Jambi. Kegiatan ini di harapkan dapat memberikan nilai tambah dari tanaman obat yang ada di sekitarnya. Dengan itu, dapat bermanfaat bagi masyarakat dalam memanfaatkan jahe khususnya sebagai antiinflamasi yang menjadi permasalahan yang di alami oleh warga sekitar dengan melakukan demo untuk pembuatan jahe serbuk instan agar masyarakat mengetahui bahwa bukan hanya jahe rebus saja namun jahe juga dapat di buat secara

serbuk untuk proses pengawetannya tanpa mengurangi khasiat dari rimpang jahe.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulisan mengucapkan terima kasih kepada ibu-ibu dusun Rengas Tunjang yang telah memberi dukungan untuk kelancaran acara.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarsari, D. R., Sholihah, M., & Majapahit, U. I. (2019). Gumeng Sosialisasi kewirausahaan pengeleloh. an sumber daya alam Pelatihan pembuatan produk wedang secang Pemilihan kemasan dan pembuatan label Cara pemasaran produk wedang secang melalui online maupun offline. (1), 175–178.
- Asfar, A., & Asnaniar, W. O. S. (2018). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Penyakit Hiv/Aids Di Smp Baznas Provinsi Sulawesi Selatan. *Journal of Islamic Nursing*, 7(1), 26–31.
- Febriani, Y., Riasari, H., Winingsih, W., Aulifa, L., & Permatasari, A. (2018). Potensi Pemanfaatan Ampas Jahe Merah (*Zingiber officinale Roscoe*) sebagai Obat Analgetik. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Science and Technology Journal Homepage*, 1(1), 57–64.
- Hasanah, U., Dan, A., Departemen, M., Dan, B., Fakultas, K., Masyarakat, K., ... Alyamaniyah, H. (2014). Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (*Zingiber Officinale Var. Rubrum*) Terhadap Penurunan

- Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 3 (No. 1 Juli 2014), 81–87. Retrieved from <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-biometrik10a64e0be22full.pdf>
- Instan, T. (2018). Sosialisasi dan pembuatan toga instan jahe 1. 2, 35–38.
- Kundarti, F. I., Rahayu, D. E., & Utami, R. (2017). Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (Zingiber Officinale) Terhadap Tingkatan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 18. <https://doi.org/10.32831/jik.v4i1.70>
- Kusrini, N., Sulistiawati, R., Imelda, & Hurriyani, Y. (2017). Pemberdayaan masyarakat dalam pemanfaatan sumber daya lokal di Desa Jeruju Besar Kecamatan Sungai Kakap. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 139–150. Retrieved from <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/jpm>
- Lampung, U., Sumantri, J., No, B., & Lampung, B. (2011). IBM DIVERSIFIKASI JAMU INSTANT DI KECAMATAN. 1–5.
- Mulyono, Nur Fatmawati, Miftakhul Rohmah, Evi Yunitasari, L. L. (2017). Peningkatan Pengetahuan Ibu-Ibu Pkk Di Desa Bulang Dalam Pengolahan Jahe Bubuk Instan Sebagai Isian Klepon. *ABADIMAS ADI BUANA Volume*, 01(01), 23–27.
- Nurlita, D., Handayani, N., & Setiyabudi, L. (2018). Pembuatan Serbuk Jahe Sebagai Minuman Kesehatan Bagi Warga Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya. *JCES | FKIP UMMat*, 1(1), 67. <https://doi.org/10.31764/jces.v1i1.150>
- Pairul, P. (2017). Jahe (Zingiber Officinale) Sebagai Anti Ulserogenik. *Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*, 7(5), 42–46.
- Permata, D. A., & Sayuti, K. (2016). Pembuatan Minuman Serbuk Instan dari Berbagai Bagian Tanaman Meniran (Phyllanthus niruru). *Jurnal Teknologi Pertanian Andalas*, Vol. 20(1), 45–49.
- Piesta Prima Beta Pairul, Susianti, S. H. N. (2017). Jahe (Zingiber Officinale) Sebagai Anti Ulserogenik. *Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*, 7(5), 42–46.
- Ramadhani, N., & Sumiwi, S. A. (2015). Aktivitas Antiinflamasi Berbagai Tanaman Diduga Berasal Dari Flavonoid. *Farmaka*, 14(2), 111–123.
- Ratulangi, U. S. (2018). Pkm kelompok pkk dan dasawisma di kelurahan girian weru dua kecamatan girian kota bitung melalui pelatihan dan pembuatan jahe wangi dan kunyit asam instan dari tanaman obat. 5(September), 9–17.
- Ridawati, & Alsuendra. (2019). Pelatihan Pembuatan Minuman Serbuk Kunyit Asam Bagi Masyarakat Kelurahan Benda Baru, Kecamatan Pamulang, Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 32–46.
- Sukmawati, W. M. (2019). Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Instan Untuk. *Jurnal Pengabdian*

- Masyarakat (JPKM), 25(4), 210–215.
- Supriyati, Y., Adhiguna, A., Amelia, H., Rahma, V. N., & Jakarta, U. N. (2019). INSTAN BAGI KWT SRIKANDI DI KOTA BOGOR. 215–219.
- Wahyuningsih, I., & Widiyastuti, L. (2019). Pengolahan Empon-Empon Menjadi Minuman Kesehatan Berbasis Zero Waste Home Industry Herb. *Journal Berdikari*, 07(01), 53–61.
- Yuliani, Sri dan Intan, S. (2016). Jenis Industri. *Buletin Teknologi Pascapanen Pertanian*, Vol.5.