

Sosialisasi dan Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Dari Rempah Bumbu Dapur di Desa Naga Uambang Aceh Besar

Elfariyanti¹, Irma Zarwinda², Hardiana³, Yuni Dewi Safrida⁴

^{1,2,3,4} Akademi Analis Farmasi dan Makanan Banda Aceh/ Prodi Anafarma
e-mail: elfariyanti80@gmail.com

ABSTRAK

Minuman herbal merupakan minuman yang dibuat dari bahan alam atau rempah dan memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh. Beberapa jenis rempah yang umum digunakan dalam pembuatan minuman herbal antara lain kunyit, jahe dan sereh yang juga berfungsi sebagai bumbu dapur. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan pelatihan kepada masyarakat tentang cara pembuatan minuman herbal dari rempah bumbu dapur. Kegiatan ini dilaksanakan di desa Naga Uambang kecamatan Lhoknga kabupaten Aceh Besar. Metode kegiatan berupa presentasi dan pelatihan. Bahan dan peralatan yang di gunakan seperti spanduk, brosur, rempah-rempah serta peralatan untuk membuat minuman herbal. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 25 orang yang merupakan masyarakat yang berdomisili di desa Naga Uambang. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan mendapatkan tanggapan yang baik dari peserta.

Kata kunci: minuman herbal, rempah, bumbu dapur

ABSTRACT

Herbal drinks are drinks made from natural ingredients or spices and have many benefits for the health of the body. Some types of spices that are commonly used in making herbal drinks include turmeric, ginger and lemongrass which also function as kitchen spices. The purpose of this activity is to provide training to the community on how to make herbal drinks from kitchen spices. This activity was carried out in Naga Uambang village, Lhoknga district, Aceh Besar district. The method of activity is in the form of presentations and training. Materials and equipment used such as banners, brochures, spices and equipment for making herbal drinks. The participants who took part in this activity were 25 people who were people who lived in Naga Uambang village. This activity ran smoothly and received good responses from the participants.

Keywords: herbal drinks, spices, kitchen spices

Pendahuluan

Indonesia merupakan negara yang kaya akan rempah-rempah. Rempah-rempah merupakan bahan yang berasal dari tanaman herbal yang sudah dipercayai masyarakat Indonesia memberikan khasiat bagi kesehatan sejak lama (Hakim, 2015). Saat ini pemanfaatan rempah-rempah khas Indonesia tidak hanya digunakan sebagai bumbu dapur dan bahan tambahan untuk pembuatan jamu tradisional, akan tetapi sudah diolah menjadi minuman herbal yang selain bermanfaat untuk kesehatan tubuh juga memberikan nilai ekonomis bagi masyarakat (Amelia dan Sugiatmi, 2021).

Minuman herbal merupakan minuman yang berbahan dasar alami yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh yang biasanya terbuat dari rempah-rempah. Beberapa jenis rempah atau tanaman herbal yang umum digunakan dalam pembuatan minuman herbal adalah rimpang seperti jahe, kunyit, kencur, dan temulawak; daun seperti daun sirih dan lidah buaya; batang seperti sereh; kulit kayu seperti kayu manis; bunga seperti bunga krisan; dan madu (Al Cidadi dan Eman, 2020). Dari banyaknya jenis tanaman yang masuk ke dalam kategori rempah, jenis yang paling populer dijadikan jamu atau minuman rempah antara lain serai, jahe, dan kunyit yang juga merupakan bahan yang sering dijumpai sebagai bumbu dapur (Nabilah, dkk. 2021, dan Na'imah, dkk., 2020).

Kunyit, jahe dan sereh memiliki khasiat sebagai obat dikarenakan kandungan kimia yang terkandung di dalamnya. Zat aktif yang ditemukan di dalam kunyit seperti kurkumin, sesmetoksikumin, bisdesmetoksikurkumin, resim, vitamin c, zat pahit, zat besi, fosfor, kalsium, hingga minyak atsiri (Kholid, dkk., 2020) yang dapat berperan sebagai antioksidan, anti radang dan antibakteri. Jahe mengandung metabolit sekunder seperti alkaloid, flavonoid, fenolik, triterpenoid, dan saponin yang bermanfaat sebagai antioksidan, analgesik, antibakteri, antivirus, dan antiinflamasi (Sari dan Nasuha, 2021). Zulfadhli, dkk., (2017) mengatakan bahwa zat aktif yang terdapat dalam batang serai ialah steroid, terpenoid, saponin, flavonoid, tanin dan fenolik yang memberikan kemampuan antibakteri. Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yuliningtyas, dkk., (2019) minuman serai dan jahe mengandung beberapa senyawa aktif, yaitu alkaloid, flavonoid dan saponin. Dengan demikian minuman herbal yang dibuat dari 3 jenis rempah ini akan sangat baik memberikan efek farmakologis bagi kesehatan tubuh.

Berdasarkan uraian di atas, maka dilakukanlah kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) oleh dosen dan mahasiswa Akademi Analis Farmasi dan Makanan (Akafarma) Banda Aceh di desa Naga Uembang kecamatan Lhoknga kabupaten Aceh Besar tentang pengenalan dan pelatihan pembuatan minuman herbal dari rempah bumbu dapur. Desa Naga Uembang ini dipilih karena secara geografis terletak di daerah dekat pegunungan yang memungkinkan rempah-rempah seperti jahe, kunyit dan sereh dapat tumbuh dengan subur. Kegiatan PkM yang dilakukan ini berupa penyuluhan dan pelatihan kepada masyarakat tentang pemanfaatan kunyit, jahe dan sereh untuk dijadikan minuman herbal yang dapat menjaga imunitas tubuh terutama di masa pandemi. Selain itu, hasil pelatihan ini juga dapat dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai ide wirausaha untuk menambah pendapatan keluarga.

Metode

1) Tahapan kegiatan

Tahap awal dari pelaksanaan kegiatan ini ialah dengan mencari dan menentukan tempat untuk kegiatan PkM yaitu desa Naga Uambang kecamatan Lhoknga kabupaten Aceh Besar. Kemudian menyampaikan surat izin pelaksanaan kegiatan yang dikeluarkan oleh pihak kampus Akafarma ke kepala desa Naga Uambang, Selanjutnya pihak Akafarma dan kepala desa Naga Uambang menetapkan waktu pelaksanaan kegiatan. Setelah semua perjanjian lengkap, selanjutnya mempersiapkan segala kebutuhan acara di mulai dari pencetakan brosur, spanduk dan peralatan pembuatan minuman herbal.

2) Bahan dan peralatan

Bahan dan peralatan yang di gunakan seperti spanduk, brosur, rempah-rempah serta peralatan untuk membuat minuman herbal seperti kompor dan belanga yang terbuat dari tanah liat.

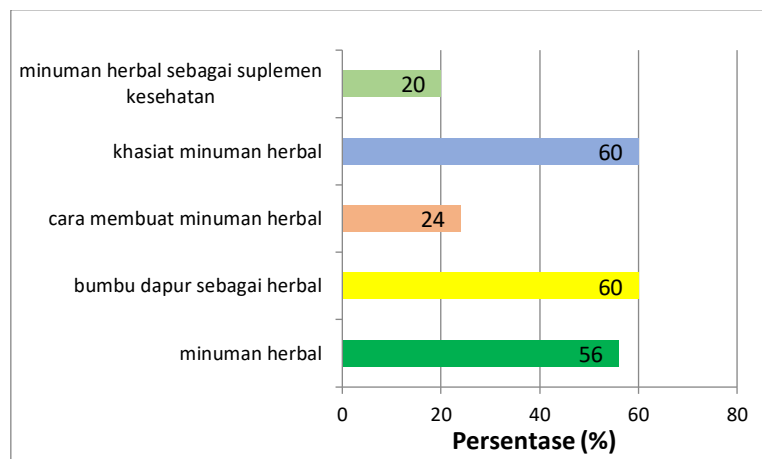
3) Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 30 Oktober tahun 2021 yang diikuti oleh 25 peserta dan dihadiri oleh kepala desa dan perwakilan ibu PKK desa Naga Uambang kecamatan Lhoknga kabupaten Aceh Besar.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan minuman herbal dari rempah bumbu dapur ini dimulai dengan pembukaan dan sambutan oleh kepala desa Naga Uambang yang menjelaskan mengenai rangkaian kegiatan yang akan dilaksanakan, kemudian dilanjutkan dengan sambutan dari dosen Akafarma Banda Aceh yang diwakili oleh ibu Hardiana, M.Si. Sebelum kegiatan pelatihan dimulai, masyarakat diarahkan untuk mengisi kuesioner yang berupa pertanyaan dasar untuk melihat tingkat pengetahuan masyarakat mengenai minuman herbal.

Gambaran pengetahuan masyarakat desa Naga Uambang tentang minuman herbal diukur menggunakan kuisisioner yang berisi 5 item pertanyaan yaitu 1) Pengertian minuman herbal 2) Bumbu dapur sebagai bahan minuman herbal, 3) Cara membuat minuman herbal 4) Khasiat minuman herbal, dan 5) Minuman herbal sebagai suplemen kesehatan. Respon tiap pertanyaan dalam bentuk jawaban "Ya" dan "Tidak". Hasil analisis tingkat pengetahuan masyarakat tentang minuman herbal dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Tingkat pengetahuan masyarakat desa Naga Umbang tentang minuman herbal

Berdasarkan Gambar 1 dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan masyarakat desa Naga Umbang tentang minuman herbal masih rendah, persentase tertinggi masing-masing sebesar 60% pada pengetahuan tentang bumbu dapur sebagai herbal dan khasiat minuman herbal. Oleh karena itu, maka desa Naga Umbang sangat tepat dijadikan sebagai tempat untuk melakukan kegiatan PkM ini.



Gambar 2. Pengisian kuisioner tingkat pengetahuan masyarakat tentang minuman herbal

Setelah pengisian kuisioner, kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan dan pelatihan tentang minuman herbal dan cara pembuatan minuman herbal dari rempah bumbu dapur. Pelatihan dilakukan dengan cara pemateri mendemonstrasikan terlebih dahulu, selanjutnya peserta mempraktekkan secara langsung pembuatan minuman herbal menggunakan peralatan yang telah disediakan.



Gambar 3. Demonstrasi pembuatan minuman herbal

Peserta terlihat sangat antusias dan terlibat secara aktif mengikuti kegiatan pelatihan. Pada akhir kegiatan peserta dimintai tanggapan terhadap kegiatan pelatihan yang telah diikuti dalam bentuk kuisioner. Hasil tanggapan peserta terhadap pelaksanaan PkM dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Data tingkat kepuasan peserta terhadap kegiatan PkM

No	Pernyataan	Tingkat Kepuasan Peserta (%)
1	Kegiatan yang sangat bermanfaat	93%
2	Informasi yang diberikan sangat penting	88%
3	Metode penyampaian yang sangat jelas dan tidak membosankan	83%
4	Konsumsi dan fasilitas yang diberikan sangat memuaskan	82%
5	Panitia kegiatan sopan dan ramah	89%
6	Informasi sangat jelas	85%
7	Waktu penyampaian maksimal	76%
8	Keinginan kegiatan ini dilaksanakan kembali	89%
Persentase rata-rata		85,7%

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa tanggapan peserta sangat baik terhadap kegiatan yang telah dilakukan dibuktikan dengan persentase keseluruhan sebesar 85,7%. Kebermanfaatan kegiatan bahkan memberikan persentase sampai 93%. Selain itu, peserta beranggapan bahwa kegiatan seperti ini dapat dilakukan kembali di lain waktu dengan persentase sebesar 89%.



Gambar 4. Foto bersama peserta dan Tim PkM

Simpulan dan Saran

Kegiatan PkM yang dilaksanakan di desa Naga Uambang kecamatan Lhoknga kabupaten Aceh Besar berjalan dengan lancar dan tepat sasaran. Antusiasme masyarakat terhadap kegiatan ini sangat tinggi dibuktikan dengan respon kepuasan peserta sebesar 85,7%. Oleh karena itu, diharapkan untuk kegiatan PkM selanjutnya penentuan sasaran dan pemilihan metode kegiatan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan suatu kegiatan PkM.

Penghargaan

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Akademi Analis Farmasi dan Makanan Banda Aceh ibu Apt. Fauziah, M.Sc. serta Kepala Desa Naga Uambang kecamatan Lhoknga kabupaten Aceh Besar Bapak Anwar Ibrahim yang telah memberi dukungan terhadap keberhasilan kegiatan PkM ini.

Daftar Pustaka

- Al Cidadapi dan Eman, I. 2016. *Ramuan Herbal Ala Thibbun Nabawi*. Putra Danayu Publisher: Bandung.
- Amelia, F. dan Sugiatmi. 2021. Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Sebagai Upaya Peningkatan Imun Tubuh Di Masa Pandemi Pada Warga Desa Parean Ilir Kab. Indramayu, Jawa Barat. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. Universitas Muhammadiyah Jakarta.

- Hakim, L. 2015. *Rempah Dan Herba Kebun-Pekarangan Rumah Masyarakat: Keragaman, Sumber Fitofarmaka dan Wisata Kesehatan-kebugaran*. Diandra Creative: Yogyakarta.
- Kholid, Mudaris dan Masdar. 2020. Olahan Kunyit Asam Menjadi Minuman Herbal Sinom Untuk Meningkatkan Perekonomian Desa Kajuanak Galis Bangkalan. *Darma: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Vol 1 (1): 61-72.
- Nabilah, H.T, Wulandari, I. H., Khumaidi, dan Priyanti, E. 2021. Kajian Daya Terima Minuman Rempah Dengan Penambahan Lada Hitam. *Jurnal Teknologi Pertanian*. Vol 10(1): 1-8.
- Na'imah, J., Baskoro, H. dan Nasyanka, A.L. 2020. Penyuluhan Masyarakat Mojogede Pada Pemanfaatan Minuman Fungsional Kombinasi Jahe dan Serai. *Jurnal Gema Ngabdi*. Vol 2(3): 199-204.
- Sari, D. dan Nasuha, A. 2021. Kandungan Zat Gizi, Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis Pada Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.): Review. *Tropical Bioscience: Journal of Biological Science*. Vol 1 (2) : 11-18.
- Yuliningtyas, A.W., Hari S. dan Ahmad S. 2019. Uji Kandungan Senyawa Aktif Minuman Jahe Sereh (*Zingiber officinale* dan *Cymbopogon citrates*). *Jurnal Biosaintropis (Bioscience-Tropic)*. Vol 4 (2): 1-6.
- Zulfadhli, Andila, I., Diana, F. dan Rinawati. 2017. Pengaruh Ekstrak Batang Serai (*Cymbopogon citratus*) Terhadap Pertumbuhan Bakteri *Edward siella tarda* Secara In Vitro. *Jurnal Akuakultura*. Vol 1 (1) : 44-47.