KAMPUS AKADEMIK PUBLISING
Jurnal Akademik Pengabdian Masyarakat
Vol.2, No.5 September 2024
e-ISSN: 3030-8631; p-ISSN: 3030-864X, Hal 321-326
DOI: https://doi.org/10.61722/japm.v2i5.2572

PELATIHAN PEMBUATAN JAHE BUBUK SEBAGAI PELUANG USAHA BAGI IBU-IBU KARANGKAMAL DESA WINDUNEGARA BANYUMAS

Yahya Ramadhan
Fakultas Teknik
Ratri Radhitya Ningrum
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan
Lili Dwi Saraswati
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan
Aida Ayu Faiza Tsania
Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Rienelda Safa'atun Aisah
Fakultas Psikologi
Nadira Jinan Ajanti
Fakultas Psikologi
Alfian Tri Pamuji
Fakultas Farmasi
Aulia Adelia Wulandari
Fakultas Hukum
Alfirsta Auliyamatin Zafithri
Fakultas Ilmu Kesehatan
Endiyono
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia
Korespondensi penulis : kknwindunegara@gmail.com

Abstrak. *The transition from the dry season to the rainy season can cause a decline in the immune system, making the body more vulnerable to bacterial and viral infections. This condition increases the risk of various diseases that spread more easily with changing weather. Immunity during the rainy season can be strengthened by consuming herbal medicines. Ginger, one of the traditional remedies that has been used for centuries for health, is made from natural ingredients. Herbal medicines containing ginger can be consumed on their own or combined with other herbal remedies to enhance their efficacy.The aim of this program is to provide knowledge and skills in processing instant ginger, which can improve individuals' ability to generate income and develop new flavors for the market. This program uses a practical demonstration method. The participants, especially mothers, were very enthusiastic about following every step of the process, asking questions, and actively participating. Through this training, it is hoped that participants will be able to process ginger into a healthy and beneficial herbal drink.*
Keywords: *ginger; herbal medicine; efficacy; demonstration; processing*

Abstrak. Peralihan dari musim kemarau ke musim hujan dapat menyebabkan penurunan sistem kekebalan tubuh, membuat tubuh lebih rentan terhadap infeksi bakteri dan virus. Kondisi ini meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit yang lebih mudah menyebar seiring perubahan cuaca. Daya tahan tubuh selama musim hujan dapat diperkuat dengan mengonsumsi obat herbal. Jahe, salah satu ramuan tradisional yang telah digunakan selama berabad-abad untuk kesehatan, terbuat dari bahan-bahan alami. Obat herbal yang mengandung jahe dapat dikonsumsi sendiri atau dikombinasikan dengan ramuan herbal lain untuk meningkatkan khasiatnya.Tujuan dari program ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan dalam pengolahan jahe instan, yang dapat meningkatkan kemampuan individu untuk menghasilkan pendapatan serta mengembangkan rasa baru untuk dipasarkan. Program ini menggunakan metode demonstrasi praktik. Para peserta, khususnya ibu-ibu, sangat antusias mengikuti setiap langkah dalam

Received Juli 30, 2024; Revised Agustus 30, 2024; September 14, 2024
* Yahya Ramadhan, *kknwindunegara@email.com*

proses tersebut, mengajukan pertanyaan, dan berpartisipasi secara aktif. Melalui pelatihan ini, diharapkan para peserta mampu mengolah jahe menjadi minuman herbal yang menyehatkan dan bermanfaat bagi kesehatan.

Kata Kunci: jahe; obat herbal; khasiat; desmontrasi; pengolahan

PENDAHULUAN

Peralihan musim dari kemarau menuju musim hujan, menyebabkan tubuh menjadi rentan terhadap serangan virus dan bakteri karena sistem kekebalan tubuh melemah, sehingga penyakit pun mudah muncul. Obat herbal merupakan salah satu cara untuk meningkatkan daya tahan tubuh di musim hujan. Minuman herbal selalu memegang peranan penting dalam menjaga kesehatan masyarakat Indonesia. Khasiatnya pun bukan sekadar mitos karena berbagai penelitian telah membuktikannya secara ilmiah. Obat herbal memiliki istilah lain yaitu *herbal medicine.* Menurut Hidayat[1] obat herbal didefinisikan sebagai bahan baku atau sediaan yang berasal dari tanaman yang memiliki manfaat terapeutik atau manfaat kesehatan lainnya, komposisinya dapat berupa bahan baku atau bahan yang telah mengalami pengolahan tambahan yang berasal dari satu atau lebih jenis tanaman. Obat herbal diklasifikasikan menjadi tiga jenis sediaan, yaitu sediaan herbal, sediaan herbal ter standarisasi, dan fitofarmaka. Jahe merupakan salah satu jenis obat tradisional yang dibuat dari bahan-bahan alami yang telah diwariskan secara turun-temurun untuk tujuan kesehatan. Hingga saat ini keberadaan jahe semakin berkembang karena sebagian besar masyarakat mempercayainya sebagai obat yang memiliki manfaat besar bagi kesehatan, baik dalam hal mencegah dan menyembuhkan penyakit, menjaga kebugaran dan kecantikan, serta meningkatkan stamina fisik[2].

Jahe (*Zingiber officinale*) adalah tanaman rempah yang berasal dari Asia Selatan dan telah menyebar ke seluruh dunia. Jahe telah digunakan sebagai bumbu dapur di Cina sejak abad keenam sebelum masehi, dan pedagang Arab membawa jahe dan rempah-rempah lainnya ke Mediterania dan Eropa.

Gambar 1. Jahe

Di Indonesia, terdapat tiga varietas jahe (jahe sunti, jahe gajah, dan jahe emprit) umumnya dibudidayakan di daerah Rejang Lebong (Bengkulu), Bogor, Magelang, Yogyakarta, dan Malang, dan dimanfaatkan sebagai bumbu dapur, bahan jamu, dan minuman. Jahe, sebagai bumbu dapur, dapat melengkapi gizi dalam menu utama dan membantu menenangkan proses pencernaan[3]. Jahe merupakan tanaman yang memiliki banyak manfaat, antara lain sebagai obat herbal, bahan baku

[1] Moch Amrun Hidayat, "Obat Herbal (Herbal Medicine) : Apa Yang Perlu Disampaikan Pada Mahasiswa Farmasi Dan Mahasiswa Kedokteran?," *Pengembangan Pendidikan* 3 (2005): 141–47.

[2] Devi Anggraeni and Irma Citarayani, "Pelatihan Pembuatan Jahe Bubuk Sebagai Peluang Usaha Bagi Ibu-Ibu Dasawisma Di Desa Situsari Cileungsi Di Masa Pandemi COVID-19," *COMSERVA Indonesian Jurnal of Community Services and Development* 1, no. 10 (2022): 727–32, https://doi.org/10.36418/comserva.v1i10.141.

[3] I Wayang Redi Aryanta, "Manfaat Jahe Untuk Kesehatan," *Journal Widya Kesehatan* 1, no. 2 (2019): 39–43.

industri makanan dan minuman, bumbu masak, wewangian, serta kosmetik[4]. Jahe sebagai obat tradisional, dapat digunakan sendiri atau dikombinasikan dengan obat herbal lainnya untuk memperkuat dan melengkapi satu sama lain [5].

Menurut Yunitaari[6] bahwa jahe dapat menurunkan kadar gula darah. *Gingerol* dan *shogaol* merupakan zat aktif yang terdapat dalam jahe yang masing-masing merupakan turunan dari molekul fenol dan flavonoid. Zat aktif ini memiliki sifat anti diabetes. Kedua zat ini dapat meningkatkan sekresi insulin dan memperbaiki metabolisme glukosa dan lemak tubuh. Rasa pedas jahe yang unik dan kemampuannya memberikan kehangatan pada tubuh telah menjadikannya salah satu komoditas paling populer sepanjang masa. Jahe manisan, teh jahe, dan jahe instan adalah beberapa produk olahan jahe yang tersedia di pasaran saat ini.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk (1) memberikan informasi dan pengetahuan tentang olahan jahe instan yang dapat mendongkrak pendapatan ekonomi dan (2) memberikan keterampilan dalam proses pembuatan olahan jahe instan dengan inovasi rasa baru yang dapat dipasarkan. Sementara itu, manfaat dari kegiatan ini adalah menambah pengetahuan tentang pengolahan, formula, dan fungsi yang digunakan dalam pembuatan olahan jahe yang dapat bermanfaat bagi ibu-ibu dalam hal menambah penghasilan.

PELAKSANAAN PENGABDIAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian Pelatihan Pengolahan Jahe Instan dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2024. Warga yang menjadi sasaran penelitian diwakili oleh ibu-ibu dari RT 2 RW 5 Karang Kamal Desa Windunegara Kecamatan Wangon Kabupaten Banyumas. Target kegiatan ini adalah kelompok ibu-ibu RW 05 yang sebagian besar memiliki mata pencaharian sebagai petani. Sehingga pelatihan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan yang dihasilkan oleh khalayak yaitu sebagai nilai tambah produk dalam peningkatan ekonomi keluaga. Metode kegiatan yang akan diterapkan untuk mencapai tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah metode demontrasi secara langsung di depan kelompok sasaran tentang pengolahan jahe instan sebagai minuman herbal. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan beberapa tahap diantaranya: sosialisasi atau penjelasan tentang jahe dan manfaatnya, persiapan penyediaan alat dan bahan, pelaksanaan pelatihan pembuatan jahe Instan dan pengujian cita rasa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan pembuatan jamu jahe bubuk instan dilaksanakan dalam bentuk pertemuan dengan ibu-ibu sekitar RW 05 Grumbul Karangkamal sebanyak 20 orang, yang dilakukan di Desa Windunegara, Kec. Wangon, Kab. Banyumas, Jawa Tengah. Kegiatan pelatihan pembuatan jamu jahe bubuk instan berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Para peserta memiliki semangat tinggi dalam mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir. Hal ini dapat dilihat dari keaktifan dalam bertanya, mencatat, dan keikutsertaan dalam proses demonstrasi setiap

[4] Awik Puji Dyah Nurhayati et al., "Diversifikasi Produk Herbal Serbuk Instan Jahe Merah Dalam Upaya Peningkatan Produktivitas Masyarakat Desa Oro-Oro Ombo, Kota Batu," *Sewagati* 6, no. 4 (2022): 1–8, https://doi.org/10.12962/j26139960.v6i4.88.

[5] M Ekaningtias and D Agustini, " Pelatihan Pembuatan Jamu Jahe Bubuk Instan Sederhana Untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Tanaman Obat Pada Siswa SDN 46 Cakranegara, Kota Mataram," *Alamtana* 02, no. 03 (2021): 80–88.

[6] Norainny Yunitasari, "Pemanfaatan Daun Pandan Wangi, Jahe, Dan Biji Kapulaga Sebagai Minuman Teh Untuk Obat Herbal Antidiabetes," *UNES Journal of Scientech Research* 3, no. 2 (2018): 197, https://doi.org/10.31933/ujsr.3.2.197-203.2018.

tahapan atau langkah-langkah dalam pembuatan jamu. Pada saat mahasiswa mempraktekan cara pembuatan jamu jahe bubuk instan, para peserta sangat antusias mengamati tiap prosesnya sambil bertanya dan sesekali ikut mencoba membantu melakukan tiap tahapannya. Hal ini menunjukkan bahwa para peserta mengikuti pelatihan dengan penuh semangat karena memperoleh ilmu baru dalam pembuatan jamu. Pada umumnya, para peserta hanya membuat jamu tradisional dalam bentuk cair siap minum, sehingga mereka sangat antusias untuk mengetahui cara membuat jamu dalam bentuk bubuk instan. Jamu serbuk instan lebih fleksibel dalam penggunaannya karena dapat diminum kapan saja tanpa perlu proses pembuatan tambahan. Selain itu, jamu bubuk ini juga lebih awet dibandingkan dengan jamu tradisional dalam bentuk cair. Hal inilah yang menjadi daya tarik bagi ibu-ibu untuk belajar cara pembuatannya. Program ini terlaksana dengan sukses dilihat dari antusias ibu-ibu dalam mengikutinya dan juga di akhir acara ibu-ibu meminta untuk diadakan pelatihan-pelatihan serupa dengan bahan yang berbeda.

Langkah-Langkah Pembuatan

Berikut langkah-langkah proses pembuatan jahe bubuk:

1. Menyiapkan bahan dan alat. Untuk perbandingan bahannya yaitu Jahe: Air: Gula = 1: 1: 2
2. Mencuci jahe dengan air hingga bersih
3. Memotong jahe kecil-kecil supaya gampang saat dihaluskan
4. Menghaluskan jahe, bisa menggunakan blender ataupun ditumbuk
5. Memeras jahe yang sudah halus untuk mendapatkan air sari patinya
6. Memasukan air perasan jahe ke dalam wajan, menambahkan gula dan air sesuai takaran
7. Memasak jahe hingga mengental sambil terus diaduk supaya tidak gosong di wajan
8. Setelah mengental, matikan api kompor sambil terus diaduk hingga terbentuk keristal
9. Mengambil kristal yang terbentuk dan dihaluskan supaya berbentuk bubuk halus
10. Memasukan jahe bubuk ke dalam wadah

Gambar 2. Menghaluskan jahe, bisa menggunakan blender

Gambar 3. Memeras jahe yang sudah halus untuk mendapatkan air sari patinya

Gambar 4. Memasak jahe hingga mengental sambil terus diaduk supaya tidak gosong di wajan

Gambar 5. Mengambil kristal yang terbentuk dan dihaluskan supaya berbentuk bubuk halus

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pelatihan pembuatan jamu jahe bubuk instan sederhana yang dilaksanakan di RW 5 Desa Windunegara, dengan metode demonstrasi telah terlaksana sesuai dengan harapan. Produk yang dihasilkan berupa minuman herbal berupa jamu jahe dalam bentuk

bubuk dengan rasa yang nikmat (perpaduan pedas manis rasa rempah dan gula). Melalui kegiatan ini, diharapkan ibu-ibu memiliki keterampilan dalam mengolah jahe menjadi minuman herbal yang praktis dan sehat. Dengan keterampilan tersebut ibu–ibu dapat mengaplikasikannya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari ataupun bisa menjadi sumber pendapatan dengan mengembangkannya menjadi industri rumahan sehingga akan meningkatkan sosial ekonominya dengan cara menjual produk jahe bubuk tersebut baik secara online maupun offline, mengingat jahe sendiri memiliki berbagai macam manfaat guna menghalau dan menyembuhkan segala macam penyakit seperti mual-mual, rematik, batuk, nyeri lambung, kanker, diabetes, flu, demam dan gangguan pencernaan lainnya dalam meningkatkan imunitas tubuh. Kegiatan pengabdian masyarakat pengolahan jahe instan dapat mengajarkan keterampilan dalam proses pembuatan produk jahe instan dengan inovasi rasa baru yang siap dipasarkan.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraeni, Devi, and Irma Citarayani. "Pelatihan Pembuatan Jahe Bubuk Sebagai Peluang Usaha Bagi Ibu-Ibu Dasawisma Di Desa Situsari Cileungsi Di Masa Pandemi COVID-19." *COMSERVA Indonesian Jurnal of Community Services and Development* 1, no. 10 (2022): 727–32. https://doi.org/10.36418/comserva.v1i10.141.

Aryanta, I Wayang Redi. "Manfaat Jahe Untuk Kesehatan." *Journal Widya Kesehatan* 1, no. 2 (2019): 39–43.

Ekaningtias, M, and D Agustini. " Pelatihan Pembuatan Jamu Jahe Bubuk Instan Sederhana Untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Tanaman Obat Pada Siswa SDN 46 Cakranegara, Kota Mataram." *Alamtana* 02, no. 03 (2021): 80–88.

Hidayat, Moch Amrun. "Obat Herbal (Herbal Medicine) : Apa Yang Perlu Disampaikan Pada Mahasiswa Farmasi Dan Mahasiswa Kedokteran?" *Pengembangan Pendidikan* 3 (2005): 141–47.

Nurhayati, Awik Puji Dyah, Alfani Raziful Dwi Ersandy, Noor Nailis Sa'adah, Edwin Setiawan, Nova Maulidina Ashuri, Adik Mayang Indiani, Agus Wahyudi, Ratna Rintaningrum, and Ni Wayan. "Diversifikasi Produk Herbal Serbuk Instan Jahe Merah Dalam Upaya Peningkatan Produktivitas Masyarakat Desa Oro-Oro Ombo, Kota Batu." *Sewagati* 6, no. 4 (2022): 1–8. https://doi.org/10.12962/j26139960.v6i4.88.

Yunitasari, Norainny. "Pemanfaatan Daun Pandan Wangi, Jahe, Dan Biji Kapulaga Sebagai Minuman Teh Untuk Obat Herbal Antidiabetes." *UNES Journal of Scientech Research* 3, no. 2 (2018): 197. https://doi.org/10.31933/ujsr.3.2.197-203.2018.