

## **Pelatihan Pembuatan Jamu Herbal Jahe Pada Komunitas Ibu PKH Di Desa Sungai Pinang**

**Maya Yuliana<sup>1</sup>, Selfi Septia Tauri<sup>2</sup>, Nafisah Utami<sup>3</sup>, Clara Kartika<sup>4</sup>, Diki Arisandi<sup>5</sup>**

<sup>1,5</sup>Program Studi Teknik Informatika Universitas Abdurrab, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Farmasi Universitas Abdurrab, Indonesia

<sup>3</sup>Program Studi Psikologi Universitas Abdurrab, Indonesia

<sup>4</sup>Program Studi Kebidanan Universitas Abdurrab, Indonesia

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Diki Arisandi

**E-mail:** [diki@univrab.ac.id](mailto:diki@univrab.ac.id)

### **Abstrak**

Jamu Herbal Jahe merupakan minuman tradisional yang dibuat dari bahan dasar jahe dan berbagai bahan alami. Proses pembuatan jamu herbal jahe melibatkan merebus jahe bersama bahan lainnya seperti, gula dan air. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diselenggarakan di Desa Sungai Pinang, sebuah desa yang belum memiliki pengetahuan secara luas dalam mengolah sumber daya alam seperti jahe, yang sebenarnya tumbuh disekitar masyarakat namun pemanfaatannya masih kurang optimal terutama untuk inovasi produk herbal seperti jamu. Untuk mengatasi permasalahan tersebut dilakukan suatu inovasi dengan membuat jamu herbal jahe dengan menggunakan bahan jahe yang di lakukan pelatihan juga kepada masyarakat Desa Sungai Pinang. Tujuan pelatihan pembuatan Jamu Herbal Jahe adalah mengajak warga Desa Sungai Pinang terutama para ibu PKH untuk berpartisipasi dalam meningkatkan Jamu Herbal Jahe dapat dilestarikan pada masyarakat. Tim Pengabdian melakukan kegiatan ini selama 6 hari yang mencakup pemberian pengetahuan tentang manfaat jahe, pengolahan jahe menjadi jamu herbal, dan pengemasan jamu agar bisa dinikmati dalam waktu yang lebih lama. Berdasarkan pengamatan sebelum dan sesudah kegiatan pelatihan pembuatan Jamu Herbal Jahe, disimpulkan bahwa masyarakat dapat mengambil manfaat dari kegiatan pengabdian ini dan bisa mengimplementasikan ilmu yang didapat untuk keperluan masing-masing.

**Kata Kunci** - Jamu herbal jahe, partisipasi warga, Desa Sungai Pinang

### **Abstract**

Ginger Herbal Drink is a traditional beverage made from ginger and various natural ingredients. The process of making ginger herbal drinks involves boiling ginger with other ingredients such as sugar and water. This community engagement activity was held in Sungai Pinang Village, a village that lacks widespread knowledge about utilizing natural resources like ginger, which actually grows in the community but whose utilization is currently lacking innovation, especially for herbal products. To address this issue, an innovation was introduced by creating ginger herbal jamu using ginger as the main ingredient, along with training for the community in Sungai Pinang Village. The aim of this community engagement is to encourage the residents of Sungai Pinang Village, especially the women in the PKH program, to participate in preserving ginger herbal drinks within the community. The Engagement Team conducted this activity for 6 days, which included providing knowledge about the benefits of ginger, processing ginger into an herbal drink, and packaging the product to prolong its shelf life. Based on observations before and after the training in making ginger herbal drinks, it can be concluded that the community has benefited from this engagement activity and can implement the knowledge gained for their respective purposes.

**Keywords** - Ginger herbal medicine, community participation, Sungai Pinang Village

## **PENDAHULUAN**

Jamu adalah obat herbal asli yang diracik menggunakan bahan dari jahe ataupun bahan-bahan alami untuk menjaga kesehatan dan juga menyembuhkan penyakit yang di alami oleh masyarakat. Jahe menurut para ahli merupakan tanaman akar tinggal yang sangat populer sebagai bahan rempah-rempah dan bahan obat herbal. Akar tinggal merupakan tumbuh di bawah tanah, meskipun disebut akar tinggal sebenarnya yaitu batang yang mempunyai ruas dan daun sisik pada permukaannya (Agusta, Visca, Anisah, & Kusumo, 2022). Jahe telah lama di gunakan untuk obat herbal dalam berbagai pengobatan tradisional, seperti obat tradisonal dari cina. Secara istilah, jamu jahe mengandung minyak esensial dan senyawa bioktif yang cukup beragam seperti, shogaols, paradols dan gingerol yang senyawa yang cukup aktif berperan sebagai anti radang dan anti jamur (Redi Aryanta, 2019).

Daerah pedesaan yang menjadi tempat kegiatan pelatihan ini adalah Desa Sungai Pinang di Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar Provinsi Riau. Pada masa dahulu Desa Sungai Pinang mulanya hanya berupa hutan belukar atau rimba, lalu masyarakat dari hulu seperti Air Tiris, Rumbia, Kampar dan Danau Binguang untuk membuka lahan perkebunan. Pada tahun 1960 an masyarakat mulai bertambah di sungai pinang yaitu daerah Rimbo Tampui. Desa Sungai pinang memiliki nilai historis, budaya dan geografis. Adapun aspek tertentu seperti adat istiadat, potensi ekonomi, dan sumber daya alam juga dimiliki desa Sungai Pinang salah satunya hasil alam berupa Jahe.

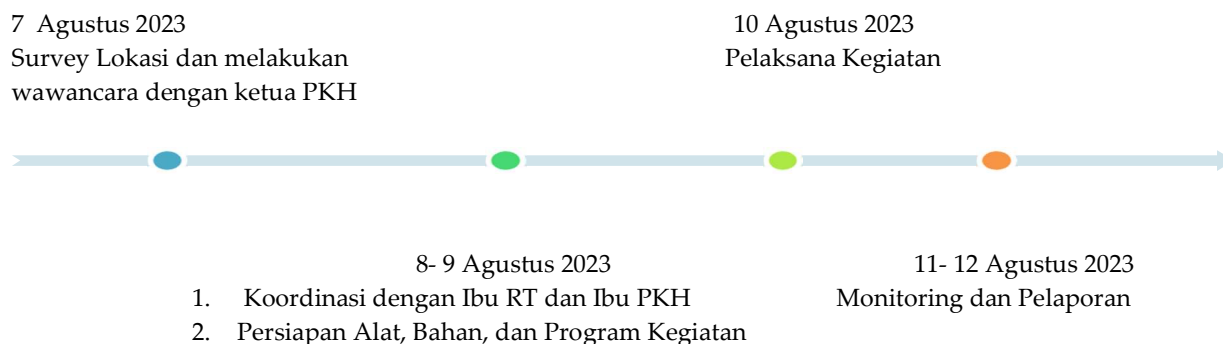
Desa Sungai Piang memiliki potensi yang melimpah dalam hal pertumbuhan tanaman jahe, namun sayangnya potensi ini belum dimanfaatkan secara optimal, terutama dalam produksi jamu jahe herbal. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh warga sekitar mengenai manfaat dan proses pembuatan jamu jahe herbal. Meskipun jahe memiliki khasiat yang luar biasa untuk kesehatan dan pengobatan tradisional, kekurangan informasi mengenai cara mengolahnya menjadi ramuan herbal yang berkualitas serta kurangnya pemahaman tentang pemasaran produk-produk berbasis jahe membuat peluang ini belum tereksplorasi sepenuhnya. Diperlukan upaya pendidikan dan pelatihan yang intensif untuk meningkatkan pemahaman warga tentang potensi jahe serta memberikan wawasan mengenai nilai ekonomi yang dapat dihasilkan melalui pengolahan jahe menjadi produk-produk bernilai tambah (Sukmawati & Merina, 2019), sehingga desa ini dapat benar-benar mengoptimalkan potensi tanaman jahe mereka.

Kegiatan Pelatihan Pembuatan Jamu Herbal jahe ini sangat bermanfaat bagi masyarakat di Sungai Pinang. Kegiatan ini tidak hanya melibatkan dosen, namun juga melibatkan mahasiswa agar mempunyai pengalaman ketika di masyarakat (Arisandi, Syamsuadi, Hartati, & Trisnawati, 2021). Disamping itu, unsur PKH juga perlu dilibatkan agar kegiatan masyarakat bisa lebih produktif, apalagi hasil kegiatan bisa berpotensi menambah penghasilan warga (Sari, Arisandi, Setiawan, Trisnawati, & Elvitaria, 2020) terutama dari pemasaran hasil olahan rumahan dan dipasarkan tidak hanya secara konvensional namun secara online (Setiawan, Trisnawati, Arisandi, Elvitaria, & Sari, 2022). Selain orang tua dan dewasa dapat memanfaatkan Jamu herbal jahe untuk di minum. Maka, perlu ada pelatihan tentang Jamu Herbal Jahe bagi orang tua dan dewasa. Hasil olahan jahe ini biasanya dapat di temukan dalam bentuk contohnya sirup jahe, permen dan manisan jahe. Dalam unsur senyawa antioksi dapat berupa rempah pada jahe yaitu , Gingerol dan Shogaol (Sutarto, Sari, Utama, & Indriyani, 2022).

Pelatihan pembuatan jahe herbal di desa Sungai Pinang memiliki manfaat seperti pembuatan sebuk jahe di olah menjadi minuman herbal yang dapat membantu masyarakat. Tujuan pelaksana pengabdian masyarakat adalah mengajak warga desa Sungai Pinang untuk berpartisipasi dalam meningkatkan pelatihan jamu herbal jahe bagi kesehatan masyarakat. Harapannya, setelah kegiatan pelatihan pembuatan jamu herbal jahe dapat di lestarian kepada masyarakat Desa Sungai Pinang.

## METODE

Kegiatan pelatihan pembuatan jamu herbal jahe di Desa Sungai Pinang Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar, yang melibatkan mahasiswa, dan dilaksanakan selama 6 hari, dimulai pada tanggal 7 hingga 12 Agustus 2023 untuk masa survey sehingga pelaksanaannya. Lalu di lanjutkan 2 hari untuk monitoring dan pelaporan, mulai tanggal 11 dan 12 Agustus 2023. Adapun linimasa kegiatan pengabdian masyarakat ini terlihat pada gambar berikut.



**Gambar 1.**  
Linimasa Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan UMKM melalui program Pelatihan Pembuatan Jamu Herbal Jahe untuk membantu Masyarakat Desa Sungai Pinang dan sekitar Dusun III menjaga kesehatan yaitu para ibu-ibu PKH dan lansia. Tim Pengabdian berharap adanya kegiatan ini untuk menjaga dan memanfaatkan Jamu Herbal Jahe dan di diproduksi oleh Masyarakat Desa Sungai Pinang. Tim Pengabdian melakukan survey lokasi dan wawancara dengan ketua PKH pada tanggal 7 Agustus 2023 di Kantor Desa Sungai Pinang. Kemudian Tim Pengabdian melakukan koordinasi kepada ibu RT di kediaman rumahnya, dan Tim Pengabdian melakukan koordinasi dengan ibu PKH pada tanggal 8-9 Agustus 2023. Setelah melakukan koordinasi kepada ibu RT dan Ibu PKH setempat kami Tim Pengabdian melakukan persiapan alat, bahan dan program kegiatan pelatihan pembuatan jamu herbal jahe. Kemudian pada tanggal 10 Agustus 2023 pelaksana kegiatan sosialisasi jamu herbal jahe dikantor Desa Sungai Pinang. Kemudian pada tanggal 11-12 Agustus 2023 melakukan monitoring dan pelaporan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hipertensi merupakan kondisi medis dimana tekanan darah dalam konsisten lebih tinggi dari batasan normal. Adapun faktor resiko hipertensi yaitu umur, jenis kelamin, keturunan, konsumsi garam berlebihan, merokok dan obesitas (berat badan berlebihan). Komplikasi dari hipertensi yaitu apabila tidak di tangani segera akan menimbulkan serangan jantung, pembesaran jantung, gagal jantung, stroke, gangguan penglihatan, penyakit ginjal dan kencing manis (Ainurrafiq, Risnah, & Ulfa Azhar, 2019). Kegiatan pengabdian masyarakat yang diawali dengan kunjungan awal tim pengabdian ke Desa Sungai Pinang Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar dengan Ibu PKK. Hasil organoleptis yang didapatkan dalam pembuatan serbuk jamu herbal jahe dari sampel hasil di uji coba dan hasil mayoritas yang dilakukan adalah sebagai berikut (Wiboworini & Shabrina, 2021).

**Tabel 1.**

Hasil Organoleptis Sebuk Jamu Herbal Jahe

| No | Yang Diuji | Hasil                    |
|----|------------|--------------------------|
| 1  | Aroma      | Jahe                     |
| 2  | Rasa       | Pedas , Hangat dan Manis |
| 3  | Warna      | Coklat Keemasan          |
| 4  | Tekstur    | Halus                    |

Jahe instan dengan adanya uji organoleptis menghasilkan aroma khas jahe, rasa pedas, hangat dan manis, warna coklat keemasan dan teksturnya sangat halus. Adapun prosedur pembuatan Jamu Herbal Jahe adalah tahapan pertama timbang 1 kg jahe segar, dikupas kulitnya dan di cuci kemudian di parut dan diambil airnya 400 ml. Kemudian tambahkan gula pasir 1 kg, masukan kedalam wajan, masak sambil di aduk-aduk sampai gula larut dan dipanaskan terus sampai suhu 130°C. Matikan api. Kemudian taburi gula halus sedikit demi sedikit sambil diaduk-aduk, sampai habis dan aduk terus sampai bentuk kristal kering. Kemudian siap di kemas dengan menggunakan kemasan Pouch 200 gram atau kemasan Sachet 20 gram. Jahe instan adalah jahe yang berbentuk serbuk dan dalam penggunaannya mudah di larutkan dalam air panas ataupun air dingin. Manfaat Jamu Herbal Jahe adalah menurunkan tekanan darah, membantu pencernaan, melancarkan peredaran darah pada jahe bersifat antikoagulan, rimpang jahe, menangkal radikal bebas, meredakan rasa sakit (Mauliyana et al., 2022).



**Gambar 2.**

Silaturahmi Kerumah RT

Kegiatan diawali dengan tim Pengabdian melakukan silaturahmi kerumah RT untuk membahaskan tentang tujuan pengabdian yaitu tentang Pelatihan Pembuatan Jamu Herbal Jahe di Desa Sungai Pinang seperti terlihat pada gambar 2. Beliau juga menjelaskan terkait keadaan Desa termasuk daerah Dusun III Sungai Pinang, seperti keadaan sosial dan informasi lainnya yang dapat menjadi masukan bagi Tim Pengabdian saat melakukan kegiatan Pelatihan Pembuatan Jamu Herbal Jahe.



**Gambar 3.**  
Pembuatan Jamu Herbal Jahe

Pada saat pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian berkumpul di satu tempat untuk melakukan kegiatan bersama dengan para ibu PKH. Tim pengabdian mengawali kegiatan dengan pemberian informasi terkait pengolahan jahe herbal ini, kemudian Tim Pengabdian dan para ibu PKH melakukan pembersihan jahe untuk di ambil airnya menjadi serbuk jamu herbal jahe (gambar 3). Proses pengolahan pertama diawali dengan pembersihan pada kulit jahe, kemudian jahe yang sudah bersih dicidungan air yang mengalir, setelah itu tim pengabdian bersama ibu PKH menggiling dan memeras jahe tersebut, sehingga hanya tersisa saripati jahe saja. Saripati jahe tersebut dimasak dengan api sedang serta ditambah dengan bahan-bahan lain seperti gula aren, bubuk kapulaga dan herbal lainnya. Proses memasak kemudian diteruskan hingga air menguap dan saripati jahe menjadi gumpalan kecil yang menyerupai serbuk kasar.



**Gambar 4.**  
Serbuk Jamu Herbal Jahe

Sebuk jahe kemudian dipindahkan dan didinginkan pada suhu ruangan sekitar satu jam. Ketika sudah dirasa dingin, serbuk jahe herbal dipindahkan kedalam wadah bungkus plastik (gambar 4) dan serbuk jahe herbal sudah bisa dikonsumsi dan dipasarkan. Setelah pengemasan selesai, tim pengabdian juga memberikan beberapa penjelasan terkait apa saja manfaat yang bisa didapat ketika mengonsumsi jahe herbal ini secara rutin. Tidak lupa pula, tim pengabdian juga memberikan penjelasan tentang bagaimana pemasaran produk jahe herbal ini dengan menggunakan sosial media seperti WhatsApp, Instagram, serta kanal-kanal jual beli online yang bisa diakses dengan bantuan handphone (Tokopedia atau Shopee). Setelah pemaparan seluruh materi selesai, beberapa warga memberikan kesan positif terkait kegiatan ini sekaligus memberikan harapan agar kegiatan serupa dapat dilaksanakan kembali pada masa yang akan datang. Kegiatan diakhiri dengan foto bersama antara para ibu PKH dengan tim pengabdian (gambar 5)



**Gambar 5.**

Foto Bersama Antara Tim Pengabdian Dan Para Ibu PKH

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim Kukerta kelompok 30 yang berlokasi di Desa Sungai Pinang Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar. Kegiatan UMKM ini fokus untuk meningkatkan partisipasi masyarakat dalam kesehatan. Para masyarakat Desa Sungai Pinang menyambut dengan antusias pelaksanaan kegiatan UMKM pelatihan pembuatan jamu herbal jahe, baik saat pengabdian maupun setelah pengabdian. Adapun saran yang dapat disampaikan setelah kegiatan ini ditujukan kepada pihak pemerintah Desa Sungai Pinang supaya dapat memberikan lebih dan dukungan terhadap Pelatihan pemanfaatan bahan herbal lainnya untuk kesehatan masyarakat Desa Sungai Pinang.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan Terima kasih ditujukan kepada LPPM Universitas Abdurrah yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini. Ucapan terimakasih juga dihatorkan kepada perangkat Desa Sungai Pinang yang telah memberikan kesempatan bagi tim pengabdian, serta para Ibu PKH yang sudah meluangkan waktu dalam kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, H., Visca, R., Anisah, A., & Kusumo, B. (2022). Produksi Minuman Herbal Anti Oksidan dari Ekstrak Rimpang Jahe Merah dan Kunyit di Pondok Pesantren Riyadhul Huda. *Dedikasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 108–114. <https://doi.org/10.31479/dedikasi.v2i2.163>
- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.806>
- Arisandi, D., Syamsuadi, A., Hartati, S., & Trisnawati, L. (2021). Peran Mahasiswa Dalam Pencegahan Bencana Asap Melalui Kukerta Terintegrasi Universitas Abdurrah di Desa Dayun. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 392–399. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v5i2.5305>
- Mauliyana, A., Mulyani, S., Sailendra, L. O., Adamsyah, M. I., Kurniawati, R., Jabar, F., & Ramadhan, A. L. (2022). Pembuatan Jamu Herbal Serbuk Jahe Sebagai Obat Alternatif Diabetes Mellitus Pada Masyarakat Di Desa Lakomea. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Anoa*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.54883/jpmba.v1i1.7>
- Redi Aryanta, I. W. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Sari, I. P., Arisandi, D., Setiawan, D., Trisnawati, L., & Elvitaria, L. (2020). Pemanfaatan Teknologi Media Sosial sebagai Pendukung Usaha Ibu PKK Desa Teluk Kenidai Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Abdidas*, 1(3), 131–136.
- Setiawan, D., Trisnawati, L., Arisandi, D., Elvitaria, L., & Sari, I. P. (2022). Pendampingan Model Promosi Digital Umkm Kerupuk Jangek Pak Ali Pada Masa New Normal Di Kota Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 5(3), 119–128. <https://doi.org/10.36341/jpm.v5i3.2395>
- Sukmawati, W., & Merina, M. (2019). Pelatihan Pembuatan Mipelatihan Pembuatan Minuman Herbal Instan Untuk Meningkatkan Ekonomi Warganuman Herbal Instan Untuk Meningkatkan Ekonomi Warga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(4), 210. <https://doi.org/10.24114/jpkm.v25i4.14874>
- Sutarto, S., Sari, R. D. P., Utama, W. T., & Indriyani, R. (2022). Pembuatan Produk Minuman Herbal Keluarga Dari Jahe Di Desa Dwi Warga Tunggal Jaya Kabupaen Tulang Bawang. *Buguh: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 88–91. <https://doi.org/10.23960/buguh.v2n2.1067>
- Wiboworini, B., & Shabrina, A. (2021). Pembuatan Minuman Herbal Sederhana Dari Jahe Untuk Mendukung Imunitas Melawan Covid-19. *Smart Society Empowerment Journal*, 1(3), 108. <https://doi.org/10.20961/ssej.v1i3.56093>