

# Pengenalan Cara Pengolahan Minuman Kesehatan yang Berasal dari Bahan Alam di Daerah Dasan Agung Kabar, Kecamatan Sakra

Baiq Leny Nopitasari<sup>a</sup>, Nurul Qiyaam<sup>a</sup>, Anna Pradiningsih<sup>a</sup>, Irmatika Hendriyani<sup>a</sup>, Widayatul Khairi<sup>a\*</sup>, Tazkia Aulia<sup>a</sup>, Putri Izzul Durrani<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Korespondensi author: khairiwayatul@gmail.com

## Info Artikel

Sejarah artikel:  
Dikirim: 19 Juni 2024  
Revisi: 7 Juli 2024  
Diterima: 10 Juli 2024

## Kata kunci:

Obat tradisional  
Bahan alam  
Desa Dasan Agung  
Tingkat pengetahuan

## Key word:

Traditional medicine  
Natural ingredients  
Dasan Agung Village  
Level of knowledge

## Abstrak

Obat tradisional berasal dari bahan alam (tanaman), manfaat dan khasiatnya perlu dikembangkan dengan pengenalan obat tradisional kepada Masyarakat modern yang dilakukan untuk mengubah tampilan jamu menjadi sediaan instan atau minuman segar yang lebih baik tanpa mengurangi manfaat dari tanaman tersebut. Desa Dasan Agung Kabar merupakan daerah yang terdapat di Kecamatan Sakra Kabupaten Lombok Timur Nusa Tenggara Barat (NTB). Desa tersebut terdapat banyak sawah dan kebun menjadi penjejuk di Desa tersebut sehingga hal tersebut sebagai mata pencaharian utama (petani). Tujuan pengabdian ini dilakukan untuk memberikan penyuluhan mengenai manfaat obat tradisional. Metode yang dilakukan yakni ceramah dengan pembagian brosur dan kuesioner sebelum dilakukan ceramah. Hasil presentasi tingkat pengetahuan sebelum ceramah didapatkan 60% sedangkan setelah dilakukan terdapat persentase tanggapan atau kepuasan peserta sebesar 84,25% oleh karena itu Desa Dasan Agung tepat dijadikan sebagai tempat untuk melakukan PkM.

## Abstract

Traditional medicine comes from natural ingredients (plants), and its benefits and efficacy need to be developed by introducing traditional medicine to modern society. This is done to transform the appearance of herbal medicine into better instant preparations or refreshing drinks without reducing the benefits of the plants. Dasan Agung Kabar Village is located in Sakra District, East Lombok Regency, West Nusa Tenggara (NTB). The village has many rice fields and gardens, which serve as the main livelihood (farmers) and provide a refreshing environment for the village. The purpose of this community service is to provide education about the benefits of traditional medicine. The method used is a lecture accompanied by the distribution of brochures and questionnaires before the lecture. The results of the presentation showed that the level of knowledge before the lecture was 60%, while after the lecture, the percentage of responses or participant satisfaction was 84.25%. Therefore, Dasan Agung Village is an appropriate place to carry out this community service activity.

## Pendahuluan

Indonesia merupakan negara dengan keanekaragaman hayati baik flora dan fauna, sehingga rempah-rempah dengan mudah tumbuh di Indonesia (Pangestu *et al.*, 2023). Keberadaan rempah-rempah di Indonesia pada zaman dahulu telah dimanfaatkan sebagai minuman tradisional untuk mengobati penyakit dan diwariskan hingga saat ini (Permatasari *et al.*, 2022). Rempah-rempah merupakan tanaman yang memiliki antioksidan tinggi yang dapat meningkatkan kekebalan tubuh (Artini & Veranita, 2021). Peningkatan kekebalan tubuh dapat menjadi bentuk pertahanan dalam melawan corona virus (Ahsan *et al.*, 2020). Salah satunya ialah untuk meningkatkan daya tahan tubuh, ialah dengan cara mengkonsumsi rempah-rempah tradisional berupa minuman jamu, diantaranya seperti jahe, temulawak, sereh, kunyit, kayu manis, dan gula aren (Mawardika & Istiqomah, 2021).

Selain rempah-rempah Indonesia juga sebagai bumbu masak, bahan baku obat tradisional, industri kosmetika, industri rokok dan minuman penyegar (Nurhayati *et al.*, 2022). Pengenalan obat tradisional (bahan alam) kepada Masyarakat modern yang bisa

dilakukan dengan cara mengubah tampilan jamu yang biasa kita minum menjadi sediaan instan atau minuman segar yang lebih baik dari segi kemasan tanpa mengurangi manfaat dari tanaman tersebut (Bakri *et al.*, 2023).

Desa Dasan Agung Kabar merupakan daerah yang terdapat di Kecamatan Sakra Kabupaten Lombok Timur NTB, disekitarnya banyak terdapat banyak sawah dan kebun yang menjadi penjejuk di desa tersebut. Masyarakatnya mempunyai sumber mata pencaharian utama sebagai petani. Daerah ini masih sedikit disentuh dengan pengolahan bahan-bahan alam yang ada didaerah tersebut. Pertanian adalah salah satu sumber penghidupan karena tanah pertanian yang subur Sumber mata pencaharian utamanya adalah sebagai Petani. Ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) di Desa tersebut hanya lulusan SD, SMP dan SMA sehingga tidak cukup pengetahuan untuk mengolah dan memanfaatkan bahan alam sebagai obat untuk kesehatan yang ada di sawah dan kebun disekitarnya

Pada kesempatan ini bahan baku minuman herbal yang diolah sebagai minuman tradisional adalah kunyit, jahe merah, jahe

emprit, temulawak, gula merah, dan jeruk nipis. Minuman tradisional rempah ini diharapkan dapat meningkatkan imunitas tubuh. Selain itu penggunaan daun kelor sebagai obat herbal juga terbukti manfaatnya (Kurniawan *et al.*, 2020). Ekstrak air dari daun kelor (*Moringa oleifera* L.) memiliki kandungan senyawa aktif alkaloid, saponin, tannin, fenol, flavonoid, triterpenoid, steroid, dan glikosida yang berguna bagi tubuh manusia dalam kadar tertentu (Philippus, 2024). Fungsi antioksidan dalam tubuh manusia dapat melawan pengaruh bahaya dari radikal bebas atau *reactive oxygen species* yang terbentuk dari kegiatan metabolisme oksidatif hasil dari reaksi kimia dan proses metabolisme dalam tubuh manusia (Alfa *et al.*, 2019).

Tujuan dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan mengenai manfaat obat tradisional dan memberikan keterampilan pembuatan minuman kesehatan dari bahan alam. Target dan luaran dari program PKM ini adalah: a) Terciptanya kelompok masyarakat yang memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang manfaat obat tradisional. b) Terciptanya keterampilan untuk melakukan pembuatan minuman kesehatan dari bahan alam.

### Metode

Kegiatan ini dilaksanakan di Daerah Dasan Agung Kabar, Kecamatan Sakra, Kabupaten Lombok Timur pada hari Sabtu tanggal 1 Juni 2024 di Daerah Dasan Agung Kabar, Kecamatan Sakra. Kegiatan ini diikuti oleh 18 orang ibu-ibu PKK. Kegiatan ini dibagi menjadi 4 tahap yaitu :

1. Pembukaan dan perkenalan: pembukaan diisi sambutan dari pihak penyuluh (ketua tim) dan dari perwakilan ibu-ibu PKK.
2. Pemberian materi mengenai obat tradisional oleh tim penyuluh.
3. Diskusi dan Penutupan

### Hasil dan Pembahasan

Gambaran pengetahuan masyarakat Daerah Dasan Agung Kabar, Kecamatan Sakra tentang minuman kesehatan diukur menggunakan kuesioner yang berisi 5 item pertanyaan yaitu 1) Pengertian minuman kesehatan, 2) Bumbu dapur sebagai bahan minuman kesehatan, 3) Cara membuat minuman kesehatan, 4) Khasiat minuman kesehatan, dan 5) Minuman kesehatan sebagai suplemen kesehatan. Respon tiap pertanyaan dalam bentuk jawaban “Ya” dan “Tidak”. Hasil analisis tingkat pengetahuan masyarakat tentang minuman kesehatan dapat dilihat pada Gambar I.



**Gambar I.** Persentase Tingkat Pengetahuan tentang Minuman Kesehatan (%)

Daerah Dasan Agung Kabar, Kecamatan Sakra terkait tentang minuman kesehatan menghasilkan masih rendah, dilihat pada persentase tertinggi masing-masing sebesar 60% pada pengetahuan tentang bumbu dapur sebagai herbal dan khasiat minuman kesehatan. Setelah pengisian kuesioner, kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan dan pelatihan tentang minuman kesehatan dan cara pembuatan minuman kesehatan dari bahan alam. Pelatihan dilakukan dengan cara pemateri mendemonstrasikan terlebih dahulu, selanjutnya peserta mempraktekkan secara langsung pembuatan minuman kesehatan menggunakan peralatan yang ada sesuai dengan penelitian pembuatan minuman serbuk kunyit asam dan jahe.



**Gambar 2.** Leaflet yang dibagikan kepada Masyarakat

Peserta terlihat sangat antusias dan terlibat secara aktif mengikuti kegiatan pelatihan. Pada akhir kegiatan peserta dimintai tanggapan terhadap kegiatan pelatihan yang telah diikuti. Hasil tanggapan peserta terhadap pelaksanaan PkM dapat dilihat pada Tabel I di bawah ini.

**Tabel I.** Data tingkat kepuasan peserta terhadap kegiatan PkM

No	Pernyataan	Tingkat Kepuasan Peserta (%)
1	Kegiatan yang sangat bermanfaat	92%
2	Informasi yang diberikan sangat penting	86%
3	Metode penyampaian yang sangat jelas dan tidak membosankan	80%
4	Konsumsi dan fasilitas yang diberikan sangat memuaskan	82%
5	Panitia kegiatan sopan dan ramah	86%
6	Informasi sangat jelas	83%
7	Waktu penyampaian maksimal	78%
8	Keinginan kegiatan ini dilaksanakan kembali	87%
<b>Persentase rata-rata</b>		<b>84,25%</b>

Berdasarkan Tabel I dapat dilihat bahwa tanggapan peserta sangat baik terhadap kegiatan yang telah dilakukan dibuktikan dengan persentase keseluruhan sebesar 84,25%. Kebermanfaatan kegiatan bahkan memberikan persentase sampai 92%. Selain itu, peserta beranggapan bahwa kegiatan seperti ini dapat dilakukan

kembali di lain waktu dengan persentase sebesar 87%. Berikut foto-foto kegiatan yang dilakukan:



Gambar 3. Dokumentasi kegiatan PkM



Gambar 4. Dokumentasi kegiatan PkM



Gambar 5. Dokumentasi kegiatan PkM

## Simpulan dan Saran

Kegiatan PkM yang dilaksanakan di Daerah Dasan Agung Kabar, Kecamatan Sakra berjalan dengan lancar dan tepat sasaran. Antusiasme masyarakat terhadap kegiatan ini sangat tinggi dibuktikan dengan respon kepuasan peserta sebesar 84,25%. Oleh karena itu, diharapkan untuk kegiatan PkM selanjutnya penentuan sasaran dan pemilihan metode kegiatan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan suatu kegiatan PkM.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih atas kontribusi mitra pada kegiatan ini adalah memberikan izin serta membantu pelaksanaan proses sosialisasi/penyuluhan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Sasaran yang dituju adalah ibu-ibu PKK Daerah Dasan Agung Kabar, Kecamatan Sakra. Terimakasih juga kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Mataram karena sudah memberikan dana sehingga kegiatan ini dapat berlangsung.

## Daftar Pustaka

- Ahsan, F., Rahmawati, N. Y., & Alditia, F. N. (2020). *Lawan Virus Corona: Studi Nutrisi untuk Kekebalan Tubuh*. Airlangga University Press.
- Alfa, N., Mustofa, S., & Irawati, N. A. V. (2019). Likopen, Antioksidan Eksogen yang Bermanfaat bagi Fertilitas Laki-laki. *Jurnal Majority*, 8(1), 237-241.
- Artini, K. S., & Veranita, W. (2021). Tamanam herbal untuk meningkatkan sistem imun tubuh: Literature Review. *Jurnal Farmasetis*, 10(1), 15-20.
- Bakri, N. F., Pratiwi, R. D., Nurhidayah, A., & Sasarari, S. M. (2023). Pelatihan dan Pengenalan Pengolahan Bahan Alam untuk Minuman Kesehatan dalam Bentuk Teh Herbal. *Jurnal Abdimas PHB Vol*, 6(2).
- Kurniawan, H., Sukmawaty, S., Ansar, A., Murad, M., Sabani, R., Yuniarto, K., & Khalil, F. I. (2020). Pengolahan Daun Kelor Di Desa Sigar Penjalin Kecamatan Tanjung Kabupaten Lombok Utara. *Jurnal Ilmiah Abdi Mas TPB Unram*, 2(2).
- Mawardika, H., & Istiqomah, N. (2021). Peningkatan imunitas tubuh melalui konsumsi jamu di era pandemi covid-19. *Journal of Community Engagement and Empowerment*, 3(1).
- Nurhayati, D. R., Ts, M., & Yusof, S. F. B. (2022). *Herbal dan rempah*. Scopindo Media Pustaka.
- Pangestu, D. P., Azizah, S. N., Putri, M. Y., Aulia, H. R., Chasanah, U., Octavia, D. R., & Majid, A. (2023). Edukasi Penggunaan Obat Saat Puasa Sebagai Upaya Penggunaan Obat yang Rasional selama Bulan Ramadhan. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 6(3), 516-522.
- Permatasari, S., Munthe, E. A., Teresa, A., & Aryati, F. (2022). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga sebagai Minuman Penguat Imunitas Tubuh di RT 04 Kelurahan Bereng Pulang Pisau: Utilization of Family Medicinal Plants as Body Immunity Strengthening Drink at RT 04 Kelurahan Bereng Pulang Pisau. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(3), 376-382.
- Philippus, B. V. S. (2024). *Daya Hambat Ekstrak Daun Kelor (Moringa oleifera L.) Konsentrasi 50%, 75%, dan 100% Terhadap Pertumbuhan Bakteri Mix Saluran Akar Gigi Universitas Mahasaraswati Denpasar*.