

Pelatihan Pembuatan Jahe Merah Instan Bernilai Ekonomi untuk Posbindu Kelurahan Tanjung Duren Selatan di Era Pandemi Covid-19

Susana Elya Sudrajat^{1,5}, Kris Herawan Timotius^{2,5}, Ika Rahayu^{2,5}, Florensa Rosani Purba^{3,5},
Gidion Putra Adirinekso^{4,5}, Rosalia Nogo⁵

¹Departemen Farmakologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Krida Wacana

²Departemen Biokimia Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Krida Wacana

³Teknik Informatika, Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer, Universitas Kristen Krida Wacana

⁴Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Kristen Krida Wacana

⁵Research Center for Jamu and Herbal Medicine (Ja-He), Universitas Kristen Krida Wacana
Jl Tanjung Duren Raya No 4, Jakarta 11470

¹susana.sudrajat@ukrida.ac.id

²kh_timotius@ukrida.ac.id

²ika.rahayu@ukrida.ac.id

³florensa@ukrida.ac.id

⁴gidion.adirinekso@ukrida.ac.id

⁵rosalia.nogo@ukridaacid

Abstrak—Untuk mendukung program peningkatan kesejahteraan bagi warga Kelurahan Tanjung Duren Selatan di Jakarta, maka diperlukan berbagai upaya guna meningkatkan perekonomian rumah tangga. Salah satu hal yang dilakukan adalah pelatihan pembuatan jahe merah instan. Pembuatan minuman instan berbahan dasar rempah ini merupakan suatu peluang baru untuk masyarakat, mengingat tingginya permintaan minuman berbahan dasar rempah di masyarakat karena pandemi Covid-19. Berbagai minuman tradisional, terutama jahe merah, dikonsumsi selama pandemik untuk meningkatkan kerja sistem imun dan stamina. Umumnya, minuman herbal dibuat dengan cara merebus rempah-rempah, akan tetapi metode ini kurang praktis. Oleh karena itu, *Research Center for Jamu and Herbal Medicine (Ja-He)*, Universitas Kristen Krida Wacana memberikan pelatihan pembuatan minuman jahe merah instan, di Posbindu RW 03, Tanjung Duren, Jakarta. Program ini dilaksanakan dengan *workshop* yang melibatkan penyuluhan, aktivitas demo pengolahan jahe merah dan rempah yang dilakukan bersama-sama. Jahe merah dan berbagai rempah-rempah yang berkhasiat diolah menjadi bentuk serbuk. Jahe merah dalam bentuk serbuk ini lebih awet, praktis dan mempunyai nilai ekonomi yang lebih tinggi. Pelatihan ini diharapkan dapat memberikan gambaran sebuah peluang usaha untuk anggota Posbindu sehingga meningkatkan kesejahteraan keluarga. Selain itu, hal ini merupakan suatu upaya untuk memajukan minuman tradisional Indonesia. Sebanyak 28 peserta mengikuti

pelatihan ini. Pelatihan berjalan dengan baik dan semua peserta dapat mengolah jahe merah dan rempah-rempah menjadi serbuk jahe sesuai dengan resep yang diberikan. Peserta juga memahami cara mengolah jahe merah dan rempah-rempah serta cara meningkatkan nilai tambah untuk produk tersebut.

Kata kunci: Minuman tradisional, jahe merah instan, rempah, kesejahteraan keluarga

Abstract— Various efforts to improve the household economy are needed to support the welfare improvement program in Posbindu Tanjung Duren Selatan, Jakarta. One thing that has been done was workshop on the production of instant red ginger. Producing spice-based instant drink is a new opportunity because of the high demand for spice-based drinks in the community during Covid-19 pandemic. Various traditional drinks, especially red ginger, are consumed during the pandemic to increase the immune system and stamina. Herbal drinks used to be made by boiling spices, but this method is not practical. Therefore, the Research Center for Jamu and Herbal Medicine (Ja-He), Universitas Kristen Krida Wacana held the workshop on the production of instant red ginger drink at Posbindu RW 03, Tanjung Duren, Jakarta. This workshop involved counselling, product formulation demonstration. Red ginger and other spices processed into the instant red ginger drink. The red ginger powder is more durable, practical, and has a higher economic value. This workshop is expected to provide an overview of a business

opportunity for Posbindu members. In addition, this is an effort to promote Indonesian traditional drinks. A total of 28 participants attended the workshop. The workshop went well, and all participants could process red ginger and spices into ginger powder according to the recipe. Participants also understand how to process instant red ginger and increase value of the products.

Keywords: *Traditional drinks, instant red ginger, spices, family welfare*

1. I.PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 memberikan dampak serius pada kesehatan masyarakat, kondisi perekonomian, pendidikan, dan kehidupan sosial masyarakat Indonesia. Kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) mempengaruhi pembatasan aktivitas masyarakat, termasuk aktivitas ekonomi, aktivitas pendidikan, dan aktivitas sosial lainnya. Rempah seringkali digunakan sebagai bumbu masak karena dapat menimbulkan rasa yang menggugah selera. Bahan dasar rempah juga banyak digunakan dalam pembuatan minuman sehat. Rempah-rempah merupakan sumber antioksidan. Aktivitas antioksidan rempah-rempah disebabkan oleh komposisi kimianya, terutama dengan adanya polifenol dan senyawa aktif biologis lainnya. Karena kandungan antioksidan yang tinggi maka rempah-rempah sering digunakan secara tradisional untuk mengobati beberapa penyakit [1]. Rempah-rempah biasanya digunakan untuk menurunkan reaksi peradangan, melindungi tubuh dari infeksi. Rempah juga membantu untuk mendetoksifikasi hati, membersihkan paru-paru dan organ lain dalam tubuh. Penelitian juga menunjukkan kemampuannya dalam melindungi sel dari kerusakan yang menyebabkan rheumatoid arthritis, osteoporosis, penyakit jantung dan penyakit degeneratif lainnya [2].

Salah satu komoditas yang melimpah di Indonesia adalah jahe merah (*Zingiber officinale*). Akhir-akhir ini permintaan minuman berbahan dasar rempah di masyarakat karena pandemi Covid-19. Minuman herbal tradisional dipercaya dapat meningkatkan kerja sistem imun dan stamina. Salah satu minuman rempah yang sering digunakan adalah jahe. Metode yang digunakan selama ini adalah dengan direbus. Metode ini nampaknya perlu diperbaiki karena hasil rebusan tidak tahan lama. Perlu dikembangkan metode yang lebih baik untuk mendapatkan hasil yang lebih tahan lama dan praktis digunakan. Salah satu metode yang dikembangkan oleh *Research Center for Jamu and Herbal Medicine (Ja-He)*, Universitas Kristen Krida Wacana UKRIDA adalah membuat sediaan Jahe merah instan berbentuk serbuk yang kemudian diajarkan kepada masyarakat sekitar UKRIDA. Jahe merah instan dibuat dengan menggabungkan jahe merah dengan rempah-rempah lain sehingga memiliki citarasa yang khas dan khasiatnya meningkat.

Research Center for Jamu and Herbal Medicine (Ja-He) memberikan pelatihan pembuatan minuman jahe merah

instan, di Posbindu RW 03, Tanjung Duren, Jakarta. Program ini dilaksanakan dengan *workshop* yang melibatkan penyuluhan, dan pengolahan jahe merah dan rempah-rempah yang dilakukan bersama-sama. Jahe merah dan berbagai rempah-rempah yang berkhasiat diolah menjadi bentuk serbuk. Jahe merah dalam bentuk serbuk ini lebih awet, praktis dan mempunyai nilai ekonomi yang lebih tinggi.

Pelatihan ini diharapkan dapat memberikan gambaran sebuah peluang usaha untuk anggota Posbindu sehingga meningkatkan kesejahteraan keluarga. Selain itu, hal ini merupakan suatu upaya untuk memajukan minuman tradisional Indonesia. Sebanyak 28 peserta mengikuti pelatihan ini. Pelatihan berjalan dengan baik dan semua peserta dapat mengolah jahe merah dan rempah-rempah menjadi serbuk jahe sesuai dengan resep yang diberikan. Peserta juga memahami cara mengolah jahe merah dan rempah-rempah serta cara meningkatkan nilai tambah untuk produk tersebut.

II. METODE PELAKSANAAN

2.

a. Tahap 1:

Pertemuan antara Pengurus Posbindu RW 03 dengan Tim Abmas Ja-He UKRIDA

Pada pertemuan ini dibahas mengenai potensi peningkatan ekonomi dari pembuatan produk jahe merah yang banyak digunakan selama pandemik Covid 19. Mengingat daerah Betawi dikenal dengan Bir pletok maka timbul ide untuk mengembangkan bir pletok ini dengan campuran jahe merah. Minuman Bir pletok mengandung berbagai bahan rempah, seperti: Kayu manis, Cengkeh, Lada hitam, Cabe jawa, Kapul laga, Secang, Kembang lawang, Pala, Jinten, Sereh, Daun jeruk, Pandan. Di pasaran beredar minuman Bir Pletok, Jahe merah serbuk dengan berbagai merk. Agar lebih menarik, kami menggabungkan Bir pletok dengan jahe merah. Sediaan yang akan dibuat berbentuk serbuk dengan nama Jahe Merah Instan.

b. Tahap 2:

Menentukan cara untuk pelatihan produk Jahe merah Instan. Pada musim pandemik ini ada larangan untuk berkerumun, sehingga jalan keluarnya adalah dengan membuat pelatihan dalam kelompok-kelompok kecil. Pelatihan untuk 28 orang dibagi menjadi 3 kali pertemuan, serta protokol kesehatan tetap dijaga.

Peserta dibagi berkelompok, tiap kelompok terdiri dari 3 peserta. Eksplorasi dilakukan dengan cara melihat langsung ke lapangan, diskusi dengan Ketua Posbindu dan Ketua RW 03. Ketua Posbindu mengatur tempat dan jadwal pelatihan yaitu tanggal 11, 12, dan 18 Juni 2021. Pelatihan dilakukan di Aula Kantor RW 03 Tanjung Duren dengan bantuan dari Ketua RW 03. Peralatan akan disediakan oleh

Tim Abmas dan ketua Posbindu sehingga peserta hanya tinggal mempraktekkannya.

c. Tahap 3:

Peserta diberi penerangan mengenai khasiat rempah-rempah serta cara pembuatan sediaan. Kuesioner diberikan sebelum dan sesudah pelatihan untuk mengukur keberhasilannya. Tiap kelompok diberikan bahan-bahan dan resep serta cara pembuatannya dalam bentuk leaflet, sehingga bisa dilihat kapan saja. Mahasiswa dari FKIK UKRIDA juga membantu pelatihan ini. Minuman jahe merah instan yang dibuat dari hasil praktek, kemudian bisa dikemas dan diberi label untuk dijual. Peserta dapat mengembangkan resep tersebut sesuai selera pasar. Peserta diberikan Sertifikat sebagai Tanda telah mengikuti Pelatihan.

3. IIL.DISKUSI

Pertemuan pertama dengan Ketua Posbindu bertujuan untuk mengetahui besarnya kebutuhan minuman kesehatan yang berkhasiat dalam masa pandemik. Dari hasil pertemuan didapatkan bahwa masyarakat banyak mengonsumsi minuman herbal sebagai usaha untuk mencegah infeksi virus Corona. Permintaan masyarakat yang tinggi terhadap minuman herbal tersebut nampak dapat menjadi peluang usaha baru bagi Warga Posbindu. Oleh karena itu, maka Warga Posbindu diberi pelatihan mengenai cara pembuatan Jahe Merah instan supaya dapat membuat secara mandiri untuk dikonsumsi atau dijadikan peluang usaha.

Minuman jahe instan yang diciptakan oleh *Research Center for Jamu and Herbal Medicine (Ja-He)* ini mengandung bahan dasar jahe merah dan rempah-rempah yang merupakan bahan dasar bir pletok. Rempah-rempah tersebut adalah Kayu manis, Cengkeh, Lada hitam, Cabe jawa, Kapol laga, Secang, Kembang lawang, Pala, Jinten, Sereh, Daun jeruk, dan Pandan. Bahan-bahan ini berkhasiat sebagai antioksidan dan anti bakteri [3-16]. Perpaduan jahe merah dan bahan dasar bir pletok berpotensi memiliki aktivitas antioksidan lebih baik. Sehingga diharapkan dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Bahan-bahan yang dipakai ini merupakan bahan-bahan yang mudah didapat dan harga terjangkau, sehingga dapat menjadi pilihan yang tepat untuk mengembangkan peluang usaha.

Sebelum mempraktekkan pembuatan Jahe Merah instan, Warga Posbindu diberi penyuluhan mengenai manfaat jahe merah dan rempah-rempah yang digunakan. Dalam penyuluhan ini Warga Posbindu bisa mendapatkan wawasan mengenai pentingnya peran antioksidan dalam meningkatkan sistem kekebalan dan stamina. Warga Posbindu juga diberi penjelasan secara detail mengenai langkah-langkah dengan baik sehingga serbuk yang dihasilkan berkualitas tinggi. Resep Jahe Merah instan

dibagikan pada peserta dan dilakukan diskusi selama proses pembuatannya.

Langkah-langkah pembuatan jahe merah instan adalah sebagai berikut:

1. Rempah-rempah bahan dasar bir pletok direbus terlebih dahulu dalam 2 liter air. Dalam proses ini penting untuk memperhatikan kondisi api. Setelah mendidih api dkecilkan, dan dibiarkan selama kurang lebih 30 menit. Hasil rebusan ini disaring dan dinginkan (Air rempah).
2. Sebelum digunakan, Jahe merah dibersihkan dan dicuci. Jahe yang sudah bersih kemudian diblender dengan air rempah. Diamkan selama ½ jam, dan endapan dibuang (Air rempah jahe).
3. Air rempah jahe ditambah gula pasir masukkan dalam wajan, dipanaskan, dan diaduk terus menerus sampai berbuih dan mengkristal. Setelah itu api dimatikan dan kristal diaduk terus sampai menjadi serbuk.
4. Serbuk yang sudah jadi dikemas ke dalam toples atau dimasukkan ke dalam bungkus yang sudah sediaan dan siap untuk dihidangkan.



Gambar 1. Tahapan Pembuatan Jahe Merah Instan

4. Bentuk sediaan Jahe merah instan berupa serbuk sehingga memiliki masa simpan yang panjang. Bentuk

sediaan ini memberi nilai ekonomis yang lebih tinggi dibandingkan bentuk sediaan cair. Penggunaannya sangat mudah, dapat diseduh langsung dengan air panas atau dicampur dengan susu/krim sebagai penambah rasa.

5. Hal-hal yang menjadi kekuatan pada pelatihan ini adalah minat para peserta untuk mengetahui dan mengembangkan minuman sehat dan fasilitasnya diberi oleh LPPM UKRIDA. Kelemahan pelatihan ini karena jumlah peserta terbatas yang disebabkan karena situasi pandemik.

6.

7.

8. IV. KESIMPULAN

Peran aktif warga Posbindu RW 03, kesadaran, dan respons warga akan potensi Jahe merah instant ini memberi manfaat peningkatan kesejahteraan dan kesehatan masyarakat. Kegiatan Pengabdian pada masyarakat ini memberi fasilitas dan keinginan warga untuk pengembangan bahan alam lainnya.

Kekayaan alam Indonesia dan budaya daerah berpotensi untuk dikembangkan. Pengembangannya diperlukan pengetahuan dan teknologi yang didapatkan melalui pelatihan. Pelatihan dengan cara praktek langsung merupakan cara yang paling baik, karena peserta dapat berdiskusi langsung dengan tutornya mengenai pembuatan produknya atau hal-hal yang berkaitan dengan peningkatan ekonomi. Semoga produk ini dapat berguna untuk kesehatan dan peningkatan ekonomi keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada LPPM Universitas Kristen Krida Wacana atas dukungannya sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Yashin, A., Yashin, Y., Xia, X., & Nemzer, B. (2017). Antioxidant Activity of Spices and Their Impact on Human Health: A Review. *Antioxidants (Basel, Switzerland)*, 6(3), 70. <https://doi.org/10.3390/antiox6030070>
- [2] Surh, Y.J. 2002. Anti-tumor promoting potential of selected spice ingredients with antioxidative and anti-inflammatory activities: a short review. *Food Chem Toxicol* 2002; 40:1097-1100.
- [3] Ishartani D, Khasanah LU. Produksi Bir Pletok Kaya Antioksidan. *J Teknol Has Pertanian*. 2012;V(2):32–9.
- [4] Ginting B, Mustanir M, Helwati H, Desiyana LS, Eralisa E, Mujahid R. Antioxidant Activity of N-Hexane Extract of Nutmeg Plants From South Aceh Province. *J Nat*. 2017;17(1):39.
- [5] Komala O, Ismanto ., Maulana MA. Aktivitas Antibakteri Ekstrak Etanol Biji Kapulaga Jawa (*Amomum compactum* Soland. ex Maton) terhadap *Streptococcus pyogenes*. *Ekologia*. 2020;20(1):31–9.
- [6] Nurjannah DA, Retnowati R, Juswono UP. Aktivitas antioksidan dari minyak bunga cengkeh (. Kim Student J Univ Brawijaya Malang. 2013;1(2):283–8.
- [7] Prasetyaningrum, Utami R, Katri Anandito Rb. Aktivitas Antioksidan, Total Fenol, Dan Antibakteri Minyak Atsiri Dan Oleoresin Kayu Manis (*Cinnamomum burmannii*). *J Teknosains Pangan*. 2012;1(1):2302–0733.
- [8] Airat A, Rosemary B, Dariva CG, Galio AF, Enejoh OS, Ogunyemi IO, et al. Total Phenolic Content and Antioxidant Activity of Flavonoids Isolated From Leaves of Selected Citrus Species. *South African J Chem Eng [Internet]*. 2015;22(3):277–81.
- [9] Insanu M, Marliani L, Dinilah NP. Comparison of antioxidant activities from four species of piper. *Pharmaciana*. 2017;7(2):305.
- [10] Rauf R, Purwani E, Widiyaningsih EN. Kadar Fenolik Dan Aktivitas Penangkapan Radikal Dpph Berbagai Jenis Ekstrak Jahe (*Zingiber officinale*). *Teknol Has Pertanian*. 2011;4(2):120–5.
- [11] Afrina, Chismirina S, Magistra RY. Konsentrasi Hambat Dan Bunuh Minimum Ekstrak Daun Jeruk Nipis (*Citrus aurantifolia*) Terhadap *Aggregatibacter actinomycetemcomitans* Secara In Vitro. *Cakradonya Dent J*. 2016;8(1):68–76.
- [12] Widiastuti A, Anindya RN, Harismah K. The 8 th University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto Minuman Fungsional Dari Serai (*Cymbopogon citratus*) Dan Pemanis Stevia Functional Drinks From Lemongrass (*Cymbopogon citratus*) And Stevia As Sweetener The 8 th University. 2018;628–32.
- [13] Widowati WPIK. Uji Fitokimia dan Potensi Antioksidan Ekstrak Etanol Kayu Secang (*Caesalpinia sappan* L .). *J Kedok Maranatha*. 2011;11(65):23–31.
- [14] Febrina D. Uji Aktivitas Antioksidan Sediaan Sirup Daun Sereh (*Cymbopogon citratus*). *Viva Med J Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*. 2019;10(2):140–4.
- [15] Widiastuti dan Pramestuti nova. Terhadap *Staphylococcus Aureus* Antimicrobial Test Of Red Ginger Extract (*Zingiber Officinale*) Against *Staphylococcus Aureus*. 2018;
- [16] Howarto MS, Wowor PM, Mintjelungan CN. Uji Efektifitas Antibakteri Minyak Atsiri Sereh Dapur Sebagai Bahan Medikamen Saluran Akar Terhadap Bakteri *Enterococcus Faecalis*. *e-GIGI*. 2015;3(2).