
Pengolahan Minuman Teh Herbal Peningkat Imunitas dengan Komposisi Jahe:Kunyit:Temulawak Di Desa Jembul Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto

Arista Wahyu Ningsih¹, Aliatin Nisak² dan Faniliyarani³

^{1,2,3}Program Studi S1 Farmasi STIKES RS Anwar Medika, Jalan Raya By Pass

Correspondence: ariessmkkes@gmail.com

Received: 09 10 20 – Revised: 29 10 20 - Accepted: 07 11 20 - Published: 15 12 20

Abstrak. Rimpang jahe, kunir, dan temulawak merupakan rimpang yang digunakan sebagai bahan tambahan dalam masakan rumah tangga. Rimpang jahe, kunir, dan temulawak termasuk tanaman obat yang tumbuh di lingkungan sekitar desa jembul. Kandungan Rimpang jahe, kunir, dan temulawak mengandung senyawa kurkumanoid yang memiliki manfaat sebagai imunodator untuk menjaga tubuh pada masa pandemic. Pemanfaatan Rimpang jahe, kunir, dan temulawak yang tumbuh disekitar rumah adalah dengan mengelolanya menjadi teh celup atau teh herbal. Masyarakat Desa Jembul mengharapkan Rimpang jahe, kunir, dan temulawak dapat dikelola sendiri menjadi suatu produk minuman pada saat pandemic. Dengan adanya pelatihan pembuatan teh celup atau teh herbal dari Rimpang jahe, kunir, dan temulawak diharapkan dapat membantu perekonomian masyarakat Desa jembul. Metode: kegiatan dilakukan melalui dua tahap, yaitu pengenalan atau menjelaskan tentang manfaat dan kandungan dari Rimpang jahe, kunir, dan temulawak, tahap kedua yaitu pengolahan Rimpang jahe, kunir, dan temulawak menjadi teh herbal. Hasil: masyarakat Desa Jembul dapat mengetahui manfaat dari rimpang jahe, kunyit, dan temulawak sebagai sistem kekebalan tubuh dan cara pengolahan teh celup atau teh herbal.

Kata kunci: Kuyit, Jahe, Temulawak, Teh herbal

PENDAHULUAN

Desa jembul merupakan salah satu desa yang terletak paling selatan di kecamatan jatirejo kabupaten mojokerto dengan titik kordinat -7.6624149 S, 112.4414957,16 E. Desa jembul merupakan desa terkecil di kecamatan jatirejo dengan luas kurang lebih 50 hektar yang terletak dalam satu gugusan pegunungan Arjuno-Welirang-Semar. Desa Jembul mempunyai batas wilayah sebelah utara yaitu hutan atau desa Manting, sebelah timur yaitu hutan atau desa Ngembat, sebelah selatan yaitu hutan atau kabupaten Malang, dan sebelah barat hutan atau desa Rejosari.

Letak desa yang berada di antara pegunungan inilah yang menganugerahkan kekayaan alam melimpah yang mampu memenuhi kebutuhan bercocok tanam bagi masyarakat Desa Jembul. Berada diketinggi 500 meter di atas permukaan laut, menjadikan tanah jembul sangat subur untuk bercocok tanam, banyak warga memanfaatkan lahan perkarangan dengan menanam empon-empon seperti jahe, kunyit, temulawak dan serai.

Beberapa tanaman obat yang tumbuhan dilingkungan desa jembul dan belum dimanfaatkan adalah temulawak, jahe, dan kuyit. Jahe merah (*Zingiber officinale* Rosc) sudah lama dikenal dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit. Berdasarkan penelitian para ahli dalam maupun manca negara jahe memiliki efek farmakologis yang berkhasiat sebagai obat dan mampu memperkuat khasiat obat yang dicampurkan. Dari ketiga jenis jahe yang ada jahe merah yang lebih banyak sebagai obat, karena kandungan minyak atsiri dan oleoresinnya paling tinggi dibandingkan jahe laniya sehingga lebih mampu dalam menyembuhkan yang lain. Kunyit banyak mengandung minyak atsirinya lebih banyak. Kunyit putih diketahui banyak mengandung minyak atsiri yang terdiri atas curdione dan curcumol. Memiliki sifat antioksidan yang dapat menahan zat radikal bebas penyebab tumbuhnya sel kanker, antiinflamasi (peradangan) serta dapat meningkatkan sel darah merah (R. E. D. G. Temulawak, 2015). Temulawak mengandung kurkumin yang termasuk antioksidan alam yang lain dimana aktivitasnya lebih besar dibandingkan dengan α tokoferol jika diuji dalam minyak (O. F. Temulawak & Rhizomes, 2011).

Tanaman kuyit, temulawak dan jahe selain kurkuminoid juga mengandung puluhan jenis senyawa kimia lainnya. Tanaman tersebut sudah bisa digunakan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari dan aman dalam penggunaannya. Selain digunakan sebagai bubu masak, tanaman tersebut juga dapat menjadi bahan baku jamu, dan obat herbal

tersetadar. Secara empiris, kandungan (multi) senyawa kimia dalam tanaman tersebut juga dapat dinyatakan bermanfaat sebagai imunodulator untuk menjaga daya tahan tubuh. Efek farmakologi gabungan senyawa kimia (multi compound) dalam tanaman tersebut tentu bisa berbeda dengan efek farmakologi kurkumin secara tunggal (single compound) (O. F. Temulawak & Rhizomes, 2011).

Dalam kaitannya dengan COVID-19, penggunaan tanaman tersebut baik secara tunggal maupun gabungan bisa membantu dalam meningkatkan daya tahan tubuh sebagai imunodulator. Oleh karena itu pemanfaatan kuyit, jahe, temulawak sebagai jamu, obat herbal terstandar atau supelmen minuman aman (Setiati & Azwar, 2020).

Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh masyarakat untuk memanfaatkan tanaman obat yang banyak tumbuh disekitar rumah adalah dengan mengemasnya menjadi teh celup. Teh celup merupakan salah satu minuman kemasan yang proses pembuatnya sederhana. Kemungkinan kegagalanya dalam proses pembuatan pun sangat kecil. Pengemasan menjadi teh celup juga akan mempertahankan aktivitas senyawa aktif yang terkandung dalam tanaman obat. Oleh karena itu melalui kegiatan ini kunir, temulawak dan jahe dimanfaatkan menjadi teh celup herbal stamina untuk masa pademic ini. Pemanfaatan potensi tanaman tersebut, diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat desa Jembul.

MASALAH

Berdasarkan hasil pengamatan awal di desa Jembul pada perekonomian desa Jembul sekitar 70% masyarakat sebagai petani dan sisanya sebagai pekerja lepas diluar desa Jembul. Lahan pertanian yang ada di desa Jembul banyak menghasilkan tanaman jenis rimpang-rimpangan. Banyak keluhan kesah pada saat pandemik Covid-19 para petani mengalami gagal panen hampir semua petani padi disana. Masyarakat desa Jembul memperoleh bantuan dari pemerintahan berupa uang, sembako, dan masker yang dibagikan seluruh masyarakat desa Jembul. Hasil pengamatan awal yang dilakukan oleh tim dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang dihadapi oleh desa Jembul ada pada beberapa bidang yaitu

1. Di bidang kesehatan dilihat dari beberapa warga desa Jembul masih belum melakukan pencegahan Covid-19 dengan tidak memakai masker diluar rumah, masih banyak yang tidak mencuci tangan dan kurangnya pengetahuan bahayanya virus Covid-19.

2. Desa Jembul memiliki hasil pertanian berupa rimpang (jahe, temulawak, kunyit) yang cukup melimpah tetapi oleh masyarakat belum dilakukan pengolahan menjadi produk minuman atau makanan, selama ini hanya dijual ke pedagang besar dan dijadikan bumbu masak.
3. Masyarakat Desa Jembul belum memiliki cukup pengetahuan tentang cara mengolah hasil pertanian khususnya rimpang (jahe, kunyit, temulawak) menjadi produk minuman atau makanan.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini ditempuh dengan cara ceramah dan praktek langsung. Metode ceramah dilakukan menggunakan materi yang menjelaskan tentang pemanfaatan tanaman kunir, jahe dan temulawak serta cara pembuatannya menjadi teh celup. Metode praktek langsung dilakukan dengan praktek membuat teh celup bersama dengan masyarakat.

Alat dan Bahan yang digunakan dalam pengolahan kunyit, temulawak, jahe merah menjadi teh celup antara lain : nampan, kain hitam, mesin penggiling simplisia, ayakan, gunting, pembukus teh. Sedangkan bahan yang digunakan yaitu jahe, temulawak, kunyit. Sedangkan Cara pembuatan teh herbal ini dilakukan dalam dua tahap yaitu penyiapan serbuk jahe merah, temulawak, kunyit dan pembuatan minuman herbal celup. Tahap awal cara pembuatan ini adalah penyiapan serbuk jahe, temulawak, kunyit dilanjutkan dengan tahap penyiapan minuman herbal celup, dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Dicuci bersih masing-masing bahan kemudian tiriskan
2. Rajang masing-masing bahan dan keringkan bahan-bahan dengan tempeh (tidak boleh terkena cahaya matahari langsung)
3. belender masing-masing bahan yang sudah kering
4. kemas kedalam teh pack masing-masing 10 gram

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dibali Desa Jembul. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi terkait cara pengolahan jahe, temulawak, dan kunyit yang dijadikan minuman teh herbal yang stamina untuk pencegahn covid. Informasi yang terkait cara pengolahan empon-empon saat dibuat menjadi teh herbal yang disampaikan dengan

baik kepada ibu-ibu PKK. Dengan adanya informasi ini, Diharapkan warga dapat menegolah empon-empon dengan baik serta dapat mengembangkan produk teh herbal menjadi produk unggulan desa jembul.

Sosialisasi program disampaikan kepada warga pada tanggal 15 agustus 2020, dibali desa jembul. Kegiatan tersebut merupakan rangkaian kegiatan yang pertama kali dilakukan untuk memberikan gambaran-gambaran program yang akan dijalankan. Dokumentasi pelaksanaan sosialisasi program tersaji pada gamabar 1.



Gambar 1. sosialisasi pembuatan teh herbal

Setelah dilakukan sosialaisasi program, langkah selanjutnya adalah memberikan pengetahuan dasar tetang empon-empon terkait dengan kandungan zat bekhasiat empon-empon. Hal ini penting dilakukan pada awal agar memberikan pemahaman dasar melakukan penegelolaan empon-empn menjadi minuman kesehatan. Dokumentasi pelaksanaan tersaji pada gambar 2



Gambar 2. Penyuluhan teh herbal

Empon-empon seperti jahe, kunir dan temulawak banyak mengandung senyawa antioksidan yang dapat digunakan untuk mengatasi kaker dan penyakit degeneratif sehingga sangat potensial untuk dibuat menjadi minuman kesehatan (Wahyuni, 2013). Untuk mempermudah dalam penggunaan dan menjaga higienitas empon-empon sebagai minuman kesehatan, dapat dibuat dalam bentuk teh peck. Hal ini belum banyak diketahui oleh para ibu rumah tangga desa Jembul sehingga perlu penyuluhan tentang cara membuat minuman kesehatan dari empon-empon. Dokumentasi pelaksanaan penyuluhan dapat dilihat pada gamabr 3.



Gambar 3. Dokumentasi pelaksanaan penyuluhan

Langkah-langkah pembuatan teh celup sebagai berikut : bahan baku disortir dan dikeringkan menggunakan nampan, nampan ditutup dengan kain hitam kemudian dijemur dibawah sinar matahari hingga kering, menghaluskan jahe, temulawak, kunyit kering dengan mesin penggiling simplisia, mengayak teh dengan pengayak, kemudian masukan serbuk kedalam kantong kosong teh celup, selanjutnya dikeemas teh pack ke dalam pengemasan (Pangan, 2018).



Pencucian rimpang	Perajangan rimpang
 Pengeringan Simplisia	 Penyerbukan simplisia
 Pengayakan simplisia	 Pencampuran serbuk
 Penimbangan serbuk	 Pembagian Serbuk teh

Gambar 4. Langkah-langkah pembuatan teh celup

KESIMPULAN

Desa Jembul kecamatan jaterejo, mojkerto memiliki potensi tanaman yang dapat diolah sehingga dapat membantu untuk meningkatkan kekebalan tubuh untuk melawan virus corona salah satu tanaman kuyit,jahe, temulawak dapat dikeloleah menjadi produk herbal seperti teh celup karena mengandung kurkumin yang dapat digunakan untuk meningkatkan

sistem imun tubuh, Untuk membuat produk olahan teh herbal maka membutuhkan waktu yang cukup lama mulai dari penyiapan, pencucian, perajangan, pengeringan, pengemasan. Teh herbal yang dihasilkan sudah aman dikonsumsi untuk masyarakat pada saat masa pandemik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada mitra masyarakat desa jembul kecamatan Jatirejo dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat atas kerjasama dan juga kepada pihak STIKES ANWAR MEDIKA yang telah memberikan support luar biasa serta mahasiswa yang berperan aktif dalam pengabdian

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi,S.R,dkk.2018. Pengaruh Formulasi Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) Pada Campuran The Celup Tawaoloho (*Spondias pinnata*) dan The Melati (*Jasminum officinale*) Terhadap mutu produk the celup. *J.Sains dan Teknologi Pangan (JSTP)*.Vol.3,No.5,P.1663-1673.
- Setiati, S., & Azwar, M. K. 2020. COVID-19 and Indonesia. *Acta Med Indones - Indones J Intern Med*.Vol 52. Number 1. January 202052(1), 84–89.
- Temulawak, O. F., & Rhizomes, R. 2011. Pengaruh Proses Pengeringan Rimpang Temulawak (*Curcuma Xanthoriza*) Terhadap Kandungan dan Komposisi Kurkuminoid., *13*(3), 165–171.
- Listiana, A & Herlina. 2015. Karakterisasi Minuman Herbal Celup dengan Perlakuan Komposisi Jahe Merah:Kunyit Putih dan Jahe Merah:Temulawak. *AGRITEPA*,Vol.I,No.2,Januari-Juli.
- Wahyuni, Y. 2013. Studi aktivitas antioksidan pada sari jeruk siam. Skripsi . Institut Agama Islam Negeri Walisongo.

