
Pendampingan Pembuatan Produk Jamu *Modern* Masyarakat Desa Bibis Barat, Krian, Sidoarjo, Jawa Timur

Marthy Meliana Ariyanti Jalmav¹ dan Bella Fevi Aristia²

^{1,2}Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Anwar Medika, Jalan By Pass Krian KM33, Sidoarjo, Indonesia, 61262

Correspondence: marthymelianaj@gmail.com

Received: 29 07 22 - Revised: 04 08 22 - Accepted: 10 08 22 - Published: 09 09 22

Abstrak. Upaya sinergis dalam menghadapi Covid-19 perlu dilakukan secara bersama dan multisektoral. Selain diperlukan sosialisasi, edukasi, serta pendampingan pada masyarakat untuk memberikan suatu keterampilan praktis yang bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan serta kesejahteraannya maka diperlukan upaya pemberdayaan masyarakat yang terus menerus. Desa Bibis Barat merupakan salah satu desa yang terletak di tengah-tengah keramaian, karena desa ini dekat dengan pusat perbelanjaan, pusat perkantoran, dan juga pendidikan. Meski sebagian warga sudah melakukan vaksinasi namun gaya hidup merokok masih dijumpai sehingga menyebabkan polusi udara dan gangguan kesehatan lain terutama bagi *passive smoker*. Solusi yang diberikan untuk menjawab permasalahan warga tersebut adalah dilakukan pengabdian masyarakat berupa memberi edukasi terkait etiologi penyakit, edukasi pola hidup sehat dan memberikan penyuluhan berupa pentingnya mengkonsumsi jamu untuk menambah daya tahan tubuh dan sebagai upaya *preventif* dalam Kesehatan. Sehingga diharapkan salah satu capaian dari kegiatan ini adalah masyarakat memiliki keterampilan mengolah minuman herbal yang kaya akan manfaat bagi kesehatan tubuh dan dapat menerapkan gaya hidup sehat pada kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: jamu, *modern*, *preventif*, pandemi

Citation Format: Jalmav, M. M. A. & Aristia, B. F. (2022). Pendampingan Pembuatan Jamu Modern Masyarakat Desa Bibis Barat, Krian, Sidoarjo, Jawa Timur. *Prosiding Seminar Nasional Abdimas Ma Chung (SENAM)*, 2022, 203-210.

PENDAHULUAN

Perbaikan pola konsumsi pangan yang mengarah pada pemanfaatan pangan lokal dengan kandungan tinggi vitamin, mineral, antioksidan serta zat-zat lainnya yang dapat meningkatkan imunitas tubuh diperlukan pada masa new normal Covid-19. Kondisi ini semakin diperlukan bagi individu yang memiliki penyakit komorbid seperti diabetes melitus, obesitas, hipertensi, dan penyakit penyerta lainnya yang dapat meningkatkan risiko terhadap paparan maupun keparahan jika menderita penyakit infeksi tersebut (Ardiani, Permatasari, dan Sugiatmi, 2020). Ernirita et al (2020) melaporkan hasil penelitiannya bahwa adanya kontak dengan penderita penyakit infeksi dan rendahnya status gizi merupakan faktor yang signifikan terhadap terjadinya suatu penyakit (Ernirita et al, 2020). Penyakit paru dan pernapasan menular lainnya yang masih dijumpai di masyarakat seperti infeksi saluran napas atas (ISPA), mikosis paru, dan pneumonia termasuk COVID-19. Penyakit paru dan pernapasan tidak menular lainnya yang sering dijumpai adalah asma, penyakit paru obstruktif kronik/PPOK (*chronic obstructive pulmonary disease/COPD*), kanker paru, penyakit paru interstitial (*interstitial lung disease/ILD*), hipertensi pulmoner, gangguan tidur dan mengorok (*obstructive sleep apnea*), trauma inhalasi, dan kemasukan benda asing.

Beberapa faktor menjadi penyebab utama penyakit paru atau gangguan saluran pernafasan yaitu polusi udara, rokok, dan pandemic Covid 19. Ketiga pemicu tersebut ada disekitar kita, bahkan sangat dekat dengan lingkungan tempat tinggal. Pemicu tersebut tentu tidak boleh dianggap remeh, karena dapat berbahaya bagi kesehatan. Polusi udara sering kita jumpai terlebih dengan bertambahnya volume kendaraan bermotor, aktifitas industri, semakin menyumbang jumlah polutan yang terkandung di udara. Polutan ini dapat masuk ke dalam system pernafasan hingga system peredaran darah. Jika masuk ke dalam sistem peredaran darah dan tertambat pada organ tubuh tertentu, tentu kondisi tersebut akan mengganggu kesehatan secara keseluruhan. Partikulat itu dapat memicu berbagai penyakit berat, seperti stroke, penyakit jantung, hingga reaksi inflamasi.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan perilaku yang harus dipraktikkan oleh setiap individu dengan kesadaran sendiri untuk meningkatkan kesehatannya dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat. Hal ini harus selalu diupayakan mengingat lingkungan manusia, baik itu lingkungan tempat umum, tempat tinggal, pemukiman, dan lingkungan kerja memiliki potensi menjadi penyebab sakit

atau berhubungan dengan kondisi kesehatan. Oleh karena itu perilaku tidak merokok, mengurangi pencemaran polusi udara menjadi bagian dari praktik PHBS yang bisa kita terapkan untuk menjaga kesehatan tubuh (Kemenkes, 2016)

Selain itu, pola konsumsi yang sehat salah satunya adalah memanfaatkan produk pangan lokal misalnya empon-empon dapat direkomendasikan untuk dikonsumsi sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh karena emponempon mengandung antioksidan yang tinggi dan zat-zat lainnya yang dapat menambah imunitas tubuh (Kemenkes RI, 2020). Pembentukan imunitas tubuh terjadi sejak periode awal kehidupan, terutama pada saat pemberian ASI eksklusif. ASI mengandung berbagai immunoglobulin yang dapat meningkatkan imunitas tubuh (Permatasari et al., 2018; Permatasari, et al., 2020).

Empon-empon yaitu seperti kunyit, jahe, sereh, temulawak, dan rempah-rempah lainnya merupakan bahan panan lokal yang memiliki manfaat kesehatan yang tinggi. Selain itu ketersediaan bahan baku yang mudah ditanam dan tidak memerlukan pekarangan yang luas, membuat peluang yang baik untuk dikembangkan menjadi produk komersil yang bernilai ekonomi tinggi. Pemanfaatan jamu empon-empon ini sejalan dengan usaha pemerintah dalam menggerakkan ekonomi kreatif. Dalam Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/MENKES/328/2020 tentang Panduan Pencegahan dan Pengendalian Covid-19 di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha pada Situasi Pandemi juga menjelaskan bahwa diperlukan upaya yang dapat meningkatkan keberlangsungan usaha untuk mempertahankan tingkat ekonomi masyarakat (Kemenkes, 2020).

Upaya sinergis dalam menghadapi Covid-19 perlu dilakukan secara bersama dan multisektoral. Selain diperlukan sosialisasi, edukasi, serta pendampingan pada masyarakat untuk memberikan suatu keterampilan praktis yang bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan serta kesejahteraannya maka diperlukan upaya pemberdayaan masyarakat yang terus menerus. Berbagai upaya edukasi dan kegiatan lainnya telah dilaporkan dapat memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, perilaku yang lebih baik sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan maupun kesejahteraan masyarakat (komalasari et al., 2020; Permatasari et al., 2021; Permatasari et al., 2021). Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan sosialisasi kepada masyarakat terkait pembuatan jamu *modern* yang berguna untuk meningkatkan imunitas dan menjaga Kesehatan.

MASALAH

Desa Bibis Barat merupakan salah satu desa yang terletak di tengah-tengah keramaian, karena desa ini dekat dengan pusat perbelanjaan, pusat perkantoran, dan juga pendidikan. Banyak warga desa yang terinfeksi virus covid-19 pada awal hingga gelombang kedua pandemi dikarenakan mayoritas warga di desa ini memiliki aktifitas di luar rumah, seperti berjualan di pasar tradisional maupun bekerja di pusat perkantoran yang tidak diimbangi dengan kedisiplinan warga dalam menerapkan protocol kesehatan. Faktor lainnya, lokasi desa yang terletak ditengah kota juga menjadikan desa Bibis Barat rentan terhadap polusi udara.

Meski mayoritas warga sudah melakukan salah satu upaya *preventif* dengan melakukan vaksinasi namun membuat sebagian warga melupakan protokol kesehatan yang lain seperti tertib menggunakan masker, menghindari kerumunan, dan meningkatkan gaya hidup sehat untuk membentuk imunitas yang baik. Hal ini juga akibat dari gaya hidup warga khususnya laki-laki pada usia muda maupun tua, yaitu merokok. Gaya hidup yang demikian tentu sangat mengganggu warga lain karena menjadi *passive smoker* dan juga dapat menambah polusi udara. Sehingga jika permasalahan ini tidak segera diatasi maka akan menimbulkan permasalahan kesehatan yang lebih kompleks di kemudian hari seperti meningkatnya kejadian penyakit pernafasan baik menular dan tidak menular, serta terjadinya penurunan kualitas kesehatan warga baik usia anak hingga lansia.

Solusi yang diberikan untuk menjawab permasalahan warga tersebut adalah dilakukan pengabdian masyarakat berupa memberi edukasi terkait etiologi penyakit, edukasi pola hidup sehat dan memberikan penyuluhan berupa pentingnya mengkonsumsi jamu untuk menambah daya tahan tubuh dan sebagai upaya *preventif* dalam Kesehatan. Sehingga diharapkan salah satu capaian dari kegiatan ini adalah masyarakat memiliki keterampilan mengolah minuman herbal yang kaya akan manfaat bagi kesehatan tubuh dan dapat menerapkan gaya hidup sehat pada kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

Lokasi pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat adalah di Desa Bibis Barat RT 05 RW 02 Kelurahan Tambak Kemerakan Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo Propinsi Jawa Timur. Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah masyarakat Desa Bibis Barat termasuk Ibu-ibu PKK. Metode pelaksanaan kegiatan ini dengan cara pendidikan masyarakat yaitu dengan cara tatap muka pada masyarakat setempat dengan memberikan

pengetahuan dan praktek secara langsung pembuatan dan penyajian jamu *modern* dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan di masa pandemi Covid-19 ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Masa pandemi Covid-19 sejak bulan Maret tahun 2020 ini membuat negara Indonesia bekerja keras mencari solusi, selain harus mentaati protokol kesehatan yang sudah di berlangsungkan sejak itu, sebagai warga negara Indonesia setidaknya mempunyai solusi dengan berusaha memberikan stimulus kognitif yang positif bagi masyarakat, dengan berkegiatan turun ke masyarakat yaitu melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan membuat jamu herbal sekaligus menjawab permasalahan masyarakat yang berhubungan dengan upaya peningkatan kesehatan respirasi lingkungan rumah tangga.

Penyuluhan terkait Pentingnya Meja Day Tahan Tubuh

Pada kegiatan ini sebelum memberikan pendampingan pembuatan jamu *modern* maka dilakukan penyuluhan terkait dengan pentingnya menjaga daya tahan tubuh dengan tujuan agar masyarakat memahami dengan baik upaya *preventif* maupun *curatif* terhadap masalah kesehatan yang dihadapi.



Gambar 1. Penyuluhan terkait pentingnya menjaga daya tahan tubuh dimasa pandemi

Pembuatan Jamu *Modern*

Tujuan dari pembuatan jamu herbal ini agar masyarakat desa setempat secara mandiri bisa membuat jamu herbal racikan sendiri secara *modern* untuk menjaga stamina

tubuhnya agar selalu sehat dalam menemani aktivitas setiap harinya dimasa pandemi ini. Pembuatan jamu herbal *modern* ini pun dapat dimanfaatkan oleh warga sebagai salah satu solusi mikro ditengah sulitnya ekonomi masyarakat saat ini. Dengan mengemas dan memberikan warna dan juga rasa yang menarik maka jamu tidak hanya dapat dikonsumsi oleh masyarakat lanjut usia saja namun juga remaja hingga anak-anak.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga memberikan stimulus kognitif positif pada Ibu-Ibu PKK yang berjumlah kurang lebih 40 orang karena sangat antusias untuk menerima pengetahuan dan berbagi ilmu dalam membuat jamu herbal dari bahan-bahan herbal yang dapat dengan mudah dijumpai dalam kehidupan sehari-hari seperti jahe, serai madu, dan kunyit



Gambar 2. Pembuatan Jamu *Modern*

Pembagian Ekstrak Jamu secara Gratis kepada Warga Desa

Pada *workshop* yang dilakukan dengan pembuatan minuman herbal *modern* ini, antusiasme Warga Desa Bibis sangat besar, hal ini terlihat dari banyaknya warga yang aktif melontarkan pertanyaan dan ikut serta dalam memberikan tanggapan terkait dengan resep pembuatan minuman herbal. Banyak warga juga yang mengutarakan pengalaman mereka saat membuat / meramu / meracik minuman herbal. Antusiasme warga juga terlihat ketika mendapatkan ekstrak bahan herbal secara gratis untuk bisa melakukan *recook* di rumah.



Gambar 3. (a) Edukasi terkait Ekstrak dan (b) Pembagian Ekstrak ke Warga

KESIMPULAN

Upaya pencegahan yang dilakukan terhadap peningkatan kesehatan respirasi dalam masa pandemi ini salah satunya melalui rajin mengkonsumsi empon-empon yang dimodifikasi menjadi jamu *modern* sehingga dapat diterima dan dikonsumsi oleh masyarakat mulai dari anak-anak hingga usia lanjut. Hal ini juga dapat menjadi alternatif *income* bagi masyarakat berupa ide bisnis untuk mengajak masyarakat lain peduli dengan kesehatan dengan mengkonsumsi jamu *modern* setiap hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada LPPM Universitas Anwar Medika yang telah memberikan bantuan dana pengabdian masyarakat untuk dimanfaatkan secara maksimal pada kegiatan pengabdian masyarakat ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada UKM Ratjikan Jeng Ayu di Surabaya, yang telah memberikan sponsor berupa produk dan dana sehingga pengabdian masyarakat ini dapat berlangsung dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Infeksi saluran pernapasan akut. Jakarta: DepKes RI; 2016. p. 12.

Komalasari, T., Permatasari, T.A.E., Supriyatna, N. (2020). Pengaruh Edukasi dengan Metode Peer Group Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap Dan Tekanan Darah Pada Lansia di UPTD Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(5), 184-196. DOI: <http://dx.doi.org/10.36418/syntaxliterate.v5i5.1114>. Diunduh dari <https://www.jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntaxliterate/article/view/1114/1382>

- Permatasari, T. A. E., Sartika, R. A. D., Achadi, E. L., Purwono, U., Irawati, A., Ocviyanti, D., & Martha, E. (2018). Exclusive breastfeeding intention among pregnant women. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 12(3), 134–141. DOI: <http://dx.doi.org/10.21109/kesmas.v12i3.1446>.
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v12i3.1446>
- Permatasari, T. A. E., & Sudiartini, N. W. (2020). Do health workers play a role in exclusive breastfeeding among working mothers in industrial area?. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology*, 66, S94–S98. <https://doi.org/10.3177/jnsv.66.S94>
- PDPI. Pneumonia Covid 19. Diagnosis dan Penatalaksanaan di Indonesia. Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. Jakarta. 2020.
- Peraturan Menteri Kesehatan No 6, 2012
- Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI. Profil kesehatan Indonesia tahun 2017. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018. p. 170-73.
- Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI. Profil kesehatan Indonesia tahun 2015. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2016.
- Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI. Profil kesehatan Indonesia tahun 2016. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2017.
- Tavares, R. et al., 2017. Healthy aging from the perspective of the elderly: an integrative review. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol*, pp. 878-889.
- Waani, J., & Ottay, R. I. (2017). *Kajian kecenderungan pneumonia pada balita di Kota Bitung tahun 2015-2017*. 284–288.
- Wahyuningsih, I & Widiyastuti, L. (2019), Pengolahan Empon-Empon Menjadi Minuman Kesehatan Berbasis Zero Waste Home Industry. *Jurnal Inovasi dan Penerapan Ipteks*. Universitas Ahmad Dahlan.
- WHO. Ageing and health. Geneva 2018; 2018. (Cited 2020 3.12); Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- WHO. Coronavirus disease 2019 (COVID-19). Situation Report. World Health Organization. 8 march 2020.
- WHO. The global burden disease. Jakarta: Depkes RI; 2008
- WHO. 2002. Traditional Medicine–Growing Needs and Potential. Geneva.
- Yanti, B., Priyanto, H., & Zulfikar, T. (2020). *Sosialisasi waspada infeksi corona virus pada lansia di panti jompo rumah seujahtra*. 67–72.
- Yuliana. 2020. Corona Virus Diseases (Covid-19); Sebuah Tinjauan Literatur. *Wellness and Healthy Magazine* Vol 2(1): 187-192.
- Yuniarto, Topan. 2021. <https://kompaspedia.kompas.id/baca/paparan-topik/penggunaan-obat-herbal-pada-masa-pandemi-covid-19>.



© 2022 by authors. Content on this article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International license.