

# Edukasi Mengenai Pembuatan Jahe Instan Sebagai Minuman Penghangat Tubuh

Lia Fikayuniar<sup>1\*</sup>, Neni Sri Gunarti<sup>2</sup>, Adam Permana<sup>3</sup>, Eko Sri Wahyuningsih<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Fakultas Farmasi, Universitas Buana Perjuangan Karawang

\*Corresponding author

E-mail: [lia.fikayuniar@ubpkarawang.ac.id](mailto:lia.fikayuniar@ubpkarawang.ac.id) (Lia Fikayuniar)\*

## Article History:

Received: Jun, 2023

Revised: Jun, 2023

Accepted: Jun, 2023

**Abstract:** *This community service goal is one of the tasks of the Tri Dharma of Higher Education, to increase the knowledge of the general public, students, and SMK students with online socialization methods about "Getting to Know the Making of Instant Ginger as a Body Warmer Drink" as a creative innovation in processed food or traditional medicine. The results of community service, namely the output targets that have been achieved are published on the faculty's youtube social media, the achievement of the obligations of tri dharma activities is fulfilled, journal publications, and increased knowledge, participants' understanding in the use of natural materials can be in the form of ideas that can be of commercial value and most importantly the community can conduct independent education. Community service concludes that after the implementation of this community service, information on the innovation of processed ginger into instant powder drinks to warm the body can be understood by participants that it has a heating effect from the content of its secondary metabolites, when the body is not good because of nausea, due to cold air and unfriendly weather.*

## Keywords:

Ginger Rhizome (*Zingiber officinale*), Herbal Medicine, Instant drink

## Pendahuluan

Adanya banyak kekayaan alam yang tersedia seperti salah satunya adalah tanaman, maka sangat sayang apabila tidak dimanfaatkan dengan baik. Pemanfaatan rempah-rempah yang selama ini hanya digunakan sebagai bumbu dapur, namun dengan adanya suatu inovasi kreatif atau tutorial pelatihan pengolahan bahan rempah-rempah bumbu dapur menjadi olahan minuman sederhana untuk kesehatan khususnya bermanfaat membantu menghangatkan tubuh dan juga dapat meningkatkan sistem imun dikala cuaca tidak bersahabat, contohnya adalah Rimpang jahe. Mampu menjadi ide ekonomi kreatif baik bagi masyarakat umum maupun untuk menumbuhkan jiwa-jiwa kewirausahaan pada mahasiswa (Syukur Siregar et

al., 2021).

Jahe (*Zingiber officinale*) merupakan tanaman yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat dan sudah sangat populer sebagai rempah-rempah dan bahan baku obat. Jahe merupakan famili *zingiberaceae*, termasuk kedalam tanaman rumput-rumputan, dengan batang semu, tinggi 30-100 cm. Jahe tumbuh dengan baik pada daerah tropis dan sub tropis dengan ketinggian 0-2000 dpl, namun pada umumnya ditanam pada ketinggian 200-600 m dpl (Putri, 2019). Jahe juga merupakan tumbuhan yang digunakan

Kandungan jahe menurut beberapa penelitian yaitu *zingiberin, kamfer, lemonin, borneol, shogaol, sineol, fellandren, zingiberol, gingerol*, dan *zingeron* yang berkhasiat dalam mencegah mengobati penyakit. Selain itu jahe juga mengandung *gingerol, getacaroten, capsaicin, asam caffeic, curcumin* dan *salicilat* (Ware, 2017); (Prima Beta Pairul & Hamidi Nasution, 2017). Berdasarkan kandungan asirinya urutan kandungan asiri yang paling besar adalah jahe merah, jahe emprit, dan jahe gajah (H.D & Saparinto, 2013). Kandungan metabolit sekunder (senyawa aktif) pada Jahe menjadikan jahe memiliki manfaat dan khasiat beberapa penyakit, seperti untuk flu, meredakan mual-mual pada wanita hamil, rematik, pegal-pegal, gangguan radang tenggorokan, masuk angin (Sudewo, 2006); (Aryanta, 2019)

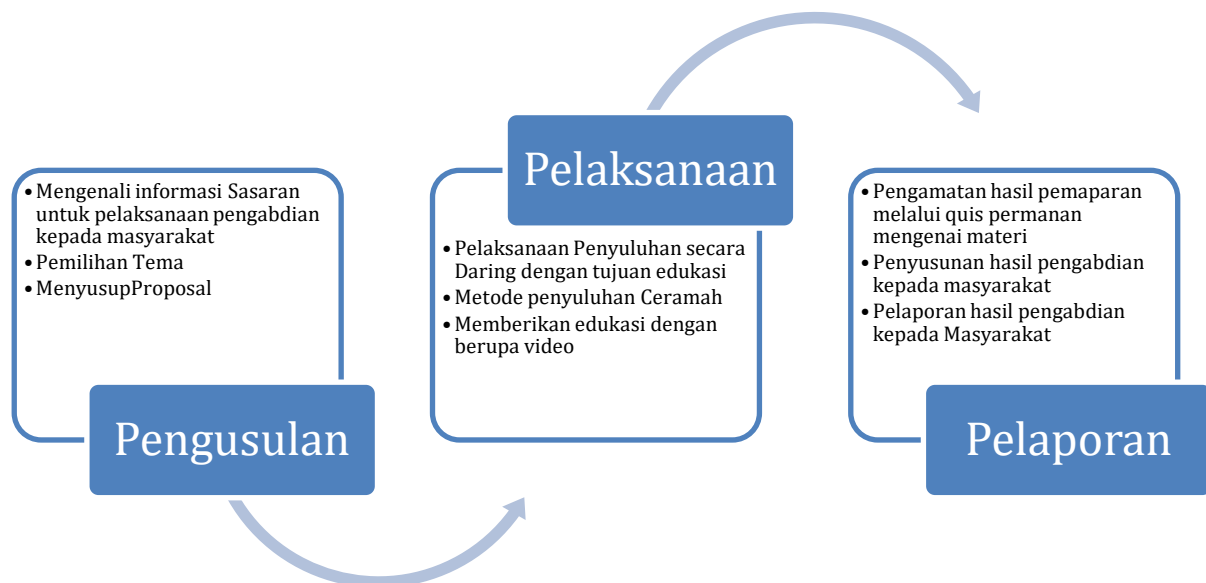
Salah satu pemanfaatan jahe dari keterangan diatas, adalah suatu resep olahan dari jahe digunakan sebagai terapi, contohnya adalah resep untuk masuk angin, tiga rimpang jahe sebesar ibu jari diambil, kemudian ditambahkan 2 gelas air bersih beri sedikit gula aren, didihkan selama 15 menit hingga air jahe menjadi separuh, kemudian disaring dan konsumsi dalam keadaan hangat 2 kali dalam sehari. (Sudewo, 2006).

Jahe dapat dijadikan dalam bentuk minuman instan dengan persyaratan yang ditetapkan untuk serbuk minuman tradisional di atur sesuai dengan SNI 01-4320-1996. Memiliki kualitas produk jadi seperti : a) Warna : Kristal ukuran merata; mudah larut air; b) Penampakan : Kristal, halus; c) Tekstur : Kuning kecoklatan; d) Aroma/bau: Khas Jahe; e) Rasa : Pedas dan hangat agak manis. Dan berdasarkan Standar mutu Jahe di Indonesia diatur sesuai dengan standar nasional Indonesia(SNI-01-3179-1992), yaitu Jahe harus masuk sesuai standar mutu umumnya adalah Kesegaran jahe : segar; Rimpang bertunas : tidak ada; Kenampakan irisan melintang : cerah; Bentuk rimpang : utuh; Serangga hidup : bebas. Sedangkan pemilihan rimpang jahe sebagai bahan baku tradisional menurut sumber Yoganingrum, A, 1999 yaitu Rimpang jahe yang baik dan layak sebagai bahan baku, memiliki persyaratan, jika

dalam keadaan segar tidak boleh busuk, umur jahe pada 9-10 bulan (sudah tua), berwarna merah diluar dan kuning di dalam (BPOM *et al.*, 2017);

## Metode

Metode pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah yang pertama dengan cara memberikan materi sosialisasi dan edukasi, ceramah secara daring, kemudian yang kedua adalah memberikan pemaparan dengan pemutaran video edukasi cara pengolahan rimpang jahe menjadi minuman kesehatan kepada peserta yang ikut serta adalah mahasiswa, SMK, Kelompok Masyarakat, dan kelompok mitra sasaran yang lain di lingkungan daerah Kabupaten Karawang, Jawa Barat. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara daring/*online* melalui *Zoom meeting* Fakultas Farmasi UBP Karawang pada hari kamis, 31 Maret 2022, pada pukul 10.00 s/d selesai .



Gambar 1. Diagram alur kegiatan pengabdian kepada masyarakat

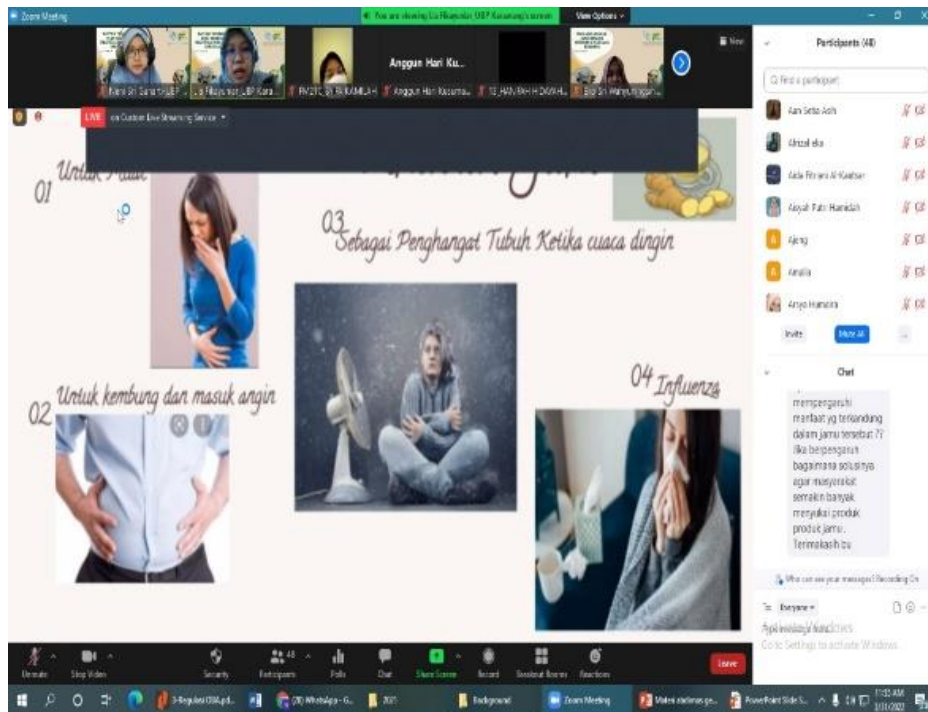
## Hasil

Secara Empiris manfaat rimpang jahe digunakan sebagai obat tradisional. Karena berkhasiat untuk mengatasi berbagai penyakit seperti mual, perut kembung, penghangat badan, menjaga stamina, batuk berdahak, salesma, dan sebagainya (Nartopo., 2009).

## Kegiatan edukasi dalam bentuk pemaparan materi

Pengabdian Kepada Masyarakat ini berjalan dengan sangat lancar, dengan

penyampaian setiap materi, masing-masing selama kurang lebih 20 menit. Pada kegiatan ini dilakukan pemilihan tema “Mengenal Pembuatan Jahe Instan Sebagai Minuman Penghangat Tubuh”. Menyampaikan isi materi berdasarkan hasil-hasil penelitian ilmiah, dan berdasarkan buku referensi dengan cara yang sangat sederhana dan menarik, yang ditunjukkan pada **gambar 2**. dibawah ini :



Gambar 2. Dosen Melakukan Penyuluhan, Edukasi dan Sesi Tanya Jawab Secara Daring.

Cara pembuatan minuman instan dari rimpang jahe perlu memiliki dasar yang baik dalam satu kali produksi yang berarti harus sesuai aturan BPOM, 2017 meskipun pada pembuatannya ada pengembangan cara produksi. untuk formula dasar cara pembuatannya disajikan pada **tabel 1**. Dibawah ini :

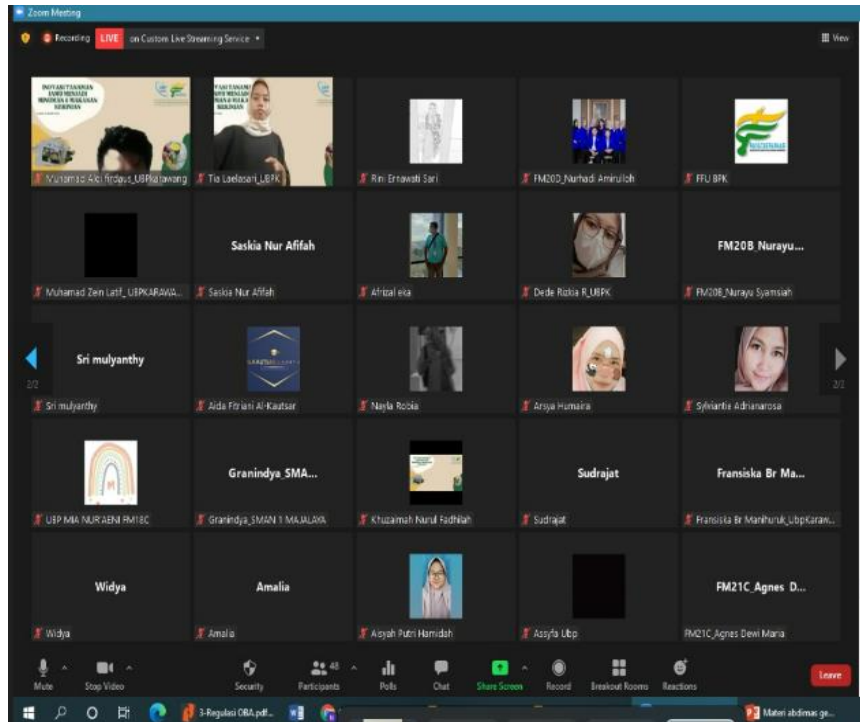
**Tabel 1.** Formula pembuatan minuman serbuk jahe instan untuk satu kali produksi (BPOM et al., 2017); (Larasati, 2021)

BAHAN	JUMLAH
Gula Pasir	1.000 gram
Jahe	1.000 gram
Air	1.200 ml
<b>Daftar Peralatan :</b>	
Pisau, pamarut jahe/blender, kain saring, kompor, wajan, pengaduk, timbangan, plastik <i>sealer</i> , baskom plastik	
<b>CARA PEMBUATAN :</b>	

1. Rimpang Jahe yang segar dipilih, kemudian dicuci dan ditimbang
2. Rimpang Jahe kemudian di rajang kecil-kecil dan kemudian digiling hingga halus dengan menggunakan blender lalu di tambahkan air, untuk mempermudah ekstraksi dan mempermudah jumlah padatan yang terlarut dalam proses ekstraksi.
3. Filtrat diambil dengan cara diperas. Lalu filtrat tersebut didiamkan (satu malam), agar dapat mengendapkan pati, sehingga pada proses pemanasan (pemasakan) tidak akan terjadi gumpalan karena gelatinisasi pati dan tidak terjadi juga penggumpalan pada saat penyeduhan.
4. Proses dilanjutkan dengan pemanasan dengan pengadukan terus menerus. Apabila volume dari larutan sudah mencapai seperempat ( $\frac{1}{4}$ ) volume awal kemudian ditambahkan gula pasir, dilakukan pengadukan secara berkelanjutan sampai larutan jenuh dan kemudian terbentuk kristal-kristal warna coklat.
5. Pemanasan dihentikan, namun pengadukan dilakukan terus, sehingga diperoleh serbuk jahe yang seragam. Tujuan pengadukan agar campuran menjadi homogen, pengkristalan, pengeringan, dan penyeragaman ukuran.
6. Kemudian dilakukan penyaringan (mesh 18-20/ 2mm) agar ukuran partikel serbuk menjadi seragam. Sisa yang tidak sama ukurannya di blender lalu disaring Kembali, sampai semuanya seragam.
7. Lalu dilakukan pengemasan dengan pengemasan primer (*aluminium foil*) dan plastik kedap udara, yang sesuai untuk mengemas minuman jahe instan sebanyak bobot yang diinginkan sesuai volume wadah pengemasan (misal 28 gram).

### **Kegiatan edukasi dalam bentuk pemaparan video cara pembuatan minuman serbuk jahe instan**

Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah terlaksana secara daring dalam bentuk pemaparan video edukasi langkah-langkah cara pembuatan minuman serbuk jahe instan hingga cara pengemasnya. Terlihat pada **gambar 2.** dibawah ini:



Gambar 3. Peserta Penyuluhan Daring yang Mengikuti Jalannya Acara.

## Diskusi

Pada **Gambar 2.** diatas menunjukkan hasil bahwa materi yang dijelaskan antara lain mengenai Khasiat jahe, Kandungan Jahe, varietas jahe, cara pemilihan jahe sebagai bahan baku yang dijadikan minuman serbuk instan kesehatan yang berdasarkan pada standar nasional Indonesia (SNI-01-3179-1992; BPOM) yaitu jahe harus masuk sesuai standar mutu umumnya. Hal tersebut agar dapat mencapai tujuan utama dari kegiatan ini yaitu agar peserta yang merupakan bagian dari masyarakat umum, mahasiswa dapat terbiasa memanfaatkan bahan-bahan rumahan agar bisa melakukan swamedikasi dalam pengobatan komplementer, khususnya hingga mampu memanfaatkan bahan-bahan tanaman herba bumbu dapur, hingga dapat bernilai komersial dengan cara mengolah bahan-bahan tersebut secara sederhana menjadi makanan atau minuman yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh, hingga mampu menjadikannya sebagai bahan baku obat herbal yang bernilai ekonomi (Kurniawati, 2010).

Pada **Tabel.1** menunjukkan bahwa Proses pembuatan pengembangan formula pembuatan minuman jahe instan pun harus berdasarkan BPOM,2017 dimulai dari pemilihan jahenya sebagai bahan baku, yang diambil adalah jahe yang cukup kadar oleoresinnya sudah berumur lebih dari 9 bulan (H.D & Saparinto, 2013).

Pada **Gambar 3.** menunjukkan bahwa peserta mengikuti jalannya kegiatan

menyimak Video edukasi yang merupakan penyelesaian yang dapat berdampak positif dan lebih mudah untuk dipahami bagi masyarakat pada umumnya, bagi mahasiswa/i, dan siswa/i SMK pada khususnya yaitu dapat mengenal Pembuatan Jahe Instan Sebagai Minuman Penghangat Tubuh bahkan dapat digunakan sebagai peningkatan sistem imun tubuh (Syukur Siregar *et al.*, 2021), terutama menggunakan bahan rempah-rempah dapur yang mudah didapat dilingkungan pekarangan rumah sebagai bagian dari pengobatan secara swamedika mengingat efek samping yang lebih rendah pada pengobatan tradisional-Herbal dan juga berdasarkan kandungan zat aktif yang ada pada jahe yaitu seperti minyak atsirinya. Serta dapat tercipta ide ekonomi kreatif dengan sistem produksi sederhana dan mandiri dalam hal ini olahan rimpang jahe jadi serbuk minuman instan sebagai obat tradisional (herbal), dan tumbuhnya jiwa-jiwa kewirausahaan dalam bidang kesehatan.

## **Kesimpulan**

Dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai “Mengetahui Pembuatan Jahe Instan Sebagai Minuman Penghangat Tubuh” dapat disimpulkan bahwa; Informasi dasar yang penting bagi masyarakat umum, mahasiswa, siswa SMK yaitu mengetahui, mengerti, dan memahami edukasi dan pengenalan betapa jahe yang merupakan salah satu bahan dapur campuran masakan memiliki sejuta khasiat, manfaat baik berdasarkan bukti ilmiah dan empiris, serta informasi mengenai dapat dikonsumsi dalam bentuk minuman instan melalui video langkah-langkah membuat minuman serbuk instan agar lebih mudah untuk disajikan dengan rasa yang lebih enak dan variatif, terlebih dapat menjadi salah satu pencapaian upaya meningkatkan derajat Kesehatan masyarakat dan pengembangan pengobatan secara tradisional-herbal.

## **Pengakuan**

Ucapan Terima kasih kami ditujukan kepada Lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat UBP Karawang, serta Fakultas Farmasi, karena telah mendukung fasilitas dan kelancaran berjalannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

## **Daftar Referensi**

Aryanta, Redi. , I. W. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. E-Jurnal Widya Kesehatan, 1(2), 39–43.

BPOM. (2017). Minuman Serbuk Jahe Instan.

- H.D, S., & Saparinto, C. (2013). Penebar Swadaya Jahe Produksi Hingga 25 Ton. Penebar Swadaya: Jakarta.
- Kurniawati, N. (2010). Sehat dan Cantik Alami Berkat Khasiat Bumbu dapur. Bandung.: Mizan Pustaka.
- Larasati. (2021). Pemanfaatan Jahe Dalam Proses Pembuatan Minuman jahe Instan Bubuk Dan Wedang Jahe Susu Di Usaha mikro Kecil Menengah (UMKM) Kilabo. Institusi Agama Islam Negeri (IAIN).
- Nartopo., Agung., S. (2009). Analisis Pengembangan Agribisnis Jahe (*Zingiber officinale*) Di Desa Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar. Universitas sebelas maret.
- Prima Beta Pairul, P., & Hamidi Nasution, S. (2017). Jahe (*Zingiber Officinale*) Sebagai Anti Ulserogenik (Vol. 5).
- Putri, K. M.-8. (2019). Khasiat dan Manfaat Jahe Merah. Semarang, Jateng.: Alprin.
- Sudewo, B. (2006). Basmi penyakit dengan sirih merah. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Syukur Siregar, H., *et al.* (2021). Upaya Meningkatkan Kesehatan Anak Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Aek Haruaya. *Jurnal Penelitian*, 5(2), 345–349.
- Ware, M. (2017). Ginger: Health Benefits and Dietary Tips.