



Processing innovative products based on herbal plants to promote a healthy lifestyle


Yuniarti Falya¹✉, Fauzan Akbar Nur Ardianto², Rafid Maulana², Dinda Wibowo¹, Putri Anggraeni¹, Devita Alifa Soleha¹, Dede Rafi Gifari¹, Nok Endang¹, Nur Amira Safitri³, Lafarrel Dhany Maullah³

¹ Sekolah Tinggi Farmasi Muhammadiyah Cirebon, Cirebon, Indonesia

² Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Purwokerto, Indonesia

³ Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

✉ yuniartifalya15@gmail.com

 <https://doi.org/10.31603/ce.230>

Abstract

The collaborative community service in Pegagan Village, Palimanan District, Cirebon Regency, was implemented to address the issue of low public awareness about health, leading to challenges in providing balanced nutrition to children, maintaining family health, and the relatively low utilization of herbal products. The goal of this service program is to introduce and optimize the potential of local herbal plants as environmentally friendly and affordable product innovations. The service method involves socializing and demonstrating innovative products based on herbal plants, and the evaluation is conducted using a questionnaire. Based on the results obtained, post-socialization knowledge of local herbal product innovations increased, including awareness of the health benefits of emprit ginger (55.55%) and the production of emprit ginger granules (83.33%).

Keywords: Innovative products; Herbal plant; Emprit ginger; Healthy lifestyle

Pengolahan produk inovatif berbasis tanaman herbal untuk meningkatkan gaya hidup sehat

Abstrak

Program pengabdian kolaboratif di Desa Pegagan, Kecamatan Palimanan, Kabupaten Cirebon, dijalankan sebagai respons atas permasalahan rendahnya pengetahuan masyarakat tentang kesehatan yang menyebabkan terjadinya masalah pemberian gizi seimbang pada anak, kesehatan keluarga, serta pemanfaatan produk herbal yang tergolong rendah. Tujuan dari program pengabdian ini adalah mengenalkan dan mengoptimalkan potensi tanaman herbal lokal sebagai inovasi produk yang ramah lingkungan dan terjangkau. Metode pengabdian dilakukan dengan sosialisasi dan demonstrasi produk inovatif berbasis tanaman herbal dan dievaluasi menggunakan kuesioner. Berdasarkan hasil yang diperoleh, pengetahuan setelah dilakukan sosialisasi inovasi produk herbal lokal adalah meningkat, baik tentang manfaat jahe emprit bagi kesehatan (55,55%) maupun pembuatan granul jahe emprit (83,33%).

Kata Kunci: Produk inovatif; Tanaman herbal; Jahe emprit; Gaya hidup sehat

1. Pendahuluan

Pada perkembangan zaman di era modern ini, konsumsi jamu herbal alami lama-kelamaan mengalami penurunan yang signifikan yang disebabkan karena kurangnya

pengetahuan tentang produk herbal. Berdasarkan data penelitian yang dilakukan oleh (Herviana & Farapti, 2023), menyebutkan bahwa kurangnya pengetahuan mengenai produk herbal turut mempengaruhi penurunan kualitas hidup anak-anak dan remaja. Dikutip dari artikel CNN Indonesia, 56% orang Indonesia tidak lagi mengonsumsi jamu yang ditandai dengan hilangnya pedagang jamu lokal. Hal ini dipicu karena kurangnya inovasi dalam proses pembuatan serta penyajian produk herbal yang dapat menjangkau pasar anak-anak dan remaja. Oleh karena itu tim pengabdian membuat inovasi produk herbal yang dapat menjangkau pasar anak-anak dan remaja serta dapat dikelola oleh masyarakat setempat, tanpa mengurangi khasiat dari kandungan jamu tersebut. Selain itu, jaringan komunikasi yang luas antara warga satu dengan lainnya dapat memperluas penerimaan pesan-pesan edukasi dan program yang sedang berjalan di masyarakat.

Program pengabdian di Desa Pegagan, Kecamatan Palimanan, Kabupaten Cirebon, muncul sebagai respons atas permasalahan yang ada di desa tersebut. Masalah yang kemudian dihadapi adalah rendahnya kepedulian akan kebersihan lingkungan, minimnya edukasi akan pentingnya pemberian gizi yang seimbang pada anak. Hal ini menjadi keprihatinan serius karena berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak-anak di desa. Selain itu, kesadaran akan pentingnya konsumsi produk-produk berbasis herbal dalam kehidupan sehari-hari masih tergolong rendah. Kondisi ini memperparah akan kebutuhan gizi seimbang pada anak. Karena kurang mendapatkan perhatian yang memadai, persoalan di atas kemudian menyebabkan dampak negatif pada kualitas hidup masyarakat Desa Pegagan. Dalam upaya untuk mengatasi berbagai permasalahan tersebut, beberapa program pengabdian disusun untuk mendorong partisipasi aktif mahasiswa dalam memberikan kontribusi positif bagi masyarakat Desa Pegagan. Program ini berfokus pada pengenalan dan optimalisasi potensi produk herbal yang tumbuh di sekitar desa sebagai alternatif konsumsi dan pengobatan yang ramah lingkungan dan terjangkau.

Desa Pegagan memiliki potensi yang besar dalam pelaksanaan program pengabdian serta peningkatan kualitas hidup masyarakatnya. Daerah ini kaya akan sumber daya alam yang dapat dimanfaatkan untuk optimalisasi produk herbal, salah satu jenis herbal unggulan desa Pegagan adalah Jahe Emprit ([Gambar 1](#)). Di Indonesia, jahe yang banyak dibudidayakan terdiri dari 3 varietas, yaitu jahe Sunti/merah (*Z. officinale var. rubrum*), jahe gajah (*Z. officinale var. amarum*) dan jahe Emprit (*Z. officinale var. amarum*). Rimpang jahe mengandung berbagai jenis zat gizi yang bermanfaat bagi tubuh di antaranya energi, karbohidrat, serat, protein, sodium, zat besi, potasium, dan vitamin C. sedangkan kandungan kimia yang terkandung pada jahe emprit yaitu alkaloid, flavonoid, fenolik, triterpenoid dan saponin yang berkhasiat sebagai analgesik, antitumor, antioksidan, antiinflamasi, antibiotik, antihistamin dan diuretik ([Sari & Nasuha, 2021](#)). Kandungan utamanya yaitu fenolik aktif seperti gingerol dan shogaol yang bermanfaat menjaga kesehatan jantung, mencegah kanker usus, dan memperbaiki sistem kekebalan tubuh ([Yuliningtyas et al., 2019](#)).

Jahe emprit memiliki banyak khasiat antara lain sebagai campuran obat tradisional terutama sebagai karminatif dan stimulan, penambah nafsu makan, tonik lambung, peluruh dahak, peluruh haid, pencegah mual, penurun tekanan darah, menghilangkan lelah, meningkatkan stamina, mencegah infeksi pada luka ([Syarifah et al., 2020](#)). Jahe mempunyai komponen volatil (minyak atsiri) dan nonvolatil (oleoresin) yang paling tinggi dibandingkan jenis jahe yang lain ([Panjaitan et al., 2012](#)).

Granul jahe mengacu pada serbuk atau bubuk jahe yang telah dihasilkan dari proses pengeringan dan penggilingan rimpang jahe (*Zingiber officinale*). Jahe adalah tanaman akar yang telah lama digunakan dalam berbagai budaya sebagai bumbu, rempah-rempah, dan bahan alami untuk pengobatan tradisional. Granul jahe biasanya dibuat dengan mengupas, membersihkan, dan mengeringkan akar jahe, kemudian menggilingnya menjadi serbuk halus. Granul jahe memiliki aroma dan rasa yang khas, pedas namun hangat, dan sering digunakan dalam berbagai masakan, minuman, dan produk makanan lainnya. Selain itu, jahe juga memiliki sifat-sifat kesehatan yang diyakini oleh beberapa orang, termasuk potensi anti inflamasi dan meredakan masalah pencernaan. Granul jahe sering digunakan dalam pembuatan minuman jahe hangat, adukan kue, saus, sup, dan berbagai hidangan lainnya. Kepraktisan granul jahe membuatnya mudah digunakan dalam dapur dan menghindari kerumitan mengupas dan menggiling jahe segar setiap kali dibutuhkan. Pengolahan jahe menjadi tablet dan granul instan bertujuan untuk mempermudah ibu-ibu rumah dalam mengolah dan memanfaatkan olahan jahe yang dibimbing langsung oleh tim pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Jahe Emprit (*Z. officinale var. amarum*)

Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pengolahan produk herbal yang inovatif dalam memperbaiki gizi seimbang dan meningkatkan kualitas kesehatan keluarga dan pengembangan potensi obat herbal lokal sebagai opsi kesehatan yang ramah lingkungan dan terjangkau. Melalui program ini, Rumah Sehat Gizi diharapkan menjadi pusat informasi dan edukasi tentang nutrisi yang seimbang dengan dilakukan sosialisasi pembuatan granul jahe emprit sebagai inovasi produk herbal potensi Desa Pegagan. Dengan dukungan dan kolaborasi yang kuat dari seluruh mitra program, diharapkan program pengabdian ini dapat memberikan dampak positif yang signifikan bagi Desa Pegagan dan membantu mewujudkan perubahan yang berkelanjutan.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Program Rumah Sehat Gizi yang terdiri dari anggota PCA Cabang Desa Pegagan, kemudian dilakukan kegiatan sosialisasi dan demo pemanfaatan dan optimalisasi potensi tanaman herbal lokal sebagai inovasi produk yang ramah lingkungan dan terjangkau dengan salah satu contoh inovasi tanaman herbal yaitu Granul Jahe. Pada pelaksanaan program kerja Rumah Sehat Gizi digunakan metode sebagai berikut:

- a. Diskusi dengan warga mengenai permasalahan yang sedang dihadapi.

- b. Koordinasi dengan perangkat desa guna mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat.
- c. Sosialisasi dan penyuluhan mengenai khasiat produk serta meningkatkan pengetahuan warga di bidang kesehatan dengan melakukan penyuluhan untuk memperbaiki situasi dan kondisi kesehatan masyarakat.
- d. Demo dan praktik pembuatan inovasi produk herbal agar dapat ditiru dan dimodifikasi di rumah masing-masing.

3. Hasil dan Pembahasan

Dalam menjalankan program Rumah Sehat Gizi, mahasiswa pengabdian Desa Pegagan Kolaborasi 7 Universitas bergabung dengan anggota PCA Cabang Desa Pegagan. Tujuan utama program ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Pegagan tentang pentingnya pengolahan produk herbal yang inovatif dalam memperbaiki gizi seimbang dan meningkatkan kualitas kesehatan keluarga dan pengembangan potensi obat herbal lokal sebagai opsi kesehatan yang ramah lingkungan dan terjangkau. Pada tanggal 27 Juli 2023 tim pengabdian melakukan survei langsung ke beberapa titik lokasi kegiatan masyarakat ditemani oleh Kadus desa dan membahas mengenai potensi Desa Pegagan yaitu adalah budidaya Jahe Emprit. Selanjutnya setelah melakukan survei permasalahan dan potensi Desa, tim pengabdian melakukan komunikasi dengan pemerintahan desa pegagan dan melakukan pembahasan awal mengenai lingkungan dan permasalahan yang ada di Desa Pegagan serta membahas dan meminta izin untuk melakukan program unggulan Rumah Sehat Gizi di Desa Pegagan (Gambar 2).



Gambar 2. Diskusi dan koordinasi dengan perangkat desa

3.1. Sosialisasi Inovasi Produk Unggulan Desa Pegagan

Pada tanggal 18 Agustus Program Rumah Sehat Gizi melakukan sosialisasi kepada masyarakat Desa Pegagan dengan tema Potensi dan Inovasi Produk Herbal Unggulan Desa Pegagan yang dihadiri 36 orang yang terdiri dari wanita dengan usia 20-60 tahun (Gambar 3). Beberapa tanaman unggulan desa pegagan yaitu kunyit, jahe emprit, dan pisang. Namun produk herbal yang belum familiar adalah produk Granul Jahe. Adapun materi yang disosialisasikan dalam program ini adalah Granul jahe yang memiliki berbagai manfaat yang dapat bermanfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan manusia. Beberapa manfaat utama dari penggunaan granul jahe seperti Jahe memiliki sifat anti inflamasi alami yang dapat membantu meredakan peradangan dalam tubuh. Konsumsi

granul jahe dapat membantu mengurangi rasa sakit dan pembengkakan pada kondisi seperti arthritis dan radang sendi, peningkatan sistem pencernaan, pengobatan pernapasan dimana aroma dan sifat pemanas granul jahe dapat membantu meredakan masalah pernapasan seperti pilek, batuk, dan sinusitis.

Granul jahe sering digunakan dalam minuman hangat untuk membantu meredakan gejala pilek dan menghangatkan tubuh. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa jahe dapat membantu meningkatkan metabolisme tubuh dan membantu dalam pengelolaan berat badan. Konsumsi granul jahe dalam makanan atau minuman dapat membantu dalam usaha penurunan berat badan dan penyokong kekebalan tubuh. Jahe mengandung zat-zat antioksidan yang dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Mengonsumsi granul jahe secara teratur dapat membantu melindungi tubuh dari serangan penyakit dan infeksi, pengendalian gula darah, pengurangan mual dan muntah, peningkatan sirkulasi darah, pengurangan rasa sakit menstruasi, pemulihan pasca olahraga.



Gambar 3. Sosialisasi dan demonstrasi granul jahe

3.2. Demonstrasi Pembuatan Granul Jahe

Kegiatan ini terlebih dahulu dimulai dengan mengenalkan produk hasil praktikum mahasiswa STF Muhammadiyah Cirebon yaitu pembuatan granul jahe. Produk ini diinovasikan dengan menambahkan perasan jeruk nipis kemudian diseduh untuk menjadi minuman segar yang nikmat dan berkhasiat (Gambar 4). Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan baik dan lancar, hal ini dikarenakan adanya kerja sama yang baik antara peserta dan pemateri. Hasil kegiatan ini dirasakan oleh pemateri dan peserta dengan hasil yang sangat memuaskan, dengan indikator antusiasme peserta yang mengikuti kegiatan. Bahan dan alat yang diperlukan adalah jahe segar, gula merah, gula pasir, pisau, kompor, alat penggiling atau blender, wadah penyimpanan kedap udara.

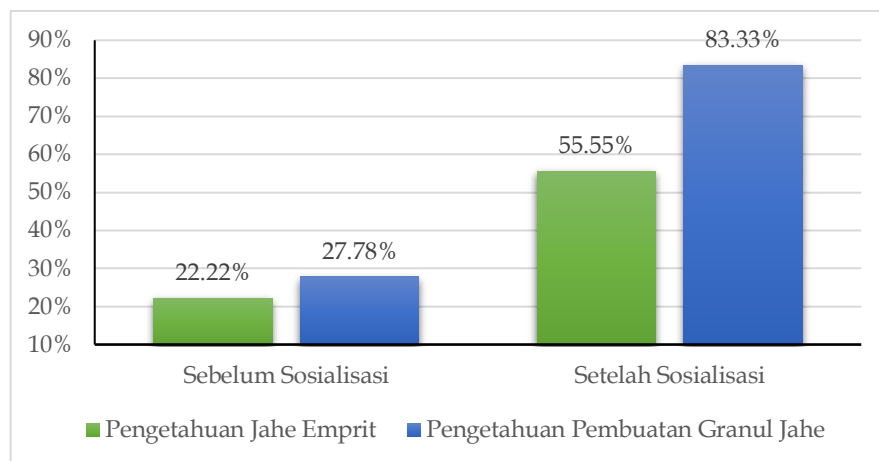
Inovasi ini merupakan eksplorasi dalam dunia kuliner, menggabungkan tradisi dengan kemajuan zaman untuk menjangkau pasar baru dalam mengolah dan menyajikan jahe. Inovasi ini juga memberikan alternatif bagi anak-anak dan remaja yang kurang berminat dengan olahan jahe yang kurang inovatif dan membosankan namun ingin memperkaya gaya hidup sehat mereka dengan manfaat jahe, tanpa perlu berurusan dengan persiapan jahe segar yang kadang memerlukan waktu dan usaha.



Gambar 4. Pembuatan granul jahe

3.3. Evaluasi Kegiatan

Kegiatan sosialisasi dan demonstrasi pembuatan dan inovasi produk unggulan desa Pegagan dihadiri oleh ibu-ibu masyarakat desa dengan total 36 orang dengan usia 20-60 tahun. Untuk mengetahui keberhasilan sosialisasi tim pengabdian memberikan sesi tanya jawab pada peserta. Sebelum dan setelah melakukan kegiatan sosialisasi peserta diminta mengisi *google form* yang telah disediakan untuk mengukur pengetahuan peserta mengenai manfaat dan potensi granul Jahe Emprit.



Gambar 5. Pengetahuan peserta sebelum dan setelah sosialisasi

Gambar 5 menunjukkan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah dilakukan sosialisasi dengan kategori pengetahuan manfaat granul jahe emprit dan pengetahuan proses pembuatan granul jahe emprit. Tingkat pengetahuan mengenai manfaat dan proses pembuatan granul jahe emprit sebelum disosialisasikan termasuk dalam kategori kurang yaitu 8 orang (22,22%) dan 10 orang (27,78%), sedangkan setelah dilakukan sosialisasi dan demo pembuatan granul jahe emprit serta dibukanya sesi tanya jawab terjadi peningkatan yang besar dengan skor berturut-turut sebanyak 20 orang (55,55%) dan 30 orang (83,33%). Peningkatan ini dikarenakan minat dari para peserta yang cukup tinggi dalam mengikuti sosialisasi yang diadakan oleh Rumah Sehat Gizi. Faktor-faktor

yang mempengaruhi pengetahuan adalah pemahaman, realitas, minat, rasa ingin tahu, pikiran dan nalar, akal sehat, dan minat manusia. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh [Ar-Rasily \(2016\)](#), informasi dapat diperoleh dari Pendidikan formal dan nonformal. Sumber informasi dapat berupa media cetak maupun media elektronik seperti televisi, radio, surat kabar, buku, majalah dan sosial media. Seseorang yang mudah mengakses informasi akan lebih cepat mendapat pengetahuan. Majunya teknologi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru dapat memberi pengaruh sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan.

Mitra program kerja yang terlibat dalam inisiatif ini memiliki peran yang sangat penting dalam kesuksesan pelaksanaan program pengabdian di Desa Pegagan. Ibu-ibu Pimpinan cabang Aisyah dan Pimpinan Ranting Aisyah dapat menjadi mitra perubahan dalam hal meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya peningkatan kualitas hidup, dan pemanfaatan tanaman herbal. Sebagai tokoh masyarakat, mereka memiliki akses yang lebih luas dan pengaruh yang kuat dalam menyampaikan pesan-pesan edukasi kepada warga desa. Selain itu, dilibatkannya warga RT dan ibu-ibu rumah tangga dari sekitar lokasi pelaksanaan program merupakan langkah tepat dalam menggerakkan partisipasi aktif masyarakat. Warga RT memiliki pemahaman yang lebih baik tentang permasalahan lokal dan budaya masyarakat setempat, sehingga dapat membantu merancang solusi yang relevan dan mudah diterapkan. Sementara itu, ibu-ibu rumah tangga memiliki peran strategis dalam membentuk pola makan dan peningkatan kualitas hidup dan kesehatan keluarga, sehingga melibatkan mereka akan memberikan dampak positif dalam mengatasi masalah gizi buruk dan optimalisasi produk herbal.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan program kerja yang telah disusun, terjadi peningkatan kemandirian masyarakat dalam memenuhi kebutuhan kesehatan, serta muncul beberapa potensi produk herbal lokal yang dapat dimanfaatkan dalam menunjang kualitas kesehatan masyarakat Desa Pegagan. Inovasi produk herbal yang telah didemonstrasikan mendapat respons positif dari masyarakat. Tujuan awal untuk dapat menjangkau pasar anak-anak dan remaja dapat tercapai melalui inovasi ini dilihat dari hasil evaluasi tingkat pengetahuan mengenai manfaat dan prosedur pembuatan granulasi jahe emprit termasuk dalam kategori baik dengan persentase 55,55% dan 83,33%.

Beberapa saran yang dapat diberikan antara lain, pemeliharaan berkelanjutan agar dampak positif program ini dapat berlanjut, diperlukan perencanaan jangka panjang. Penting untuk memastikan bahwa produk inovatif berbasis tanaman herbal terus dikelola dan dikembangkan dengan baik, dan dukungan dari pemerintah dan lembaga terkait juga penting dalam memastikan kelangsungan program ini. Pendidikan dan Penyuluhan Berkelanjutan, kontinuitas dalam memberikan pendidikan dan penyuluhan mengenai gaya hidup sehat, gizi, dan pentingnya penggunaan produk herbal perlu ditekankan. Melibatkan masyarakat dalam workshop, seminar, atau pelatihan terkait gizi dan pengobatan herbal dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan. Kemitraan yang kuat seperti dukungan dan kerjasama yang baik antara berbagai pihak, seperti lembaga pendidikan, organisasi masyarakat, dan pemerintah, dapat memperkuat program ini. Kemitraan ini dapat membantu dalam sumber daya manusia, pendanaan, serta akses ke pasar yang lebih luas. Pengukuran dampak, penting

untuk melakukan pemantauan dan evaluasi terus-menerus terhadap dampak program ini terhadap masyarakat Desa Pegagan.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan pada LPPM Sekolah Tinggi Farmasi Muhammadiyah Cirebon (STFMC) yang telah mendanai pelaksanaan kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Dalam rangka penyusunan artikel ini, kami ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada sejumlah individu dan pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi berharga dalam menjalankan program inovatif berbasis tanaman herbal di Desa Pegagan, Kabupaten Cirebon di antaranya Pengurus Cabang Aisyah (PCA) Pengurus Ranting Muhammadiyah (PRM), Pengurus Cabang Muhammadiyah (PCM), Kepala Desa Pegagan, Seluruh warga masyarakat Desa Pegagan yang telah aktif berpartisipasi dalam berbagai kegiatan program.

Daftar Pustaka

- Ar-Rasily, O. K. (2016). *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan Orangtua Mengenai Kelainan Genetik Penyebab Disabilitas Intelektual di Kota Semarang*. Universitas Diponegoro.
- Herviana, C., & Farapti, F. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Pola Konsumsi Produk Minuman Herbal dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 7(2), 203–209. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2.2023.203-209>
- Panjaitan, E. N., Saragih, A., & Purba, D. (2012). Formulasi Gel Dari Ekstrak Rimpang Jahe Merah (*Zingiber officinale* Roscoe) Gel Formulation of Red Ginger (*Zingiber officinale* Roscoe) Extract. *Journal of Pharmaceutics and Pharmacology*, 1(1), 9–20.
- Sari, D., & Nasuha, A. (2021). Kandungan Zat Gizi, Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis pada Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.): Review. *Tropical Bioscience: Journal of Biological Science*, 1(2), 11–18. <https://doi.org/10.32678/tropicalbiosci.v1i2.5246>
- Syarifah, A., Hariyanti, H., & Inayati, N. I. (2020). Pelatihan Pengolahan Granul Instan Jahe Emprit dan Kapulaga Bagi Tim PKK Desa Kaliputih Kabupaten Banyumas. *Jurnal Ilmiah Pangabdhi*, 6(2), 128–132. <https://doi.org/10.21107/pangabdhi.v6i2.7620>
- Yuliningtyas, A. W., Santoso, H., & Syauqi, A. (2019). Active Compound Test of Lemongrass Ginger (*Zingiber officinale* and *Cymbopogon citratus*). *Bioscience-Tropic Journal*, 4(2), 1–6.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License