

## Pembuatan Jamu Herbal Guna Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Dimasa Pandemi Covid-19

Ilham Hudi<sup>1</sup>, Dresta Daryanti<sup>2</sup>, Friska Andriani<sup>3</sup>, Tenni Suprapti<sup>4</sup>

<sup>123</sup>Fakultas Ekonomi & Bisnis, Universitas Muhammadiyah Riau

<sup>4</sup>Fakultas Ilmu Komputer, Universitas Muhammadiyah Riau

email: [ilhamhudi@umri.ac.id](mailto:ilhamhudi@umri.ac.id)

### Abstract

*The Work Program of Training and Making Herbal Herbs by KKN UMRI for the Community of Koto Benai Village, Benai District by utilizing herbal plants around the residents' homes or commonly referred to as "toga". This is done to convey the socialization of how to make herbal medicine to the residents of the village of Koto benai. This activity is very beneficial for local residents, because it can increase body resistance and maintain immunity. The majority of the residents are also farmers, so herbal plants are not hard to find. The main ingredients of making herbal medicine are turmeric, ginger, kencur, and temulawak. The purpose of this activity is to provide understanding and business ideas to the community as a side job, as well as to explain all the functions of the herbal plants they plant in the residents' yards. The result of this activity is also to increase the knowledge of the Koto Benai village community in the process of making herbal herbs, the ingredients themselves are in the surrounding environment..*

**Keywords:** Herbs, Herbal Plants.

### Abstrak

*Program kerja Pelatihan Pembuatan Jamu Herbal oleh KKN UMRI kepada Ibu-ibu PKK dan Masyarakat Desa Koto Benai, Kecamatan Benai dengan memanfaatkan tanaman-tanaman herbal yang ada di sekitaran rumah warga atau biasa disebut sebagai "toga". Hal ini dilakukan guna untuk memberikan sosialisasi bagaimana cara pembuatan jamu herbal kepada Warga desa Koto benai tersebut. Kegiatan ini sangat bermanfaat sekali bagi warga setempat, karena dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan menjaga imunitas. Mayoritas warga merupakan petani, sehingga tanaman-tanaman herbal pun tidak susah di cari. Bahan utama dari pembuatan jamu yaitu seperti Kunyit, Jahe, Kencur, dan Temulawak. Tujuan diadakan kegiatan ini yaitu untuk memberikan pemahaman dan pelatihan pembuatan jamu yang dapat dijadikan ide usaha oleh masyarakat sebagai salah satu pekerjaan sampingan. usaha kepada masyarakat sebagai salah satu pekerjaan sampingan, sekaligus menjelaskan segala fungsi dari tanaman-tanaman herbal yang mereka tanam di halaman rumah warga. Hasil dari kegiatan ini juga yaitu untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat desa koto benai dalam proses pembuatan jamu herbal yang bahan-bahannya sendiri ada dilingkungan sekitarnya.*

**Kata Kunci:** Jamu, Tanaman Herbal.

### PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kebutuhan manusia yang paling mendasar. Untuk menjaga kesehatan atau mengobati

penyakitnya maka manusia membutuhkan obat. Obat-obatan serta perawatan yang kini banyak digunakan adalah pengobatan

modern yang menggunakan obat-obat kimia sintesis serta alat-alat yang canggih.

Namun demikian, pengobatan modern memiliki banyak efek samping bagi manusia. Keberadaan pengobatan modern yang semakin berkembang, mengancam keberadaan pengobatan tradisional yang sejak dulu sudah ada, khususnya di Indonesia. Di lain pihak, merujuk pada filosofi pengobatan Timur, eksistensi manusia tidak terpisah dari unsur alam semesta, yang meliputi air, api, tanah dan udara. Keberadaan manusia di tengah kehidupan harus dipandang secara holistik. Ketika manusia terganggu kesehatannya, harmoni kehidupannya pun terganggu. Pada saat inilah manusia membutuhkan obat untuk memulihkan kesehatannya.

Keberadaan pengobatan modern yang semakin berkembang, mengancam keberadaan pengobatan tradisional yang sejak dulu sudah ada, khususnya di Indonesia. Di lain pihak, merujuk pada filosofi pengobatan Timur, eksistensi manusia tidak terpisah dari unsur alam semesta, yang meliputi air, api, tanah dan udara. Keberadaan manusia di tengah kehidupan harus dipandang secara holistik. Ketika manusia terganggu kesehatannya, harmoni kehidupannya pun terganggu. Pada saat inilah manusia membutuhkan obat untuk memulihkan kesehatannya.

Menurut WHO (World Health Organization) definisi herbal adalah tanaman yang bagian tanamannya daun, bunga, buah, biji, batang, kayu, kulit kayu, akar, rimpang atau bagian tanaman lainnya, yang mungkin seluruhnya dapat terfragmentasi. Sedangkan definisi dari pengobatan herbal adalah penggunaan obat untuk mengurangi, menghilangkan penyakit atau menyembuhkan seseorang dari penyakit dengan menggunakan bagian-bagian dari tanaman seperti biji, bunga, daun, batang dan akar yang kemudian diolah menjadi tanaman obat herbal.

Pada masa pandemi covid-19 seperti saat ini, masyarakat pastinya sangat berusaha untuk menghindari diri dari paparan virus corona tersebut, yaitu

dengan selalu menjaga imun tubuh agar tetap sehat. salah satu alternatifnya yaitu dengan cara mengkonsumsi minuman yang sehat seperti jamu herbal. Dengan bahan yang sangat mudah dicari dan mudah ditanam, Jamu herbal ini sangat banyak juga manfaatnya.

Dengan adanya program kerja Pembuatan Jamu ini, masyarakat desa koto benai sangat berantusias sekali, karena sebelumnya sebagian besar warga sudah lama menanam tanaman herbal tersebut walaupun belum tau fungsi dari setiap tanamannya.

Seperti yang kita ketahui bersama bahwa pola hidup masyarakat di pedesaan khususnya sangat kurang peduli dan remehkan terhadap pandemi virus corona ini. Hal ini berupaya untuk membantu pemerintah dengan menekan kepada masyarakat untuk selalu hidup sehat, makan makanan bergizi dan juga menjaga imunitas tubuh masing-masing.

## METODE PENGABDIAN

Metode penyelesaian pada kegiatan Kuliah Kerja Nyata yang merupakan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di desa koto benai, kecamatan benai, kabupaten kuantan singing. Dalam proses pembuatan jamu herbal ini, adapun langkah-langkah proses pembuatan serta bahan-bahan pembuatan jamu herbal yaitu sebagai berikut:

### **Bahan- bahan jamu herbal**

1. Temulawak
2. Kunyit
3. Jahe merah
4. Kencur
5. Gula merah
6. Gula putih
7. Asam jawa
8. Garam
9. Beras
10. Air panas

### **B. Perlengkapan**

1. Parutan/ Blender
2. Panci
3. Saringan

4. Corong
  6. Botol kemasan kosong
  7. Pisau
  8. Gunting kertas (cap kemasan)
- Secara rinci dapat dijelaskan Langkah Langkah pembuatannya sebagai berikut :

### **C.Langka-langkah pembuatan jamu herbal**

1. Kupas semua bahan hingga bersih (temulawak, jahe, kunyit, kencur)
2. Cuci beras (secukupnya)
3. Parut/blender bahan yang sudah di cuci , sekaligus beras.
- 1.4.Masukkan bahan yang sudah diparut/blender ke dalam panci yang sudah berisi air panas.
4. Tambahkan gula merah, gula putih, asam jawa dan sedikit garam.
5. Aduk terus hingga tercampur rata dan mendidih.
6. Kemudian saring bahan yang didalam panci dan pindahkan ke wadah lain.
7. Terakhir, pindahkan air saringan tadi ke dalam botol-botol jamu yg sudah di sediakan.
8. Jamu herbal siap di minum.

Apabila telah jadi dan siap minum, ada pula masa kadaluarsa pada jamu herbal ini, yaitu jika disimpan di dalam Kulkas maka akan tahan sekitar 2 mingguan, tetapi jika tidak maka hanya bertahan sekitar 4-5 hari- an saja.

### **Tahap persiapan dan pembekalan:**

Hal-hal yang dilakukan pada setiap persiapan ini meliputi :

1. Melakukan Rapat Program kerja bersama seluruh anggota KKN dan Pemerintahan desa.
2. Memilih beberapa orang pemandu untuk pembuatan jamu
3. Menentukan Peserta dari Pembuatan jamu khususnya ibu PKK dan warga desa koto Benai.

4. Menyediakan bahan serta perlengkapan pembuatan jamu herbal.
5. Menentukan lokasi pembuatan jamu herbal tersebut.

### **Tahap pelaksanaan :**

Program pengabdian kepada masyarakat dalam hal Pembuatan Jamu herbal ini melibatkan 3 pihak utama. Dimana diantaranya yakni, seluruh masyarakat desa koto Benai dan tim KKN UMRI.

Lokasi kegiatan pembuatan jamu herbal ini dilaksanakan di halaman Posko Tim KKN.

Berhubung mayoritas warga desa Koto Benai adalah bertani, yang beraktifitas dipagi hari maka dari itu kami mengagendakan kegiatan ini disore hari, tepat nya pada Ba'da Asar.

### **Tahap evaluasi:**

Setelah menerangkan dan menjelaskan cara pembuatan jamu herbal, Tim KKN juga mengajarkan langsung bagaimana cara meracik pembuatan jamu herbal tersebut. Dengan kemasan yang telah disediakan oleh Tim KKN, warga juga langsung mengemas jamu ke dalam kemasan yang sudah disediakan Tim KKN UMRI 2021.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

KKN Kelompok 3 Luar Kota Universitas Muhammadiyah Riau di Desa Koto Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi, dilaksanakan selama kurang lebih satu bulan terhitung dari tanggal 30 Agustus sampai dengan 30 September.

Dalam melaksanakan kegiatan KKN di desa tersebut, kami banyak melakukan berbagai kegiatan, salah satunya yaitu membuat jamu herbal.

Hasil wawancara kami kepada masyarakat setempat yang mengikuti kegiatan pembuatan jamu herbal tersebut adalah sebagai berikut : 99% dari masyarakat menyebutkan bahwa pembuatan jamu herbal oleh KKN Umri untuk masyarakat

sangat bermanfaat sekali, masyarakat semua menyambut positif adanya pembuatan jamu herbal tersebut. Karena dengan langsung mempelajari cara pembuatan jamu herbal tersebut, dan juga langsung bisa mengkonsumsinya.

Menurut masyarakat sekitar hal ini sangat menunjang sekali di masa Pandemi Covid-19 ini. Kami selaku Mahasiswa sangat senang dengan Responden dari masyarakat yang begitu semangat dan berantusias. Bahkan yang sebelumnya masyarakat tidak tau apa saja fungsi dari tiap bahan nya untuk Kesehatan, setelah adanya kegiatan ini mereka jadi paham dan mengerti tiap fungsi dari bahan jamu herbal tersebut. Kami juga menyarankan untuk menanam langsung di tiap-tiap halaman rumah warga setempat.

Hal ini juga termasuk kedalam tujuan akhir KKN kami, yaitu untuk memberikan pemahaman mengenai pentingnya menjaga Kesehatan di dalam situasi pandemi Covid-19 ini. Salah satunya dengan mengkonsumsi jamu herbal guna untuk meningkatkan daya tahan tubuh untuk kehidupan sehari-hari.

#### **Deskripsi hasil yang telah di laksanakan :**

Jamu adalah istilah untuk obat tradisional dari Indonesia, akhir-akhir ini populer dengan istilah herbal. Jamu herbal adalah ramuan yang dibuat dari bahan alami yang berkhasiat berupa tumbuhan seperti temulawak, jahe, kencur, dan kunyit. Mengenai khasiat jamu, khasiat jamu telah teruji oleh waktu, zaman dan sejarah, serta bukti empiris langsung pada manusia selama ratusan tahun. Khasiat dari jamu herbal sendiri salah satunya adalah membantu mempertahankan imunitas, pereda nyeri dan penambah nafsu makan.



Gambar 1. Praktek Pembuatan Jamu



Gambar 2. Produk Jamu Herbal

#### **SIMPULAN**

Program Kerja ini (Pembuatan Jamu Herbal) telah memberikan pengetahuan dan wawasan kepada masyarakat desa koto benai untuk membuat Jamu herbal yang ramah lingkungan yang banyak terdapat di lingkungan sekitarnya.

Program Kerja ini juga merupakan salah satu bentuk upaya yang sangat menunjang peningkatan kemampuan masyarakat desa dalam mengelola tanaman-tanaman herbal yang ada di lingkungan sekitar.

Program Kerja yang dilaksanakan di koto benai dalam memanfaatkan tanaman herbal dilingkungan sekitar seperti kunyit, jahe merah, Temulawak, Kencur, gula merah dan gula putih, garam, beras dan air panas.

Selain itu jamu herbal ini juga terdapat beberapa khasiat yang menyehatkan untuk imun tubuh kita dimasa pandemi saat ini. Salah satu khasiat dari jamu herbal ini adalah Untuk menambah nafsu makan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Kelompok 3 Luar Kota, 2021. Laporan Kuliah Kerja Nyata Desa Koto Benai Kecamatan Benai

- Kabupaten Kuantan Singingi :  
UMRI.
- [2] Peluang usaha kontan.co.id. *Peluang Usaha*  
<https://peluangusaha.kontan.co.id/>.  
Diakses pada 22 Desember 2021.
- [3] Abady Chusnul.Adi  
Tria.2020.Pemberdayaan  
Masyarakat Pembuatan Jamu Pada  
Masa Pandemi Covid19 Di Desa  
Bangah Kabupaten Sidoarjo : Abdi  
Bhayangkara UBHARA Surabaya.