

SOSIALISASI PENGOLAHAN DAN MANFAAT MINUMAN DARI BAHANTOGA YANG PRAKTIS DAN EKONOMIS DI DESA GIRI

Dela Oktiva^{1*}, Nurussa'adaah², Laili Himmatul Azizah³

^{1,2,3}Program Studi Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik

*Email: delaoktiva@gmail.com

ABSTRAK

Kegiatan sosialisasi ini bertujuan untuk memperkenalkan pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA), khususnya jahe dan bunga telang, sebagai bahan minuman herbal yang praktis dan ekonomis bagi masyarakat Desa Giri. Program ini dilakukan oleh mahasiswa KKN Tematik Prodi Farmasi Universitas Muhammadiyah Gresik dengan metode penyuluhan dan pemberian sampel minuman berbahan jahe dan bunga telang yang telah diolah menjadi produk "Ginger Blue". Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi dari masyarakat, terutama anggota PKK, yang tertarik untuk mempraktikkan pengolahan minuman herbal ini. Melalui kegiatan ini, masyarakat Desa Giri diharapkan dapat mengurangi ketergantungan pada obat berbahan kimia dan meningkatkan pengetahuan tentang manfaat TOGA untuk kesehatan.

Kata Kunci: TOGA, Minuman Sehat, Sosialisasi, Pengolahan

ABSTRACT

The use of family medicinal plants (TOGA) as ingredients for healthy drinks is increasingly popular with the public, especially in improving health and preventing disease. However, understanding of practical and economical processing methods and the benefits of drinks made from TOGA is still limited among the people of Giri Village. This outreach activity aims to provide education to the public about ways to process TOGA into a drink that is easy to practice and has high economic value. The method used is a participatory approach through demonstrations of TOGA drink processing and interactive discussions about its benefits for health. The results of the activity show an increase in community knowledge and skills in using TOGA as a healthy drink ingredient. It is hoped that with this activity, the people of Giri Village can utilize TOGA's potential optimally, improve family health, and create new economic opportunities.

Keywords: TOGA, Healthy Drinks, Socialization, Processing

PENDAHULUAN

Pada era sekarang lingkungan yang semakin jauh dari kata sehat dikarenakan tidak adanya kesadaran manusia untuk menjaga alam menyebabkan terjadinya berbagai jenis penyakit yang menyerang kita. Jika penyakit sudah menyerang maka kita akan mencari obat

yang bisa menyembuhkan rasa sakit tersebut. Akan tetapi banyaknya jenis obat yang menggunakan bahan kimia yang sangat besar dan berbahaya menyebabkan orang takut membelinya. Banyak orang yang khawatir jika meminum obat kimia bukannya menyembuhkan penyakit tapi malah membuat kita semakin sakit. Kewaspadaan masyarakat tersebut semakin tinggi dikarenakan bila mengkonsumsi obat yang mengandung bahan kimia maka memberikan pengaruh terhadap tubuh manusia. Faktanya semakin sering kita memakai obat-obatan mengandung bahan kimia, makin resisten (menolak dan kebal) pula tubuh dan penyakit melawan pengobatan yang diberikan. Jika pengobatan yang mengandung bahan kimia ini diteruskan akan mengakibatkan kerusakan yang fatal bahkan dapat menyebabkan kematian. Akan tetapi masih banyak orang yang belum mengetahui hal tersebut. Contohnya seorang yang sudah terbiasa meminum obat flu setiap kali terserang influenza, dosis yang diminum lama-kelamaan semakin meningkat. Ini bukan menandakan virus flunya yang makin kebal, tapi suatu petunjuk bahwa tubuhnya makin resisten. Dengan demikian masyarakat mulai mencari alternatif lain seperti menggunakan obat-obatan dari alam karena sangat alami dan tidak ada efek samping yang sangat besar. Obatnya pun sangat mudah didapat dan tidak perlu mengeluarkan uang untuk mendapatkan obat-obatan tradisional.

Indonesia adalah negara yang kaya akan rempah. Pemanfaatan rempah sudah lama digunakan sebagai ramuan tradisional yang berkhasiat bagi kesehatan. Salah satu tanaman asli Indonesia yang dapat digunakan sebagai rempah yaitu jahe. Jahe dapat ditemukan dalam bentuk rimpang segar maupun hasil olahannya. Rimpang jahe memiliki beberapa kegunaan dalam pengobatan tradisional, antara lain obat sakit kepala, masuk angin, dan menambah nafsu makan (Stimulansia) (Sukmawati & Merina, 2019). Tanaman jahe memiliki kandungan antioksidan dan senyawa aktif yang dapat menyehatkan bagi tubuh. Bagi masyarakat menengah kebawah yang memiliki keterbatasan dalam mensuplai vitamin C untuk meningkatkan imun tubuh, maka pengolahan jahe ini sangat membantu dalam meningkatkan imun tubuh (Permadi, A., Maryudi, M., Suhendra, S., Zufar, A. F., Padya, S. A., Rahmawati, N., & Sembiring, 2022) Selain jahe, tanaman yang dapat dibuat minuman herbal yaitu bunga telang. Bunga telang mudah dijumpai di perkarangan rumah dan sering dianggap tidak memiliki manfaat secara kesehatan. Padahal, bunga telang ini juga memiliki khasiat untuk menjaga daya tahan tubuh. Bunga telang diketahui mengandung senyawa antosianin, flavonoid dan senyawa fenolik yang bersifat antioksidan. Flavonoid juga bersifat anti inflamasi yang sangat baik untuk menjaga imunitas tubuh (Adi Permadi et al., 2022).

Bunga telang juga memiliki khasiat sebagai immunomodulatory, antimikroba, antidiabetik dan antidepresan. Bunga telang memiliki kandungan flavonoid sehingga bersifat sebagai antioksidan dan antihipertensi, serta dapat digunakan sebagai pelindung radiasi. Selain itu, bunga telang juga berperan sebagai antidiabetik. Bunga telang mampu menghambat aktivitas enzim glukoneogenik, glukosa-6-fosfatase, enzim α -amilase pankreas dan α -glukosidase usus besar serta meningkatkan aktivitas enzim

glukokinase yang dapat mengubah glukosa menjadi glukosa 6-fosfat. Bunga telang dapat pula dikonsumsi dengan penambahan jeruk lemon, selain untuk menambah rasa segar lemon juga memiliki kandungan flavonoid sehingga bersifat sebagai antioksidan dan antihipertensi, serta dapat digunakan sebagai pelindung radiasi(Permadi, A., Maryudi, M., Suhendra, S., Zufar, A. F., Padya, S. A., Rahmawati, N., & Sembiring, 2022). Dengan latar belakang tersebut maka kami mahasiswa KKN Tematik Prodi Farmasi mengadakan sosialisasi pemanfaatan tanaman toga jahe dan telang sebagai minuman herbal. Yang dimana kedua bahan toga tersebut yang kurang dimanfaatkan oleh para warga di desa Giri ini. Yang dilaksanakan pada tanggal 4 Oktober 2024 pagi hari pada jam 09.00 WIB.

METODE PELAKSANAAN

A. Persiapan

Metode pelaksanaan dilakukan dengan beberapa tahap yakni kami datang dan mensurvey ada tidaknya tanaman TOGA di Desa Giri setelah itu kami juga membeli beberapa keperluan untuk sosialisasi. Dan kami juga berdiskusi dengan ibu Lurah selaku ketua PKK guna menjelaskan maksud dan tujuan kami.

B. Sosialisasi

Tim KKN dari prodi Farmasi melakukan sosialisasi dengan menjelaskan materi yang sudah disediakan sebelumnya yang kemudian dijelaskan kepada masyarakat desa Giri. Serta kami pun memberikan tester minuman kepada para ibu-ibu PKK yang datang.

C. Pelaksanaan

Mahasiswa KKN Tematik menyiapkan alat pendukung guna melakukan sosialisasi seperti LCD Proyektor, Laptop, Baskom, Gelas dan Produk Ginger Blue (jahe dan bunga telang sudah di olah). Kemudian mahasiswa KKN Tematik memberikan materi sosialisasi dan pelatihan tentang pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan oleh tim KKN Tematik Prodi Farmasi Universitas Muhammadiyah Gresik di Desa Giri berjalan dengan baik. Tim melibatkan masyarakat desa, terutama anggota PKK, dalam memperkenalkan manfaat tanaman obat keluarga (TOGA), khususnya jahe dan bunga telang, sebagai bahan minuman herbal yang praktis dan ekonomis.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Tanaman TOGA

Sosialisasi dilaksanakan dengan metode penyuluhan serta memberikan tester minuman berbahan dasar jahe dan bunga telang, yaitu produk "Ginger Blue". Peserta tampak antusias, dan sebagian besar tertarik untuk mempraktikkan sendiri pengolahan minuman herbal tersebut. Kegiatan ini memperlihatkan pentingnya pemanfaatan tanaman herbal seperti jahe dan bunga telang. Jahe kaya akan antioksidan dan senyawa aktif yang membantu meningkatkan sistem imun tubuh, sedangkan bunga telang memiliki sifat antiinflamasi, antidiabetik, dan antidepresan yang bermanfaat bagi kesehatan. Sosialisasi ini menjadi langkah awal bagi masyarakat Desa Giri untuk mengurangi ketergantungan pada obat berbahan kimia, dengan beralih pada bahan-bahan alami yang lebih aman dan mudah didapat. Program ini juga memberikan solusi ekonomis bagi masyarakat menengah ke bawah untuk menjaga kesehatan, terutama dalam meningkatkan daya tahan tubuh secara alami.



Gambar 2. Dokumentasi Bersama Ibu-Ibu Warga Desa Giri

Kegiatan ini sukses meningkatkan pengetahuan warga mengenai TOGA dan diharapkan mendorong masyarakat untuk memanfaatkan sumber daya alam di sekitar mereka demi kesehatan yang lebih baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari kegiatan ini dapat ditarik kesimpulan bahwa kurangnya kesadaran manusia dalam menjaga lingkungan dapat memicu timbulnya berbagai penyakit, sementara ketergantungan pada obat kimia menimbulkan kekhawatiran akan efek samping dan resistensi tubuh terhadap pengobatan tersebut. Oleh karena itu, masyarakat mulai beralih ke pengobatan tradisional yang lebih aman dan ekonomis, seperti menggunakan jahe dan bunga telang sebagai minuman herbal. Kegiatan sosialisasi oleh mahasiswa KKN Tematik Prodi Farmasi di Desa Giri memperkenalkan manfaat tanaman obat keluarga (TOGA) ini, terutama untuk meningkatkan daya tahan tubuh secara alami. Program ini berhasil memberikan pengetahuan praktis dan mendorong warga untuk memanfaatkan sumber daya alam sekitar demi kesehatan yang lebih baik. Selain itu, Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat akan manfaat herbal bagi kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Permadi, Maryudi, M., Suhendra, S., Zufar, A. F., Padya, S. A., Rahmawati, N., & Sembiring, N. S. (2022). Pembuatan Minuman Herbal/Jamu Untuk Meningkatkan Imunitas Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Raflesia*, 5(2), 909–912. <https://doi.org/10.36085/jpmb.v5i2.3443>
- Permadi, A., Maryudi, M., Suhendra, S., Zufar, A. F., Padya, S. A., Rahmawati, N., & Sembiring, N. S. (2022). Pembuatan Minuman Herbal/Jamu Untuk Meningkatkan Imunitas Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Raflesia*, 5(2), 909-912.
- Sukmawati, W., & Merina, M. (2019). Pelatihan Pembuatan Mipelatihan Pembuatan Minuman Herbal Instan Untuk Meningkatkan Ekonomi Warganuman Herbal Instan Untuk Meningkatkan Ekonomi Warga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(4), 210. <https://doi.org/10.24114/jpkm.v25i4.14874>.