

Pelatihan Online Pembuatan Nyi Jemarut (Kombinasi Kunyit, Jeruk Purut, dan Madu) untuk Meningkatkan Imunitas Keluarga di masa Pandemi Covid-19

Oleh:

Dwi Anggorowati Rahayu, Reni Ambarwati, Isnawati, Rinie Pratiwi Puspitawat4, Nu

Jurusan Biologi, Universitas Negeri Surabaya
dwirahayu@unesa.ac.id

Abstrak

Pada awal 2020, dunia digemparkan dengan mewabahnya penyakit menular jenis baru yang dikenal dengan nama Covid-19. Laju fluktuasi Covid 19 mengalami peningkatan drastis dan hingga saat ini belum ditemukan obat/vaksin untuk menekan infeksi yang ditimbulkannya. Hasil inovasi produk herbal melalui pengolahan kunyit, jeruk purut dan madu yang disingkat dengan nama NyiJemarut. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menambah wawasan tentang imunitas dan Covid-19, keterampilan pembuatan Nyi Jemarut dan pemasarannya. Sasaran kegiatan PKM ini adalah masyarakat, yaitu ibu-ibu PKK dan remaja putri menjadi berdaya dalam memanfaatkan potensi tanaman herbal di lingkungan sekitar berupa kunyit dan jeruk purut dengan meningkatkan keterampilan dalam proses pembuatannya serta peluang Ecopreneurship. Pelaksanaan kegiatan PKM telah dilaksanakan pada 2 Agustus 2020 secara online melalui WhatsApp group. Kegiatan PKM ini telah terlaksana dengan baik melalui pengukuran indikator keberhasilan program: (1) kegiatan PKM terlaksana dengan baik; (2) peserta memberikan respons positif terhadap pelaksanaan pelatihan; (3) peserta memiliki keterampilan pembuatan NyiJemarut. Hasil pelaksanaan PKM terlihat antusiasme yang sangat tinggi dari peserta. PKM membuka peluang usaha pembuatan dan pemasaran produk inovasi ramuan herbal yang dijalankan.

Kata Kunci: *nyijemarut, pelatihan online, respon, imunitas, ibu rumah tangga*

Abstract

Currently we are battling with the outbreak of a new type of infectious disease known as coronavirus disease 2019 (COVID-19). This virus causes severe acute respiratory coronavirus 2 syndrome (SARS-CoV-2). The spread of SARS-CoV-2 from human to human becomes the main transmission source; hence the rate of transmission becomes uncontrolled. One effort to prevent the infection of Covid-19 is to increase and maintain the body immunity. This community service aims to add insight into immunity and Covid-19, the skills of making Nyi Jemarut, and its marketing. The target of this PKM activity in the community, namely housewives to be empowered in utilizing the potential of herbal plants in the surrounding environment in the form of turmeric and kaffir lime by improving skills in the manufacturing process as well as opportunities for Ecopreneurship. The implementation of PKM activities was carried out on 2 August 2020 online via the WhatsApp group. PKM activities have been carried out well through the measurement of program success indicators: (1) PKM activities are well implemented; (2) participants responded positively to the implementation of the training; (3) participants have the skills to make NyiJemarut. The results of the PKM implementation showed very high enthusiasm from the participants. PKM opens business opportunities for the manufacture and ecopreneur of innovative herbal products.

Keywords: *nyijemarut, online training, response, immunity, housewives*

PENDAHULUAN

Pada awal 2020, dunia digemparkan dengan mewabahnya penyakit menular jenis baru yang berasal dari Wuhan, Provinsi Hubei, China. Penyakit menular ini disebabkan oleh jenis virus baru yang telah terdeteksi dari golongan Famili Coronaviridae yang diperkirakan berasal dari kelelawar dan trenggiling. World Health Organization telah memberi nama jenis virus menular tersebut dengan nama coronavirus disease 2019 (COVID-19). Virus tersebut selanjutnya diberi nama sesuai dengan penyakit yang disebabkan, yaitu severe acute respiratory

syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) (WHOa, 2020).

Sejak pelaporannya pertama kali, penyebaran virus Covid-19 semakin meluas secara global hampir di 216 Negara telah mendeklarasikan kasus infeksi virus tersebut. Berdasarkan data WHO (2020b) infeksi Covid-19 per tanggal 24 Mei 2020 telah menginfeksi sejumlah 5.206.614 jiwa dengan jumlah meninggal sebesar 337.736 jiwa. Penyebaran SARS-CoV-2 dari manusia ke manusia menjadi sumber transmisi utama sehingga laju penularan menjadi tidak terkontrol. Laju fluktuasi Covid 19 mengalami peningkatan, begitu juga yang telah terjadi di Indonesia.

Berdasarkan Gugus Percepatan penanganan Covid-19 (2020) pada situs <https://covid19.go.id/>, jumlah kasus infeksi virus Covid-19 meningkat, sejumlah 22.271 jiwa positif terinfeksi, dengan kasus meninggal sebesar 1.372 jiwa dengan jumlah 5.402 dinyatakan sembuh.

Sampai saat ini belum ada vaksin/obat yang ditemukan untuk menyembuhkan pasien terinfeksi Covid-19. Pencegahan spesifik terhadap Covid-19 mutlak dilakukan sesuai Protokol Kesehatan WHO. Salah satu upaya menekan laju fluktuasi infeksi Covid 19 yaitu meningkatkan dan mempertahankan imunitas tubuh. Upaya menjaga imunitas tubuh dapat membantu pencegahan kejadian infeksi virus. Imunitas tubuh harus dijaga dengan baik agar tidak mudah terserang infeksi Covid-19. Sistem imun yang baik dapat melindungi diri sejak pertama kali virus penyebab penyakit masuk ke dalam tubuh.

Upaya untuk menjaga imunitas tubuh bisa dilakukan melalui asupan nutrisi yang baik dan pemanfaatan melimpahnya ramuan herbal dari tanaman lokal Indonesia. Pengetahuan masyarakat terkait upaya kesehatan tradisional dilakukan melalui jamu/herbal/obat tradisional yang diwariskan/diturunkan dari generasi ke generasi, melalui tradisi lisan dan tulisan. Upaya pemeliharaan kesehatan maupun menjaga imunitas tubuh dengan mengkonsumsi jamu/ minuman herbal sebaiknya dilakukan secara konsisten setiap hari untuk mendapatkan hasil yang optimal.

Sasaran pengabdian yaitu ibu-ibu PKK dan remaja putri yang terjaring secara online melalui google form yang sudah disiapkan. Berdasarkan data yang telah didapatkan, sejumlah 54,8% masyarakat telah memanfaatkan tanaman herbal untuk menjaga imunitas tubuh. Beberapa tanaman herbal yang digunakan oleh masyarakat yaitu kunyit, jahe, lengkuas, serai, jeruk nipis, jeruk purut, jeruk lemon, kapulaga, secang, cengkeh dan temu ireng. Masyarakat mengolah tanaman herbal tersebut dengan cara langsung direbus; diperas; diiris tipis-tipis kemudian diseduh; digeprek dan diseduh dengan air hangat. Namun, belum ada pengolahan khusus terkait ramuan herbal yang dikonsumsi. Selain itu, kesulitan yang dihadapi masyarakat dalam penyediaan ramuan herbal adalah waktu pembuatan yang relatif lama dan daya simpan ramuan yang relatif singkat sehingga harus membuat setiap hari.

Pemilihan tanaman herbal kombinasi kunyit dan jeruk purut didasarkan atas kandungan keduanya bagi kesehatan dan

imunitas dimasa pandemi Covid-19. Kunyit dengan nama ilmiah *Curcuma longa* L. mengandung senyawa yang berkhasiat sebagai obat, yaitu kurkuminoid yang terdiri dari (kurkumin atau 1,7-bis(4-hidroksi-3metoksifenil) (Hayakawa dkk., 2011; Shan & Iskandar, 2018; Maheswari et al., 2006; Chandrasekaran et al., 2013). Jeruk jeruk purut mengandung senyawa bioaktif seperti flavonoid, steroid, kumarin, fenolik, tanin, saponin, terpen, minyak atsiri, senyawa golongan flavonoid dan steroid, serta senyawa kumarin (Copriady dkk., 2005; Rahmi dkk., 2013).

Inovasi produk minuman herbal Nyi Jemarut disajikan dalam bentuk serbuk dan sirup siap saji. Dengan mengkonsumsi minuman herbal serbuk dan sirup siap saji, akan mempermudah dalam mengkonsumsi dan bisa dibawa kemana saja. Minuman herbal serbuk siap saji merupakan produk bahan minuman berbentuk serbuk atau granula, sedangkan sirup berbentuk cair yang dibuat dari kunyit, jeruk purut dan madu yang dicampur menjadi satu. Dengan demikian, masyarakat, yaitu ibu-ibu rumah tangga (anggota PKK) dan remaja putri dapat membuat Nyi Jemarut untuk dikonsumsi sekaligus dipasarkan untuk membantu perekonomian dimasa pandemic Covid 19 ini.

Solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi masyarakat di masa Pandemi Covid-19 adalah memberikan pelatihan secara daring untuk menambah wawasan tentang imunitas dan Covid-19, keterampilan pembuatan Nyi Jemarut secara instan dan sirup herbal dan pemasarannya. Target kegiatan PKM ini adalah masyarakat, yaitu ibu-ibu PKK dan remaja putri menjadi berdaya dalam memanfaatkan potensi tanaman herbal di lingkungan sekitar berupa kunyit dan jeruk purut dengan meningkatkan keterampilan dalam proses pembuatannya serta peluang *Ecopreneurship*.

METODE

Khalayak sasaran PKM

Khalayak sasaran dalam PKM ini yaitu ibu-ibu PKK dan remaja putri yang telah terjaring secara online melalui google form selanjutnya komunikasi akan dilakukan melalui wag.

Waktu dan Lokasi Kegiatan

Pertemuan daring diselenggarakan melalui WAG dalam satu hari dilanjutkan dengan kegiatan pendampingan. Waktu

pelaksanaan pelatihan online yaitu tanggal 2 Agustus 2020 dan kegiatan pendampingan dilaksanakan mulai tanggal 3 Agustus 2020-30 Agustus 2020. Tim PKM dan peserta berinteraksi melalui aplikasi WAG untuk presentasi dan diskusi pada tahap pertama pertemuan daring.

Metode dan Pendekatan

Metode yang digunakan dalam pelatihan online ini yaitu deskriptif. Sebelum melaksanakan kegiatan, penjarangan peserta pelatihan online melalui leaflet

pendaftaran (Gambar 3.1) yang telah dibuat dan akan disebar serta pengisian kuisioner secara online yang telah dilakukan saat penjarangan pengetahuan awal masyarakat. Selanjutnya tahap sosialisasi dan koordinasi peserta pelatihan akan ditambahkan secara online melalui WhatsApp Group (WAG).

Tahap pertama tim PKM menyampaikan materi untuk mengenalkan, proses pembuatan dan peluang wirausaha produk inovasi Nyi Jemarut lebih efektif. Materi yang akan disampaikan sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Materi dan Strategi Penyampaian

No	Materi	Strategi
1	Mengenal SARS-Cov-2	Presentasi, Diskusi
2.	Sistem Imun Tubuh	Presentasi, Diskusi
3.	Tanaman Indonesia Berkhasiat Obat, termasuk membahas kandungan bahan NyiJemarut	Presentasi, Diskusi
4.	Pembuatan Nyi Jemarut	Presentasi, Diskusi
5.	Peluang usaha Nyi Jemarut	Presentasi, Diskusi

Tabel 2. Karakteristik Sosio Demografi Peserta

Kategori	Jumlah (n)	Presentase (%)
Usia		
22-35 tahun	59	59,60
36-50 years old	39	39,39
More than 51 years old	10	10,10
Pekerjaan		
Ibu Rumah tangga	20	20,20
Wirausahawan	25	25,25
Tidak Bekerja	14	14,14
Guru	40	40,40
Provinsi		
Jawa Timur	79	79,80
Yogyakarta	7	7,07
Banten	5	5,05
Kalimantan Utara	5	5,05
Kalimantan Timur	3	3,03

Setelah mengikuti pelatihan online melalui WAG, peserta diberi peluang mencoba dan mempraktekkan keterampilan proses dan hasil pembuatan Nyi Jemarut secara mandiri. Hasilnya bisa dilaporkan pada WAG yang telah dibuat melalui dokumentasi dan foto produk yang telah dihasilkan. Jika peserta online mendapat kendala dalam pengerjaan

tugas secara mandiri, peserta dapat berdiskusi di WAG yang disediakan.

Rancangan Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengukur keberhasilan program berdasarkan keterlaksanaan program, respons peserta,

serta kemampuan peserta dalam membuat inovasi produk minuman herbal Nyi Jemarut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keterlaksanaan kegiatan pengabdian

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema Pelatihan Online Pembuatan NyiJemarut (Kombinasi Kunyit, Jeruk Purut, dan Madu) untuk meningkatkan imunitas di masa Pandemi Covid-19 telah terlaksana dengan baik terlihat dari jumlah pendaftar pelatihan online melalui google form sebanyak 99 peserta yang terdistribusi dari 5 Provinsi yaitu Jawa timur; Yogyakarta; Banten; Kalimantan Utara dan Kalimantan Timur hadir secara keseluruhan melalui Whatshap Group. Karakteristik sosio demografi peserta tersaji pada Tabel 2.

Instrumen kegiatan pelatihan berupa kumpulan materi berupa booklet elektronik *Pembuatan Minuman Herbal NyiJemarut*, soal pre dan post test melalui google form, angket respon dan evaluasi peserta, dan instrumen penilaian tugas peserta. Instrumen kegiatan tersebut sesuai dengan tujuan dari kegiatan PKM ini sehingga saat pelaksanaan PKM tujuan yang diharapkan dapat terlaksana dan data terekam dengan baik untuk diolah sebagai data laporan akhir PKM.

Kegiatan diawali dengan penyampaian materi secara berurutan terkait Mengenal SARS-Cov-2; Sistem Imun Tubuh; Tanaman Indonesia Berkhasiat Obat, termasuk membahas kandungan bahan NyiJemarut; Pembuatan Nyi Jemarut dan Peluang usaha Nyi Jemarut. Sebelum penyampaian materi, peserta diberikan penyajian video pembukaan terkait perkembangan sar cov 2 di Indonesia melalui link: <https://bit.ly/VideoPembukaanPelatihan>.

Melalui video tersebut diharapkan peserta terbuka dan terinsiasi untuk lebih semangat mengikuti kegiatan pelatihan yang diikuti. Setelah penyampaian materi, diskusi peserta dengan pemateri terlaksana dengan baik, banyak pertanyaan umpan balik dari peserta kepada pemateri (Gambar 1. Bukti Logbook Kegiatan 11). Tindaklanjut kegiatan ini, peserta bisa membuat inovasi pembuatan minuman herbal alami dan usaha memasarkannya melalui media sosial.

Respons peserta pelatihan online pembuatan Nyi Jemarut

Saat kegiatan pelatihan online, peserta juga mengisi angket melalui google form diakhir kegiatan pada link: <http://bit.ly/PresensidanEvaluasiAkhir>.

Penjaringan respon peserta tentang pelaksanaan PKM terbagi atas Reaksi peserta terhadap program Pelatihan online yang dikembangkan; reaksi peserta terhadap materi pelatihan online; reaksi peserta terhadap narasumber pelatihan online; reaksi peserta terhadap penyelenggara pelatihan online; penggalan wawasan peserta setelah mengikuti pelatihan online; dan reaksi peserta terhadap tindak lanjut setelah mengikuti pelatihan online. Berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa lebih dari 75% peserta memberikan respon positif terhadap kegiatan yang dilakukan. masukan yang diberikan peserta adalah kegiatan seperti ini sebaiknya sering dilakukan dan perlu adanya tambahan waktu pemberian materi dan platform yang digunakan bisa menggunakan teleconference.

Berdasarkan angket respon yang telah diisi oleh responden terlihat bahwa peserta memberikan respon positif terhadap kegiatan yang telah diikuti. Komentar positif juga telah diberikan oleh peserta (Tabel 3). Berdasarkan empat indikator terlihat bahwa rata-rata reaksi peserta terhadap program Pelatihan online yang dikembangkan 89,91%; Reaksi peserta terhadap materi Pelatihan online sejumlah 89,89%; reaksi peserta terhadap narasumber Pelatihan Online sejumlah 91,17% dan reaksi peserta terhadap penyelenggara Pelatihan online sejumlah 91,38%

Keterampilan peserta pelatihan dalam membuat ramuan herbal Nyi Jemarut

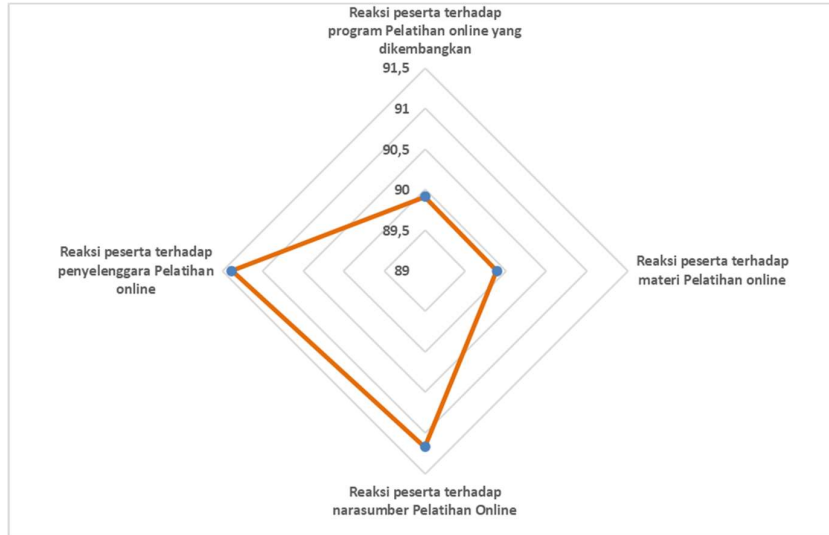
Setelah mengikuti pelatihan online melalui WAG, sejumlah 7 peserta telah mencoba dan mempraktekkan keterampilan proses dan hasil pembuatan Nyi Jemarut secara mandiri. Hasilnya dilaporkan pada WAG melalui dokumentasi dan foto produk yang telah dihasilkan. Ketujuh produk yang dihasilkan sangat menarik dan masuk pada katagori bagus dan menjadikan prospek berwirausaha (Tabel 4). Setelah melakukan evaluasi pada tanggal 30 Agustus 2020 diumumkan pemenang utama berdasarkan kreativitas dan produk yang dihasilkan dari dokumen yang diberikan dan form penilaian evaluasi keterampilan inovasi (Tabel 4 dan Gambar 8).

Tabel 3. Hasil respon peserta pelatihan

No	Komponen	Presentase
Reaksi peserta terhadap program Pelatihan online yang dikembangkan		
1	Apakah materi pelatihan ini bagi ibu-ibu dan mbak-mbak semua merupakan pelatihan baru	87,29
2	Durasi pelatihan online sudah cukup untuk materi yang dibahas	86,66
3	Tema/ Materi pelatihan online ini sesuai dengan kondisi pandemik Covid 19	93,54
4	Pelatihan Online ini mampu meningkatkan keterampilan peserta dalam pembuatan ramuan herbal bagi keluarga	92,5
5	Apakah sarana yang dikembangkan dalam pelatihan ini telah memadai? (booklet, video interaktif, gambar, dan e-sertifikat dan media komunikasi (WhatshApp Group)	89,58
Reaksi peserta terhadap materi Pelatihan online		
6	Materi Pelatihan online dikemas dengan pembelajaran yang menarik	88,75
7	Materi Pelatihan online memberikan pembelajaran atau pengetahuan baru	91,04
Reaksi peserta terhadap narasumber Pelatihan Online		
8	Narasumber Pelatihan online menguasai materi yang disampaikan	91,87
9	Narasumber menyampaikan materi secara efektif dan interaktif sehingga saya dapat memahami materi pelatihan online dengan jelas	90,62
10	Narasumber memberikan umpan balik yang baik saat diskusi	90,62
11	Narasumber memberikan pendampingan dengan cukup baik	91,66
Reaksi peserta terhadap penyelenggara Pelatihan online		
12	Informasi Pelatihan online tersedia secara lengkap	91,46
13	Panitia mudah dihubungi dan bersikap kooperatif	91,25
14	Panitia tanggap terhadap pertanyaan atau keluhan	91,46

Tabel 4. BeberapaKomentar dan saran para peserta pelatihan

No	Peserta	Komentar dan saran
1	Peserta 1	Semoga dapat diadakan lagi seminar online seperti ini dengan menggunakan aplikasi teleconference
2	Peserta 2	Seminar dilakukan dengan menarik sehingga materi yang disampaikan juga tersampaikan dengan baik sehingga menambah pengetahuan khusus tentang pembuatan NyiJemarut
3	Peserta 3	Pelatihan NyiJemarut sangat bermanfaat bagi saya karena saya jadi tahu caranya membuat
4	Peserta 4	Menarik dan memotivasi untuk membuat minuman nyijemarut, sangat menginspirasi sekali.
5	Peserta 5	Sangat mudah untuk diaplikasikan di rumah, dengan bahan sederhana dan mudah didapatkan menjadi sehat itu mudah dilakukan



Gambar 1. Presentase respon peserta setelah mengikuti pelatihan online pembuatan ramuan herbal NyiJemarut



Gambar 2. Produk inovasi yang dihasilkan peserta pelatihan



Gambar 3. Produk inovasi yang dihasilkan peserta pelatihan

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema Pelatihan Online Pembuatan NyiJemarut (Kombinasi Kunyit, Jeruk Purut, dan Madu) untuk meningkatkan imunitas di masa Pandemi Covid-19 telah terlaksana dengan baik. Lebih dari 75% peserta memberikan respon positif terhadap kegiatan yang dilakukan. Ketujuh produk yang dihasilkan sangat menarik dan masuk pada katagori bagus dan menjadikan prospek berwirausaha

SARAN

Saran dari kegiatan ini adalah keberlanjutan kegiatan ecopreneurship pembuatan ramuan herbal di tengah pandemic Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Chandrasekaran, C.V., Sundarajan, K., Edwin, J.R., Gururaja, G.M., Mundkinajeddu, D., & Agrawal, A. 2013. Immune-stimulatory and anti-inflammatory activities of *Curcuma longa* extract and its polysaccharide fraction. *Pharmacognosy Res*, 5(2): 71–79. doi: 10.4103/0974-8490.110527
- Copriady, J., Elva Y., dan Hidayati. 2005. Isolasi dan Karakterisasi Senyawa Kumarin dari Kulit Buah Jeruk Purut (*Citrus hystrix* Dc). *Jurnal Biogenesis*. 2(1): 13-15.
- Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19, 2020. *Peta Sebaran*. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>. Diakses 24 Mei 2020.
- Hayakawa, H., Minanyia, Y., Ito, K., Yamamoto, Y., & Fukuda, T. 2011. Difference of curcumin content in *Curcuma longa* L., (Zingiberaceae) caused by Hybridization with other *Curcuma* species. *American Journal of Plant Sciences*, 2 (2):111–119.
- Maheshwari, R. K., Singh, A.K., Gaddipati, J & Srimal, R.C. 2006. Multiple biological activities of curcumin: a short review. *Life Sciences*, 78 (18); 2081–2087.
- Rahmi, U., Manjang, Y & Santoni, A. 2013. Profil Fitokimia Metabolit Sekunder dan Uji Aktivitas Antioksidan Tumbuhan Jeruk Purut (*Citrus Histrix* Dc) dan Jeruk Bali (*Citrus Maxima* (Burm.F.) Merr). *Jurnal Kimia Unand*. 2 (2).
- Shan, C.Y & Iskandar, Y. 2008. Studi Kandungan Kimia dan Aktivitas Farmakologi Tanaman Kunyit (*Curcuma longa* L.). *Farmaka*, 16 (2): 547-555.
- WHO, 2020a. *Naming the coronavirus disease (COVID-19) and the virus that causes it*. [https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirus-disease-\(covid-2019\)-and-the-virus-that-causes-it](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirus-disease-(covid-2019)-and-the-virus-that-causes-it). Diakses 24 Mei 2020.
- WHO, 2020b. *Coronavirus disease (COVID-19) Situation report 119*. https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200518-covid-19-sitrep-119.pdf?sfvrsn=4bd9de25_4. Diakses tanggal 24 Mei 2020.