JUKESHUM
Jurnal Pengabdian Masyarakat
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php/jukeshum/index

E-ISSN : 2774-4698
Vol. 6 No. 2: Edisi Juli 2026
Hal. 469-474

TRAINING ON HERBAL TEA BAG PRODUCTION TO SUPPORT JOINT HEALTH IN PEKUBUAN VILLAGE

PELATIHAN PEMBUATAN TEH CELUP HERBAL PENDUKUNG KESEHATAN SENDI DI DESA PEKUBUAN

Gabena Indrayani Dalimunthe[1*], Zulmai Rani[2], Sri Wahyuni[3]
[1,2,3] Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah, Medan, Indonesia
Email author : gabena_id@umnaw.ac.id*
*Corresponding Author

Submitted: 14/7/2026	**Reviewed:** 16/7/2026	**Accepted:** 30/7/2026

ABSTRACT

Joint pain is commonly reported among adults and older people, while the use of family medicinal plants in Pekubuan Village remains largely limited to simple decoctions that are less practical and have a short shelf life. This community service activity aimed to improve community knowledge and skills in processing lemongrass, turmeric, and ginger into herbal tea bags as a beverage supporting joint health and as a value-added local product. The activity involved 25 participants from the Family Welfare Movement and productive-age community members through health education, product demonstrations, hands-on practice, and pre-test and post-test evaluations. The mean knowledge score increased from 58.4 to 85.7, representing a gain of 27.3 points. Direct observation during practice also indicated that participants were able to follow the stages of sorting, washing, slicing, drying, grinding, blending, and packaging while applying basic hygiene and sanitation principles. The resulting product consisted of yellowish-brown dried herbal material with a distinctive spice aroma, relatively homogeneous texture, and ready-to-brew tea bag packaging. The training strengthened health literacy, local-material processing skills, and the potential for household-scale enterprise development. The activity did not assess the product's clinical effectiveness for joint pain; therefore, it is positioned as a supportive herbal beverage rather than a medicine or a substitute for medical treatment.

Keywords: *community training; herbal tea bags; family medicinal plants; joint health; empowerment*.

ABSTRAK

Keluhan nyeri sendi cukup sering dijumpai pada masyarakat dewasa dan lanjut usia, sementara pemanfaatan tanaman obat keluarga di Desa Pekubuan masih didominasi bentuk rebusan sederhana yang kurang praktis dan berdaya simpan pendek. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengolah sereh, kunyit, dan jahe menjadi teh celup herbal sebagai minuman pendukung kesehatan sendi dan produk bernilai tambah. Kegiatan melibatkan 25 peserta dari unsur ibu-ibu PKK dan masyarakat usia produktif melalui penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, serta evaluasi pre-test dan post-test. Hasil evaluasi menunjukkan skor rata-rata pengetahuan meningkat dari 58,4 menjadi 85,7 atau bertambah 27,3 poin. Observasi selama praktik juga menunjukkan bahwa peserta dapat mengikuti tahapan sortasi, pencucian, perajangan, pengeringan, penghalusan, pencampuran, dan pengemasan dengan memperhatikan higiene dan sanitasi dasar. Produk yang dihasilkan berupa simplisia kering berwarna cokelat kekuningan, beraroma khas rempah, bertekstur relatif homogen, dan dikemas dalam kantong celup siap seduh. Pelatihan ini memperkuat literasi kesehatan, keterampilan pengolahan bahan lokal, dan peluang pengembangan usaha rumah tangga. Kegiatan belum menguji efektivitas klinis produk terhadap nyeri sendi; karena itu, produk diposisikan sebagai minuman herbal pendukung, bukan obat atau pengganti terapi medis.

Kata Kunci: pelatihan masyarakat; teh celup herbal; tanaman obat keluarga; kesehatan sendi; pemberdayaan.

DOI: 10.51771/jukeshum.v6i2.2360

PENDAHULUAN

Nyeri sendi merupakan keluhan yang dapat menghambat mobilitas, aktivitas sehari-hari, dan kualitas hidup, terutama pada kelompok dewasa dan lanjut usia. Penanganan keluhan tersebut memerlukan informasi kesehatan yang tepat agar masyarakat tidak hanya bergantung pada penggunaan obat secara mandiri tanpa pemahaman mengenai indikasi, dosis, kontraindikasi, dan potensi efek samping. Dalam konteks pengabdian masyarakat, edukasi mengenai pemanfaatan bahan herbal perlu ditempatkan sebagai upaya promotif dan komplementer, bukan sebagai pengganti pemeriksaan atau terapi medis (Sari & Masruroh, 2021; Waryantini & Wiranti, 2018).

Hasil observasi dan wawancara awal di Desa Pekubuan, Kabupaten Langkat, menunjukkan bahwa keluhan nyeri sendi cukup sering disampaikan masyarakat. Sereh, kunyit, dan jahe relatif mudah dijumpai di lingkungan setempat, tetapi pemanfaatannya masih terbatas dalam bentuk rebusan sederhana. Cara tersebut dinilai kurang praktis, memiliki konsistensi takaran yang rendah, dan tidak memberikan nilai tambah produk. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara ketersediaan bahan lokal dan kemampuan masyarakat untuk mengolahnya menjadi sediaan yang lebih praktis, higienis, dan berpotensi dikembangkan secara ekonomi.

Secara ilmiah, jahe mengandung komponen bioaktif seperti gingerol dan shogaol, sedangkan kunyit mengandung kurkuminoid yang banyak dikaji berkaitan dengan aktivitas antiinflamasi. Meta-analisis pada osteoartritis menunjukkan bahwa sediaan jahe dan kurkumin berpotensi membantu mengurangi gejala pada sebagian kondisi, tetapi kualitas bukti, jenis sediaan, dosis, serta karakteristik subjek penelitian berbeda-beda sehingga hasilnya tidak dapat langsung disamakan dengan teh celup yang dihasilkan dalam kegiatan ini (Bartels et al., 2015; Zeng et al., 2022). Sereh juga dilaporkan memiliki kandungan sitral, flavonoid, dan senyawa fenolik dengan aktivitas biologis, termasuk aktivitas antiinflamasi pada studi praklinis (Ekpenyong, Akpan, & Nyoh, 2015). Landasan tersebut mendukung penggunaan istilah minuman herbal pendukung kesehatan, tetapi tidak cukup untuk menyatakan produk sebagai obat nyeri sendi.

Pengolahan tanaman herbal menjadi teh celup dapat meningkatkan kepraktisan penyajian, konsistensi takaran, daya tarik kemasan, dan peluang pemasaran. Program pengabdian terdahulu menunjukkan bahwa pengolahan jahe atau kunyit menjadi minuman herbal dapat digunakan sebagai sarana peningkatan keterampilan dan pemberdayaan potensi lokal (Anitasari et al., 2025; Pranowo et al., 2025). Namun, kegiatan yang mengintegrasikan tiga bahan lokal, edukasi kesehatan sendi, higiene produksi, praktik pengemasan, dan evaluasi pengetahuan dalam satu rangkaian masih terbatas pada konteks Desa Pekubuan.

Keberadaan tanaman obat keluarga (TOGA) di pekarangan juga penting untuk mendekatkan sumber bahan kepada rumah tangga dan mendukung ketersediaan bahan baku apabila produk dikembangkan secara berkelanjutan. Budidaya terencana diperlukan agar pemanfaatan tanaman obat tidak hanya bergantung pada pengambilan bahan yang tidak terkontrol dan agar mutu bahan dapat dijaga secara lebih konsisten (Chen et al., 2016). Oleh karena itu, kebaruan kegiatan ini terletak pada penggabungan literasi kesehatan, keterampilan produksi teh celup tiga bahan, dan orientasi keberlanjutan bahan baku lokal. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Desa Pekubuan dalam membuat teh celup sereh-kunyit-jahe sebagai minuman herbal pendukung kesehatan sendi serta mengidentifikasi potensinya sebagai produk rumah tangga bernilai tambah.

METODE

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Desa Pekubuan, Kabupaten Langkat, pada 29 Januari 2026. Sasaran kegiatan adalah 25 peserta yang terdiri atas ibu-ibu PKK dan masyarakat usia produktif. Pelaksanaan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif yang memadukan penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung. Tahap persiapan mencakup koordinasi dengan pemerintah desa dan kader kesehatan, penyusunan materi, serta penyediaan sereh, kunyit, jahe, oven pengering, blender, ayakan, timbangan, dan kantong teh.

Materi penyuluhan meliputi pengenalan keluhan nyeri sendi, penggunaan herbal secara bijak, manfaat potensial sereh, kunyit, dan jahe, serta prinsip higiene dan sanitasi pengolahan. Pada tahap demonstrasi dan praktik, bahan disortasi dan dicuci, dirajang tipis, kemudian dikeringkan pada suhu sekitar 50°C selama 6-8 jam. Bahan kering dihaluskan dan diayak, lalu dicampur dengan perbandingan sereh:kunyit:jahe sebesar 2:1:1. Campuran dikemas sebanyak 2 gram ke dalam setiap kantong celup.

Evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan pre-test sebelum penyuluhan dan post-test setelah seluruh kegiatan. Skor dianalisis secara deskriptif melalui perbandingan nilai rata-rata dan selisih skor. Evaluasi keterampilan dilakukan melalui observasi langsung terhadap kemampuan peserta mengikuti tahapan produksi, menjaga kebersihan proses, dan mengemas produk. Karakteristik awal produk dicatat secara organoleptik meliputi warna, aroma, tekstur, warna seduhan, dan bentuk kemasan. Evaluasi ini tidak mencakup uji kadar air, cemaran mikroba, kandungan senyawa aktif, stabilitas, umur simpan, uji penerimaan konsumen, maupun pengukuran perubahan intensitas nyeri sendi.

HASILDAN PEMBAHASAN

Peningkatan Pengetahuan Peserta

Kegiatan diikuti dengan keterlibatan aktif peserta selama penyuluhan dan praktik. Nilai rata-rata pre-test sebesar 58,4 meningkat menjadi 85,7 pada post-test. Selisih sebesar 27,3 poin menunjukkan peningkatan relatif sekitar 46,7% dibandingkan skor awal. Karena kegiatan tidak menggunakan kelompok pembanding dan tidak melakukan uji statistik inferensial, perubahan tersebut ditafsirkan sebagai peningkatan deskriptif pada peserta yang mengikuti program, bukan sebagai bukti kausal yang dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas.

Tabel 1. Perubahan Skor Pengetahuan Peserta (n = 25)

Indikator	Pre-test	Post-test	Perubahan
Skor rata-rata	58,4	85,7	+27,3 poin
Perubahan relatif	-	-	46,7% dari skor awal

Peningkatan pengetahuan kemungkinan didukung oleh kombinasi penjelasan verbal, demonstrasi tahapan produksi, kesempatan mempraktikkan prosedur secara langsung, dan umpan balik pada saat peserta mengalami kesulitan. Bahan yang digunakan juga telah dikenal oleh masyarakat sehingga informasi baru dapat dihubungkan dengan pengalaman sehari-hari. Temuan tersebut sejalan dengan bukti bahwa strategi pembelajaran aktif dan kegiatan pelatihan yang menggabungkan pengetahuan dengan praktik dapat memperkuat hasil belajar dan keterampilan dibandingkan penyampaian informasi secara pasif (Hill et al., 2024). Namun, retensi pengetahuan setelah kegiatan belum diukur sehingga diperlukan evaluasi lanjutan.

Keterampilan Produksi dan Karakteristik Awal Produk

Observasi selama praktik menunjukkan bahwa peserta mampu mengikuti rangkaian produksi mulai dari pencucian hingga pengemasan. Produk akhir memiliki warna cokelat kekuningan, aroma khas rempah, tekstur serbuk kasar yang relatif homogen, dan seduhan berwarna kuning kecokelatan. Pemeriksaan karakteristik organoleptik penting sebagai pengamatan awal untuk menilai konsistensi penampilan, aroma, dan tekstur antarbahan atau antarbatch. Pedoman pengendalian mutu bahan herbal juga menempatkan warna, tekstur, dan aroma sebagai parameter pemeriksaan awal, meskipun parameter tersebut tidak dapat menggantikan pengujian laboratorium terhadap kadar air, identitas bahan, kontaminan, dan stabilitas produk (World Health Organization, 2011).

Tabel 2. Karakteristik Awal Teh Celup Herbal

Parameter	Hasil Pengamatan	Makna Evaluasi Awal
Warna bahan kering	Cokelat kekuningan	Mencatat konsistensi visual bahan dan proses pengeringan.
Aroma	Khas jahe dan sereh	Mengamati keberadaan aroma khas bahan secara awal.
Tekstur	Serbuk kasar relatif homogen	Menilai keseragaman hasil penghalusan dan pencampuran.
Warna seduhan	Kuning kecokelatan	Mencatat karakter visual setelah penyeduhan.
Kemasan	Kantong celup @2 gram	Mendukung konsistensi takaran dan kepraktisan penyajian.

Pengeringan pada suhu terkendali digunakan untuk mengurangi kelembapan bahan dan memudahkan penghalusan. Meskipun produk tampak kering secara visual, kegiatan ini belum mengukur kadar air sehingga keamanan penyimpanan dan umur simpan belum dapat ditetapkan. Apabila produk akan diproduksi dan dipasarkan secara rutin, diperlukan standardisasi bahan baku, pengujian kadar air dan mikrobiologi, penetapan masa simpan, desain label yang tidak menyesatkan, serta pemenuhan persyaratan perizinan yang berlaku. Dengan demikian, hasil kegiatan saat ini lebih tepat dipandang sebagai prototipe pelatihan dan bukan produk obat yang telah terbukti berkhasiat klinis.

TOGA dan Keberlanjutan Program

Dari sisi pemberdayaan, pengolahan bahan yang tersedia di sekitar masyarakat memberikan peluang untuk menghubungkan program kesehatan dengan penguatan ekonomi rumah tangga. TOGA dapat berfungsi sebagai sumber bahan yang mudah diakses, media edukasi keluarga, dan basis pasokan bahan baku apabila dikelola melalui budidaya, pencatatan panen, serta pemilihan bahan yang konsisten. Pengembangan bahan obat secara budidaya juga merupakan salah satu pendekatan penting untuk menjamin keberlanjutan sumber daya dan mengurangi tekanan terhadap bahan yang diperoleh secara tidak terencana (Chen et al., 2016). Oleh karena itu, tindak lanjut program perlu memasukkan penataan kebun TOGA, pembagian peran kelompok produksi, standardisasi proses, pengembangan kemasan, dan pemetaan pasar lokal.

Keterbatasan Kegiatan

Kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan. Pengukuran hanya dilakukan segera sebelum dan sesudah pelatihan, tanpa kelompok kontrol dan tanpa evaluasi jangka panjang. Data keterampilan belum dinyatakan dalam skor terstandar, sedangkan pembentukan kelompok usaha, kontinuitas produksi, tingkat kepuasan konsumen, dan peningkatan pendapatan belum dievaluasi. Selain itu, tidak dilakukan penilaian klinis terhadap nyeri sendi. Penelitian atau pendampingan berikutnya perlu menggunakan instrumen keterampilan yang terstruktur, evaluasi retensi pengetahuan, uji mutu produk, uji penerimaan, analisis biaya, serta pemantauan keberlanjutan produksi.



Gambar 1. Penyuluhan dan demonstrasi pembuatan teh celup herbal di Desa Pekubuan

KESIMPULAN

Pelatihan pembuatan teh celup sereh-kunyit-jahe di Desa Pekubuan meningkatkan skor rata-rata pengetahuan peserta dari 58,4 menjadi 85,7 dan membekali peserta dengan pengalaman langsung dalam melakukan sortasi, pencucian, pengeringan, penghalusan, pencampuran, dan pengemasan bahan herbal. Produk yang dihasilkan merupakan prototipe minuman herbal pendukung kesehatan sendi dan tidak dapat diklaim sebagai obat karena kegiatan tidak menilai efektivitas klinis terhadap nyeri sendi. Keberlanjutan program memerlukan pendampingan pengelolaan TOGA, standardisasi proses dan mutu, pengujian keamanan serta umur simpan, pengembangan kemasan dan label yang sesuai, pengurusan legalitas, dan evaluasi kelayakan usaha secara bertahap.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Pekubuan, kader kesehatan, ibu-ibu PKK, dan seluruh peserta yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan.

REFERENSI

Agustina, N., Surahmat, R., & Akhriansyah, M. (2023). Kompres hangat dengan jahe sebagai metode pengurangan intensitas nyeri pada lansia dengan arthritis rheumatoid. Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 12(2), 251-259.

Anitasari, C. D., Fauzia, F., Nuraini, D. A., Saragih, I. S. M., Marinda, D., Selvani, G., ... Hakim, A. (2025). Inovasi minuman imunomodulator teh jahe celup sebagai pemberdayaan potensi herbal lokal di Kelurahan Sidomulyo Timur. Jurnal Pengabdian Sosial, 2(12), 4885-4892.

Bartels, E. M., Folmer, V. N., Bliddal, H., Altman, R. D., Juhl, C., Tarp, S., ... Christensen, R. (2015). Efficacy and safety of ginger in osteoarthritis patients: A meta-analysis of randomized placebo-controlled trials. Osteoarthritis and Cartilage, 23(1), 13-21. https://doi.org/10.1016/j.joca.2014.09.024

Chen, S.-L., Yu, H., Luo, H.-M., Wu, Q., Li, C.-F., & Steinmetz, A. (2016). Conservation and sustainable use of medicinal plants: Problems, progress, and prospects. Chinese Medicine, 11, Article 37. https://doi.org/10.1186/s13020-016-0108-7

Ekpenyong, C. E., Akpan, E., & Nyoh, A. (2015). Ethnopharmacology, phytochemistry, and biological activities of Cymbopogon citratus (DC.) Stapf extracts. Chinese Journal of Natural Medicines, 13(5), 321-337. https://doi.org/10.1016/S1875-5364(15)30023-6

Hill, J., Gratton, N., Kulkarni, A., Hamer, O., Harrison, J., Harris, C., et al. (2024). The effectiveness of evidence-based healthcare educational interventions on healthcare professionals' knowledge, skills, attitudes, professional practice and healthcare outcomes: Systematic review and meta-analysis. Journal of Evaluation in Clinical Practice, 30(6), 909-935. https://doi.org/10.1111/jep.14001

Pranowo, D., Alfian, R. N., Fiddin, M. Z., Suyono, A., Masruri, M., & Ikhram, M. A. D. (2025). Inovasi teh herbal kunyit sebagai penggerak pemberdayaan ekonomi: Studi kelayakan dan potensi pasar. Jurnal Kolaboratif Sains, 8(3), 1647-1652.

Putri, D. U. P., & Astuti, W. S. (2020). Pengaruh penggunaan minyak serai (Cymbopogon nardus L. oil) terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia. Jurnal Kesehatan, 3(11), 468-473.

Sabar, A., & Ardayanti, K. (2020). Pendampingan pembuatan tanaman obat keluarga (TOGA) dan edukasi pengolahan tanaman obat yang telah ditanam pada areal hutan kemasyarakatan (HKm) KTH Buntuh Bumu Lestari. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa, 4(3), 30-34.

Sari, D. J. E., & Masruroh. (2021). Pengaruh kompres hangat jahe terhadap intensitas nyeri rheumatoid arthritis pada lansia. Indonesian Journal of Professional Nursing, 2(1), 33-41.

Senora, C., Saputra, A. U., Mardiono, S., & Wathan, F. M. (2025). Efektivitas kompres hangat kunyit dan serai terhadap penurunan nyeri rematik pada lansia. Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA, 9(1), 306-313.

Waryantini, & Wiranti. (2018). Pengaruh kompres jahe terhadap perubahan intensitas nyeri sendi pada lansia. Healthy Journal, 6(2), 49-56.

World Health Organization. (2011). Quality control methods for herbal materials. Geneva, Switzerland: World Health Organization.

Zeng, L., Yang, T., Yang, K., Yu, G., Li, J., Xiang, W., & Chen, H. (2022). Efficacy and safety of curcumin and Curcuma longa extract in the treatment of arthritis: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trial. Frontiers in Immunology, 13, 891822. https://doi.org/10.3389/fimmu.2022.891822