



SOSIALISASI DAN WORKSHOP PEMBUATAN PERMEN JAHE (*Zingiber officinale* Rosc.) DALAM UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN DAN PEREKONOMIAN KELUARGA

Ovalina Sylvia Br. Ginting^{1*}, Sailana Mira Rangkuty², Febia Sari³, Dirayati Sharfina⁴

^{1,4}Universitas Haji Sumatera Utara, Medan, Indonesia

²Universitas Negeri Medan, Indonesia

³Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia

E-mail Author: ovalinasylviabr.ginting@gmail.com

ABSTRAK

Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.) merupakan salah satu komoditas rempah dan obat yang umum digunakan di Indonesia. Penggunaan jahe sangat sesuai untuk berbagai macam olahan karena selain mempunyai rasa dan aroma yang enak dan khas, juga memiliki fungsi sebagai obat yaitu untuk membantu memperbaiki keluhan pada pencernaan, menambah nafsu makan, memperkuat lambung, mencegah infeksi dan meningkatkan sistem imun tubuh. Secara umum, masyarakat Indonesia hanya memanfaatkan tanamna jahe sebagai bahan rempah atau bumbu untuk meningkatkan cita rasa makanan. Padahal tanaman jahe memiliki khasiat dan manfaat yang sangat besar dalam hal kesehatan bahkan dalam meningkatkan perekonomian. Budidaya tanaman jahe yang mudah serta dapat dilakukan di pekarangan rumah dapat membantu masyarakat dalam mengembangkan hasil olahan tanaman jahe menjadi produk yang bernilai ekonomis untuk meningkatkan pendapatan keluarga. Salah satunya adalah permen jahe. Proses pembuatan permen jahe tergolong mudah dan murah, sehingga dapat diproses dalam bentuk produk rumahan. Permen jahe memiliki rasa yang khas dan umumnya banyak disukai oleh masyarakat. Metode yang dilakukan pada kegiatan ini adalah Sosialisasi dan workshop pembuatan permen jahe di kelurahan Bela Rakyat, Kecamatan Kuala. Kegiatan ini bertujuan untuk menambah wawasan dan meningkatkan kemandirian masyarakat dalam melakukan usaha rumahan dalam upaya meningkatkan perekonomian masyarakat.

Kata Kunci: Sosialisasi, Workshop, Permen Jahe, *Zingiber officinale*

ABSTRACT

*Ginger (*Zingiber officinale* Rosc.) is one of the spice and medicinal commodities commonly used in Indonesia. The use of ginger is very suitable for various kinds of preparations because apart from having a delicious and distinctive taste and aroma, it also has a medicinal function, namely to help improve digestive disorders, increase appetite, strengthen the stomach, prevent infection and improve the body's immune system. In general, Indonesian people only use ginger as a spice or seasoning to improve the taste of food. In fact, the ginger plant has enormous properties and benefits in terms of health and even in improving the economy. Cultivating ginger plants, which is easy and can be done in the yard of the house, can help people develop processed ginger plants into products with economic value to increase family income. One of them is ginger candy. The process of making ginger candy is relatively easy and cheap, so it can be processed into home-made products. Ginger candy has a distinctive taste and is generally liked by many people. The method used in this activity was socialization and a workshop on making ginger candy in the Bela Rakyat sub-district, Kuala District. This activity*

* Ginting, O.S., dkk. (2024)

aims to broaden insight and increase community independence in running home businesses in an effort to improve the community's economy.

Keywords: *Socialization, Workshop, Ginger Candy, Zingiber officinale*

PENDAHULUAN

Seiring dengan peningkatan kemampuan masyarakat dalam pemeliharaan kesehatan, maka pengobatan tradisional juga semakin diperhatikan dan menjadi salah satu pilihan utama. Perhatian Pemerintah pun meningkat, hal ini terbukti dengan munculnya berbagai regulasi terkait pengobatan tradisional. Salah satu ramuan rempah yang sering digunakan sebagai obat tradisional oleh masyarakat adalah tanaman jahe (Safriana, et al., 2024; Nurlita et al., 2021; Ginting, 2022).

Jahe (*Zingiber officinale*) telah dikenal luas di Indonesia sebagai tanaman herbal yang memiliki beragam manfaat kesehatan. Kandungan senyawa aktif dalam jahe, seperti gingerol dan zingiberene, memiliki sifat antioksidan dan antiinflamasi yang dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan mengurangi risiko terjadinya penyakit. Berdasarkan berbagai penelitian, ekstrak jahe diidentifikasi mengandung beberapa senyawa fitokimia diantaranya senyawa fenolik dan terpena. Senyawa fenolik yang terkandung terdiri dari gingerol, shogaol, zingerone dan paradol. Senyawa ini yang dapat menimbulkan berbagai aktivitas farmakologis pada jahe (Patandung, et al., 2024; Sholikhati, et al., 2021).

Beberapa aktivitas farmakologis pada jahe yang diidentifikasi diantaranya antioksidan, antiinflamatori, antimikroba, dan antikanker. Pada penelitian lain diperoleh hasil bahwa jahe juga memiliki potensi untuk mencegah beberapa penyakit, seperti penyakit neurodegeneratif, kardiovaskular, obesitas, diabetes mellitus, mual dan muntah akibat kemoterapi, peradangan sendi dan gangguan pernafasan (Patandung, et al., 2024; Sholikhati, et al., 2021).

Jahe merupakan tanaman hasil pertanian yang mudah rusak. Oleh karena itu, untuk memanfaatkan produksi jahe yang cukup besar perlu dilakukan pengolahan jahe menjadi produk awetan agar lebih tahan lama. Jahe dapat diolah menjadi berbagai macam produk baik sebagai bahan utama maupun bahan tambahan. Produk alternatif jahe dapat berupa permen jahe (Safriana, et al., 2024; Nurlita et al., 2021).

Permen jahe memiliki banyak keuntungan dan kelebihan, diantaranya lebih tahan lama, cukup praktis dan mudah dibawa kemana-mana. Selain itu, permen jahe juga memiliki rasa dan aroma jahe segar, serta memiliki keunggulan dari jahe yang dapat bermanfaat bagi kesehatan. Permen jahe sangat baik untuk tenggorokan dan membuat tubuh menjadi hangat. Kegiatan sosialisasi dan workshop yang dilaksanakan merupakan sinergi antara peningkatan kemampuan masyarakat dalam pemeliharaan kesehatan melalui pengobatan tradisional, ditunjang dengan tujuan untuk meningkatkan kemandirian ekonomi di masyarakat untuk meningkatkan produktivitas kelompok masyarakat melalui produksi olahan jahe yang inovatif. Oleh karena itu program diawali dengan sosialisasi tentang tanaman jahe, pengolahannya menjadi permen jahe, packaging produk dan pemasarannya, serta diakhiri dengan workshop dan praktik secara langsung dalam proses pembuatan permen jahe (Ginting, et al., 2021; Rambe, et al., 2023; Ginting, et al., 2023).

METODE

Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah sosialisasi dan *workshop* dengan mempraktikkan secara langsung proses pembuatan permen jahe kepada masyarakat di kelurahan Bela Rakyat, kecamatan Kuala, Langkat. Maksud dan tujuan dari kegiatan sosialisasi dan *workshop* ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengolah hasil budidaya jahe menjadi permen jahe yang bernilai ekonomis untuk meningkatkan taraf kesejahteraan dan kemandirian masyarakat. Kegiatan ini dilakukan mulai dari pukul 08.00 s/d 12.00 WIB.

Rangkaian kegiatan, antara lain:

1. Sosialisasi tentang budidaya tanaman jahe, manfaat dan khasiatnya.
2. Sosialisasi tentang pemanfaatan tanaman jahe menjadi berbagai produk olahan, salah satunya permen dengan berbagai varian dan modifikasi.
3. Sosialisasi tentang pengemasan dan cara pemasaran produk permen jahe.
4. *Workshop* pembuatan permen jahe.

Bahan Pembuatan Permen Jahe

- ✓ 250 ml sari jahe
- ✓ 125 gram gula pasir
- ✓ 1/2 sdt garam

Cara Pembuatan Permen Jahe:

- a. Campur semua bahan.
- b. Masak semua bahan dalam panci di atas api sedang.
- c. Masak sampai cairan mengental dan meletup-letup.
- d. Jika sudah matang, masukkan adonan permen ke dalam cetakan.
- e. Biarkan sampai dingin, lalu keluarkan dari cetakan.
- f. Permen siap untuk dikemas dan dinikmati (Ginting, et al., 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan *workshop* ini diikuti oleh 32 orang peserta. Kegiatan dilakukan mulai dari pukul 08.00-12.00 WIB. Tempat pelaksanaan kegiatan adalah Kelurahan Bela Rakyat, Kecamatan Kuala, Kabupaten Langkat. Mayoritas peserta adalah kalangan ibu-ibu rumah tangga. Kegiatan ini diapresiasi oleh pemerintah setempat serta diikuti dengan antusias oleh masyarakat (Ginting, et al., 2023; Ginting, et al., 2022).



Gambar 1. Sosialisasi tentang budidaya dan pemanfaatan tanaman jahe



Gambar 2. Peserta sosialisasi dan *workshop* pembuatan permen jahe di Kelurahan Bela Rakyat

Kegiatan ini berjalan dengan baik dan lancar. Namun ada beberapa kendala yang dihadapi dalam pelaksanaan kegiatan ini diantaranya, jumlah peserta yang terlalu banyak sehingga dalam pelaksanaan *workshop* menjadi kurang kondusif. Banyak masyarakat yang turut ingin mencoba pembuatan permen jahe secara langsung, namun karena keterbatasan waktu maka panitia pelaksana harus membagi menjadi beberapa kelompok sesuai dengan ketersediaan perlengkapan dan bahan (Ginting, et al., 2023).



Gambar 3. *Workshop* pembuatan permen jahe



Gambar 4. Permen jahe

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan *workshop* yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berjalan lancar dan sangat bermanfaat bagi masyarakat, terutama bagi masyarakat di Kelurahan Bela Rakyat maupun pemerintah daerah setempat. Adapun manfaat yang didapat oleh masyarakat adalah meningkatkan pengetahuan dalam pemanfaatan tanaman jahe menjadi permen jahe yang mudah dibuat serta bernilai ekonomis. Sedangkan bagi pemerintah setempat kegiatan ini dapat membantu dalam meningkatkan kemandirian dan taraf kesejahteraan masyarakat.

REFERENSI

- Ginting, O.S. (2021). Buku Ajar Obat Tradisional. Bogor: Guepedia Publisher.
- Ginting, O.S., Athaillah., Rambe, R., dan Nisa, F. (2021). Analisis Pengaruh Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Produk Obat Generik Berlogo (OGB) Di PT. Phapros Tbk Medan Wilayah Kerja Medan Timur. Forte Journal, Vol 1, No. 1, 45-56.
- Ginting, O.S dan Chandra, P. (2022). Sosialisasi Penggunaan Masker Dan Multivitamin Dalam Langkah Memerangi Pandemi COVID-19 Tahun 2021. Jukeshum, Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol. 2 No. 2, Juli 2022, 209-213.
- Ginting, O.S dan Chairunnisa, R. (2023). Sosialisasi Dan Workshop Peningkatan Swamedikasi Kesehatan Melalui Budidaya Toga Di Kelurahan Bela Rakyat Langkat Pada Tahun 2022. Jukeshum, Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol. 03, No.01, Januari 2023, 130-136.
- Ginting, O.S., Rambe., R., dan Chairunnisa, R. (2023). Formulation of Ginger Candy (Zingiber officinale) From the Cultivation of Family Medicinal Plants (FMP) as an Antioxidant. Journal Of Pharmaceutical And Sciences, Vol. 6, No.1, 71-75.
- Ginting, O.S., Rambe., R., dan Rangkuty, S.M. (2023). Buku Pedoman Pengolahan Hasil Budidaya Jahe dan Serai. Bogor: Guepedia Publisher.

- Nurlita, D., Wibowo, A., & Kosasih, E. D. (2021). Pelatihan Pembuatan Permen Wedang Jahe 2 in 1 Sebagai Kreasi Masyarakat. *Inovasi Pengabdian Masyarakat Sebagai Hilirisasi Penelitian Pada Masa New Normal Dalam Upaya Mitigasi Kesehatan*, 224–230.
- Patandung, V.P., Terok, K. A., Bawataa, A., Mansuhure, S., dan Abdjul, S. (2024). Penyuluhan Kesehatan tentang Minum Herbal Jahe Merah untuk Meningkatkan Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol. 21 No. 1, 67-73. <https://doi.org/10.21009/sarwahita.211.6>.
- Rambe, R., Gultom, E.V., Rani, Z., Harahap, Y.A., dan Ginting, O.S. (2023). Edukasi Dan Penyuluhan Kesehatan Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat Dan Khitanan Massal Masyarakat Desa Marendal II. *Jukeshum, Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 03, No.01, Juli 2023, 310-315.
- Safriana, Fitriani, E., Nurmaliza, L., Ruseni, Lestari, A.D, Hasniar, Candani, M., Syahfitri, S.W., dan Aulia, S. (2024). Pembuatan Permen Jelly Untuk Kesegaran Dan Kesehatan Tubuh Dari Jahe Bagi Ibu PKK Desa Cinta Rakyat Kabupaten Deli Serdang Percut Sei Tuan. *Health Community Service (HCS) Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, Vol. 2, No. 1, 11-17. <https://doi.org/10.47709/hcs.v2n1.3830>.
- Sholikhati, A., Farikhah, L., and Ridwanto, M. (2021). “Antioxidant Effect in Red Ginger (*Zingiber Officinale* Var. *Rubrum*) Extract during the Covid-19 Pandemic.” *The 8th International Conference on Public Health*, 1157–1162.