



## **PEMBUATAN MINUMAN JAHE INSTAN DAN HAND SANITIZER BAGI WARGA KELURAHAN AIR HITAM, SAMARINDA**

**Risa Supriningrum<sup>1</sup>, Reksi Sundu<sup>2</sup>, Fitri Handayani<sup>3</sup>, Henny Nurhasnawati<sup>4</sup>,  
Agustina Susilowati<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

<sup>5</sup> Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta

Email: risa.stikesam@gmail.com

### **ABSTRAK**

Pandemi Covid yang terjadi awal tahun 2020, mengharuskan masyarakat untuk lebih meningkatkan daya tahan tubuh dan menjaga kebersihan. Daya tahan tubuh dapat ditingkatkan dengan konsumsi makanan yang bergizi dan sumber komponen bioaktif yang memiliki aktivitas antiviral dan immunomodulator/*immune booster*. Jahe merupakan salah satu rempah yang memiliki khasiat dalam pencegahan dan pengobatan berbagai penyakit, seperti mengatasi flu, batuk, meningkatkan imunitas, bersifat sebagai antioksidan, antivirus. Sejumlah produk berbahan jahe banyak dijual di pasaran, salah satunya minuman instan jahe. Minuman instan dapat dikonsumsi dengan cara praktis karena dapat disajikan secara cepat. Selain menjaga imunitas tubuh, kebersihan tangan juga penting, sebagai upaya meminimalisir penyebaran virus. WHO dan *Center of Disease Control* (CDC) menyatakan bahwa hand sanitizer dengan kadar alkohol antara 60%-95% sangat efektif untuk membunuh kuman dan bakteri yang menempel di tangan. Hand sanitizer dalam kemasan ekonomis, lebih praktis, karena dapat dibawa kemana-mana. Pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan pelatihan kepada warga jalan Jambu RT 2 Kelurahan Air Hitam, Samarinda tentang pembuatan minuman instan jahe dan hand sanitizer. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah penyuluhan dan demonstrasi pembuatan produk yang melibatkan peserta. Hasil dari kegiatan mampu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai cara pengolahan minuman jahe instan yang benar dan pembuatan hand sanitizer

**Kata kunci:** Minuman jahe instan, hand sanitizer, daya tahan tubuh, kebersihan

### **PENDAHULUAN**

Awal tahun 2020, dunia dihadapkan pada Pandemi Covid 19 yang sangat mengkhawatirkan, tak terkecuali negara Indonesia. Pemerintah Indonesia dan masyarakat berupaya melakukan pengendalian terhadap virus tersebut. Upaya yang dilakukan diantaranya cara hidup yang higienis, jaga jarak, membatasi kerumunan, penggunaan masker, sering cuci tangan dan penggunaan desinfektan dianggap

merupakan cara yang cukup efektif untuk memutus mata rantai penyebaran virus korona. Upaya tersebut membuahkan hasil, dimana saat ini kasus Covid 19 sudah menurun dan menjadi endemi. Namun demikian, kita tetap harus berupaya menjaga kesehatan, diantaranya dengan meningkatkan daya tahan tubuh. Daya tahan tubuh yang baik, tidak hanya mencegah agar tidak mudah terjangkit suatu penyakit, namun juga mempercepat penyembuhan dan pemulihan dari sakit. Daya tahan tubuh dapat ditingkatkan dengan konsumsi makanan yang bergizi dan sumber komponen bioaktif yang memiliki aktivitas antivirus dan imunomodulator/*immune booster*.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat merupakan agenda rutin yang harus dilakukan oleh dosen, dibantu mahasiswa dalam rangka pelaksanaan tri dharma perguruan tinggi. Pengabdian masyarakat kali ini bertujuan memberikan pelatihan kepada masyarakat tentang pembuatan minuman jahe instan dan hand sanitizer.

Jahe merupakan salah satu rempah yang memiliki khasiat dalam pencegahan dan pengobatan berbagai penyakit, karena kandungan senyawa kimia di dalamnya. Secara tradisional, jahe dimanfaatkan untuk mengobati batuk, pilek, sakit kepala, gangguan pencernaan, rematik, infeksi saluran kemih dan mengatasi rasa mual/muntah. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa ekstrak jahe memiliki aktivitas biologis, diantaranya sebagai antiinflamasi, antioksidan, antimikroba, antikanker, imunomodulator dan antivirus. (Balai Penelitian Dan Pengembangan Pascapanen Pertanian, 2020).

Rimpang jahe dapat dikonsumsi segar dengan cara diseduh atau dapat dibuat minuman instan yang dapat dicampur dengan rempah lain seperti sereh, kayu manis dan kapulaga. Kombinasi rempah dalam serbuk instan ini akan memberikan efek yang lebih baik.

Jahe instan merupakan minuman instan yang dapat dikonsumsi dengan cara praktis karena dapat disajikan secara cepat (Rifkowiati dan Martanto, 2016). Pembuatan minuman instan jahe cukup mudah, sehingga dapat dikerjakan oleh ibu-ibu rumah tangga dan dapat dijadikan sumber penghasilan tambahan.

Selain membuat minuman jahe instan, warga dilatih juga membuat hand sanitizer spray. Hand Sanitizer merupakan pembersih tangan yang memiliki kemampuan

antibakteri dalam menghambat hingga membunuh bakteri. Hand sanitizer spray merupakan pembersih tangan berbentuk spray untuk membersihkan atau menghilangkan kuman pada tangan (Diana dkk 2013). *Centers for Disease Control and Prevention (CDC)* dan **WHO** merekomendasikan penggunaan hand sanitizer berbasis alkohol yang mengandung minimal 60 % alkohol, pada durasi penggunaan berkisar 20-30 detik, dapat membantu menghindarkan dan menyebarkan kuman kepada orang lain (Boyce JM, Pittet D. 2002 dan World Health Organization. 2009. 2009).

*World Health Organization (WHO)* dan *Center of Disease Control (CDC)* menyatakan bahwa hand sanitizer dengan kadar alkohol antara 60%-95% sangat efektif untuk membunuh kuman dan bakteri yang menempel di tangan.

## **BAHAN DAN METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa dari STIKES Samarinda dan Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta dilaksanakan pada hari Jumat, 25 Maret 2022. Lokasi kegiatan di Jalan Jambu 2 RT.06 Kelurahan Air Hitam, Samarinda dengan sasaran ibu-ibu rumah tangga. Kegiatan diawali dengan memberikan penjelasan tentang manfaat produk yang akan dibuat, uraian singkat cara membuat produk dan dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan produk.

Bahan yang digunakan untuk pembuatan serbuk instan jahe adalah jahe segar, kapulaga, kayu manis, gula pasir dan air. Sedangkan bahan untuk membuat hand sanitizer adalah alkohol 96%, gliserol, hidrogen peroksida, pengaroma dan air.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda (STIKES Samarinda) dan Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta (AFIYO) merupakan wujud pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Sasaran kegiatan adalah ibu rumah tangga dan remaja di Kelurahan Air Hitam, Samarinda.

Kegiatan diawali dengan penyampaian materi pentingnya menjaga imunitas tubuh dan kebersihan. Selain itu disampaikan manfaat jahe, kapulaga dan kayu manis dalam

PEMBUATAN MINUMAN JAHE INSTAN DAN HAND SANITIZER BAGI WARGA  
KELURAHAN AIR HITAM, SAMARINDA

Risa Supriningrum<sup>1</sup>, Reksi Sundu<sup>2</sup>, Fitri Handayani<sup>3</sup>, Henny Nurhasnawati<sup>4</sup>,  
Agustina Susilowati<sup>5</sup>

produk minuman instan jahe. Kombinasi rempah dalam produk ini dapat membantu melawan bakteri, virus dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Adelia, L. 2022). Produk berbahan dasar jahe sudah banyak dijual di pasaran, termasuk minuman jahe instan. Namun tidak semua orang mengetahui bagaimana mengolah produk ini dengan baik dan benar, sehingga perlu dilakukan pelatihan agar masyarakat, khususnya warga, jalan Jambu RT 2, Kelurahan Air Hitam, Samarinda.

Jahe yang digunakan pada pelatihan ini adalah jenis jahe gajah, karena bahan baku ini tersedia banyak di Samarinda. Pemilihan bahan baku merupakan faktor penting dalam pembuatan suatu produk. Rimpang jahe segar ditandai dengan kulit rimpang tidak kisut, kaku, utuh, tidak rusak, tidak bertunas, penampang melintang cerah, bebas serangga, jamur dan tidak busuk. Kulit kayu secang ditandai dengan warna cerah, tidak kusam, bebas jamur, kering dan mudah patah. Buah kapulaga yang digunakan dipilih yang berwarna cerah dan berbau khas. (Kemenkes, 2015). Semua bahan dicuci dengan air bersih, selanjutnya jahe dan air di blender dan disaring, sehingga diperoleh air jahe. Selanjutnya air jahe dimasak dalam wajan dan ditambahkan kayu manis, kapulaga serta gula. Dilakukan pengadukan terus menerus hingga terbentuk serbuk. Agar ukuran serbuk sama, dapat dilakukan pengayakan. Jahe instan dapat dikemas dalam *standing pouch* atau dalam botol plastik. (<http://cybex.pertanian.go.id>)

Pembuatan hand sanitizer pada kegiatan ini, mengacu pada formula yang ditetapkan oleh WHO (*World Health Organization*) dengan penambahan bahan pengaroma. Bahan yang digunakan adalah alkohol 96 %, hidrogen peroksida, air dan pengaroma sesuai selera. Semua bahan dicampur dengan ukuran yang telah ditentukan. Selanjutnya produk hand sanitizer dikemas dalam botol semprot/spray volume 25 ml. Pengemasan menggunakan botol spray dengan ukuran kecil, dimaksudkan agar hand sanitizer mudah dibawa dan digunakan.

Warga diberikan kesempatan untuk terlibat dalam proses pembuatan, dengan tujuan agar lebih mudah memahami dan mengingat tahapan pembuatan kedua produk tersebut. Antusias warga ditunjukkan dengan semangat ikut terlibat dalam proses pembuatan dan adanya pertanyaan tentang dimana membeli bahan untuk membuat

**PEMBUATAN MINUMAN JAHE INSTAN DAN HAND SANITIZER BAGI WARGA  
KELURAHAN AIR HITAM, SAMARINDA**

Risa Supriningrum<sup>1</sup>, Reksi Sundu<sup>2</sup>, Fitri Handayani<sup>3</sup>, Henny Nurhasnawati<sup>4</sup>,  
Agustina Susilowati<sup>5</sup>

hand sanitizer dan wadah pengemas produk. Kami juga menyampaikan, bahwa warga bisa secara berkelompok membuat produk yang sudah kami ajarkan dan memasarkannya, sehingga warga mendapatkan penghasilan tambahan.



**Gambar 1.** Pembuatan Hand Sanitizer



**Gambar 2.** Perajangan jahe sebelum  
diblender



**Gambar 3.** Pengadukan gula dan air jahe



**Gambar 4.** Foto bersama

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Pelatihan pembuatan minuman jahe instan dan hand sanitizer dapat terlaksana dengan baik. Warga antusias dengan kegiatan yang kami lakukan. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh dosen STIKES Samarinda dan AFIYO sebagai bentuk kerjasama antar perguruan tinggi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ketua Stiksam, LPPM Stiksam, Dosen Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta dan Ketua RT 2 serta warga Jalan Jambu, Kelurahan Air Hitam, Samarinda yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, L. (2022). 7 Khasiat Ampuh Air Jahe Campur Kayu Manis Bagi Tubuh. <https://jateng.tribunnews.com> (diakses 25 Mei 2022)
- Balai Besar Penelitian Dan Pengembangan Pascapanen Pertanian, 2020. Buku Saku Bahan Pangan Potensial Untuk Anti Virus dan Imun Booster Cetakan Pertama. Kementrian Pertanian RI
- Boyce JM, Pittet D. 2002. Guideline for Hand Hygiene in Health-Care Settings: Recommendations of the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee and the HICPAC/SHEA/APIC/IDSA Hand Hygiene Task Force. *Infect Control Hosp Epidemiol*
- Diana, A.R dan Hendrarini, L., Narto (2013). Diseminasi Oleh Dokter Kecil tentang Penggunaan Hand Sanitizer Berbentuk Gel dan Spray untuk Menurunkan Angka Kuman Tangan Siswa SDN Demakijo I Di Gamping, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 4 (3), 129-135. <http://www.e-journal.poltekkesjogja.ac.id> (diakses 25 Mei 2022)
- Hastutik, Suli. 2019. Pembuatan Jahe Instan. <http://cybex.pertanian.go.id>
- Rifkowati, E. E. dan Martanto. 2016. Minuman Fungsional Serbuk Instan Jahe (*Zingiber offiinale Rosc*) Dengan Variasi Penambahan Bawang Mekah (*Eleutherine americana Merr.*) Sebagai Pewarna Alami. *Jurnal Teknik Pertanian Lampung*. 4(4), <https://media.neliti.com/media/publications/134382>

- Enesis Group. 2022. Pentingnya Membawa Hand Sanitizer Di Masa Pandemi.  
<https://enesis.com/article/pentingnya-membawa-hand-sanitizer-di-masa-pandemi/>
- Kementrian Kesehatan RI. 2015. Pembuatan Jamu Segar yang Baik dan Benar. Jakarta :  
Dirjen Bina Kefarmasian dan Alkes, Kemenkes RI.
- World Health Organization. 2009. WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care. First  
Global Patient Safety Challenge Clean Care is Safer Care. World Alliance for Patient  
Safety. World Health Organization Press.