



Jurnal Pengabdian Farmasi dan Sains (JPFS)
Vol. 02 No.01 (April 2023)
e-ISSN :
<https://bestjournal.untad.ac.id/index.php/JPFS>



PEMBUATAN MINUMAN KESEHATAN YANG TERSTANDARISASI SEBAGAI PENINGKAT IMUNITAS DI SEKOLAH SMAN 13 MAROS

Hamsinah¹, Aminah¹, Nur Fitri Hariani², Ririn¹, Inayanti Fatwa^{3*}

¹Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muslim Indonesia, Makassar

²Program Studi Hukum Ekonomi Syariah, STAI YAPIS Takalar

³Program Studi Pendidikan Matematika, Fakultas Keguruan & Ilmu Pendidikan, Universitas Patempo, Makassar

*E-mail: inayantiazzahra@gmail.com

ABSTRACT

Riwayat Artikel:

Dikirim : 28 April 2023

Direvisi : 29 April 2023

Diterima : 30 April 2023

Sitasi :

Hamsinah *et al.*, 2023,
Pembuatan Minuman
Kesehatan yang
Terstandarisasi Sebagai
Peningkat Imunitas di
Sekolah SMAN 13 Maros.
*Jurnal Pengabdian
Farmasi dan Sains.*
Volume 02, Nomor 01,
April 2023.

Indonesia has a relatively high wealth of natural materials, especially spices, including the area of South Sulawesi, especially the Puca area of Maros district. These materials can increase the body's immunity because they contain antioxidants and compounds that can be an antidote to free radicals. Community knowledge regarding this matter is still very minimal, especially students at SMAN 13 Maros. To overcome this problem, education is needed in the form of types of medicinal plants, their properties and how to use or process them appropriately based on an evidence-based scientific approach. The approach method used in community service is giving questionnaires at the beginning to measure student knowledge, counseling and training in making standardized health drinks to increase body immunity. Then at the end given a questionnaire as a form of participant evaluation. The location of the activity was carried out at SMAN 13 Maros school, Puca village, Maros district as a partner. The activity lasted for one day which was attended by 23 students of grade 3 Science 2. The results of this dedication really attracted the interest and enthusiasm of students and teachers at the school. . The conclusion of our service activities, students experience an increase in knowledge regarding herbal plants and how to process them to increase body immunity.

Keywords: Immunity, Healthy drinks, students , SMAN 13Maros

ABSTRAK

Indonesia memiliki kekayaan bahan alam khususnya rempah-rempah yang cukup tinggi, termasuk daerah sulawesi selatan, khususnya daerah Puca kabupaten Maros. Bahan tersebut bisa meningkatkan imunitas tubuh karena mengandung antioksidan dan senyawa yang mampu menjadi penangkal radikal bebas. Pengetahuan masyarakat terkait terkait hal tersebut masih sangat minim khususnya siswa di sekolah SMAN 13 Maros. Untuk

mengatasi masalah tersebut perlu dilakukan edukasi berupa jenis tanaman obat, khasiat dan cara penggunaan atau pengolahan secara tepat berdasarkan pendekatan ilmiah berbasis bukti. Metode pendekatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat adalah diawali pemberian kuisioner untuk mengukur pengetahuan siswa, penyuluhan dan pelatihan pembuatan minuman kesehatan yang terstandarisasi untuk meningkatkan imunitas tubuh. Minuman kesehatan ini mengandung sereh, kunyit dan jahe dengan menggunakan pemanis gula aren. Di akhir kegiatan diberikan kuisioner sebagai bentuk evaluasi peserta. Lokasi kegiatan dilakukan di sekolah SMAN 13 Maros desa Puca kabupaten Maros sebagai mitra yang merupakan salah satu daerah binaan UMI. Kegiatan berlangsung selama satu hari yang dihadiri oleh 21 siswa kelas 3 IPA. Hasil pengabdian ini sangatlah menarik minat dan antusias siswa dan guru di sekolah tersebut. Kesimpulan kegiatan pengabdian kami, siswa mengalami peningkatan pengetahuan terkait tanaman herbal dan cara pengolahannya untuk meningkatkan imunitas tubuh.

Kata kunci : *imunitas, minuman kesehatan, siswa, SMAN 13 Maros*

PENDAHULUAN

SMA Negeri 13 Maros yang terletak di desa Pucak kecamatan tompobulu Kabupaten Maros, merupakan daerah dataran tinggi. Di sekitar sekolah tersebut banyak terdapat tanaman yang bisa diolah dan dimanfaatkan untuk menjaga stamina tubuh sehingga tetap sehat dalam beraktifitas. Mengingat situasi saat ini merupakan era *new normal* setelah kondisi pandemi dimana di seluruh dunia terserang yang namanya virus Covid 19 atau lebih dikenal dengan nama virus corona yang saat ini melanda juga daerah Sulawesi selatan sehingga harus menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat, dan imunitas tubuh tetap terjaga.

Novel coronavirus 2019 (2019-nCoV) atau yang lebih dikenal dengan nama Corona merupakan virus yang dapat menyebabkan gangguan sistem pernapasan, *pneumonia* (infeksi paru-paru) yang bersifat akut dan gagal ginjal. WHO secara resmi memberikan nama COVID-19 (*Coronavirus disease 2019*) untuk virus corona ini. Pada tanggal 11 Maret 2020 WHO menetapkan *Corona Virus Disease 2019* menjadi Pandemi Internasional. Artinya negara-negara di seluruh dunia harus merespon, mencegah serta menangani pandemi virus corona Pemerintah Republik Indonesia tentang penetapan kedaruratan kesehatan masyarakat *corona virus disease 2019* (COVID-19). Dalam Keppres tersebut Presiden menetapkan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) sebagai jenis penyakit yang menimbulkan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat. Serta menetapkan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) di Indonesia yang wajib dilakukan upaya penanggulangan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan. Virus Corona telah menginfeksi ratusan ribu orang di seluruh dunia. Di Indonesia sudah lebih dari 1.000 orang positif terkena COVID-19. Memperkuat sistem imun tubuh merupakan salah satu cara yang bisa dilakukan untuk menangkal penularan virus ini maupun berbagai penyakit lainnya (Mauren G., dkk.2021).

Menjaga sistem kekebalan tubuh dapat membantu tubuh untuk mencegah dan menghambat benda asing yang masuk dalam tubuh, salah satunya adalah virus. Sistem kekebalan tubuh dapat berkurang dalam tubuh. Untuk itu dibutuhkan asupan dari luar dengan mengkonsumsi minuman atau makanan yang bernutrisi. Asupan yang mengandung antioksidan yang tinggi karena dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh dengan cara mengikat molekul yang sangat reaktif (Widyantari., dkk.2020). Menjaga dan meningkatkan sistem imun tubuh dapat dilakukan beberapa diantaranya adalah mengkonsumsi makanan bergizi, berolahraga dengan rutin, mengelola stress dengan baik, beristirahat yang cukup, dan mengkonsumsi suplemen yang mengandung vitamin A, D, dan Zink (Maggini., et.all. 2017), vitamin C, vitamin B6, B12, dan E (Alpert. 2017) untuk penunjang daya tahan tubuh, misalnya minuman herbal untuk kesehatan. Minuman herbal adalah minuman yang terbuat dari bahan natural yang berasal dari tanaman, daun, akar, batang, bunga, dan buah, serta memiliki zat bioaktif dalam mengurangi resiko penyakit. Minuman herbal dapat dikonsumsi untuk meningkatkan antioksidan dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan, serta dapat digunakan untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Chandrasekara, A., et all. 2018). Beberapa tanaman yang biasa dibuat dalam minuman kesehatan banyak sekali terdapat di sekitar sekolah SMAN 13 Maros, diantaranya sereh, kunyit dan jahe. Menurut penelitian yang telah dilakukan sereh mengandung minyak atsiri, vitamin C, dan flavonoid (Suradi K, dkk., 2017). Kunyit berfungsi sebagai antioksidan, antiinflamasi, antikanker, antimetabolik sindrom, antimikroba, antivirus, antidiabetes, dan

sebagai proteksi toksisitas pada hati. Jahe mengandung minyak atsiri 0,82% - 2,8%, vitamin A, B, dan C (Ibrahim, et.all. 2015). Proses pengolahan tanaman herbal menjadi minuman kesehatan yang terstandarisasi memerlukan pengetahuan tentang kandungan senyawa aktif dan teknik pembuatan produk. Untuk menghasilkan produk yang terstandarisasi kemasan juga sangat menentukan. Berdasarkan hal tersebut di atas, maka kami Tim dosen Universitas Muslim Indonesia, melakukan pengabdian di sekolah SMA Negeri 13 Maros sebagai kewajiban kami dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan membuat minuman kesehatan yang terstandarisasi sebagai peningkat imunitas tubuh.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran, tempat dan waktu PKM

Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari Sabtu, 19 November 2022, di ruang kelas 3 IPA terdiri dari 21 siswa/siswi yang hadir di sekolah SMAN 13 Maros, Desa Pucak, Kab.Maros.

Metode PKM yang digunakan

Kegiatan PKM yang dilaksanakan oleh dosen Fakultas Farmasi UMI sesuai dengan kompetensi dan kewenangan keprofesian apoteker dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dalam bentuk: a) Penyuluhan tanaman berkhasiat sebagai obat kepada siswa-siswi SMA Negeri 13 Maros, Desa Pucak, Kab.Maros, b) Pelatihan pembuatan minuman kesehatan untuk meningkatkan imunitas tubuh kepada siswa-siswi SMA Negeri 13 Maros.

Tahapan Kegiatan

Kegiatan ini dilakukan dengan tahapan sebagai berikut: a) Penyiapan dan survei lokasi pengabdian, b) Koordinasi dengan kepala sekolah SMAN 13 Maros, c) Mempersiapkan surat ijin melakukan dan jadwal kegiatan, d) Perekrutan mahasiswa untuk membantu pelaksanaan Pengabdian Dosen, e) Rapat koordinasi dengan anggota tim tentang detail pelaksanaan pengabdian di sekolah SMAN 13 Maros, f) Penyiapan sarana dan prasarana pembuatan minuman kesehatan, g) Penyiapan materi penyuluhan tentang pembuatan minuman kesehatan yang mengandung serai, kunyit, dan jahe.

Pengukuran Keberhasilan Kegiatan

Guru dan siswa di sekolah SMAN 13 Maros sangat menerima kami dengan baik. Mereka sangat antusias dengan kegiatan pengabdian yang kami lakukan. Produk minuman kesehatan yang telah kami buat sangat diminati dan rasanya diterima oleh semua kalangan. Kegiatan PKM yang dilakukan juga diberikan penyuluhan khasiat tanaman khususnya rempah-rempah yang berkhasiat sebagai obat yang bisa diolah menjadi minuman kesehatan. Diantaranya serai, kunyit dan jahe. Rempah-rempah tersebut diolah menjadi produk minuman kesehatan untuk meningkatkan imunitas.

HASIL



Gambar 3. Penyuluhan Minuman Kesehatan

Gambar 3. menunjukkan pengabdian melakukan menyampaikan materi terkait pemaparan khasiat tanaman (serai, kunyit, jahe) mulai dari kandungan senyawa hingga manfaat dalam dunia Kesehatan.



Gambar 4. Pemberian kuisioner

Gambar 4. menunjukkan pemberian kuisioner kepada siswa untuk mengukur pengetahuan terkait manfaat dan cara pengolahan tanaman (sereh, kunyit dan jahe)

Tabel 1. Data Hasil Pengukuran Tingkat Pemahaman Siswa

Kuisioner	10%	30%	40%	50%	70%	Jumlah
Pretest	4	5	7	4	1	21
posttest	0	0	3	5	13	21



Gambar 5. Diagram Persentase Tingkat Pemahaman siswa

PEMBAHASAN

Pengabdian Kepada Masyarakat merupakan salah satu pengejawantahan dari tri darma perguruan tinggi yang dilaksanakan oleh tim dosen Fakultas Farmasi UMI di SMAN 13 Maros sebagai mitra yang merupakan salah satu daerah binaan UMI yang berlokasi di desa Pucak, kecamatan Tompoulu, kabupaten Maros, Sulawesi Selatan. Kegiatan dilaksanakan selama satu hari yaitu pada tanggal 19 November 2022 yang dihadiri oleh 21 siswa kelas 3 IPA. Kegiatan PKM ini sesuai kompetensi dan kewenangan kewenangan keprofesian apoteker dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dalam bentuk: a) Penyuluhan tanaman berkhasiat sebagai obat kepada siswa-siswi SMA Negeri 13 Maros, Desa Pucak, Kab.Maros, b) Pelatihan pembuatan minuman kesehatan yang terstandarisasi untuk meningkatkan imunitas tubuh yang mengandung bahan bahan rempah, diantaranya sereh, kunyit, dan jahe dengan menggunakan gula aren sebagai pemanis.

Bahan-bahan yang digunakan dalam proses pembuatan minuman kesehatan dipilih dan diolah dengan baik dengan tetap memperhatikan mutu dan kualitas. Manfaat minuman herbal sereh, kunyit dan jahe sebagai anti penuaan, antikanker, antikolesterol, antioksidan dan meningkatkan imunitas tubuh (Amelia.,dkk, 2022). Pemilihan kemasan juga sangat diperhatikan dalam pembuatan minuman kesehatan ini. Kemasan penting untuk suatu produk, karena bukan hanya melindungi produk, tetapi juga berfungsi sebagai alat unruk menarik konsumen.Menurut Kotler dan Keller (2016) kemasan adalah bisnis yang didirikan oleh seseorang untuk menjaga ekuitas merek dalam rangka untuk mempromosikan penjualan. Kemasan dapat membangun loyalitas merk serta mendorong penjualan apabila dirancang dengan baik, karena bagian pertama yang dilihat oleh kosumen adalah kemasan (Dhurup, et all, 2014) Minuman kesehatan yang telah dibuat dimaksudkan untuk meningkatkan sistem imunitas atau kekebalan tubuh bagi siswa dan guru di sekolah SMAN 13 Maros pasca pandemi covid 19 yang menyerang seluruh dunia, bahkan

tak terkecuali Sulawesi selatan khususnya di daerah Maros.

Edukasi pembuatan minuman kesehatan yang terstandarisasi diikuti oleh kurang lebih 21 siswa kelas 3 IPA SMAN 13 Maros. Para siswa sangat antusias dalam kegiatan ini. Minuman kesehatan yang telah dibuat dibagikan kepada siswa dan guru. Respon dari para guru dan siswa terhadap minuman kesehatan tersebut sangat baik. Para guru meminta resep dan cara pengolahan yang tepat.

Berdasarkan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa sebelum dilakukannya penyuluhan terdapat tingkat pemahaman yang beragam dan umumnya berada pada persentase 40% sementara setelah pemberian materi dan pengenalan dan tata cara pengolahan produk dilakukan pengujian kembali yang mana diperoleh tingkat pemahaman yang dominan berada di 70%. Hal ini menjadi tolak ukur pengabdian bahwa ketercapaian tujuan dalam kegiatan ini berdasarkan meningkatnya secara signifikan tingkat pemahaman siswa

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Pucak Kab.Maros tepatnya di sekolah SMA Negeri 13 Maros oleh dosen Fakultas Farmasi UMI merupakan wujud nyata dari pelaksanaan Tri Darma Perguruan Tinggi. Kegiatan ini melakukan Penyuluhan dan pelatihan oleh dosen Fakultas Farmasi UMI kepada siswa(i) sebagai salah satu upaya untuk mengedukasi masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan terkait manfaat tanaman herbal khususnya sereh, kunyit dan jahe yang bermanfaat oleh tubuh yang dapat meningkatkan imunitas dan melatih siswa dalam membuat minuman kesehatan yang terstandarisasi sehingga aman untuk dikonsumsi karena mutu dan kualitas yang terjamin..

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulisucapkan kepada Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat (LPKM) dan Fakultas Farmasi Universitas Muslim Indonesia yang telah memberikan bantuan dana kepada kami dosen pengabdian dan juga terima kasih kami ucapkan kepada SMAN 13 Maros yang memberikan ijin kepada kami untuk melakukan pengabdian di sekolah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alpert. 2017. *The role of vitamins and minerals on the immune system. Home Health Care Management & Practice* 29(3) : 199-202. Doi: 10.1177/1084822317713300.
- Amelia Soyota, Aisa Dinda Mitra, Melayusma Muchtar, Ediwan Nestawri Hutabarat. 2022. Pemanfaatan Tanaman Jahe, Kunyit, Serei serta Daun Salam untuk Pemeliharaan Kesehatan di RT 01 Kelurahan Solok Sipin Kecamatan Danau Sipin Kota Jambi. Martabe: Jurnal Pengabdian Masyarakat Volume 5 Nomor 4.
- Chandrasekara A, Shahidi F. 2018. *Herbal beverages: Bioactive compounds and their role in disease risk reduction – A review. Journal of Traditional and Complementary Medicine* XXX 2018 pg. 1-8 Doi:10.1016/j.jtcme.2017.08.006
- Dhurup, M., Mafini, C., & Dumasi, T. (2014). The Impact of Packaging, Price and Brand Awareness On Brand Loyalty: Evidence From The Paint Retailing Industry. *Acta Commercii.*, Vol. 14, No. 1.
- Hakim, Luchman. (2015). Rempah & herba kebun-pekarangan rumah masyarakat : Keragaman, sumber fitofarmaka dan wisata kesehatankebugaran. Yogyakarta: Diandra Creative
- Ibrahim, Agus Martua, Yunianta, dan Feronika Heppy Sriherfyna. 2015. *Effect of Temperature and Extraction Time on Physicochemical Properties of Red Ginger (Zingiber officinale var. Rubrum) Extract with The Additional of Honey Combination as Sweetener for Functional Drink.* Jurnal Pangan dan Agroindustri Vol. 3 No 2 p.530-541.
- Kotler, Phillip dan Kevin Lane Keller.(2016). *Manajemen Pemasaran* edisi 12 Jilid 1 & 2.Jakarta: PT. Indeks.
- Maggini, Silvia, Paola Maldonado, Paula Cardim, Carlos Fernandez Newball and Emmanuel R.Sota Latino. 2017. *Vitamin C, D and Zinc : Synergistic Roles in Immune Function and Infection. Vitam Miner* 6: 167. doi: 10.4172/2376-1318.1000167.
- Mauren G, Dewi Lutfiati, Dwi kristiastuti. 2021. Formulasi dan Uji Hedonik Herbal Serbuk untuk Menjaga Imunitas Keluarga Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keluarga*, Volume 1, No 1.
- Suradi K, J. Gumilar, G.H.R. Yohana, A. Hidayatulloh. 2017. Kemampuan Serbuk Serei Menekan Peningkatan Total Bakteri dan Keasaman (pH) Dendeng Domba selama Penyimpanan. *Jurnal Ilmu Ternak*. Desember 2017, 17(2):103-108 DOI : 10.24198/jit.v17i1.17296.