



Pelatihan Pembuatan Minuman Kesehatan dari Bahan Alam Bagi Warga Binaan Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu Jakarta Timur

Vera Ladeska¹, Ema Dewanti¹, Rini Prastiwi¹

¹Fakultas Farmasi dan Sains, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

*Email koresponden: vera_ladeska@uhamka.ac.id

ARTICLE INFO

Kata kunci:

Minuman kesehatan tradisional lapas wanita

ABSTRAK

Obat tradisional berasal dari bahan alam (tanaman) banyak manfaatnya dan perlu dikembangkan. Usaha untuk lebih mengenalkan obat tradisional kepada masyarakat modern bisa dilakukan dengan cara mengubah tampilan jamu yang biasa kita minum menjadi sediaan instan atau minuman segar yang lebih baik dari segi kemasan tanpa mengurangi manfaat dari tanaman obat tersebut. Sediaan instan dan minuman kesehatan selain bermanfaat dalam kesehatan sebagai pencegahan dan pengobatan penyakit juga dapat dijadikan usaha untuk meningkatkan pendapatan masyarakat. Warga binaan Lapas Wanita Pondok Bambu Jakarta perlu diberi ketrampilan sebagai bekal untuk melangsungkan kehidupan setelah selesai menjalani masa hukuman. Salah satu ketrampilan yang dapat dijadikan usaha adalah pembuatan minuman kesehatan dari bahan alam. Tujuan dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan mengenai manfaat obat tradisional dan memberikan ketrampilan pembuatan minuman kesehatan dari bahan alam. Manfaat dari kegiatan ini adalah upaya meningkatkan pengetahuan mitra mengenai manfaat obat tradisional dan upaya untuk memberikan ketrampilan pembuatan minuman kesehatan dari bahan alam yang bernilai jual sehingga nantinya dapat menjadi usaha bagi warga binaan. Bahan uji utama yang digunakan adalah jahe dan bahan tanaman obat lain. Target dan luaran dari program PKM ini adalah : a) Terciptanya kelompok masyarakat yang memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang manfaat obat tradisional. b) Terciptanya ketrampilan untuk melakukan pembuatan minuman kesehatan dari bahan alam. Metode pelaksanaan kegiatan pelatihan ini dilakukan dengan metode ceramah (pemberian materi) oleh salah seorang panitia dan dilanjutkan dengan praktek secara langsung pembuatan minuman kesehatan dan diskusi. Praktek pembuatan bir pletok dan jahe instan dibimbing langsung oleh panitia.

ABSTRACT



© 2021 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

PENDAHULUAN

Persepsi masyarakat terhadap narapidana ataupun mantan narapidana cenderung negatif, sehingga mengakibatkan kurangnya rasa percaya diri narapidana untuk dapat kembali diterima di masyarakat. Ini menyebabkan mantan narapidana sulit dalam memperoleh pekerjaan, sehingga mereka dituntut belajar dan mengembangkan keterampilan di dalam Lembaga Perasyarakatan (Lapas) guna menciptakan lapangan pekerjaan bagi diri sendiri



untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari setelah masa tahan berakhir. Lapas sebagai wadah belajar dan pembinaan bagi narapidana untuk mempersiapkan diri baik secara fisik maupun mental agar dapat terjun kembali ke masyarakat dan bersosialisasi dengan baik. Lapas umumnya cenderung melakukan pembinaan yang mengarah pada pembinaan karakter sedangkan program pembinaan keterampilan masih cenderung kurang. Hal ini karena minimnya tenaga personil ahli dalam memberikan pembinaan keterampilan. Penerimaan dari masyarakat terhadap mantan narapidana juga cenderung kurang. Sehingga harus ada keseimbangan antara pembinaan karakter dan keterampilan yang diberikan Lapas kepada narapidana (Triana 2018).

Pengabdian masyarakat ini dilakukan didasari karena kebanyakan para tahanan dan narapidana di Lapas Wanita Kelas II Pondok Bambu Jakarta Timur belum mempunyai ketrampilan yang mendasar sebagai bekal setelah masa tahanan selesai (Retno A.U.2019). Kebutuhan akan pendampingan diri serta pelatihan sangat dibutuhkan. Kepedulian masyarakat saat ini terkait pelatihan dan pendampingan memang cenderung rendah hal ini terbukti dari aktivitas lembaga, masyarakat maupun individu di luar kegiatan Lapas yang memberikan sumbangsih pelatihan ketrampilan. Oleh sebab itu upaya pemberdayaan dilakukan untuk memulihkan rasa percaya diri dan keyakinan mereka bahwa mereka dapat berkontribusi dalam lingkungan. Oleh karena itu tim pengabdian yang merupakan dosen farmasi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Fakultas Farmasi dan Sains Uhamka bermaksud untuk memberikan suatu bentuk pelatihan kepada warga binaan Lapas Pondok Bambu tentang pembuatan minuman kesehatan diantaranya bir pletok yang berbahan dasar tumbuhan obat Indonesia. Bahan- bahan alam yang digunakan diantaranya jahe, kencur secang, cengkeh dan lain-lain.

Tanaman Jahe (*Zingiber officinale* L.) telah lama dikenal dan tumbuh baik di Indonesia. Rimpang jahe memiliki kegunaan yang cukup beragam antara lain sebagai rempah, minyak atisiri, pemberi aroma dan sebagai obat. Secara tradisional jahe digunakan untuk mengobati penyakit rematik, asma, sakit gigi, tenggorokan, kram, sakit otot. Jahe muda biasanya dimakan sebagai lalab, diolah menjadi asinan atau dibuat acar (pikel). Disamping itu, karena memberikan efek panas pada perut maka jahe digunakan sebagai bahan minuman seperti bandrek, sekoteng, dan sirup. Sebagai tanaman herbal jahe telah lama digunakan berbagai negara seperti Cina,



India dan Arab untuk mengobati penyakit flu, sakit kepala, demam, mual dan rematik. Berdasarkan ukuran bentuk dan warna rimpangnya ada tiga jenis jahe yang dikenal yaitu jahe gajah atau jahe besar (*Zingiber officinale var. roscoe*), jahe putih kecil atau jahe emprit (*Zingiber officinale var. Amarum*) dan jahe merah atau jahe sunti (*Zingiber officinale var. rubrum*). (Anonim, 2011)

Tanaman kencur (*Kaempferia galanga* L.) juga banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia sebagai bumbu masak, bahan baku obat tradisional, industri kosmetika, industri rokok dan minuman penyegar (Muhlisah, 2011). Tanaman Obat Keluarga. Penebar Swadaya. Jakarta. Tanaman lain yang dapat digunakan sebagai bahan pembuatan minuman kesehatan adalah kunyit, kayu secang, kayu manis, buah pala, sereh dan kapulaga.

Usaha untuk lebih mengenalkan obat tradisional kepada masyarakat modern bisa dilakukan dengan cara mengubah tampilan jamu yang biasa kita minum menjadi sediaan instan atau minuman segar yang lebih baik dari segi kemasan tanpa mengurangi manfaat dari tanaman obat tersebut. Minuman kesehatan selain bermanfaat dalam kesehatan sebagai pencegahan dan pengobatan juga dapat dijual sehingga dapat meningkatkan pendapatan masyarakat. Saat ini minuman kesehatan dalam bentuk cair atau sediaan serbuk lebih disukai oleh masyarakat modern karena penyajiannya lebih praktis dan cepat, karena tidak perlu membutuhkan banyak waktu dalam mempersiapkannya.

Minuman kesehatan banyak dijumpai di pasaran dengan berbagai merek dan bentuk, seperti dalam bentuk cair, serbuk instan ataupun tablet (BPOM RI 2010). Sediaan serbuk instan yang biasa dijumpai di masyarakat adalah jahe instan, sedangkan bentuk cair yang biasa dijumpai adalah bir pletok, beras kencur dan kunyit asam. Proses pembuatan minuman kesehatan memerlukan pengetahuan tentang tanaman yang berkhasiat obat, pemilihan bahan baku dan ketrampilan serta ketelatenan dalam mengolah bahan baku hingga menjadi produk jadi.

Penggunaan bahan alam terutama kelompok tumbuhan untuk menjaga kesehatan sudah dilakukan oleh nenek moyang kita melalui kebiasaan minum jamu. Pemanfaatan tumbuhan untuk bidang kesehatan dapat meliputi usaha untuk promotif (memelihara kesehatan dan menjaga kebugaran), preventif (mencegah penyakit), kuratif (mengobati penyakit) dan



rehabilitatif (memulihkan kesehatan) (BPOM RI 2010). Tindakan memelihara kesehatan dan mencegah penyakit lebih utama daripada pengobatan. Banyak tanaman asli Indonesia yang sudah dikenal baik di masyarakat yang dapat digunakan sebagai usaha untuk memelihara dan memulihkan kesehatan, mencegah maupun pengobatan penyakit. Salah satu tanaman tersebut adalah dari familia Zingiberaceae yaitu jahe, kencur, kunyit dan temulawak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilakukan di Lapas Wanita Pondok Bambu Jakarta Timur dengan melibatkan 30 hingga 40 warga binaan di Lapas tersebut.

MASALAH

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Lapas Wanita Pondok Bambu Jakarta Timur. Kegiatan diikuti oleh 28 warga binaan yang ada pada Lapas tersebut. Lapas Wanita Pondok Bambu Jakarta Timur dihuni kurang lebih 450 tahanan wanita dengan beragam kondisi yaitu beragam latar belakang pendidikan, budaya, strata dan usia. Mitra ini dipilih karena warga binaan di Lapas Wanita Pondok Bambu memerlukan berbagai ketrampilan untuk menunjang kehidupannya setelah warga binaan keluar dari penjara. Ketrampilan yang diperlukan untuk menciptakan peluang usaha bagi warga binaan selepas keluar dari penjara sedapat mungkin adalah usaha yang tidak membutuhkan modal dana yang besar, mudah dan murah untuk mendapatkan bahan baku, peralatan sederhana dalam proses pembuatannya serta memiliki nilai jual yang tinggi.

Program pengabdian masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan kepada warga binaan tentang manfaat minuman kesehatan dari bahan alam serta penyuluhan mengenai tata cara pembuatannya serta penjelasan tambahan tentang membuat UMKM (Usaha Mikro Kecil dan Menengah) yang merupakan faktor penggerak ekonomi keluarga. Banyak diantara warga binaan setelah menyelesaikan masa tahanan tidak tahu harus berbuat apa. Alasannya beragam, ada yang sulit memulai usaha karena kurangnya modal, kurang pengalaman, tidak punya pengetahuan bisnis, tidak mengerti cara pemasaran bisnis dan kendala lainnya. Tentu saja semua kendala dan tantangan ini tidak membuat kita berhenti berusaha. Kami dari tim pengabdian Fakultas Farmasi dan Sains mengambil peran untuk membantu para warga binaan ini agar kembali semangat dalam memperjuangkan ekonomi keluarganya. Dengan demikian mereka

dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat dan dapat hidup secara wajar sebagai warga negara yang baik.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan pendataan dan koordinasi program dengan dinas terkait pada bulan Juni 2019. Setelah dinas terkait memberi ijin pada bulan Juli, tim pengusul pengabdian berkoordinasi dengan Kepala Lapas Wanita Pondok Bambu Jakarta Timur untuk menyiapkan keikutsertaan warga binaan di Lapas Wanita Pondok Bambu. Karena banyaknya kegiatan di Lapas akhirnya disepakati jadwal pelaksanaan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 29 Agustus 2019. Tahapan program kegiatan dimulai dengan pemberian penyuluhan tentang manfaat tanaman obat, lalu dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan minuman kesehatan dimulai dari pemilihan bahan, proses pembuatan dan pengemasan. Tahapan kegiatan berikutnya adalah penyuluhan mengenai tahapan mengurus ijin usaha. Pada tabel 2 meringkas tahapan kegiatan yang akan dilaksanakan.

Tabel 1. Tahapan Kegiatan yang sudah dilaksanakan

No.	Kegiatan	Penanggung jawab	Keterangan
1	Pendataan dan koordinasi dengan dinas terkait	Tim dan Kanwil Kemenhumkam serta Kepala Lapas	Permintaan ijin kegiatan
2	Penyuluhan tentang manfaat tanaman obat	Tim	Melibatkan narasumber
3	Pelatihan pembuatan minuman kesehatan	Tim	Disupervisi oleh Tim dan mitra diminta berperan aktif
4	Penyuluhan tahapan ijin usaha	Tim	Melibatkan narasumber

Kegiatan ini diharapkan meningkatkan pengetahuan mitra dan warga binaan tentang manfaat tanaman obat serta membantu warga binaan untuk mendapatkan ketrampilan dalam pembuatan minuman kesehatan. Manfaat lain yang dicapai dari program ini adalah membantu



warga binaan untuk mengembangkan usaha/wirausaha setelah warga binaan selesai menjalani masa tahanan dan kembali ke lingkungan masyarakat.

Evaluasi program dapat dilakukan dengan melihat parameter keberhasilan yang meliputi peningkatan pengetahuan mengenai manfaat tanaman obat dan ketrampilan pembuatan minuman kesehatan yang berasal dari bahan alam. *Final outcomes* yang diharapkan muncul dari program pengabdian masyarakat ini adalah warga binaan memiliki ketrampilan dalam proses pembuatan minuman kesehatan dimulai dari pemilihan bahan, proses pembuatan hingga pengemasan produk. Selain itu warga binaan juga memiliki bekal pengetahuan tentang hal-hal yang berkaitan dengan mengurus ijin jika mereka akan berwirausaha dengan produk minuman kesehatan.

PEMBAHASAN

Lapas (lembaga pemasyarakatan) bukanlah tempat yang menyeramkan, sebagaimana pikiran banyak orang selama ini. Lapas adalah tempat untuk melakukan pembinaan terhadap narapidana. Sebelum dikenal istilah lapas di Indonesia, tempat tersebut disebut dengan istilah penjara. Kehidupan dibalik lapas perempuan pasti mengekang interaksi warga binaan dengan kehidupan sosialnya. Banyak warga binaan yang tidak memiliki ketrampilan dan keahlian selepas mereka menjalani masa tahanan. Karena itu, Fakultas Farmasi dan Sains Universitas Muhammadiyah Prof. DR Hamka mencoba untuk memberdayakan warga binaan di lapas perempuan tersebut.

Para petugas lapas memberi kesempatan kepada akademisi untuk berperan memberikan suatu hal yang bermanfaat bagi penghuni lapas. Program Kemitraan Masyarakat adalah program Fakultas Farmasi dan Sains yang didukung oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UHAMKA melakukan pengabdian yang bermitra dengan Lapas perempuan Kelas IIA Duren Sawit Jakarta Timur.

Program yang diselenggarakan memiliki tema "Pelatihan Pembuatan Minuman Kesehatan Dari Bahan Alam Bagi Warga Binaan Lapas Perempuan Kelas IIA Pondok Bambu Jakarta Timur". Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah selain memberikan penyuluhan tentang manfaat obat tradisional juga memberikan ketrampilan pembuatan minuman kesehatan berbahan dasar dari bahan alam.



Kegiatan ini dilakukan pada hari Kamis 29 Agustus 2019 di Lapas Perempuan Kelas IIA Pondok Bambu. Kegiatan ini diikuti oleh 28 orang warga binaan dan didampingi oleh 4 orang dari pihak Lapas. Kegiatan ini dibagi menjadi 4 tahap yaitu :

1. Pembukaan dan perkenalan : pembukaan diisi sambutan dari pihak FFS Uhamka (ketua tim) dan dari pihak Lapas (kepala Lapas)
2. Pemberian materi mengenai obat tradisional
3. Praktek pembuatan minuman kesehatan (bir pletok dan jahe instan).
4. Diskusi dan Penutupan.

Kegiatan pengabdian dimulai dengan persiapan ruang presentasi dan penyuluhan yang dilakukan oleh warga binaan lapas sendiri yang secara bersama sama menyusun ruang presentasi. Kursi untuk peserta hanya disediakan untuk 30 anggota saja sementara meja presentasi sekaligus digunakan untuk demo pembuatan minuman kesehatan. Warga binaan Lapas sudah terbiasa kalau ada acara serupa selalu yang mempersiapkan ruangan adalah mereka sendiri dan membereskan kembali jika acara sudah selesai.

Pembukaan dan perkenalan pertama dilakukan oleh pihak Lapas yang diwakili oleh KaLapas Pondok Bambu Jakarta Timur yang menyampaikan tentang jumlah penghuni dan kondisi lapas saat ini dan pada dasarnya sangat menyetujui pelaksanaan kegiatan ini . Pihak lapas sangat senang dan menyambut positif kegiatan ini karena tidak ada pemisah antara warga binaan, pegawai lapas dan panitia pengabdian. Mereka dapat diterima dengan baik dan adil. Perkenalan dan kata sambutan kedua dilakukan oleh pihak FFS UHAMKA yang menyampaikan bahwasanya FFS sangat senang kegiatannya dapat diterima dengan baik.

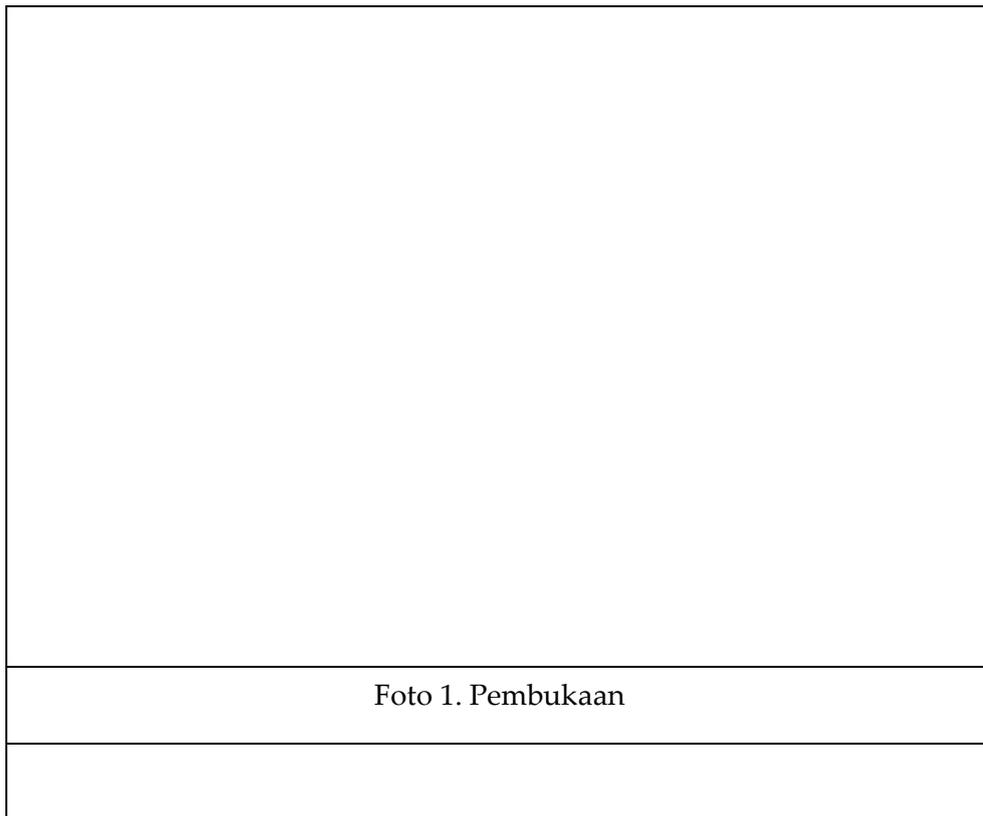
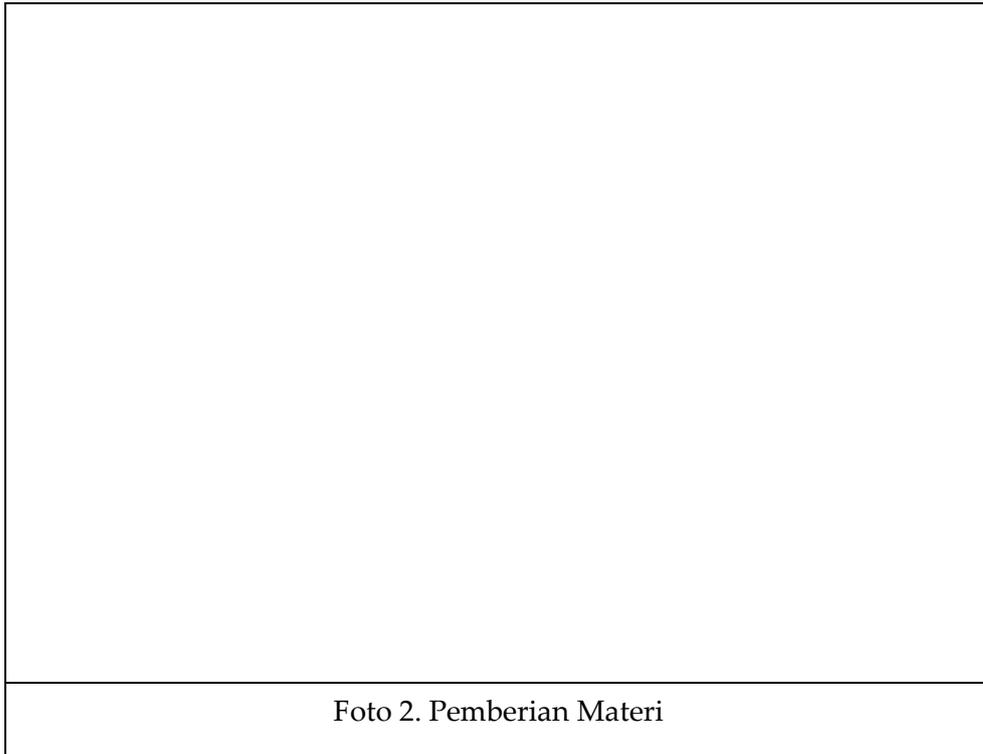


Foto 1. Pembukaan

Pada saat pemberian materi tentang obat tradisional, para peserta mendengarkan dan memperhatikan dengan serius. Banyak dari mereka yang cukup mengenal nama-nama tumbuhan yang berkhasiat obat termasuk rempah-rempah dapur yang biasa dipakai untuk memasak. Mereka mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dan terlihat antusias terbukti dari banyaknya pertanyaan yang diajukan. Banyak diantara mereka yang menanyakan tentang cara meramu obat tradisional terkait takaran dan dosis yang digunakan. Pada sesi diskusi pertanyaan terus berlanjut tentang manfaat bahan alam dan pembuatan minuman kesehatan. Diskusi interaktif antara warga binaan dan narasumber terus berlangsung sampai akhir sesi. Pemateri dari kegiatan ini adalah salah seorang dosen FFS (tim pengusul) yang berkompeten dibidang bahan alam khususnya obat tradisional.



FFS memilih mitra dengan lapas dengan maksud untuk memberikan dampak yang luas dan bermanfaat bagi warga binaan khususnya perempuan. Warga binaan membutuhkan berbagai pelatihan ketrampilan salah satunya untuk mempersiapkan diri ketika kembali terjun ke masyarakat. Pihak lapas berharap agar FFS dapat terus melaksanakan program PKM ini kedepannya.

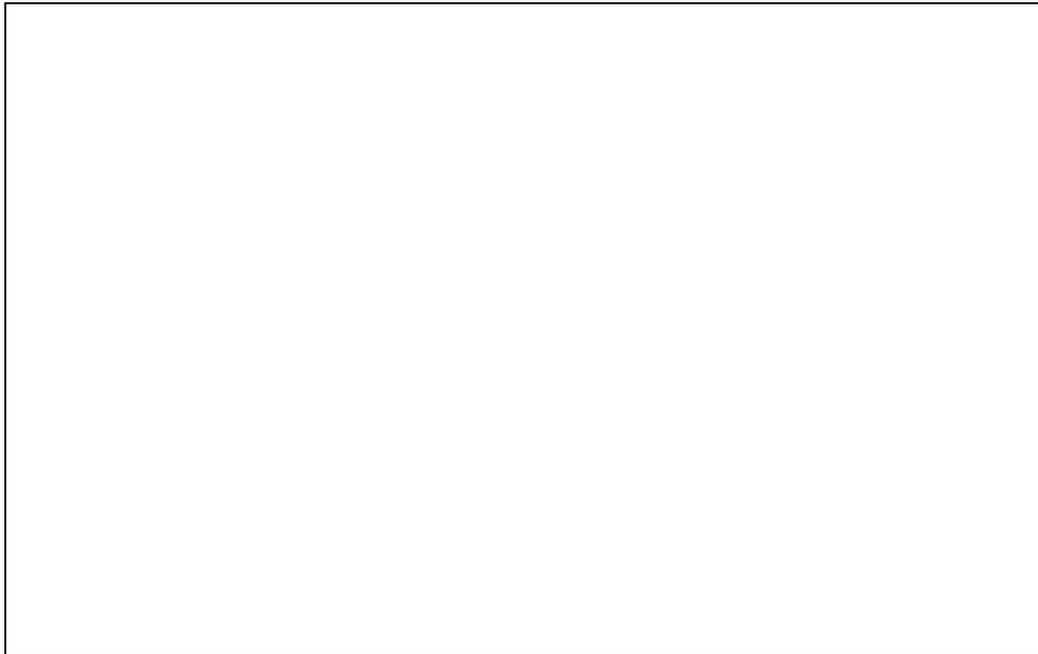


Foto 3. Praktek Bir Pletok

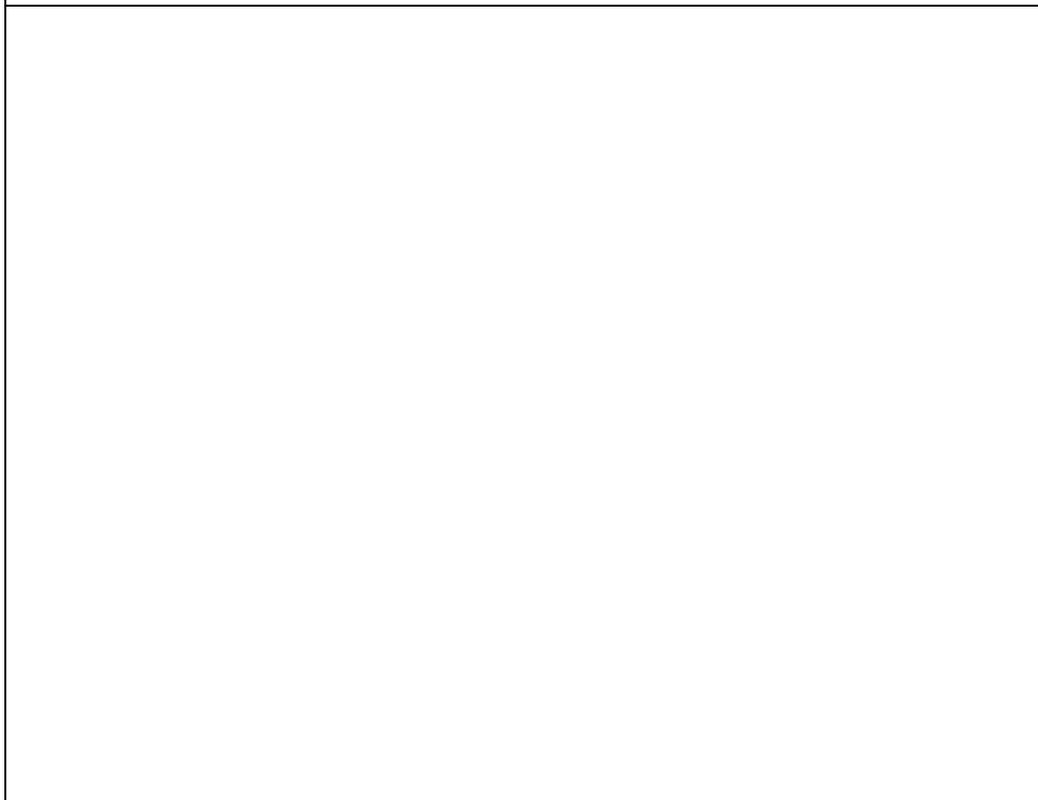


Foto 4. Praktek

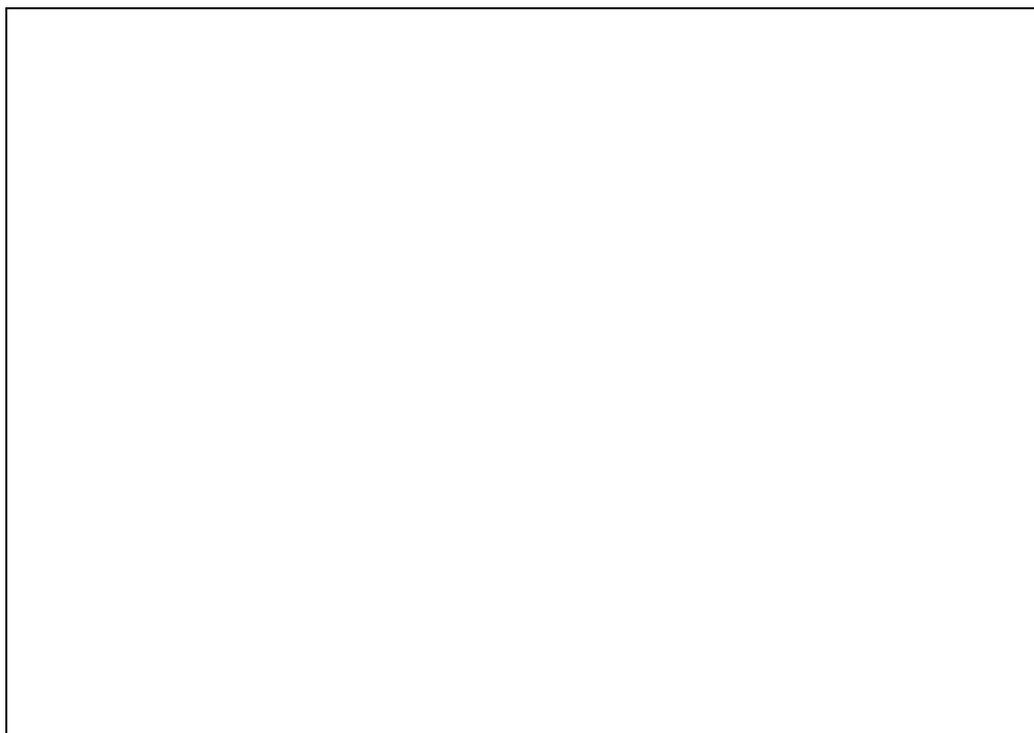
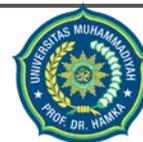


Foto 5. Antusiasme Peserta

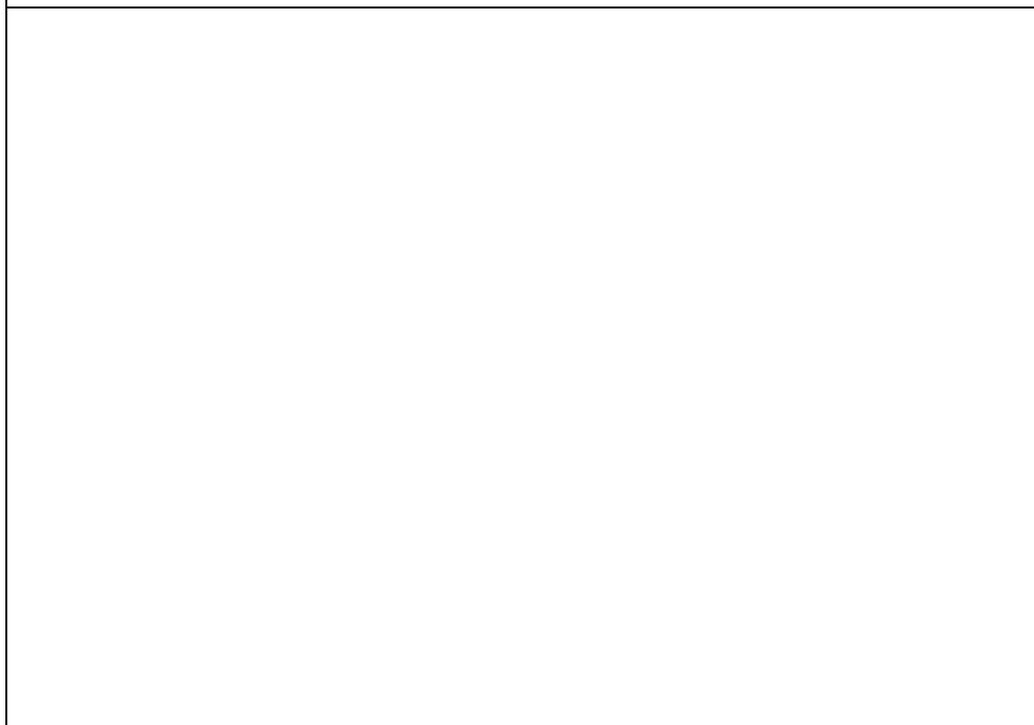
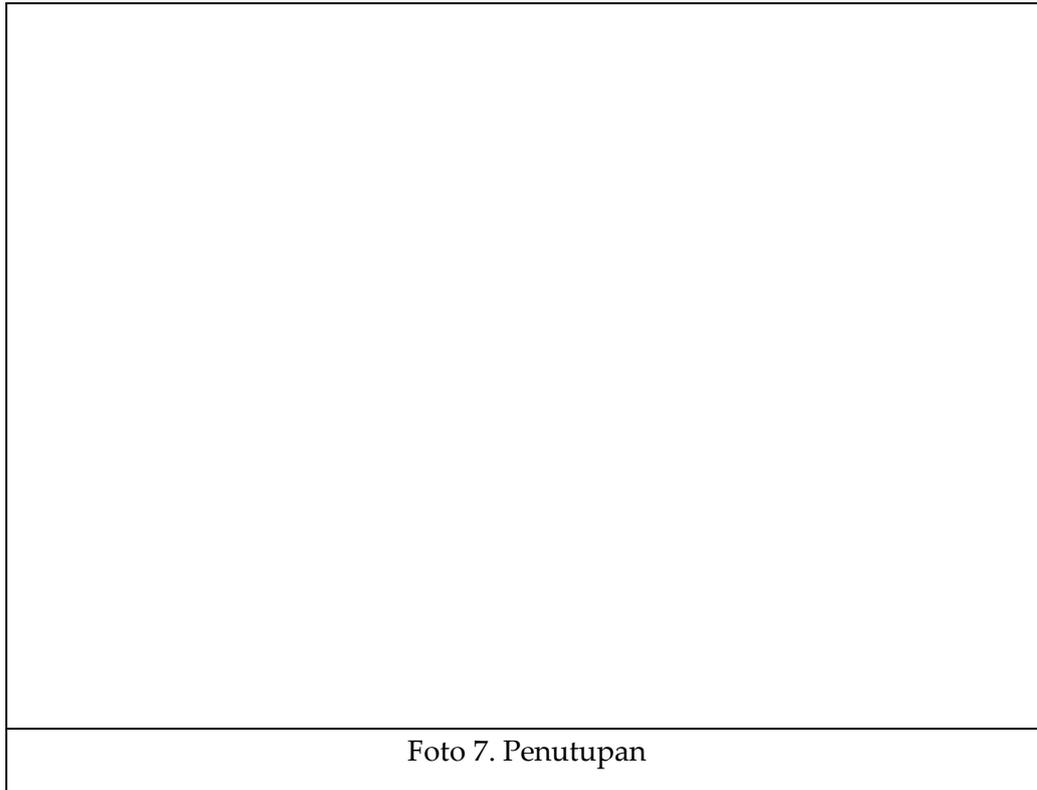


Foto 6. Pemberian Doorprice



Sebelum penutupan panitia menyampaikan sedikit penjelasan tambahank tentang produk halal dan pengurusan izin edar produk tradisional. Harapannya setelah mengikuti kegiatan ini warga binaan sudah mampu untuk membuat produk minuman kesehatan ini dan memproduksinya selepas menjalani masa tahanan.

KESIMPULAN

Seluruh kegiatan “Pelatihan Pembuatan Minuman Kesehatan Dari Bahan Alam Bagi Warga Binaan LAPAS Perempuan Kelas IIA Pondok Bambu Jakarta Timur”. telah berjalan dengan lancar dan penuh semangat. Peserta sangat antusias mengikuti pelatihan dan sangat tertarik dengan melakukan prakteknya secara langsung dihadapan panitia dan peserta.

SARAN

Pelatihan pembuatan minuman kesehatan dari bahan alam sangat diperlukan oleh warga binaan di Lapas sehingga perlu dilakukan secara continue dengan tema pelatihan yang berbeda. Pelatihan ketrampilan ini sangat dibutuhkan oleh warga binaan LAPAS sebagai bekal mereka memenuhi kebutuhan hidup selepas menjalani masa tahanan.



UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka yang telah memberi kesempatan bagi kami, tim dosen Fakultas Farmasi dan Sains Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka untuk mendanai kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak LAPAS Perempuan Kelas IIA Pondok Bambu Jakarta Timur selaku mitra yang telah menyediakan sarana dan prasarana dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim.1986. *Sediaan Galenik*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Anonim. 2011. *Bunga Rampai Jahe (Zingiber officinale), Status Tehnologi Hasil Penelitian Jahe*, Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian. Kementerian Pertanian
- BPOM RI. 2010. *Acuan Sediaan Herbal*, Volume ke 5 edisi pertama
- Departemen Kesehatan RI. 2000. *Parameter Standar Umum Ekstrak Tumbuhan Obat*. Jakarta
- Departemen Kesehatan RI. 2002. *Buku Panduan Teknologi Ekstrak*, Jakarta: Direktorat Jenderal Pengawasan Obat dan Makanan
- Muhlisah, Fauziah. 2011. *Tanaman Obat Keluarga*. Penebar Swadaya. Jakarta
- Retno A. U. 2019. *Pemberdayaan Bekas Warga Binaan lembaga Pemasyarakatan Oleh Lembaga kesejahteraan Sosial Apik mandiri Melalui Agribisnis*, Skripsi, UIN, Lampung