

## ***Training on the Use of Red Ginger in Nagari Guwo, Kuranji, Padang City, as Medicinal Plants for Healthful Drinks***

**Nova Syafni\*, Aqil Naufal, Lili Fitriani, Deddi Prima Putra**

Faculty of Pharmacy, Universitas Andalas, Padang, 25163, Indonesia

\*e-mail: [novasyafni@phar.unand.ac.id](mailto:novasyafni@phar.unand.ac.id)

Received : 1 December 2024

Accepted : 23 December 2024

### **ABSTRACT**

*Red ginger as a agricultural product is generally only sold directly by farmers in traditional markets. They know the benefits of red ginger for treating and maintaining health, but its use is limited to being processed by brewing it directly with hot water. In this training, the knowledge on making red ginger powder was provided on how to process red ginger into a healthy drink that can be stored for a long time and brewed directly when needed. The training was conducted by providing information about the benefits of red ginger, demonstrating the processing of red ginger into a healthy drink in powder form, discussions, and filling out questionnaires form by participant of the community service activities that had been carried out. As a result, participants were able to learn how to process red ginger into a health drink. Participants also suggested in questionnaire form about the need for ongoing activities from this community service program so that it can later become a form of livelihood for the community. In addition, the participants were very eager to enhance their knowledge about health and the processing of natural materials for medicine. Participants expressed great satisfaction with this activity overall, with 11.1% agreeing and 88.9% strongly agreeing.*

**Keywords:** *Red ginger, Jamu, Healthy drink, Medicinal plants, Zingiber officinale var. rubrum*

### **ABSTRAK**

Hasil pertanian berupa jahe merah pada umumnya hanya dijual langsung oleh petani di pasar tradisional. Mereka mengetahui manfaat dari jahe merah untuk mengobati dan menjaga kesehatan, namun penggunaannya hanya berupa pengolahan dengan diseduh langsung dengan air panas. Pada pelatihan ini diberikan pengetahuan cara mengolah jahe merah menjadi minuman sehat yang bisa disimpan dalam waktu yang cukup lama dan bisa langsung diseduh saat akan digunakan. Pelatihan dilakukan dengan memberikan informasi tentang manfaat jahe merah, demonstrasi pengolahan jahe merah menjadi minuman sehat berupa serbuk, diskusi, dan pengisian kuisisioner dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan. Hasil dari kegiatan pelatihan ini, peserta dapat mengetahui cara mengolah jahe merah menjadi minuman kesehatan. Peserta juga menyarankan untuk adanya kegiatan berkelanjutan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga nanti dapat dijadikan salah satu bentuk usaha bagi masyarakat. Selain itu masyarakat sangat berkeinginan untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang kesehatan dan pengolahan bahan alam untuk pengobatan. Secara umum peserta sangat puas dengan kegiatan ini dengan persentase 88.9% sangat setuju dan 11.1% setuju.

**Kata kunci:** *Jahe merah, Jamu, Minuman sehat, Tanaman obat, Zingiber officinale var. rubrum*

### **PENDAHULUAN**

Tumbuhan obat yang sudah menjadi tanaman budidaya di masyarakat salah satunya adalah

jahe merah (*Zingiber officinale* var *rubrum*). Jahe merah telah menjadi komoditas yang mudah ditemukan di pasar tradisional, sebagian masyarakat tidak menggunakannya sebagai bumbu masak dan hanya menggunakannya untuk obat tradisional. Pada tanaman obat keluarga (TOGA), kelompok jahe-jahean merupakan salah satu tumbuhan yang ditanam dan dimanfaatkan oleh masyarakat (Harefa, 2020; Ariastuti, 2023). Pengembangan TOGA ini juga salah satu upaya pemerintah untuk membentuk kemandirian masyarakat dalam menjaga dan memelihara kesehatan.

Tanaman jahe merah dapat dibudidayakan oleh masyarakat dengan kondisi tanah dan metode budidaya yang dapat dikerjakan dilahan apapun (Shakila et al, 2023; Nana et al, 2021). Lahan kering telah digunakan untuk budidaya tanaman jahe di Mandalika. Selain itu, penggunaan *bag culture* juga telah digunakan untuk bertanam jahe merah. Kedua proses budidaya jahe merah ini memungkinkan masyarakat untuk bertanam sendiri jahenya. Masyarakat dapat mendapatkan banyak manfaat selain bisa digunakan untuk obat juga dapat digunakan untuk membantu perekonomian masyarakat dengan dijual langsung.

Jahe merah memiliki banyak khasiat yang telah dilaporkan secara empiris, uji *in vitro*, dan *in vivo* (Zhang et al, 2022). Beberapa khasiat dari jahe merah yang dilaporkan adalah sebagai antimikroba, mengurangi rasa sakit, antidiabetes, antiinflamasi, antioksidan, anti kanker, anti tumor, antihiperlipidemia, antihipertensi, untuk Alzheimer, anti insektisida, meningkatkan imun tubuh, dan efek androgenik. Senyawa yang dilaporkan memberikan aktivitas tersebut diantaranya adalah 6-gingerol, 6-shogaol, 8-gingerol, 8-shogaol, 10-gingerol, gingerdione, senyawa fenolik, flavonoid, terpenoid, zingerone, benzaldehyde, dan dimethyl thiol acetal. Penelitian yang dilakukan oleh Sa'diah, 2019 melaporkan bahwa ekstrak jahe merah dengan kandungan shogaol dan gingerol berkhasiat menghambat parasite *oxoplasma gondii* secara *in vitro* (Sa'diah et al, 2019).

Masyarakat Guwo memiliki pekerjaan beragam diantaranya petani dan pedagang. Mereka memiliki lahan untuk bertanam jahe merah, namun saat hasil panen mereka banyak maka salah satu yang dilakukan hanya menjual langsung hasil panen mereka. Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat untuk desa binaan BEM KM Farmasi maka masyarakat Guwo ingin mempelajari bagaimana mereka dapat mengolah jahe merah yang mereka miliki. Produk pengolahan ini diharapkan dapat bermanfaat untuk kesehatan mereka (Syafni et al, 2023)

## METODE

Kegiatan pelatihan pembuatan minuman kesehatan dari jahe merah dilakukan di Desa Guwo, Kelurahan Kuranji, Kecamatan Kuranji, Kota Padang, Sumatera Barat. Tempat pelaksanaan kegiatan adalah di SD Negeri 32 Kuranji, pada hari Minggu, 7 Juli 2024. Kegiatan ini dilakukan dengan beberapa tahapan diantaranya:

- a. Persiapan bahan dan peralatan yang digunakan, bahan yang digunakan adalah rimpang jahe merah (*Zingiber officinale* var *rubrum*) dan temu lawak (*Curcuma xanthorrhiza*) yang dibeli di Pasar Raya Kota Padang, gula pasir, air secukupnya. peralatan yang digunakan pada kegiatan ini adalah kompor, wajan, spatula, blender.
- b. Tiga hari sebelum kegiatan dilakukan praktek untuk pembuatan minuman kesehatan sebagai persiapan untuk diberikan kepada peserta kegiatan pelatihan
- c. Pada saat kegiatan dimulai dengan melakukan pembagian brosur tentang manfaat jahe, penjelasan tentang manfaat jahe dan proses pembuatan minuman kesehatan dari jahe

merah.

- d. Praktek pembuatan minuman kesehatan mulai dari awal hingga kemasan produknya, minuman sehat jahe instan yang sudah dalam bentuk serbuk.
- e. Diskusi dan tanya jawab antara peserta dan dosen yang hadir saat acara kegiatan
- f. Setelah selesai diskusi maka dilanjutkan dengan pengisian kuisisioner oleh peserta kegiatan seperti terlampir pada tabel 1 (Syafni et al, 2023).

Tabel 1. Kuisisioner kegiatan pengabdian kepada masyarakat

No.	Pertanyaan
1.	Kegiatan yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan peserta
2.	Pelatihan yang diberikan bermanfaat untuk peserta
3.	Pelaksanaan kegiatan mudah dimengerti dan diikuti
4.	Peserta berminat untuk mengikuti lanjutan kegiatan pengabdian ini selanjutnya
5.	Pelatihan ini dapat memberikan ide untuk usaha bagi peserta
6.	Kegiatan ini apakah dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang penggunaan pengolahan jahe untuk minuman kesehatan instan
7.	Secara umum, peserta puas terhadap kegiatan yang diikuti

Selain itu juga ditanyakan tentang kesan dan pesan untuk kegiatan yang dilaksanakan serta rekomendasi untuk kegiatan selanjutnya.

Data dari kuisisioner ini akan diolah dengan menentukan persentase dari peserta yang mengisi kuisisioner berdasarkan skala penilaian yang diberikan (sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, sangat setuju).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan ini merupakan rangkaian terakhir dari beberapa tahap kegiatan di desa binaan desa Guwo, Kuranji yang dimulai dari bidang pendidikan dengan memberikan pelatihan bahasa inggris, latihan kesenian, olah raga bagi murid Sekolah Dasar Negeri 32 Kuranji. Selanjutnya adalah proses binaan yang dirasakan oleh masyarakat dengan kegiatan penyuluhan kesehatan dan pelatihan pembuatan jamu dari jahe merah. Kegiatan ini merupakan rangkaian yang telah kami lakukan setiap tahun bekerja sama dengan BEM KM Fakultas Farmasi UNAND, dosen, dan pihak terkait (Syafni et al, 2023). Pelatihan pengolahan jahe merah menjadi minuman kesehatan dihadiri oleh masyarakat yang antusias tidak hanya ibu-ibu tetapi juga bapak-bapak (Foto 1).

Pelatihan dimulai dengan penjelasan khasiat dari jahe merah kepada peserta dan melakukan demo pembuatan jahe merah menjadi serbuk yang siap disajikan. Salah satu pertanyaan dari peserta adalah mengenai berapa banyak minuman jahe yang dibuat ini dapat dikonsumsi, mereka juga menambahkan bahwa jahe merah bisa digunakan untuk mengurangi sakit saat wanita mengalami nyeri haid. Penggunaan dari jahe merah sebagai nyeri haid telah banyak dilaporkan (Devia et al, 2018; Ramayanti et al, 2020; Budhi et al, 2022; Royani et al, 2024). Jahe merah dilaporkan dapat mengurangi rasa nyeri pada saat menstruasi baik nyeri sedang hingga kuat. Untuk nyeri ringan dapat menghilangkan rasa nyeri pada jika mengkonsumsi jahe merah. Jahe merah dapat dikonsumsi sendiri atau bersamaan dengan ramuan yang lain, selagi ada ramuan jahe merah di dalamnya dilaporkan dapat mengurangi rasa nyeri saat menstruasi. Namun yang perlu diperhatikan konsumsi jahe merah tidak boleh secara berlebihan karena jahe merah dapat mencegah pembekuan darah (Wang et al, 2020; Kahar et

al, 2023). Untuk itu disarankan tidak mengonsumsi jahe merah lebih dari dua gelas sehari.



Foto 1. Kegiatan pelatihan pembuatan minuman kesehatan dan diskusi secara bersamaan

Penyajian minuman jahe merah dengan tanaman lain juga didiskusikan pada pelatihan ini. Saat peserta mencoba seduhan dari serbuk jahe merah hasil pelatihan, mereka mendiskusikan tentang potensi minuman jahe merah digabung dengan bahan lain lain seperti telur, susu, daun pandan, kayu manis, dan madu. Jahe merah dilaporkan memiliki aktivitas sebagai antidiabetes (Zhang et al, 2022). Namun jika ditambahkan banyak gula, susu kental manis, dan madu maka ini tentu saja akan mengurangi dari usaha untuk mengurangi penyakit diabetes mellitus. Konsumsi jahe dengan tanaman lain boleh dilakukan selagi diperhatikan jumlah yang digunakan dan tidak menyebabkan efek yang negative pada kondisi tertentu, seperti kasus mencegah pembekuan darah (Wang et al, 2020; Kahar et al, 2023).

Pada akhir kegiatan dilakukan pengisian kuisioner oleh peserta kegiatan pelatihan pembuatan jamu atau minuman kesehatan dari jahe merah. Hasil kuisionernya dapat dilihat pada tabel 2. Peserta lebih dari 50% memberikan respon sangat setuju untuk kesesuaian tema pelatihan, kebermanfaatannya, pengetahuan tentang jahe merah, dan kemudahan dalam memahami proses pembuatan jamu dari jahe merah. Respon ini juga diberikan hal yang sama pada kegiatan desa binaan sebelumnya (Syafni et al, 2023). Untuk ide bisnis memang tidak semuanya sangat setuju karena hanya ada beberapa orang yang memiliki kedai minuman yang hadir sebagai peserta yang berminat untuk mempraktekkan pembuatan jamu jahe merah di rumah dan dijual di tempatnya secara langsung. Untuk penjualan sediaan jahe merah salam skala yang lebihluas tentu dibutuhkan proses pengurusan izin sesuai dengan aturan yang berlaku, seperti kegiatan pengabdian masyarakat kami yang bekerja sama dengan BPOM (Syafni et al, 2024).

Masyarakat peserta pelatihan memberikan saran kepada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk lebih sering mengadakan kegiatan pelatihan dan diskusi mengenai kesehatan. Ilmu untuk menjaga kesehatan bagi diri mereka sendiri sangat berarti bagi mereka, karena masyarakat banyak yang lebih memilih penggunaan obat tradisional dalam mengobati penyakit. Selain itu pelatihan ini juga dapat memberikan ide dalam mengolah jahe merah yang ada di kebun mereka menjadi ide wirausaha (Asvarhoza et al, 2023). Peserta kegiatan pengabdian ini juga memberikan saran kegiatan ini dapat berlanjut setiap tahun dengan tema pengolahan tanaman menjadi minuman kesehatan dalam bentuk yang lain. Untuk masyarakat yang akan membuat program wirausaha jahe merah ini menjadi minuman kesehatan maka akan dilakukan pendampingan untuk pembuatan kemasan dan juga perizinan usaha rumah tangga



sesuai dengan peraturan.

Tabel 2. Hasil kuisioner kegiatan pengabdian kepada masyarakat

No.	Pertanyaan	Skala Penilaian			
		Sangat tidak setuju	Tidak setuju	Setuju	Sangat setuju
1.	Kegiatan yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan peserta	-	-	22.2%	77.8%
2.	Pelatihan yang diberikan bermanfaat untuk peserta	-	-	11.1%	88.9%
3.	Pelaksanaan kegiatan mudah dimengerti dan diikuti	-	-	33.3%	66.7%
4.	Peserta berminat untuk mengikuti lanjutan kegiatan pengabdian ini selanjutnya	-	-	44.4%	55.6%
5.	Pelatihan ini dapat memberikan ide untuk usaha bagi peserta	-	-	66.7%	33.3%
6.	Kegiatan ini apakah dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang penggunaan pengolahan jahe untuk minuman kesehatan instan	-	-	22.2%	77.8%
7.	Secara umum, peserta puas terhadap kegiatan yang diikuti	-	-	11.1%	88.9%

## KESIMPULAN

Pelatihan pembuatan jamu berupa minuman sehat dari jahe merah ini berhasil memberikan pengetahuan kepada peserta bagaimana cara mengolah jahe merah menjadi minuman siap jadi. Sebagian peserta berminat untuk mempraktekkan di rumah, menjadikan usaha rumahan bagi mereka. Kegiatan selanjutnya disarankan untuk proses pengemasan dan izin usaha rumah tangga bagi masyarakat yang ingin menjadikan minuman kesehatan jahe merah sebagai salah satu bentuk wirausaha mereka.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada BEM KM Fakultas Farmasi dan Panitia Jeak Aksara Tahap 3 atas kerja samanya untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Terima kasih kepada Fakultas farmasi Universitas Andalas untuk skim dana pengabdian kepada masyarakat yang berorientasi produk tahun anggaran 2024 dengan nomor kontrak 38/UN16.10.D/PJ.01./2024.

## KONTRIBUSI PENULIS

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang oleh NS, LF dan DPP. Pelaksanaan kegiatan dibantu oleh AN. Penulisan naskah dilakukan dan analisis data dilakukan oleh NS, AN, LF, dan DPP.

## FUNDING/SUPPORT

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini didanai oleh Fakultas farmasi Universitas Andalas untuk skim dana pengabdian kepada masyarakat yang berorientasi produk tahun anggaran 2024 dengan nomor kontrak 38/UN16.10.D/PJ.01./2024.

## DAFTAR PUSTAKA

Ariastuti, R., Khusna, K., Pambudi, R. S., Styarini, Z., & Cahyani, N. (2023). Optimalisasi pengelolaan tanaman obat keluarga (TOGA) bagi kader kesehatan di Puskesmas Wonosamodra Boyolali. *MESTAKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(5), 227-231. DOI: <https://doi.org/10.58184/mestaka.v2i5.148>

Asvarhoza, G., Halim, M., Sarmila, Putra, A. N., Annisa, A. M., Winati, N., Hamidah, W., Vino, O., Yudha, T., Elvaza, A. P., & Ambarsari, L. (2023). Demonstrasi pengolahan bubuk jahe merah sebagai ide wirausaha minuman instan berkhasiat di Desa Batu Busuk. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 5(1), 68-76.

Budhi, N. G. M. A. A., Aticeh., Follona, W., & Elisya, Y. (2022). Effect of spike drinks (red ginger and cinnamon) on dysmenorrhea pain. *International Journal on Science and Society*, 4(4), 437-448. DOI: <https://doi.org/10.54783/ijsoc.v4i4.592>

Devia, K., Guite, R. I., & Syafrullah, H. (2018). The effect of red ginger release consumption (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) against primary dysmenorrhea in adolescent high school. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 1(2), 273-284. DOI: <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v1i2.25>

Harefa, D. (2020). Pemanfaatan hasil tanaman sebagai tanaman obat keluarga (TOGA). *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 28-36. DOI: 10.35970/madani.v1i1.233

Kahar, H., Aryandi, R., & Suswani, A. (2023). Gambaran morfologi leukosit menggunakan ekstrak jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) sebagai antikoagulan. *MULTIPLR Jurnal of Global and Multidicipline*, 1(5), 664-671.

Nana., Makiyah Y. S., Susanti, E., Ramadhan, I. R., Bhineka, R. Y., & Kanti, L. (2021). Budidaya dan pengolahan jahe merah (*Zingiber officinale* var *rubrum*) menggunakan teknologi *bag culture* pada masa new normal di Desa Darmaraja Kecamatan Lumbung Kabupaten Ciamis. *Abdimas Umtas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 584-593. DOI: <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i1.1038>

Ramayanti, E. D., Etika, A. N., & Jayani, I. (2020). Perbedaan efektivitas pemberian perasan wortel dan jahe merah terhadap nyeri haid pada remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(4), 417-424. DOI: <https://doi.org/10.37287/jppp.v2i4.161>

Royani, I., Riani, V. R., Murfa, Z., Ananda, F., & Bima, I. H. (2024). The effect of giving red ginger drinks (*Zingiber officinale* var *rubrum*) on dysmenorrhea complaints in female students class of 2020 FK UMI. *Jurnal eduHealt*, 15(1), 617-625.

Sa'diah, S., Anwar, E., Jufri, M., & Cayaningsih, U. (2019). Perbandingan ekstrak jahe merah (*Zingiber officinale* Roscoe. Var *Rubrum*), gingerol dan shogaol sebagai anti-toksoplasma terhadap parasite *Toxoplasma gondii* secara *in vitro*. *Jurnal Jamu Indonesia*, 4(3), 93-102. DOI: <https://doi.org/10.29244/jji.v4i3.160>

Shakila, N. A., Mahrup., Iemaaniah, Z. M., & Dewi, R. A. S. (2023). Pendampingan budidaya jahe merah (*Zingiber officinale* var *rubrum*) di lahan kering tanah vertisol pada daerah penyangga KEK Mandalika. *Jurnal Siar Ilmuwan Tani*, 4(1), 101-105. DOI: <https://doi.org/10.29303/jsit.v4i1.98>

Syafni, N., Hanifah, W., Kurniawan, R. F., Fitriani, L., & Suryati. (2023). Pelatihan pembuatan jamu jahe merah instan di Pasie Jambak Kota Padang. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 6(3), 182-190. DOI: <https://doi.org/10.25077/jhi.v6i3>

Syafni, N., Sahputra, T. A., Saafrida., Hasanah, U., Agustin, R., Yosmar, R., Ismed, F., & Zaini, E. (2024). Pelatihan oembuatan body mist dan sosialisasi pengurusan produk kosmetik kepada organisasi pemuda di Kerinci. *Warta Pengabdian Andalas*, 31(2), 336-342. DOI: <https://doi.org/10.25077/jwa.31.2.336-342.2024>

Wang, C., He, Y., Tang, X., & Li, N. (2020). Sulfation, structural analysis, and anticoagulant bioactivity of ginger polysaccharides. *Journal of Food*, 85(8), 2427-2434. DOI: <https://doi.org/10.1111/1750-3841.15338>

Zhang, S., Kou, X., Zhao, H., Mak, K-k., Balijepalli, M. K., & Pichika, M. R. (2022). *Zingiber officinale* var. *rubrum*: red ginger's medicinal uses. *Molecules*, 27, 775. DOI: <https://doi.org/10.3390/molecules27030775>