

PELATIHAN PEMBUATAN JAMU HERBAL SEBAGAI PENGGANTI SUSU UHT UNTUK LANSIA

M. Hilmy Hidayatullah^{1*}, Mahruroh Mahruroh², Alfi Nur Qomariah³, Sofia Kusnaedi⁴

¹*Pendidikan Bahasa Inggris, Universitas Ibrahimy, Jawa Timur 68374, Indonesia

²Farmasi, Universitas Ibrahimy, Jawa Timur 68374, Indonesia

^{3,4}Sistem Informasi, Universitas Ibrahimy, Jawa Timur 68374, Indonesia

^{1*}hilmyzuhil@gmail.com, ²mahruroh19@gmail.com, ³alfinurqomariyah29@gmail.com,

⁴sofiakusnaedi9@gmail.com

Abstract: As a tropical country, Indonesia has a lot of plants. Some of them are believed to be useful for herbal medicine to prevent or even cure many diseases. However, not many Indonesians know that the traditional herbal drink which is known with "jamu" can be a substitute of UHT milk for elderly people. The goals of the researchers were to improve health for the society, especially for elderly people. This study was done to overcome health problems in society, especially in Bondowoso. Herbal drink can be an excellent alternative for villagers because it is cheap, the materials are easy to find, easy to make, and for heritage sustainability. Besides, it was also hoped to improve the living standards of society by selling it in many platforms. ABCD (Asset-Based Community Development) Method was applied in this research. This was done in Pekauman Village, Grujungan District, Bondowoso Regency. The result showed that the training to make traditional herbal drinks was held successfully. Most of society could make the herbal drink well. This activity was useful for the Pekauman people because it could increase their immune system, and increase their living standards. The result of the training was hoped to keep going on continually after the training was done.

Keywords: Elderly People; Herbal drinks; UHT Milk.

Copyright (c) 2025 M. Hilmy Hidayatullah, et al.

* Corresponding author:

Email Address: hilmyzuhil@gmail.com (Universitas Ibrahimy, Situbondo)

Received: November 30, 2024; Revised: January 26, 2025; Accepted: March 25, 2025; Published: April 15, 2025

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara tropis yang terletak di garis khatulistiwa dan memiliki kawasan lindung, termasuk kawasan konservasi, cagar alam, dan hutan lindung, yang menjadi rumah bagi berbagai flora dan fauna yang kaya dan beragam. Kawasan lindung ini menjadi rumah bagi berbagai macam tumbuhan dan hewan, keindahan alam, situs budaya dan sejarah, serta kearifan lokal yang unik, dan juga berfungsi sebagai sarana pendidikan dan konservasi ekosistem. Hal ini menjadikannya sangat bernilai secara ekonomi¹. Sebagai sesuatu yang tidak dapat dipisahkan dari manusia, konservasi memberikan banyak manfaat bagi manusia, tetapi sering kali diabaikan oleh

¹ Marybet Tri Retno Handayani et al., "JPMI (Jurnal Pengabdian Masyarakat Inovatif) Training on Making Herbal Drink to Increase Immunity in Pagelaran Village," 2021.

mereka².

Indonesia merupakan rumah bagi banyak tanaman obat yang digunakan sebagai bahan baku pembuatan obat-obatan yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh dan pengobatan berbagai penyakit. Tanaman obat merupakan tanaman yang telah diteliti oleh manusia melalui berbagai pengamatan dan penelitian. Tanaman ini memiliki ribuan manfaat, seperti mencegah atau mengobati penyakit, menjalankan fungsi biologis tertentu, serta membantu melawan serangan jamur dan serangga. Di Indonesia telah ditemukan 20.000 spesies tanaman obat. Dari sekitar 1.000 spesies yang tercatat, hanya sekitar 300 yang digunakan dalam pengobatan tradisional³. Sedangkan menurut Wasito, potensi tanaman herbal di Indonesia memiliki potensi yang sangat besar dan didukung dengan ditemukannya lebih dari 9.609 jenis Indonesia yang dapat dimanfaatkan sebagai obat⁴. Sekitar 12 ribu senyawa telah berhasil diisolasi dari berbagai tumbuhan herbal di dunia, tetapi diperkirakan jumlah ini hanya mewakili 10% dari jumlah total senyawa yang dapat diekstraksi dari semua tanaman obat⁵.

Sehat merupakan prioritas utama dalam kehidupan manusia. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, sehat diartikan sebagai suatu keadaan seluruh badan dan bagian-bagiannya terbebas dari rasa sakit⁶. Sehat juga dapat didefinisikan sebagai keadaan dari kondisi fisik yang baik, keadaan mental yang baik, dan juga sejahtera secara sosial, tidak hanya berarti tidak adanya penyakit dalam diri seseorang atau lemah dan cacat. Pola hidup sehat didapat dari gaya hidup yang memperhatikan kebutuhan tubuhnya. Orang yang rajin berolahraga, mengonsumsi makanan bergizi, dan tidur yang cukup, cenderung memiliki kesehatan yang optimal. Hal ini juga akan berdampak pada kehidupan seseorang secara keseluruhan. Di sisi lain, pola hidup tidak sehat dan tidak memperhatikan keadaan tubuhnya, seperti kurang berolahraga, pola makan yang tidak seimbang, dan kurang istirahat dapat memicu berbagai penyakit dan menurunkan kualitas hidup seseorang⁷.

Seiring dengan bertambahnya umur, lansia sangat rentan dengan menurunnya status kesehatan fisik. Bertambahnya usia seseorang dapat menimbulkan munculnya berbagai penyakit, fungsi tubuh yang menurun, kurangnya keseimbangan tubuh dan risiko terjatuh. Semakin

² Nurmayulis Dan et al., Potensi Tumbuhan Obat dalam Upaya Pemanfaatan Lahan Pekarangan oleh Masyarakat Desa Cimenteng Kawasan Taman Nasional Ujung Kulon, vol. 4, 2015.

³ Fajar Hidayanto et al., "Tanaman Herbal Sebagai Tanaman Hias Dan Tanaman Obat," *Inovasi Dan Kewirausahaan* 4, no. 1 (2015).

⁴ Hendri Wasito, "Meningkatkan Peran Perguruan Tinggi melalui Pengembangan Obat Tradisional," *Mimbar: Jurnal Sosial Dan Pembangunan* 24 (July 2008): 117–27.

⁵ Linda C Tapsell et al., "Health Benefits of Herbs and Spices: The Past, the Present, the Future," *Medical Journal of Australia* 185, no. S4 (August 21, 2006), <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.2006.tb00548.x>.

⁶ "Kamus Besar Bahasa Indonesia VI Daring," Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>.

⁷ Andry Septianto, Syahreen Nurmutia, and Niera Feblidiyanti, "Hal (55-62) @Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pamulang" 1, no. 2 (2020).

bertambahnya usia lansia, sistem kekebalan akan juga semakin menurun⁸. Lebih lanjut, faktor-faktor seperti lingkungan yang stres, kondisi ekonomi yang memburuk pasca pensiun, dan gaya hidup tidak sehat yang ditandai dengan kurangnya aktivitas fisik serta pola makan yang tidak sehat, dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit⁹ dan menurunkan kualitas hidup lansia¹⁰.

Meningkatnya penyakit pada lansia dapat menurunkan kualitas hidup mereka secara signifikan. Salah satu cara efektif yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kesehatan tubuh, yaitu penggunaan jamu herbal atau membiasakan diri meminum susu UHT. Susu UHT diyakini dapat meningkatkan stamina bagi lansia. Susu UHT (ultra high temperature) merupakan susu yang telah melalui proses khusus dengan cara disterilisasi sehingga dapat disimpan lebih lama pada suhu ruang sebelum kemasan dibuka. Selain air, komposisi susu dalam jumlah yang proporsional terdiri dari protein, karbohidrat, lemak, vitamin (termasuk A, C, dan D), mineral, dan enzim-enzim. Manfaat susu ini merupakan hasil dari interaksi molekul-molekul yang terkandung di dalamnya¹¹. Sayangnya harga susu UHT ini harganya tergolong mahal sehingga sulit untuk dijangkau masyarakat golongan ekonomi menengah ke bawah.

Minuman herbal dapat menjadi alternatifnya. Minuman jamu merupakan minuman tradisional yang sudah diwariskan turun-temurun dan masih terus dilestarikan serta dikembangkan hingga saat ini. Bahan baku yang digunakan diperoleh dari berbagai tanaman herbal yang tumbuh di lingkungan sekitar. Jamu sebagai minuman herbal menjadi salah satu gambaran kearifan lokal dan kekayaan budaya yang berkembang di masyarakat karena manfaatnya dipercaya oleh masyarakat dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit tanpa menimbulkan efek samping¹². Jamu bisa menjadi pengobatan alternatif untuk memperkuat sistem imun tubuh manusia. Selama berabad-abad, jamu menjadi obat herbal tradisional Indonesia yang telah dipraktikkan di masyarakat untuk menjaga kesehatan dan mengobati berbagai macam penyakit. Meskipun di pasaran banyak obat-obatan modern dapat dengan mudah ditemukan, tetapi jamu masih sangat populer, baik di daerah pedesaan maupun perkotaan¹³.

⁸ Amir A. Sadighi Akha, “Aging and the Immune System: An Overview. Journal of Immunological Methods,” *Journal of Immunological Methods* 463 (December 2018): 21–26.

⁹ Maria Stanhope and Jeanette Lancaster, “Public Health Nursing: Population-Centered Health Care in the Community.” (St. Louis, Missouri, 2020).

¹⁰ Stefanus Mendes Kiik, Junaiti Sahar, and Henny Permatasari, “Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (LANSIA) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan,” *Jurnal Keperawatan Indonesia* 21, no. 2 (July 15, 2018): 109–16, <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>.

¹¹ Astawan, “Lebih Baik Mengonsumsi Susu Segar,” <http://susukambingbandung.com/berita/detail/lebih-baik-%20mengonsumsi-susu-segar-3488.html>, February 24, 2015, <http://susukambingbandung.com/berita/detail/lebih-baik-%20mengonsumsi-susu-segar-3488.html>.

¹² Deby Lia Isnawati, Minuman Jamu Tradisional sebagai Kearifan Lokal Masyarakat di Kerajaan Majapahit pada Abad Ke-14 Masehi, *Jurnal Pendidikan Sejarah*, vol. 11, 2021, <https://www.google.com./amp/s/www.goodnewsfromindonesia.id/2017/0>.

¹³ Elfahmi, Herman J. Woerdenbag, and Oliver Kayser, “Jamu: Indonesian Traditional Herbal Medicine towards

Jamu digunakan karna dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan dengan manfaatnya yang beragam. Selain harga bahan baku yang murah dan mudah ditemukan, masyarakat juga dapat membuat sendiri dirumah untuk dikonsumsi atau dijual kembali. Tanaman herbal yang dapat dikonsumsi dan dibuat menjadi jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh antara lain adalah temulawak, kunyit, dan jahe. Selain bahan utama tersebut, bahan lain seperti kayu manis, serai, dan gula aren dapat ditambahkan untuk menambah rasa dan memberi aroma yang menggugah selera¹⁴.

Desa Pekauman merupakan sebuah desa yang ada di Kecamatan Grujungan Kabupaten Bondowoso, Jawa Timur. Mata pencaharian utama dari Masyarakat Desa Pekauman yaitu bertani, berkebun, dan berternak sapi. Sebagian masyarakat Pekauman memiliki tanaman obat keluarga (toga) di belakang rumahnya seperti kunyit, lengkuas dan jahe. Tetapi kebanyakan bahan tersebut berakhir sebagai bumbu dapur.

Berdasarkan hasil Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilakukan oleh Desi Heltina, dkk dalam Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat, jamu tradisional dapat meningkatkan imunitas tubuh sehingga dapat memutus rantai penularan penyakit karena terdapat zat antibody seperti *ciclo*, *zingiberene*, *curcuma* dan kaya antioksidan¹⁵. Dengan meningkatnya sistem imun, jamu dapat menjadi obat alternatif untuk memutus wabah penyakit baik itu epidemi maupun pandemi¹⁶. Selain untuk meningkatkan imunitas tubuh, jamu herbal yang diolah menjadi kemasan juga dapat dijadikan sebagai ide bisnis, dimana produk jamu herbal ini dapat dijual dengan harga yang lebih baik^{17,18}.

Dengan demikian, berdasarkan uraian diatas maka tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pendampingan pelatihan pembuatan jamu herbal sebagai pengganti susu UHT bagi lansia yang ada di Desa Pekauman, Kecamatan Grujungan, Kabupaten Bondowoso.

METODE PENELITIAN

Subjek yang melakukan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari 2 orang Dosen

Rational Phytopharmacological Use,” *Journal of Herbal Medicine* 4, no. 2 (June 2014): 51–73, <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2014.01.002>.

¹⁴ Adristy Ratna Kusumo et al., “Jamu Tradisional Indonesia: Tingkatkan Imunitas Tubuh secara Alami Selama Pandemi,” *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)* 4, no. 2 (November 29, 2020): 465.

¹⁵ Desi Heltina et al., “Pelatihan Pembuatan Jamu Dalam Upaya Meningkatkan Imunitas Masyarakat Kelurahan Muara Fajar Timur Kecamatan Rumbai Pekanbaru,” *Unri Conference Series: Community Engagement* 3 (March 1, 2022): 445–49, <https://doi.org/10.31258/unricsce.3.445-449>.

¹⁶ Rahayu Lubis, “Herbal Drinks to Increase Immunity in the Covid-19 Pandemic,” *Pengabdian Kepada Masyarakat* 7, no. 2 (2022): 761–71.

¹⁷ Mujtahid Bin Abd. Kadir et al., “Pelatihan Pembuatan Jamu Instan untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh di Desa Kemaduh, Nganjuk,” *Jurnal Abdi Masyarakat* 5, no. 2 (April 27, 2022).

¹⁸ P Deoranto et al., “Antioxidant Analysis of Instant Herbal Beverages Ingredients,” *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science* 733, no. 1 (April 1, 2021): 012133, <https://doi.org/10.1088/1755-1315/733/1/012133>.

Universitas Ibrahimy yaitu Bapak M. Hilmy Hidayatullah, S.Pd.I, M.Pd sebagai koordinator, dan Bapak Albadri sebagai anggota. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Pekauman, Kecamatan Grujungan, Kabupaten Bondowoso. Pendekatan atau metode pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan pelatihan, pendampingan dan demonstrasi yang dilakukan di Balai Desa Pekauman sebagai upaya untuk menjaga kesehatan masyarakat serta dapat bernali ekonomi karena dikemas dengan *packaging* yang *eye catching* sehingga menjadi layak jual. Pendekatan ini dikenal juga dengan ABCD atau *Asset Based Community-driven Development*, yaitu sebuah metode pemberdayaan masyarakat yang sangat efektif menggalikembangkan semua potensi yang ada di masyarakat¹⁹. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut.

1. Persiapan

Proses pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan bagian tahapan Persiapan. Pada bagian persiapan ini, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan koordinasi dengan pemerintah setempat, kepala desa, dan masyarakat guna menemukan potensi yang ada, baik potensi SDM maupun SDA. Kegiatan pengenalan dan koordinasi ini dilaksanakan pada hari Rabu, 02 Agustus 2023.

2. Pelaksanaan

Setelah dilakukan bagian persiapan, maka dilanjutkan dengan melakukankegiatan selanjutnya, yaitu bagian pelaksanaan. Bagian dalam tahap pelaksanaan dilakukan di dua tempat, yaitu di Balai Desa Pekauman Dusun Krajan dengan sasaran ibu-ibu PKK, dan Dusun Daringan dengan sasaran masyarakat umum. Jamu yang dibuat yaitu, jamu beras kencur, alang-alang, serbuk kunyit dan permen jahe.

Selain pembuatan jamu herbal, tim pengabdian kepada masyarakat juga mengadakan pelatihan marketing guna memasarkan produk herbal tersebut ke pasar yang lebih luas, baik online maupun offline. Adapun sasaran dari kegiatan ini adalah ibu-ibu PKK dan masyarakat Dusun Daringan.

3. Evaluasi

Evaluasi kegiatan ini dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan pembuatan jamu dari tanaman herbal. Evaluasi formatif dilakukan dengan sesi tanya jawab dan diskusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari proses pengabdian ini merupakan masyarakat dapat membuat jamu sendiri dan dapat memproduksinya di rumah. Tahapan pengabdian ini, yaitu:

¹⁹ Riset Berbasis Komunitas et al., *PANDUAN Penulis*, n.d., <http://litapdimas.kemenag.go.id/publication>.

1. Perencanaan

Perencanaan merupakan tahapan paling awal sebelum melakukan praktik pembuatan jamu. Perencanaan yang dilakukan yaitu, koordinasi kepada kepala desa Pekauman. Koordinasi dilakukan dengan pengenalan para anggota serta memperkenalkan pengabdian yang dilakukan. Para tim melakukan diskusi dengan kepala desa. Seperti pemaparan perumusan masalah yang ada dan kelebihan dari penggunaan jamu. Berikut dokumentasi diskusi dengan kepala desa.



Gambar 1. Observasi dan diskusi bersama Kepala Desa dan Tokoh Masyarakat Pekauman

2. Persiapan

Persiapan dilakukan dengan mengumpulkan para masyarakat, menyiapkan bahan, dan pembuatan label.

Pengumpulan masyarakat dilakukan di dua tempat, yaitu di balai desa Pekauman dan di Dusun Daringan. Masyarakat yang berkumpul di balai desa, seperti ibu-ibu PAUD yang dibantu oleh ibu kepala desa. Sedangkan untuk Dusun Daringan, yaitu dengan mengumpulkan masyarakat sekitar.

Penyiapan bahan dilakukan dengan minta bantuan kepada masyarakat.

Tabel 1. Bahan-bahan yang Digunakan

Nama jamu	Bahan
Jamu beras kencur	Kencur, Beras, Gula merah, Jahe, Gula pasir, air
Jamu alang-alang	Alang-alang, serai, jahe, gula merah, kayu manis, air
Serbuk kunyit	Kunyit, gula pasir
Permen jahe	Jahe, gula pasir, madu, jeruk nipis, cengkeh, air



Gambar 2. Jenis-jenis Bahan yang Digunakan

3. Pelaksanaan

Tahap pembuatan adalah tahap yang paling utama dalam kegiatan ini. Pelaksanaan pelatihan pembuatan jamu dilakukan di dua tempat, yaitu Balai Desa Pekauman (Dusun Krajan), dan di Dusun Daringan. Pelatihan pertama dilakukan di Balai Desa Pekauman yang di hadiri oleh para ibu-ibu PKK dan para kader POSYANDU. Sedangkan pelatihan pembuatan jamu di Dusun Daringan dihadiri oleh masyarakat yang ada disekitar Dusun. Alasan menyelenggarakan pelatihan di dua tempat ini yaitu supaya meratanya pengetahuan tentang pembuatan jamu.

Pelatihan yang pertama dilakukan di Balai Desa Pekauman yang dilaksanakan pada hari senin, 04 september 2023 pukul 08:30 - 11:00. Sebelum melakukan pelatihan pembuatan jamu, para tim mempersiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan dan mengumpulkan para ibu kader dan ibu- ibu PKK. Bahan yang sudah disiapkan dicuci terlebih dahulu, sedangkan bahan yang akan digunakan ditimbang terlebih dahulu. Jamu yang dibuat berupa jamu beras kencur, jamu alang-alang, jamu kunyit asam, serbuk kunyit, dan permen jahe.

Sebelum melakukan pelatihan pembuatan jamu, para tim menjelaskan terlebih dahulu jenis jamu yang akan dibuat, bahan yang dibutuhkan, dan cara pembuatannya. Para tim juga meminta para ibu-ibu yang hadir agar dapat membantu dalam pembuatan jamu. Hal ini bertujuan agar para

ibu-ibu lebih cepat mengerti dan meminimalisir kesalahan ketika di praktikkan di rumah. Hasil jamu yang dibuat kemudian di minum bersama, para tim juga membawa hasil produk yang sudah dibuat terlebih dahulu untuk dicicipi oleh ibu-ibu yang ada. Sesi terakhir dilakukan dengan sesi tanya jawab.



Gambar 3. Pelatihan pembuatan jamu di Balai Desa Pekauman, Dusun Krajan

Pelatihan yang kedua dilaksanakan di Dusun Daringan RT 03. Pelatihan tersebut dihadiri oleh masyarakat yang ada disekitar Dusun Daringan. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 07 s.d. 08 sepeptember 2023 pukul 19:00 WIB.



Gambar 4. Pelatihan pembuatan jamu di Dusun Daringan

Pada pelatihan pembuatan jamu ini, para tim juga menjelaskan tentang manfaat dari penggunaan jamu tersebut.

- a) Jahe : anti peradangan, mencegah masalah kulit, mencegah penyakit kanker, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, obat flu, membantu menurunkan berat badan, mengurangi rasa mual, mengurangi nyeri, mendetoksifikasi tubuh dari racun, dan sebagainya.
- b) Kunyit : anti kanker, menurunkan demam, anti inflamasi, gangguan hati, obat pada tukak lambung, antioksidan, antitumor, obat batuk, antidiabetes, obat liver, gangguan Alzheimer, penyakit GOUT.
- c) Kencur : menambah nafsu makan, ekspektoran, pereda batuk, disentri, tonikum, infeksi bakteri, pilek, dan sakit perut.
- d) Alang-alang : membantu dalam penyembuhan panas dalam, mimisan, asma, susah buang air kecil, kencing manis, keputihan, diare, dan muntah darah, anti hipertensi, demam.
- e) Gula aren : gula aren digunakan bukan hanya sekedar untuk pemanis alami, tetapi lebih dari itu, gula aren memiliki berbagai manfaat karena memiliki kandungan gizi yang tinggi diantaranya: karbohidrat, kalori, fosfor, kalsium dan besi .

4. Labelling dan marketing

Hasil jamu yang sudah diolah oleh peserta pelatihan kemudian dipacking dengan *packaging* yang menarik, misalnya dengan botol bersegel, *standing pouch* dan kotak manisan sehingga menjadikan produk jamu herbal menjadi produk dengan daya jual yang tinggi. Pemberian label dengan desain yang menarik juga dapat menarik minat masyarakat untuk membeli produk ini. Berikut dokumentasi proses *labelling* dan penjualan produk.



Gambar 5. Proses pengemasan produk



Gambar 6. Produk yang dihasilkan berupa jamu bubuk, cair dan permen

Setelah produk dikemas dan diberi label, selanjutnya produk tersebut dijual kepada masyarakat dengan beberapa metode, baik melalui offline seperti *door to door*, penjualan melalui IKSSASS, melalui BUMDes Pekauman, *stand bazaar*, maupun melalui media *online*.



Gambar 7. Penjualan produk di Balai Desa Pekauman dan Lapangan Kecamatan Grujungan.

Setelah kegiatan pelatihan pembuatan jamu herbal, tim melakukan evaluasi melalui diskusi dan tanya jawab kepada peserta, guna mengetahui dampak dari pelatihan ini. Dari hasil tersebut, dapat diperoleh hasil sebagai berikut.

- a) Antusiasme peserta dalam mengikuti pelatihan sangat tinggi.
- b) Seluruh peserta memahami cara pembuatan jamu herbal dan dapat mempraktikkannya.
- c) Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi peserta, baik dalam hal meningkatkan imunitas maupun sebagai penghasilan tambahan dalam keluarga.
- d) Kegiatan ini menjadi program keberlanjutan yang dapat diteruskan oleh masyarakat setelah kegiatan pelatihan selesai.

Berdasarkan hasil tersebut, pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang

pelatihan pembuatan jamu herbal sebagai pengganti susu UHT berhasil dilaksanakan sesuai dengan yang direncanakan. Hal ini tidak lepas dari peran serta perangkat desa khususnya Kepala Desa Pekauman dan Ibu Kades yang berperan serta dalam mendukung kegiatan ini. Dukungan dari masyarakat dan pengurus IKASS juga menjadi faktor penting dari keberhasilan pelatihan ini.

Pelatihan pembuatan jamu dapat meningkatkan kesehatan dan ekonomi masyarakat khususnya di Desa Pekauman, Kecamatan Grujungan, Kabupaten Bondowoso. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Shaik dkk yang menyatakan bahwa minuman herbal yang berasal dari berbagai tumbuhan memiliki potensi komersialisasi yang tinggi, dan disajikan dengan produk minuman kesehatan dapat bermanfaat bagi kesehatan masyarakat²⁰.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa: Pelatihan pembuatan jamu herbal sebagai pengganti susu UHT telah berhasil dilaksanakan. Hal ini dapat terlihat karena peserta yang mengikuti kegiatan ini memahami cara pembuatan jamu herbal. Pelatihan ini sangat dirasa manfaatnya bagi masyarakat karena tidak hanya dapat meningkatkan imun tubuh, tetapi juga bernilai ekonomi. Program ini diharapkan dapat terus berlanjut setelah kegiatan pelatihan agar dapat membantu meningkatkan kesehatan dan taraf hidup masyarakat Desa Pekauman.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami sampaikan ucapan terima kasih kepada masyarakat Desa Pekauman, Kecamatan Grujungan, Kabupaten Bondowoso, pengurus Ikatan Santri dan Alumni Salafiyah-Syafi'iyah (IKSASS) Grujungan, serta, tanpa mengurangi rasa hormat, seluruh pihak yang telah mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- Abriyani, Ermi, Lia Fikayuniar, Safitri Fakultas Farmasi, and Universitas Buana Perjuangan Karawang. "Toga: Manfaat Dan Pengembangan Tanaman Jahe," 2023.
- Amir A. Sadighi Akha. "Aging and the Immune System: An Overview. Journal of Immunological Methods." *Journal of Immunological Methods* 463 (December 2018): 21–26.
- Astawan. "Lebih Baik Mengonsumsi Susu Segar." <http://susukambingbandung.com/berita/detail/lebih-baik-%20mengonsumsi-susu-segar-3488.html>, February 24, 2015. <http://susukambingbandung.com/berita/detail/lebih-baik-%20mengonsumsi-susu-segar-3488.html>

²⁰ M.I. Shaik, I.H. Hamdi, and N.M. Sarbon, "A Comprehensive Review on Traditional Herbal Drinks: Physicochemical, Phytochemicals and Pharmacology Properties," *Food Chemistry Advances* 3 (December 2023): 100460, <https://doi.org/10.1016/j.focha.2023.100460>.

%20mengonsumsi-susu-segar-3488.html.

Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. “Kamus Besar Bahasa Indonesia VI Daring,” 2016. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>.

Berbasis Komunitas, Riset, Andi Susilawaty Ramsiah Tasruddin Djuwairiah Ahmad, Muhsin Mahfudz Konsultan, Tim Babcock Joanna Ochocka Rich Janzen, Wahyuni Jaharuddin Penata Grafis, and Wiwied Widyaningsih. *PANDUAN Penulis*, n.d. <http://litapdimas.kemenag.go.id/publication>.

Dan, Nurmayulis, Nuniek Hermita, Jurusan Agroekoteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Sultan, Ageng Tirtayasa, Jl Raya, Jakarta Km, and Pakupantan Serang Banten. “Potensi Tumbuhan Obat Dalam Upaya Pemanfaatan Lahan Pekarangan Oleh Masyarakat Desa Cimenteng Kawasan Taman Nasional Ujung Kulon.” Vol. 4, 2015.

Deoranto, P, I A Dewi, A D P Citraresmi, I P Sari, and C Dewi. “Antioxidant Analysis of Instant Herbal Beverages Ingredients.” *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science* 733, no. 1 (April 1, 2021): 012133. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/733/1/012133>.

Elfahmi, Herman J. Woerdenbag, and Oliver Kayser. “Jamu: Indonesian Traditional Herbal Medicine towards Rational Phytopharmacological Use.” *Journal of Herbal Medicine* 4, no. 2 (June 2014): 51–73. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2014.01.002>.

Fahryl, Norman, and Novita Carolia. “Curcuma Domestica Val) Sebagai Terapi Artritis Gout Majority | Volume 8 | Nomor 1 | Maret,” 2019.

Heltina, Desi, Amun Amri, Silvia Reni Yenti, Komalasari Komalasari, Evelyn Evelyn, and Isna Rahma Dini. “Pelatihan Pembuatan Jamu Dalam Upaya Meningkatkan Imunitas Masyarakat Kelurahan Muara Fajar Timur Kecamatan Rumbai Pekanbaru.” *Unri Conference Series: Community Engagement* 3 (March 1, 2022): 445–49. <https://doi.org/10.31258/unricsce.3.445-449>.

HENDRI WASITO. “Meningkatkan Peran Perguruan Tinggi Melalui Pengembangan Obat Tradisional.” *Mimbar: Jurnal Sosial Dan Pembangunan* 24 (July 2008): 117–27.

Hidayanto, Fajar, Dedi Setia Ardi, Mohammad Zidni Ilmi, Iqbal Gifani Sutopo, Ashar Maulana Religia, Futihat Nikmatul Millah, Yuyun Novia Sari, Amelia Najmi Zakiyya, and dan Yessi Nurul Afifah. “Tanaman Herbal Sebagai Tanaman Hias Dan Tanaman Obat.” *Inovasi Dan Kewirausahaan* 4, no. 1 (2015).

Kadir, Mujtahid Bin Abd., Arif Nurma Etika, Elfred Rinaldo Kasimo, Moh Alimansyur, Tontowi Jauhari, Erik Irham Lutfi, Evi Husniati Sya’idah, and Bella Ainun Eka Wardani. “Pelatihan Pembuatan Jamu Instan Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Di Desa Kemaduh, Nganjuk.” *Jurnal Abdi Masyarakat* 5, no. 2 (April 27, 2022). <https://doi.org/10.30737/jaim.v5i2.2658>.

Kiik, Stefanus Mendes, Junaiti Sahar, and Henny Permatasari. “Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (LANSIA) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan.” *Jurnal Keperawatan Indonesia* 21, no. 2 (July 15, 2018): 109–16. <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>.

Kusumo, Adristy Ratna, Farrel Yumna Wiyoga, Haekal Putra Perdana, Izzatidiva Khairunnisa, Raihan Ibadurrohman Suhandi, and Shinta Sunja Prastika. “Jamu Tradisional Indonesia: Tingkatkan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi.” *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)* 4, no. 2 (November 29, 2020): 465. <https://doi.org/10.20473/jlm.v4i2.2020.465-471>.

Lia Isnawati, Deby. “Minuman Jamu Tradisional Sebagai Kearifan Lokal Masyarakat Di Kerajaan Majapahit Pada Abad Ke-14 Masehi.” *Journal Pendidikan Sejarah*. Vol. 11, 2021. <https://www.google.com./amp/s/www.goodnewsfromindonesia.id/2017/0>.

- Lubis, Rahayu. "Herbal Drinks to Increase Immunity in the Covid-19 Pandemic." *Pengabdian Kepada Masyarakat* 7, no. 2 (2022): 761–71.
- Septianto, Andry, Syahreen Nurmutia, and Niera Feblidiyanti. "Hal (55-62) @Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Pamulang" 1, no. 2 (2020).
- Setyawan, Eko, and Pandhu Putratama. "Optimasi Yield Etil P Metoksisinamat Pada Ekstraksi Oleoresin Kencur (Kaempferia Galanga) Menggunakan Pelarut Etanol" 1, no. 2 (2012): 31.
- Shaik, M.I., I.H. Hamdi, and N.M. Sarbon. "A Comprehensive Review on Traditional Herbal Drinks: Physicochemical, Phytochemicals and Pharmacology Properties." *Food Chemistry Advances* 3 (December 2023): 100460. <https://doi.org/10.1016/j.focha.2023.100460>.
- Solikhah, Mar'atus, Rondius Solfaine, and Teguh Widodo. "Uji Antipiretik Patch Ekstrak Etanol Alang-Alang Dengan Enhancer SPAN-80 Terhadap Temperatur Dan Jumlah Neutrofil Pada Tikus Putih." *Jurnal Farmasi Sains Dan Terapan (Journal of Pharmacy Science and Practice)* 8, no. 1 (March 21, 2021): 27–33. <https://doi.org/10.33508/JFST.V8I1.3088>.
- Stanhope, Maria, and Jeanette Lancaster. "Public Health Nursing: Population-Centered Health Care in the Community." St. Louis, Missouri, 2020.
- Sudiarto, Sudiarto, Rosmiati Saleh, Sawab Sawab, and Indar Widowati. "Nutritional Content of Functional Herbal Drinks Made from Palm Sugar Powder and Spice Powder." *AGRITEKNO: Jurnal Teknologi Pertanian* 11, no. 2 (September 22, 2022): 61–71. <https://doi.org/10.30598/jagritekno.2022.11.2.61>.
- Tapsell, Linda C, Ian Hemphill, Lynne Cobiac, David R Sullivan, Michael Fenech, Craig S Patch, Steven Roodenrys, et al. "Health Benefits of Herbs and Spices: The Past, the Present, the Future." *Medical Journal of Australia* 185, no. S4 (August 21, 2006). <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.2006.tb00548.x>.
- Tri Retno Handayani, Marybet, Ike Yulia Wiendarlina, Novi Fajar Utami, Siti Mahyuni, Fitria Dewi, Oom Komala, and Ema Hermawati. "JPMI (Jurnal Pengabdian Masyarakat Inovatif) Training on Making Herbal Drink to Increase Immunity in Pagelaran Village," 2021.
- Winarsih, Wiwin, Ietje Wientarsih, Lina Noviyanti Sutardi, Bagian Patologi, Bagian Farmasi, Departemen Klinik, and Reproduksi dan Patologi Fakultas Kedokteran Hewan Institut Pertanian Bogor Jln Agatis Kampus IPB Dramaga Bogor. "Aktivitas Salep Ekstrak Rimpang Kunyit Dalam Proses Persembuhan Luka Pada Mencit Yang Diinduksi Diabetes (The Activity of Turmeric Extract Ointment in the Wound Healing Process of Induced Diabetic Mice)," 2012.