

## FORMULASI PEMBUATAN PERMEN JAHE UNTUK MENINGKATKAN KETAHANAN FISIK LANSIA

Wati Sukmawati<sup>1)</sup>, Ari Widianti<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,

<sup>2)</sup>Fakultas Farmasi dan Sains

wati\_sukmawati@uhamka.ac.id.

### Abstract

This community service activity was carried out in the village of Dukuh Jeruk, this activity was a continuation of ginger processing. The partner of this activity is the Ginger SMEs which produce ginger powder drinks. At this time, researchers developed an innovation from processed ginger into ginger candy with the aim that ginger products can be consumed more practically. This ginger candy product has the main raw material of ginger. This service activity was attended by 25 participants who were carried out face-to-face. This activity begins with the preparation of proposals, taking care of licensing to partners, site surveys, preparation of tools and materials, implementation, and analyzing the findings of the activities. This activity is carried out from the beginning of the activity to the end it takes four months. The method used by researchers in this activity is by assisting the processing of ginger candy. The result of this activity is an increase in the knowledge and skills of participants in making ginger candy. Based on the observations, the participants were very enthusiastic about participating in this service activity and it was hoped that the sweets could be enjoyed by the elderly. The elderly who are the target of the activity can enjoy ginger practically and feel the benefits of ginger easily to maintain physical endurance.

*Keywords: ginger candy, elderly, physical endurance.*

### Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di desa Dukuh Jeruk, kegiatan ini merupakan kegiatan lanjutan dari pengolahan jahe. Mitra kegiatan ini adalah UMKM Jahe yang memproduksi minuman serbuk jahe. Pada kali ini, peneliti mengembangkan inovasi dari olahan jahe menjadi permen jahe dengan tujuan agar produk jahe dapat dikonsumsi lebih praktis lagi. Produk permen jahe ini memiliki bahan baku utama jahe. Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 25 orang peserta yang dilakukan secara tatapmuka. Kegiatan ini diawali dengan penyusunan proposal, mengurus perizinan kepada mitra, survei lokasi, persiapan alat dan bahan, pelaksanaan, dan menganalisis temuan hasil kegiatan. Kegiatan ini dilakukan dari awal kegiatan hingga akhir membutuhkan waktu empat bulan. Metode yang dilakukan oleh peneliti pada kegiatan ini adalah dengan cara pendampingan pengolahan permen jahe. Hasil kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan dan ketrampilan peserta dalam membuat permen jahe. Berdasarkan hasil pengamatan, peserta sangat antusias mengikuti kegiatan pengabdian ini dan diharapkan permen dapat dinikmati oleh lansia. Lansia yang menjadi target kegiatan dapat menikmati jahe secara praktis dan merasakan manfaatnya jahe dengan mudah untuk menjaga ketahanan fisik.

*Kata kunci: permen jahe, lansia, ketahanan fisik.*

### PENDAHULUAN

Jahe (*Zingiberaceae*) merupakan tanaman obat berupa tumbuhan rumpun berbatang semu. Jahe berasal dari Asia Pasifik yang tersebar dari India sampai Cina. Oleh karena itu kedua bangsa ini

disebut-sebut sebagai bangsa yang pertama kali memanfaatkan jahe terutama sebagai bahan minuman, bumbu masak dan obat-obatan tradisional. Manfaat jahe selain bisa untuk bumbu masakan, jahe juga dapat

menghilangkan rasa mual, atasi masuk angin, pereda kejang, anti pengerasan pembuluh darah, peluruh keringat.

Karena manfaat jahe yang begitu banyak, maka kami menciptakan produk baru yaitu Hard Candy Jahe yang memiliki multifungsi. Cukup praktis dan mudah dibawa kemana-mana. Permen dengan rasa dan aroma jahe segar, memiliki keunggulan dari jahe yang dapat berguna untuk kesehatan. Bagus untuk tenggorokan dan membuat tubuh menjadi hangat. Permen Jahe Sehat mempunyai misi untuk melestarikan tanaman jahe sehingga menjadi lebih bermanfaat terutama untuk kesehatan. Sehingga bisa memberikan kontribusi maksimal bagi dunia kesehatan. Agar permen jahe ini bisa berkembang menjadi Hard Candy jahe. Jahe Sehat mempunyai visi untuk terus memodernkan pembuatan permen jahe, melalui serangkaian riset untuk meningkatkan kualitas permen serta kuantitasnya sehingga dapat dinikmati oleh masyarakat dunia secara keseluruhan.

Resep Hard Candy Jahe adalah permen jahe yang ditambahkan dengan rempah lainnya dan menggunakan pemanis alami berupa gula aren. Proses pembuatan hard candy juga sudah lebih modern menggunakan peralatan berteknologi tinggi sehingga rasa jahe asli yang sangat berkhasiat menghangatkan badan dan dipercaya bisa mengatasi masuk angin tetap terjaga. Komposisi resep permen jahe berikut adalah komposisi untuk usaha jika untuk resep berdasarkan hasil riset tentu sudah menggunakan komposisi yang tepat.



**Gambar 1. Permen Jahe**

Jika untuk konsumsi dalam waktu yang lama permen jahe ini aman karena rasanya manis dan jahe nya terasa serta sensasinya didapat secara alami. Musim hujan atau masa pandemik ini kesehatan tubuh sangat harus diperhatikan dan mengkonsumsi permen jahe ini merupakan alternatif yang baik serta praktis untuk dinikmati dan dibawa kemana saja (Amir Nahla Alyssa, 2013).

Tujuan dari permasalahan produksi adalah memproduksi hard candy jahe dengan menggunakan teknologi sehingga dan komposisi yang pas adar manfaat dan rasa jahe dapat dinikmati banyak orang. Mitra PT. Global Heksa Natura dilakukan kerjasama dalam memproduksi hard candy jahe dengan rempah dan pemanis alami dari gula aren.

Bagi kehidupan manusia, jahe memberikan berbagai manfaat sebagai berikut(Sunaryo & Rahmania, 2015):

1. Menjadi obat penenang atau pereda stres, karena memiliki

- aroma relaksasi
2. Sebagai antiseptik
3. Dapat digunakan untuk bahan pengharum ruangan
4. Bermanfaat bagi produk kecantikan dan perawatan tubuh
5. Sebagai obat kompres demam
6. Sebagai bahan perawatan rambut, seperti pelembbut, anti ketombe, dan lainnya
7. Kandungan asam amino dan mineral yang baik untuk tubuh
8. Sebagai pencerna bahan kimia beracun dalam tubuh
9. Sebagai detoksifikasi sel dan darah

## **METODE**

Metode pelaksanaan kegiatan program inovasi ini dilakukan dengan cara pendampingan produksi hard candy jahe. Metode pendampingan dan pelatihan ini dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah mitra (Jana & Pamungkas, 2018). Instrumen yang dikembangkan dalam kegiatan pengabdian ini adalah angket, angket ini berupa pernyataan yang berisikan tentang respon peserta terhadap kegiatan yang dilakukan (Wati Sukmawati, Asep Kadaroman, Omay Suwarna, 2020).

Permen jahe merupakan salah satu jenis sediaan yang banyak digunakan karena mudah dalam penggunaan dan penyimpanan. Dalam pembuatan hard candy dibutuhkan zat aktif dan bahan tambahan. Bahan tambahan tersebut berupa bahan pengisi, bahan penghancur, bahan pengikat dan bahan pelicin.

Permen jahe yang dikonsumsi akan dipecah dalam tubuh kemudian melepaskan zat aktif pada proses disolusi agar dapat diabsorpsi ke dalam tubuh (Ekasari, 2013). Proses

pembuatan permen jahe meliputi tahapan:

### **Tahapan Persiapan**

Tahapan ini dimulai dengan menyiapkan alat dan bahan seperti agar-agar, jahe, air, dan gula.

### **Tahap pelaksanaan**

Pada tahapan ini mitra dikumpulkan dalam satu ruangan dan diberikan pendampingan dengan tahapan pembuatan permen jahe. Permen jahe adonan yang sudah dibentuk kemudian dijemur agar kering dan bisa dinikmati dalam waktu yang lama.

Diakhir kegiatan peserta diminta mengisi angket terkait peningkatan kemampuan membuat permen jahe.

### **Tahap Evaluasi**

Dilakukan pengolahan dan interpretasi data dari hasil angket yang diperoleh.

Prinsip dasar pembuatan permen jahe adalah dengan cara granulasi basah dilakukan ketika zat aktif yang terkandung memiliki sifat tahan lembab dan panas, sifat alir dan kemampuan kempa (kompresibilitas) yang buruk (Apriyanti & Balfas, 2019). Prinsip dasar metode ini adalah melakukan pencampuran zat aktif dan zat eksipien dengan menambahkan zat cairan pengikat sehingga menghasilkan massa cetak yang cukup lembab untuk dicetak menjadi permen jahe yang tidak rapuh (Suhery et al., 2016).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

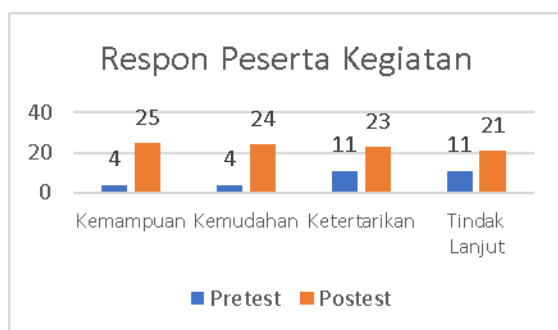
Kegiatan pendampingan yang pengabdian berikan kepada mitra diterima dengan baik oleh mitra, mitra merasa solusi yang diberikan oleh tim pengabdian merupakan hal konkret dan nyata untuk membantu permasalahan mitra yang selama ini belum ada solusinya

(Sukmawati & Sunaryo, 2021b).

Dalam kegiatan pendampingan ini, ampas yang awalnya dianggap tidak memiliki manfaat dan memiliki nilai jual yang cukup tinggi (Sukmawati & Sunaryo, 2021a).



Gambar 2. Proses Pendampingan



Gambar 3. Respon Peserta

Dalam kegiatan ini peserta diberikan pendampingan dalam membuat permen jahe. Diakhir kegiatan peserta diberikan angket dan berdasarkan data diperoleh informasi bahwa peserta mengalami peningkatan kemampuan dalam proses pengolahan permen jahe sebagian besar peserta belum mengetahui cara mengolah jahe menjadi permen. Sedangkan yang sudah mengetahui mereka hanya mengetahui permen jahe ting-ting yang teksturnya lembek.

Untuk membuat permen jahe yang keras seluruh peserta baru mengetahui caranya. Dengan kondisi tersebut, membuat peserta memiliki daya tarik lebih terhadap kegiatan ini sehingga dapat mengikuti kegiatan dengan fokus.

Dia awal kegiatan peserta

menganggap bahwa membuat permen jahe yang keras adalah sesuatu yang sulit dan tidak mungkin dibuat di rumah. Namun, setelah mengikuti kegiatan ini banyak peserta yang menganggap pembuatan permen jahe yang keras itu adalah sesuatu hal yang mudah. Karena peneliti mengajarkan cara pembuatan permen jahe tersebut dengan mudah maka sebagian besar peserta akhirnya tertarik dan akan melakukannya sendiri di rumah. Kegiatan ini juga akan dikembangkan oleh UMKM peserta kegiatan sehingga akan menambah produk hasil olahan jahe dan memiliki nilai jual yang tinggi karena dapat dinikmati dengan praktis serta lansia yang mengkonsumsinya dapat meningkatkan stamina tubuh.

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini dapat menjadi solusi dalam menikmati manfaat jahe secara praktis dan dapat dilakukan di rumah sehingga dapat meningkatkan stamina tubuh. Sebagian besar peserta merasa tertarik pada kegiatan pendampingan ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih pengabdian kepada LPPM UHAMKA yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini dan mitra yang ikut bekerjasama serta seluruh pihak yang membantu atas terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amir Nahla Alyssa, P. F. L. (2013). Pengambilan Oleoresin Dari Limbah Ampas Jahe Industri Jamu (PT. SIDO MUNCUL) dengan Metode Ekstraksi. *Jurnal Teknologi Kimia Dan Industri*, 2(3), 88–95.
- Apriyanti, S., & Balfas, R. F. (2019). Uji Kerapuhan Granul Pati

- Bonggol Pisang Dengan Metode Granulasi Basah. *Journal of Pharmacy UMUS*, 01(1), 12–17.
- Ekasari, V. G. Y. (2013). Fabrikasi Dssc dengan Dye Ekstrak Jahe Merah (Zingiber Officinale Linn Var. Rubrum) Variasi Larutan Tio<sub>2</sub> Nanopartikel Berfase Anatase dengan Teknik Pelapisan Spin Coating. *Jurnal Sains Dan Seni ITS*, 2(1), B15–B20.  
[http://www.ejurnal.its.ac.id/index.php/sains\\_seni/article/view/2513](http://www.ejurnal.its.ac.id/index.php/sains_seni/article/view/2513)
- Ibarahim, A., M., & et all. (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 Functi. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 3(2), 530–541.
- Jana, P., & Pamungkas, B. (2018). Pelatihan Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru Sd Negeri Guwosari. *Abdimas Dewantara*, 1(1), 39.  
<https://doi.org/10.30738/ad.v1i1.2289>
- Ni Made Ayu Suardani S1\*., Ni Made Darmadi2, A. A. M. S. (2016). Unmas Denpasar 362 TEKNOLOGI PENGOLAHAN DAN PENGAWETAN JAHE SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN KESEJAHTERAAN KELOMPOK WANITA TANI DI DESA PETANG. *Inovasi*, 11, 932–940.
- Suhery, W. N., Fernando, A., & Giovanni, B. (2016). Comparison Method Wet Granulation and Direct Compression of Physical Properties and Disintegration Time of Orally Disintegrating Tablets Piroxicam. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 2(2), 138–144.  
<http://jsfkonline.org/index.php/jsfk/article/view/65>
- Sunaryo, H., & Rahmania, R. A. (2015). Aktivitas Antioksidan Kombinasi Ekstrak Jahe Gajah ( Zingiber officinale Rosc .) dan Zink Berdasarkan Pengukuran MDA , SOD dan Katalase pada Mencit Hiperkolesterolemia dan Hiperglikemia dengan Penginduksi Streptozotisin Antioxidant Activity of Combination. *Jurnal Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 13(2), 187–193.
- Wati Sukmawati, Asep Kadaroman, Omay Suwarna, W. S. (2020). *Development Of Teaching Materials Based On Conceptual Change Text On Redox Materials For Basic Chemicals On Redox Concept*. 12(2), 243–251.  
<http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/edusains/article/view/15090/pdf>
- Sukmawati, W., & Sunaryo, H. (2021a). Pendampingan Pemasaran Produk Umkm Minuman Serbuk Jahe Instan Di Masa Pandemi Covid-19. *Martabe: Jurnal Pengabdian ...*, 5.  
<http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe/article/view/3782>
- Sukmawati, W., & Sunaryo, H. (2021b). Pendampingan Perizinan Produk Industri Rumah Tangga (PIRT) Minuman Serbuk Jahe Instan. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12(3), 401–406.

Wati Sukmawati,dkk. Formulasi Pembuatan Permen Jahe Untuk Meningkatkan ...

<https://doi.org/10.26877/e-dimas.v12i3.5809>