

## SOSIALISASI PEMBUATAN JAMU EMPON –EMPON SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN TERHADAP PAPARAN COVID-19 DI WILAYAH TANGERANG SELATAN

Muhammad Zahran Putra Sardjono<sup>1</sup>, Ratna Yuningsih<sup>2</sup>, Nafisha Hanum<sup>3</sup>, Tria Astika Endah Permatasari<sup>4,\*</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Ilmu Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>2</sup>Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>3</sup>Jurusan Komisi Penyiaran Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>4</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Kota Jakarta Pusat, 10510

\*Email : tria.astika@umj.ac.id

### ABSTRAK

Salah satu upaya pencegahan penyebaran terhadap paparan virus Covid-19 pada masa *new normal* adalah menerapkan pola konsumsi pangan sehat untuk meningkatkan imunitas tubuh. Selain itu, diperlukan juga berbagai upaya strategis untuk meningkatkan perekonomian masyarakat melalui kelompok ekonomi kreatif, dimana rendah modal dengan keuntungan yang optimal. Hal ini juga ditegaskan dalam Keputusan Menteri Kesehatan nomor HK.01.07/MENKES/328/2020 tentang Panduan Pencegahan dan Pengendalian Covid-19 di tempat kerja perkantoran dan industri dalam mendukung keberlangsungan usaha pada situasi pandemi. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah melakukan sosialisasi mengenai pembuatan jamu empon-empon sebagai upaya pencegahan Covid-19 di wilayah Tangerang Selatan. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam 2 (dua) bentuk yaitu; 1) penyuluhan secara langsung ke rumah warga (door to door), dan 2) melalui video edukasi yang diunggah dalam platform media sosial seperti youtube dan Instagram yaitu mengenai pembuatan jamu empon-empon. Bahan baku yang digunakan pada pembuatan jamu tersebut mudah diperoleh dengan harga yang murah bahkan dapat ditanam di pekarangan rumah. Hasil dari pembuatan jamu empon-empon tersebut dibagikan secara gratis pada warga di Desa Poncol, Kelurahan Cirendeui, kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meluasnya informasi dan keterampilan warga dalam pembuatan jamu empon-empon. Selain itu, dapat meningkatkan pemanfaatan pekarangan rumah untuk menanam empon-empon. Perlu dilakukan pendampingan secara intensif kepada warga dalam pembuatan jamu empon-empon yang dapat dimodifikasi dengan bahan pangan lainnya sampai dilakukan proses pengemasan sehingga dihasilkan produk jamu empon-empon yang bermanfaat bagi kesehatan dan bersifat komersil untuk meningkatkan perekonomian warga.

Kata kunci: Covid-19, jamu empon-empon, ekonomi kreatif, new normal, imunitas

### ABSTRACT

*One of the efforts to prevent the spread of exposure to the Covid-19 virus during the the new normal is to apply healthy food consumption patterns to increase body immunity. various strategic efforts are also needed to improve the community's economy through the creative economy group, which is low in the capital with optimal profits. This was also confirmed in the Decree of the Minister of Health number HK.01.07/MENKES/328/2020 concerning Guidelines for the Prevention and Control of Covid-19 in office and industrial workplaces in supporting business continuity in a pandemic situation. The purpose of community is to disseminate information regarding the manufacture of condiment herbal medicine to prevent Covid-19. Community service activities carried out in 2 (two) forms, namely; 1) direct counseling to residents' homes, and 2 educational on social media platforms such as YouTube and Instagram. The raw materials used in the manufacture of herbal medicine are easily obtained at low prices and can even be planted in the yard of the house. The results of the making of these condiment herbs are distributed free of charge to residents in Poncol Village, Cirendeui, East Ciputat t, South Tangerang City. The expansion of information and skills of residents in the manufacture of condiment herbal medicine. It is necessary to provide intensive assistance to residents in the manufacture of condiment herbal until the packaging process is carried out so that the condiment herbal medicine product is produced which is beneficial to health and is commercial to improve the people's economy.*

**Keywords:** Covid-19, creative economy, condiment herbal, new normal, immunity

## 1. PENDAHULUAN

Perbaikan pola konsumsi pangan yang mengarah pada pemanfaatan pangan lokal dengan kandungan tinggi vitamin, mineral, antioksidan serta zat-zat lainnya yang dapat meningkatkan imunitas tubuh diperlukan pada masa new normal Covid-19. Kondisi ini semakin diperlukan bagi individu yang memiliki penyakit komorbid seperti diabetes melitus, obesitas, hipertensi, dan penyakit penyerta lainnya yang dapat meningkatkan risiko terhadap paparan maupun keparahan jika menderita penyakit infeksi tersebut (Ardiani, Permatasari, dan Sugiatmi, 2020). Ernirita et al (2020) melaporkan hasil penelitiannya bahwa adanya kontak dengan penderita penyakit infeksi dan rendahnya status gizi merupakan faktor yang signifikan terhadap terjadinya suatu penyakit (Ernirita et al, 2020). Oleh karena itu, pola konsumsi yang sehat salah satunya adalah memanfaatkan produk pangan lokal misalnya empon-empon dapat direkomendasikan untuk dikonsumsi sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh karena emponempon mengandung antioksidan yang tinggi dan zat-zat lainnya yang dapat menambah imunitas tubuh (Kemenkes RI, 2020). Pembentukan imunitas tubuh terjadi sejak periode awal kehidupan, terutama pada saat pemberian ASI eksklusif. ASI mengandung berbagai immunoglobulin yang dapat meningkatkan imunitas tubuh (Permatasari et al., 2018; Permatasari, et al., 2020).

Empon-empon yaitu seperti kunyit, jahe, sereh, temulawak, dan rempah-rempah lainnya merupakan bahan pangan lokal yang memiliki manfaat kesehatan yang tinggi. Selain itu ketersediaan bahan baku yang mudah ditanam dan tidak memerlukan pekarangan yang luas, membuat peluang yang baik untuk dikembangkan menjadi produk komersil yang bernilai ekonomi tinggi. Hal ini sejalan dengan

Pemanfaatan jamu empon-empon ini sejalan dengan usaha pemerintah dalam menggerakkan ekonomi kreatif. Dalam Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/MENKES/328/2020 tentang Panduan Pencegahan dan Pengendalian Covid-19 di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha pada Situasi Pandemi juga menjelaskan bahwa diperlukan upaya yang dapat meningkatkan keberlangsungan usaha untuk mempertahankan

tingkat ekonomi masyarakat (Kemenkes, 2020).

Upaya sinergis dalam menghadapi Covid-19 perlu dilakukan secara bersama dan multisektoral. Selain diperlukan sosialisasi, edukasi, serta pendampingan pada masyarakat untuk memberikan suatu keterampilan praktis yang bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan serta kesejahteraannya maka diperlukan upaya pemberdayaan masyarakat yang terus menerus. Berbagai upaya edukasi dan kegiatan lainnya telah dilaporkan dapat memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, perilaku yang lebih baik sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan maupun kesejahteraan masyarakat (komalasari et al., 2020; Permatasari et al., 2021; Permatasari et al., 2021). Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan sosialisasi pembuatan jamu empon-empon sebagai upaya pencegahan terhadap paparan covid-19 di Desa Poncol wilayah tangerang selatan dimana tingkat pemahaman warga terhadap pencegahan paparan Covid-19 masih rendah.

Memberikan sosialisasi kepada masyarakat terkait pembuatan jamu empon-empon yang berguna untuk meningkatkan imunitas dan menjaga kesehatan

## 2. METODE

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam 2 (dua) bentuk yaitu; 1) penyuluhan secara langsung ke rumah warga (*door to door*), dan 2) melalui video edukasi yang diunggah dalam platform media sosial seperti youtube dan Instagram yaitu mengenai pembuatan jamu empon-empon. Bahan baku yang digunakan pada pembuatan jamu tersebut mudah diperoleh dengan harga yang murah bahkan dapat ditanam di pekarangan rumah. Sosialisasi pembuatan jamu empon-empon dilakukan pada warga di wilayah RT 005/RW 002, Kelurahan Cirende, kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten. Mitra tersebut dipilih karena tingkat penularan Covid-19 di wilayah tersebut masih tinggi. Hal ini disebabkan masih minimnya tingkat kesadaran dan perilaku warga dalam mencegah paparan Covid-19. Selain itu, warga diberikan juga jamu empon-empon yang telah dibuat.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan beberapa tahapan yaitu:

### Tahap I Persiapan bersama Tim

Pada tahap ini, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan identifikasi masalah mitra dan menetapkan bentuk kegiatan yang akan dilakukan



Gambar 1. Diskusi Persiapan Kegiatan

### Tahap II Survey Lokasi Kegiatan

Pada tahap ini, dilakukan survey ke lokasi tempat akan diadakannya kegiatan yaitu Desa Poncol RT 05 RW 02, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten.



Gambar.2 Survey Lokasi Mitra

### Tahap III Proses Persiapan dan Pembuatan Jamu Empon-Empon

Pembuatan dan Penyuluhan pembuatan Jamu Empon-Empon untuk meningkatkan imunitas dan menjaga kesehatan sebagai upaya pencegahan covid 19.



Gambar 3. Proses Pembuatan Jamu Empon-Empon

### Tahap IV Penyerahan dan Penyuluhan Empon-Empon

Pada tahap ini merupakan tahap ini kami melakukan penyerahan dan penyuluhan pembuatan Jamu Empon-empon kepada mitra sasaran yang dibantu oleh Ketua RT 005 Desa Poncol untuk pembagian dan penyuluhan mengenai Jamu Empon-empon strategis tempat sering berlangsungnya kegiatan pembagian bakti sosial. Selain penyerahan Jamu Empon-empon juga membagikan hand Sanitizer, dan melakukan penempatan tempat cuci tangan Masker kepada warga Desa Poncol.



Gambar 4. Proses Penyerahan Baksos

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meluasnya informasi dan keterampilan warga dalam pembuatan jamu empon-empon. Selain itu, dapat meningkatkan pemanfaatan pekarangan rumah untuk menanam empon-empon. Hasil pembuatan jamu empon-empon juga dibagikan kepada warga untuk dapat dikonsumsi secara langsung.

### Pembuatan dan Penyuluhan Jamu Empon-Empon

Empon-empon banyak mengandung senyawa berkhasiat di antaranya adalah kurkumin yang terdapat pada kunyit dan temulawak sebagai antioksidan yang tinggi (Kemenkes RI, 2020). Selain kurkumin, di dalam temulawak juga terdapat senyawa fenol yang berfungsi sebagai antioksidan karena kemampuannya meniadakan radikal-radikal bebas dan radikal peroksida sehingga efektif dalam menghambat oksidasi lipida. Gingerol,

shogaol, zingeron, dan diarilheptanol merupakan senyawa antioksidan yang terdapat dalam jahe (*Zingiber officinale*). Kunyit (*C. domestica*) mempunyai kandungan kimia flavonoid dan minyak atsiri yang berpotensi sebagai antioksidan (Rachman, et al, 2008). Selain empon-empon, terdapat juga berbagai jenis makanan lainnya yang berperan dalam meningkatkan imunitas tubuh seperti pada produk pangan hewani misalnya ikan gabus. Ikan yang dapat dilakukan budidaya dengan mudah, mengandung tinggi protein dan albumin yang berperan dalam meningkatkan imunitas tubuh (Kurniaty et al., 2019; Permatasari et al., 2021). Upaya lainnya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan nilai gizi makanan adalah melalui fortifikasi pangan yaitu menambahkan zat gizi mikro esensial dari vitamin dan mineral yang dibutuhkan dalam pemenuhan kebutuhan asupan makanan sehingga dapat meningkatkan status gizi. Secara umum status gizi tersebut bersifat sinergis terhadap peningkatan imunitas tubuh (Permatasari et al., 2021).

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pembuatan jamu empon-empon pada warga di Desa Poncol dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan warga untuk secara mandiri dapat menghasilkan jamu empon-empon. Selain itu pemanfaatan pekarangan rumah dapat digunakan secara optimal untuk menanam empon-empon. Perlu dilakukan pendampingan secara intensif dalam pembuatan jamu empon-empon hingga proses pengemasan sehingga tidak hanya dapat dikonsumsi oleh warga untuk meningkatkan imunitas, namun juga dapat diproduksi untuk menghasilkan produk jamu empon-empon yang komersil yang dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan warga.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, serta ucapan terima kasih kepada Bpk. Muhammad Ali (Ketua RT 005 Desa Poncol) selaku mitra dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini..

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ardiani, H.E., Permatasari, T. A.E., Sugiati. (2021). Obesitas, Pola Diet, dan Aktifitas Fisik dalam Penanganan Diabetes Melitus pada Masa Pandemi Covid-19. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science*, 2(1): 1-12. DOI: <https://doi.org/10.24853/mjnf.2.1.1-12>.  
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/MJNF/article/view/8491>
- Ernirita., Saputri, I. N., Widakdo, G., Permatasari, T. A. E., & Kurniaty, I. (2020). Riwayat Kontak Dan Status Gizi Buruk dapat Meningkatkan Kejadian Tuberkulosis pada Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 7(1), 20–29. DOI: <http://dx.doi.org/10.29406/jkkm.v7i1.1988>.  
[http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JKMK/article/view/1988/pdf\\_1](http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JKMK/article/view/1988/pdf_1)
- Hadayani, D., Hadi, D, R., Isbaniah, F., Burhan, E.,& Agustin, H. (2020). Analisis tingkat ketercapaian tugas Penyakit Virus Corona 2019. *Jurnal Respirologi Indonesia Vol 40, No 2*, 119
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona virus Disease (COVID-19). Jakarta Selatan: Kementrian Kesehatan RI.
- Komalasari, T., Permatasari, T.A.E., Supriyatna, N. (2020). Pengaruh Edukasi dengan Metode *Peer Group* Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap Dan Tekanan Darah Pada Lansia di UPTD Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(5), 184-196. DOI: <http://dx.doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i5.1114>. Diunduh dari <https://www.jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntax-literate/article/view/1114/1382>
- Kurniaty, I., Ernirita, Widakdo, G., Permatasari, T. A. E., Dwiyantri, M. (2019). Isolation of Snake-Head

- (*Channa striata*) albumin using variation concentration of hydrochloric and citric acid. Proceedings of the 1st International Conference on Science and Technology for an Internet of Things, 1-6. DOI 10.4108/eai.19-10-2018.2281367.  
[https://www.researchgate.net/profile/Ika-Kurniaty/publication/332415985\\_Isolati\\_on\\_Of\\_Snake-Head\\_Channa\\_striata\\_Albumin\\_Using\\_Variation\\_Concentration\\_Of\\_Hydrochl\\_oric\\_and\\_Citric\\_Acid/links/5ce634d9299bf14d95b1e2f7/Isolation-Of-Snake-Head-Channa-striata-Albumin-Using-Variation-Concentration-Of-Hydrochloric-and-Citric-Acid.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Ika-Kurniaty/publication/332415985_Isolati_on_Of_Snake-Head_Channa_striata_Albumin_Using_Variation_Concentration_Of_Hydrochl_oric_and_Citric_Acid/links/5ce634d9299bf14d95b1e2f7/Isolation-Of-Snake-Head-Channa-striata-Albumin-Using-Variation-Concentration-Of-Hydrochloric-and-Citric-Acid.pdf)
- Permatasari, T. A. E., Sartika, R. A. D., Achadi, E. L., Purwono, U., Irawati, A., Ocviyanti, D., & Martha, E. (2018). Exclusive breastfeeding intention among pregnant women. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 12(3), 134–141. DOI: <http://dx.doi.org/10.21109/kesmas.v12i3.1446>  
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v12i3.1446>
- Permatasari, T. A. E., & Sudiartini, N. W. (2020). Do health workers play a role in exclusive breastfeeding among working mothers in industrial area?. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology*, 66, S94–S98.  
<https://doi.org/10.3177/jnsv.66.S94>
- Permatasari, T. A. E., Chadirin, Y., Yuliani, T. S., Koswara, S. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Fortikasi Pangan Organik Berbasis Pangan Lokal sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknik*, 4(1): 1-10.  
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JPMT/article/view/9804/5646>
- Permatasari, T. A. E., Rizqiya, F., Kusumaningati, W., Suryaalamsah, I. I., & Hermiwahyoeni, Z. (2021). The effect of nutrition and reproductive health education of pregnant women in Indonesia using quasi experimental study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), 1–15.  
<https://doi.org/10.1186/s12884-021-03676-x>
- Permatasari, T. A. E., Ernirita, Kurniaty, I., Widakdo, G. (2021). Nutritional and microbiological characteristics of snakehead fish flour (*Channa striata*) and its modification as weight enhancing supplements for children with Tuberculosis. *Food Science and Technology*, Vol. 9, No. 3, pp. 45 - 57, 2021. DOI: 10.13189/fst.2021.090301.  
[https://www.hrpub.org/journals/article\\_info.php?aid=11132](https://www.hrpub.org/journals/article_info.php?aid=11132)
- Rachman, F., 2008, Aktivitas Antioksidan Ekstrak Tunggal dan Kombinasinya dari Tanaman *Curcuma* spp. , *Jurnal Ilmu Kefarmasian Indonesia*, Vol. 6, No. 2, hal. 69-74.

