

## PRODUK HERBAL SIRUP JAHE MERAH SEBAGAI PENDAMPING REMATIK

Suhartinah, : Endang Sri Rejeki, Dwi Ningsih, Nuraini Harmastuti, Pudiastuti

[suhartinahsutrisno.suharjo@gmail.com](mailto:suhartinahsutrisno.suharjo@gmail.com)

Jl.Let.Jend.Sutoyo Mojosongo, Solo 57127

### Abstrak

Masyarakat Kelurahan Mojosongo, Jebres, kota Surakarta menghadapi masalah peningkatan kesehatan masyarakat terutama pengetahuan tentang rematik dan terapinya secara tradisional. Kurang sadarnya masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan maka perlu adanya kegiatan penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk herbal sirup jahe merah sebagai pendamping terapi rematik.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang dalam tiga kegiatan, yaitu: Pertama, penyuluhan tentang penyakit rematik dan pencegahannya. Kedua, pelatihan pembuatan produk herbal sirup jahe merah sebagai pendamping terapi rematik.

Target dari kegiatan di atas adalah masyarakat akan lebih paham tentang rematik dan penanganannya yang lebih ekonomis dari hasil olahan sendiri dengan membuat sirup jahe merah.

Kata Kunci : *jahe merah, sirup, pendamping terapi rematik*

### PENDAHULUAN

#### Latar Belakang

Masyarakat di Kelurahan Mojosongo, Jebres, Kota Surakarta tinggal di wilayah perkampungan padat, berlokasi sekitar 200 m dari kampus USB. Masyarakat di daerah ini mempunyai mata pencaharian yang beragam, sebagian besar adalah wiraswasta dan sebagian buruh pabrik plastik. Tingkat kepadatan penduduk cukup tinggi, dihuni sekitar 100 kepala keluarga.

Rematik merupakan istilah penyakit yang sering digunakan untuk mengungkapkan nyeri, ngilu, serta kekakuan pada otot, tulang, dan sendi jari-jari tangan, kaki, lutut atau panggul. Nyeri merupakan masalah yang sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari dan menjadi alasan umum orang mencari perawatan kesehatan. Namun, sayangnya pengetahuan tentang penyakit reumatik belum tersebar secara luas. Sehingga banyak mitos yang keliru beredar di tengah masyarakat yang justru menghambat penanganan penyakit itu. Hasil survey menunjukkan bahwa warga sangat menantikan transfer ilmu dari Universitas Setia Budi dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat terkait dengan peningkatan pengetahuan tentang

kesehatan dan pelatihan yang meningkatkan ketrampilan terutama ibu-ibu PKK yang dapat menunjang kesehatan keluarga dan dapat sebagai peluang usaha rumahan.

Penyebab yang berpotensi memicu terjadinya rematik adalah aktivitas fisik/pekerjaan, makanan, gangguan imunitas, hormon, lingkungan, psikologi, usia, obesitas, dan jenis kelamin. Jumlah penderita reumatik di Indonesia hampir 80% pada penduduk usia di atas 40 tahun dan dua hingga tiga kali lebih sering terjadi pada wanita. Rematik dapat mengakibatkan kecacatan, ketidak mampuan, penurunan kualitas hidup, serta dapat meningkatkan beban ekonomi penderita dan keluarganya. Maka dipandang perlu untuk dilakukan pembinaan kesehatan sebagai transfer ilmu dari Universitas Setia Budi kepada masyarakat kelurahan Mojosongo dan perlunya peningkatan motivasi dan perintisan peluang usaha rumahan melalui pelatihan pembuatan produk herbal yang berkasiat dan murah

#### Tujuan

- Melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi
- Meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang rematik

- c. Meningkatkan ketrampilan ibu-ibu PKK kelurahan Mojosongo melalui pelatihan pembuatan sirup jahe merah sebagai pendamping terapi rematik

#### Manfaat

- Masyarakat mampu menjelaskan gejala dan penanganan rematik.
- Masyarakat mampu membuat produk herbal sirup jahe merah sebagai pendamping terapi rematik yang bernilai ekonomis.

#### Hipotesis

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk herbal sirup jahe merah sebagai pendamping terapi rematik kepada ibu-ibu penggerak PKK di Kelurahan Mojosongo Kecamatan Jebres Kota Surakarta akan meningkatkan ketrampilan yang dapat menunjang kesehatan keluarga dan dapat sebagai peluang usaha rumahan bagi ibu-ibu PKK

#### Metode Pelaksanaan

##### Bahan sampel :

Jahemerah	300 g
Sereh	4 batang
Jeruk Purut	1 buah
Daun Pandan	5 lembar
Natrium benzoate	10 gram (1%)
Gula	1 Kg
Air sampai dengan	1000 mL

##### Alat:

Timbangan, panci, wadah steam, batang pengaduk, gelas ukur, pipet tetes, kompor dan lain-lain.

#### Prosedur Pengabdian

Perijinan ke Kelurahan Mojosongo, Jebres, Kota Surakarta dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk herbal sirup jahe merah. Pengabdian diakhiri dengan evaluasi dan *follow up* hasil produk yang dibuat oleh masyarakat setempat.

#### Metode Pengabdian

Pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk herbal sirup jahe merah sebagai pendamping terapi rematik kepada ibu-ibu PKK di Kelurahan Mojosongo Kecamatan Jebres Kota Surakarta.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Hasil

Program pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh 100 peserta yang terdiri dari para ibu-ibu penggerak PKK di setiap RW kelurahan Mojosongo Kecamatan Jebres Kota Surakarta. Program pelatihan menggunakan sarana multi media berupa video, *white board*, kompor, dan gas, panci dan seperangkat alat untuk membuat produk sirup jahe merah.

Materi pelatihan dalam bentuk *hardcopy* selain itu pelatihan pembuatan produk sirup jahe merah sesuai Gambar 1, yang dilanjutkan dengan *follow up* melalui program pendampingan selama satu bulan.



**Gambar 1.** Sirupjahe merah hasil pelatihan

### **Pembahasan**

Kegiatan pengabdian diselenggarakan pada hari Jumat tanggal 12 Juni 2017 dengan bentuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk herbal sirup jahe merah. Pada pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk herbal sirup jahe merah sebagai pendamping terapi rematik, peserta memperhatikan dan berperan aktif dalam kegiatan penyuluhan dan pelatihan, dan dalam tanya jawab terbuka para peserta berantusias bertanya.

Target Luaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah berupa produk herbal sirup jahe merah.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **Kesimpulan**

- a. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk herbal sirup jahe merah dan linimenta gandapura sebagai pendamping terapi rematik kepada ibu-ibu PKK kelurahan Mojosongotelah diselenggarakan dengan baik dan mendapatkan perhatian dari peserta pelatihan.
- b. Peserta berantusias membuat sendiri produk herbal sirup jahe merah dan linimenta gandapura.
- c. Peserta didamping tim Abdimas USB akan menyebarkan dan meneruskan lebih lanjut dalam kegiatan para lansia.

### **Saran**

Perlunya kegiatan lebih lanjut tentang :

- a. Perlunya dukungan dalam bentuk kerjasama lebih lanjut antara institusi dan kelurahan Mojosongo.
- b. Perlunya kegiatan pengabdian lain yang berkaitan dengan program yang mendukung kegiatan ibu-ibu PKK kelurahan Mojosongo

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agoes, A. 2010. *Tanaman Obat Indonesia*. Salemba Medica. Palembang
- Alinkolis, J. J. 1989. *Candy Technology*. The AVI Publishing Co. Westport-Connecticut
- Arisandi, Y. dan Andriani, Y. 2008. *Khasiat Tanaman Obat*. Pustaka Buku Murah. Jakarta
- Bingham, (2010). *Rheumatoid Arthritis*. Di ambil pada tanggal 20 Januari 2017 dari <http://clubsehat.com>
- Broto, R (2008). *Penatalaksanaan Reumatoid Arthritis*. Diambil pada tanggal 30 Januari 2017 dari <http://prawanbrotorheumatic.com/penatalaksanaan-arthritisreumatoid>
- Hariana, A. 2008. *Tumbuhan Obat dan Khasiatnya*. Cetakan Kelima. Penebar Swadaya. Jakarta
- Lentera. (2002). *Khasiat dan manfaat jahe merah si rimpang ajaib*. Jakarta. Agromedia Pustaka.
- Mulyono. (2002). *Khasiat dan manfaat jahe merah si rimpang ajaib*. Agro Media Pustaka. Jakarta.