



OLAHAN EMPON-EMPON TEMU MANGGA SEBAGAI MINUMAN HERBAL INSTAN

Edi Iskandar¹, Sur Yanti¹, Istika Dwi Kusumaningrum², Herdiesel Santoso³

¹Universitas Teknologi Digital Indonesia, Jl. Raya Janti Jl. Majapahit No.143, Jaranan, Banguntapan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55918, Indonesia

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta, Jln Ringroad Selatan Blado, Balong Lor, Potorono, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta 55194, Indonesia

³STIMIK El Rahma, Jl. Sisingamangaraja No.76, Brontokusuman, Mergangsan, Kota Yogyakarta, Yogyakarta 55153, Indonesia

*edi_iskandar@utdi.ac.id

ABSTRAK

Kesehatan selalu menjadi suatu hal yang sangat krusial bagi setiap orang. Masyarakat Indonesia yang diharuskan untuk mampu hidup berdampingan dengan covid 19. Sehingga harus lebih peduli dalam menjaga kesehatan dan imunitas tubuh. Kegiatan pegabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan memberikan edukasi dan pelatihan pembuatan ramuan atau olahan temu mangga menjadi beberapa jenis olahan minuman seperti kapsul, minuman instan atau temu mangga instan dan teh celup temu mangga, sebagai alternative pilihan ramuan peningkat imunitas tubuh. Peserta dalam kegiatan ini adalah masyarakat umum di desa wisata kaki langit Bantul Yogyakarta. pada bulan Juli 2022. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan tentang tanaman herbal temu mangga dan manfaatnya serta pelatihan mengolah temu mangga. Hasil dari kegiatan masyarakat menyampaikan telah mendapatkan ilmu baru dengan diadakannya sosialisasi pembuatan olahan empon-empon yang praktis dikonsumsi sebagai upaya meningkatkan imunitas tubuh. Selain itu dengan adanya pelatihan ini telah memberikan nilai jual yang tinggi sehingga telah dapat membantu meningkatkan perekonomian masyarakat. Olahan temu mangga instan yaitu setiap kilonya dapat meningkat dari sebelum diolah per kilogram Rp 3000, menjadi Rp. 330.000 per kilogramnya. Masyarakat merasa sangat terbantu dan lebih terbuka wawasannya untuk mengoptimalkan bahan-bahan alam di sekitar yang ada untuk dijadikan solusi kesehatan. Harapan dari masyarakat semakin banyak masyarakat yang teredukasi dan lebih peduli dengan kesehatan, sehingga akan terwujud masyarakat yang sehat.

Kata kunci: empon-empon; herbal; minuman instan; temu mangga

PROCESSED EMPONS OF TEMU MANGGO FROM AS INSTANT HERBAL DRINK

ABSTRACT

Health has always been a very crucial thing for everyone. Indonesian people are required to be able to live side by side with covid 19. So they must be more concerned about maintaining their health and immunity. This community service activity is carried out by providing education and training in making concoctions or processed temu manggo into several types of processed drinks such as capsules, instant drinks or instant temu mango and temu mango tea bags, as an alternative choice of immune-enhancing ingredients. Participants in this activity are the general public in the tourist village of the Bantul skyline, Yogyakarta. in July 2022. The method used in this activity is counseling about the Intersection of Mango herbal plant and its benefits as well as training to process Intersection of Mango. The results of the community activities conveyed that they had gained new knowledge with the holding of socialization of the manufacture of processed empons that were practically consumed as an effort to increase the body's immunity. In addition, this training has provided a high selling value so that it can help improve the

community's economy. Processed instant temu mango, that is, each kilo can be increased from Rp. 3000 per kilogram before being processed to Rp. 330,000 per kilogram. The community feels very helpful and more open-minded to optimize the natural ingredients around that exist to be used as health solutions. The hope of the community is that more and more people are educated and more concerned about health, so that a healthy society will be realized.

Keywords: empon-empon; herbs; instant drink; temu mango

PENDAHULUAN

Kesehatan selalu menjadi hal yang sangat krusial dan penting bagi setiap orang. Saat ini masyarakat Indonesia diharuskan untuk mampu hidup berdampingan dengan covid 19 (Kominfo, 2021). Maraknya wabah Covid-19 menuntut masyarakat harus lebih peduli dalam menjaga kesehatan dan imunitas tubuh. Masyarakat diharapkan mampu melakukan rutinitas hariannya dengan menerapkan adaptasi baru yaitu melalui protokol kesehatan yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Protokol kesehatan yang dianjurkan diantaranya memakai masker, mencuci tangan pakai sabun, menjaga jarak, makan bergizi, mengolahragakan diri, mengistirahatkan diri, dan mendoakan diri (Hafidz, Yuwida, & Alfaatihah, 2021).

Selain protokol diatas masyarakat juga dianjurkan untuk mengkonsumsi vitamin maupun suplemen herbal, misalnya empon-empon. Sebagai upaya menjaga dan meningkatkan imunitas tubuh guna terhindar dari risiko penyakit mengkonsumsi ramuan rempah jamu empon-empon mejadi alterative yang dipilih (Hamid, Fikri, & Purnama, 2020). Empon-empon adalah jenis – jenis tumbuhan yang dapat digunakan sebagai jamu tradisional (Ifitah & Haryono, 2018).

Empon-empon adalah rimpang yang paling mudah ditemukan dipekarangan rumah, seperti diantaranya jahe, kunyit, kencur, sereh, dan temulawak. Empon-empon seperti kunyit dan jahe selain terkandung senyawa-senyawa bioaktif metabolit sekunder yang memiliki aktivitas antioksidan, antimikroba, dan antiinflamasi, empon-empon juga berpotensi menangkal radikal bebas, meningkatkan imun tubuh, serta menghambat molekul yang memicu peradangan pada jaringan tubuh (Sutoyo, Jatmiko, Susantini, Azizah, & Fikriati, 2020). Empon-empon merupakan tumbuhan yang hidup di Indonesia. Empon-empon adalah ramuan peninggalan tradisiaoal nenek moyang, yang masih banyak belum digunakan oleh masyarakat, karena proses yang ribet untuk konsumsinya (Yunita, 2020).

Desa Wisata Kakilangit merupakan salah satu desa yang mewadahi masyarakat yang cinta terhadap desanya untuk bekerjasama melakukan kegiatan masing masing dengan pariwisata sebagai simpul pengikat dengan mengedepankan nilai kearifan lokal, sehingga masyarakat semakin sejahtera. Desa Wisata Kaki Langit merupakan areal perbukitan dengan kondisi alam yang masih asri dan masih menjunjung tinggi adat istiadat serta kebudayaannya sehingga Pedukuhan Mangunan tidak hanya memiliki potensi di sektor kerajinan dan kesenian saja, akan tetapi Pedukuhan Mangunan juga memiliki potensi wisata alam dengan aneka flora dan fauna bisa menjadi daya tarik tersendiri bagi wisatawan yang berkunjung ke Pedukuhan Mangunan, serta dapat mengenal aneka macam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang terdapat di pekarangan rumah warga. Di desa wisata kaki langit merupakan salah satu daerah yang mempunyai tanah yang subur dan menghasilkan berbagai macam empon-empon yang salah satunya adalah temu mangga yang sangat melimpah akan tetapi harganya sangat murah yaitu Rp.

2000/kg, sehingga banyak dari hasil temu mangga yang tidak di panen karena tidak sesuai dengan biaya operasionalnya.

Temu mangga famili Zingiberaceae merupakan tanaman asli daerah Indo-Malaysia yang tersebar dari Indo-China, Taiwan, Thailand, Pasifik hingga Australia Utara (Hutami & Ragapadmi, 2018). Beberapa manfaat temu mangga sebagai obat tradisional diantaranya adalah sebagai obat mag, diare, penghilang nyeri saat haid, keputihan, serta mengobati jerawat dan bisul (Hafizah & Fitmawati, 2021). Rimpang Curcuma mangga juga berkhasiat untuk mengecilkan rahim dan untuk penambah nafsu makan. Murah nya harga jual sehingga banyak dari hasil temu mangga yang tidak di panen karena tidak sesuai dengan biaya operasionalnya. Dari permasalahan tersebut tim pengabdian bermaksud menyelesaikan permasalahan yang ada dengan cara mengelola temu mangga menjadi beberapa jenis olahan minuman.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan memberikan edukasi dan pelatihan pembuatan ramuan atau olahan temu mangga menjadi beberapa jenis olahan minuman seperti kapsul, minuman instan atau temu mangga instan dan teh celup temu mangga. Peserta dalam kegiatan ini adalah masyarakat umum di desa wisata kaki langit Bantul Yogyakarta. pada bulan Juli 2022. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan tentang tanaman herbal temu mangga dan manfaatnya serta pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pengembangan Desa wisata Kakilangit serta pengelolaannya di inisiasi oleh masyarakat dan dilakukan oleh masyarakat dengan arahan dan bimbingan dari POKDARWIS, sehingga pelaku utama dan penerima manfaat dalam aktivitas kegiatan kepariwisataan ini adalah masyarakat. Pengembangan Desa wisata Kakilangit Mangunan berawal setelah mendapatkan program pemerintah melalui PNPM Mandiri pariwisata pada tahun 2012, dan sebagian Pemuda mendapatkan pelatihan tentang kepariwisataan dari program Dinas Pariwisata baik tingkat Kabupaten maupun tingkat Daerah Istimewa Yogyakarta, sehingga membawa kemajuan Desa Wisata meskipun belum begitu signifikan. Setelah mendapatkan program kementerian pariwisata tahun 2013, masyarakat semakin antusias dalam mengembangkan Desa wisata dan semakin membuat wisatawan baik lokal maupun mancanegara makin berminat mengunjungi Desa wisata Kakilangit Mangunan. Seiring dengan berkembangnya Desa Wisata diikuti pula pengelolaan berbagai obyek di sekitar wilayah Desa Mangunan seperti: Pinussari, Pinus Asri, Lintang sewu, Pengger, Becici, Panguk, Bukit Mojo, Jurang Tembelan dll. Pergerakan tersebut semakin menambah jumlah kunjungan wisatawan di Desa Wisata. Dalam kegiatan pengabdian ini peserta diberikan sosialisasi manfaat dari empon empon temu mangga dan dilatih dalam pembuatan temu mangga menjadi kapsul, minuman instan atau temu mangga instan dan teh celup temu mangga. Peserta yang mengikuti pelatihan ini sebanyak 15 orang.

Sosialisasi diawali dengan membagikan leaflet modul sekaligus menjelaskan perihal pentingnya menjaga imunitas tubuh, cara menjaganya dengan mengkonsumsi jamu empon-empon temu mangga yang dapat dibuat mandiri, serta tahapan cara pembuatannya. Dalam kegiatan ini tampak masyarakat sangat antusias dan aktif dalam mengikuti kegiatan sosialisasi, dibuktikan dari beberapa masyarakat antusias untuk bertanya. Masyarakat mengatakan bahwa empon-empon temu mangga ini banyak terdapat dipekarangan warga. Menurut leluhur juga baik untuk kesehatan, dan menjadi salah satu solusi untuk meningkatkan imunitas tubuh

Kegiatan setelah sosialisasi adalah pelatihan pengolahan empon-empon menjadi minuman instan, cara pengolahannya adalah sebagai berikut. Empon-empon yang sudah dicuci bersih lalu diblender sampai halus, diambil sari pati atau diperas menggunakan saringan halus. Setelah disaring air saringan empon – empon disangrai sampai kering lalu diangin-anginkan samapai dingin dan setelah dingin empon – empon siap dikemas, Proses produksi empon-empon menjadi minuman instan terlihat pada gambar 1 dibawah ini.



Gambar 1. Pengolahan empon menjadi minuman instan

Pelatihan yang kedua adalah pelatihan pengolahan empon – empon menjadi kapsul dan teh celup. Prosesnya adalah empon – empon yang sudah di oven selama sehari semalam (24 jam) dalam lemari oven, lalu diblender sampai halus. Setelah empon – empon sudah diblender sampai halus, empon – empon siap dikemas dalam kemasan kapsul dan dalam bentuk jamu celup. Gambar 2 menunjukkan proses produksi kapsul dan jamu celup dari bahan empon – empon.



Gambar 2 Pengolahan empon – empon menjadi kapsul dan jamu celup

Dalam pengaduan ini juga telah meningkatkan nilai ekonomi dari empon-empon temu mangga yang mana dari hasil pengolahan tersebut harga temu mangga telah naik menjadi meningkat. Olahan temu mangga instan yaitu setiap kilonya dapat meningkat dari sebelum diolah per kilogram Rp 3000, menjadi Rp. 330.000 per kilogramnya. Pada akhir kegiatan masyarakat menyampaikan rasa terima kasih karena telah diberikan ilmu baru dengan diadakannya sosialisasi pembuatan olahan empon-empon yang praktis dikonsumsi sebagai upaya meningkatkan imunitas tubuh. Selain itu dengan adanya pelatihan ini telah memberikan nilai jual yang tinggi sehingga telah dapat membantu meningkatkan perekonomian masyarakat. Masyarakat merasa sangat terbantu dan lebih terbuka wawasannya untuk mengoptimalkan bahan-bahan alam di sekitar yang ada untuk dijadikan solusi kesehatan. Harapan dari masyarakat semakin banyak masyarakat yang tereduksi dan lebih peduli dengan kesehatan, sehingga akan terwujud masyarakat yang sehat.

SIMPULAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa tanaman herbal merupakan salah satu alternatif pengobatan yang saat ini kembali digemari oleh masyarakat. Dengan adanya olahan empon-empon temu mangga mejadi kapsul, minuman instan atau temu mangga instan dan teh celup temu mangga dianggap sebagai empon-empon atau ramuan herbal yang praktis dikonsumsi dan telah masuk menjadi pilihan masyarakat sebagai alternatif pilihan minuman peningkat imunitas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema pelatihan olahan empon-empon temu mangga sebagai minuman herbal instan di Desa wisata Kaki Langit Bantul Yogyakarta dapat dikatakan berhasil dan berjalan dengan lancar. Peserta aktif mengikuti kegiatan baik sosialisasi maupun pelatihan olahan empon-empon temu mangga sebagai minuman herbal instan.

DAFTAR PUSTAKA

- Hafidz, F. A., Yuwida, J., & Alfaatihah, M. B. (2021). Edukasi Mengenai Protokol Kesehatan 7M Pada Saat Pandemi Covid-19. In *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. Jakarta: UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA.
- Hafizah, N., & Fitmawati. (2021). Studi Etnobotani Famili Zingiberaceae Dalam Kehidupan Masyarakat Lokal Di Pulau Rupa Kabupaten Bengkalis, Riau. *Repository of University of Riau*, (1), 1–14.
- Hamid, I. S., Fikri, F., & Purnama, M. T. E. (2020). Penyuluhan Memanfaatkan Kombinasi Probiotik dan Empon-Empon sebagai Imunostimulan Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*, 4(2), 282. <https://doi.org/10.20473/jlm.v4i2.2020.282-290>
- Hutami, S., & Ragapadmi, P. (2018). Perbanyakan Klonal Temu Mangga (Curcuma mangga) melalui Kultur In Vitro. *Buletin Plasma Nutfah*, 9(1), 39–44.
- Iftitah, S. N., & Haryono, G. (2018). Pengkajian beberapa tanaman empon - empon di desa balesari kecamatan windusari kabupaten magelang. *VIGOR: Jurnal Ilmu Pertanian Tropika Dan Subtropika*, 3(1), 13–16.
- Kominfo. (2021). Menkominfo: Masyarakat Harus Siap Hidup berdampingan dengan COVID-19. Retrieved September 30, 2022, from <https://covid19.go.id/p/berita/menkominfo-masyarakat-harus-siap-hidup-berdampingan-dengan-covid-19>

- Sutoyo, S., Jatmiko, B., Susantini, E., Azizah, U., & Fikriati, A. (2020). Pelatihan Pembuatan Minuman Kesehatan Berbasis Herbal untuk Warga Desa Sironoboyo , Kec . Benjeng , Kab , Gresik Training in Making of The Herbal Healthy Drink for Residents of. In *Prosiding Seminar Nasional Kimia (SNK) 2020* (pp. 304–313). Surabaya: Jurusan Kimia FMIPA Universitas Negeri Surabaya.
- Yunita, N. W. (2020). Tentang Empon-empon yang Disebut Bisa Tangkal Virus Corona di Indonesia. Retrieved September 30, 2022, from <https://news.detik.com/berita/d-4929528/tentang-empon-empon-yang-disebut-bisa-tangkal-virus-corona-di-indonesia>