

LAPORAN
PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
TAHAP 2

PEMBUATAN SEDIAAN JAHE-SEREH INSTAN DAN
TEH ROSELLA UNTUK MENDUKUNG KESEHATAN



Oleh :

apt. Ichwan Ridwan Rais, M.Sc., Ph.D

NIDN : 0511127801

Dr. apt.Nining Sugihartini, M.Si

NIDN : 0528067501

apt. Siti Fatmawati Fatimah M.Sc.

NIDN : 0518078503

FAKULTAS FARMASI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
2025

Halaman Pengesahan

PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
SKEMA PKM MONOTAHUN 2024
TAHUN 2024/2025

1. Judul Pengabdian : Pola Hidup Sehat Dengan Minuman Jahe dan Rosella Hangat
2. Bidang Ilmu :
3. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Ichwan Ridwan Rais M.Sc., Apt.
 - b. Jenis Kelamin : Laki-laki
 - c. NIY/NIP/NIDN : 197812112014081110917260
 - d. Disiplin Ilmu :
 - e. Pangkat / Golongan :
 - f. Jabatan Fungsional :
 - g. Fakultas/Program Studi : FARMASI / Farmasi
 - h. Perguruan Tinggi : Universitas Ahmad Dahlan
 - i. Alamat Kantor : Kampus 1 (Kantor Pusat) Jl. Kapas 9, Semaki, Umbulharjo, Yogyakarta
 - j. Telp./HP. :
 - k. Email :
4. Anggota
 - a. Anggota 1 : NINING SUGIHARTINI, Dr, M.Si., Apt (Profesi Farmasi)
 - b. Anggota 2 : Siti Fatmawati Fatimah, ., M.Sc. Apt. (Farmasi)
5. Mahasiswa yang Terlibat
 - a. Nama Mahasiswa : WA ODE TAZKIYATUN NAFS, NIM : 2100023139)
 - b. Nama Mahasiswa : KHANSA NUARAH, NIM : 2100023084)
 - c. Nama Mahasiswa : MUHAMMAD ANUNG DANANG SYARIFUDDIN, NIM : 2200023246)
 - d. Nama Mahasiswa : NOUVAL ANDIMAS SURYA, NIM : 2200023189)
6. Anggota Eksternal
7. Mitra Kegiatan :
8. Lokasi Kegiatan : Girirejo, Imogiri, bantul
9. Pelaksanaan Kegiatan : 22 November 2024 s.d 20 Juni 2025
10. Biaya Dikeluarkan
 - a. UAD : Rp. 7.000.000,00
 - b. Luar UAD : Rp. 500.000,00
 - c. Dana Mitra : Rp. 0,00
 - Total : Rp. 7.500.000,00

Yogyakarta, 26 Oktober 2024
Pengusul,



Ichwan Ridwan Rais M.Sc., Apt.
NIP/NIY. 197812112014081110917260

Daftar Isi

Halaman Pengesahan.....	2
Daftar Isi.....	3
Ringkasan	4
Pendahuluan	5
Solusi Permasalahan.....	7
Metode Pelaksanaan	8
Hasil, Pembahasan Dan Manfaat.....	8
Kesimpulan Dan Saran.....	15
Daftar Pustaka	15
Lampiran	17

RINGKASAN

Berdasar diskusi dengan Ketua Pimpinan Ranting ‘Aisyiyah (PRA) Girirejo, Imogiri, Yogyakarta, anggota PRA serta Masyarakat usia lanjut yang mengikuti pengajian mengalami permasalahan keluhan pada beberapa penyakit. Salah satu upaya mengurangi keluhan tersebut, maka diinisiasi untuk merubah pola konsumsi minuman teh di setiap kegiatan pertemuan PRA yang digantikan dengan minuman yang lebih menyehatkan untuk lansia namun tetap disukai rasanya. Tujuan pengabdian ini untuk meningkatkan pemahaman dan melakukan praktek tentang manfaat dan pembuatan sediaan jahe-sere instan dan teh rosella untuk mendukung kesehatan anggota PRA dan masyarakat sekitar.

Tahapan pelaksanaan pengabdian yang pertama dilakukan pretes. Tahap kedua dilakukan pemaparan teori manfaat dan pembuatan sediaan jahe-sere instan dan teh rosella. Tahap ketiga dilakukan praktek pembuatan sediaan. Tahapan yang terakhir yaitu post test untuk menilai tingkat pemahaman dan keberhasilan pengabdian masyarakat pada PRA Girirejo

Kegiatan pengabdian masyarakat telah berhasil membuat anggota PRA Girirejo memahami manfaat sediaan jahe-sere instan dan teh rosella berdasar hasil posttest yang didominasi mengalami peningkatan pemahaman dibandingkan pretest. Disamping itu, anggota PRA telah mampu membuat sediaan sediaan jahe-sere instan dan teh rosella.

Kata kunci: Girirejo, Jahe, Pimpinan Ranting ‘Aisyiyah, Rosella.

PENDAHULUAN

Di Desa Girirejo terdapat Pimpinan Ranting ‘Aisyiyah (PRA) Girirejo, yang mengayomi warga Desa Girirejo dan memiliki beberapa majlis dengan program kerja, antara lain adalah Majelis Kesehatan dan Majelis Ekonomi dan Ketenagakerjaan. Kedua Majelis ini memiliki program kerja meningkatkan pola hidup sehat dan peningkatan ekonomi anggota persyarikatan secara khusus dan masyarakat secara umum. Ketua PRA Girirejo yaitu Ibu Tatik Karyati S.Pd. (NBM 717270) dan Sekretaris Ibu Indah Wulandari (NBM 879955).

Berdasar Musyawarah Ranting tanggal 20 Agustus 2023 dan diskusi permasalahan dengan Ketua PRA, kendala yang akan diangkat dan diberikan solusinya adalah kendala Kesehatan anggota PRA dan masyarakat yang sering dikeluhkan karena faktor usia lanjut. Kendala tersebut dapat mengganggu aktivitas persyarikatan. Disamping itu, adanya keterbatasan dana yang dimiliki persyarikatan menyebabkan upaya untuk mengurangi keluhan tersebut tidak dapat berjalan optimal.

Anggota PRA dan Masyarakat yang aktif di kegiatan PRA Girirejo sebagian besar adalah ibu-ibu dengan kategori usia lanjut. Mayoritas anggota PRA meminta penyuluhan Kesehatan yang berkaitan dengan penyakit di usia lanjut. Oleh karena itu, materi yang akan diangkat yaitu Potensi Herbal Sebagai Pencegahan Progresivitas Demensia. Keluhan terbanyak lainnya yaitu rasa nyeri yang seringkali dialami di lutut, tangan, dan jari-jemari yang dalam istilah mereka menyebut “ngetok-ngetok”. Keluhan ini menyebabkan ibu-ibu peserta pengajian PRA menjadi lebih banyak ijin tidak mengikuti kegiatan PRA sehingga menghambat upaya PRA untuk meningkatkan kesejahteraan sosial, ekonomi serta kesehatan umat dan masyarakat.

Jahe (*Zingiber officinale*) dapat berfungsi memperbaiki kegagalan kognitif pada tahap awal demensia di usia lanjut. Metabolit jahe (gingerol, shogaolol, dan borneol) memperbaiki fungsi kognitif dengan menghambat kematian sel neuron. Disamping itu, jahe juga memiliki aktifitas sebagai gastroprotektif, immunomodulator, antialergi, hepatoprotektif, antioksidan, antikarsinogenik, antihiperlipidemik dan antiemetik (Talebi *et al.*, 2021). Sedangkan bunga Rosella

dari tanaman *Hibiscus sabdarifa* dapat berfungsi sebagai antioksidan, antiinflamasi, antiproliferatif dan antimicroba (El-Shiekh *et al.*, 2020).

Nyeri yang sering dirasakan oleh lansia disebut dengan arthritis. Arthritis merupakan nyeri di daerah persendian karena peradangan (inflamasi) yang terjadi di sela-sela sendi, atau pada jaringan yang mengelilingi sendi. Radang sendi ini akrab disebut dengan rematik, yang bisa dialami oleh semua golongan usia, terutama lansia yang berusia di atas 65 tahun. Radang sendi pada lansia umum terjadi pada kondisi (Kin-Hoo Koo *et al.*, 2021):

- a. Osteoarthritis, yaitu radang sendi yang disebabkan oleh penipisan atau adanya kerusakan pada tulang rawan. Jika terjadi, kondisi tersebut akan menyebabkan gesekan antar tulang.
- b. Gout arthritis, yaitu radang sendi yang disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat dalam sendi.

Nyeri yang disebabkan arthritis dapat di kurangi menggunakan bahan aktif gingerol yang ada dalam jahe (*Zingiber officinale*) (Mao *et al.*, 2019). Gout arthritis dapat di kurangi dengan pemberian seduhan rosela (Yuanta, 2019). Mekanismenya melalui penghambatan antiinflamasi dan antioksidan (Osae *et al.*, 2021). Berdasarkan bukti ilmiah ini, keluhan kesehatan anggota PRA atau Masyarakat secara umum dapat diatasi dengan mengkonsumsi minuman jahe dan rosella secara berkala. Oleh karena itu, tujuan dari pengaduan masyarakat ini adalah meningkatkan pemahaman dan melakukan praktek tentang manfaat dan pembuatan sediaan jahe-sere instan dan teh rosella untuk mendukung kesehatan anggota PRA dan masyarakat sekitar

Upaya tersebut sesuai dengan hadits Shahih Al-Bukhari yang dikutip dari Abu Hurairah radhiyallahu ‘anhu, bahwasanya Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

مَا أَنْزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

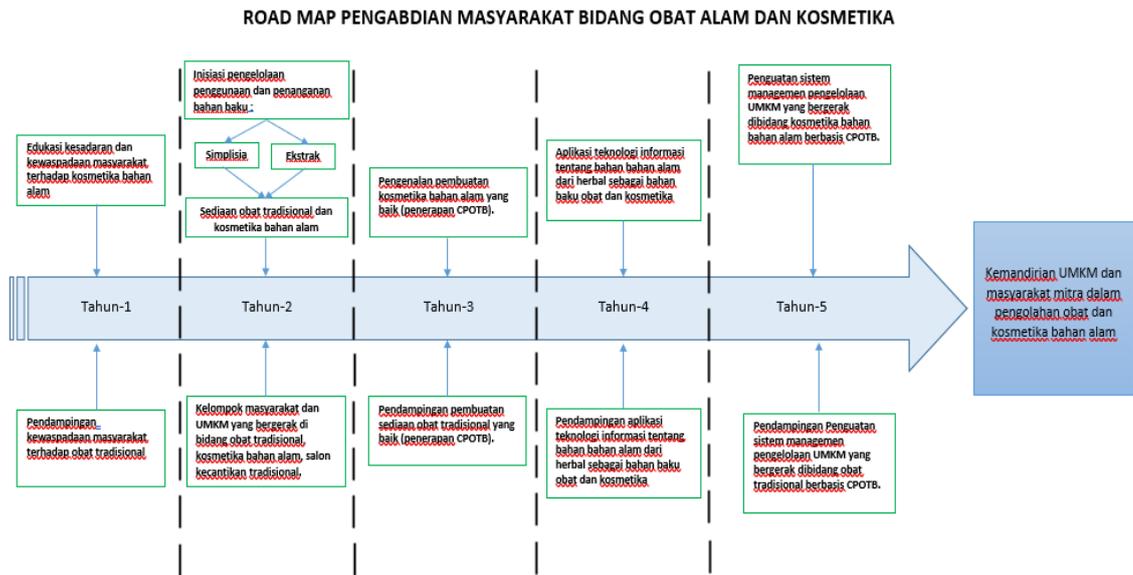
Artinya : “Tidaklah Allah menurunkan suatu penyakit, melainkan Allah juga menurunkan obatnya.” (HR. Bukhari, no. 5354). Kemudian dalam Dalam surat Alam Nasyroh, Allah Ta’ala berfirman,

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya : “Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.” (QS. Al- insyirah 5)

SOLUSI PERMASALAHAN

Solusi dari permasalahan yang dihadapi mitra berdasarkan *road map* pengabdian masyarakat Fakultas Farmasi UAD pada Gambar 1.



Gambar 1. Roadmap Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Obat Alam dan Kosmetika Fakultas Farmasi UAD

Pada pengabdian masyarakat tahun ini, telah disesuaikan dengan *roadmap* pada 3 tahun pertama yaitu mengimplementasikan rangkaian edukasi pentingnya obat tradisional yang dapat dijadikan alternatif obat yang aman dan mengurangi gejala penyakit. Rangkaian edukasi tersebut kemudian dilanjutkan dengan pemanfaatan teknologi pembuatan ekstrak dalam pembuatan berbagai macam bentuk sediaan obat tradisional.

Kegiatan pengabdian yang dilakukan meliputi penyuluhan dan praktek pendampingan pembuatan minuman kesehatan jahe instan dan teh rosella. Tahapan kegiatan mengacu pada penggunaan obat tradisional yang dapat meningkatkan kualitas kesehatan dan ekonomi mitra. Penerapan IPTEK pada teknologi pembuatan minuman menggunakan hasil penelitian Rais dkk (2016), bahwa proses

penguapan dengan cara pemanasan memperoleh nilai rendemen yang lebih tinggi dibanding cara dingin (*freeze dryer*).

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat dalam upaya mengatasi keluhan Kesehatan anggota PRA Girirejo dilaksanakan dengan cara penyuluhan tentang manfaat jahe serih instan dan teh rosella. Tahap selanjutnya yaitu praktek pembuatan sediaan jahe serih instan dan teh rosella untuk mendukung Kesehatan masyarakat.

Pengabdian ini melibatkan 3 orang dosen Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan dan 3 orang mahasiswa Program Studi S1 Farmasi Universitas Ahmad Dahlan. Tim dosen bertugas dalam penyiapan materi, melakukan penyuluhan serta melakukan pendampingan praktek pembuatan sediaan. Sedangkan tim mahasiswa bertugas dalam hal dokumentasi, notulensi, persiapan fasilitas dan analisis data. Disamping itu, mitra yang terlibat terdiri dari Ketua PRA Girirejo dan Ibu-ibu anggota PRA Girirejo, Imogiri, Bantul Yogyakarta.

Solusi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan yaitu melakukan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan praktek pembuatan sediaan jahe-serih instan dan teh rosella. Pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu persiapan pengabdian masyarakat, pelaksanaan pengabdian dan pengukuran peningkatan keberdayaan mitra.

a. Persiapan pengabdian masyarakat

Persiapan pengabdian masyarakat dilakukan pada 14 Desember 2024 hingga 10 Desember 2024. Kegiatan persiapan dimulai dengan koordinasi dengan tim pelaksana. Selanjutnya, tim berkoordinasi tentang teknis kegiatan dengan Ketua PRA Desa Girirejo, Imogiri, Bantul dan beberapa Ibu-ibu anggota PRA. Selain itu juga dilakukan kegiatan pemilihan bahan-bahan untuk pembuatan sediaan instan dan celup, penentuan formula, keajegan mutu produk, dan kontrol kualitas produk, serta materi penyuluhan

b. Pelaksanaan pengabdian

Pelaksanaan pengabdian diawali dengan sosialisasi kegiatan dengan mitra Ketua PRA dan Ibu-Ibu anggota PRA. Kelompok Ibu-ibu PRA dibagi menjadi 3

kelompok, terdiri dari 2 kelompok yang membuat sediaan jahe instan dan 1 kelompok teh celup rosella. Masing-masing kelompok akan didampingi oleh Dosen Pelaksana dan Mahasiswa. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 11 Januari 2025. Evaluasi dilakukan melalui penyampaian hasil pembuatan sediaan terhadap organoleptik sediaan setelah sediaan selesai dibuat.

c. Pengukuran dampak peningkatan keberdayaan mitra.

Jenis keberdayaan yang diukur yaitu peningkatan pengetahuan dan peningkatan ketrampilan. Pengukuran peningkatan pengetahuan dilakukan dengan metode pretest sebelum penyuluhan dilakukan dan posttest setelah penyuluhan dan praktek pembuatan sediaan dilakukan. Kegiatan ini dilakukan pada hari pelaksanaan pengabdian masyarakat yaitu tanggal 11 Januari 2025. Sedangkan pengukuran peningkatan ketrampilan, diwujudkan dalam keberhasilan dalam membuat 2 macam sediaan yaitu jahe-serehh instan dan the celum rosella pada ketiga kelompok.

HASIL, PEMBAHASAN DAN MANFAAT

Persiapan pengabdian masyarakat

Persiapan pengabdian masyarakat diawali dengan koordinasi teknis untuk mengumpulkan informasi yang berkaitan tentang teknis pelaksanaan yang meliputi kesiapan tempat dan peserta, sarana prasarana yang tersedia, waktu pelaksanaan, media dan alat bantu, dan lain-lain. Disamping itu, koordinasi dengan anggota PRA Girirejo yang berguna untuk proses pengenalan, mengumpulkan informasi terkait keluhan Kesehatan yang sering dirasakan, kegiatan penyuluhan dan praktek, dan menyamakan persepsi tentang tujuan pengabdian ini sesuai dengan yang dibutuhkan warga sehingga dapat diaplikasikan dan bermanfaat bagi warga sekitar.

Pelaksanaan pengabdian

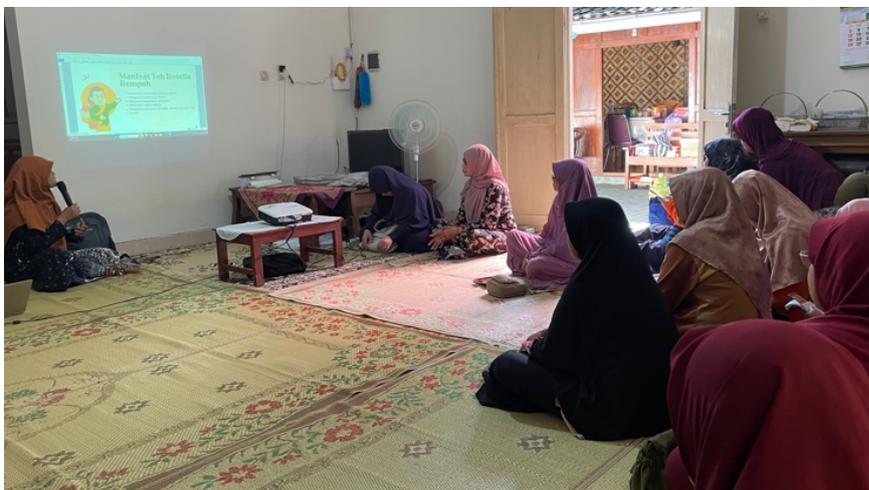
Berdasar hasil diskusi, maka ditetapkan pelaksanaan pengabdian dilakukan pada tanggal 11 Januari 2025. Pelaksanaan pengabdian ini diikuti oleh 25 Ibu-Ibu PRA seperti yang terlihat pada Gambar 2 dan Lampiran 1. Tahap pertama acara yaitu pretes, kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan yang berjudul manfaat jahe-sereh instan dan teh rosella. Tahap selanjutnya yaitu praktek pembuatan sediaan

jahe serih instan dan teh rosela untuk mendukung Kesehatan masyarakat, dan yang terakhir adalah kegiatan evaluasi dan posttest.



Gambar 2. Ibu-Ibu PRA peserta pengabdian masyarakat

Pada kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang manfaat kesehatan, cara pengolahan, serta aspek keamanan konsumsi bahan herbal ini. Strategi peningkatan pemahaman materi penyuluhan dilakukan dengan pendekatan interaktif, seperti pemberian materi dalam bentuk visual yang menarik melalui presentasi *power point* oleh Ibu Dr. apt. Nining Sugihartini M.Si. (Gambar 3) dan dilanjutkan praktek pembuatan sediaan dengan Bapak apt. Ichwan Ridwan Rais, M.Sc., Ph.D. dan apt. Siti Fatmawati Fatimah M.Sc. Kegiatan tersebut juga melibatkan mahasiswa UAD.



Gambar 3. Penyampaian materi oleh Dr. apt. Nining Sugihartini M.Si.

Adanya kegiatan praktek langsung dapat membuat peserta mengevaluasi kualitas sediaan berdasarkan warna, aroma, tekstur, rasa dan hasil yang diperoleh sehingga dapat diperkirakan nilai ekonominya (Gambar 4 dan Gambar 5). Dengan menerapkan strategi ini, diharapkan penyuluhan dapat lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang manfaat dan cara membuat minuman herbal jahe dan rosela untuk pola hidup sehat. Sediaan jahe-sereh instan dan teh celup rosella berhasil dibuat dengan baik oleh Ibu-Ibu PRA (Gambar 6). Berdasar testimoni Ibu-Ibu PRA setelah merasakan minuman jahe-sereh instan yang dirasakah adalah rasa jahe yang dominan karena jenis jahe. Berdasar formula yang disampaikan saat penyuluhan, rasa sediaan jahe-sereh instan agak pedas yang berasal dari jahe emprit. Meskipun demikian, setelah meminum sediaan instan tersebut dapat dirasakan rasa hangat pada tubuh dan memiliki rasa manis yang pas. Sedangkan pada teh celup rosella, diperoleh rasa asam yang segar yang dapat dikonsumsi sehari dalam kondisi perut sudah makan.



Gambar 4. Kegiatan praktek pembuatan sediaan herbal dibantu Mahasiswa



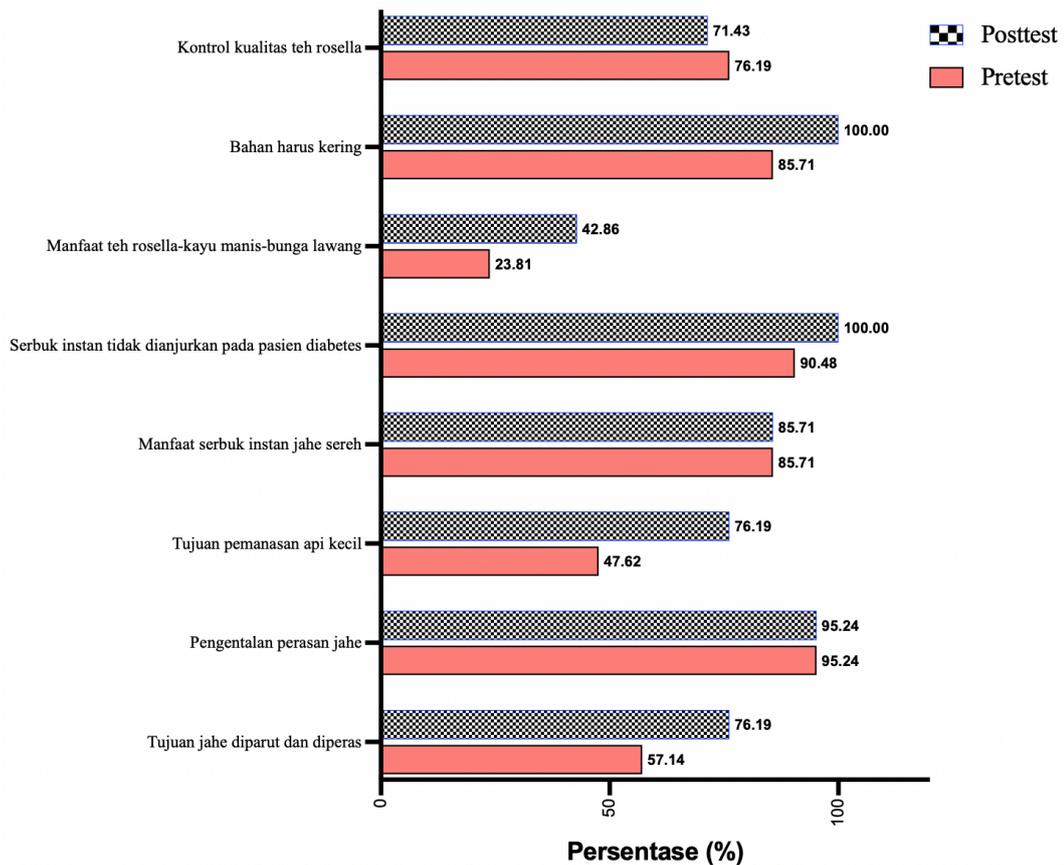
Gambar 5. Pembuatan teh rosela dan bunga talang



Gambar 6. Hasil sediaan jahe-instan yang sudah siap dikonsumsi

Dampak keberdayaan mitra

Pengukuran potensi mitra dilakukan dengan menilai hasil pretest dan posttest. Hasil pengukuran ini dapat digunakan sebagai indikator keberhasilan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan. Hasil pretest dan posttest ditampilkan dalam Gambar 7. Gambar tersebut menunjukkan perubahan tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Secara umum terjadi peningkatan pemahaman pada sebagian besar aspek yang diuji. Namun, ada beberapa aspek yang mengalami peningkatan signifikan dan beberapa yang masih perlu diperkuat.



Gambar 7. Persentasi hasil pretest dan posttest.

a. Peningkatan signifikan dalam pemahaman

- 1) Manfaat teh rosela-kayu manis-bunga lawang (Pretest 23,81%; Posttest 42,86%)

Peningkatan pemahaman cukup signifikan, namun persentasenya masih tergolong rendah dibandingkan aspek lain. Ini menunjukkan bahwa peserta masih kurang memahami secara menyeluruh manfaat kombinasi herbal tersebut.

- 2) Tujuan pemanasan perasan jahe menggunakan api kecil (Pretest 47,62%; Posttest 76,19%)

Peningkatan persentase hasil posttest menunjukkan bahwa penyuluhan berhasil memperbaiki pemahaman peserta mengenai teknik pemanasan yang optimal untuk menjaga kandungan zat aktif pada jahe dan rosela.

- 3) Tujuan jahe diparut dan diperas (Pretest 57,14%; Posttest 76,19%)

Peningkatan persentase pemahaman hasil posttest menunjukkan bahwa peserta semakin memahami manfaat proses pamarutan dan pemerasan dalam mengekstrak senyawa aktif dari jahe secara lebih maksimal.

b. Aspek yang sudah tinggi tetapi tetap mengalami peningkatan

- 1) Serbuk instan tidak dianjurkan untuk pasien diabetes (Pretest 90,48%, Posttest 100%).

Sejak awal, sebagian besar peserta sudah memahami bahwa serbuk instan sering kali mengandung gula tambahan yang dapat meningkatkan risiko bagi penderita diabetes. Penyuluhan membantu melengkapi pemahaman mereka sehingga persentase pemahaman saat posttest mencapai 100%

- 2) Pengentalan perasan jahe (Pretest 95,24%, Posttest 95,24%)

Tidak ada perubahan karena hampir semua peserta sudah memahami bahwa hasil perasan jahe dikentalkan dengan cara dipanaskan dengan kompor.

- 3) Manfaat serbuk instan jahe sereh (Pretest 85,71%; Posttest 85,71%)

Pada pertanyaan ini tidak terjadi peningkatan, kemungkinan karena peserta sudah memiliki pemahaman yang baik sejak awal atau materi yang disampaikan tidak terlalu berpengaruh dalam meningkatkan wawasan lebih lanjut.

- 4) Bahan harus kering (Pretest 85,71%, Posttest 100%)

Penyuluhan berhasil memperjelas bahwa bahan dasar teh herbal, seperti rosela dan jahe, harus dalam kondisi kering untuk menghindari kontaminasi mikroba dan menjaga daya simpan.

- 5) Kontrol kualitas teh rosela (Pretest 76,19%; Posttest 71,43%)

Terjadi sedikit penurunan pemahaman, yang bisa mengindikasikan bahwa peserta kurang memahami detail tentang parameter kontrol kualitas. Hal tersebut bisa terjadi karena peserta mengalami kesulitan dalam memahami indikator kualitas teh rosella-kayu manis-bunga lawang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan tentang manfaat dan pembuatan minuman herbal jahe-sereh instan serta teh rosella telah berhasil dilaksanakan. Peningkatan signifikan terjadi pada pemahaman mengenai manfaat kombinasi teh rosella-kayu manis-bunga lawang (23,81% menjadi 42,86%), tujuan pemanasan perasan jahe dengan api kecil (47,62% menjadi 76,19%), serta tujuan pamarutan dan pemerasan jahe (57,14% menjadi 76,19%). Beberapa aspek sudah memiliki pemahaman tinggi sejak awal, seperti serbuk instan yang tidak dianjurkan untuk pasien diabetes (90,48% menjadi 100%) dan pentingnya bahan harus dalam kondisi kering (85,71% menjadi 100%). Secara keseluruhan, penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap manfaat dan cara pembuatan minuman herbal.

DAFTAR PUSTAKA

- El-Shiekh, R.A. *et al.* (2020) 'Hibiscus sabdariffa L.: A potent natural neuroprotective agent for the prevention of streptozotocin-induced Alzheimer's disease in mice', *Biomedicine and Pharmacotherapy*, 128. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.biopha.2020.110303>.
- Kin-Hoo Koo, K. *et al.* (2021) 'Inflammatory Arthropathy in the Elite Sports Athlete', *Current Sports Medicine Reports*, 20(11). Available at: <https://doi.org/10.1249/JSR.0000000000000903>.
- Mao, Q.Q. *et al.* (2019) 'Bioactive compounds and bioactivities of ginger (*Zingiber officinale* roscoe)', *Foods*. Available at: <https://doi.org/10.3390/foods8060185>.
- Osaе, R. *et al.* (2021) 'Drying techniques affect the quality and essential oil composition of Ghanaian ginger (*Zingiber officinale* Roscoe)', *Industrial Crops and Products*, 172. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.indcrop.2021.114048>.
- Rais, I.R. (2016) 'AKTIVITAS ANTIOKSIDAN EKSTRAK *Andrographis paniculata* (Burm.f.) Ness DENGAN DUA PERBEDAAN PENGUAPAN', *Pharmaciana*, 6(1). Available at: <https://doi.org/10.12928/pharmaciana.v6i1.3226>.
- Talebi, Marjan *et al.* (2021) 'Zingiber officinale ameliorates Alzheimer's disease and Cognitive Impairments: Lessons from preclinical studies', *Biomedicine and Pharmacotherapy*. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.biopha.2020.111088>.
- Yuanta, Y. (2019) 'Pengaruh Pemberian Seduhan Rosella Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Wanita Menopause', *ARTERI*:

Jurnal Ilmu Kesehatan, 1(1). Available at:
<https://doi.org/10.37148/arteri.v1i1.23>.

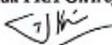
LAMPIRAN

Lampiran 1. Presensi Kehadiran

PIMPINAN RANTING 'AISYIYAH GIRIREJO

HARI : Sabtu
 TEMPAT : Ibu Yuliyanti Kradenan
 ACARA : Pengajian Tingkat Pimpinan (Pembuatan Sediaan Jaja Sere Instan dan Teh Procelin utk mendukung kesehatan)

NO	NAMA	ALAMAT	TANDA TANGAN
1	Riswanti	Payaman utara	
2	Purwanti Yuliasuti	- II -	
3	Fatimah	Gejayan	
4	Suprihati	Pajimata	
5	SULASTRI ok	- II -	
6	Rajman	Kradenan	
7	Ngardinem	payaman utara	
8	Murtatonah	Gejayan	
9	Mudiyah	Kradenan	
10	Musyati	Gejayan	
11	Siti Aniroh	Gejayan	
12	MUR KHATUN SIYATI	Kradenan	
13	Partini	Kradenan	
14	MARI	Banyuwunung	
15	Dwi Kurnani	Kradenan	
16	Wahimah L	payaman selatan	
17	Nunika	payaman selatan	
18	Sunmyan	Kradenan	
19	Indah Wulandari	Kradenan	
20	Tatik Kartiyati	Payaman Jembr	
21	Yuliyanti	Kradenan	
22	Sri Harzani	Banyuwunung	
23	WALYIHATI	payaman	
24	Zunyah	Payaman	
25	Rajinum Iraf	Payaman	
26			
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			

Ketua PRA Girirejo

 Tatik Kartiyati, S.Pd
 NBM.717.270



Girirejo, 11 Jan 2025
 Sekretaris

 Indah Wulandari
 NBM.879.955

Lampiran 2. Soal Pretest dan Posttest

PRETES dan POSTES

Pembuatan Sediaan Jahe-Sere Instan dan Teh Rosella untuk Mendukung Kesehatan

Girejo, 11 Januari 2025

Nama :

1. Tujuan jahe diparut dan diperas saat pembuatan serbuk instan jahe adalah :
 - a. Memudahkan mendapatkan bahan berkhasiat dalam jahe
 - b. Menjaga agar jahe tetap wangi
 - c. Mencegah serat dalam jahe masuk dalam minuman
2. Hasil perasan jahe dikentalkan dengan cara :
 - a. Dijemur di sinar matahari
 - b. Dipanaskan dengan kompor
 - c. Didinginkan dalam almari pendingin
3. Tujuan pemanasan perasan jahe dengan api kecil adalah :
 - a. Mencegah serbuk menjadi gosong
 - b. Mencegah bahan aktif jahe menguap
 - c. Mencegah serbuk tidak terlalu kering
4. Manfaat minum serbuk instan jahe-sereh adalah
 - a. Mengontrol kadar gula darah
 - b. Mengoptimalkan kerja pancreas
 - c. Mengatasi batuk dan kembung
5. Serbuk instan jahe-sereh tidak dianjurkan untuk penderita diabetes karena
 - a. Mengandung banyak gula
 - b. Mengandung Jahe
 - c. Mengandung Sereh
6. Manfaat minum teh rosella-kayu manis-bunga lawang adalah
 - a. Mengatasi pilek
 - b. Meningkatkan metabolisme
 - c. Menurunkan tekanan darah
7. Alasan penggunaan bahan rosella-kayu manis-bunga lawang harus dalam keadaan kering agar
 - a. Mencegah tumbuh jamur
 - b. Mencegah dimakan tikus
 - c. Mencegah timbulnya bau apek
8. Kontrol kualitas saat pembuatan teh rosella-kayu manis-bunga lawang adalah
 - a. Memastikan komposisi bahan benar
 - b. Memastikan kantong teh tidak bocor
 - c. Semua benar

Lampiran 3. Power point pelatihan

Pembuatan Sediaan Jahe-Sere Instan dan Teh Rosella untuk mendukung Kesehatan

Indonesian Herbal Drink

Resep Wedang Jareh (Jahe Sereh)

• BAHAN

- 200 gram jahe kupas
- 50 gram sereh
- 200 gram gula
- 200 cc air

• ALAT

- Parutan
- Sendak logam
- Spatel/gegakuk kayu
- Baskom
- Pisau
- Timbangan
- Blender
- Kompas dan Gas
- Saringan

Cara Pembuatan

Sebanyak 200 gr jahe kupas dicuci dan diparut. Tambahkan air secukupnya, kemudian disaring untuk diperoleh ekstraknya

Cuci sereh dan geprek

Masukkan ekstrak jahe dalam wajan, tambahkan sereh yang sudah digeprek

Panaskan diatas kompor dengan api sedang sambil terus diaduk

Setelah didapatkan ekstrak kental, masukan 200 gr gula secara perlahan

Sambil diaduk terus menerus dengan api kecil, hingga menjadi serbuk

Dinginkan, blender menjadi serbuk dan dimasukkan ke dalam wadah.

Manfaat Wedang Jareh

Minuman serbuk instan ekstrak jahe dan sereh memiliki manfaat yaitu :

- Meningkatkan metabolisme
- Meredakan sakit perut
- Mengatasi pilek
- Obat mual atau morning sickness,
- Mengatasi batuk dan kembung
- Meningkatkan sistem kekebalan tubuh.

Jamu ini tidak dianjurkan untuk penderita diabetes karena mengandung kadar gula yang tinggi, penderita tekanan darah perlu hati-hati karena adanya interaksi antara jahe dan obat pencahar darah.

Resep Teh Rempah (Rosella Rempah)

• BAHAN

- 40 kuntum bunga rosella kering
- 10 batang kayu manis
- 20 buah bunga lawang

• ALAT

- Baskom
- Pisau
- Kantong teh

Cara Pembuatan

Semua bahan yang digunakan merupakan bahan kering

Pastikan semua bahan dalam keadaan bersih

Cincang kasar bunga rosella, potong kayu manis dan bunga lawang menjadi beberapa bagian kecil

Masukkan masing-masing bahan dengan perbandingan 2:0,5:1

Siapkan kantong teh

Press kantong teh dan pastikan tidak ada kantong yang bocor

Teh rempah siap diseduh

Manfaat Teh Rosella Rempah

Minuman serbuk instan ekstrak jahe dan sereh memiliki manfaat yaitu :

- Membantu menurunkan tekanan darah
- Mengontrol kadar gula darah
- Mengoptimalkan kerja pankreas
- Mengangkal radikal bebas
- Mengatasi sakit perut, bronkitis, rematik, stimulan, dan diuretic

Kontrol Kualitas Sediaan

a. Bahan Baku
Pastikan semua bahan dalam kondisi segar, kering sempurna, tanpa tanda busuk atau jamur.

b. Proses Pembuatan
• Perlu dicuci hingga bersih untuk menghilangkan kontaminan kotoran tanah atau residu pestisida yang menempel.
• Pastikan perbandingan masing-masing bahan sesuai standar agar rasa, aroma, dan khasiat konsisten.

c. Kemasan
Penggunaan kemasan yang kedap udara, tidak mudah bocor, dan terbuat dari bahan yang aman untuk makanan. Kemasan harus melindungi serbuk dari kelembapan, udara, dan cahaya agar kualitas tetap terjaga.

Lampiran 4. Berita Acara

**BERITA ACARA KEGIATAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Telah dilaksanakan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa penyuluhan praktek pembuatan sediaan Instan Jahe Serah dan Teh Celup Rosela oleh:

Nama Pelaksana : Apt. Ichwan Ridwan Rais, M.Sc., Ph.D

Jabatan : Dosen

Hari/ Tanggal : 11 Januari 2025

Waktu : 08.00 WIB – Selesai

Tempat : Ibu Yuliyanti ,Kradenan, Girirejo, Imogiri, Bantul

Jumlah Peserta : 25 orang

Demikian berita acara ini dibuat sebagai bukti pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

Yogyakarta, 11 Januari 2025

Pimpinan Ranting 'AISYIYAH GIRIREJO IMOGIRI

Ketua



Tatik Karyati, S.Pd.

NBM. 717 270

**BERITA ACARA KEGIATAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Telah dilaksanakan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa penyuluhan praktek pembuatan sediaan Instan Jahe Serah dan Teh Celup Rosela dengan topik “Pembuatan Sediaan Jahe Sere Instan dan The Rosela untuk mendukung kesehatan’ oleh:

Nama Pelaksana : Dr.Apt.Nining Sugihartini,M.Si
Jabatan : Dosen
Hari/ Tanggal : 11 Januari 2025
Waktu : 08.00 WIB – Selesai
Tempat : Ibu Yuliyanti ,Kradenan, Girirejo, Imogiri, Bantul
Jumlah Peserta : 25 orang

Demikian berita acara ini dibuat sebagai bukti pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

Yogyakarta, 11 Januari 2025

Pimpinan Ranting ‘AISYIYAH GIRIREJO IMOGIRI

Ketua



Tatik Karyati, S.Pd.

NBM. 717 270

**BERITA ACARA KEGIATAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Telah dilaksanakan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa penyuluhan praktek pembuatan sediaan Instan Jahe Serah dan Teh Celup Rosela oleh:

Nama Pelaksana : Apt.Siti Fatmawati Fatimah,M.Sc.
Jabatan : Dosen
Hari/ Tanggal : 11 Januari 2025
Waktu : 08.00 WIB – Selesai
Tempat : Ibu Yuliyanti ,Kradenan, Girirejo, Imogiri, Bantul
Jumlah Peserta : 25 orang

Demikian berita acara ini dibuat sebagai bukti pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

Yogyakarta, 11 Januari 2025

Pimpinan Ranting 'AISYIYAH GIRIREJO IMOGIRI

Ketua



Tatik Karyati, S.Pd.

NBM. 717 270

Lampiran 5. Surat perjanjian kontrak pengabdian masyarakat



**PERGURUAN TINGGI MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

UAD Kampus 2 Unit B, Jl. Pramuka no. 5F, Pandeyan, Umbulharjo Yogyakarta 55161, Telp : 0899 0282 7604, Email : lppm@uad.ac.id

**SURAT PERJANJIAN KONTRAK (SPK)
PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PkM)
Nomor: U.12/SPK-PkM-MONOTAHUN-77/LPPM-UAD/XI/2024**

Pada hari ini, Senin tanggal dua puluh lima bulan November tahun dua ribu dua puluh empat (25-11-2024), kami yang bertanda tangan di bawah ini:

- 1) **Prof. Ir. Anton Yudhana, S.T., M.T., Ph.D.** selaku Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) bertindak untuk dan atas nama Universitas Ahmad Dahlan, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**;
 - 2) **apt Ichwan Ridwan Rais M.Sc., Ph.D.** selaku Ketua Pelaksana Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**;
- menyatakan bersepakat mengikatkan diri dalam Perjanjian Kontrak PkM skema **Monotahun** tahun pendanaan 2024/2025 dengan ketentuan dan syarat sebagaimana diatur dalam pasal-pasal sebagai berikut:

**Pasal 1
Dasar Hukum**

- 1) Hasil review/penilaian proposal yang dilakukan oleh Tim Reviewer Internal Perguruan Tinggi Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat UAD.
- 2) Surat Keputusan Kepala LPPM UAD Nomor: U12/1516/XI/2024 tentang Penetapan Penerima Dana Internal Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) Skema Monotahun, Multitahun, dan Internasional Universitas Ahmad Dahlan Tahun Akademik 2024/2025.

**Pasal 2
Judul Pengabdian**

PIHAK PERTAMA dalam jabatan tersebut di atas, memberikan tugas kepada PIHAK KEDUA untuk melaksanakan kegiatan PkM tahun pendanaan 2024/2025 dengan judul: **“POLA HIDUP SEHAT DENGAN MINUMAN JAHE DAN ROSELLA HANGAT”**

**Pasal 3
Waktu dan Besar Bantuan Biaya PkM**

- 1) Waktu pengabdian minimal selama **6 (enam) bulan** dan maksimal **8 (delapan) bulan** terhitung mulai sejak ditandatangani SPK ini, dan PIHAK KEDUA mengunggah hasil laporan akhir pelaksanaan PkM skema **Monotahun** kepada PIHAK PERTAMA selambat-lambatnya pada **30 Juni 2025**.
- 2) Bantuan Biaya pelaksanaan PkM ini dibebankan pada Anggaran Pendapatan dan Belanja (APB) LPPM UAD Tahun Anggaran 2024/2025 dengan nilai kontrak sebesar **Rp 7.000.000,00 (Tujuh Juta Rupiah)**.

**Pasal 4
Personalia Pelaksana PkM**

Susunan personalia Pelaksana PkM ini sebagai berikut:

- 1) Ketua PkM : apt Ichwan Ridwan Rais M.Sc., Ph.D.
- 2) Anggota 1 PkM : Dr. Nining Sugihartini M.Si., Apt.