

# INOVASI MINUMAN EKSTRAK JAHECANG UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN MASYARAKAT DI PKK DESA PASIR BARAT KECAMATAN JAMBE KABUPATEN TANGERANG

<sup>1)</sup>Miftahul Ulum Mudin, <sup>2)</sup>Muaida, <sup>3)</sup>M. Riky Saputra, <sup>4)</sup>Kartika Cahya Lestari, <sup>5)</sup> Khusnul Khotimah, dan <sup>6)</sup> Mutihatun Janah  
Mahasiswa Prodi D-III Sekretari Universitas Pamulang

## ABSTRACT

*Ginger extract drink is a warming drink made from the medicinal plant spices of ginger, secang, cardamom, lemongrass leaves plus cinnamon juice. The presence of these nutritious ingredients in ginger extract has been proven to be beneficial for health, currently many people are looking for health problems, especially in disease prevention. The purpose of this task was to see the response of the drink from ginger extract. This methodology is carried out with a reference study approach. There are two types of data taken, namely primary data and secondary data. Primary data were obtained from respondents who had consumed the determined ginger extract on purpose. Secondary data were obtained from various sources including journals, proceeding seminars, research reports, and theses. The results of the study show that some of the ingredients of ginger extract drink can prevent and run the incidence of degenerative diseases, namely, lowering cholesterol, preventing osteoporosis, anti-diarrhea, anti-cancer, so that people who drink ginger extract can improve their health. It takes enthusiasm, will, ability, knowledge, and skills to preserve, and develop ginger extract drinks so that people not only know but understand the many benefits apart from being tired and catching a cold.*

**Keywords: Innovation, Healthy, and Public**

## ABSTRAK

Minuman ekstrak jahecong merupakan minuman penghangat yang bahannya dari rempah-rempah tanaman obat jahe, secang, kapulaga, daun sereh ditambah perasan kayu manis. Terdapatnya bahan-bahan berkhasiat tersebut dalam ekstrak jahecong telah terbukti bermanfaat bagi kesehatan, saat ini mulai banyak dicari orang untuk menyelesaikan permasalahan kesehatan terutama dalam pencegahan penyakit. Tujuan penulisan ini adalah untuk mengetahui peranan minuman dari ekstrak jahecong. Metodologi penulisan ini dilakukan dengan pendekatan metode studi referensi. Data yang diambil ada dua jenis yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari survey terhadap responden yang telah mengkonsumsi ekstrak jahecong yang ditentukan secara sengaja. Data sekunder diperoleh dari berbagai sumber diantaranya jurnal, prosiding seminar, laporan penelitian, dan tesis. Hasil studi menunjukkan bahwa beberapa bahan dalam minuman ekstrak jahecong dapat mencegah dan meminimalkan terjadinya penyakit degeneratif yaitu antioksidan, menurunkan kolesterol, mencegah osteoporosis anti diare, anti kanker, sehingga masyarakat yang minum ekstrak jahecong dapat meningkatkan kesehatannya. Diperlukan semangat, kemauan, kemampuan, pengetahuan, dan keterampilan untuk melestarikan, dan mengembangkan minuman ekstrak jahecong sehingga masyarakat bukan hanya tahu akan tetapi memahami manfaatnya banyak selain untuk capek dan masuk angin.

**Kata Kunci: Inovasi, Kesehatan, dan Masyarakat**

## PENDAHULUAN



Gambar 1 Uji Coba Minuman Ekstrak Jaheceang

Penggunaan beberapa tumbuhan yang biasanya digunakan untuk bumbu masak sebagai obat tradisional sudah dilakukan sejak dahulu. Pengobatan tradisional ini sudah terbukti dapat membantu mengatasi masalah kesehatan selama beberapa generasi. Perkembangan obat tradisional atau yang dikenal masyarakat sebagai jamu seiring dengan kepercayaan masyarakat atas khasiat dan mutu jamu itu sendiri. Jika tidak adanya bukti bahwa jamu bisa untuk dijadikan sarana penyembuhan dan pemelihara kesehatan, tentu masyarakat enggan untuk mengkonsumsi jamu tersebut.

Minuman ekstrak jaheceang merupakan minuman penghangat yang bahannya berasal dari rempah-rempah tanaman obat jahe, kayu secang, kapulaga, sereh. Terdapatnya bahan-bahan berkhasiat tersebut dalam ekstrak jaheceang telah terbukti bermanfaat bagi

kesehatan, saat ini mulai banyak dicari orang untuk menyelesaikan permasalahan kesehatan terutama dalam pencegahan penyakit. Beberapa bahan dalam minuman ekstrak jaheceang dapat mencegah dan meminimalkan terjadinya penyakit degeneratif yaitu antioksidan, menurunkan kolesterol, mencegah osteoporosis anti diare, anti kanker, sehingga masyarakat yang minum ekstrak jaheceang dapat meningkatkan kesehatannya.

### 1. Kayu Secang

Kayu secang mengandung zat berkhasiat sebagai anti oksidan kuat yang dapat meredam bahaya radikal bebas yang menjadi penyebab timbulnya penyakit kronis seperti kanker, jantung koroner, hipertensi, diabetes menurut Triyono (2011).

Dalam pengobatan tradisional kayu secang biasa digunakan dengan cara diseduh untuk mengurangi penyakit antara lain :Batuk berdarah (TBC), diare, disentri, penawar racun, obat luka dalam dan luka luar, pengobatan sesudah persalinan, katarak, maag, rematik, masuk angin dan capek-capek menurut Shahidi (1999). Ekstrak kayu secang (*Caesalpinia sappan* L.) hasil penapisan mengandung lima senyawa aktif yang terkait dengan *flavonoid* baik sebagai

antioksidan primer maupun antioksidan sekunder menurut Safitri (2002). Pemberian ekstrak kayu secang (*Caesalpinia sappan* L.) pada mencit yang terpapar aflatoksin diharapkan dapat menghambat menurunnya angka SAT sehingga kerusakan hati dapat dihindari. Telah diketahui bahwa flavonoid yang terdapat dalam ekstrak kayu secang memiliki sejumlah kemampuan yaitu dapat meredam atau menghambat pembentukan radikal bebas hidroksil, anion superoksida, radikal peroksil, radikal alkoksil, singlet oksigen, hidrogen peroksida menurut Shahidi (1999).

Tanaman secang (*Caesalpinia sappan*, L) termasuk dalam familia *Caesalpiniaceae*. Tanaman ini mengandung resin, resorsin, brazilin, d-alfa phallandren, oscimenen, dan minyak atsiri. Secara empiris tanaman secang telah digunakan untuk mengatasi gout, rematik dan pembengkakan. Senyawa aktif yang terkandung dalam tanaman secang diduga bertanggung jawab dalam menghambat produksi asam urat di tubuh, sehingga produksi komplikasi hiperurecimea berupa gout arthritis tidak terjadi. Hasil penelitian Fitri Rahmawati

(2011) menunjukkan bahwa tanaman secang memiliki aktivitas sebagai penurun asam urat darah tikus putih jantan galur SD. Dosis 40 mg/kg bb menghasilkan penurunan kadar asam urat darah yang paling besar dibandingkan dengan dosis lain dan setara dengan alupurinol 50 mg/kg bb. Ekstrak etanol 70 % kayu secang mengandung golongan senyawa kimia flavanoid, tannin polifenol, kardenolin dan antraknon.

Ekstrak kayu secang dosis 40 mg/kg bb dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam penanganan kasus hiperuricemia, karena mempunyai aktivitas yang setara dengan aktivitas alopurinol dosis 50 mg/kg bb menurut Triyono (2011) Kayu secang bermanfaat sebagai penangkal radikal bebas, antibiotic alami, membantu tubuh menyerap vitamin C, menghentikan perdarahan, mengurangi rasa sakit dan nyeri, mengobati kanker prostat, memelihara kesehatan jantung, sebagai anti bakteri, mengobati sakit perut, sebagai anti inflamasi, terapi detoksifikasi, mengandung anti jamur, mengatasi obesitas, mengobati radang usus, menurunkan tekanan darah,

mengobati penyakit TBC, meningkatkan tubuh, meningkatkan kekebalan tubuh menurut Triyono (2011)

## **2. Jahe**

Jahe (*Zingiber officinale*), adalah tanaman rimpang yang sangat populer sebagai rempahrempah dan bahan obat. Rimpangnya berbentuk jemari yang menggembung di ruas-ruas tengah. Rasa dominan pedas disebabkan senyawa keton bernama zingeron. Jahe termasuk suku *Zingiberaceae* (temu-temuan). Nama ilmiah jahe diberikan oleh William Roxburgh dari kata Yunani *zingiberi*, dari bahasa Sanskerta, *singaberi* menurut Rukmana (2000) Jahe termasuk rempah yang banyak digunakan dan diperdagangkan dalam bentuk segar, kering maupun produk olahannya. Sebelum diolah lebih lanjut saat disimpan jahe segar memiliki beberapa kerugian seperti memerlukan banyak tempat, mutu dan aroma yang bervariasi tergantung pada umur, selama penyimpanan memungkinkan kehilangan minyak atsiri atau komponen lainnya. Pengembangan produk jahe kering dalam berbagai bentuk produk antara maupun produk jadi sangat menguntungkan, hal ini disebabkan karena permintaan pasar yang cukup

tinggi baik di dalam maupun di luar negeri, dengan demikian memberikan peluang untuk dikembangkan secara serius oleh petani, industri makanan dan minuman maupun industri farmasi. Penggunaan jahe untuk berbagai macam olahan selain mempunyai rasa dan aroma yang enak dan khas, juga memiliki fungsi sebagai obat yaitu untuk memperbaiki pencernaan, menambah nafsu makan, memperkuat lambung dan mencegah infeksi.

Hal ini disebabkan oleoresin pada jahe dapat merangsang selaput lendir perut besar dan usus. Selain itu juga untuk obat batuk, rematik, sakit kepala dan berguna untuk wanita yang baru melahirkan menurut Rodriquez (1971). Dalam masyarakat Indonesia, pemanfaatan obat tradisional dalam sistem pengobatan sudah membudaya dan cenderung terus meningkat. Salah satu tanaman rempah dan obat-obatan yang ada di Indonesia adalah jahe menurut Rukmana (2000).

## **3. Akar Sereh dan Daun Sereh**

Akar Sereh sejak lama digunakan sebagai peluruh air seni, peluruh keringat, peluruh dahak/obat batuk, bahan untuk kumur, dan penghangat badan. Daun: digunakan sebagai peluruh

angin perut, penambah nafsu makan, pengobatan pasca persalinan, penurun panas dan pereda kejang. Tanaman sereh dipergunakan dalam berbagai kebudayaan. Bagian dari tanaman ini yang bisa dipakai untuk herbal meliputi akar, batang, dan daunnya. Manfaat sereh antara lain mencegah kanker, obat gangguan pencernaan, detoksifikasi, menurunkan tekanan darah, menghaluskan kulit, sebagai analgesic, menjaga kesehatan wanita menurut Lubis (2011).

#### 4. Kapulogo

Kapulaga atau di sebut juga Amomum cardamomum selama ini dikenal sebagai rempah untuk masakan dan juga lebih banyak digunakan untuk campuran jamu. Di Indonesia tanaman kapulaga dikembangkan sejak lama, terutama di daerah Jawa dan Sumatera. Biji kapulaga lokal dipercaya mengandung minyak atsiri, bahkan lebih harum, sehingga dulu sering dijadikan mut-mutan untuk pengharum mulut. Sayangnya, sejak dunia kebanjiran beragam permen penghilang bau mulut, kapulaga lokal tidak dipakai lagi karena dianggap kurang praktis menurut Anonim (2011) Biji, yang diambil dari

tumbuhan sebelum buah masak benar, dapat dimanfaatkan sebagai obat. Dalam dunia obat-obatan biji yang telah dikeringkan dinamakan semen cardamom menurut Anonim (2011).

Selain bijinya, yang digunakan untuk obat adalah bagian akar, buah, dan batangnya. Kapulaga mengandung minyak atsiri, sineol, terpineol, borneol, protein, gula, lemak, silikat, betakamfer, sebinena, mirkena, mirtenal, karvona, terpinil asetat, dan kersik. Dari kandungan tersebut kapulaga memiliki khasiat sebagai obat batuk. Kapulaga juga memiliki khasiat untuk mencegah keropos tulang menurut Anonim (2011).

## HASIL DAN PEMBAHASAN



**Gambar 2** Penyuluhan dan Pelatihan Inovasi Minuman Ekstrak Jaheceang

Bahan jahe, secang, kapulaga, daun sereh, dan daun mint dicuci bersih, kemudian

dikeringkan di bawah sinar matahari selama dua hari atau lebih, setelah kering diambil satu tiap bahan. Cara minumannya dilakukan dengan cara: Rebus semua dengan api kecil agar zat yang terkandung di dalam semua bahan-bahan dapat keluar dengan sempurna. Kemudian panci ditutup hingga air mendidih dan berwarna kemerahan. Bila tidak direbus diseduh dengan menggunakan air mendidih. Tambahkan gula batu atau madu sesuai selera. Sebaiknya gunakan alat perebus yang terbuat dari gerabah atau dari tanah liat karena gerabah bisa mempertahankan aroma dari minuman jaheceang. Minum selagi hangat (Edo, Agung, 2013). Secara alami rempah-rempah mengandung berbagai macam komponen aktif yang sangat besar perannya dalam penciptaan cita rasa suatu produk.

Rempah mengandung zat antioksidan, antibakteri, antikapang, antikhmir, antiseptik, antikanker, dan antibiotik, yang kesemuanya itu sangat besar perannya dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Antioksidan tanaman pada umumnya berupa senyawa fenol. Senyawa fenol adalah jenis antioksidan yang paling efektif. Senyawa fenol merupakan jenis antioksidan yang sering digunakan dalam bahan pangan. Di samping senyawa fenol, bahan-bahan alami termasuk rempah-rempah juga mengandung senyawa-senyawa antioksidan lain berupa

protein, amin, dan asam-asam organik. Rempah-rempah telah terbukti memiliki senyawa antioksidan yang diperlukan untuk mengatasi serangan radikal bebas. Komponen bioaktif yang berbentuk fenol pada sereh atau serai adalah: sitral dan geraniol; pada jahe, yakni zingiberen, curcumin, filandren, gingerol, dan shogaol; pada cengkih adalah: eugenol, tanin, dan vanilin. Kandungan senyawa aktif yang terdapat di dalam jahe sebagian besar adalah gingerol. Selama proses penyimpanan.

Gingerol dapat terdehidrasi menjadi shogaol, yang memiliki rasa lebih pedas daripada gingerol. Antioksidan dibedakan atas dua kelompok berdasarkan mekanismenya, yaitu antioksidan primer dan sekunder. Antioksidan primer merupakan antioksidan yang bereaksi dengan radikal lipida yang kemudian mengubahnya menjadi produk yang lebih stabil. Antioksidan primer dapat berupa komponen fenolik, tokoferol alami dan sintetis, alkil galat, butylated hidroksianisol (BHA), butylated hidroksitoluen (BHT) atau tertiary butyl hidroquinon (TBHQ). Antioksidan sekunder bekerja dengan cara mengelat (mengikat) ion logam, menangkap oksigen, mendekomposisi hidroperoksida menjadi spesies nonradikal, menyerap radiasi timbul karena ultraviolet (UV), atau dengan mendeaktivasi singlet

oksigen. Radikal bebas secara alami dapat terbentuk di dalam tubuh, sehingga menyebabkan kerusakan sel dan berbagai penyakit. Radikal bebas dan komponen reactive oxygen spesies (ROS) dipercaya berkontribusi banyak pada penyakit manusia, terutama penyakit kronis yang berhubungan dengan penuaan. Konsumsi bahan pangan yang mengandung antioksidan akan membantu tubuh dalam menghambat perkembangan radikal bebas. Rempah-rempah umumnya mengandung komponen bioaktif yang bersifat antioksidan dan dapat berinteraksi dengan reaksi-reaksi fisiologis, sehingga mempunyai kapasitas antimikroba, antipertumbuhan sel kanker, dan sebagainya sehingga dapat meningkatkan kesehatan menurut Yusuf (2012).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

1. Minuman ekstrak jahecing dapat meningkatkan kesehatan masyarakat karena bahan-bahan yang digunakan dari bahan dasar alami atau rempah-rempah yaitu jahe, secong kapulaga, sereh yang di ekstrak menjadi bahan kering yang pengolahannya dengan cara diseduh dengan air mendidih.
2. Cara atau proses ekstrak jahecing dapat meningkatkan kesehatan masyarakat.

Minuman ekstrak jahecing dapat meningkatkan kesehatan masyarakat karena bahan-bahan yang digunakan dari bahan dasar alami atau rempah-rempah yaitu jahe, secong kapulaga, sereh, Rempah mengandung zat antioksidan, antibakteri, antikapang, antikhmir, antiseptik, antikanker, dan antibiotik, yang kesemuanya itu sangat besar perannya dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat

3. Faktor-faktor yang menjadi kendala ekstrak jahecing dalam meningkatkan kesehatan masyarakat adalah bahan baku yang sulit, masyarakat belum mendapat penyuluhan tentang minuman ekstrak jahecing, dan dukungan masyarakat sebagai bahan pengobatan untuk meningkatkan kesehatan.

Kami senang dan bangga karna dapat melaksanakan PKM di PKK Desa Pasir Barat kecamatan Jambe Kabupaten Tangerang Mengenai “ *Inovasi Minuman Ekstrak Jahecing Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat di Desa Pasir Barat Kecamatan Jambe Kabupaten Tangerang*”. Kami sangat berharap PKK Desa Pasir Barat bisa mengembangkan Inovasi pada minuman ekstrak jahecing ini dan mensosialkan lagi

kepada Masyarakat yang ada di Desa Pasir Barat agar masyarakat lebih bisa hidup sehat

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2011 *Kapulaga : Ciri Khas Dan Manfaatnya*.  
<http://www.bioactiva.co.id>; (10 Agustus 2018)
- Edo, Agung. 2013. *Cara murah menurunkan kolesterol*.[http://forumkesehatananda .bl ogspot.com/2013/02/cara-murah-menurunkan-kolesterol-dan.html](http://forumkesehatananda.bl ogspot.com/2013/02/cara-murah-menurunkan-kolesterol-dan.html).  
Diakses 10 Agustus 2018.
- Hariana, A.2007. *Tumbuhan Obat dan Khasiatnya, Penebar Swadaya;Jakarta*,  
[https://www.facebook.com/343837535649519/ posts/khasiat-kayu-secang-pada-jahemerah-karomahmay-30-2012bymuhammad-yusuf-pemilik](https://www.facebook.com/343837535649519/posts/khasiat-kayu-secang-pada-jahemerah-karomahmay-30-2012bymuhammad-yusuf-pemilik).  
DiAkses 12 Agustus 2018.
- Rahmawati, Fitri. 2011. *Kajian Potensi Wedan Uwuh, artikel (http://staffnew.uny.ac.id, di akses 09 Agustus 2018)*
- Jurnal SainHealth Vol. 3 No. 1 Edisi Maret 2019 © *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Maarif Hasyim Latif Sidoarjo*