

Penguatan Kesehatan Berbasis Herbal melalui Pembuatan Minuman JALENAS (Jahe Lemon Nanas) Madu kepada Pengurus Cabang Pemuda Persis Tarogong Kaler

Strengthening Herbal-Based Health through the Production of JALENAS (Ginger, Lemon, Pineapple, and Honey) Beverage for PC Pemuda Persis Tarogong Kaler

Nopi Rantika

Nurul Auliasari

Retty Handayani

Aji Najihudin

Siti Hindun

Framesti Frisma Sriarumtias*

Gilang Gunawan

Rahayu Nafisah

Shifa Nisrina Sujana

Ahmad Rofi Irmanto

Department of Pharmacy, Faculty of
Mathematics and Natural Sciences,
Garut University, Garut, West Java,
Indonesia

email: framesti@uniga.ac.id

Kata Kunci

Kesehatan
Madu
Jalenas

Keywords:

Health
Honey
Jalenas

Received: August 2025

Accepted: September 2025

Published: November 2025

Abstrak

Salah satu cara alami dan terjangkau untuk meningkatkan daya tahan tubuh adalah dengan mengonsumsi minuman herbal berbahan dasar madu dan tanaman herbal. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan *workshop* kepada PC Pemuda Persis Tarogong Kaler "Madu dengan Segala Kebaikan Nutrisi dan Vitamin di Dalamnya Terdapat Kesembuhan", serta "Pembuatan Minuman Herbal Jalenas Madu". Metode yang digunakan pada kegiatan ini yaitu melakukan pre-test pemahaman terkait bahan herbal dan madu yang dapat digunakan untuk menunjang kesehatan berkelanjutan, pemberian materi, *workshop* pembuatan sabun, pemberian produk hasil *workshop* kepada peserta dan post test. Selanjutnya dilakukan pengisian kuisioner tingkat kepuasan peserta terhadap kegiatan *workshop*, pemberian sertifikat, dan evaluasi. Dari hasil evaluasi menunjukkan ada peningkatan pengetahuan peserta hasil perhitungan N-Gain didapat hasil sebagian besar peserta (73,9%) mengalami peningkatan sedang, sedangkan 17,4% menunjukkan peningkatan tinggi. Hanya 2 peserta (8,7%) yang tidak menunjukkan peningkatan (kategori rendah/N-Gain = 0). Rata-rata skor meningkat dari 73,91 (pretest) menjadi 87,39 (posttest), menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang nyata setelah seminar. Rata-rata N-Gain sebesar 0,49 menunjukkan efektivitas sedang, artinya metode edukasi sudah cukup berhasil namun masih dapat ditingkatkan. Serta untuk hasil kuesioner kepuasan peserta terhadap *workshop* yang diberikan yaitu menyatakan 97% peserta puas terhadap *workshop* yang diberikan.

Abstract

One natural and affordable way to enhance immunity is by consuming herbal drinks made from honey and medicinal plants. The objective of this community service activity was to conduct a workshop for PC Pemuda Persis Tarogong Kaler titled "Honey with All Its Nutritional and Vitamin Benefits Contains Healing" and "The Making of JALENAS Herbal Honey Drink." The methods employed included a pre-test to assess participants' understanding of honey and herbal ingredients that support sustainable health, the delivery of educational materials, a hands-on workshop, the distribution of workshop products to participants, and a post-test. Participants then completed a satisfaction questionnaire regarding the seminar, followed by the distribution of certificates and an overall evaluation. The evaluation results showed an improvement in participants' knowledge. Based on the N-Gain score calculation, the majority of participants (73.9%) experienced a moderate improvement, 17.4% experienced a high improvement, and only 2 participants (8.7%) showed no improvement (N-Gain = 0, categorized as low). The average score increased from 73.91 (pre-test) to 87.39 (post-test), indicating a clear improvement in understanding after the seminar. The average N-Gain score of 0.49 indicates a moderate level of effectiveness, meaning that the educational method used was successful but still has room for improvement, and 97% of participants expressed satisfaction with the activities conducted during the workshop.



© 2025 Nopi Rantika, Nurul Auliasari, Retty Handayani, Aji Najihudin, Siti Hindun, Framesti Frisma Sriarumtias, Gilang Gunawan, Rahayu Nafisah, Shifa Nisrina Sujana, Ahmad Rofi Irmanto. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i11.10472>

How to cite: Rantika, N., Auliasari, N., Handayani, R., Najihudin, A., Hindun, S., Sriarumtias, F. F., et al. (2025). Penguatan Kesehatan Berbasis Herbal melalui Pembuatan Minuman JALENAS (Jahe Lemon Nanas) Madu kepada Pengurus Cabang Pemuda Persis Tarogong Kaler. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 10(11), 2549-2554. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i11.10472>

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aspek fundamental dalam mendukung produktivitas, terutama bagi para guru sebagai pendidik generasi bangsa. Dalam menghadapi kondisi lingkungan yang rawan penyakit dan gaya hidup yang kurang sehat, menjaga sistem imun tubuh menjadi prioritas penting. Sistem imunitas tubuh memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan, imunitas tubuh yang baik dapat mencegah kuman atau virus masuk kedalam tubuh. Sistem imun merupakan sistem koordinasi respons biologik yang bertujuan melindungi integritas dan identitas individu serta mencegah masuknya organisme dan zat yang berbahaya dari lingkungan yang dapat merusak dirinya. Sistem imun mempunyai 3 fungsi utama. Yang pertama adalah fungsi spesifik yaitu kemampuan untuk mengenal dan membedakan berbagai molekul target dan juga mempunyai respons yang spesifik. Fungsi kedua adalah kemampuan membedakan antara antigen diri dan antigen asing. Fungsi ketiga adalah fungsi mengingat yaitu kesanggupan berdasarkan pada kontak sebelumnya dengan zat patogen, sehingga dapat bereaksi lebih cepat dan lebih kuat dari kontak sebelumnya (Hasanah *et al.*, 2020). Salah satu cara alami dan terjangkau untuk meningkatkan daya tahan tubuh adalah dengan mengonsumsi suplemen atau minuman herbal berbahan dasar madu dan tanaman herbal. Madu dan tanaman herbal lokal (seperti jahe, temulawak, dan kunyit) merupakan bahan alam yang terbukti memiliki manfaat imunostimulan. Pada kunyit terdapat senyawa kurkuminoid yang berpotensi sebagai imunostimulan, dengan meningkatkan jumlah leukosit sehingga terjadi peningkatan daya tahan tubuh. Kondisi ini akan mampu melawan patogen dan fungsi jaringan tubuh dapat kembali normal (Sriarumtias, 2025; Sriarumtias *et al.*, 2024; Syamsudin *et al.*, 2025). Pada jahe terdapat senyawa gingerol yang digunakan sebagai agen imunomodulator dengan meregulasi badai sitokin dan sebagai antioksidan sehingga dapat menangkal radikal bebas yang menyebabkan rusaknya sel tubuh (Kusumo *et al.*, 2020). Mengonsumsi madu yang kaya akan kandungan antioksidan sangat bermanfaat bagi kinerja sistem pencernaan tubuh agar tetap sehat dan bugar. Selain itu, madu juga mengandung nutraceuticals yang mampu melawan radikal bebas dalam tubuh. Selain bisa diminum secara langsung, madu juga dapat dikombinasikan dengan tanaman herbal untuk dijadikan minuman kesehatan, yang biasa disebut minuman herbal (Milah *et al.*, 2016). Namun demikian, perlu diketahui bahwa madu yang beredar di pasaran tidak semuanya asli. Sebagian di antaranya merupakan madu palsu yang dicampur dengan zat lain seperti air dan gula. Untuk mendapatkan khasiat optimal dari madu, tentu diperlukan madu yang murni dan asli. Jika yang digunakan adalah madu palsu, maka khasiat tersebut tidak akan diperoleh, bahkan jika dikonsumsi berlebihan justru dapat membahayakan kesehatan (Meisyayati *et al.*, 2016; Milah *et al.*, 2016; Sriarumtias *et al.*, 2020). Meskipun manfaat madu dan tanaman herbal telah terbukti secara ilmiah, pemahaman masyarakat terkait pengolahan bahan-bahan alami ini menjadi produk fungsional yang aman dan bernilai guna masih tergolong rendah. Hal ini juga terlihat di lingkungan MTS Pesantren Persis 99 Rancabango, di mana para guru yang memiliki peran strategis dalam edukasi kesehatan berbasis ilmiah masih belum banyak memiliki pengetahuan dan keterampilan praktis dalam pemanfaatan bahan alam tersebut. MTS Pesantren Persis 99 Rancabango merupakan salah satu pesantren yang berlokasi di Jl. Rancabango Kp. Kudang Sari RT/RW 005/005 Tarogong Kaler – Garut, dengan jumlah siswa sebanyak 250 orang, dan saat ini dipimpin oleh Kepala Sekolah Bapak Ust. Urip Hidayat, S.Pd.I. Melalui kegiatan pengabdian ini, diharapkan terjadi transfer pengetahuan dan keterampilan kepada pemudi atau para guru mengenai manfaat bahan alam, serta teknik pembuatan suplemen imun sederhana yang aman, higienis, dan aplikatif untuk mendukung kesehatan berkelanjutan. Adapun pada kegiatan yang akan dilakukan, kami akan melakukan seminar edukasi mengenai perkembangan herbal dalam membangun kesehatan dari masa ke masa, manfaat dan kualitas madu, serta *workshop* pembuatan minuman herbal berbahan dasar madu dan tanaman herbal. Kegiatan ini dilaksanakan bekerja sama dengan pemilik CV Simpul Hati, sebuah usaha yang bergerak di bidang pengolahan dan distribusi madu alami, dengan fokus utama pada kualitas produk.

METODE

Alat dan Bahan

Alat yang digunakan dalam pengabdian kali ini yaitu : kompor, panci, saringan, pisau, talenan, blender, mangkuk, botol plastik 100 mL dan spatula. Sedangkan bahan yang digunakan yaitu jahe, lemon, nanas dan *bee pollen honey*.

Metode Pelaksanaan

Pelatihan terkait Penguatan Kesehatan Berbasis Herbal Melalui Pembuatan Minuman JALENAS (Jahe Lemon Nanas) Madu Kepada PC Pemuda Persis Tarogong Kaler dilakukan dengan tahapan persiapan peserta serta alat dan bahan. Peserta pelatihan merupakan PC Pemuda Persis Tarogong Kaler. Kegiatan *pre-test*, dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan mengenai manfaat madu dan cara penggunaannya. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta pengelola untuk mengisi kuesioner yang memuat 8 pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan. Penyampaian materi tentang penjelasan terkait madu oleh Apt. Aji Najihudin M.Farm., selaku dosen di KBK Teknologi Farmasi Universitas Garut dengan judul “Madu dengan Segala Kebaikan Nutrisi dan Vitamin di Dalamnya Terdapat Kesembuhan” serta *workshop* yang diberikan oleh Ibu Tiwi sebagai salah satu wirausaha di bidang madu yaitu pada CV Simpul Hati dengan memberikan pelatihan “Pembuatan Minuman Herbal JALENAS (Jahe Lemon Nanas) Madu”. Setelah materi dan *workshop* kemudian peserta diberikan lagi *post test* untuk melihat pemahaman setelah pemaparan materi. Juga survey kepuasan terhadap materi yang telah diberikan

Lokasi Kegiatan

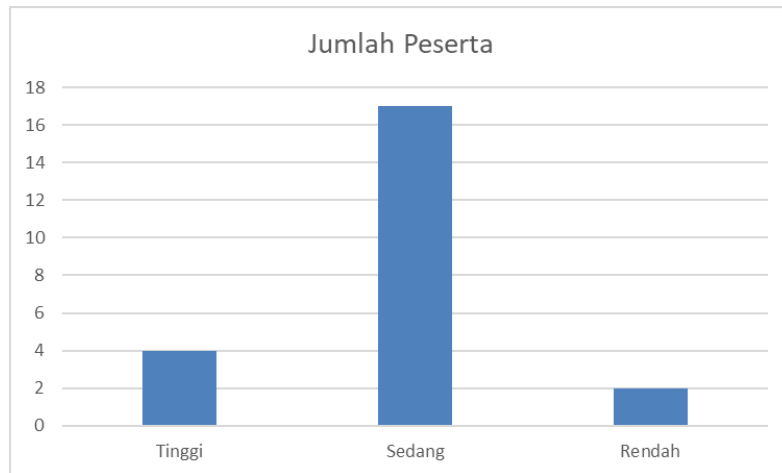
Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan oleh dosen pada Kelompok Bidang Keahlian Teknologi Farmasi dengan lokasi sarana yang berada di MTs Pesantren Persis 99 Rancabango. Kecamatan tarogong Kaler, Kabupaten Garut-Jawa Barat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

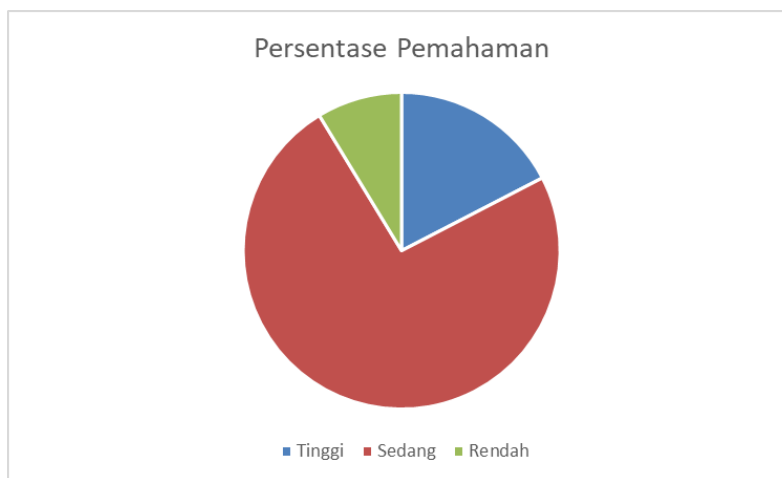
Kegiatan pengabdian ini melibatkan 23 peserta dari Pengurus Cabang (PC) Pemuda Persis Tarogong Kaler yang mengikuti rangkaian seminar dan *workshop* pembuatan minuman herbal JALENAS (Jahe Lemon Nanas) berbasis madu. Untuk mengetahui efektivitas kegiatan, dilakukan *pretest* dan *posttest* berupa 10 soal pilihan ganda yang mencakup pemahaman peserta mengenai manfaat madu, mitos seputar madu, jenis lebah, dan manfaat kombinasi herbal. Hasil *pretest* menunjukkan rata-rata skor sebesar 73,91, sedangkan rata-rata *posttest* meningkat menjadi 87,39. Dengan menggunakan perhitungan N-Gain, diperoleh rata-rata N-Gain sebesar 0,49 yang menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta berada dalam kategori sedang. Distribusi N-Gain peserta disajikan pada Tabel I Sebanyak 17 orang peserta (73,9%) mengalami peningkatan pada kategori sedang, 4 orang (17,4%) dalam kategori tinggi, dan hanya 2 orang (8,7%) yang tidak mengalami peningkatan atau dalam kategori rendah (N-Gain = 0). Visualisasi distribusi ini ditampilkan dalam Gambar 1 dan Gambar 2.

Tabel I. Persentase hasil N-Gain.

Kategori	Jumlah Peserta	Persentase
Tinggi	4	17,40%
Sedang	17	73,90%
Rendah	2	8,70%



Gambar 1. Jumlah Peserta dengan tingkat pemahaman.



Gambar 2. Persentase pemahaman peserta.

Selain evaluasi kognitif, dilakukan pula survei kepuasan peserta terhadap isi dan pelaksanaan *workshop*. Hasilnya menunjukkan bahwa 97% peserta merasa puas terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian, baik dari sisi materi, penyampaian, hingga praktik pembuatan produk.



Gambar 3. Proses Pembuatan produk JALENAS Madu (jahe lemon nanas madu).



Gambar 4. Produk JALENAS Madu.

Kegiatan edukasi berbasis praktik seperti ini terbukti mampu meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan bahan alam lokal sebagai suplemen imun alami. Peningkatan nilai *posttest* dan N-Gain menunjukkan bahwa pendekatan penyampaian yang dilakukan — menggabungkan materi teoritis dan praktik langsung — sangat membantu peserta memahami serta menginternalisasi pengetahuan baru. Kategori “sedang” yang mendominasi (73,9%) menandakan bahwa sebagian besar peserta sudah memiliki pengetahuan awal yang cukup baik, dan kegiatan ini berhasil memperluas serta memperdalam pemahaman mereka. Tiga peserta yang memperoleh N-Gain = 1,00 mengindikasikan bahwa metode edukasi sangat efektif bagi peserta dengan motivasi belajar yang tinggi. Sementara peserta dengan N-Gain = 0 perlu dianalisis lebih lanjut — bisa jadi mereka sudah mencapai nilai maksimal di *pretest* (seperti peserta Ida), atau kurang fokus saat *posttest*.



Gambar 5. Pembagian souvenir produk madu kepada peserta.

Hasil ini sejalan dengan penelitian dan pengabdian sebelumnya oleh (Sriarumtias, 2025) yang menunjukkan bahwa pendekatan pelatihan produk herbal (misalnya minuman Moringa Latte untuk pencegahan stunting) juga mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta. Rata-rata N-Gain pada kegiatan ini (0,49) sedikit lebih tinggi dibanding pengabdian lainnya yang menggunakan metode ceramah semata (rata-rata N-Gain sekitar 0,35–0,45), menunjukkan bahwa integrasi praktik lapangan sangat penting dalam pendidikan masyarakat berbasis herbal. Temuan ini juga mendukung literatur bahwa edukasi mengenai madu murni dan kombinasi tanaman herbal memiliki relevansi tinggi di masyarakat Indonesia yang masih menyimpan banyak mitos terkait produk alami (Milah et al., 2016; Meisyayati et al., 2016). *Workshop* ini menjadi bukti bahwa masyarakat dapat menerima edukasi ilmiah berbasis bukti dengan pendekatan yang tepat.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi madu dan produk herbal memberikan efek positif sedang terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan ada peningkatan pengetahuan peserta hasil perhitungan N-Gain didapat hasil sebagian besar peserta (73,9%) mengalami peningkatan sedang, sedangkan 17,4% menunjukkan peningkatan tinggi. Hanya 2 peserta (8,7%) yang tidak menunjukkan peningkatan (kategori rendah/N-Gain = 0). Rata-rata skor meningkat dari 73,91 (*pretest*) menjadi 87,39 (*posttest*), menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang nyata setelah seminar. Rata-rata N-Gain sebesar 0,49 menunjukkan efektivitas sedang, artinya metode edukasi sudah cukup berhasil namun masih dapat ditingkatkan. Serta untuk hasil kuesioner kepuasan peserta terhadap *workshop* yang diberikan yaitu menyatakan 97% peserta puas terhadap *workshop* yang diberikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Garut yang telah mendanai pengabdian kepada Masyarakat ini.

REFERENSI

- Hasanah, S. U., Wibowo, D. P., & Aulifa, D. L. (2020). Lindungi Imunitas Masyarakat Dengan Minuman Herbal. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 212–218. <https://journal.ilinstitute.com/index.php/caradde/article/view/602>
- Kusumo, A. R., Wiyoga, F. Y., Perdana, H. P., Khairunnisa, I., Suhandi, R. I., & Prastika, S. S. (2020). Jamu Tradisional Indonesia: Tingkatkan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*, 4(2), 465. <https://doi.org/10.20473/jlm.v4i2.2020.465-471>
- Meisyayati, S., Apriyanto, W., & Rikmasari, Y. (2016). Efek Immunomodulator Jus Herbal Kombinasi Bawang Putih, Jahe Merah, Jeruk Nipis, Cuka Apel Dan Madu Terhadap Mencit Putih Jantan. *Jurnal Ilmiah Bakti Farmasi*, 1(2), 59–66. <https://ejournal.stfibp.ac.id/index.php/jibf/article/view/8>
- Milah, N., Bintari, S. H., & Mustikaningtyas, D. (2016). Pengaruh Konsentrasi Antibakteri Propolis terhadap Pertumbuhan Bakteri *Streptococcus pyogenes* secara In Vitro. *Life Science*, 5(2), 95–99. <https://lib.unnes.ac.id/32350/>
- Sriarumtias, F. F. (2025). Pelatihan Antropometri Dan Pembuatan Produk Bergizi Moringa Latte Dalam Mendukung Program Toss (Temukan, Obati, Sayangi Balita Stunting) Di Kober Nurul Huda. *Jurnal PKM: Pengabdian Kepada Masyarakat Surya Abdimas*, 08(01), 99–108. <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/pkm/article/view/27558>
- Sriarumtias, F. F., & Auliasari, N. (2020). Splash mask formulation of tangerine (*Citrus reticulata* Blanco) peel extract and turmeric (*Curcuma longa* L) extract as a whitening agent. *International Journal of Research in Dermatology*, 6(3), 341–346. <https://doi.org/10.18203/issn.2455-4529.IntJResDermatol20201577>
- Sriarumtias, F. F., Syamsudin, R. A. M. R., Asysyari, S. M., Maulidini, A. A., Ayudia, S. A., Wardhani, P. T. K., & Triana, D. (2024). Menjaga Kesehatan Anak dengan Minuman Moringa Latte sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(1), 81–87. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i1.5790>
- Syamsudin, R. A. M. R., Sriarumtias, F. F., Kurniawan, D. A., & Martiani, I. (2025). Peningkatan Kualitas Produk Kunyit Asam Instan Produksi Kober Nurul Huda. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 10(2), 415–420. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i2.8244>