

## **SOSIALISASI DAN PELATIHAN PEMBUATAN TEH HERBAL**

Balebat Ayu Sinangling1, Nana Rahdiana2

Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi Universitas Buana Perjuangan Karawang

[fm20.balebatsinangling@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:fm20.balebatsinangling@mhs.ubpkarawang.ac.id) , [nana.rahdiana@ubpkarawang.ac.id](mailto:nana.rahdiana@ubpkarawang.ac.id)

### **ABSTRAK**

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Mahasiswa dan Mahasiswi Universitas Buana Perjuangan Karawang. Sustainable Development Goals (SDG's) merupakan suatu rencana aksi global yang disepakati oleh para pemimpin dunia, termasuk Indonesia. Tujuan dari sosialisasi ini untuk mengetahui cara pembuatan teh herbal dan mengetahui manfaat bagi kesehatan tubuh di Desa Kertasari Kecamatan Rengasdengklok. Sosialisasi dan pelatihan teh herbal ini dilaksanakan di Aula Kantor Desa Kertasari Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang. Kegiatan sosialisasi dan pelatihan yang diadakan oleh mahasiswa KKN pada hari Senin, 23 Juli 2023.

Masyarakat Desa kurang meminati teh herbal karena kurangnya pengetahuan terutama tentang khasiatnya, cara pengolahan yang tepat, adanya aroma dan rasa pahit atau hambar (tidak berasa) yang biasa muncul dari teh herbal serta kemasan yang kurang praktis dan menarik. Kegiatan pengabdian bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat terkait pembuatan teh herbal racikan dari tanaman herbal yang memiliki cita rasa aroma yang nikmat. Pada kegiatan pengabdian ini, dilakukan metode yaitu sosialisasi dan pelatihan pembuatan teh herbal pada anggota kelompok pembinaan kesejahteraan keluarga (PKK) dengan membuat teh herbal.

Dilakukan juga evaluasi kegiatan, Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan tingkat pengetahuan peserta meningkat dari tingkat pengetahuan kurang (46,66 %) menjadi tingkat pengetahuan baik (80%). ini berdasarkan pertanyaan yang diberikan kepada peserta kegiatan. mengenai khasiat, cara yang tepat dalam proses pembuatan yang sebelumnya mereka belum ketahui dengan baik.

**Kata kunci** : Teh herbal; PKK

### **PENDAHULUAN**

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Mahasiswa dan Mahasiswi Universitas Buana Perjuangan Karawang. Sustainable Development Goals (SDG's) merupakan suatu rencana aksi global yang disepakati oleh para pemimpin dunia, termasuk Indonesia.

Sustainable Development Goals (SDG's) merupakan suatu rencana aksi global yang disepakati oleh para pemimpin dunia, termasuk Indonesia. yaitu guna mengakhiri kemiskinan, mengurangi kesenjangan dan melindungi lingkungan. Respon cepat pemerintah Indonesia dalam Implementasi SDGs Global dituangkan dalam Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 59 Tahun 2017 tentang Pelaksanaan Pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan. SDGs Desa Nomor 3 adalah Desa Sehat dan Sejahtera dimaksudkan untuk menjamin kehidupan warga desa yang

sehat demi terwujudnya kesejahteraan. Tujuan ini agar terjaminnya kesehatan bagi warga desa. SDGs Desa Nomor 5 adalah Keterlibatan Perempuan Desa dimaksudkan agar pemerintah desa dengan dukungan dari berbagai pihak menjadi garda terdepan dalam pengarusutamaan gender agar pada tahun 2030 tercipta kondisi yang menempatkan semua warga desa dalam posisi yang adil, tanpa diskriminasi terhadap perempuan dalam segala aspek kehidupan dan agar perempuan desa lebih produktif lagi. Masyarakat Desa kurang meminati teh herbal karena kurangnya pengetahuan terutama tentang khasiatnya, cara pengolahan yang tepat, adanya aroma dan rasa pahit atau hambar (tidak berasa) yang biasa muncul dari teh herbal serta kemasan yang kurang praktis dan menarik. Kegiatan pengabdian bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat terkait pembuatan teh herbal racikan dari tanaman herbal yang memiliki cita rasa aroma yang nikmat. Pada kegiatan pengabdian ini, dilakukan metode yaitu sosialisasi dan pelatihan pembuatan teh herbal pada anggota kelompok pembinaan kesejahteraan keluarga (PKK) dengan membuat teh herbal. Dilakukan juga evaluasi kegiatan, Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan tingkat pengetahuan peserta meningkat dari tingkat pengetahuan kurang (46,66 %) menjadi tingkat pengetahuan baik (80%). ini berdasarkan pertanyaan yang diberikan kepada peserta kegiatan. mengenai khasiat, cara yang tepat dalam proses pembuatan yang sebelumnya mereka belum ketahui dengan baik. Masyarakat Desa Kertasari terletak di Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang. Teh adalah minuman yang sangat umum dalam kehidupan kita sehari-hari. Teh merupakan salah satu minuman yang banyak disukai dan dikonsumsi oleh masyarakat di seluruh dunia serta sebagian besar masyarakat memanfaatkan teh sebagai minuman penyegar dan menyehatkan (Akbar & Arini, 2019). Produk teh tidak hanya terbuat dari pucuk tanaman teh, namun dapat dihasilkan dari lemon, batang sereh, jahe dan bunga telang.

Diharapkan melalui kegiatan pengabdian ini produk inovasi campuran teh herbal ini dapat menumbuhkan rasa cinta pada produk dalam negeri dan menggerakkan perekonomian bangsa dari usaha mikro. Selain itu, adanya upaya dari masyarakat agar mampu meningkatkan gaya hidup sehat dengan teh herbal. Inovasi campuran teh herbal sebagai minuman sehat dan digemari masyarakat serta mengangkat teh herbal Indonesia yang kurang diminati masyarakat, Menumbuhkan jiwa kreativitas dan kewirausahaan pada masyarakat Desa Kertasari Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang kemandirian finansial dan mengasah semangat serta kemampuan kerjasama di dalam sebuah tim kelompok pemberdayaan kesejahteraan keluarga (PKK) dimana merupakan organisasi kemasyarakatan yang memberdayakan wanita untuk turut berpartisipasi dalam pembangunan Indonesia dalam program Desa sehat dan sejahtera, konsumsi dan produksi Desa yang sadar lingkungan pada poin-poin yang ada dalam SDGS. Hal ini dilakukan pada tim PKK Kertasari, Rengasdengklok, Karawang.

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan di Aula Kantor Desa Kertasari Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang, dimana pelaksanaannya dilakukan bersama dengan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan pada tanggal 01 – 31 Juli 2023. Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini yaitu dengan menggunakan metode sosialisasi dan pelatihan. Adapun tahap

pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari tahapan sebagai berikut:

1. Persiapan Kegiatan dan Pengadaan Bahan dan Alat
  - a. Koordinasi dengan ketua kelompok PKK Kelurahan Kertasari, Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang.
  - b. Pengurusan administrasi dan persuratan terkait pelaksanaan kegiatan pengabdian dilingkungan Kelurahan Kertasari, Rengasdengklok, Karawang
  - c. Sosialisasi bersama anggota kelompok PKK Kelurahan Kertasari Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang.
  - d. Penyusunan rangkaian acara untuk kegiatan pengabdian yang telah direncanakan bersama dengan ketua kelompok PKK. Dengan demikian, kegiatan bisa terlaksana dengan sistematis dan bermanfaat bagi masyarakat.
  - e. Pembuatan materi penyuluhan dan sosialisasi pembuatan teh herbal, Dengan demikian, anggota kelompok PKK dapat memahami materi pengabdian dan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.
  - f. Pengadaan peralatan pendukung. Pengadaan peralatan ini, diharapkan kegiatan pengabdian seperti penyuluhan dan pelatihan dapat berjalan lancar.
2. Pelaksanaan Kegiatan
  - a. Penyuluhan berbagai manfaat tanaman tradisional dan cara pembuatannya
  - b. Pelatihan pembuatan teh herbal
  - c. Evaluasi terhadap peserta pengabdian terkait pengetahuan mereka sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan pelatihan untuk mengukur tingkat keberhasilan kegiatan pengabdian
  - d. Pemberian bahan-bahan untuk membuat teh herbal pada seluruh peserta kegiatan Desa Kertasari Kecamatan Rengasdengklok, Karawang.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini dilaksanakan untuk membentuk sebuah program kerja yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan warga Sukadami, terlebih bagi para ibu-ibu mengenai pentingnya Kesehatan tubuh. Pada kegiatan ini ternyata masih banyak ibu-ibu yang masih kekurangan informasi mengenai gaya hidup sehat yang sederhana yaitu dengan mengonsumsi teh herbal. Manfaat dari teh herbal ini Teh selain meningkatkan daya tahan tubuh, teh herbal yang terbuat dari jahe juga memiliki sifat antiradang, sehingga mampu meredakan peradangan dalam tubuh. Khasiat tersebut dipercaya bisa mengurangi keluhan nyeri, misalnya sakit kepala, sakit perut, dan nyeri otot atau sendi. Pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari 3 tahapan yaitu sosialisasi, pelatihan dan pertanyaan. Pertama, kegiatan sosialisasi dilakukan untuk memberi pengetahuan umum tentang manfaat tanaman obat tradisional dan pengolahan tanaman tradisional yang benar sampai dihasilkan bahan herbal serta penyuluhan khasiat dari teh herbal serta cara pembuatannya. kedua dilakukan pelatihan pembuatan teh herbal. Kegiatan ketiga yaitu evaluasi pengetahuan dan keterampilan peserta melalui pertanyaan dalam bentuk tanya jawab dari pertanyaan yang telah diberikan dan di akhir kegiatan diberikan hadiah untuk 3 pemenang. Bahan-bahan yang digunakan yaitu lemon, batang sereh, jahe, dan bunga telang.

Bahan-bahan tersebut banyak sekali manfaat tersendiri. Untuk cara pembuatannya sangat mudah. Pertama tama Siapkan alat dan bahan yang akan digunakan, Cuci bersih bahan yang akan digunakan kemudian Siapkan air panas secukupnya. Selanjutnya Iris semua bahan yang akan digunakan secara tipis dan masukan gula secukupnya dan semua bahan yang telah di iris, lalu aduk hingga gula larut. Evaluasi dilaksanakan dengan mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah mengikuti penyuluhan. Pengukuran tingkat pengetahuan merupakan salah satu parameter yang dapat menentukan capaian transfer ilmu yang diberikan (Nurlita et al., 2018).terdapat tiga kategori tingkat pengetahuan, yaitu pengetahuan baik dengan presentase 76-100 %, pengetahuan cukup dengan presentase 56-75 % dan tingkat pengetahuan kurang dengan presentase kurang dari 56 % (Arikunto, 2006). Tingkat pengetahuan peserta sebelum dilaksanakan program kegiatan ini sebesar 46,66 % yang termasuk tingkat pengetahuan kurang, setelah dilaksanakan program ini tingkat pengetahuan sasaran meningkat menjadi 80 % artinya memiliki tingkat pengetahuan baik. Peningkatan pengetahuan yang signifikan menunjukkan bahwa program ini berhasil dan sesuai target yang diharapkan. Adapun bentuk evaluasinya dengan memberikan 3 pertanyaan yang akan dijawab oleh peserta kegiatan seputaran manfaat beberapa tanaman tradisional, apa saja khasiat teh herbal dan bagaimana cara pembuatan teh herbal. Dari pengamatan evaluasi ini peserta terlihat antusias menyimak materi yang diberikan serta menjawab pertanyaan yang diberikan, ini terlihat dengan banyaknya peserta yang mengacungkan tangan untuk menjawab pertanyaan dan mereka bisa menjawab dengan benar pertanyaan yang diberikan kepada mereka. Pada akhir kegiatan, kami memberikan bahan-bahan untuk membuat teh herbal kepada seluruh peserta kegiatan untuk di konsumsi di Rumah. Dari kegiatan pengabdian ini, peserta banyak yang tertarik untuk membuat teh herbal untuk mereka konsumsi sendiri sebagai suplemen menjaga kesehatan tubuh serta kedepannya bisa dibuat sebagai usaha kreatif PKK Kertasari..

Berikut foto kegiatan pengabdian sosialisasi pembuatan teh herbal :



**Gambar 1. Kegiatan sosialisasi teh herbal**



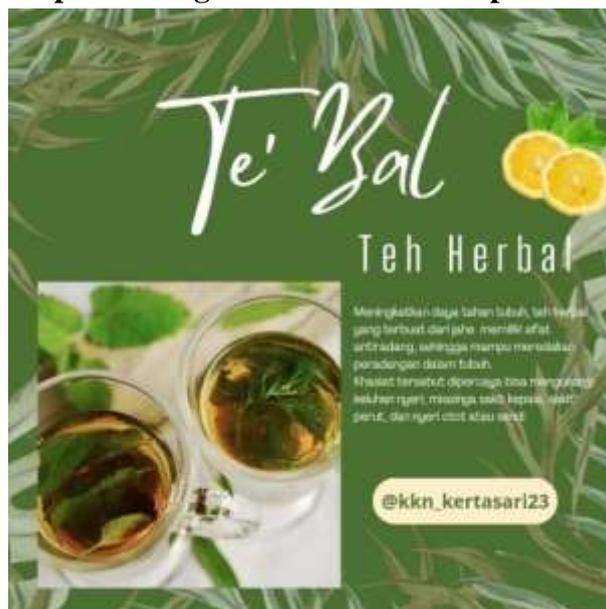
**Gambar 2 dan 3. Pelatihan dan percobaan pembuatan teh herbal**



**Gambar 4, 5 dan 6. pemberian hadiah untuk 3 pemenang**



**Gambar 7. Foto Bersama peserta kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan teh herbal**



**Gambar 8. Stiker kemasan teh herbal**

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini tingkat pengetahuan peserta meningkat dari tingkat pengetahuan kurang (46,66 %) menjadi tingkat pengetahuan baik (80%). Peserta telah memiliki pengetahuan yang baik terkait khasiat dari beberapa tanaman tradisional, khasiat dan cara pembuatan teh herbal dengan kemasan yang praktis dengan aroma yang nikmat dan aman dikonsumsi bagi penderita diabetes serta menjadi target untuk usaha kreatif tim PKK Kertasari Kabupaten Karawang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, C. I., & Arini, F. A. (2019). Teh rambut jagung dengan penambahan daun stevia sebagai alternatif minuman fungsional bagi penderita diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 8(2).
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (VI)*. PT Rineka Cipta.
- Irma Santi, Sitti Amirah dan Irma Andrian. *SOSIALISASI PEMBUATAN TEH HERBAL DALAM KEMASAN TEH CELUP PADA KELOMPOK PKK KALABBIRANG, KABUPATEN TAKALAR, 2022*. 11(1) : 22 - 25
- Nurlita, D., Handayani, N., & Setiyabudi, L. *Pembuatan Serbuk Jahe sebagai Minuman Kesehatan Bagi Warga Kelurahan Kahuripan*. 2018.