



MENUMBUHKAN BUDAYA HIDUP SEHAT SEKALIGUS MEMBERDAYAKAN MASYARAKAT MELALUI PRODUKSI MINUMAN HERBAL YANG BERNILAI EKONOMI

Erna Haryanti^{1*}, Dwie Retna Suryaningsih², Koesriwulandari³, Ristani Widya Inti⁴, Dewa Putra Prassuwito⁵, Agustina Dwi Kartika⁶

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Email: haryanti_erna@yahoo.com¹

Abstract

Community Service Activities (PKm) are carried out in the area of RT 05 RW 9 Dukuh Kupang Timur, Pakis Village, Sawahan District, Surabaya City with the theme: GROWING A HEALTHY LIVING CULTURE WHILE EMPOWERING COMMUNITIES THROUGH THE PRODUCTION OF HERBAL DRINKS WITH ECONOMIC VALUE. PKm activities aim to motivate the community to live healthy by consuming herbal drinks, as well as being used as a business field, especially for people affected by the Covid 19 pandemic changing their status to beneficiary families. Through this activity the community gains knowledge and skills in producing various kinds of healthy herbal drinks and implementing them as economically productive activities. The objectives of this activity are: a) Motivate the community to have a culture of healthy living. b) Transferring science and technology through counseling activities and entrepreneurship assistance by producing healthy herbal drinks that have economic value. c) Growing innovative and sustainable new entrepreneurs. Activity planning is prepared in a bottom-up manner by applying participatory methods, namely the PRRA and RRA methods, so that the target can synergize with the implementing team in terms of planning, organizing, implementing and evaluating the implementation of these activities Community very enthusiastic which was shown by his enthusiasm to participate in the activity and practice making the healthy drink Secang, Turmeric Tamarind, Rice Kencur, Sinom.

Keywords: *Community Empowerment, Entrepreneurship, Microgreen Technique*

Abstrak

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dilaksanakan di wilayah RT 05 RW 9 Dukuh Kupang Timur Kelurahan Pakis Kecamatan Sawahan Kota Surabaya dengan tema: MENUMBUHKAN BUDAYA HIDUP SEHAT SEKALIGUS MEMBERDAYAKAN MASYARAKAT MELALUI PRODUKSI MINUMAN HERBAL YANG BERNILAI EKONOMI. Kegiatan PKm bertujuan memotivasi masyarakat untuk hidup sehat dengan mengonsumsi minuman herbal, sekaligus dijadikan lapangan usaha, terutama bagi masyarakat yang terdampak pandemi covid 19 berubah status menjadi keluarga penerima manfaat, Melalui kegiatan ini masyarakat mendapatkan pengetahuan dan ketrampilan memproduksi berbagai macam minuman sehat herbal serta mengimplementasikannya sebagai kegiatan produktif ekonomis. Tujuan kegiatan ini adalah: a) Memotivasi masyarakat untuk berbudaya hidup sehat. b) Menransfer IPTEK melalui kegiatan penyuluhan dan pendampingan berwirausaha dengan memproduksi minuman sehat herbal yang mempunyai nilai ekonomi. c) Menumbuhkan wirausaha – wirausaha baru yang inovatif dan berkelanjutan, Perencanaan kegiatan disusun secara bottom up dengan menerapkan metode partisipatif yaitu metode PRRA dan RRA , sehingga sasaran dapat bersinergi dengan team pelaksana dalam hal penyusunan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan dan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan ini Masyarakat sangat antusias yang ditunjukkan dengan semangatnya mengikuti kegiatan dan mempraktekkan sendiri pembuatan minuman sehat Secang, Kunir asam, Beras Kencur, Sinom.

Keywords: *Healthy living culture, Herbal medicine, Entrepreneur*

LATAR BELAKANG PELAKSANAAN

Ade Hashman mengemukakan bahwa kesehatan merupakan keadaan seimbang yang dinamis, dipengaruhi faktor genetik, lingkungan dan pola hidup sehari-hari, Manusia yang sehat adalah manusia yang mampu melaksanakan semua fungsi manajemennya, yang indikator antara lain manusia memiliki pola pikir sehat, pola perilaku sehat, pola makan sehat dan pola gerak yang sehat. Dengan demikian Pola hidup sehat sangat perlu dibangun dan ditumbuhkan agar masyarakat mempunyai kemampuan serta kemauan mendayagunakan pribadinya menjadi sosok yang bermanfaat untuk diri pribadi, keluarga dan lingkungan melalui kegiatan produktif ekonomisnya. Agar masyarakat memahami dan mengetahui caranya untuk hidup sehat, maka perlu ada penyuluhan dan pendampingan tentang pola hidup sehat dalam rumah tangga maupun lingkungan melalui pendekatan aspek – aspek tersebut diatas. Disamping itu perlu diberikan pemahaman bahwa pola hidup sehat akan berdampak pada semangat berkarya yang secara ekonomis menguntungkan. Melalui pemeliharaan lingkungan dan kegiatan produksi minuman herbal

Kondisi inilah yang menjadi dasar pertimbangan utama team pelaksana untuk melakukan penmas untuk menumbuhkan kemauan dan kemampuan dalam pengembangan kreatifitas yang bernilai ekonomi di era pandemi. Kegiatan ini tidak hanya menjadi kegiatan produktif yang mempunyai nilai ekonomis serta menjadi kegiatan wirausaha yang menguntungkan secara sosial ekonomi dan berkelanjutan, tetapi juga menjadi kegiatan yang dapat mensupport program pemerintah kota Surabaya dalam rangka mewujudkan Surabaya dengan Masyarakat yang sehat . Sehingga dapat dikemukakan bahwa target capaian dari kegiatan Penmas ini adalah:

1. Terbentuknya Masyarakat dan lingkungan tempat tinggal yang sehat,
2. Munculnya motivasi berwirausaha melalui penguasaan teknik produksi pembuatan minuman herbal dan penguasaan strategi pemasaran/ bisnis online.

METODE PELAKSANAAN

Metode dan Rencana Kegiatan

Metode yang digunakan untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat di RT 05 RW 9 Dukuh Kupang Timur, Kelurahan Pakis Kecamatan Sawahan Kota Surabaya adalah metode partisipatif yaitu metode PRRA dan RRA . Dengan metode ini sasaran bersama – sama team pelaksana bersinergi penyusunan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan serta melaksanakan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan. Disamping itu dengan metode ini membuka peluang mendapatkan support penuh oleh sasaran maupun pemangku pemerintahan setempat.

Secara rinci metode pelaksanaan kegiatan ini dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu:

1. Metode Pelaksanaan yang bertujuan transfer ilmu pengetahuan melalui penyuluhan tentang :
 - Pola hidup sehat
 - Manfaat minuman sehat
 - Motivasi berwirausaha
2. Metode pelaksanaan yang bertujuan untuk transfer ketrampilan melalui pendampingan tentang:
 - Teknik produksi minuman sehat berbahan dasar herbal
 - Teknik penyusunan rencana bisnis.
 - Teknik pemasaran digital

Pencapaian Luaran

Melalui kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini target luaran yang akan dicapai dikategorikan menjadi dua:

1. Luaran yang dapat diukur, indikatornya adalah dikuasainya ketrampilan memproduksi minuman sehat berbahan dasar herbal, dan mengembangkannya menjadi kegiatan wirausaha yang profitabel dan berkelanjutan.
2. Luaran yang tidak dapat diukur meliputi:
 - a. Peningkatan Pemahaman sasaran, tentang pola hidup sehat.
 - b. Peningkatan kemandirian dan ketangguhan sasaran, tentang wawasan kewirausahaan
 - c. Peningkatan wawasan dan pemahaman terhadap kegiatan pertanian yg produktif ekonomis.
 - d. melalui pengelolaan hasil produksi pertanian agar memberikan nilai tambah (*Added value*) secara finansial.
 - e. Peningkatan peran Fakultas pertanian sebagai incubator agribisnis bagi masyarakat luas, khususnya masyarakat sekitar kampus.

PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penmas ini dikelompokan dalam dua bentuk yaitu:

1. Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan ini, tujuannya untuk memotivasi sasaran agar tetap bersemangat dan mampu menjalankan kegiatan usaha produktif di pasca pandemi yang sulit ini. Tidak hanya untuk keuntungan pribadi, tetapi juga untuk memberikan dampak positif bagi masyarakat sekitar. Dampak positif tersebut meliputi terbukanya peluang dan kesempatan berusaha bagi orang lain, serta terciptanya lingkungan sosial yang tertata, indah, dan bersih.

Selain itu, para kader juga akan diberikan materi pembekalan tentang analisis kelayakan usaha

yang praktis dan sederhana, strategi promosi dan pemasaran, serta teori produksi minuman sehat .
Dokumentasi kegiatan penyuluhan dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1 Kegiatan Penyuluhan Dukuh Kupang Timur Kelurahan Pakis Kecamatan Sawahan

Mengubah perilaku sasaran bukanlah hal yang mudah, diperlukan kemampuan menguasai teknik komunikasi dan pendekatan manusiawi (Human Approach), serta memiliki tingkat empati yang tinggi, sehingga, kegiatan transfer ilmu pengetahuan dan teknologi melalui penyuluhan dapat berjalan dengan lancar. Pelaksanaan penyuluhan harus didasarkan pada filosofi *Learning By Doing* (Belajar Dengan Melakukan) dan *seing is believing* (Melihat adalah Mempercayai). Dengan pendekatan ini, proses adopsi akan dapat dipercepat.

2. Demonstarsi

Kegiatan demonstrasi dimaksudkan memberikan contoh secara langsung kepada sasaran dalam praktek memproduksi minuman herbal. Melalui kegiatan ini sasaran dapat melihat langsung bahkan berkesempatan mempraktekkan sendiri, sehingga hal ini akan lebih dapat menumbuhkan kepercayaan diri bahwa teknologi yang terima dapat diimplementasikan.

Pengalaman langsung ini sangat dibutuhkan oleh para sasaran agar dapat mengukur tingkat kemampuannya, dan melalui pendampingan, sasaran dapat melakukan improvement terhadap kemampuan teknisnya.

Dokumentasi demonstrasi dapat dilihat sebagai berikut.



Gambar 2 Demonstrasi Cara Membuat Minuman Secang, Beras Kencur, Sinom Dan Kunyit Asam

Praktek atau demonstrasi meliputi cara membuat minuman Secang, minuman Beras kencur, Sinom dan Kunyit asam

3. Pendampingan

Langkah selanjutnya adalah memberikan kesempatan kepada sasaran untuk mempraktekkan teori yang diterima melalui penyuluhan dan demonstrasi, sehingga mereka menjadi yakin dan termotivasi untuk mengerjakannya sendiri. Beberapa dokumentasi kegiatan praktek dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 3. Pendampingan Kegiatan Penyuluhan

Hasil yang dicapai

Dari kegiatan ini masyarakat menjadi memiliki ketrampilan yang selama ini belum dimiliki dan memiliki keyakinan bahwa teknologi yang ditransfer melalui kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dapat diimplementasikan secara berkelanjutan. Beberapa contoh hasil yang dicapai dan semangat sasaran dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 4 Hasil yang dicapai pada kegiatan Penyuluhan Pengabdian kepada Masyarakat

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa dengan metode yang diterapkan dalam kegiatan Pengabdian Kepada

Masyarakat di Rt 05 RW 9 Dukuh Kupang Timur ini dapat menumbuhkan respon sasaran yang besar dan *sense of belonging* yang tinggi, sehingga PKM yang dilaksanakan oleh team pelaksana dari Fakultas Pertanian UWKS berjalan baik sesuai dengan rencana yang disusun, dan menjadikannya kegiatan yang ber value , bahkan menjadi rintisan usaha yang prospektive dan profitable. Disamping itu adanya support secara maksimal oleh pemangku wilayah di RT 05 RW 9 Dukuh KupangTimur Kelurahan Pakis Kecamatan Sawahan, menjadikan kegiatan pengabdian masyarakat ini semakin dapat dirasakanmanfaatnya oleh Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- SitiNurAeni. <https://katadata.co.id/sitinuraeni/berita/621d93b5cc22d/memahami-pengertian-pola-hidup-sehat-hingga-penerapannya>.
- Astawan M. (2011). Pangan Fungsional untuk Kesehatan yang Optimal. Fakultas Teknologi Pertanian IPB, Bogor.
- Ayipey, P. (2020). Impact of Covid-19 on ginger export, a root crop as traditional remedy for Covid-19. *Journal of Basic and Applied Research in Biomedicine*, 6(1), 25–31
- Badan POM. (2020). Pedoman penggunaanherbal dan suplemen kesehatan dalam menghadapi COVID-19 di Indonesia.BPOM RI
- Edy, S., & Ajo, A. (2020). Pengolahan jahe instan sebagai minuman herbal di masa pandemik COVID - 19. *Jurnal Ekonomi, Sosial, Dan Humaniora*, 2(3), 177–183.
- 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
- Herawati, J., Indarwati, dan Sophie, T.H. (2020). Manfaat dan Potensi Jahe Sebagai Sumber Pangan Fungsional. *Jurnal Humaniora, Sains, dan Pengajaran INOVASI*. ISSN 0854- 4328.
- 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>
- Suter, I.K. 2013. Pangan Fungsional dan Prospek Pengembangannya. Seminar Sehari”Pentingnya Makanan Alamiah (Natural Food) Untuk Kesehatan Jangka Panjang” Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan. Denpasar.