

Pelatihan Pembuatan Jamu *Gummies Immunity Booster* di Desa Jenggawur Kecamatan Pangkah

Training On Herbal Immunity Booster Gummies Production in Jenggawur Village

Agnes Theresya Poerba^{1*}, Khoirul Anwar²

^{1,2})Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Farmasi Universitas Wahid Hasyim
Jl. Raya Gunungpati No.KM.15, Nongkosawit, Kec. Gunung Pati, Kota Semarang, Jawa Tengah
email: *¹agnestheresya23@gmail.com, ²khoirula@unwahas.ac.id

ABSTRAK

Jamu *gummies immunity booster* merupakan inovasi olahan jamu tradisional yang dibuat dari bahan herbal seperti jahe, kunyit, serai, jeruk, dan madu yang diformulasikan dalam bentuk permen kenyal sehingga lebih menarik dan mudah dikonsumsi, terutama oleh anak-anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Jenggawur, Kecamatan Pangkah, yang sebagian besar masyarakatnya telah mengenal jamu tradisional namun belum optimal dalam mengolahnya menjadi bentuk modern yang disukai anak. Permasalahan tersebut mendorong dilaksanakannya pelatihan pembuatan jamu *gummies* sebagai upaya peningkatan pemanfaatan tanaman herbal lokal. Kegiatan ini bertujuan memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat, khususnya ibu-ibu, mengenai manfaat tanaman herbal sebagai peningkat daya tahan tubuh serta cara mengolahnya menjadi jamu *gummies*. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung dengan media leaflet. Berdasarkan pengamatan sebelum dan sesudah pelatihan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman dan keterampilan dalam pembuatan jamu *gummies* serta minat untuk mempraktikkan kembali di rumah. Kegiatan ini memberikan manfaat nyata dalam mendukung kesehatan keluarga dan pemberdayaan masyarakat berbasis potensi lokal.

Kata Kunci: *Immunity booster, jamu gummies, tanaman herbal.*

ABSTRACT

Herbal immunity booster gummies are an innovative form of traditional herbal medicine processed into a chewy and attractive product, making them easier to consume, especially for children. This community engagement activity was carried out in Jenggawur Village, Pangkah District, where people are familiar with traditional herbal remedies but have not yet used them in modern and appealing forms. The activity aimed to improve community knowledge and skills, particularly among mothers, in using local herbal ingredients such as ginger, turmeric, lemongrass, citrus, and honey to support immune health. The methods included health education, simple demonstrations, and hands on practice in making herbal gummies, supported by leaflet based learning materials. A participatory approach was used to encourage active involvement of participants throughout the activity. The results showed improved understanding of the benefits of herbal plants as immunity boosters and better practical skills in making herbal gummies independently. Participants showed strong enthusiasm and interest in applying these skills at home. This activity is expected to support family health and strengthen community empowerment through sustainable use of local herbal resources.

Keywords: *Immunity booster, herbal candy, herbal plants.*

1. Pendahuluan

Jamu merupakan salah satu minuman kesehatan tradisional khas Indonesia yang masih eksis hingga saat ini dan telah dikenal secara turun-temurun sebagai warisan leluhur. Bagi masyarakat Indonesia, jamu tidak hanya berfungsi sebagai minuman kesehatan, tetapi juga menjadi representasi kearifan lokal yang terus dipertahankan dan dikembangkan. Jamu diracik dari berbagai bahan alam yang mudah dijumpai di lingkungan sekitar, seperti jahe, kunyit, serai, dan jeruk, yang dipercaya berkhasiat untuk menjaga kesehatan serta membantu mencegah dan mengatasi berbagai penyakit. Kepercayaan masyarakat terhadap jamu didukung oleh anggapan bahwa minuman tradisional ini relatif aman dan jarang menimbulkan efek samping. Selain itu, secara ilmiah tanaman herbal dalam jamu diketahui mengandung senyawa bioaktif yang bersifat antioksidan, antiinflamasi, dan imunomodulator, sehingga berperan dalam meningkatkan daya tahan tubuh (Hidayat & Syahputa, 2020; Gawai dkk., 2024).

Salah satu tanaman herbal yang banyak digunakan dalam jamu adalah jahe. Jahe merupakan tanaman rimpang yang tumbuh di bawah tanah dan mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol. Senyawa tersebut memiliki aktivitas farmakologis sebagai antiinflamasi, antioksidan, antivirus, serta berperan dalam meningkatkan sistem imun tubuh (Youa dkk., 2019). Selain jahe, kunyit juga dikenal mengandung kurkumin yang memiliki efek antioksidan dan antiinflamasi serta berfungsi sebagai imunomodulator. Kurkumin dilaporkan mampu menekan peradangan dan meningkatkan respon imun tubuh terhadap infeksi (Permana, 2020). Tanaman herbal lain seperti serai dan jeruk juga berkontribusi dalam menjaga imunitas, dimana serai memiliki aktivitas antimikroba dan antiinflamasi, sedangkan jeruk kaya akan vitamin C dan flavonoid yang berperan dalam meningkatkan daya tahan tubuh (BBP Pascapanen, 2020; Sharma dkk., 2017).

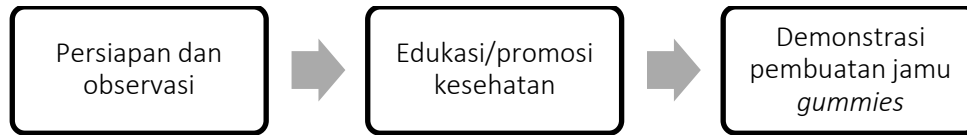
Meskipun memiliki banyak manfaat kesehatan, konsumsi jamu masih menghadapi kendala, terutama pada anak-anak, akibat rasa pahit dan bentuk sediaan yang kurang menarik. Kondisi ini menyebabkan rendahnya minat konsumsi jamu pada kelompok usia tersebut. Seiring berkembangnya inovasi pangan fungsional, jamu kini dapat diolah menjadi bentuk yang lebih modern dan mudah diterima, salah satunya dalam bentuk *gummies*. Jamu *gummies* merupakan sediaan herbal berbentuk permen kenyal yang dinilai lebih praktis, memiliki rasa yang lebih disukai, serta tetap mempertahankan manfaat bahan aktif herbal. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengolahan jamu ke dalam bentuk *gummies* dapat meningkatkan penerimaan anak-anak tanpa mengurangi aktivitas imunomodulator dari bahan herbal yang digunakan (Ermawati dkk., 2022; Dillasamola dkk., 2025).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Jenggawur, Kecamatan Pangkah, yang memiliki ketersediaan tanaman herbal seperti jahe, kunyit, serai, dan jeruk yang mudah ditemukan di lingkungan sekitar. Masyarakat setempat telah mengenal jamu tradisional, namun pemanfaatannya masih terbatas pada bentuk rebusan sederhana dan belum banyak dikembangkan menjadi sediaan inovatif yang menarik bagi anak-anak. Selain itu, keterbatasan pengetahuan masyarakat mengenai pengolahan herbal yang higienis, praktis, dan bernilai tambah menyebabkan potensi tanaman herbal lokal belum dimanfaatkan secara optimal, baik untuk kesehatan keluarga maupun sebagai peluang usaha berbasis rumah tangga (Hutauruk dkk., 2022).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kegiatan edukasi dan pelatihan yang mampu meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat dalam mengolah tanaman herbal menjadi produk yang lebih inovatif dan aplikatif. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Pelatihan Pembuatan Jamu *Gummies Immunity Booster* di Desa Jenggawur Kecamatan Pangkah dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya imunitas tubuh, mengenalkan inovasi pengolahan jamu dalam bentuk *gummies*, serta mendorong pemanfaatan tanaman herbal lokal secara kreatif dan berkelanjutan. Diharapkan melalui kegiatan ini, masyarakat mampu menyediakan alternatif camilan sehat bagi keluarga, khususnya anak-anak, serta berpotensi mengembangkan produk herbal sebagai usaha rumahan bernilai ekonomi.

2. Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Pelatihan Pembuatan Jamu Gummies Immunity Booster di Desa Jenggawur, Kecamatan Pangkah dilaksanakan pada Jumat, 25 April 2025. Kegiatan ini dilakukan melalui tiga tahap pelaksanaan, yaitu: (1) persiapan dan observasi, (2) edukasi/promosi kesehatan, dan (3) demonstrasi pembuatan jamu *gummies*.



Tahap persiapan dan observasi meliputi identifikasi potensi tanaman herbal di lingkungan sekitar, pengamatan kebiasaan masyarakat dalam pemanfaatan jamu tradisional, penyusunan materi dan media edukasi berupa leaflet, serta koordinasi dengan pihak terkait. Tahap edukasi dilakukan melalui penyampaian materi mengenai pentingnya menjaga daya tahan tubuh, manfaat tanaman herbal sebagai *immunity booster*, serta pengenalan inovasi pengolahan jamu dalam bentuk *gummies* yang lebih praktis dan disukai anak-anak. Tahap demonstrasi berupa praktik langsung pembuatan jamu *gummies* bersama peserta, mulai dari pengolahan bahan herbal hingga pencetakan *gummies*, disertai pelibatan aktif peserta dan sesi tanya jawab terkait keamanan konsumsi, penyimpanan, serta variasi bahan, sehingga peserta diharapkan mampu mempraktikkan pembuatan jamu *gummies* secara mandiri di rumah.

Dalam proses pembuatan *gummies* herbal, berbagai alat dan bahan dengan jumlah yang telah ditentukan diperlukan agar hasil yang diperoleh konsisten dan berkualitas. Uraian lengkap mengenai alat yang digunakan serta bahan beserta takarannya dapat dilihat pada tabel I dan II.

Tabel 1. Alat yang digunakan untuk pembuatan *gummies*

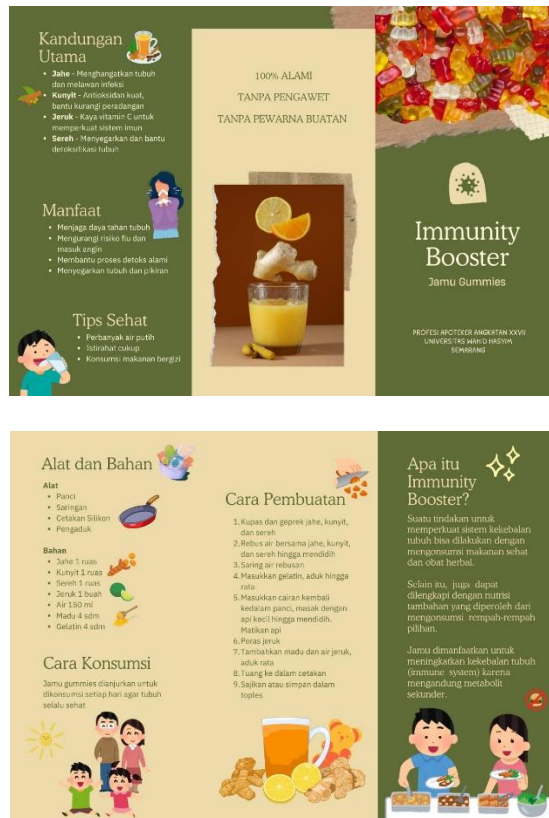
No	Alat	Jumlah	Fungsi
1	Pisau	1 buah	Mengupas dan memotong bahan.
2	Talenan	1 buah	Alas untuk memotong rempah.
3	Panci kecil	1 buah	Merebus bahan dan melarutkan
4	Saringan halus	1 buah	Menyaring air rebusan dari ampas.
5	Kompot	1 buah	Memanaskan rebusan dan campuran gelatin.
6	Sendok/spatula	1 buah	Mengaduk campuran agar merata.
7	Gelas takar/mangkok	1 buah	Menakar air dan menampung perasan jeruk.
8	Cetakan silicon	1-2 buah	Membentuk <i>gummies</i>
9	Toples kedap udara	1 buah	Menyimpan <i>gummies</i> .

Tabel 2. Alat yang digunakan untuk pembuatan *gummies*

No	Alat	Jumlah	Fungsi
1	Jahe	20 gram ($\pm 1-2$ ruas), dikupas dan digeprek	Antiinflamasi dan peningkat imunitas.
2	Kunyit	20 gram ($\pm 1-2$ ruas), dikupas dan digeprek	Antioksidan dan anti radang
3	Sereh	1 batang, digeprek	Antimikroba dan antiinflamasi.
4	Air	150 ml	Pelarut untuk rebusan rempah.
5	Gelatin bubuk	4 sdm	Memberikan tekstur kenyal pada <i>gummies</i>
6	Madu	4 sdm	Pemanis alami dan antibakteri.
7	Jeruk	1 buah ($\pm 30-40$ ml perasan)	Sumber vitamin C dan meningkatkan imunitas.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Pelatihan Pembuatan Jamu *Gummies Immunity Booster* di Desa Jenggawur Kecamatan Pangkah dilaksanakan pada tanggal 25 April 2025 dan diikuti oleh sekitar 20 peserta yang terdiri dari ibu-ibu dan anggota masyarakat setempat. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman herbal lokal sebagai upaya menjaga dan meningkatkan daya tahan tubuh, khususnya pada anak-anak.



Gambar 1. Leaflet Promosi Kesehatan "Immunity Booster"

Rangkaian kegiatan dimulai dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan pihak Puskesmas dan masyarakat setempat, penyiapan materi edukasi, *leaflet* promosi kesehatan, serta alat dan bahan pembuatan jamu gummies. Tahap ini penting untuk memastikan kegiatan berjalan lancar dan materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan serta karakteristik peserta. Selanjutnya, dilakukan edukasi kesehatan mengenai pentingnya sistem imunitas tubuh, manfaat tanaman herbal seperti jahe, kunyit, serai, jeruk, dan madu sebagai *immunity booster* alami, serta pengenalan inovasi pengolahan jamu dalam bentuk *gummies* yang lebih praktis dan disukai anak-anak.

Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan bantuan *leaflet*, sehingga peserta dapat mengikuti penjelasan dengan lebih mudah. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari keaktifan dalam menyimak materi dan mengajukan pertanyaan terkait manfaat herbal, keamanan konsumsi, serta kemungkinan variasi bahan. Pendekatan edukasi yang dikombinasikan dengan media visual ini sejalan dengan konsep promosi kesehatan yang menekankan pemahaman dan keterlibatan aktif masyarakat. Tahap selanjutnya adalah demonstrasi pembuatan jamu *gummies* yang dilakukan secara langsung bersama peserta. Proses dimulai dari persiapan dan pengolahan bahan herbal, perebusan dan penyaringan, pencampuran ekstrak dengan gelatin, penambahan madu dan perasan jeruk, hingga pencetakan *gummies*. Peserta dilibatkan secara aktif dengan mengamati setiap tahapan dan diberikan penjelasan mengenai alasan dilakukannya setiap Langkah.

Pelaksanaan pembuatan *gummies* dimulai dengan menyiapkan jahe, kunyit, dan serai yang sudah dikupas lalu digeprek untuk mengeluarkan aroma dan zat aktifnya. Bahan tersebut direbus bersama air hingga mendidih, kemudian hasil rebusan disaring untuk memisahkan ampas dan memperoleh ekstraknya. Selanjutnya, gelatin dimasukkan ke dalam air rebusan yang masih hangat sambil diaduk hingga larut sempurna, lalu cairan tersebut kembali dimasak dengan api kecil sampai hampir mendidih sebelum api dimatikan. Setelah suhu sedikit turun, ditambahkan perasan jeruk dan madu, kemudian diaduk hingga tercampur rata. Campuran ini dituangkan ke dalam cetakan silikon dan dibiarkan mengeras. *Gummies* yang sudah jadi dapat langsung dikonsumsi atau disimpan dalam wadah tertutup pada suhu ruang. Keterlibatan ini membantu peserta memahami proses secara menyeluruh dan meningkatkan kepercayaan diri untuk mempraktikkannya secara mandiri di rumah.



Gambar 2. Proses pembuatan jamu *gummies*

Selama kegiatan berlangsung, peserta mengajukan berbagai pertanyaan yang berkaitan dengan keamanan konsumsi *gummies*, frekuensi penggunaan, cara penyimpanan agar tidak cepat rusak, serta peluang pengembangan produk sebagai usaha rumahan. Hal ini menunjukkan meningkatnya kesadaran peserta tidak hanya terhadap aspek kesehatan, tetapi juga potensi ekonomi dari pemanfaatan tanaman herbal. Setelah demonstrasi selesai, peserta diberikan kesempatan untuk melihat, menyentuh, dan mencicipi produk *gummies* yang telah jadi. Respons peserta terhadap rasa dan tekstur *gummies* tergolong positif, karena penggunaan madu dan perasan jeruk memberikan rasa yang lebih familiar dan dapat diterima oleh anak-anak.



Gambar 3. Produk jamu *gummies*

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa inovasi jamu dalam bentuk *gummies* dapat meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap produk herbal. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa sediaan *gummies* mampu meningkatkan minat konsumsi jamu tanpa mengurangi manfaat zat aktif herbal sebagai imunomodulator dan antioksidan. Selain itu, pendekatan edukasi disertai demonstrasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat, sebagaimana terlihat dari kemampuan peserta mengikuti proses pembuatan dan ketertarikan untuk mempraktikkan kembali di rumah.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya menjaga daya tahan tubuh serta pemanfaatan tanaman herbal lokal melalui inovasi jamu *gummies*. Kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat dari sisi kesehatan, tetapi juga membuka peluang bagi masyarakat untuk mengembangkan produk herbal yang bernilai tambah dan berpotensi mendukung pemberdayaan ekonomi keluarga.



Gambar 4. Dokumentasi kegiatan

4. Kesimpulan

Kegiatan promosi kesehatan tentang pembuatan *gummies* herbal berjalan lancar dan mendapat tanggapan positif dari peserta. Melalui penjelasan materi dan demonstrasi sederhana, peserta menjadi lebih memahami manfaat jahe, kunyit, sereh, dan jeruk untuk meningkatkan daya tahan tubuh serta cara membuat *gummies* secara praktis di rumah. Peserta juga aktif bertanya mengenai keamanan, penyimpanan, dan takaran bahan, sehingga menunjukkan bahwa materi mudah dipahami. Media *leaflet* membantu peserta mengingat langkah-langkah pembuatan. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil menambah pengetahuan dan mendorong penggunaan bahan herbal sebagai pilihan sehat untuk keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan selama proses perencanaan hingga penyusunan laporan kegiatan. Terima kasih juga disampaikan kepada pihak Puskesmas, perangkat desa, serta masyarakat Desa Jenggawur Kecamatan Pangkah yang telah memberikan izin, dukungan, dan partisipasi aktif sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anita, A., Tamba, R. L., Panggabean, S. S., Sitohang, E. S., Ramdazani, R., Nurhidayah, N., Panjaitan, F. J., Saputra, S. T., Gultom, H., Putra, R. S., Senjaya, A., Rusmelia, R., Ayarai, L., Putri, P., & Gacici, I. (2024). Pemanfaatan rebusan serai dalam pengobatan tradisional untuk nyeri kaki di Posyandu Desa Manen Kaleka Tahun 2024. *Calory Journal: Medical Laboratory Journal*, 2(3), 95–103.
- Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pascapanen Pertanian. (2020). Buku saku: Bahan pangan potensial untuk anti virus dan imun booster. Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian, Kementerian Pertanian. ISBN 978-979-1116-58-9.
- ChunFeng, W. (2018). Interaction between gut microbiota and the immune system. *Journal of Jilin Agricultural University*, 40(4), 475–479.
- Dillasamola, D., Syofyan, S., Nazar, A., Rachmaini, F., Syakira, A. H., Anjeli, R., & Aditio, A. (2025). Pengembangan camilan fungsional gummy temulawak dan jahe untuk peningkatan imunitas masyarakat di Nagari Sipinang Palembang Kabupaten Agam. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 8(3), 238–246.
- Ermawati, D. E., Kundarto, W., & Farida, Y. (2022). Pengembangan produk permen jelly jamu kunyit asam industri rumah tangga jamu di Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 7(2), 275-280
- Gawai, A. A., Shelke, P. A., & Sanap, G. S. (2024). A review on medicinal herbs as immunity booster. *World Journal of Pharmaceutical Research*, 13(2), 231–248.
- Hamsinah, Aminah, Suriyanti, Virsa Handayani, Malik, Abd., Roskiana Ahmad, Aktsar, & Ganoko, Marwan Ahmad. (2025). Pemanfaatan tanaman lokal sebagai suplemen kesehatan sehat anak untuk pencegahan stunting dalam sediaan gummy candy yang bernilai ekonomis di Desa Biring Kassi Kecamatan Galesong Utara Kabupaten Takalar. *Celebes Journal of Community Services*, 4(2), 341–350.
- Hidayat, S., & Syahputa, A. A. (2020). Sistem imun tubuh pada manusia. *Visual Heritage: Jurnal Kreasi Seni dan Budaya*, 2(3), 144–149.
- Hutauruk, D., Manurung, K., & Sitorus, B. (2022). Penyuluhan tanaman obat tradisional menjadi sediaan farmasi sederhana untuk meningkatkan imun anak-anak. *Jurnal Abdimasa Mutiara*, 3(2), 445-448.
- Nicholson, L. B. (2016). *The immune system*. Essays in Biochemistry, 60, 275–301
- Permana, A. (2020). *Manfaat kunyit dan temulawak terhadap penanganan COVID-19*. Institut Teknologi Bandung.
- Pramudita, M., Anggraini, D. D., Hidayat, N., Yuniardiningsih, E., Apriliyanti, M. D., Wangi, P., & Ma'rufi, I. (2020). Lumbung pangan sebagai upaya ketangguhan pangan masa pandemi Covid-19 Desa Kabuaran Bondowoso. *Multidisciplinary Journal*, 3(1), 34.
- Sharma, P., Kumar, P., Sharma, R., Gupta, G., & Chaudhary, A. (2017). Immunomodulators: Role of medicinal plants in immune system. *National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 7(6), 551–556.
- Youa, H., Ireland, B., Moeszinger, M., Zhang, H., Snow, L., Krepich, S., & Takagawa, V. (2019). *Determination of bioactive nonvolatile ginger constituents in dietary supplements by a rapid and economic HPLC method: Analytical method development and single-laboratory validation*. Talanta, 194, 795–802.