
PENDAMPINGAN PEMBUATAN MINUMAN SEHAT INSTAN KERING DARI BAHAN ALAMI TUMBUHAN DI DESA BINGKAT KECAMATAN PEGAJAHAN KABUPATEN SERDANG BEDAGAI SUMATERA UTARA

Andilala¹, Rina Chairani Lubis², Juliana Sion Sihombing³, Fatmazahra⁴, Siti Nurdiana⁵, Yusuf Hamdani Sinaga⁶,

1,4,5,6,Program Studi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indah Medan, Indonesia

2,3,Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indah Medan, Indonesia

E-mail : andilalamkm@gmail.com

Article History:

Received: April 02, 2026;

Revised: April 17, 2026;

Accepted: April 28, 2026;

Online Available: Mei 01, 2026;

Published: Mei 01, 2026;

Keywords: Mentoring, Instant Dry Healthy Drinks, Products

Abstract: Mothers in Bingkat Village have daily activities as housewives and participate with their husbands as farmers and livestock, as well as social activities of village and religious organizations, not to the extent of family economic improvement activities. Making instant dry healthy drinks from natural ingredients, such as ginger or other plants around the house is very easy, simple tools, low cost, and has economic value. The target of the activity is to provide assistance in making dry instant healthy drinks. Based on this, it is considered necessary to provide assistance in making dry instant healthy drinks. Assistance is not only manufacturing, but also good product packaging and counseling on the marketing direction of products made by the people of Bingkat Village. This instant dry healthy drink product from natural ingredients has a selling value, so it is hoped that it can increase family income and welfare.

Abstrak

Ibu-ibu di Desa Bingkat mempunyai aktivitas keseharian sebagai ibu rumah tangga dan turut serta dengan suami sebagai petani dan berternak, serta aktivitas sosial organisasi desa dan agama, tidak sampai pada kegiatan peningkatan ekonomi keluarga. Pembuatan minuman sehat instan kering dari bahan alami, seperti jahe atau tumbuhan lain sekitar rumah sangat mudah, alat sederhana, biaya murah, dan mempunyai nilai ekonomi. Target kegiatan adalah memberi pendampingan pembuatan minuman sehat instan kering. Berdasarkan hal tersebut, dipandang perlu dilakukan pendampingan pembuatan minuman sehat instan kering. Pendampingan tidak hanya pembuatan, tetapi sampai pengemasan produk yang baik dan penyuluhan arah pemasaran produk hasil karya masyarakat Desa Bingkat. Produk minuman sehat instan kering dari bahan alami ini memiliki nilai jual, sehingga besar harapan dapat meningkatkan penghasilan dan kesejahteraan keluarga.

Kata kunci : Pendampingan, minuman sehat instan kering, Produk

PENDAHULUAN

Desa Bingkat merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Pegajahan, Kabupaten Serdang Bedagai, Provinsi Sumatera Utara, memiliki luas wilayah 5,95 Km² atau 595,96 Ha yang terbagi atas 10 dusun. Sebagian besar luas lahan di Desa Bingkat dijadikan persawahan yaitu sebesar 60,740% dari total luas lahan dan dijadikan sebagai ladang/perkebunan sebesar 26,830% dari total luas lahan, sehingga mayoritas kepala keluarga di Desa Bingkat adalah petani (1,2).

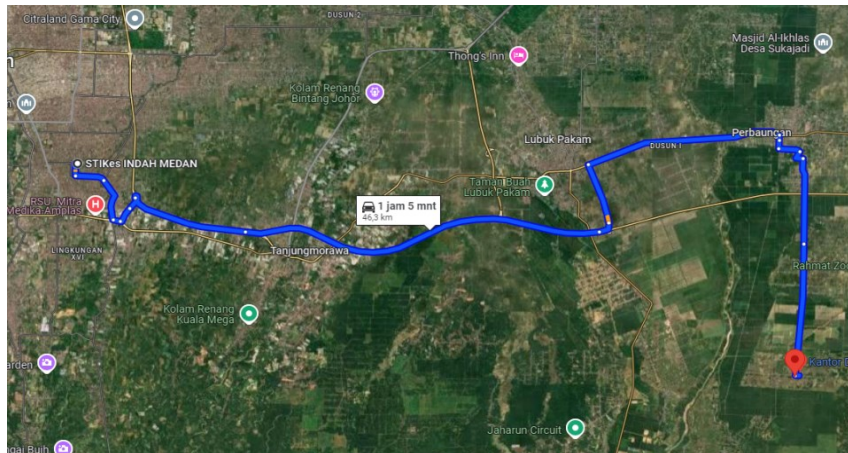
* Andilala, andilalamkm@gmail.com

*PENDAMPINGAN PEMBUATAN MINUMAN SEHAT INSTAN KERING DARI BAHAN ALAMI
TUMBUHAN DI DESA BINGKAT KECAMATAN PEGAJAHAN KABUPATEN SERDANG
BEDAGAI SUMATERA UTARA*

Ibu-ibu di Desa Bingkat sebagian besar tergabung di dalam kelompok PKK dan organisasi pedesaan dan berbagai kegiatan di desa, namun terbatas pada kegiatan-kegiatan keagamaan dan kegiatan sosial serta membantu suami bertani, selebihnya banyak berdiam diri dirumah masing-masing. Masyarakat di desa ini hidup rukun, tidak terjadi konflik satu sama lain, kerukunan ini sangat terlihat nyata yaitu mereka bersama-sama di dalam berbagai kegiatan kemasyarakatan, misalnya dalam acara hajatan di rumah warga seperti acara duka cita, acara syukuran perkawinan, acara sunatan, acara gotong royong kebersihan desa, dan acara perayaan peringatan hari-hari besar, serta kegiatan rutin seperti pengajian, senam dan gotong royong (1,2).

Bertani merupakan salah satu pekerjaan yang menguras tenaga dan menimbulkan efek samping seperti nyeri sendi dan pegal linu, selain itu karena kondisi geografis Desa Bingkat menyebabkan penurunan suhu yang cukup drastis pada malam hari, sehingga masyarakat merasa kedinginan. Umumnya masyarakat Desa Bingkat menggunakan produk-produk jamu atau minuman sehat instan kering yang dijual di pasaran atau kios-kios terdekat, produk-produk tersebut dapat mengandung bahan kimia yang berbahaya apabila digunakan berlebihan dan dalam jangka waktu yang lama.

Sebaiknya penggunaan produk yang mengandung bahan kimia dapat diganti dengan menggunakan bahan alami yang berasal dari tanaman obat sehingga lebih aman digunakan dalam jangka panjang. Tanaman obat atau disebut Biofarmaka adalah jenis tanaman yang memiliki fungsi dan berkhasiat sebagai obat serta dipergunakan untuk penyembuhan maupun mencegah berbagai penyakit. Tanaman dikatakan berkhasiat obat apabila mengandung zat aktif bisa mengobati suatu penyakit atau tidak mengandung zat aktif tetapi memiliki kandungan efek resultan/sinergi dari berbagai zat yang mempunyai efek mengobati (3,4).



Gambar 1. Peta Lokasi Mitra PKM Desa Bingkat Kecamatan Pegajahan

Dosen Program Studi S1 Farmasi STIKes Indah Medan bersama mahasiswa dikoordinasi oleh Andilala, S.Kep., Ners, M.K.M melaksanakan pengabdian masyarakat untuk berbagi keterampilan kepada anggota PKK Desa Bingkat Kecamatan Pegajahan membuat minuman sehat instan kering dengan memanfaatkan bahan alami, gampang diperoleh sekitar tempat tinggal. Hasil produksi di samping untuk merawat kesehatan sendiri, anggota PKK juga dapat berwira usaha karena produk bernilai ekonomi, dijual di kedai, koperasi desa, online, atau dengan cara lainnya sehingga menambah pendapatan dan peningkatan kesejahteraan keluarga.

METODE

Sosialisasi

Pelaksanaan kegiatan pelatihan dilakukan oleh tim PKM dengan mengumpulkan masyarakat khususnya ibu-ibu anggota PKK di Balai Desa Bingkat, kemudian memberikan penjelasan tentang kelebihan dan manfaat minuman sehat instan kering, cara pembuatan, pengemasan dan pemasarannya. Selain itu tim juga mengajak masyarakat untuk ikut dalam demonstrasi pembuatan minuman sehat instan kering serta menjelaskan kalkulasi dana yang dibutuhkan dan perkiraan harga jual.

Bahan dan Alat

Bahan-bahan yang digunakan yaitu: sari jahe (500ml), sereh (2 btang), gula (secukupnya), garam (secukupnya), bunga lawing .Alat terdiri dari: blender, baskom, pisau, saringan, kualii, kompor dan gas, sutil, ayakan, kemasan (5,10).

*PENDAMPINGAN PEMBUATAN MINUMAN SEHAT INSTAN KERING DARI BAHAN ALAMI
TUMBUHAN DI DESA BINGKAT KECAMATAN PEGAJAHAN KABUPATEN SERDANG
BEDAGAI SUMATERA UTARA*

Prosedur Pembuatan

Cuci dan potong kecil-kecil jahe, blender dan saring sehingga menghasilkan sari jahe, masukkan sari jahe kedalam kuah, tambahkan sereh (2 batang), tambahkan bunga lawing, tambahkan gula dan garam secukupnya, aduk hingga mengeras, blender hingga menjadi serbuk halus, lalu di ayak dan masukkan didalam wadah kemasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dapat dilihat dari kegiatan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) bagi Ibu-ibu PKK di Desa Bingkat, Pegajahan, Serdang Berdagai, Sumatera Utara dengan kegiatan bimbingan dan pelatihan pembuatan sediaan minuman sehat instan kering menggunakan bahan tumbuhan yang berkhasiat dan mudah didapat, dengan cara yang mudah serta peralatan yang sederhana adalah ibu-ibu PKK telah mendapat ketrampilan cara pembuatan, pengemasan, dan cara pemasaran minuman sehat instan kering menggunakan bahan tumbuhan yang berkhasiat dan mudah didapat, dengan cara yang mudah serta peralatan yang sederhana.

Setelah selesai mengikuti bimbingan dan praktek langsung pembuatan minuman sehat instan kering menggunakan bahan tumbuhan yang berkhasiat dan mudah didapat, dengan cara yang mudah serta peralatan yang sederhana, masyarakat tersebut telah dibekali sedikit bahan baku dan beberapa peralatan untuk bekal latihan kembali pembuatan sediaan ini di tempatnya masing-masing. Melalui pendekatan sosial, masyarakat mengaku tertarik menjadikan produk sederhana ini sebagai salah satu peluang usaha untuk meningkatkan ekonomi keluarga.



Gambar 3. Bimbingan dan Pelatihan Pembuatan Bedak Tabur Biang Keringat

KESIMPULAN

Bimbingan dan pelatihan pembuatan minuman sehat instan kering dari bahan alami di Desa Bingkat, Pegajahan, Serdang berdagai, Sumatera Utara diikuti oleh masyarakat dengan antusias, masyarakat tertarik dengan produk sederhana ini dan ingin menjadikannya sebagai salah satu penghasilan untuk meningkatkan ekonomi keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Wikipedia. Bingkat , Pegajahan, Serdang Bedagai, Sumatera Utara. Search available from: https://id.wikipedia.org/wiki/Bingkat,_Pegajahan,_Serdang_Bedagai
- Media Center. Kampung Tangguh Desa Bingkat, Kecamatan Pegajahan, Kabupaten Serdang Berdagai, Provinsi Sumatera Utara. Available from: <https://mediacenter.serdangbedagaikab.go.id/2020/07/07/kampung-tangguh-desa-bingkat-inovasi-hadapi-new-normal/>
- Alwi, M.dkk. 2013. Studi Efektifitas Ekstrak Daun Sereh Wangi (*Cymbogon nardus L*) anti Fungi. *Jurnal biocele bes*. Vol.7 No. 2 Hal: 15-19.
- Anafisya, Y.dkk. 2017. Pembuatan minuman herbal alami. *Jurnal Teknologi Farmasi Universitas Sriwijaya*. Vol.2 No.2 Hal: 1-4.
- Andini, C.N.dkk.2017. Identifikasi Gek-MS ekstrak miyak atsiri dari sereh wangi (*Cymbogon nardus L*). *Jurnal Kimia Universitas Surakarta Teknik*. No.18 No.1 Hal: 23-25.
- Aryani, F.dkk.2008. Ekstraksi minyak atsiri dari tanaman sereh dengan menggunakan pelarut metanol, aseton, dan N-heksana. *Jurnal widyamandala catholic university surabaya*. Vol.7 no. 2 Hal: 124-128.