

SOSIALISASI DAN PELATIHAN PENGOLAHAN BAHAN PANGAN POTENSIAL SEBAGAI *IMUN BOOSTER* DAN PELUANG USAHA DI MASA PANDEMI COVID-19

Elly Jumiati*, Anang Sulisty, Adi Sutrisno, Ety Wahyuni MS, Rayhana Jafar,
Muhamad Wahyu, Hendris, Khaerunnisa

Program Studi Agribisnis Universitas Borneo Tarakan

*Email: elly_jumiati@borneo.ac.id

Abstrak - Ancaman virus Corona jenis baru (SARS-CoV 2) penyebab *Coronavirus Disease* (Covid-19) masih belum menunjukkan tanda-tanda akan berakhir. Cara lain yang dapat dilakukan menghadapi pandemi ini dengan mengkonsumsi jamu atau simplisia nabati dengan maksud agar daya tahan dan imunitas tubuh meningkat. Namun demikian terbatasnya informasi khususnya dalam menjaga dan meningkatkan imunitas tubuh, maka diperlukan sosialisasi pada masyarakat akan pentingnya imunitas tubuh di masa pandemi ini, salah satunya dengan mengkonsumsi vitamin dan suplemen, misalnya vitamin C yang terdapat pada buah dan mengkonsumsi bahan pangan fungsional, yaitu makanan/minuman yang tidak hanya sekedar mencukupi kebutuhan akan nutrisi saja namun juga dapat memberikan efek terhadap Kesehatan tubuh. Kegiatan ini bertujuan memberikan tambahan pengetahuan dan wawasan tentang Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster* dan cara mengolahnya sebagai Peluang Usaha di Masa Pandemi Covid-19 yaitu kepada institusi mitra anggota Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) Al Marhamah Kota Tarakan. Kegiatan ini dilakukan dengan metode pelatihan dan pendampingan. Adapun hasil dari kegiatan ini berdasarkan kuisioner yang dibagikan kepada peserta pelatihan adalah: 1) Peserta pelatihan memiliki persepsi yang positif terhadap pelatihan yang diberikan; 2) Peserta mendapatkan wawasan dan pengetahuan baru tentang Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster* dan cara pengolahannya; 3) Peserta mendapatkan ketrampilan dan pengalaman baru setelah mengikuti kegiatan pelatihan ini, hal ini terbukti dengan respon positif peserta yang tertarik untuk membuka peluang usaha dengan mengolah bahan pangan potensial menjadi jamu/minuman serbuk jahe instan.

Kata kunci: sosialisasi, pendampingan, pangan fungsional, peluang usaha

LATAR BELAKANG

Wabah virus covid-19 melanda dunia, termasuk semua daerah di Indonesia salah satunya Kota Tarakan yang terletak di Provinsi termuda Kalimantan Utara. Wabah ini menyebabkan masyarakat harus selalu menjaga kesehatan. Selain penerapan protokol kesehatan yang dikenal dengan 5M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, mengurangi mobilitas), juga dengan mengkonsumsi makanan dan minuman yang menyehatkan. Hal ini perlu dilakukan, karena kesadaran masyarakat sendiri dalam penerapan proses masih belum maksimal.

Kondisi di atas, mengharuskan kita untuk meningkatkan imunitas tubuh. Seperti dilansir Amalia (2020), imunitas merupakan cara tubuh manusia dalam melawan dan membunuh benda asing seperti bakteri, virus dan organ transplantasi lainnya apabila ditransplantasikan

ke dalam tubuh maka tubuh menganggap benda asing tersebut bukan dari jaringan tubuh sehingga tubuh akan menolaknya. Virus corona juga seperti virus pada umumnya yang hanya menyerang jika imunitas tubuh lemah. Mustofa (2020) menyatakan, salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan sistem imun adalah melalui pangan. Dalam ilmu pangan, ada satu istilah yang disebut sebagai pangan fungsional. Makanan atau minuman yang termasuk dalam kategori pangan fungsional tidak harus mahal, bahkan makanan jenis ini dapat diperoleh di sekitar kita. Konsumsi makanan yang kaya vitamin, mineral dan bahan bioaktif bisa berupa makanan pokok seperti beras merah/hitam, sorgum, ubi jalar, kacang-kacangan; berbagai sayur dan buah; produk hewani seperti olahan susu, telur dan madu; maupun makanan dan minuman fungsional asal herbal.

Cara pengolahan pangan fungsional bisa dengan meramunya menjadi jamu atau obat tradisional atau dengan dijadikan makanan. Jamu atau obat tradisional adalah ramuan bahan yang merupakan bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat (BPOM, 2020). Sebagaimana juga telah diketahui adanya pandemi ini, menjadikan perekonomian masyarakat pun terganggu. Tidak sedikit masyarakat yang kehilangan atau berkurang penghasilannya. Oleh karena itu, dengan adanya sosialisasi ini memberikan pemahaman terhadap bahan pangan potensial sebagai *imun booster* dan pelatihan pengolahan bahan pangan potensial menjadi minuman *imun booster* harapannya dapat menjadi peluang usaha bagi kelompok masyarakat yang tergabung pada PKBM Al Marhamah.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini berupa sosialisasi, diskusi, dan pelatihan yang dilakukan di Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) Al Marhamah dengan tetap menerapkan protokol kesehatan. Adapun Metode Pemberian Materi sebagai berikut:
Tutorial sebagai bentuk sosialisasi

Metode ini dipilih untuk menyampaikan teori dan konsep-konsep pengetahuan tentang bahan pangan potensial sebagai *imun booster*. Setiap akhir pemberian materi diberi waktu untuk tanya jawab atau diskusi. Untuk tercapainya program ini, jadwal pelaksanaan kegiatan program akan disusun sesuai dengan kesepakatan peserta pelatihan. Adapun peserta kegiatan ini adalah anggota dari Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) Al Marhamah.

Implementasi

Setelah peserta pelatihan memperoleh pengetahuan tentang bahan pangan potensial

sebagai *imun booster*, selanjutnya dilakukan praktik meramu minuman menggunakan bahan pangan potensial dan harapannya dapat dijadikan sebagai peluang usaha.

Prosedur kerja pelaksana dalam pelatihan dan pendampingan dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Mendata mitra peserta kegiatan, yang didalamnya termasuk kendala-kendala mitra.
- b. Melakukan pemilihan-pemilihan tindakan yang tepat (oleh pelaksana) untuk dapat diaplikasikan di mitra-mitra, dengan melihat data-data kendala.
- c. Pembagian tugas pelaksanaan tindakan dijadwalkan secara berkala dan bergantian antar ketua dan anggota-anggota pelaksana, kapan bersamaan dan kapan masing-masing melakukan tindakan dalam bentuk kelas dialog dan kelas pelatihan.
- d. Melaksanakan jadwal yang telah dibuat dengan disiplin, saling membantu, saling mengisi, dalam menyelesaikan masalah-masalah bersama-sama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat mengenai Sosialisasi dan Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster* dan Peluang Usaha di Masa Pandemi Covid-19 ini dilakukan melalui serangkaian tahapan, yaitu:

A. Sosialisasi Program

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini diawali dengan kegiatan mencari mitra untuk sosialisasi program. Dari beberapa alternatif mitra terpilihlah PKBM Al Marhamah. Alasan memilih mitra PKBM Al Marhamah dikarenakan PKBM ini memiliki anggota yang sebagian besar Ibu Rumah Tangga. Hal ini sesuai dengan tujuan PKM dimana IRT yang menjadi ujung tombak dalam menyediakan asupan makanan kepada anggota keluarga dan juga yang terampil dalam

pengolahannya, termasuk dalam tujuan pendampingan pengolahan bahan pangan potensial menjadi produk yang dapat dijadikan peluang usaha terutama di masa pandemi atau *new normal* seperti saat ini. Peserta pada kegiatan ini berjumlah 10 orang ditambah dengan 3 orang tutor dari PKBM Al Marhamah karena penerapan prokes pada saat PPKM hanya dibatasi 10-15 peserta untuk suatu kegiatan. Berikut disajikan Gambar 1 peserta berdasarkan pendidikan dan pekerjaan:



Gambar 1. Grafik peserta kegiatan

Berdasarkan Gambar 1, sebagian besar peserta mengenyam pendidikan SMA sebanyak 4 orang, SMP 3 orang, SMEA 1 orang, dan Strata 1 sebanyak 2 orang. Sedangkan berdasarkan pekerjaan sebagian besar sebagai IRT yaitu 8 orang, tenaga honor sebanyak 1 orang, dan guru sebanyak 1 orang. Profil tutor yang mengajar pada PKBM Al Marhamah dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Profil Tutor pada PKBM Al Marhamah

No	Nama	Pendidikan
1	Linda	S2
2	Binti Rofiah	S1
3	Deby Sahria	S1

Tabel 1 dapat dilihat bahwa tutor di PKBM Al Marhamah sudah mumpuni dalam hal tingkat pendidikan. Tutor berfungsi sebagai pengajar dan juga fasilitator atau nara hubung untuk kegiatan yang akan dilakukan di PKBM ini dengan pengajar atau pelatih dari luar PKBM.

B. Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster*

Sebelum dimulainya kegiatan Sosialisasi dan Pelatihan tim menginformasikan rencana tanggal kegiatan akan dilakukan dua minggu sebelum pelaksanaan pelatihan yaitu tanggal 11 September 2021. Mendekati hari pelaksanaan tim berkoordinasi dengan pihak PKBM Al Marhamah untuk mengundang anggotanya ke acara sosialisasi dan pelatihan. Kegiatan Pelatihan ini dilakukan terdiri dari beberapa tahapan, yaitu:

1. Penyampaian modul dan presentasi materi tentang Pengolahan Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster* dan Peluang Usaha di Masa Pandemi Covid-19, seperti yang terlihat pada gambar berikut;



Gambar 2. Pemaparan Pengolahan Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster*

Setelah peserta mendapatkan pengetahuan tentang Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster* dari kegiatan ceramah yang telah diberikan oleh tim, selanjutnya

peserta akan diajak praktek mengolah salah satu bahan pangan potensial yang bisa mudah ditemukan di pasar atau ditanam sendiri yaitu dari rempah-rempah yaitu jahe, kencur, serai,

- Pindahkan serbuk jareku ke loyang oven yang telah dialasi kertas roti kemudian oven sekitar 10-15 menit dengan suhu sedang
- Setelah 15 menit keluarkan dari oven kemudian diayak
- Jika ada yang menggumpal diblender dulu kemudian diayak
- Kemas dalam kemasan

Sebagaimana yang dinyatakan oleh Sukmawati dan Merina (2019), bahwasanya Pada proses pembuatan jahe instan menggunakan prinsip kristalisasi yang didasarkan pada pemanfaatan sifat gula pasir (sukrosa) yang dapat kembali membentuk kristal setelah dicairkan. Beberapa dokumentasi proses pengolahan dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Proses pengolahan minuman jahe instan (JAREKU)

4. Analisis *Break Even Point* (BEP) Harga

Suatu usaha perlu diketahui layak atau tidak diusahakan dengan menghitung kelayakan finansialnya. Analisis kelayakan finansial dengan menggunakan analisis BEP Harga dapat dilihat pada Tabel 2 dan 3.

Biaya tetap dihitung dengan menghitung penyusutannya, yaitu dengan mengurangi antara biaya total harga dikurangi nilai sisa dibagi dengan umur ekonomisnya. Asumsi produksi perminggu biaya tetap yang dikeluarkan sebesar Rp 7.394,5,-

Tabel 2. Biaya Tetap

No	Nama Peralatan	Jumlah	Harga Satuan (Rp)	Total Harga	Biaya (Rp)
1	Kompor gas	1 buah	330.000	330.000	4.400
2	Tabung gas LPG 3 Kg	1 buah	250.000	250.000	3.333
3	Oven Stainless	1 buah	230.000	230.000	3.067
4	Panci stainless	1 buah	100.000	100.000	2.222
5	Wajan Stainless	1 buah	45.000	45.000	1.000
6	Saringan stainless	1 buah	25.000	25.000	2.083
7	Baskom	2 buah	25.000	50.000	4.167
8	Timbangan digital	1 buah	95.000	95.000	2.639
9	Pisau	2 buah	15.000	30.000	2.500
10	Regulator	1 buah	100.000	100.000	1.667
11	Sutil kayu/pengaduk	2 buah	15.000	30.000	2.500
Biaya tetap per bulan: Rp. 29.578					
Biaya tetap per minggu (asumsi produksi tiap minggu): Rp. 7.394,5					

Tabel 3. Biaya Variabel

No	Nama Peralatan	Jumlah	Total Harga (Rp)
1	Jahe	500 gram	20.000
2	Gula pasir	500 gram	6.250
3	Gula palem	600 gram	20.100
4	Kencur	50 Gram	2.000
5	Serai	7 batang	5.000
6	Kapulaga	10 Gram	5.000
7	Kertas roti	1 lembar	2.000
8	Kemasan	10 buah	10.000
9	Stiker	10 buah	5.000
10	Air	500 ml	1.000
Biaya variabel per minggu (asumsi produksi sekali seminggu)			76.350

Total Biaya= Rp 7.394,5,- + Rp 76.350,- = 83.745

BEP Harga

Produk "JAREKU"

BEP h= 83.745: 10 = Rp 8.375,- (per 100 Gram)

Jika dijual dengan harga Rp. 10.000,- sudah mendapatkan keuntungan.

C. Persepsi Peserta terhadap Pelatihan

Suatu kegiatan pelatihan dapat dikatakan berhasil jika para peserta memberikan respon yang baik terhadap apa yang telah disampaikan dan memberikan manfaat bagi para peserta. Oleh karena itu, dalam kegiatan pelatihan ini tim juga memberikan kuisisioner kepada peserta sebagai indikator bahwa pelaksanaan pelatihan ini dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Adapun hasil kuisisioner sebagai berikut:

1. Persepsi peserta terhadap bahan pangan fungsional

Berdasarkan jawaban peserta sebagian besar peserta mengetahui bahan pangan potensial dari kategori rempah-rempah, meskipun ada yang baru mengetahui jenis lain dari bahan pangan fungsional selain rempah. Mereka sudah mengetahui dari media sosial dan internet. Sebagian peserta mengetahui kegunaan dari rempah-rempah tersebut seperti untuk daya tahan tubuh atau pun untuk kesehatan.

2. Persepsi peserta terhadap Kegiatan

Sebagian besar peserta termotivasi mengikuti kegiatan ini untuk menambah pengetahuan dan mengetahui cara pengolahan bahan pangan potensial Sebagai *Imun Booster*. Mereka bersedia untuk membuat usaha

pengolahan minuman rempah jahe instan JAREKU secara berkelompok. Adapun kesan terhadap kegiatan ini peserta memberikan respon yang baik seperti menarik, bermanfaat, dan memunculkan ide berusaha.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat disimpulkan beberapa hal, diantaranya:

1. Peserta pelatihan memiliki persepsi yang positif terhadap sosialisasi dan pelatihan yang diberikan
2. Peserta mendapatkan wawasan dan pengetahuan baru tentang Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster*
3. Peserta mendapatkan ketrampilan dan pengalaman baru setelah mengikuti kegiatan pelatihan ini, hal ini terbukti dengan respon positif peserta yang tertarik untuk membuka peluang usaha secara kelompok dengan mengolah Bahan Pangan Potensial Sebagai *Imun Booster*, terutama dari rempah-rempah menjadi jamu atau minuman serbuk jahe instan (JAREKU).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) UBT yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, L., & Hiola, F. (2020). Analisis gejala klinis dan peningkatan kekebalan tubuh untuk mencegah penyakit covid-19. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 2(2), 71-76.
- BPOM. (2020). Buku Saku Obat Tradisional untuk Memelihara Daya Tahan Tubuh. BPOM RI. Jakarta.
- Mustofa, A., & Suhartatik, N. (2020). Meningkatkan Imunitas Tubuh Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Karangtaruna Kedunggupit, Sidoharjo, Wonogiri, Jawa Tengah. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 317-323.
- Sukmawati, W., & Merina. (2019). Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Instan untuk Meningkatkan Ekonomi Warga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(4): 210-215.