

PELATIHAN PEMBUATAN JAHE INSTAN SEBAGAI MINUMAN PENINGKAT IMUNITAS PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI KAMPUNG SRI MULYA JAYA KECAMATAN SEPUTIH SURABAYA KABUPATEN LAMPUNG TENGAH

Agus Purnomo, Retno Puji Hastuti, Sutrio, Siti Julaiha*

*Politeknik Kesehatan Tanjungkarang
Jl. Soekarno Hatta No. 1 Bandar Lampung
Penulis Korespondensi : sitijulaiha@poltekkes-tjk.ac.id*

Abstrak

Pandemi Covid-19 telah memberikan dampak pada banyak aspek kehidupan manusia. Dengan adanya pandemi covid-19, masyarakat berupaya menjalani pola hidup yang sehat, salah satunya adalah dengan mengkonsumsi minuman herbal yang diyakini dapat meningkatkan imunitas tubuh, di antaranya minuman dari rimpang jahe. Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa tanaman rimpang jahe memiliki kandungan gizi yang tinggi untuk meningkatkan kesehatan dan imun tubuh. Masyarakat kampung Sri Mulya Kecamatan Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Selatan banyak yang menanam tanaman herbal di sekitar pekarangan rumah seperti jeruk lemon dan jahe yang juga dimanfaatkan sebagai bumbu masak. Akan tetapi, pemanfaatannya belum optimal karena sebagian besar masyarakat belum mengetahui khasiat dan cara pemanfaatannya. Selain itu, pada musim penghujan seperti saat ini warga Kampung Sri Mulya Jaya banyak yang mengeluh flu, batuk dan pilek (ISPA). Saat ini juga sedang merebak Pandemi Covid-19 (khususnya varian Omicron) di dunia dan Indonesia. Khususnya wilayah Kabupaten Lampung Tengah termasuk dalam PPKM Level 2. Sebagai bentuk kepedulian terhadap kondisi ini, tim dosen dari Poltekkes Tanjungkarang tergerak untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga protokol covid-19, meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait tanaman herbal peningkat imunitas tubuh, optimalisasi pemanfaat KRPL, dan tanaman obat sebagai alternatif dalam mengatasi ISPA dan Covid-19. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu pemberian materi berupa penyuluhan dan pelatihan. Materi yang diberikan melalui penyuluhan meliputi protokol kesehatan covid-19, enam langkah cuci tangan yang benar, dan pemanfaatan tanaman imunomodulator. Adapun materi yang diberikan melalui pelatihan adalah pembuatan jahe instan sebagai minuman peningkat imunitas. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa masyarakat merasakan manfaat dari kegiatan ini dan menjadi paham akan pentingnya meningkatkan imunitas di masa pandemi Covid-19 ini serta paham cara pembuatan minuman herbal serbuk jahe yang bisa dibuat secara mandiri.

Kata Kunci : *Covid-19, Jahe instan, tanaman obat*

1. Pendahuluan

Pandemi Covid-19 telah memberikan dampak pada banyak aspek kehidupan manusia, salah satunya tentang pola hidup sehat. Dengan adanya pandemi covid-19, masyarakat berupaya menjalani pola hidup yang sehat, salah satunya adalah dengan mengkonsumsi minuman herbal yang diyakini dapat meningkatkan imunitas tubuh.

Salah satu minuman herbal yang banyak diminati masyarakat adalah minuman dari rimpang jahe. Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa tanaman rimpang jahe memiliki kandungan gizi yang tinggi untuk meningkatkan kesehatan dan

imun tubuh. Masyarakat Indonesia percaya jahe, salah satu minuman tradisional Indonesia, bisa mencegah COVID-19. Jahe mengandung senyawa kimia aktif, seperti gingerol, zingiberol, shogal, zingiberin, sineol, dan lainnya yang memiliki fungsi utama sebagai imun booster dan antimikroba. Selain itu, jahe memiliki fungsi lain dalam menyembuhkan batuk, sakit kepala, rematik, dan penyakit lambung serta menurunkan kadar kolesterol darah (Aryanta, 2019).

Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2020 menunjukkan bahwa bahwa persentasi penduduk Indonesia yang pernah mengonsumsi

jamu sebanyak 59,12 % yang terdapat pada kelompok umur di atas 15 tahun, baik laki-laki maupun perempuan, di pedesaan maupun di perkotaan, dan 95,60 % merasakan manfaatnya. Persentase penggunaan tumbuhan obat berturut-turut adalah jahe 50,36 %, kencur 48,77 %, temulawak 39,65 %, meniran 13,93 % dan mengkudu 11,17 %. Bentuk sediaan jamu yang paling banyak disukai penduduk adalah cairan, diikuti berturut-turut seduhan/serbuk, rebusan/rajanan, dan bentuk kapsul/pil/tablet.

Indonesia merupakan salah satu negara penghasil jahe terbesar di dunia. Hal ini didukung dengan iklim tropis di Indonesia yang sangat mendukung bagi pertumbuhan jahe sehingga di Indonesia banyak perkebunan budidaya jahe. Begitu pula dengan Provinsi Lampung khususnya Kampung Sri Mulya Jaya Kecamatan Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Selatan, sebagian besar masyarakatnya memiliki mata pencaharian sebagai petani. Masyarakat kampung Sri Mulya banyak yang menanam tanaman herbal di sekitar pekarangan rumah seperti jeruk lemon dan jahe yang juga dimanfaatkan sebagai bumbu masak. Akan tetapi, pemanfaatannya belum optimal. Belum optimalnya pemanfaatan tanaman herbal ini disebabkan karena sebagian besar masyarakat belum mengetahui khasiat dan cara pemanfaatannya.

Dari beberapa hasil penelitian, tanaman herbal seperti jahe terbukti ampuh sebagai terapi pendukung dalam mengatasi gejala akibat gangguan pada saluran pernafasan seperti flu, batuk, dan pilek. Tanaman jahe juga dapat diolah menjadi minuman instan yang selain untuk penggunaan pribadi, juga bisa dijadikan sebagai produk yang dapat dipasarkan sehingga dapat memberikan nilai ekonomis pada masyarakat setempat. Selain itu, optimalisasi pemanfaatan Kawasan Rumah Pekarangan Pangan Lestari (KRPL) sebagai lahan untuk membudidayakan tanaman herbal termasuk jahe diharapkan memberikan manfaat yang besar bagi masyarakat setempat.

Di Musim penghujan seperti saat ini warga Kampung Sri Mulya Jaya banyak yang mengeluh flu, batuk dan pilek (ISPA). Saat ini juga sedang merebak Pandemi Covid-19 (khususnya varian Omicron) di dunia dan Indonesia. Khususnya wilayah Kabupaten Lampung Tengah termasuk dalam PPKM Level 2. Kondisi pandemi Covid-19

pada dasarnya dapat dilakukan dengan gerakan 5 M. Selain itu pemanfaatan tanaman herbal seperti jahe dan tanaman obat lainnya sangat cocok diterapkan untuk mengatasi masalah kesehatan saluran pernafasan seperti ISPA, flu atau Covid-19 (Nurlila and Fua, 2020) dan (Kemenkes RI, 2016).

Sebagai bentuk kepedulian terhadap kondisi ini, tim dosen dari Poltekkes Tanjungkarang tergerak untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga protokol covid-19, meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait tanaman herbal peningkat imunitas tubuh, optimalisasi pemanfaat KRPL, dan tanaman obat sebagai alternatif dalam mengatasi ISPA dan Covid-19.

Tim Pengabdian masyarakat dosen Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang telah melakukan penjajakan dengan melakukan *sharing* terkait beberapa permasalahan yang dihadapi oleh sebagian besar masyarakat Kampung Sri Mulya Jaya Kecamatan Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Selatan. Dari hasil pengamatan dan wawancara dengan perangkat kampung dan masyarakat kampung Sri Mulya Jaya, diperoleh beberapa permasalahan sebagai berikut :

- Peningkatan kasus penyakit ISPA (Flu, Batuk, Pilek) dan Covid-19 (varian Omicron).
- Belum Optimalnya pemanfaatan Kawasan Rumah Pekarangan Pangan Lestari (KRPL) di Kampung Sri Mulya Jaya
- Kurangnya informasi terkait tanaman obat yang terbukti secara ilmiah dapat digunakan sebagai peningkat imun tubuh.
- Belum optimalnya pemanfaatan tanaman obat di KRPL yang terbukti secara ilmiah dapat digunakan sebagai peningkat imun tubuh sebagai obat alternatif dalam mengatasi ISPA dan Covid-19.

2. Bahan dan Metode

Media edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini adalah video edukasi, leaflet, dan hand out materi mengenai protokol kesehatan covid-19, enam langkah cuci tangan yang benar, dan pemanfaatan tanaman imunomodulator,

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu pemberian materi berupa penyuluhan dan pelatihan. Materi yang diberikan melalui penyuluhan meliputi protokol kesehatan covid-19,

enam langkah cuci tangan yang benar, dan pemanfaatan tanaman imunomodulator. Adapun materi yang diberikan melalui pelatihan adalah pembuatan jahe instan sebagai minuman peningkat imunitas.

Tahapan kegiatan dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini meliputi :

- Survei lokasi sasaran, Pada tahap ini Tim Pengabdian kepada masyarakat melakukan peninjauan dengan menemui pihak Kepala Kampung dan Perangkat Kampung serta masyarakat Kampung Sri Mulya Jaya Kecamatan Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Tengah. Dari hasil survei didapatkan bahwa terjadi peningkatan kasus ISPA dan Covid-19 dan belum optimalnya pemanfaatan KRPL dan tanaman obat di daerah tersebut.
- Sosialisasi dan Koordinasi, Pada tahap ini, Tim Pengabdian kepada masyarakat melakukan pertemuan dan sosialisasi rencana pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat melalui skema Program Pengembangan Desa Mitra (PPDM) dengan Pihak mitra yaitu kepala kampung dan perangkatnya serta masyarakat Kampung Sri Mulya Jaya
- Edukasi berupa penyuluhan dalam bentuk ceramah dan diskusi. Materi edukasi yang diberikan kepada masyarakat dan kader berupa protokol kesehatan covid-19, enam langkah cuci tangan yang benar, dan pemanfaatan KRPL dan tanaman obat sebagai imunomodulator.
- Pelatihan pemanfaatan tanaman obat sebagai terapi alternatif untuk meningkatkan imunitas. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah dengan memberikan pelatihan memanfaatkan salah satu tanaman herbal jahe dalam bentuk sediaan serbuk jahe instan. Tanaman jahe ini banyak ditemukan di KRPL Kampung Sri Mulya Jaya, akan tetapi pemanfaatannya belum optimal. Dalam pelatihan ini, kader dan masyarakat diajarkan mengenai khasiat tanaman jahe dan cara mengolahnya menjadi jahe instan yang praktis digunakan kapan saja.
- Monitoring dan Evaluasi pelaksanaan Program. Tujuan dari kegiatan monev yaitu diketahui perkembangan kemajuan dan dapaian indikator pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat oleh Dosen pengabdian dan mahasiswa. Selain itu monev bertujuan untuk mengetahui hambatan dan kendala yang

dihadapi untuk segera dicarikan solusinya; serta rencana tindak lanjut (RTL) pengembangan kegiatan. Pelaksanaan Monev dilaksanakan oleh Tim Monev dari Poltekkes Tanjungkarang dengan metode diskusi dan Kunjungan Lapangan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan oleh Pusat Penelitian dan disepakati oleh Tim Pengabdian dan Pengabdian. Selain evaluasi terkait pelaksanaan program, juga dilakukan evaluasi kegiatan melalui kuesioner kepuasan masyarakat akan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan. Indikator Keberhasilan dalam kegiatan ini yaitu :

- a) Peningkatan pengetahuan dan kepatuhan masyarakat dalam menjalankan protokol kesehatan covid-19 dan melakukan cuci tangan dengan benar.
- b) Masyarakat mulai mengoptimalkan pemanfaatan Kawasan Rumah Pekarangan Pangan Lestari (KRPL) di Kampung Sri Mulya Jaya
- c) Masyarakat mengetahui informasi terkait tanaman obat yang terbukti secara ilmiah dapat digunakan sebagai peningkat imun tubuh.
- d) Masyarakat mengoptimalkan pemanfaatan tanaman obat di KRPL yang terbukti secara ilmiah dapat digunakan sebagai peningkat imun tubuh sebagai obat alternatif dalam mengatasi ISPA dan Covid-19.
- e) Masyarakat mampu membuat produk jahe instan secara mandiri yang memiliki nilai tambah.

3. Hasil dan Pembahasan

Kampung Sri Mulya Jaya Kecamatan Seputih Surabaya merupakan salah satu dari 13 kampung yang terletak di Kecamatan Seputih Surabaya, Kabupaten Lampung Tengah. Kampung Sri Mulya Jaya yang memiliki beberapa potensi desa, baik potensi fisik dan non fisik. Luas Wilayah Kampung Sri Mulya Jaya: 1.125 Ha dengan Jumlah penduduk 2.371 jiwa, terbagi menjadi 7 (tujuh) dusun dan 32 Rukun Tetangga (RT).

Sebagian besar pekerjaan penduduk di Kampung Sri Mulya Jaya adalah sebagai petani. Dari hasil survey ditemukan bahwa penduduk setempat belum memanfaatkan KRPL dan tanaman obat secara optimal disebabkan karena keterbatasan informasi. Iklim panas yang dimiliki kampung Sri Mulya Jaya sangat cocok untuk ditanami tanaman

rimpang salah satunya rimpang jahe. Rimpang jahe merupakan salah satu tanaman herbal yang berkhasiat sebagai imunomodulator yang sangat dibutuhkan pada masa pandemi covid-19 yang tengah terjadi saat ini. Peningkatan kasus penyakit ISPA (Flu, Batuk, Pilek) dan Covid-19 (varian Omicron) di Kampung Sri Mulya Jaya membutuhkan penanganan yang serius. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan edukasi dan pelatihan terkait pengobatan alternatif sederhana yang dapat dilakukan oleh masyarakat. Hal ini yang mejadi salah satu dasar Tim Dosen Poltekkes Tanjungkarang dalam memberikaan penyuluhan dan pelatihan kepada kader dan masyarakat Kampung Sri Mulya Jaya.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan Penyuluhan Kesehatan

Kegiatan pertama adalah edukasi berupa penyuluhan yang dilakukan dengan memberikan materi terkait protokol kesehatan covid-19, enam langkah cuci tangan yang benar, dan pemanfaatan tanaman imunomodulator. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah berupa leaflet. Kegiatan ini dihadiri oleh masyarat, kader posyandu, kader PKK, dan perangkat kampung Sri Mulya Jaya. Kegiatan dilaksanakan di dua tempat yaitu Posyandu Mawar Merah dan Posyandu Mawar Putih. Para peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini ditandai dengan banyaknya peserta yang bertanya dalam sesi diskusi dengan dihadiri total 82 peserta.



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan di Posyandu Mawar Merah

Kegiatan kedua ada memberikan pelatihan pembuatan produk jahe instan. Kegiatan ini dihadiri oleh par kader posyandu, PKK, perangkat kampung, dna masyarakat kampung Sri Mulya Jaya. Dalam pelatihan ini, para peserta dikenalkan tentang manfaat tanaman jahe yang sangat banyak, diantaranya adalah sebagai imunomodulator atau peningkat imunitas tubuh. Peserta juga diajarkan tahap-tahap pembuatan produk jahe instan.

Media yang digunakan dalam kegiatan pelatihan pembuatan produk jahe instan ini terdiri dari leaflet, video, dan hand out yang berisi materi tentang :

- Khasiat tanaman jahe
- Sortasi rimpang jahe
- Tahapan pembuatan produk jahe instan
- Pengemasan produk jahe instan dengan tampilan yang menarik



Gambar 3. Peserta Pelatihan Pembuatan Produk Jahe instan

Proses pembuatan produk jahe instan adalah sebagai berikut (Sukmawati, 2019; Ratna *et al*, 2021) :

- **Sortasi.** Kegiatan sortasi dilakukan dengan tujuan untuk memilih jahe segar dengan kualitas yang baik dan memisahkan jahe dari pengotor.

- **Pencucian.** Jahe dicuci sampai bersih dibawah air mengalir. Lalu kulit jahe dikupas, dan jahe dibersihkan kembali sampai bersih. Jahe yang sudah dicuci, lalu ditimbang.
- **Penghalusan jahe.** Jahe yang telah dikupas, diblender samapai halus, bisa juga diparut dengan menggunakan alat parutan tradisional.
- **Penyaringan.** Setelah diblender, jahe disaring dan dipisahkan antara pati dan filtratnya. Proses pemisahan pati dan filtrat membutuhkan waktu sekitar 30 menit samapi dengan 60 menit.
- **Memasak.** Selanjutnya filtrat jahe dimasak diatas wajan dengan menambahkan air dan gula pasir dengan perbandingan 1:1:1 (dapat dimodifikasi sesuai selera). Kemudian diaduk secara terus-menerus sampai mengental dengan menggunakan api sedang untuk menghindari gosong.
- **Pengkristalan.** Setelah mengental maka sari akan mengkristal dan membentuk serbuk kasar.
- **Penyerbukan.** Kemudian serbuk jahe dihaluskan dengan cara serbuk kasar digeus menggunakan ulekan dan diayak menggunakan ayakan, maka didapatlah serbuk halus.
- **Organoleptis.** Selanjutnya dilakukan beberapa uji sederhana yaitu uji organoleptik dengan mengamati parameter: aroma, rasa, tekstur dan warna. Setelah dilakukan pengujian organoletik didapat hasil yang baik dimana serbuk jahe memiliki aroma aromatik yang khas, rasa yang sedikit pedas, dengan tekstur lembut setelah dilakukan pengayakan dan warna yang dihasilkan setelah dimasak menghasilkan warna kekuningan.
- **Pengemasan.** Selanjutnya dilakukan pengemasan serbuk jahe ke dalam pouch plastik sehingga minuman herbal instan jahe dapat dengan mudah dan praktis untuk dinikmati rasa dan khasiatnya dan tak lupa diberi label yang menarik.



Gambar 4. (a). Proses Penghalusan rimpang jahe, (b). Proses Penyaringan



Gambar 5. (a). Pemisahan Pati Jahe dan Filtratnya, (b). Proses pemasakan filtrat Jahe



Gambar 6. Proses Pengkristalan Jahe

Tabel 1. Hasil Uji Organoleptis Serbuk Jahe

No	Pengujian	Hasil Uji
1	Warna	Kekuningan
2	Bau	Aromatik khas jahe
3	Rasa	Sedikit pedas dan manis
4	Tekstur	Serbuk halus



Gambar 7. Serbuk Jahe yang telah dikemas

Di akhir kegiatan, produk jahe instan yang telah dikemas, dibagikan kepada para peserta pelatihan. Diharapkan setelah pelatihan ini, peserta dapat termotivasi untuk mengoptimalkan pemanfaatan tanaman jahe dan termotivasi untuk mengembangkan ide bisnis atau usaha kecil produk jahe instan yang cukup menguntungkan.

Kegiatan pelatihan pembuatan produk jahe instan ini berjalan dengan lancar. Para peserta bersemangat mengikuti kegiatan. Hal ini terlihat dari antusiasme peserta dalam proses pembuatan produk jahe instan.

Luaran yang dicapai pada kegiatan ini adalah Peningkatan pengetahuan dan kepatuhan masyarakat dalam menjalankan protokol kesehatan covid-19 dan melakukan cuci tangan dengan benar, optimalisasi pemanfaatan Kawasan Rumah Pekarangan Pangan Lestari (KRPL) di Kampung Sri Mulya Jaya, peningkatan pengetahuan terkait tanaman obat yang terbukti secara ilmiah dapat digunakan sebagai peningkat imun tubuh, optimalisasi pemanfaatan tanaman obat di KRPL yang terbukti secara ilmiah dapat digunakan sebagai peningkat imun tubuh sebagai obat alternatif dalam mengatasi ISPA dan Covid-19, peningkatan keterampilan masyarakat dalam pembuatan produk jahe instan secara mandiri yang memiliki nilai tambah.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa masyarakat merasakan manfaat dari kegiatan ini dan menjadi paham akan pentingnya meningkatkan imunitas di masa pandemi Covid-19 ini serta paham cara pembuatan minuman herbal serbuk jahe yang bisa dibuat secara mandiri.

Ucapan Terimakasih

Tim pengabdian Masyarakat mengucapkan terimakasih kepada Kepala Kampung Sri Mulya Jaya beserta perangkatnya, semua kader yang terlibat, dan masyarakat kampung Sri Mulya Jaya yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini baik secara langsung maupun tidak langsung.

Daftar Pustaka

- Adrity et al. (2020). *Jamu Tradisional Indonesia: Tingkatkan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi*. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Service)*, vol 4 no 2, halaman 465-471. ISSN 2580-8680, e-ISSN 2722-239X
- Aryanta IWR. (2019). Manfaat jahe bagi kesehatan. *Widya Kesehatan*1(2) : 39-43.
- An, S., Liu, G., Guo, X., An, Y., & Wang, R. (2019). Ginger extract enhances antioxidant ability and immunity of layers. *Animal Nutrition*, 5(4), 407–409.
<https://doi.org/10.1016/j.aninu.2019.05.003>
- Dzulfikar, A., Jahroh, S., & Ali, M. M. (2022). *Business Development Strategy Of Instant Ginger Start-Up In The Covid-19 Pandemic*. 19(2), 251–264.
- Pertanian, J. T., & Ketapang, P. N. (2016). *Minuman Fungsional Serbuk Instan Jahe (Zingiber officinale rosc) Dengan Variasi Penambahan Ekstrak Bawang Mekah (Eleutherine Americana Merr) Sebagai Pewarna Alami Fungsional Beverages Instant Ginger Powder (Zingiber officinale rosc) With The Addition Of Bulbulus Extract Variation (Eleutherine Americana Merr) AS NATURAL DYES*. 4(4), 315–324.
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. (2020). *Panduan Praktik Klinis Pneumonia*.
- Kemendes RI. (2017). Keputusan Menteri Kesehatan RI No. HK.01.07/Menkes/187/2017 Tentang Formularium Ramuan Obat Tradisional Indonesia.
- Kemendes RI. (2016) ‘Permenkes No. 6 Tahun 2016 tentang Obat Herbal Asli Indonesia
- Nurlila, R. U. and Fua, J. La (2020) ‘Jahe Peningkat Sistem Imun Tubuh di Era Pandemi Covid- 19 di Kelurahan Kadia Kota Kendari
- Ratna, U., Kkn, T., & Probolinggo, K. (2021). *Sosialisasi Pembuatan Minuman Jahe Instan Di Desa Sukodadi Kecamatan Paiton Kabupaten Probolinggo*. 2(1), 39–43.
- Rianty, A. D., & Elyasin, H. A. (2021). *Pemanfaatan Serbuk Jahe Instan Untuk Meningkatkan Imunitas Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19*. 5(5), 2–9.
- Sukmawati, W. (2019). *Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Instan Untuk*. 25(4), 210–215