

**PENGEMBANGAN PRODUK INFUSED WATER REMPAH SEBAGAI UPAYA
MENCAPAI SDGs 3 (KEHIDUPAN SEHAT DAN SEJAHTERA) BAGI
MASYARAKAT KELURAHAN CANDIRENGGO KECAMATAN SINGOSARI
KABUPATEN MALANG**

Rio Armadhani¹, Wafiq Failila Azizah², Tasya Septhia Cahyani³, Zahira Fitria Ismi⁴,
Suryaning Wulansari⁵, Naufal Anugrah Shaktiaji⁶, Candra Utama⁷
^{1,2,3,4,5,6,7}PGSD Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Malang

¹rio.armadhani.2331137@students.um.ac.id,

²wafiq.failila.2331137@students.um.ac.id,

³tasya.septhia.2331137@students.um.ac.id,

⁴zahira.fitria.2331137@students.um.ac.id,

⁵suryaning.wulansari.2331137@students.um.ac.id,

⁶naufal.anugrah.2331137@students.um.ac.id, ⁷candra.utama.pasca@um.ac.id

ABSTRACT

This service research has a goal to develop Spice Infused Water products that have useful value and see the community's response to Spice Infused Water products. The background of this study was due to the existence of various health problems at the research location, and it was found that the people at the research location had a lack of motivation in implementing a healthy lifestyle due to time limitations and difficulties in managing a healthy diet. This research adapts the research and service method with the following steps: preparation, implementation, and evaluation. Spice infused water products have passed laboratory tests at the Faculty of Agricultural Technology, Universitas Brawijaya on August 12, 2024 to test the contents in spice infused water drinks and on August 20, 2024 to determine the benefits of spice infused water products. Some of the parameters tested include: 1) Total sugar, 2) Potassium, 3) Vitamin C, 4) Salt, 5) Magnesium, 6) Antioxidants, 7) Nutrition fact (Total Sugar, Protein, Total Carbohydrates, Ash, Water, and Calories). Based on the results of trials and interviews with the public, it can be concluded that the Infused Water Spice product has good content for health and gets a good response from the community.

Keywords: Communities-Based Service; Product Development; Infused Water

ABSTRAK

Penelitian pengabdian ini memiliki sebuah tujuan untuk mengembangkan produk Infused Water Rempah yang memiliki nilai kebermanfaatan serta melihat respon masyarakat terhadap produk Infused Water Rempah. Latar belakang dilaksanakannya penelitian ini karena adanya berbagai permasalahan kesehatan pada lokasi penelitian, serta ditemukan bahwa masyarakat pada lokasi penelitian tersebut memiliki motivasi yang kurang dalam menerapkan gaya hidup sehat yang

disebabkan keterbatasan waktu dan kesulitan dalam mengatur pola makan yang sehat. Penelitian ini mengadaptasi metode penelitian dan pengabdian dengan langkah: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Produk infused water rempah telah melewati uji laboratorium di Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Brawijaya pada tanggal 12 Agustus 2024 untuk menguji kandungan-kandungan dalam minuman Infused water rempah dan pada tanggal 20 Agustus 2024 untuk mengetahui manfaat produk infused water rempah. Beberapa parameter yang diujikan meliputi : 1) Total gula, 2) Kalium, 3) Vitamin C, 4) Garam, 5) Magnesium, 6) Antioksidan, 7) Nutrition fact (Lemat total, Protein, Karbohidrat total, Abu, Air, dan Kalori). Berdasarkan hasil uji coba dan wawancara kepada masyarakat, dapat disimpulkan bahwa produk *Infused Water* Rempah memiliki kandungan yang baik bagi kesehatan serta mendapatkan respon yang baik dari masyarakat.

Kata Kunci: Pengabdian Kepada Masyarakat; Pengembangan Produk; *Infused Water*

A. Pendahuluan

Menjaga kesehatan melalui konsumsi makanan dan minuman yang sehat mulai digalakkan pada akhir-akhir ini. Hal ini dikarenakan banyaknya makanan maupun minuman yang kurang bernutrisi, serta mengandung banyak sekali gula. Pada saat ini anak muda sering mengkonsumsi makanan instan sehari-hari. Hasil penelitian Singh S dkk., (2021) mengemukakan bahwa remaja mengkonsumsi makanan instan terlalu sering perminggunya, hal tersebut dapat menyebabkan nutrisi kurang pada remaja sehingga merendahkan imunitas tubuh, gangguan fisik, dan gangguan mental. Pendapat ini juga didukung oleh pendapat Yan Chung, (2017) bahwa konsumsi *fast food* yang berlebihan bisa menjadi penyebab banyak

masalah kesehatan salah satunya yaitu obesitas, literasi kesehatan terutama literasi pangan menjadi faktor prediksi terjadinya obesitas. Adanya masalah tersebut maka pembuatan *infused water* dapat dijadikan sebagai minuman yang layak untuk dikonsumsi. *Infused water* adalah minuman yang terbuat dari air serta potongan buah ataupun herbal segar yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh (Agustina dan Rahmani, 2021).

Dilansir dari website UNICEF, Departemen urusan Ekonomi dan Sosial Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) telah menetapkan 17 tujuan SDGs (*Sustainable Development Goals*) yang menjadi fokus pada penelitian ini adalah mencapai SDGs target 3 yakni "*Good Health and Well-Being*" (Kesehatan dan Kesejahteraan

yang Baik) dengan tujuan “*Ensure healthy lives and promote well-being for all at all ages*” merupakan penjaminan terhadap kehidupan sehat dan meningkatkan kesejahteraan untuk semua umur. Kesehatan dan kesejahteraan tidak hanya dipandang sebagai tujuan tunggal pembangunan berkelanjutan, namun dianggap penting untuk mencapai ketiga pilar pembangunan berkelanjutan. Dilansir dari laman WHO, Kesehatan, kesejahteraan, dan kualitas hidup dianggap saling terkait secara intrinsik dalam mencapai pembangunan berkelanjutan. Hasil kesehatan jangka panjang dan kualitas hidup paling baik dikaitkan bersama semua dimensi tersebut sehingga kesehatan sangat berkaitan erat dengan kesejahteraan

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah disampaikan, kami memilih pengabdian dengan judul Pengembangan Produk *Infused Water* Rempah Sebagai Upaya Mencapai SDGs 3 (kehidupan sehat dan sejahtera) bagi Masyarakat Kelurahan Candirenggo Kecamatan Singosari Kabupaten Malang.

Manfaat dari penelitian yaitu memberikan pengetahuan baru

untuk masyarakat khususnya anggota PKK di Kelurahan Candirenggo, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang. Pengetahuan tersebut berkaitan proses pembuatan *infused water* dari bahan rempah. Pembuatan *infused water* memiliki manfaat yang banyak untuk kesehatan tubuh. Pembuatan *infused water* digunakan sebagai pelatihan pada ibu-ibu PKK yang dikembangkan untuk menjadi sebuah produk baru sehingga dapat meningkatkan pendapatan ekonomi masyarakat di Kelurahan Candirenggo.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini terdiri dari beberapa metode yang digunakan yakni observasi, angket, kajian literatur, testimoni, pelatihan dan data respon masyarakat. Data tersebut dilakukan analisis menggunakan teknik analisis data kualitatif dan kuantitatif, Data kualitatif digunakan untuk memahami makna yang didapatkan dari hasil observasi berupa angket dan wawancara, serta hasil uji laboratorium. Sedangkan teknik analisis kuantitatif digunakan untuk mengetahui respon masyarakat

terhadap tingkat kepuasan pada produk *infused water*.

Untuk menganalisis respon masyarakat terhadap tingkat kepuasan pada produk *infused water* yang dikembangkan peneliti menggunakan pengukuran skala Guttman dengan skala pengukuran "Ya-Tidak" yang telah ditunjukkan pada Tabel 1.

Skor	Internal
1	Ya
0	Tidak

Tabel 1 : Skala Guttman

Sumber: Sugiyono (2016)

Hasil data respon masyarakat terhadap kepuasan produk dianalisis menggunakan rumus di bawah ini dengan keterangan V_a/p adalah validitas dari ahli atau pengguna, T_{se} adalah total skor yang tercapai, dan T_{sh} adalah skor maksimal. Berikut rumus dalam menganalisis data kuantitatif menurut Sugiyono (2016).

$$V_p = \frac{T_{Se}}{T_{Sh}} \times 100\%$$

Selanjutnya hasil analisis data respon kepuasan masyarakat terhadap produk *infused water* dalam bentuk deskriptif persentase, kemudian ditafsirkan dengan

menggunakan kriteria penilaian tingkat kepuasan masyarakat yang dijabarkan pada Tabel 2.

No	Kriteria Pencapaian	Kategori
1	85,01% - 100,00%	Sangat puas
2	70,01% - 85,00%	Puas
3	55,01% - 70,00%	Kurang puas
4	40,01% - 55,00%	Tidak puas

Tabel 2 : Kriteria kepuasan masyarakat

Sumber: Adaptasi dari Akbar (2017)

Tim pengabdian melakukan observasi di Kelurahan Candirenggo. Observasi dilakukan untuk menganalisis permasalahan yang terjadi sehingga dalam proses penelitian dapat diberikan solusi yang tepat. Pada pembagian angket terdapat beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan kondisi masyarakat khususnya kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Angket tersebut dibagikan dengan tujuan untuk mengetahui kondisi kesehatan masyarakat. Hasil dari pengisian

angket digunakan sebagai data untuk melakukan penelitian dengan pelatihan pembuatan *infused water* dari bahan rempah. Kajian literatur diperoleh dari berbagai penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini.

Dalam kegiatan pengabdian ini dapat dijabarkan melalui proses persiapan, pembuatan produk, uji coba produk, revisi produk/ pembuatan ulang, uji coba kedua, sosialisasi produk, implementasi produk, dan refleksi/ evaluasi. Rincian tahapan sebagai berikut:

- 1) **Persiapan**
Tahapan persiapan, peneliti mempersiapkan segala hal baik bahan dan alat yang akan digunakan dalam pembuatan produk, seperti membeli bahan-bahan dan mengumpulkan alat-alat yang akan dibutuhkan.
- 2) **Pembuatan Produk**
Pembuatan produk dilaksanakan setelah alat dan bahan sudah disiapkan. Pada tahap ini bahan yang sudah disiapkan dipotong-potong dan disesuaikan dengan kebutuhan produk yang sudah direncanakan. pada tahap ini pemanfaatan alat-alat diperlukan

untuk memudahkan proses pembuatan produk.

- 3) **Uji Coba Produk**
Setelah produk selesai dibuat, tahap selanjutnya adalah uji coba produk dilakukan dengan 3 instrumen pengujian yakni uji kandungan, uji rasa, dan ketahanan atau keawetan.
- 4) **Revisi Produk / Pembuatan Ulang.**
Revisi produk dilakukan setelah produk diuji coba. produk yang sudah dibuat dan diuji tentu terdapat beberapa yang perlu diperbaiki sehingga pada tahap inilah produk direvisi atau dilakukan pembuatan ulang harapannya produk akan menjadi lebih baik dan maksimal.
- 5) **Uji Coba Produk ke dua**
Uji produk yang kedua dilakukan supaya hasil lebih optimal dan sesuai yang diharapkan serta layak untuk diluncurkan ke masyarakat.
- 6) **Sosialisasi Produk**
Setelah produk dilakukan uji coba dan dinyatakan siap untuk diluncurkan maka setelah itu dilakukan sosialisasi produk. hal ini tujuannya supaya masyarakat mengenal terlebih dahulu gambaran produk seperti cara membuat, manfaat, alat dan bahan serta hal

lain yang diperlukan untuk pembuatan produk.

7) Implementasi Produk
Setelah masyarakat mengetahui dan mengenal produk maka tahap selanjutnya adalah mempraktekkan pembuatan produk sesuai dengan langkah-langkah dan arahan yang sudah direncanakan. objek membuat produk tersebut secara berkelompok dengan memperhatikan sesuai dengan prosedur-prosedur yang sudah dijelaskan sebelumnya.

8) Refleksi dan Evaluasi

Refleksi dan evaluasi dilakukan pada akhir kegiatan (Nurva dan Fikriani, 2021). Pada tahap ini merupakan tahap ujung dari pembuatan produk, kajian refleksi dan evaluasi dilakukan supaya kedepannya produk lebih baik lagi dan dapat dikembangkan lagi secara lebih optimal.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini diawali dengan kegiatan pengumpulan data pada lokasi penelitian yang telah ditetapkan. Melalui kegiatan pengumpulan data pada lokasi penelitian, tepatnya di RW 07 Kelurahan Candirenggo Kabupaten Malang, kami menemukan beberapa

permasalahan yang kami gunakan sebagai latar belakang dirumuskannya judul penelitian ini. Permasalahan yang kami temukan pada penelitian ini diambil dari tiga teknik pengumpulan data yaitu angket, wawancara, dan kajian literatur.

Angket pada penelitian ini didesain untuk mengumpulkan data terkait dengan kesehatan masyarakat yang ada di RW 07 Kelurahan Candirenggo. Angket ini berupa berbagai pertanyaan terkait dengan permasalahan kesehatan, kebiasaan hidup sehat, serta pola makan masyarakat. Angket ini ditujukan pada masyarakat dengan kriteria usia pada rentang 16 - 65 tahun. Kriteria tersebut dipilih dengan alasan agar data yang didapatkan tidak terlalu luas sehingga perumusan solusi atau penyelesaian masalah dapat terfokus pada mayoritas permasalahan yang ditemukan. Melalui penyebaran angket kepada masyarakat, didapatkan responden sebanyak 44 orang.

Respon yang didapatkan pada topik permasalahan kesehatan didapatkan data yang cukup beragam, adapun permasalahan kesehatan

yang didapat dari angket sebagai berikut: responden yang mengidap penyakit Flu dan Batuk sebanyak 6 orang, responden yang mengidap kolesterol sebanyak 4 orang, responden yang mengidap penyakit diabetes sebanyak 2 orang, dan responden lain menyatakan mengidap penyakit lain seperti alergi, asam lambung, pegal linu, gerd, hipertensi, serta 10 responden tidak mengidap penyakit akhir-akhir ini.

Apa saja riwayat penyakit yang pernah Anda derita dalam kurun waktu 1 tahun terakhir ? (jawaban boleh lebih dari satu)
 44 jawaban

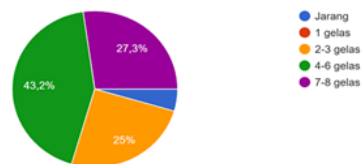


Gambar 1. Diagram Permasalahan Kesehatan Masyarakat

Selain pembahasan terkait permasalahan kesehatan, instrumen angket dalam hal ini juga digunakan untuk mengumpulkan data terkait pola makan sehat. Input data dari responden mengenai topik tersebut didapatkan hasil sebagai berikut: Sebanyak 12 responden menyatakan telah mengkonsumsi air sebanyak 7-8 gelas perhari, 19 responden menyatakan telah mengkonsumsi air sebanyak 4-6 gelas perhari, 11

responden menyatakan telah mengkonsumsi 2-3 gelas perhari, dan 2 responden menyatakan jarang mengkonsumsi air secara harian.

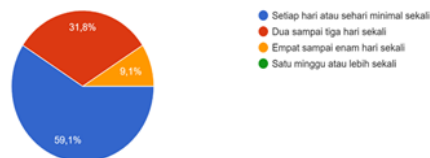
Seberapa sering Anda mengkonsumsi air dalam sehari ?
 44 jawaban



Gambar 2. Diagram Konsumsi Air Masyarakat

Selain itu, juga ditemukan sebuah data dari responden yang menyatakan 26 responden mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari atau sehari minimal sekali, 14 responden menyatakan mengkonsumsi sayur dan buah dalam rentang waktu dua sampai tiga hari sekali, serta 4 responden menyatakan mengkonsumsi sayur dan buah dalam empat sampai enam hari sekali.

Seberapa sering Anda mengkonsumsi sayur dan buah ?
 44 jawaban



Gambar 3. Diagram Konsumsi Sayur dan Buah Masyarakat

Instrumen angket tersebut juga mengambil data tentang seberapa

sering responden mengkonsumsi makanan cepat saji atau gorengan. Data yang didapat dari topik tersebut diantaranya : 19 responden mengkonsumsi makanan cepat saji atau gorengan dengan frekuensi satu kali dalam satu minggu atau lebih, 12 responden menyatakan mengkonsumsi makanan cepat saji atau gorengan setiap hari atau minimal sekali dalam sehari, 8 responden mengkonsumsi makanan cepat saji/ gorengan dengan frekuensi dua sampai tiga hari sekali, serta 5 responden mengkonsumsi makanan cepat saji atau gorengan dengan frekuensi empat sampai enam hari sekali.

Seberapa sering Anda mengkonsumsi makanan cepat saji / gorengan ?
44 jawaban

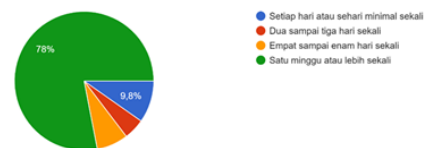


Gambar 4. Diagram Konsumsi Makanan Cepat Saji / Gorengan Masyarakat

Pembahasan terakhir pada topik ini adalah terkait dengan frekuensi responden dalam mengkonsumsi minuman tinggi gula (minuman bersoda, minuman dengan perasa,

dan lain sebagainya). Melalui angket tersebut didapatkan hasil sebagai berikut : 32 responden telah mengkonsumsi minuman tersebut sekali dalam kurun waktu satu minggu atau lebih, 4 responden mengkonsumsi minuman tersebut setiap hari atau sehari minimal sekali, 3 responden mengkonsumsi minuman tersebut sekali dalam kurun waktu empat sampai enam hari, serta 2 responden mengkonsumsi minuman tersebut sekali dalam kurun waktu dua sampai tiga hari.

Seberapa sering Anda mengkonsumsi minuman tinggi gula ? (minuman bersoda, minuman dengan perasa, dan lain sebagainya)
41 jawaban

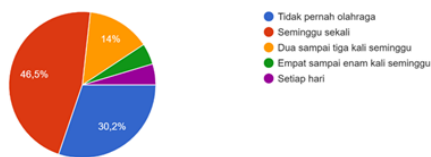


Gambar 5. Diagram Konsumsi Minuman Tinggi Gula Masyarakat

Topik ketiga dalam instrumen pengumpulan data angket berupa pembahasan terkait pola hidup sehat. Adapun data yang didapatkan sebagai berikut : 20 responden menyatakan telah berolahraga dengan frekuensi satu kali dalam seminggu, 13 responden menyatakan tidak pernah atau sangat jarang berolahraga, 6 responden menyatakan telah berolahraga sebanyak dua sampai

tiga kali dalam seminggu, 2 responden menyatakan telah berolahraga selama empat sampai enam kali dalam seminggu, serta 2 responden menyatakan telah berolahraga setiap hari.

Seberapa sering Anda berolahraga dalam satu minggu?
43 jawaban



Gambar 6. Diagram Frekuensi Olahraga Masyarakat

Melalui data dari angket tersebut maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa masyarakat RW 07 Kelurahan Candirenggo Kecamatan Singosari Kabupaten Malang dengan rentang usia 16-65 tahun sedang mengalami permasalahan kesehatan yang sangat beragam. Permasalahan kesehatan tersebut dialami masyarakat RW 07 walaupun telah menerapkan berbagai upaya hidup sehat seperti mengkonsumsi air secara rutin, berolahraga, serta mengkonsumsi sayur dan buah dengan frekuensi yang sering. Melalui data yang didapat dari instrumen pengumpulan data angket, terdapat kemungkinan masyarakat RW 07 mengalami permasalahan kesehatan

tersebut karena pola makan yang kurang sehat seperti mengkonsumsi makanan cepat saji atau gorengan dengan frekuensi yang sering serta mengkonsumsi minuman tinggi gula dengan frekuensi yang sedang. Walaupun dengan data tersebut, akar permasalahan yang dialami masyarakat RW 07 belum dapat ditentukan secara pasti.

Kegiatan wawancara dilakukan dalam rangka untuk mendapatkan informasi awal guna melanjutkan ke ranah pengumpulan data yang lebih dalam serta perumusan perencanaan pelaksanaan kegiatan. Narasumber dari kegiatan wawancara yang dilakukan adalah dengan instansi kelurahan Candirenggo, Ketua RW 07 Kelurahan Candirenggo, serta struktur organisasi inti PKK kelurahan Candirenggo.

Melalui kesaksian dari Ketua Kelurahan Candirenggo, Ketua RW 07 Kelurahan Candirenggo, serta Ketua PKK RW 07 Kelurahan Candirenggo, didapatkan informasi bahwa mayoritas masyarakat sudah paham akan berbagai permasalahan kesehatan serta bagaimana cara mereka mencegah permasalahan-permasalahan tersebut melalui gaya hidup yang sehat. Namun perlu digaris

bawahi bahwa tidak semua masyarakat memiliki keinginan yang kuat untuk menjalani hidup sehat dengan berbagai aktivitas yang berat dan pola makan yang rumit. Adapun mengenai topik permasalahan kesehatan yang sering ditemui pada masyarakat, mayoritas narasumber tidak dapat menyatakan secara pasti terkait permasalahan apa yang banyak diderita masyarakat RW 07. Selain itu pada kegiatan wawancara, berbagai narasumber menyatakan bahwa masyarakat RW 07 merupakan salah satu kelompok masyarakat yang sangat antusias terkait adanya program-program sosial atau kemasyarakatan yang memang juga memiliki dampak positif bagi mereka. Salah satu narasumber menambahkan bahwa mereka siap untuk membantu berbagai kegiatan yang akan dilaksanakan oleh mahasiswa selama program yang dilaksanakan positif dan memiliki nilai kebermanfaatannya. Kajian literatur yang digunakan yakni berkaitan dengan pendukung adanya pengembangan produk infused water rempah yang disertai manfaat-manfaat yang akan didapatkan.

Produk infused water rempah telah melewati uji laboratorium di

Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Brawijaya pada tanggal 02 Juli 2024. Uji laboratorium yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui kandungan-kandungan dalam minuman infused water Rempah yang di kembangkan. Beberapa parameter yang diujikan meliputi Nutrition fact, kalium, vitamin c, garam, total gula, magnesium, dan antioksidan. Berikut hasil uji laboratorium ditunjukkan pada Gambar 8.

Parameter	Nutrition Factor/ Informasi Nilai Gizi
	Serving Size/ Takaran Saji : 100 ml
	Calories/ Kalori : 13 kkal
	Calories From Fat/ Kalori : 0 kkal
	Berat % AKG
Lemak Total Total Fat	0.05 g 0.07
Protein/ Protein	0.08 g 0.15
Karbohidrat Total Total Carbohydrate	3.03 g 0.94
Kalium/ Potassium/ K	1.19 mg 0.03
Magnesium/ Magnesium/ Mg	2.32 mg 0.89
Vitamin C/ vitamin C	7.77 mg 12.95
Air / Moisture	95.81 g -
Abu/ Ash	0.03 g -
Total gula Sugars	2.52 g -
Total Garam/ salinity	0.02 g -
Antioksidan IC50 **	349.41 mg/ml

Gambar 7. Hasil Uji Kandungan Produk Infused Water

Berdasarkan hasil uji laboratorium pada Gambar 8 menunjukkan bahwa kandungan yang terdapat di dalam infused water

rempah cukup baik. Nilai gizi pada produk minuman infused water rempah memiliki kalori yang rendah yaitu 13 kkal. Sedangkan, kandungan-kandungan di dalamnya memiliki angka kecukupan gizi yang cukup baik terutama vitamin C sebesar 12.95 gram. Kandungan Vitamin C berperan sebagai antioksidan dan efektif mengatasi radikal bebas yang dapat merusak sel atau jaringan, termasuk melindungi lensa dari kerusakan oksidatif yang ditimbulkan oleh radiasi (Leo dan Daulay, 2022). Kebutuhan vitamin C untuk orang dewasa adalah 60 mg dan untuk anaka-anak dan bayi antara 35-45 mg. Selain itu, Total Gula yang terkandung dalam infused water rempah terbilang rendah yaitu 2.52 gram sehingga produk minuman infused water aman untuk dikonsumsi terutama untuk penderita diabetes.

Kandungan lainnya yang terkandung dalam produk minuman infused water rempah yaitu antioksidan yang berfungsi untuk melawan infeksi dan memperkuat sistem kekebalan tubuh. Hal ini membuat tubuh lebih tahan terhadap penyakit. Sedangkan magnesium berperan mengontrol kadar gula darah dan tekanan darah, menjaga fungsi saraf, membantu produksi protein

serta DNA (Aguss dan Yuliandra, 2021) Serta protein berperan penting dalam membangun dan merawat jaringan tubuh, termasuk otot, tulang, kulit, dan rambut. Asupan protein yang tepat membantu membangun, merawat, dan memperbaiki jaringan tubuh yang rusak.

Oleh karena itu, dapat dipastikan bahwa produk infused water rempah aman untuk dikonsumsi dan memberikan manfaat optimal bagi kesehatan tubuh serta tidak menimbulkan efek samping jika dikonsumsi terus menerus. Rempah merupakan salah satu bahan baku pangan fungsional yang menyimpan khasiat obat yang telah teruji sejak lama. Pangan fungsional merupakan suatu produk baik itu makanan atau minuman yang dapat memberikan keuntungan untuk dapat mempengaruhi fungsi fisiologis terhadap meningkatnya kesehatan tubuh sehingga dapat mencegah suatu penyakit serta tidak memiliki efek samping yang berbahaya bagi tubuh .

Infused water rempah memiliki banyak khasiat dan manfaat untuk berbagai jenis penyakit. Jika dikonsumsi secara rutin dapat menurunkan kolesterol, mencegah

diabetes, jantung, stroke, kanker, demam, flu, pilek, dan batuk. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Faznur, dkk (2020) yang mengembangkan minuman herbal atau jamu si popon yang terbuat dari rempah-rempah seperti jahe yang bermanfaat membantu menjaga sistem kekebalan tubuh agar tetap fit. Kunyit, mengandung senyawa kurkuminoid dan minyak atsiri yang memiliki sifat anti-inflamasi dan antioksidan yang sangat baik dalam menurunkan kadar kolesterol jahat (LDL) dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL) serta untuk anti tumor, dan anti kanker. Selanjutnya, kayu manis yang memiliki kandungan antioksidan yang tinggi dan daun sereh yang memiliki manfaat mengeluarkan zat-zat berbahaya dari tubuh sehingga baik untuk menurunkan demam, flu dan batuk.

Pada tahapan sosialisasi diawali dengan survei dan observasi kepada masyarakat di Kelurahan Candirenggo, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang. Survei dan observasi bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai produk yang akan dikembangkan. Ibu-ibu PKK mengikuti semua kegiatan dengan baik. Pada tanggal 4 Agustus

2024 kegiatan pelatihan dilaksanakan. Dalam kegiatan tersebut diikuti oleh ibu-ibu PKK sejumlah 25 orang. Kegiatan pelatihan diawali dengan pembukaan, penyampaian materi, pembuatan infused water rempah, dan penutupan.



Gambar 8. Sambutan Kegiatan Sosialisasi dan Pelatihan

Selama kegiatan berlangsung, ibu-ibu PKK mendapatkan kesempatan untuk bertanya secara langsung kepada peneliti terkait dengan produk infused water rempah. Tim pengabdian memberikan penjelasan secara detail terkait produk infused water rempah. Pada kegiatan dapat diketahui bahwa antusias ibu-ibu PKK dalam mengikuti pelatihan pembuatan infused water rempah sangat tinggi. Ibu-ibu PKK memperhatikan secara seksama tahap demi tahap dalam proses pembuatan. Setelah produk infused water siap untuk dikemas, kemudian

dimasukkan ke dalam botol berukuran 600 ml. Selain ibu-ibu PKK, bapak ketua RW 07 memberikan respon yang baik selama kegiatan berlangsung. Kegiatan pelatihan pembuatan infused water rempah mendapatkan respon yang baik dari masyarakat di Kelurahan Candirenggo. Respon dari ibu-ibu PKK mengenai produk yang telah dibuat yaitu akan dilanjutkan dalam kegiatan sehari-hari khususnya untuk menjaga kesehatan tubuh.



Gambar 9. Pelatihan Infused Water Bahan Rempah

Dari pelaksanaan kegiatan dapat disimpulkan bahwa antusias ibu-ibu PKK dalam mengikuti pelatihan sangat tinggi dan senang karena mendapatkan wawasan baru mengenai produk infused water rempah yang memiliki banyak khasiat untuk menjaga kesehatan tubuh.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji laboratorium *infused water* bahan rempah menunjukkan bahwa kandungan di dalamnya cukup baik. Nilai gizi pada produk minuman infused water rempah memiliki kalori rendah yaitu 13 kkal, sedangkan kandungan-kandungan di dalamnya memiliki angka kecukupan gizi yang cukup baik terutama vitamin C sebesar 12.95 gram, serta total gula yang cukup rendah yakni 2.52 gram. Manfaat dari mengonsumsi *infused water* jika dikonsumsi secara rutin yakni dapat menurunkan kolesterol, mencegah diabetes, jantung, stroke, kanker, demam, flu, batuk, dan pilek.

Sosialisasi dan pelatihan yang dilakukan berjalan dengan baik dan lancar. Respon masyarakat RW 07 Kelurahan Candirenggo sangat baik ditandai dari hasil angket respon masyarakat menunjukkan tingkat kepuasan masyarakat terhadap produk minuman infused water rempah sangat tinggi yaitu sebesar 90% dengan kategori sangat puas.

Ibu-ibu yang mengikuti kegiatan sosialisasi mendapatkan pengalaman baru dalam proses pembuatan *infused water* dan tertarik

untuk mempraktikkan kembali di rumah. Dari pelaksanaan kegiatan dapat dilihat antusias ibu-ibu PKK dalam mengikuti pelatihan sangat tinggi dan senang karena mendapatkan wawasan baru serta produk minuman *infused water* rempah ini mempunyai daya tarik tersendiri bagi masyarakat sebab memiliki banyak manfaat untuk menjaga kesehatan tubuh sehingga sebagian masyarakat ingin mengkonsumsi secara rutin dan mengenalkan produk minuman *infused water* rempah kepada masyarakat yang lebih luas.

Dari kegiatan yang telah dilakukan harapannya ada perbaikan untuk kedepannya sehingga menjadi lebih baik. kemudian produk yang sudah disosialisasikan dapat berkembang dan berguna untuk kemanfaatan ekonomi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, L., & Rahmani, D. R. (2021). Education and Information about Infused water. *Prosiding Pengembangan Masyarakat Mandiri Berkemajuan Muhammadiyah (Bamara-Mu)*, 1(1), 650-655. <https://proceeding.mbunivpress.or.id/index.php/bamara/article/view/199>.
- Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2020). Persepsi Atlet Futsal Putra Universitas Teknokrat Indonesia Terhadap Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Konsentrasi Saat Bertanding. *Jurnal Penjaskesrek*, 7(2), 274–288.
- Faznur, L. S., Santoso, G., & Hidayati, N. (2020, October). Pemanfaatan Rempah-Rempah pada Era New Normal untuk Meningkatkan Imunitas Kekebalah Tubuh di Lingkungan Warujaya. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1(1). 1–9.
- Leo, R., & Daulay, A. S. (2022). Penentuan Kadar Vitamin C Pada Minuman Bervitamin Yang Disimpan Pada Berbagai Waktu Dengan Metode Spektrofotometri UV. *Journal of Health and Medical Science*, 1(2), 105-115.
- Singh S, A., Dhanasekaran, D., Ganamurali, N., Preethi L, & Sabarathinam, S. (2021, September 26). Junk Food Induced Obesity - A Growing threat to Youngsters during the Pandemic. *Obesity Medicine*. <https://doi.org/10.1016/j.obmed.2021.100364>
- Unicef (2024). Goal 3: Good Health And Well-Being. Diakses pada 11 Agustus 2024, dari <https://data.unicef.org/sdgs/goal-3-good-health-wellbeing/>.
- WHO (2024). Targets of Sustainable Development Goal 3. Diakses pada 11 Agustus 2024, dari <https://www.who.int/europe/abo>

ut-us/our-work/sustainable-development-goals/targets-of-sustainable-development-goal-3.

Yan Chung, L. M. (2017). Food Literacy of Adolescents as a Predictor of Their Healthy Eating and Dietary Quality. *Journal of Child and Adolescent Behavior*, 5(3). 1-2.
<http://dx.doi.org/10.4172/2375-4494.1000e117>.