

# OPTIMALISASI PENDAPATAN KELUARGA DALAM PEMBUATAN WEDANG POKAK SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN IMUNITAS PADA MASA PANDEMI COVID-19

Retno Sulistiyowati<sup>1\*</sup>, Novita Lid yana<sup>2</sup>, Tim KKN Kecamatan Gending<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Uni versitas Panca Marga Probolinggo, Indonesia, email: [rsulistiyowati75@gmail.com](mailto:rsulistiyowati75@gmail.com)

<sup>2</sup> Universitas Panca Marga Probolinggo, Indonesia, email: [novitalid yana2016@gmail.com](mailto:novitalid yana2016@gmail.com)

<sup>3</sup> Universitas Panca Marga Probolinggo, Indonesia, email: [febrianzulfikar63@gmail.com](mailto:febrianzulfikar63@gmail.com)

---

## Info Artikel

**Diajukan:** -  
**Diterima:** -  
**Diterbitkan:** -

**Keyword:**  
Revenue optimization:  
Wedang Pokak Jahe

**Kata Kunci:**  
Optimalisasi pendapatan:  
Wedang Pokak Jahe

**Lisensi:**  
cc-by-sa

---

## Abstract

*Optimizing family income during the Covid-19 period, is one of the KKN activity programs in Gending District, Probolinggo Regency by conducting activities with training in making Wedang Pokak as a type of drink that can increase family immunity. The traditional Pokak Ginger drink is known to contain herbal ingredients that have properties that can increase the body's immunity from viral attacks. Through this activity, it is also hoped that the public can understand the importance of maintaining the body's immune system, especially in the era of the covid-19 pandemic by consuming affordable wedang pokak ginger and can open up business opportunities so that income will increase by selling wedang pokak ginger drinks.*

---

## Abstrak

Optimalisasi pendapatan keluarga pada masa Covid-19, merupakan salah satu program kegiatan KKN Kecamatan Gending Kabupaten Probolinggo dengan melakukan kegiatan dengan pelatihan pembuatan Wedang Pokak sebagai salah satu jenis minuman yang dapat meningkatkan imunitas keluarga. Minuman tradisional Pokak Jahe diketahui mengandung bahan herbal yang mempunyai khasiat dapat meningkatkan imunitas tubuh dari serangan virus. Melalui kegiatan ini juga diharapkan masyarakat dapat memahami pentingnya menjaga sistem imun tubuh khususnya di era pandemik covid-19 dengan mengkonsumsi wedang pokak jahe yang terjangkau dan dapat membuka peluang usaha sehingga pendapatan semakin meningkat dengan menjual minuman wedang Pokak Jahe.

---

## PENDAHULUAN

Dunia saat ini tengah waspada dengan penyebaran sebuah virus yang dikenal dengan nama virus corona atau Covid-19. Corona virus (Covid-19) ditemukan di Wuhan, Provinsi Hubei, Cina pada bulan Desember 2019 menyebabkan kepanikan global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan virus corona termasuk keluarga besar virus yang dapat menyebabkan penyakit pada hewan maupun manusia. Pada manusia, corona

diketahui menyebabkan infeksi pernafasan mulai dari flu biasa hingga penyakit yang lebih parah seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS), dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Secara resmi WHO menyatakan wabah korona sebagai pandemi global pada 11 Maret 2020. Adanya pandemi ini berdampak kepada hampir semua sektor kehidupan masyarakat, tidak hanya kesehatan, sektor ekonomi juga mengalami dampak yang mendalam karena pandemi virus corona.

Pembatasan aktivitas masyarakat sosial masyarakat untuk melakukan berbagai aktivitas juga berpengaruh pada aktivitas usaha yang kemudian berimbas pada perekonomian. Aktivitas perekonomian mengalami penurunan disebabkan karena banyaknya industri baik barang maupun jasa yang mengalami penghentian operasinya. Penghentian operasi itu dikarenakan menurunnya daya beli masyarakat dan adanya Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang menyebabkan ruang gerak dari masyarakat yang banyak terhenti sehingga sangat berpengaruh kepada aktivitas ekonomi, salah satu misalnya adalah sektor transportasi (Mustofa, 2020).

Sistem imun tubuh penting untuk di jaga dalam era covid-19 seperti saat ini, selain mengkonsumsi nutrisi yang cukup istirahat yang teratur suplemen yang banyak mengandung vitamin C sebagai sumber antioksidan baik untuk di konsumsi. Di dalam rimpang jahe banyak sekali kandungan senyawa aktif yang menyehatkan bagi tubuh, di tengah keterbatasan suplai produksi vitamin C dan sulit terjangkaunya bagi masyarakat menengah ke bawah rimpang jahe ini sangat membantu masyarakat menengah kebawah dalam meningkatkan sistem imun dengan mengkonsumsinya Aryanta, (2019).

Pendapatan masyarakat Desa Curahsawo Kecamatan Gending Kabupaten Probolinggo banyak yang terimbas dengan adanya bencana Covid 19 ini. Dimana kepala keluarga harus menjaga daya tahan tubuh dan imunitas serta tetap bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Salah satu cara meningkatkan imunitas tubuh adalah dengan mengkonsumsi Wedang Pokak Jahe. Kandungan jahe yang menjadi bahan baku utama pembuatan Wedang Pokak Jahe membuat minuman ini punya khasiat untuk meningkatkan daya tahan tubuh manusia. Zat yang terkandung dalam jahe seperti curcumin dan gingerol inilah yang memiliki fungsi meningkatkan daya tahan tubuh. Selain jahe, bahan-bahan lain yang terkandung dalam Wedang Pokak seperti daun pandan, jeruk purut, dan cengkeh juga menyumbang sejumlah khasiat. Mengonsumsi Sirup Pokak selain bisa meningkatkan daya tahan tubuh, juga bisa mengobati masuk angin, meredakan batuk, dan menurunkan tingkat kolesterol.

Atas dasar pertimbangan tersebut maka Tim KKN Kecamatan Gending Universitas Panca Marga melaksanakan program untuk pembuatan minuman Pokak Jahe sebagai upaya meningkatkan imunitas masyarakat di masa pandemi Covid-19 serta membuka peluang kepada keluarga dapat membuat dan memasarkan produk minuman Pokak Jahe dengan harapan menambah pendapatan keluarga.

## METODE PELAKSANAAN

Program kerja pembuatan Wedang Pokak Jahe dilaksanakan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik Covid-19 dengan tema Pemberdayaan Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19 yang berjumlah 19 orang. Dalam melaksanakan program tersebut dilakukan beberapa tahapan, yaitu:

### 1. Tahap Persiapan

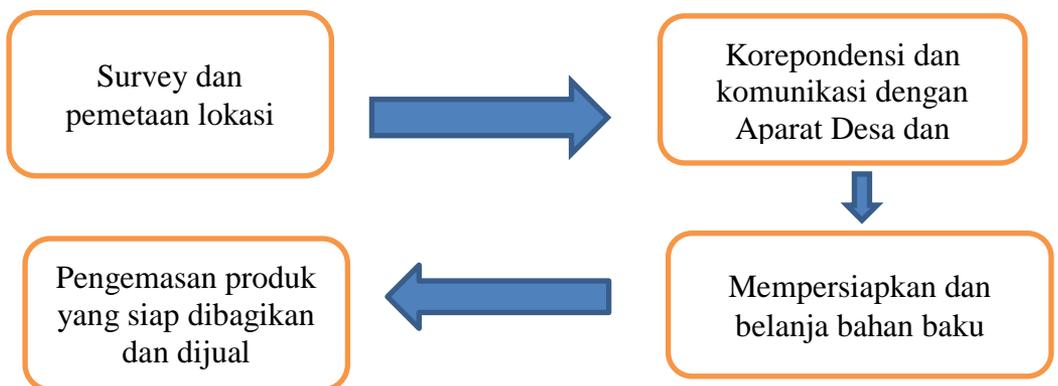
Pada tahap ini mahasiswa kelompok KKN Tematik Covid-19 Kecamatan Gending melakukan observasi yang menjadi tempat sasaran pengabdian. Observasi dilakukan dengan mengamati keadaan masyarakat di Desa Curahsawo Kecamatan Gending Kabupaten Probolinggo serta mencari permasalahan yang dihadapi masyarakat desa yang berkaitan dengan pandemi Covid-19.

### 2. Pelaksanaan Program

Pelaksanaan program Pembuatan Wedang Pokak Jahe ini terdiri dari beberapa tahap yaitu: a) Persiapan alat dan bahan, b) Pembuatan Wedang Pokak Jahe, c) Pengemasan d) Pemasaran Kegiatan ini dilaksanakan di rumah salah satu anggota Tim KKN Kecamatan Gending yang berada di Desa Curahsawo. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 5 Agustus 2021.

### 3. Tahap Pendistribusian dan Pemasaran

Kegiatan pendistribusian Wedang Pokak Jahe dilakukan pada tanggal 6 Agustus 2021. Tahap Pendistribusian Wedang Pokak Jahe ini dilakukan di 5 Desa yang ada di Kecamatan Gending yang terdiri dari Desa Curahsawo, Desa Pajurangan, Desa Gending, Desa Brumbungan Lor, dan Desa Klaseman. Masing-masing desa mendapat 20 botol Wedang Pokak Jahe yang nantinya akan didistribusikan kepada perangkat desa dan masyarakat yang ada di desa tersebut. Selain dibagikan kepada masyarakat Desa, Wedang Pokak Jahe ini juga di jual di sekitaran tempat kegiatan KKN Pada kegiatan program ini, alur pelaksanaan dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Alur Kegiatan Pelaksanaan program

## HASIL DAN PEMBAHASAN

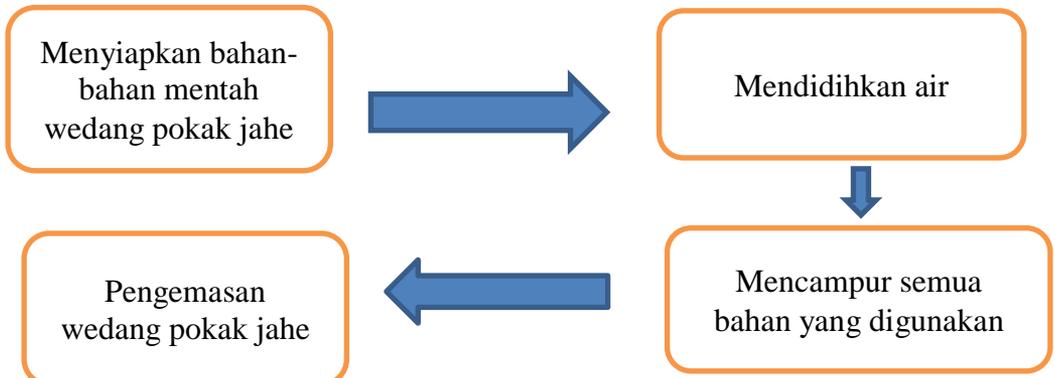
Mengingat dalam kondisi pandemi seperti saat ini, kegiatan pembuatan wedang pokak jahe ini perlu dilakukan untuk meningkatkan imun dan menambah pendapatan masyarakat. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 5 sampa 6 Agustus 2021. Kegiatan pembuatan Wedang Pokak Jahe ini dilakukan oleh Mahasiswa Tim KKN Kecamatan Gending sebagai bentuk pengabdian masyarakat pembuatan Wedang Pokak. Palaksaann kegiatan dilakukan dengan tetap menerapkan protokol kesehatan seperti memakai masker, menjaga jarak, dan sering mencuci tangan sebelum atau setelah melakukan kontak langsung.

Hal pertama yang dilakukan dalam pembuatan Wedang Pokak Jahe yaitu dilakukan dengan survey lokasi. Survey lokasi ini digunakan untuk memilih tempat yang akan digunakan sebagai tempat pelaksanaan program, serta mendapat izin dari pemilik rumah dan aparat desa. Tahap yang kedua adalah mempersiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan. Bahan-bahan yang digunakan mudah diperoleh dengan membeli di pasar tradisional terdekat. Bahan yang diperlukan untuk membuat Wedang Pokak Jahe adalah 2 kg jahe merah, 63 batang sereh, 45 lembar daun jeruk, kayu manis, 8 kg gula merah, dan 27 liter air. Alat yang dibutuhkan yaitu: Pisau, talenan, panci, saringan, botol, dll.



Gambar 2. Bahan-bahan pembuatan Wedang Pokak Jahe

Alur kegiatan pembuatan wedang pokak Jahe dapat digambarkan sebagai berikut:



### Gambar 3. Alur Kegiatan Pembuatan Wedang Pokak Jahe

Wedang Pokak jahe ini, merupakan minuman yang dapat membantu menjaga daya tahan tubuh, saat kondisi tubuh terkena penyakit flu dan batuk. Di pasaran saat ini banyak yang menjual wedang pokak jahe dalam bentuk kemasan serbuk. Hanya saja pastinya akan memerlukan biaya yang tinggi jika dikonsumsi oleh seluruh anggota keluarga. Jika masyarakat bisa membuat sendiri minuman wedang pokak ini, akan mengurangi pengeluaran keluarga.

Berikut cara membuat wedang pokak jahe sebagai berikut :

- a. Pertama, geprek jahe dan sereh sampai memar
- b. Iris tipis gula merah supaya cepat larut saat proses perebusan nanti
- c. Masukkan air dalam ke dalam panci bersamaan dengan semua bahan kecuali jahe.
- d. Masak hingga mendidih dan koreksi rasa apakah sudah sesuai dengan tingkat kemanisan yang diinginkan
- e. Jika kurang manis bisa ditambahkan gula pasir
- f. Matikan kompor jika sudah selesai
- g. Setelah kompor dimatikan, masukkan jahe dan aduk-aduk, kemudian tutup panci.
- h. Tunggu sampai wedang pokak dingin
- i. Setelah dingin, wedang pokak disaring dan siap dimasukkan dalam botol.



Gambar 4. Proses Pembuatan Wedang Pokak Jahe

### Biaya Pembuatan Wedang Pokak Jahe

Biaya yang digunakan dalam pembuatan wedang pokak jahe dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Biaya pembuatan wedang pokak untuk 100 botol

No	Tanggal	Uraian	Biaya
1	05 Agustus 2021	Jahe Merah (3 kg)	Rp. 90.000
2	05 Agustus 2021	Sereh (65 Batang)	Rp. 25.000
3	05 Agustus 2021	Daun jeruk (45 daun)	Rp. 5.000
4	05 Agustus 2021	Kayu manis (27 Batang)	Rp. 30.000
5	05 Agustus 2021	Gula Merah (9 kg)	Rp. 121.500
6	05 Agustus 2021	Gula Putih (3 kg)	Rp. 36.000
7	05 Agustus 2021	Botol Plastik 250 ml (100 pcs)	Rp. 87.500
8	05 Agustus 2021	Stiker Minuman	Rp. 45.000
9	05 Agustus 2021	Gunting	Rp. 20.000
<b>Total</b>			<b>Rp. 460.000</b>

Biaya yang digunakan untuk membuat wedang pokak jahe sebesar Rp.460.000,00, dapat menghasilkan 100 botol. Hal ini berarti biaya yang digunakan untuk 1 botol wedang pokak jahe sebesar Rp.4.600,00. Wedang pokak jahe ini dijual dengan harga Rp.5.000,00/botol. Maka hasil yang diperoleh dari penjualan adalah 100 botol x Rp.5.000,00 = Rp.500.000,00. Pendapatan yang diperoleh sebesar Rp.40.000,00. Kegiatan ini dapat dikatakan berhasil karena adanya penambahan pendapatan dengan menjual wedang pokak di Desa Curah Sawo kecamatan Gending Kabupaten Probolinggo.



Gambar 5. Produk wedang pokak Jahe yang sudah dikemas

Program pembuatan Wedang Pokak Jahe telah dilaksanakan di Desa Curahsawo dengan sasaran pendistribusian yaitu perangkat desa dan masyarakat yang ada di 5 desa yaitu Desa Curahsawo, Desa Pajurangan, Desa Gending, Desa Brumbungan Lor, dan Desa Klaseman. Dari kegiatan ini diharapkan masyarakat memahami tentang manfaat Wedang Pokak Jahe dalam meningkatkan imunitas tubuh apalagi saat ini terjadi peningkatan kasus Corona. Sehingga melalui program ini, sasaran distribusi dapat mengaplikasikan cara pembuatan wedang pokak jahe dalam rangka menjaga keluarga dan lingkungan dari Covid-19 melalui minuman yang dapat

meningkatkan imun tubuh dan ilmu yang diperoleh dapat ditularkan kepada lingkungan yang lebih luas sehingga masyarakat Kecamatan Gending dapat terhindar dari penularan virus corona.



Gambar 6. Pendistribusian dan Penjualan Wedang Pokak Jahe pada Masyarakat Sekitar

## KESIMPULAN

KKN Tematik Covid-19 dengan Tema Pemberdayaan masyarakat dilakukan di Desa Curahsawo Kecamatan Gending kabupaten Probolinggo. Salah satu program yang dilakukan adalah pembuatan dan pembagian Wedang Pokak Jahe bagi masyarakat yang terdampak covid-19. Salah satu upaya untuk menghindari penularan virus covid-19 yaitu meningkatkan sistem imun tubuh. Salah satu cara meningkatkan imunitas tubuh adalah dengan mengkonsumsi Wedang Pokak Jahe. Kandungan jahe yang menjadi bahan baku utama pembuatan Sirup Pokak membuat minuman ini punya khasiat untuk meningkatkan daya tahan tubuh manusia. Dari kegiatan ini diharapkan masyarakat mengetahui pentingnya menjaga sistem imun tubuh khususnya di era pandemic covid-19 saat ini dengan mengkonsumsi olahan rimpang jahe berupa Wedang Pokak Jahe yang terjangkau dan mudah di dapat dengan bahan berlimpah. Sehingga melalui program ini, sasaran distribusi dapat mengaplikasikan cara pembuatan wedang pokak jahe dalam rangka menjaga keluarga dan lingkungan dari Covid-19 melalui minuman yang dapat meningkatkan imun tubuh dan ilmu yang diperoleh dapat ditularkan kepada lingkungan yang lebih luas sehingga masyarakat Kecamatan Gending dapat terhindar dari penularan virus corona.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aryanta, I. W. R. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. Widya Kesehatan, 1(2), 39-43.
- Laily, Rizka Nur, 2020, <https://www.merdeka.com/jatim/corona-merebaksirup-pokak-asal-probolinggo-ini-bisa-tingkatkan-kekebalantubuh.html>, 17 Maret 2020

- Sukmawati, Wati., Merina. 2019. Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Instan UNTUK Meningkatkan Ekonomi Warga. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol 25, No. 4.
- Swari, Utami Ratna, Tim KKN Kabupaten Probolinggo. 2021. Sosialisasi Pembuatan Minuman Jahe Instan Di Desa Sukodadi Kecamatan Paiton Kabupaten Probolinggo. Jurnal Abdi Panca Marga, Vol. 2, No. 1.
- Widyanto, Mutinda Teguh., Yaqin, Ainul., Hamim, Erika., Sari, bulan., Zainaf. 2021. Sosialisasi Pembuatan Pokak Jahe Untuk Meningkatkan Imunitas Dimasa Pandemi Covid-19 Di Sumberkedawung Leces Probolinggo. Jurnal PENGABDIAN Masyarakat Vol. 1, No.2.
- Wulandari, Badriyah., Rokhmawan, Tristan., Fitriyah, Lailatul., Whayuanah, Budi Syahri., Zahro, Fatimatus., Azizah, Khoiril Himaayah. 2020. Pembuatan Wedang Jamu dan Masker Kain Perca untuk Membentuk Perilaku Tanggap terhadap Situasi Pandemi di Pasuruan. JPPNu (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Nusantara) Vol. 2, No. 2.