

SEHAT DAN SEGAR DI TANAH KOREA: PELATIHAN PEMBUATAN JAMU SERBUK INSTAN TAHAN LAMA UNTUK PEKERJA MIGRAN INDONESIA DI KOTA DAEJEON KOREA SELATAN

^{1*}Herlin Pujiarti, ²Hafizh Prihtiadi, ³Nasikhudin, ⁴Nanda Nafi'atul Khusna, ⁵Dea Agnestasya Kurnia Ramadhani

^{1,3,4,5}Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

²Departemen Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

*e-mail : herlin.pujiarti.fmipa@um.ac.id

Abstrak : Pekerja Migran Indonesia (PMI) adalah kelompok yang memiliki peran penting dalam ekonomi Indonesia, mereka bekerja di luar negeri untuk meningkatkan pendapatan keluarga di tanah air. Korea Selatan menjadi tujuan utama PMI karena reputasinya sebagai negara dengan ekonomi yang sangat inovatif. Di Korea Selatan, jumlah PMI dari Indonesia mencapai 42.000 orang, yang merupakan kontributor utama dalam devisa negara. Namun, beberapa PMI menghadapi tantangan ketika sakit di luar negeri, karena penyakit mereka tidak selalu ditanggung oleh asuransi, terutama jika penyakitnya bawaan dari Indonesia dan bukan akibat kecelakaan kerja. Dalam upaya menjaga kesehatan, PMI disarankan untuk memperkuat sistem imun tubuh mereka. Solusi yang ditawarkan oleh Tim Pengabdian Universitas Negeri Malang ialah jamu serbuk instan tahan lama dengan kemasan vakum sebagai obat herbal tradisional Indonesia yang telah terbukti efektif selama bertahun-tahun. Jamu yang terbuat dari bahan-bahan seperti temulawak, kunyit, dan jahe memiliki khasiat meningkatkan kekebalan tubuh berkat kandungan senyawa kurkumin yang bermanfaat sebagai antioksidan, antiinflamasi, antibakteri, dan antivirus. Pelaksanaan pengabdian diawali dengan sosialisasi dan penyuluhan tentang jamu instan, kemudian dilakukan praktek pembuatan jamu instan, serta proses pengemasan dengan vakum sehingga jamu bisa bertahan lama. Dengan mengikuti pelatihan pembuatan jamu instan, para PMI dapat dengan mudah membuat dan mengonsumsi jamu di mana pun mereka berada, sehingga kesehatan mereka tetap terjaga selama bekerja di luar negeri.

Kata kunci: Pekerja Migran Indonesia (PMI), jamu instan, Kota Daejeon, kemasan vakum

Abstract: Indonesian Migrant Workers (PMI) are a group that plays an important role in the Indonesian economy, they work abroad to increase family income in their homeland. South Korea is a primary destination for PMI due to its reputation as a country with a highly innovative economy. In South Korea, the number of PMI from Indonesia reaches 42,000 people, who are a major contributor to the country's foreign exchange. However, some PMI face challenges when they fall ill abroad, because their illnesses are not always covered by insurance, especially if the illness is brought

from Indonesia and not due to a work accident. In an effort to maintain health, PMI are advised to strengthen their immune system. The solution offered by the Community Service Team of the State University of Malang is a long-lasting instant powdered herbal medicine with vacuum packaging as a traditional Indonesian herbal medicine that has been proven effective for years. Herbal medicine made from ingredients such as Javanese ginger, turmeric, and ginger has the property of increasing immunity thanks to the curcumin compound which is useful as an antioxidant, anti-inflammatory, antibacterial, and antiviral. The community service program began with outreach and education about instant herbal medicine, followed by practical training on making instant herbal medicine and vacuum packaging to ensure a long shelf life. By participating in the instant herbal medicine training, Indonesian migrant workers (PMI) can easily make and consume herbal medicine wherever they are, thereby maintaining their health while working abroad.

Keywords: Indonesian Migrant Workers (PMI), instant herbal medicine, Daejeon City, vacuum packaging

PENDAHULUAN

Pekerja Migran Indonesia (PMI) merupakan kelompok yang penting dalam perekonomian Indonesia. Para Pekerja Migran Indonesia (PMI) ini merupakan pahlawan devisa negara yang telah banyak menyumbangkan devisa kepada negara. Salah satu negara yang menjadi tujuan utama para Pekerja Migran Indonesia (PMI) ialah Korea Selatan karena merupakan negara dengan ekonomi paling kreatif di dunia (Masyarakat, 2020). Dalam data pemerintah Indonesia baik di BNP2TKI maupun Kementerian Luar Negeri RI, terdapat 42.000 PMI yang ada di Korea Selatan (Eliana et al, 2023).

Permasalahan yang sering dialami oleh para PMI di Korea Selatan ialah masalah kesehatan. Akhir-akhir ini Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) melaporkan bahwa pihaknya telah menjemput langsung PMI yang sakit di Korea Selatan (Andriani et.al., 2024). Penjemputan dilakukan lantaran penyakit yang diidap PMI tersebut tidak bisa ditanggung melalui asuransi, karena penyakit yang dialaminya merupakan bawaan dari Indonesia. Penyakit bawaan dan bukan masuk dalam lingkup kecelakaan kerja tidak menjadi tanggungan asuransi bagi PMI. Artinya perusahaan tidak bisa membiayai untuk pengobatannya.

Program Pengabdian ini bertujuan untuk membantu PMI dalam mempertahankan sistem kekebalan dan imunitas tubuh selama bekerja di luar negeri. Kekebalan tidak dapat dibangun dalam sehari, tetapi makanan dan minuman yang seimbang dan aktif secara fisik dan

mental biasanya cukup untuk menjaga sistem kekebalan tubuh dalam keadaan sehat. Pemberian produk dan pelatihan pembuatan jamu serbuk secara instan dan tahan lama tanpa bahan pengawet dari negara asal para PMI menjadi alternatif pengobatan atau persediaan suplemen dengan manfaat yang beragam serta bersih dari efek samping bahan kimia bagi para PMI di kota Daejeon, Korea Selatan. Adanya pelatihan pembuatan jamu instan dan tahan lama ini diharapkan para PMI bisa melakukan sendiri dalam kehidupan sehari-hari mereka. Para PMI juga bisa mempraktekkan pembuatan jamu instan ini ketika mereka pulang ke Indonesia, sehingga mereka mempunyai persediaan suplemen yang cukup ketika kembali ke Korea Selatan.

METODE

Solusi yang ditawarkan oleh Tim Pengabdian Universitas Negeri Malang untuk menyelesaikan masalah yang dialami oleh Pekerja Migran Indonesia (PMI) di Kota Daejeon, Korea Selatan. Maka disusun kerangka metode sebagai berikut:

1. Identifikasi masalah imunitas atau sistem kekebalan tubuh serta persediaan suplemen para Pekerja Migran Indonesia (PMI) di Kota Daejeon.
2. Melakukan pendataan bahan apa yang dibutuhkan bersama dengan mitra dan disesuaikan dengan anggaran. Selanjutnya, tim pengabdian dan mitra mulai melakukan pembelian bahan yang sudah disepakati.
3. Pembuatan jamu serbuk instan siap saji yang tahan lama tanpa bahan pengawet secara bertahap. Selama pembuatan produk, tim pengabdian melaporkan perkembangan kepada mitra dan terus berkomunikasi demi kelancaran pelaksanaan program.
4. Tim pengabdian memberikan pelatihan secara langsung bagaimana cara membuat jamu serbuk instan siap saji yang tahan lama tanpa bahan pengawet sehingga bisa menjadi persediaan suplemen bagi PMI di kota Daejeon.
5. Dokumentasi dan pelaporan akhir. Setiap proses yang dilakukan dari awal dan pengembangan dan pembangunan hingga akhir akan disimpan dan didokumentasikan dalam bentuk foto dan video. Laporan akhir diserahkan kepada LPPM UM sesuai dengan format standar laporan pengabdian masyarakat yang telah tersedia.
6. Publikasi. Upaya dilakukan semaksimal mungkin untuk memberikan luaran pengabdian dalam bentuk publikasi dan artikel dalam media cetak.
7. Evaluasi program dilakukan secara berturut-turut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh para Pekerja Migran Indonesia (PMI) yang ada di kota Daejeon, Korea Selatan. Langkah awal yang dilakukan oleh Tim Pengabdian ialah identifikasi masalah imunitas dan sistem kekebalan tubuh serta persediaan suplemen para Pekerja Migran Indonesia (PMI), Tim Pengabdian bersama dengan mitra melakukan diskusi dan pendataan terkait bahan apa saja yang dibutuhkan dan disesuaikan dengan anggaran seperti terlihat pada gambar 1. Setelah mendapatkan kesepakatan, tim pengabdian mulai melakukan pembelian bahan. Kemudian pembuatan jamu instan siap saji secara bertahap. Produk hasil pembuatan jamu instan terlihat pada gambar 2.



Gambar 1. Koordinasi bersama Perwakilan Pengurus PMI



Gambar 2. Produk Jamu Instan Siap Saji



Gambar 3. Keberangkatan Tim Pengabdian di Bandara Juanda, Surabaya

Ada 5 macam jamu instan yang dibuat oleh tim pengabdian yaitu: kunyit asam, temulawak, jahe merah, beras kencur, dan sinom. Tanaman khas Indonesia tersebut dapat dioleh menjadi jamu sebagai immune booster. Pati temulawak mengandung kurkuminoid yang membantu proses metabolisme dan fisiologis organ badan. Selain itu temulawak mengandung minyak atsiri seperti limonina yang mengharumkan, sedangkan kandungan flavonoid pada temulawak berkhasiat menyembuhkan radang (Syamsudin et. al., 2019). Kandungan minyak atsiri pada jahe juga berkhasiat dalam mencegah dan mengobati berbagai penyakit. Kunyit juga dianggap sebagai antibiotik terbaik serta untuk mempermudah proses pencernaan. Bahan-bahan diatas diketahui mengandung senyawa kurkumin yang memiliki banyak sekali manfaat seperti: antioksidan, antiinflamasi, antibakteri, dan antivirus yang sangat cocok apabila digunakan untuk meningkatkan imunitas agar tetap sehat (Aryanta, 2019).

Produk jamu serbuk instan dikemas dalam kemasan 100 gr dengan kemasan vakum yang aman sehingga jamu bisa bertahan lebih lama tanpa bahan pengawet. Produk jamu instan juga dibuat menggunakan gula kelapa yang memiliki kandungan glikemik lebih rendah dibandingkan dengan gula biasa sehingga lebih ramah kepada penderita diabetes.

Pada tanggal 16 Agustus 2024 tim pengabdian berangkat menuju tempat pengabdian, Korea Selatan. Dokumentasi keberangkatan terlihat pada gambar 3. Dan pada tanggal 17 Agustus 2024 dini hari, tim pengabdian sampai di lokasi pengabdian, Kota Daejeon, Korea Selatan sebagaimana terlihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Tim Pengabdian Sampai di Korea Selatan

Setelah tiba di Kota Daejeon, Korea Selatan, Tim Pengabdian melakukan pelatihan pembuatan jamu serbuk instan dan pada hari Minggu, 18 Agustus 2024. Kegiatan ini diikuti kurang lebih 45 PMI yang ada di kota Daejeon. Pelatihan dimulai dengan sosialisasi dan dilanjutkan dengan pembuatan jamu serbuk instan dari temulawak dan kunyit asam sebagaimana terlihat dalam gambar 5 dan 6.



Gambar 5. Partisipasi Peserta Pelatihan



Gambar 6. Kegiatan Pelatihan

Kemudian di hari kedua dilanjutkan dengan pembuatan jamu serbuk instan berbahan jahe dan beras kencur serta pelatihan pengemasan dengan vakum supaya jamu serbuk instan bisa bertahan lama tanpa bahan pengawet. Kegiatan diakhiri dengan penyerahan produk kepada PMI di Kota Daejeon sebagaimana terlihat pada gambar 7 dan 8.



Gambar 7. Penyerahan Produk Jamu Serbuk Instan



Gambar 8. Foto Bersama Tim Pengabdian dan Peserta Pelatihan

SIMPULAN

Pelatihan pembuatan jamu serbuk instan dengan kemasan vakum bersama para Pekerja Migran Indonesia (PMI) di Kota Daejeon, Korea Selatan telah dilaksanakan. Kemasan vakum telah dipaliskasikan pada jamu serbuk instan sehingga jamu bisa awet dan tahan lama tanpa bahan pengawet. Kini para PMI bisa mempraktekkan sendiri pembuatan jamu serbuk instan yang tahan lama sehingga para PMI mempunyai persediaan suplemen alami khas Indoensia untuk menjaga sistem kekebalan tubuh dalam keadaan sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Negeri Malang yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap program pengabdian masyarakat ini. Penulis mengucapkan terima kasih juga kepada para Pekerja Migran Indonesia (PMI) di Kota Daejeon, Korea Selatan yang telah memberikan tempat bagi tim pengabdian untuk melaksanakan program pelatihan pembuatan jamu serbuk instan dengan kemasan vakum sebagai alternatif jamu serbuk instan bisa bertahan lama tanpa bahan pengawet.

DAFTAR RUJUKAN

- Andriani, R., Internasional, H., & Abdurrab, U. (2024). Peran Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) bagi pekerja migran Indonesia di Korea Selatan pada program G to G. [*Nama jurnal tidak dicantumkan*], 2(1).
- Aryanta, I. W. R. (2019). Manfaat jahe untuk kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Eliana, E., et al. (2023). Pengenalan pembuatan laporan keuangan pada pekerja migran Indonesia (PMI) berbasis digital. *Teknovokasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 195–204. <https://doi.org/10.59562/teknovokasi.v1i3.523>
- Masyarakat, J. L., & Service, P. (2020). [*Untitled*]. *Jurnal Layanan Masyarakat*, 4(2), 1–7.

Syamsudin, R. A. M. R., et al. (2019). Temulawak plant (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) as a traditional medicine. *Jurnal Ilmiah Farmasi Bahari*, 10(1), 51–65.
<http://www.journal.uniga.ac.id>