

**PELATIHAN PEMBUATAN DAN PENGEMASAN MINUMAN KUNYIT
ASAM DI SEKOLAH LANSIA TANGGUH BAGES
KELAS S2 CERIA JEMBER**

***TRAINING ON MAKING AND PACKAGING TURMERIC TAMARIND
DRINK AT THE TANGGUH BAGES ELDERLY SCHOOL,
CLASS S2 CERIA JEMBER***

Wiwik Sri Untari¹⁾, Risan Nur Santi²⁾, Andina Mayangsari³⁾

^{1,2,3}Fakultas Pertanian Sains dan Teknologi, Universitas Abdurahman Saleh Situbondo

¹Email: wsuntari@gmail.com

Recived: July 07, 2025

Accepted: July 08, 2025

Published: July 16, 2025

Abstrak: Program sekolah lansia adalah hasil kerjasama lembaga Indonesia Ramah Lansia (IRL) dan BKKBN. Sekolah Lansia merupakan upaya pemberian informasi, pelatihan dan permainan edukatif tentang kesehatan, keagamaan, sosial budaya dan sebagainya, sehingga lansia dapat hidup bahagia sejahtera. Salah satu sekolah lansia yaitu Sekolah Lansia Tangguh Bages Jember. Salah satu ketrampilan yang diprogramkan adalah pembuatan dan pengemasan minuman kunyit asam. Program ini bertujuan agar peserta sekolah lansia mampu meningkatkan kualitas hidup, produktifitas dan kemandirian lansia. Metode yang diterapkan yaitu sosialisasi, pelatihan dan praktek langsung. Capaian indikator pemahaman peserta sebelum dan setelah pemaparan menunjukkan peningkatan yang signifikan, Harapan ke depan peserta lansia dapat menciptakan pendapatan dari hasil pembuatan minuman kunyit asam.

Kata Kunci: Sekolah Lansia, Pengemasan Minuman, Kunyit Asam.

Abstract: The senior citizen school program is a collaboration between the Indonesian Senior Citizen Friendly Institution (IRL) and BKKBN. The Senior Citizen School is an effort to provide information, training, and educational games on health, religion, social culture, and other topics, so that senior citizens can live happy and prosperous lives. One such senior citizen school is the Tangguh Bages Jember Senior Citizen School. One of the skills taught is the production and packaging of turmeric-based beverages. This program aims to help senior citizen school participants improve their quality of life, productivity, and independence. The methods employed include socialization, training, and hands-on practice. The achievement indicators of participants' understanding before and after the presentation showed a significant improvement. The hope for the future is that elderly participants can generate income from the production of turmeric and tamarind drinks.

Keywords: Elderly School, Beverage Packaging, Turmeric and Tamarind.

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah penduduk berarti peningkatan jumlah lanjut usia (Lansia) di masa mendatang. Berdasarkan data statistik BPS 2021, penduduk usia lanjut tahun 2020 mencapai 28,8 juta jiwa atau 11,34 persen dari total jumlah penduduk. Dan jumlah lansia Indonesia diproyeksikan akan meningkat 10,3% dan 57,0 juta jiwa atau 17,9% pada tahun 2045. Dengan demikian menjadi tantangan untuk menciptakan lansia sehat dan produktif (Amelia, 2020). Pemerintah melalui Program Kependudukan, Keluarga Berencana, dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) nasional memfasilitasi wadah untuk membantu pemerintah desa mengelola dan melaksanakan program pengelolaan lansia. Keberadaan lembaga desa ini sudah ada sejak tahun 1980an, namun kedudukan, peran dan tugas pokok belum disahkan dalam sebuah peraturan desa. Keadaan ini berdampak pada pembiayaan masih mengandalkan kepada institusi pusat yaitu Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) (Dawam, 2020).

Salah satu program KKBPK adalah Sekolah Lansia yaitu wadah kegiatan lansia dalam usaha meningkatkan pengetahuan dan keterampilan lansia guna mewujudkan Lansia Tangguh. Konsep sekolah lansia ini berdasarkan asas pendidikan seumur hidup. Wujud pendidikan tersebut berupa Sekolah lansia yang terintegrasi dalam Bina Keluarga Lansia (BKL). Kegiatan ini merupakan hasil kerjasama lembaga Indonesia Ramah Lansia (IRL) dan BKKBN Provinsi Jawa Timur. Dimana IRL merupakan lembaga di Indonesia yang focus pada pendidikan bagi lansia dan bergerak pada dimensi pemberdayaan lansia baik dalam segmen pengetahuan maupun keterampilan.

Sekolah Lansia Tangguh Bages merupakan salah satu sekolah lansia yang berada di jember. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku lansia terhadap kesehatan, mengetahui lebih awal penyakit yang diderita oleh lansia, meningkatkan kualitas hidup dan produktifitas lansia, dan meningkatkan kemandirian dari aspek kesehatan fisik, psikologis, sosial dan spiritual sehingga lansia dapat hidup bahagia sejahtera. Sekolah lansia memiliki tahapan kelas pembelajaran, yaitu : Tahap Dasar (S1), Tahap Menengah (S2) dan Tahap Praktik (S3).

Konsep yang digunakan menggunakan pendekatan andragogy atau pendidikan orang dewasa. Sasaran: Lansia usia diatas 60 tahun dan pra lansia (45-59 tahun) dan Lansia yang berada di komunitas (di tengah masyarakat). Metode berupa ceramah, diskusi interaktif, diskusi kelompok, *role play* dan praktek. Teknis pelaksanaannya diadakan sebulan sekali dengan jumlah peserta 25-30 lansia/kelas. Lembar kepesertaan, daftar hadir, dan lembar evaluasi proses belajar mengajar. Lokasi di ruang Vihara Jagatnata Maitreya Jl. Sultan Agung Gg. IX no. 10-12 Jember. Durasi 1 jam pelajaran yaitu 60 menit (teori, simulasi dan diskusi).

METODE PELAKSANAAN

Lokasi kegiatan bertempat di Wihara Jagatnata Maitreya, Jl. Sultan Agung Gang IX nomor 10-12. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan pada tanggal 28 Mei 2025. Sasaran pelaksanaan kegiatan bapak / ibu peserta Sekolah Lansia Tangguh Bages Kelas S2 Ceria Jember. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tiga tahap, yaitu pemaparan teori, praktek dan evaluasi. Sebelum pelaksanaan dosen melakukan koordinasi dengan tim dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Berikut tahapan pelaksanaan pelatihan pembuatan minuman kunyit asam dan pengemasanya.

1. Tahap Pemaparan Teori

Kunyit dan asam jawa merupakan bahan yang sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Pemaparan Teori bertujuan agar bapak dan ibu lansia mengetahui cara memanen kunyit, kualitas kunyit yang baik, kandungan dan manfaat kunyit, serta simplisia kunyit. Dan dalam hal pengemasan dipaparkan mengenai manfaat pengemasan, jenis dan tujuan pengemasan.

2. Tahap Praktek

Pelaksanaan kegiatan praktek pengabdian ini dilakukan dengan dibantu oleh Tim dari BKKBN.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan cara memberikan lembar pertanyaan sebelum dan sesudah pemaparan teori dan praktek.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian pada mitra warga Sekolah Lansia Tangguh Bages kelas S2 Ceria menekankan pentingnya penguasaan pengetahuan, dan keterampilan wirausaha dalam pembuatan minuman kunyit asam, sebagai solusi alternatif dalam meningkatkan produktifitas diri lansia. Program pelatihan keterampilan wirausaha pembuatan dan pengemasan minuman kunyit asam, juga memiliki potensi yang cukup baik guna membantu meningkatkan kemampuan ekonomi.

Pelaksanaan pengabdian pembuatan dan pengemasan minuman kunyit asam di sekolah lansia tangguh bages, dihadiri 17 orang lansia, 1 orang staf balai KB, dan 2 orang perwakilan dari universitas Abdurrahman Saseh Situbondo. Acara dimulai dengan pembukaan oleh ketua kelompok. Selanjutnya tim pengabdian dari Universitas Abdurachman Saleh, memaparkan materi, melakukan pendampingan praktek pembuatan dan pengemasan minuman kunyit asam, dan melakukan evaluasi di akhir sesi.

Pemaparan materi bertujuan untuk menjelaskan program dan manfaat dari kegiatan pemberdayaan ini, serta dilakukan *Achieve Motivation Training* agar peserta termotivasi mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Sebelum pemaparan dimulai dibagikan lembar pertanyaan yang harus dijawab oleh peserta. Selanjutnya, Ketua tim pengabdian memaparkan tentang bagaimana memilih atau memanen kunyit yang baik, agar diperoleh bahan baku kunyit yang berkualitas bagus. Juga dipaparkan cara penyimpanan kunyit bila memiliki dalam jumlah melimpah, yaitu salah satunya dengan menyimpannya dalam bentuk simplisia (Cahya, 2019). Simplisia kunyit adalah rimpang kunyit (*Curcuma longa*) yang telah dikeringkan dan diolah menjadi bentuk kering untuk digunakan sebagai bahan baku obat tradisional atau sebagai bumbu masakan. Proses pembuatannya meliputi penyortiran, pencucian, pengirisan, pengeringan, dan bisa juga penghalusan menjadi bubuk.

Penjelasan lebih mendalam juga dilakukan, yaitu tentang kandungan-kandungan yang ada dalam kunyit, yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Kunyit mengandung senyawa kurkumin, minyak atsiri dan senyawa lainnya seperti resin, oleoresin, desmetoksikurkumin, lemak, magnesium, besi, dll

(Agustina, *et. al.*, 2016). Kurkumin bersifat antiinflamasi, meredakan nyeri sendi, otot, membantu meredakan masalah pencernaan seperti maag, kembung, meredakan gejala alergi, potensi antikanker, dan menjaga kesehatan kulit. Mencampurkan kunyit dengan asam jawa dan bahan lainnya seperti gula jawa, sinom bertujuan untuk membuat minuman kunyit asam yang menyegarkan.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Pemaparan tahap selanjutnya adalah fungsi pengemasan dan jenis pengemas. Fungsi pengemasan antara lain: agar makanan dan minuman supaya mudah dibawa dan tidak tumpah, untuk keamanan pangan, dan keawetan pangan, selain itu bahan kemasan yang digunakan tidak boleh membahayakan konsumen, dan fungsi kemasan sebagai marketing, yaitu kemasan dapat memberikan identitas pada produk yang ditawarkan, serta dapat menjual produk.

Berikutnya pendampingan praktek, dan tanya jawab. Para peserta menunjukkan antusias yang sangat positif dan kegiatan diakhiri dengan evaluasi setelah rangkaian kegiatan sekolah lansia dengan mengisi lembar pertanyaan.

Tabel 1. Hasil Capaian Indikator Pemahaman Peserta terhadap materi dan ketrampilan

| No. | Indikator | Pre-Test | | Post-Test | |
|-----|---|----------|----|-----------|-----|
| | | n | % | n | % |
| 1. | Pemahaman tentang pemilihan bahan baku kunyit | 11 | 55 | 20 | 100 |
| 2. | Pemahaman kandungan dalam kunyit | 2 | 10 | 15 | 75 |
| 3. | Praktek pembuatan kunyit asam | 6 | 30 | 20 | 100 |
| 4. | Pengemasan dan pelabelan | 4 | 20 | 17 | 85 |

Hasil evaluasi dicantumkan pada table 1, dimana menunjukkan peningkatan signifikan berkenaan dengan pemahaman peserta terhadap materi dan ketrampilan yang disampaikan.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) mengenai pelatihan pembuatan dan pengemasan minuman kunyit asam di Sekolah Lansia Tangguh Bages Kelas S2 Ceria Jember terlaksana dengan baik dan sesuai dengan rencana. Seluruh rangkaian kegiatan mulai dari pemaparan materi, praktik langsung, hingga evaluasi, menunjukkan partisipasi aktif dan antusiasme tinggi dari para peserta lansia.

Berdasarkan hasil evaluasi yang ditunjukkan pada Tabel 1, terdapat peningkatan pemahaman peserta terhadap materi dan keterampilan secara signifikan. Misalnya, pemahaman peserta mengenai pemilihan bahan baku kunyit meningkat dari 55% menjadi 100%, pemahaman tentang kandungan dalam kunyit meningkat dari 10% menjadi 75%, kemampuan praktek pembuatan minuman kunyit asam meningkat dari 30% menjadi 100%, serta keterampilan pengemasan dan pelabelan meningkat dari 20% menjadi 85%. Secara umum, program ini berhasil meningkatkan indikator pemahaman peserta rata-rata sebesar **63,75%**.

Dengan capaian tersebut, kegiatan ini tidak hanya berperan dalam pemberdayaan lansia dari sisi edukatif, tetapi juga membuka peluang bagi para peserta untuk mengembangkan keterampilan yang dapat bernilai ekonomi, khususnya dalam mendukung produktivitas dan kemandirian lansia melalui pembuatan minuman herbal kunyit asam.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S., Ruslan, R., & Wiraningtyas, A. (2016). Skrining fitokimia tanaman obat di kabupaten Bima. *Cakra kimia*, 4(1), 71-76.
- BPS. 2021. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021. Jakarta: BPS.go.id,
- Cahya, D., & Prabowo, H. 2019. Standarisasi spesifik dan non-spesifik simplisia dan ekstrak etanol rimpang kunyit (*Curcuma domestica Val.*). *Jurnal Farmasi Udayana*, 8(1), 29. <https://doi.org/10.24843/jfu.2019.v08.i01.p05>

- M. Dawam dkk. 2020. "Panduan Integrasi Sekolah Lansia Dalam Bina Keluarga Lansia (ISL-BKL)." BKKBN dan IRL, Yogyakarta, p. 78
- Amelia, R. (2020). Prevalensi dan Faktor Risiko Inkontinensia Urin pada lansia Panti Sosial Tuna Werdha (PSTW) Sumatera Barat. *Health & Medical Journal*, 2(1), 39-44.