

Sosialisasi Pembuatan Wedang Pokak Untuk Meningkatkan Imunitas di Tengah Pandemi COVID-19 di Kelurahan Peneleh Kota Surabaya

¹Heidy Arviani, ²Rohmatul Afrida Nor Laili, dan ³Septiana Dina Mahiro

¹Dosen Prodi Ilmu Komunikasi UPN “Veteran” Jatim, Jl. Rungkut Madya No. 1, Surabaya, 60294

²Prodi Administrasi Publik, UPN “Veteran” Jatim, Jl. Rungkut Madya No. 1, Surabaya, 60294

³Prodi Agribisnis, UPN “Veteran” Jawa Timur, Jl. Rungkut Madya No. 1, Surabaya, 60294

E-mail: rohmatulafrikanorlaili.25@gmail.com

Abstrak — Kota Surabaya merupakan salah satu kota di Jawa Timur dengan kasus positif COVID-19 yang sangat tinggi. Selain dengan tetap mematuhi protokol kesehatan, COVID-19 bisa disembuhkan dengan sendirinya atau self-limiting disease. Memiliki sistem imun yang kuat adalah cara untuk melawan virus. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) digunakan untuk meningkatkan imunitas tubuh sebagai upaya preventif untuk menghindari tertularnya COVID-19. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Kelurahan Peneleh, Kecamatan Genteng, Kota Surabaya dengan salah satu program kerjanya adalah sosialisasi pembuatan wedang pokak dan pembagian wedang pokak kepada masyarakat. Luaran yang dihasilkan dari adanya kegiatan ini antara lain; (1) adanya video tutorial pembuatan wedang pokak yang diunggah pada channel youtube “KKN 8 Peneleh Sby”, penyebaran link video tutorial kepada ketua LKMK, sekretaris lurah, dan ketua PKK RW 16; (2) Unggahan poster tentang alat dan bahan, cara pembuatan wedang pokak, dan manfaat wedang pokak di beberapa platform media sosial yakni instagram, twitter, dan facebook; (3) pembagian 100 botol wedang pokak kepada masyarakat RW 16 dan para staf Kelurahan Peneleh. Berdasarkan hasil survei terhadap warga Kelurahan Peneleh yang telah mengkonsumsi wedang pokak, warga mengatakan efek yang dirasakan adalah badan terasa hangat dan lebih segar. Harapan dari adanya sosialisasi ini adalah warga di Kelurahan Peneleh dapat memahami manfaat dan mengetahui cara membuat wedang pokak. Selain itu, setelah mengkonsumsi wedang pokak diharapkan masyarakat dapat terhindar dari tertularnya COVID-19 karena meningkatnya imunitas.

Kata Kunci — Wedang Pokak, Imunitas, Pandemi COVID-19

Abstract — The city of Surabaya is one of the cities in East Java with very high positive cases of COVID-19. Apart from adhering to health protocols, COVID-19 can be cured by itself or a self-limiting disease. Having a strong immune system is a way to fight viruses. Family Medicinal Plants (TOGA) are used to increase body immunity as a preventive measure to avoid contracting COVID-19. This community service activity was carried out in Peneleh Village, Genteng District, Surabaya City with one of its work programs being the socialization of making wedang pokak and distributing wedang pokak to the community. The outputs resulting from this activity include; (1) there is a video tutorial for making wedang pokak uploaded on the youtube channel "KKN 8 Peneleh Sby", the distribution of video tutorial links to the head of LKMK, secretary of the village head, and head of PKK RW 16; (2) Uploading posters about tools and materials, how to make wedang pokak, and the benefits of wedang pokak on several social media platforms, namely Instagram, Twitter, and Facebook; (3) distribution of 100 bottles of wedang pokak to the community of RW 16 and the staff of Peneleh Village. Based on the results of a survey of residents of Peneleh Village who have consumed wedang pokak, residents said the effect felt was that the body felt warmer and fresher. The hope from this socialization is that residents in Peneleh Village can understand the benefits and know how to make wedang pokak. In addition, after consuming wedang pokak, it is hoped that the community will be able to avoid contracting COVID-19 due to increased immunity.

Keywords — Wedang Pokak, Immunity, COVID-19 Pandemic

1. PENDAHULUAN

KKN (Kuliah Kerja Nyata) merupakan proses pembelajaran yang harus ditempuh dan menjadi syarat kelulusan bagi mahasiswa tingkat akhir yang akan menyelesaikan pendidikan S1 di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur. Kegiatan KKN merupakan bagian dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian

masyarakat bagi mahasiswa ini bertujuan untuk menerapkan ilmu dan teori yang sudah didapat pada saat perkuliahan kepada masyarakat luas. Mahasiswa diharapkan dapat memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi masalah dan dapat mengambil keputusan yang tepat untuk dapat menyelesaikan segala macam

permasalahan yang ada di masyarakat sekaligus berperan dalam pengembangan masyarakat.

Pandemi COVID-19 masih menjadi masalah yang belum terselesaikan di Indonesia hingga pertengahan tahun 2021 ini. Beberapa daerah mengalami kenaikan kasus positif COVID-19 dengan lonjakan yang tajam. Terhitung hingga 21 Juni 2021, secara keseluruhan jumlah positif COVID-19 di Indonesia sebanyak 2.004.445 jiwa. Data tersebut adalah akumulasi dari jumlah pasien sembuh sebanyak 1.801.761 jiwa, dan pasien yang meninggal dunia sebanyak 54.956 jiwa [1].

Kota Surabaya merupakan salah satu Kota di Jawa Timur dengan kasus positif COVID-19 yang sangat tinggi. Sebanyak 1.117 kasus COVID-19 baru terjadi di Surabaya per Senin, 19 Juli 2021. Tentu saja angka tersebut menambah jumlah kasus COVID-19 di Jawa Timur yang secara total bertambah sebanyak 4.423 orang. Akibatnya, Surabaya menjadi wilayah dengan kasus baru tertinggi di Jawa Timur [2].

Berbagai upaya kebijakan telah dilakukan pemerintah untuk mengurangi laju penularan virus yang semakin cepat. Pemerintah memberikan anjuran kepada masyarakat untuk menjalankan protokol kesehatan 6M (memakai masker, mencuci tangan menggunakan sabun dengan air mengalir, menjaga jarak, menjauhi keramaian, mengurangi mobilitas, dan menghindari makan bersama). Pemberian vaksinasi gratis juga masih terus digalakkan pemerintah hingga sekarang.

Akibat semakin tingginya kasus positif COVID-19 dan adanya *variant of concerns* atau varian baru *corona virus*, pemerintah resmi menerapkan kebijakan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) darurat yang mulai diberlakukan pada tanggal 3 Juli 2021 di berbagai kabupaten/kota di Pulau Jawa dan Bali [3].

Berbagai penelitian dilakukan untuk mencari solusi penanganan COVID-19 dengan tepat dan cepat. Selain dengan tetap mematuhi protokol kesehatan, menurut Wiku Adisasmito (tim pakar gugus tugas penanganan COVID-19) dalam penelitian [4] mengatakan bahwa imunitas tubuh yang baik dapat menyembuhkan COVID-19. Hal tersebut dapat diartikan bahwa COVID-19 dapat sembuh sendiri atau *self-limiting disease*. Memiliki sistem imun yang kuat adalah salah satu cara untuk dapat melawan virus [4].

Menurut Jumiarni dalam penelitian [5], masyarakat Indonesia sangat membutuhkan tanaman herbal sebagai bumbu masakan dan sebagai obat atau jamu tradisional. Terdapat kurang lebih 30.000 jenis tumbuhan di Indonesia, 7.000 diantaranya memiliki nilai obat atau disebut tumbuhan obat. Di masa pandemi saat ini, tanaman obat banyak digunakan untuk melawan virus COVID-19. Tanaman obat ini digunakan untuk meningkatkan imunitas tubuh sebagai upaya preventif untuk menghindari tertularnya COVID-19.

Mengonsumsi suplemen memang sangat penting untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Namun, tidak semua kalangan memiliki daya beli terhadap obat-obatan kimia, sehingga salah satu solusi bagi kalangan menengah ke bawah adalah dengan memanfaatkan tanaman obat. Tanaman obat mengandung senyawa aktif yang dapat berperan sebagai antibakteri, antivirus, antiplasmodium, antioksidan, antiinflamasi, antialergi, antikanker, dan regulasi imun (meningkatkan daya tahan tubuh) [6]. Oleh karena itu, meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya tanaman obat untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan daya tahan tubuh sangat diperlukan.

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui kegiatan KKN ini, dilakukan di Kelurahan Peneleh, Kecamatan Genteng, Kota Surabaya. Salah satu program kerja yang dilakukan oleh kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara UPN "Veteran" Jawa Timur adalah sosialisasi pembuatan wedang pokak. Wedang pokak merupakan minuman tradisional dengan bahan dari tanaman herbal atau tanaman obat keluarga yang dapat meningkatkan imunitas tubuh. Sosialisasi wedang pokak ini layak diterapkan pada masyarakat Kelurahan Peneleh mengingat tingginya kasus COVID-19 di Kota Surabaya. Selain mudah dibuat dan bahan untuk pembuatannya mudah dicari, wedang pokak ini juga memberikan banyak manfaat untuk kesehatan.

2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan sosialisasi pembuatan wedang pokak untuk meningkatkan imunitas di tengah pandemi COVID-19 dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut.

A. Tahap Persiapan

Pada tahap ini mahasiswa kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara melakukan observasi ke tempat yang menjadi sasaran pengabdian. Observasi dilakukan dengan mengamati keadaan warga Kelurahan Peneleh, Kecamatan Genteng, Kota Surabaya dengan dibantu oleh Bapak Totok Widjayanto selaku Ketua LKMK di Kelurahan Peneleh. Pada saat observasi, hal yang dilakukan adalah mencoba mencari permasalahan yang dihadapi warga Kelurahan Peneleh yang berkaitan dengan pandemi COVID-19. Setelah menemukan permasalahan-permasalahan tersebut, kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara menyusun program kerja untuk mengatasi masalah tersebut, salah satunya adalah program sosialisasi pembuatan wedang pokak. Selanjutnya, Divisi Pendidikan, Kesehatan, dan

Agama menyiapkan materi sosialisasi serta alat dan bahan untuk pembuatan wedang pokak.

B. Tahap Praktik

Tahap praktik dilakukan oleh Divisi Pendidikan, Kesehatan, dan Agama. Pembuatan wedang pokak dilakukan di salah satu rumah anggota dari Divisi Pendidikan, Kesehatan, dan Agama dengan dibantu beberapa anggota lain hingga proses pengemasan. Pembuatan wedang pokak dan proses pengemasan dilakukan pada tanggal 14 Juli 2021. Dalam pelaksanaan sosialisasi, dilakukan secara tidak langsung. Hal ini dilakukan karena saat ini di Surabaya telah diberlakukan PPKM (Pembatasan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) yang bertujuan untuk menghambat laju kenaikan angka positif *Corona Virus* atau COVID-19. Oleh sebab itu, jika dilakukan kegiatan tatap muka secara langsung maka akan menimbulkan beberapa kemungkinan yang mengarah pada kenaikan angka positif *Corona virus*. Sehingga dalam hal ini diharuskan mengurangi kontak langsung dengan masyarakat di Kelurahan Peneleh demi keselamatan bersama.

C. Tahap Sosialisasi

Tahap sosialisasi dilakukan pada tanggal 22 Juli 2021 melalui video tutorial pembuatan wedang pokak dan poster yang diunggah melalui akun media sosial resmi mahasiswa kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara UPN “Veteran” Jawa Timur. Video tutorial tersebut digunakan untuk sosialisasi secara *online* dengan cara mengunggah pada *youtube* “KKN 8 Peneleh Sby”, penyebaran link video tutorial kepada ketua LKMK, sekretaris lurah, dan ketua PKK RW 16, serta mengunggah gambar tentang cara pembuatan wedang pokak di beberapa *platform* media sosial yakni *instagram*, *twitter*, dan *facebook*.

D. Tahap Pendistribusian

Tahap distribusi dilakukan pada tanggal 15 Juli 2021 dengan membagikan wedang pokak kepada masyarakat RW 16 dan para staf Kelurahan Peneleh. Wedang pokak dibagikan di 6 (enam) RT yang berada di RW 16. Diuatamakan untuk warga yang menjalankan isolasi mandiri.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi pembuatan wedang pokak ini dilakukan oleh mahasiswa kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara UPN “Veteran” Jawa Timur sebagai bentuk pengabdian terhadap masyarakat Kelurahan Peneleh, Kecamatan Genteng, Kota Surabaya. Mengingat kondisi pandemi COVID-19 seperti saat ini, apalagi Kota Surabaya merupakan salah satu kota di Jawa Timur dengan kasus COVID-19 tertinggi, kegiatan sosialisasi pembuatan wedang pokak dirasa sangat penting dilakukan untuk memperkuat imunitas tubuh agar terhindar dari

COVID-19. Sosialisasi dilakukan dengan komunikasi dua arah. Masyarakat Kelurahan Peneleh dapat melakukan tanda jawab melalui media yang digunakan. Adapun media yang digunakan yakni *youtube*, *instagram*, *twitter*, *facebook* dan *whatsapp*. Dengan begitu, sosialisasi tersebut dapat diakses kapanpun dengan mudah tanpa perlu melakukan kontak langsung. Dalam media tersebut menjelaskan bahan-bahan yang dibutuhkan serta cara membuat wedang pokak secara ekonomis.

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pelatihan cara membuat minuman dari rempah-rempah yang mudah ditemukan dan sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Wedang pokak ini bukan sebagai obat dari penyakit COVID-19 atau *corona virus*, tetapi sebagai minuman yang berguna untuk meningkatkan imunitas tubuh agar tidak mudah terserang penyakit.

Pembuatan Wedang Pokak

Pada pelaksanaan pembuatan wedang pokak dilakukan oleh beberapa anggota dari Divisi Pendidikan, Kesehatan dan Agama kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara UPN “Veteran” Jawa Timur.

Berikut ini adalah tata cara pembuatan wedang pokak.

Tabel 1. Alat dan Bahan Pembuatan Wedang Pokak

No	Alat dan Bahan	Jumlah
1.	Kompor	1
2.	Panci	1
3.	Sendok	1
4.	Saringan	1
5.	Jahe	¼ kg
6.	Daun serai	¼ kg
7.	Gula merah	1 kg
8.	Cengkeh	5 gram
9.	Kayu manis	10 gram
10.	Air	4 liter

Langkah-Langkah Pembuatan Wedang Pokak:

- Langkah pertama, memarkan jahe dan daun serai. Lalu, masukkan semua bahan seperti gula merah, jahe, daun serai, cengkeh, dan kayu manis ke dalam panci dan diaduk.



Gambar 1. Bahan Wedang Pokak

- b. Langkah kedua, merebus semua bahan dengan api kecil dan tunggu selama 1 jam.



Gambar 2. Merebus Semua Bahan Wedang Pokak

- c. Jika warna dari air wedang pokak telah berwarna kecoklatan, kemudian matikan kompor dan dinginkan.



Gambar 3. Hasil Rebusan Bahan Wedang Pokak

- d. Setelah itu, saring ke dalam gelas. Jika ingin menambah rasa manis, campurkan madu atau gula pasir.



Gambar 4. Penyaringan Wedang Pokak

- e. Wedang pokak siap dinikmati.



Gambar 5. Hasil Wedang Pokak

Pengemasan Wedang pokak

Proses pengemasan minuman wedang pokak dilakukan dengan menggunakan botol plastik dengan 2 (dua) ukuran yakni 250 ml dan 600 ml. Pengemasan dilakukan setelah minuman wedang pokak telah dingin dan tidak beruap.



Gambar 6. Hasil Kemasan Wedang Pokak

Pendistribusian Wedang Pokak

Pada pelaksanaan distribusi wedang pokak kepada warga RW 16 dibantu oleh Bapak Heri Tjahyono selaku Ketua RW 16 dan Ibu Riani selaku Ketua PKK di RW 16 Kelurahan Peneleh. Pendistribusian dilakukan dengan membagikan langsung minuman kepada warga, diutamakan untuk warga yang sedang melakukan isolasi mandiri. Pembagian wedang pokak tetap menerapkan protokol kesehatan. Wedang pokak dengan kemasan 250 ml dibagikan kepada warga RW 16 sejumlah 100 botol, sedangkan kemasan 600 ml dibagikan kepada para staf Kelurahan Peneleh sejumlah 20 botol. Wedang pokak dengan kemasan 250 ml dibagikan kepada 6 RT yang berada di wilayah RW 16 dengan jumlah 10 botol per RT. Khusus untuk RT 5, dikarenakan terdapat banyak warga yang menjalani isolasi mandiri dan wilayah tersebut termasuk zona merah maka pembagian di RT 5 yakni sebanyak 25 botol. Kemudian sisanya sebanyak 25 botol dibagikan kepada warga yang berada disepanjang Jalan Jagalan seperti penjaga warung, tukang becak, hingga tukang parkir. Pelaksanaan distribusi di Kantor

Kelurahan Peneleh dibantu oleh Ibu Sulistyorini selaku Sekretaris Kelurahan Peneleh.



Gambar 7. Persiapan Pendistribusikan Wedang Pokak.



Gambar 8. Pembagian Wedang Pokak kepada Warga



Gambar 9. Pembagian Wedang Pokak ke Kantor Kelurahan Peneleh.

Sosialisasi Wedang Pokak

Selain pembagian wedang pokak, kegiatan yang terakhir adalah sosialisasi tentang manfaat dan cara pembuatan wedang pokak. Pelaksanaan sosialisasi wedang pokak dilakukan pada tanggal 22 Juli 2021 melalui platform youtube, instagram, facebook, whatsapp dan twitter. Warga di Kelurahan Peneleh dapat mengakses setiap waktu. Tidak hanya warga di Kelurahan Peneleh saja yang dapat mengakses tetapi juga masyarakat di Indonesia tanpa terkecuali. Pada platform whatsapp dilakukan penyebaran akun sosial media dan link youtube resmi kepada ketua LKMK, sekertaris, lurah di Kelurahan Peneleh, dan Ketua PKK di RW 16. Dalam platform

tersebut, kegiatan tanya jawab dapat dilakukan setiap waktu, sehingga mempermudah masyarakat khususnya warga Kelurahan Peneleh dalam membuat wedang pokak yang sangat bermanfaat bagi tubuh.



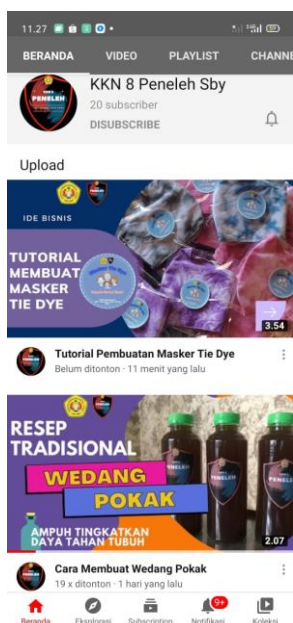
Gambar 10. Penyebaran Link Youtube kepada Ketua LKMK Kelurahan Peneleh.



Gambar 11. Penyebaran Link Youtube kepada Sekretaris Lurah di Kelurahan Peneleh.



Gambar 12. Penyebaran Link Youtube kepada Ketua PKK RW 16, Kelurahan Asemrowo.



Gambar 13. Unggahan Video Tutorial Wedang Pokak pada Akun Youtube kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara UPN “Veteran” Jawa Timur.



Gambar 14. Poster Manfaat Wedang Pokak.



Gambar 15. Poster Bahan-Bahan yang Dibutuhkan dalam Membuat Wedang Pokak.



Gambar 16. Poster Cara Membuat Wedang Pokak,

Dampak yang Diharapkan

Pada masa pandemi COVID-19 seperti saat ini, dibutuhkan asupan makanan dan minuman yang bergizi, serta mengandung nutrisi sangat dibutuhkan oleh tubuh. Wedang Pokak merupakan minuman yang baik untuk tubuh karena dapat meningkatkan imunitas tubuh. Wedang Pokak adalah minuman tradisional dari Kota Probolinggo, Jawa Timur. Minuman herbal ini terbuat dari berbagai rempah asli Indonesia. Salah satu ramuannya adalah jahe yang mengandung senyawa kurkumin dan gingerol yang dapat memperkuat sistem kekebalan tubuh. Selain jahe, bahan campuran lainnya antara lain serai, kayu manis, gula merah, dan cengkeh yang semuanya mengandung antioksidan tinggi. Wedang Pokak memiliki banyak manfaat bagi tubuh, antara lain mengobati masuk angin, flu, meredakan batuk, demam, menurunkan kadar kolesterol, menghilangkan bau badan, dan memperkuat sistem imun tubuh. Oleh karena itu, konon minuman herbal ini dapat melindungi dari penyakit *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) [7].

Berikut adalah khasiat yang terkandung dalam bahan-bahan yang digunakan untuk wedang pokak.

- 1) Jahe
Jahe digunakan dalam berbagai olahan, selain memiliki rasa dan aroma yang enak dan khas, juga memiliki fungsi sebagai obat, yaitu melancarkan pencernaan, menambah nafsu makan, menguatkan lambung, dan mencegah infeksi. Manfaat yang lainnya adalah digunakan untuk mengobati batuk, rematik, sakit kepala, dan berguna untuk wanita yang baru saja melahirkan [8]. Rimpang jahe memiliki kandungan antioksidan tinggi dan banyak mengandung senyawa aktif yang bermanfaat bagi tubuh. Akibat terbatasnya produksi vitamin C dan sulitnya menjangkau kalangan menengah ke bawah, rimpang jahe ini memang membantu kalangan menengah ke bawah untuk memperkuat daya tahan tubuh (sistem imun) dengan mengkonsumsinya [9].
- 2) Serai
Serai digunakan sebagai anti inflamasi, menghilangkan rasa sakit, dan melancarkan peredaran darah. Tanaman serai juga mengandung antibakteri yang dapat menghambat aktivitas *Bacillus cereus*, *Salmonella typhimurium*, dan *Staphylococcus aureus*. Hal ini menunjukkan kemungkinan pemanfaatan tumbuhan obat sebagai antibakteri alami [10].
- 3) Kayu Manis
Kayu manis sangat baik untuk kesehatan karena memiliki kandungan antibakteri, antivirus, antijamur, antioksidan, antitumor, menurunkan kolesterol, menurunkan tekanan darah, dan mengandung senyawa rendah lemak [11].
- 4) Gula Merah
Gula merah digunakan sebagai pemanis alami dalam wedang pokak. Kandungan gula pada gula merah lebih rendah dibandingkan gula pasir. Oleh karena itu, menambahkan gula merah sebagai pemanis alami pada wedang pokak lebih disarankan daripada menggunakan gula pasir. Gula merah dapat mengurangi tingkat lemak jenuh pada tubuh. Tidak ditemukan kolesterol pada gula merah. Selain itu, gula merah juga dapat menguatkan limpa, meredakan nyeri, memperlancar peredaran darah, dan menghangatkan lambung [12].
- 5) Cengkeh
Hampir semua bagian dari tanaman cengkeh mengandung minyak atsiri atau yang lebih dikenal dengan *eugenol* cengkeh. *Eugenol* cengkeh dapat digunakan sebagai obat untuk kesehatan manusia karena memiliki banyak manfaat yaitu sebagai antikanker, antibakteri, antijamur, antioksidan, antiinflamasi, dan anti-serangga [13].

Setelah dilakukannya survei, warga di RW 16 Kelurahan Peneleh rata-rata belum pernah membuat wedang pokak dan juga belum memahami manfaat dari wedang pokak. Banyak bahan-bahan yang dibutuhkan dalam membuat wedang pokak serta kurangnya informasi tentang cara membuat wedang pokak, membuat warga RW 16 Kelurahan Peneleh jarang sekali mengkonsumsi wedang pokak sebagai minuman herbal yang kaya manfaat.

Berdasarkan hasil survei yang telah dilakukan terhadap tujuh warga Kelurahan Peneleh yang telah mengkonsumsi wedang pokak adalah ke-tujuh warga tersebut mengatakan efek yang dirasakan setelah mengkonsumsi wedang pokak yaitu badan terasa hangat dan lebih segar. Wedang pokak memiliki rasa yang tidak pahit seperti minuman herbal pada umumnya. Warga RW 16, Kelurahan Peneleh sangat mendukung program sosialisasi yang diberikan oleh mahasiswa kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara UPN "Veteran" Jawa Timur. Hal ini dikarenakan sangat dibutuhkan informasi tentang wedang pokak sebagai salah satu minuman herbal yang dapat meningkatkan imunitas tubuh di tengah pandemi COVID-19.

Adanya sosialisasi pembuatan wedang pokak ini, diharapkan warga di Kelurahan Peneleh dapat memahami manfaat dan mengetahui cara membuat wedang pokak serta dapat menerapkannya di rumah masing-masing. Dengan begitu, pemahaman warga akan manfaat serta pentingnya menjaga kesehatan dapat meningkat, sehingga semua anggota keluarga dapat terlindungi dari segala macam penyakit karena meningkatnya imunitas. Harapan selanjutnya setelah dilakukannya sosialisasi oleh mahasiswa kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara UPN "Veteran" Jawa Timur, masyarakat dapat menerapkan di keseharian dan mengajari kepada saudara serta masyarakat sekitar cara membuat wedang pokak.

4. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pembuatan wedang pokak untuk meningkatkan imunitas di tengah pandemi COVID-19 di RW 16 Kelurahan Peneleh Kecamatan Genteng Kota Surabaya berjalan cukup baik. Dampak adanya kegiatan sosialisasi ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat terkait wedang pokak, sehingga masyarakat dapat mengetahui manfaat dan mempraktikkan cara membuat wedang pokak di rumah. Masyarakat juga percaya bahwa wedang pokak dapat meningkatkan imunitas tubuh karena merasa lebih segar dan badan lebih hangat setelah

mengkonsumsinya. Luaran yang dihasilkan dari adanya kegiatan ini antara lain; (1) video tutorial pembuatan wedang pokak; (2) poster tentang alat dan bahan, cara pembuatan wedang pokak, dan manfaat wedang pokak; (3) pembagian 100 botol wedang pokak secara gratis kepada masyarakat RW 16 dan para staf Kelurahan Peneleh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada tim LPPM UPN “Veteran” Jawa Timur selaku penyelenggara kegiatan KKN Tematik Bela Negara, kepada Bapak Totok Widjayanto selaku ketua LKMK di Kelurahan Peneleh, Ibu Rini selaku sekretaris lurah di Kelurahan Peneleh, Bapak Heri Tjahyono selaku Ketua RW 16, Ibu Riani selaku Ketua PKK. Terima kasih juga kepada masyarakat di Kelurahan Peneleh serta teman-teman kelompok 8 KKN Tematik Bela Negara UPN “Veteran” Jawa Timur 2021.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. Septiana, “Bukan hanya varian baru, ini penyebab kasus positif Covid-19 di Indonesia melonjak,” 2021.
- [2] L. R. Mubyarsah, “4 Ribu Warga Jatim Positif Covid-19, Kasus di Surabaya Tertinggi,” 2021.
- [3] M. Ramadhan, “Resmi Berlaku, Ini Alasan Pemerintah Terapkan PPKM Darurat Jawa-Bali,” 2021.
- [4] L. Amalia, Irwan, and F. Hiola, “Analisis Gejala Klinis dan Peningkatan Kekebalan Tubuh Untuk Mencegah Penyakit Covid-19,” *Jambura J.*, vol. 2, no. 2, 2020.
- [5] M. S. Perdani and A. K. Hasibuan, “Analisis Informasi Tanaman Herbal melalui Media Sosial ditengah Masyarakat pada Pandemi Covid-19: Sebuah Tinjauan Literatur,” *Bencoolen J. Pharm.*, vol. 1, no. 1, pp. 11–25, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/bjp/article/download/15589/7585>.
- [6] S. U. Hasanah, D. P. Wibowo, and D. L. Aulifa, “Lindungi Imunitas Masyarakat Dengan Minuman Herbal,” *Iline Inst.*, vol. 3, no. 2, pp. 212–218, 2020, [Online]. Available: <https://doi.org/10.31960/caradde.v3i2.602>.
- [7] R. Fitria, “5 Fakta Wedang Pokak yang Ampuh Tingkatkan Daya Tahan Tubuh,” 2020.
- [8] A. Supriani, “Peranan Minuman Dari Ekstrak Jahecang Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat,” *J. SainHealth*, vol. 3, no. 1, p. 30, 2019, doi: 10.51804/jsh.v3i1.370.30-39.
- [9] R. U. Nurlila and J. La Fua, “Jahe Peningkat Sistem Imun Tubuh di Era Pandemi Covid- 19 di Kelurahan Kadia Kota Kendari,” *J. Mandala Pengabd. Masy.*, vol. 1, no. 2, pp. 54–61, 2020, doi: 10.35311/jmpm.v1i2.12.
- [10] K. Suradi, J. Gumilar, G. H. R. Yohana, and A. Hidayatulloh, “KEMAMPUAN SERBUK SERAI (Cymbopogon citratus) MENEKAN PENINGKATAN TOTAL BAKTERI DAN KEASAMAN (pH) DENDENG DOMBA SELAMA PENYIMPANAN,” *J. Ilmu Ternak Univ. Padjadjaran*, vol. 17, no. 2, p. 106, 2017, doi: 10.24198/jit.v17i2.17296.
- [11] E. Emilda, “EFEK SENYAWA BIOAKTIF KAYU MANIS Cinnamomum burmanii NEES EX.BL.) TERHADAP DIABETES MELITUS: KAJIAN PUSTAKA,” *J. Fitofarmaka Indones.*, vol. 5, no. 1, pp. 246–252, 2018, doi: 10.33096/jffi.v5i1.316.
- [12] E. Ardiana, “Pengaruh Pemberian Air Gula Merah Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Atlet Bola Volly SMA Negeri 26 Bone,” *Eprints.Unm.Ac.Id*, p. 7, 2019.
- [13] F. . Tulungen, “Cengkeh Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Manusia Melalui Pendekatan Competitive Intelligence,” *J. Boifarmasetikal Trop.*, vol. 2, no. 2, pp. 158–169, 2019, [Online]. Available: <https://journal.fmipaukit.ac.id/index.php/jbt/article/view/128/93>.