

**PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PEMANFAATAN MINUMAN KESEHATAN
DARI BUAH PARE DI PKK KELURAHAN KAUMAN KOTA MALANG****Sugiyanto^{1*}, Ida Ayu Preharsini Kusuma²**¹⁻²STIKes Panti Waluya Malang

Email Korespondensi: sugiyantomatoya@gmail.com

Disubmit: 19 Januari 2022

Diterima: 03 Februari 2022

Diterbitkan: 01 Juni 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i6.5863>**ABSTRAK**

Pada masa pandemi ini dibutuhkan kondisi tubuh yang baik untuk menjaga tubuh dari serangan penyakit terutama virus covid 19 yang ada disekitar kita, maka dari itu dibutuhkan langkah-langkah pencegahan antara lain pembatasan jumlah orang berkumpul (jaga jarak), pola hidup sehat pemakaian masker, cuci tangan, tidur yang cukup, makan makanan yang sehat dan disarankan makanan kesehatan yang dapat membantu meningkatkan sistem kesehatan. Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat "Pemberdayaan Masyarakat dalam Pemanfaatan Minuman Kesehatan dari Buah Pare di Masa Pandemi Covid 19 di PKK Kelurahan Kauman Kota Malang ini bertujuan memberikan pengetahuan tentang khasiat tanaman herbal yang berguna dalam pembuatan minuman kesehatan dan cara pembuatan minuman kesehatan (kopi pare) yang mempunyai manfaat untuk meningkatkan kesehatan. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dengan cara persentasi, pemutaran video pembuatan minuman kesehatan, tanya jawab dan evaluasi melalui kuesioner tentang pembuatan minuman kesehatan. Hasil yang diperoleh dari pengabdian masyarakat melalui hasil kuesioner yang didapatkan dari jumlah prosentase dengan nilai rata-rata untuk peningkatan pengetahuan terhadap manfaat dan khasiat buah pare sebagai bahan alam 75%, dan pelatihan cara pembuatan sediaan minuman kesehatan buah pare 78,12%. Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat terhadap anggota PKK Kelurahan Kauman Kota Malang dapat disimpulkan bahwa kegiatan berjalan dengan baik dan lancar.

Kata Kunci: Pemberdayaan, Masyarakat, Minuman Kesehatan, Buah Pare**ABSTRACT**

During this pandemic, good body conditions are needed to protect the body from disease, especially the covid 19 virus that is around us, therefore preventive measures are needed, including limiting the number of people gathering (maintaining distance), healthy lifestyle, wearing masks, washing hands, adequate sleep, eating healthy foods and recommended health foods that can help improve the health system. The Community Partnership Program activity "Community Empowerment in the Utilization of Health Drinks from Pare Fruit during the Covid 19 Pandemic at PKK, Kauman Village, Malang City aims to provide knowledge

about the efficacy of herbal plants that are useful in making health drinks and how to make health drinks (coffee bitter melon) which have benefits to improve health. The method used in this community service is by way of presentations, playing videos of making health drinks, asking questions and evaluating through questionnaires about making health drinks. The results obtained from community service through questionnaires obtained from the number of percentages with an average value for increasing knowledge of the benefits and efficacy of bitter melon as a natural ingredient 75%, and training on how to make bitter melon health drink preparations 78.12%. Community service activities for PKK members, Kauman Village, Malang City, it can be concluded that the activities went well and smoothly.

Keywords: Empowerment, Community, Health Drink, Bitter Melon

1. PENDAHULUAN

Pemilihan Kelompok PKK Kelurahan Kauman Kota Malang sebagai sasaran penyuluhan berdasarkan pada pertimbangan bahwa Kelompok PKK Kelurahan Kauman merupakan kelurahan yang paling dekat lokasinya dengan Stikes Panti Waluya Malang. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang merupakan kewajiban institusi yang secara rutin dilakukan di Kelurahan Kauman yang lokasinya terdekat dengan Stikes Panti Waluya Malang. Kelompok PKK dimana anggotanya sebagian besar merupakan ibu - ibu rumah tangga.

Disamping itu kelompok PKK Kauman dalam kehidupan sehari-hari dalam penggunaan pengobatan tradisional sudah menjadikan suatu kebiasaan yang telah dilakukan secara turun-temurun berdasarkan pengalaman, selain itu dalam penggunaan obat tradisional (bahan obat alam) yang berasal dari tumbuhan porsinya lebih besar dibandingkan yang berasal dari hewan atau mineral, sehingga sebutan obat tradisional hampir selalu identik dengan tumbuhan obat karena sebagian besar obat tradisional berasal dari tumbuhan obat. Apalagi di era pandemi seperti saat ini dimana dibutuhkan stamina tubuh yang prima untuk mencegah terjadinya penularan virus corona disamping itu ada beberapa hal lain yang perlu diperhatikan antara lain 3M yakni mencuci tangan dengan sabun, memakai masker, dan menjaga jarak, tindakan TLI atau Tes, Lacak, dan Isolasi,

Langkah-langkah yang seperti diatas (untuk mencegah virus corona) semuanya penting. Tetapi penting juga bagi kita memperhatikan status kesehatan kita sehingga sistem kekebalan tubuh kita bisa berfungsi dengan baik. Ini sangat penting dalam masa-masa penuh tekanan seperti sekarang. Tetapi banyak yang menyarankan bahwa kondisi tubuh kita terutama tentang sistem kekebalan tubuh yang berfungsi dengan baik, layak mendapat prioritas yang lebih tinggi dalam kesehatan masyarakat. Maka dengan mengkonsumsi minuman kesehatan buah pare dapat membantu penurunan gula darah, kolesterol, mencegah kanker dan meningkatkan system imun tubuh sehingga akan dicapai gaya hidup masyarakat yang sehat maka hal ini dapat mencegah terjadinya suatu penyakit. Sama halnya seperti mencuci tangan secara menyeluruh.(Listina et al., 2020), Hingga saat ini, pandemi Covid-19 belum dapat dikendalikan. Bukannya menekan, angka harian kasus Covid-19 justru

meningkat. Berkaitan dengan kondisi saat ini, situasi pandemi Covid-19 di Indonesia masih belum menunjukkan tanda-tanda penurunan. Bahkan dia mengatakan, gelombang pertama masih terus berlangsung dan belum selesai. (Anung Ahadi Pradana, Casman, 2020)

Cara paling tepat untuk mengendalikan kondisi saat ini adalah dengan melakukan PSBB yang lebih ketat. Hal ini mampu menurunkan risiko penularan Covid-19 hingga 50 persen. "Dengan PSBB ketat, tentu kita dapat mengendalikan kasus Covid-19 yang ada meski tetap menunjukkan kasus baru per harinya. Namun dia mengingatkan, PSBB dapat berdampak dan bermanfaat hanya jika masyarakat menerapkan perilaku 3M, yakni mencuci tangan dengan sabun, memakai masker, dan menjaga jarak. Selain 3M, juga perlu terus dilakukan tes, lacak, dan isolasi (TLI). "Berdasarkan penelitian, perilaku 3M terbukti dapat mencegah dan menurunkan risiko hingga di atas 50 persen. Dengan catatan, perilaku 3M dilakukan dengan ketentuan dan berdasarkan pedoman yang benar, Sementara itu, tindakan TLI atau Tes, Lacak, dan Isolasi dapat bermanfaat jika dilakukan tak hanya mengejar banyaknya jumlah tes tetapi dengan memperhatikan cara yang benar dan tepat sasaran." (Anung Ahadi Pradana, Casman, 2020) (Retnaningsih et al., 2021)

Langkah-langkah yang diambil (untuk mencegah virus corona) semuanya penting. Tetapi penting juga bagi kita memperhatikan status kesehatan kita sehingga sistem kekebalan tubuh kita bisa berfungsi dengan baik. Ini sangat penting dalam masa-masa penuh tekanan seperti sekarang,

Dalam kasus terburuk, penurunan system kesehatan tubuh dapat membuka pintu bagi virus karena ketidakmampuan tubuh mempertahankan diri. Bagi orang-orang yang termasuk dalam kelompok risiko, bahaya terkena penyakit yang lebih parah pun menjadi sangat tinggi. terutama untuk golongan lansia dimana pada kaum lansia ini system fungsi organnya sudah mengalami penurunan maka perlu didukung oleh makanan yang punya gizi yang baik serta makanan kesehatan lainnya yang dapat meningkatkan system kesehatan tubuh bagi lansia. Sebab orang lanjut usia, yang merupakan kelompok risiko teratas dalam situasi saat ini, juga disebutkan cenderung tidak mendapatkan asupan nutrisi yang cukup (Sukmawati et al., 2021)

Pada dasarnya dalam tubuh kita dalam mengkosumsi makanan terdapat dua golongan nutrisi yaitu makronutrien seperti lemak, karbohidrat, dan protein, dan mikronutrien (vitamin, mineral, dan asam lemak omega. metabolisme sekunder) tidak menyediakan energi bagi tubuh, tetapi mereka tetap penting untuk fungsi dasar suatu organisme - tidak hanya untuk metabolisme sel, tetapi juga untuk sistem pertahanan tubuh, hal ini salah satunya dapat terpenuhi dengan mengkosumsi makanan kesehatan yang banyak mengandung unsur mikronutrien yang salah satunya terdapat metabolit sekunder antara lain glikosida, flavonoid, antioksidan, alkaloid dimana sangat bermanfaat bagi tubuh yaitu untuk kesehatan jantung, system pembuluh darah, system pencernaan, system syaraf dan masih banyak lagi dalam menunjang system kesehatan tubuh (Sukmawati et al., 2021).

Permasalahan Mitra

Kelompok PKK Kelurahan Kauman Kota Malang mempunyai pokja kesehatan yang secara berkala melakukan kegiatan menyangkut kesehatan hal

ini sangat sesuai dengan kegiatan kelompok PkM STIKes Panti Waluya Malang. Di kelompok PKK Kelurahan Kauman Kota Malang dalam kehidupan sehari-hari dalam penggunaan pengobatan tradisional sudah menjadikan suatu kebiasaan dan penggunaan buah pare dalam keseharian sudah sangat familiar, dimana untuk mendapatkan buah pare di daerah Kauman sangat mudah dan harganya terjangkau.

Masyarakat kelompok PKK Kelurahan Kauman Kota Malang masih mempunyai keterbatasan tentang keanekaragaman bentuk dari minuman kesehatan dari bahan herbal pada umumnya dan buah pare pada khususnya.

Justifikasi Permasalahan Prioritas

Berikut ini adalah justifikasi prioritas permasalahan yang dikelola dalam program pengabdian masyarakat ini:

- a) Informasi atau tingkat pengetahuan masyarakat mengenai obat tradisional masih minim karena terbatas hanya mengenai jamu. Disamping itu update informasi mengenai jamu yang mengandung BKO pun belum sampai ke semua lapisan masyarakat di berbagai daerah. Di era digital yang saat ini sangat mudah memperoleh informasi, tidak semua masyarakat dapat memahami informasi-informasi dari berita yang disampaikan, sehingga penyuluhan dan penjelasan langsung mengenai informasi yang sedang berkembang tetap diperlukan (Ramidani P, 2018)
- b) Kurangnya pengetahuan masyarakat dalam pengolahan bahan obat tradisional menjadi minuman kesehatan. Terutama dalam pemilihan bahan, cara pembuatan, pengemasan dan penyimpanan. (Dirhamsyah, 2018).

Maka dari itu perlu kiranya masyarakat diberikan pengetahuan cara pembuatan minuman kesehatan dari buah pare

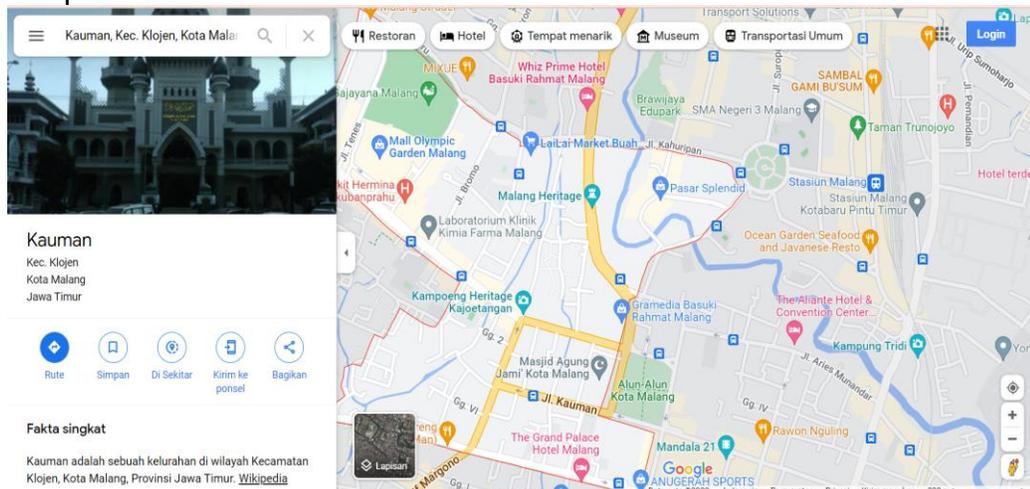
Cara pembuatan minuman kesehatan dari buah pare ini dapat dimulai dari

1. Pemilihan bahan alam (buah pare) yang banyak mengandung zat yang dapat meningkatkan sistem kesehatan tubuh
2. Pembuatan minuman kesehatan dari buah pare dengan jalan buah pare yang tua di rajang tipis-tipis
3. Rajangan buah pare kemudian dicuci(dibilas) dengan air bersih dan mengalir sampai bersih.
4. Rajangan buah pare yang telah dicuci dengan air bersih kemudian ditiriskan dan diangin-anginkan sampai tetesan air tinggal sedikit
5. Rajangan buah pare yang telah ditiriskan kemudian di oven dengan berbagai suhu 100°C sampai setengah kering
6. Buah pare yang setengah kering kemudian di sangrai sampai kering dengan menggunakan api sedang
7. Buah pare yang sudah kering dikeluarkan dari penyangraian dan diangin-anginkan sampai buah pare dingin
8. Buah pare yang sudah dingin kemudian diblender (ditumbuk) sampai halus dan diayak
9. Serbuk buah pare yang sudah diayak kemudian di packaging dan dilabeli. (Fadhilah & Saryanti, 2019b), (Mutiara & Wildan, 2014b).

2. MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah pengabdian masyarakat sebagai berikut:

- a. Masih kurangnya pengetahuan masyarakat anggota PKK Kelurahan Kauman Malang tentang pemanfaatan simplisia buah pare sebagai minuman kesehatan
- b. Masih kurangnya pengetahuan masyarakat anggota PKK Kelurahan Kauman Malang tentang cara pembuatan dan pengolahan minuman kesehatan buah pare



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. METODE

a. Tahap Persiapan

Pendekatan yang perlu dilakukan untuk mencapai target dan luaran yang optimal dengan menggunakan media sosial antara lain:

1. Pembuatan video tentang pengenalan potensi dan pembuatan minuman kesehatan buah pare untuk pengabdian masyarakat di anggota PKK Kelurahan Kauman Malang
2. Mengupload video ke media social
3. Melakukan PKM ke anggota PKK Kelurahan Kauman Malang melalui media zoom

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan Pemberdayaan masyarakat dalam pengenalan potensi dan pembuatan minuman kesehatan buah pare untuk meningkatkan sistem kesehatan dimasa pademi Covid 19 dilakukan dengan cara antara lain

1. Memberikan pengetahuan tentang bahan alam terutama buah pare yang bisa digunakan untuk meningkatkan sistem kesehatan tubuh.
2. Memberikan pengetahuan tentang cara pembuatan minuman kesehatan buah pare untuk meningkatkan sistem kesehatan tubuh bagi masyarakat
3. Memberikan pengetahuan tentang cara konsumsi dan cara penyimpanan minuman kesehatan buah pare untuk meningkatkan sistem kesehatan tubuh

4. Sedangkan cara pembuatan minuman kesehatan buah pare dilakukan sebagai berikut :
 - a) Pemilihan bahan alam (buah pare) yang banyak mengandung zat yang dapat meningkatkan sistem kesehatan tubuh
 - b) Pembuatan minuman kesehatan buah pare dengan jalan buah pare yang tua di rajang tipis-tipis.
 - c) Rajangan buah pare kemudian dicuci(dibilas) dengan air bersih dan mengalir sampai bersih dari kotoran.
 - d) Rajangan buah pare yang telah dicuci dengan air bersih kemudian ditiriskan dan diangin-anginkan sampai tetesan air tinggal sedikit
 - e) Rajangan buah pare yang telah ditiriskan kemudian di oven dengan suhu 100°C sampai setengah kering
 - f) Buah pare yang setengah kering kemudian di sangria di api kecil sampai kering
 - g) Buah pare yang sudah kering dikeluarkan dari bejana tanah (yang digunakan untuk menyanggrai) dan diangin-anginkan sampai buah pare dingin
 - h) Buah pare yang sudah dingin kemudian ditumbuk atau di blender sampai halus kemudian di ayak
 - i) Buah pare yang telah di ayak kemudian di packaging sebanyak 1 gram dan dilabeli.(Fadhilah & Saryanti, 2019), (Mutiara & Wildan, 2014)

c. Tahap evaluasi

Evaluasi dilakukan terhadap kegiatan pengabdian masyarakat terutama terhadap anggota PKK Kelurahan Kauman Malang yang mengikuti presentasi dan konten video pada saat kegiatan tatap muka pengabdian masyarakat tentang pemberdayaan masyarakat dalam pengenalan potensi dan pembuatan minuman kesehatan buah pare untuk meningkatkan sistem kesehatan untuk anggota PKK Kelurahan Kauman Malang dimasa pademi Covid 19 dengan cara pengisian kuisioner yang disebar lewat acara pengabdian masyarakat di Kelurahan Kauman Malang.

Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Tabel Kegiatan dan Hasil Kegiatan PkM di Kelompok PKK di Kelurahan Kaum Kota Malang

Waktu	Kegiatan	Tujuan	Hasil
6 Desember 2021	Pembelian bahan untuk pembuatan minuman kesehatan buah pare	Mendapatkan bahan pembuatan minuman kesehatan buah pare yang baik	Mendapatkan bahan pembuatan kripik pare sesuai dengan spesifikasi yang telah ditentukan
7 Desember 2021	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pembuatan minuman kesehatan buah pare 2. Pengambilan video pada saat pembuatan minuman 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Didapatkan hasil sediaan minuman kesehatan buah pare 2. Didapatkan video pembuatan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bahan PkM minuman kesehatan buah pare 2. Video pembuatan minuman kesehatan buah pare

	kesehatan buah pare	minuman kesehatan buah pare	
8 Desember 2021	1. Editing video pembuatan minuman kesehatan buah pare 2. Pembuatan label minuman kesehatan buah pare	1. Didapatkan hasil video pembuatan minuman kesehatan buah pare yang baik 2. Didapatkan label minumankesehat an buah pare yang baik	1. Video pembuatan minuman kesehatan buah pare yang siap digunakan untuk PkM 2. Label minuman kesehatan buah pare yang baik
17 Desember 2021	Presentasi dengan pembuatan minuman kesehatan buah pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang	PkM topik Melakukan Presentasi dengan pembuatan pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang	Presentasi PkM dengan topik pembuatan kripik pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang
7 Januari 2022	Diskusi PkM dengan pembuatan minuman kesehatan buah pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang	tentang topik Melakukan diskusi PkM dengan pembuatan minuman kesehatan buah pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang	Diskusi PkM dengan topik pembuatan minuman kesehatan buah pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang
8 Januari 2022	Evaluasi PkM dengan pembuatan minuman kesehatan buah pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang	tentang topik Melakukan evaluasi PkM dengan pembuatan minuman kesehatan buah pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang	Evaluasi (melalui google form) PkM dengan topik pembuatan minuman kesehatan buah pare kepada kelompok PKK Kel Kauman Kota Malang

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik Pemberdayaan Masyarakat dalam Pengenalan Potensi dan Pembuatan minuman kesehatan buah pare dalam Meningkatkan Sistem Kesehatan di Masa Pandemi Covid 19 Terhadap Kelompok PKK di Kelurahan Kauman Kota Malang dapat berjalan baik dan lancar sesuai dengan jadwal yang dirancang oleh tim pengabdian masyarakat. Dalam program pengabdian masyarakat ini untuk permasalahan

a. Kurangnya pengetahuan masyarakat anggota PKK Kelurahan Kauman Malang tentang pemanfaatan simplisia buah pare sebagai minuman kesehatan ini

dapat ditingkatkan hal ini dapat dilihat dari hasil tanya jawab dengan anggota PKK Kelurahan Kauman sebagai berikut :

- 1) Sebaiknya buah pare yang bagaimana untuk digunakan sebagai minuman kesehatan buah pare?
- 2) Apakah ada efek samping yang ditimbulkan apabila penggunaan minuman kesehatan buah pare ini digunakan dalam jangka waktu yang lama?

Yang dijawab oleh tim pengabdian masyarakat sebagai berikut

- 1) Buah pare yang digunakan sebagai minuman kesehatan dipilih buah pare yang tidak terlalu mudah dan tua.
- 2) Ada apabila penggunaannya berlebihan

Serta hasil kuesioner yang dapat meningkatkan pengetahuan dapat dilihat sebagai berikut

- 1) Pada pertanyaan apakah dalam penyampaian materi tentang pembuatan minuman kesehatan dari buah pare terjadi interaksi antara narasumber dengan peserta berjalan dengan baik?, didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat interaksi sebanyak 37,5% dan interaksi sebanyak 62,5%.
- 2) Pada pertanyaan apakah khasiat dari buah pare sebagai minuman kesehatan adalah?, didapatkan hasil koresponden yang menjawab benar sebanyak 75% dan tidak benar sebanyak 25%



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan PKM

- b. Masih kurangnya pengetahuan masyarakat anggota PKK Kelurahan Kauman Malang tentang cara pembuatan dan pengolahan minuman kesehatan buah pare dapat ditingkatkan hal ini dapat dilihat dari hasil tanya jawab dengan anggota PKK Kelurahan Kauman sebagai berikut :

- 1) Berapa banyak pemakaian minuman kesehatan buah pare tersebut digunakan dalam sehari?
- 2) Sebaiknya seberapa panas air yang digunakan dalam penggunaan minuman kesehatan buah pare tersebut?
- 3) Bagaimana untuk menghilangkan rasa pahit pada minuman kesehatan buah pare tersebut?

Yang dijawab oleh tim pengabdian masyarakat sebagai berikut

- 1) Aturan pakai penggunaan minuman kesehatan buah pare dalam sehari sebaiknya dipakai 2-3 kali sehari

- 2) Air yang digunakan dalam minuman kesehatan buah pare ini adalah air panas dengan suhu 80°C -100°C
 - 3) Untuk menghilangkan rasa pahit dapat dilakukan dengan merendam buah pare yang telah dirajang dengan menggunakan garam dapur
- Serta hasil kuesioner yang dapat meningkatkan pengetahuan dapat dilihat sebagai berikut
- 1) Apakah penyuluhan tentang pembuatan minuman kesehatan dari buah pare ini dalam penyampaiannya sesuai dengan harapan Anda? didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat sesuai sebanyak 34,37% dan sesuai sebanyak 65,63%.
 - 2) Pada pertanyaan apakah penyuluhan tentang pembuatan minuman kesehatan dari buah pare ini bermanfaat bagi Anda ? didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat bermanfaat sebanyak 46,87% dan bermanfaat sebanyak 53,13%.
 - 3) Pada pertanyaan apakah dalam penyampaian materi tentang pembuatan minuman kesehatan dari buah pare narasumber menguasai materi yang disampaikan? didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat menguasai sebanyak 34,37% dan menguasai sebanyak 65,63%.
 - 4) Pada pertanyaan apakah penyuluhan tentang pembuatan minuman kesehatan dari buah pare ini dapat memotivasi/dan memberikan ide baru bagi Anda? didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat memotivasi sebanyak 37,5% dan memotivasi sebanyak 62,5%
 - 5) Pada pertanyaan apakah cara pembuatan minuman kesehatan dari buah pare ini mudah anda pahami?, didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat mudah dipahami sebanyak 21,88% dan mudah dipahami sebanyak 78,12%.
 - 6) Pada pertanyaan apakah kesempatan diskusi tanya jawab tentang pembuatan minuman kesehatan dari buah pare ini tersedia cukup waktu? didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat tersedia cukup waktu sebanyak 28,12%, tersedia cukup waktu sebanyak 3,12 % dan kurang cukup waktu sebanyak 68,75%.
 - 7) Pada pertanyaan apakah jawaban hasil diskusi dengan peserta dari narasumber dalam menjelaskan materi (jawaban) dapat memuaskan anda?, didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat memuaskan sebanyak 40,63% dan memuaskan sebanyak 59,37%.
 - 8) Pada pertanyaan apakah durasi waktu pemberian penyuluhan terhadap pemanfaatan buah pare yang digunakan sebagai minuman kesehatan ini sudah sesuai dengan waktu yang telah disediakan?, didapatkan hasil koresponden yang menjawab sangat sesuai sebanyak 21,88% dan sesuai sebanyak 78,12%



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan

5. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan PkM Pembuatan Minuman Kesehatan Buah Pare yang dilakukan oleh tim STIKes Panti Waluya Malang terhadap kelompok PKK Kelurahan Kauman Kota Malang dapat berjalan dengan baik, lancar, dan sukses. Hasil yang diperoleh dari pengabdian masyarakat melalui hasil kuesioner yang didapatkan dari jumlah prosentase dengan nilai rata-rata

- a. Untuk peningkatan pengetahuan terhadap manfaat dan khasiat buah pare sebagai bahan alam 75%, dan
- b. Peningkatan cara pembuatan sediaan minuman kesehatan buah pare 78,12%. Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat terhadap anggota PKK Kelurahan Kauman Kota Malang dapat disimpulkan bahwa kegiatan berjalan dengan baik dan lancar

6. DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, I. D. P. A., Meles, D. K., Zakaria, S., & Suwasanti, N. (2016). Efek Anti Diabetes Buah Pare (*Momordica charantia* Linn .) Terhadap Kadar Glukosa Darah , Sel Penyusun Pulau Langerhans dan Sel Leydig pada Tikus Putih Hiperglikemia. *Acta Veterinaria Indonesiana*, 4(2).
- Anung Ahadi Pradana , Casman, N. (2020). Pengaruh Kebijakan Social Distancing Pada Wabah Covid-19 Terhadap Kelompok Rentan Di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia JKKI*, 09(02), 61-67.
- Atmadja, T. F. A., Yuniyanto, A. E., Yuliantini, E., Haya, M., Faridi, A., & Suryana, S. (2020). Gambaran sikap dan gaya hidup sehat masyarakat Indonesia selama pandemi Covid-19. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 195. <https://doi.org/10.30867/action.v5i2.355>
- BPOM, B. P. O. dan M. (2020). *Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi COVID-19 di Indonesia*.
- Fadhilah, I. N., & Saryanti, D. (2019a). Formulasi Dan Uji Stabilitas Fisik Sediaan Tablet Ekstrak Buah Pare (*Momordica charantia* L .) Secara Granulasi Basah. *Smart Medical Journal*, 2(1).
- Fadhilah, I. N., & Saryanti, D. (2019b). Formulasi dan Uji Stabilitas Fisik Sediaan Tablet Ekstrak Buah Pare (*Momordica charantia* L) Secara

- Granulasi Basah. *Smart Medical Journal*, 2(1).
<https://doi.org/10.13057/smj.v2i1.29676>
- Hakim, L. N. (2020). Pelindungan Lanjut Usia Pada Masa Pandemi Covid-19. *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI*, XII(10).
- Listina, O., Solikhati, D. I. K., & Fatmah, I. S. (2020). Edukasi Corona Virus Disease 19 (Covid-19) Melalui Penyebaran Poster Kepada Masyarakat Kecamatan Slawi Kabupaten Tegal. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 1(2), 10-10.
- Meidyrianto, R. K., Hamidah, S., & Lastariwati, B. (2019). Extra Biji Buah Pare (*Momordica charantia*) dan Sari Kacang Kedelai untuk Minuman Tambahan dalam Meningkatkan Imunitas Penderita HIV. *Home Economics Jurnal*, 3(2), 38-61.
- Mutiara, E. V., & Wildan, A. (2014a). Ekstraksi Flavonoid dari Daun Pare (*Momordica charantia* L.) Berbantu Gelombang Mikro Sebagai Penurun Kadar Glukosa Secara in Vitro. *Metana*, 10(01), 1-11.
- Mutiara, E. V., & Wildan, A. (2014b). Ekstraksi Flavonoid Dari Daun Pare (*Momordica Charantia* L.) Berbantu Gelombang Mikro Sebagai Penurun Kadar Glukosa Secara in Vitro. *Metana*, 10(01), 1-11.
<https://doi.org/10.14710/metana.v10i01.9771>
- Parawansah, Rahmawati, Sudayasa, I. P., Kholidha, A. N., Eso, A., & Nuralifah. (2019). Pengaruh Fraksi Ekstrak Buah Pare (*Momordica Charantia* L.) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Tikus yang Diinduksi Streptozotocin. *Majalah Farmasetika*, 4(Suppl 1), 84-92.
- Permana, E., Lestari, I., Marlinda, L., Tarigan, I. L., Andika, Y., Taradepa, O., & Bagus, A. E. (2019). *Peningkatan Dan Pemberdayaan Industri Keripik Pare Di Jambi*. December, 0-5.
<https://doi.org/10.37695/pkmsr.v2i0.365>
- Pratama, A. N. (2019). Potensi Antioksidan Buah Pare (*Momordica Charantia* L.) Terhadap Dislipidemia Metode. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 304-310. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.174>
- Retnaningsih, D., Astuti, L. I., Ulya, M., Listiowanti, Afifah, N., & Ramadhan, P. (2021). Penyegaran Kader Posyandu Balita dan Lansia Dalam Kondisi Pandemi Covid-19 di Wilayah Kelurahan Ngaliyan Kota Semarang. *Journal of Community Health Development*, 2(1).
- Rintyarna, B. S., & Qodariyah, N. (2020). Inovasi Produk Pare Menjadi Aneka Olahan Pare. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks*, 6(1), 67-72.
- Sukmawati, I. K., Lisni, I., Hartini, N., & ... (2021). Optimalisasi Peran Tenaga Teknik Kefarmasian (Ttk) Pada Pelaksanaan Swamedikasi Vitamin Sebagai Penguat Sistem Imun Dimasa *Jurnal ABDIMAS ...*, 01(01), 82-93.