

**PELATIHAN PEMBUATAN INFUSED WATER BERBAHAN BUAH-BUAHAN ALAMI
DALAM UPAYA MENJAGA DAYA TAHAN TUBUH DI PANDUK SURABAYA**

Suci Hania Yahya

Ekonomi Pembangunan, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email: sucihania77@gmail.com

Mamang Efendy

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email: mamangefendy@untag-sby.ac.id

Abstrak

Permasalahan yang dijumpai oleh mahasiswa pada lingkungan RT 01 RW 04 Panduk Surabaya adalah kurangnya kesadaran masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat seperti masih banyaknya masyarakat yang mengkonsumsi makanan dan minuman yang tidak bergizi. Selain itu, banyak juga masyarakat sekitar yang belum mengenal infused water. Oleh karena itu, mahasiswa bermaksud untuk memberikan pelatihan pembuatan infused water maupun edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya penerapan pola hidup sehat dan memberikan ide berupa inovasi produk yang berkonsep minuman sehat yang terbuat dari campuran buah-buahan alami. Mahasiswa melalukan pengabdian masyarakat berupa pelatihan sebagai bentuk aksi dari mahasiswa selaku pengusul program terkait ide atau inovasi baru terhadap pembuatan minuman yang berasal dari buah buahan agar warga bisa terbiasa dengan adanya konsep healthy drink untuk meningkatkan kualitas kesehatan sehingga imunitas tubuh akan bertambah baik. Luaran yang nantinya akan saya hasilkan yaitu berupa produk infused water dan Karya Desain berupa logo. Metode Pelaksanaan yang saya lakukan di RT 01 RW 04 Desa Panduk Kecamatan Tenggilis Mejoyo Kota Surabaya yaitu analisis situasi dan permasalahan. Dari analisis situasi dan permasalahan yang saya dapatkan terhadap lokasi tersebut maka dapat dihasilkan ide, koordinasi, pelaksanaan dan laporan. Dengan adanya pelatihan ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan dapat meningkatkan keinginan masyarakat RT 01 RW 04 Panduk Surabaya dalam menerapkan pola hidup sehat.

Kata Kunci : Pelatihan, Kesehatan, Infused Water, Imunitas, Healthy

Pendahuluan

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata merupakan kegiatan rutin mahasiswa sebagai bagian dari proses pendidikan yang dilakukan dengan cara memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa untuk hidup di tengah-tengah masyarakat di luar kampus dan secara langsung mengidentifikasi serta menangani masalah pembangunan yang dihadapi. Hal ini berhubungan dengan pembinaan mahasiswa sebagai *Agent Of Change* yang berperan dalam pengembangan dan peningkatan kemampuan masyarakat sekaligus memberikan wacana dan solusi membangun lingkungan sekitar dan negara, melalui proses belajar sesuai dengan bidang keprofesian yang dimiliki. Pelaksanaan KKN ini ditujukan untuk menumbuh kembangkan empati dan kepedulian terhadap berbagai permasalahan yang riil dihadapi masyarakat dan pembangunan berkelanjutan yang diperlukan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mewujudkan kesejahteraan masyarakat.

Infused water merupakan alternatif baru dalam memenuhi kebutuhan tubuh akan air dengan konsep yang menarik serta bervitamin. Metode ini merupakan kombinasi air putih yang dicampurkan dengan beberapa buah-buahan sesuai selera sesuai dengan kebutuhan. Kandungan gizi dari infused water ini tidak memiliki perbedaan dengan mengkonsumsi buah-buahan selama penyajiannya tidak menambahkan bahan yang mudah larut seperti gula atau sirup. Infused water

merupakan cara yang praktis untuk mengkonsumsi air dan manfaat buah dalam memenuhi kebutuhan tubuh akan hidrasi dan vitamin (Haribowo, 2014).

Di RT 01 RW 04 Desa Panduk Kecamatan Tenggilis Mejoyo Kota Surabaya, Jawa Timur belum adanya masyarakat yang mengetahui tentang infused water, oleh karena itu ide saya bisa dijadikan sebagai trobosan baru bagi warga sekitar. Saya ingin memberikan inovasi produk baru dari olahan buah-buahan, karena menurut saya minuman tersebut baik untuk kesehatan serta sangat layak untuk dikonsumsi. Berkaitan dengan masa endemik covid-19 saya ingin mengajak warga sekitar untuk lebih memperhatikan kesehatannya dengan mengkonsumsi makanan atau minuman yang berbahan dasar buah-buahan alami dan menyehatkan bagi tubuh. Oleh karena itu, saya memilih sasaran warga sekitar di RT 01 RW 04 Desa Panduk Kecamatan Tenggilis Mejoyo Kota Surabaya, Jawa Timur sebagai mitra untuk kegiatan Kuliah Kerja Nyata saya. Kuliah Kerja Nyata sendiri merupakan bentuk pengabdian nyata mahasiswa kepada masyarakat. Dalam kegiatan pengabdian ini mahasiswa melakukan identifikasi masalah secara langsung serta menangani masalah-masalah tersebut. Pengabdian yang akan saya lakukan di RT 01 RW 04 Desa Panduk Kecamatan Tenggilis Mejoyo Kota Surabaya, Jawa Timur selain memberikan inovasi produk yaitu infused water, saya akan memberikan pelatihan kepada warga sekitar di RT 01 RW 04 Desa Panduk Kecamatan Tenggilis Mejoyo Kota Surabaya, Jawa Timur sebagai bentuk aksi dari saya selaku pengusul program inovasi produk tersebut, serta memberikan pengetahuan tentang cara pembuatan dan pengemasan yang baik.

Tujuan kegiatan pelatihan pembuatan infused water ini yaitu untuk menciptakan suatu produk minuman yang kreatif dan inovatif yang tetap memperhatikan kesehatan serta kecocokan konsumsi bagi masyarakat segala usia dan juga memberikan informasi kepada masyarakat bahwa produk olahan minuman berbahan buah-buahan alami dapat meningkatkan daya tahan tubuh.

Metode

1. Analisis Situasi

Analisis situasi dari observasi di lapangan dalam hal ini lingkungan kampung yang kurang mengetahui tentang pentingnya menjaga daya tahan tubuh. Maka dari itu saya membantu untuk memanfaatkan buah-buahan sebagai bahan dasar untuk pembuatan infused water.

2. Permasalahan

Permasalahan yang dihadapi oleh warga Panduk RT 01/RW 04 terdapat pada kurangnya inovasi baru terhadap pengolahan buah-buahan.

Dari hasil analisis situasi dan permasalahan yang didapat pada lokasi. Maka dapat dimunculkannya :

1. Ide

Ide merupakan sebuah gagasan dari mahasiswa dalam mengatasi masalah dan memberikan solusi untuk masyarakat sekitar. Dalam hal ini penulis memberikan solusi untuk melakukan pelatihan pembuatan infused water.

2. Koordinasi

Setelah menumakan ide, perlu melakukan koordinasi dengan RT setempat dan juga perwakilan dari warga tentang program pengabdian yang akan dilakukan di lapangan.

3. Pelaksanaan

4. Jika koordinasi telah disetujui oleh ketua RT, pelaksanaan program akan dilakukan dan dikerjakan di lapangan serta dilengkapi dengan foto ataupun video sebagai dokumentasi.

5. Laporan

Setelah pelaksanaan sudah selesai dilaksanakan, dibutuhkannya membuat sebuah laporan akhir meliputi hasil-hasil data yang diperoleh di lapangan pada saat kegiatan tersebut berlangsung.

Hasil Dan Pembahasan

Berdasarkan permasalahan yang ada di sekitar warga RT 01 RW 04 Panduk Tenggilis Mejoyo yang dihadapi maka saya selaku pengusul program berusaha untuk mengatasi permasalahan dengan berbagai cara diantaranya:



Gambar 1.1 Gambar 1.2

1. Penulis memberikan pelatihan proses pembuatan infused water dengan bahan dasar buah buahan kepada warga sekitar RT 01 RW 04 Panduk Tenggilis Mejoyo.



Gambar 2.1 Gambar 2.2

2. Penulis dan Warga RT 01 RW 04 Panduk Tenggilis Mejoyo berkumpul bersama dan penulis memaparkan materi pentingnya mengkonsumsi infused water untuk meningkatkan imunitas tubuh.



Gambar 3.1 Gambar 3.2

3. Penulis membagikan produk kepada warga yang telah ikut serta menjalankan program kegiatan KKN yang diadakan oleh Suci Hania Yahya.

Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan KKN ini dilaksanakan mulai dari tanggal 30 Mei 2022 hingga 30 Juni 2022. Adapun tempat pelaksanaan kegiatan KKN ini berlokasi di Ds. Panduk Kecamatan Tenggilis Mejoyo Kota Surabaya.

Kegiatan KKN ini berjudul "Pelatihan Pembuatan Infused Water Berbahan Buah-buahan Alami dalam Upaya Menjaga Daya Tahan Tubuh".

Adapun program kerja kegiatan kerja kuliah nyata yang dilakukan oleh penulis antara lain:

- 1) Memberikan pelatihan pembuatan infused water.
- 2) Memberikan edukasi pentingnya mengkonsumsi minuman yang berbahan dasar buah buahan.
- 3) Memberikan inovasi untuk menjadi pelaku UMKM.
- 4) Mengajak warga sekitar RT 01 RW 04 Panduk Surabaya untuk menjalani pola hidup yang sehat.

Ucapan Terima Kasih

Artikel seminar ini disusun sebagai salah satu penilaian dari seluruh program Kuliah Kerja Nyata serta untuk mengetahui sejauh mana program kegiatan mahasiswa dalam melaksanakan KKN dapat terealisasi dengan baik. Dengan tujuan untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat, kami berharap semoga seluruh program yang telah berjalan dapat bermanfaat bagi kedua belah pihak. Kami menyadari bahwa pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata dan penyusunan artikel ini tidak lepas dari bimbingan, dorongan dan bantuan baik materi maupun non materi dari berbagai pihak, sehingga program-program yang telah direncanakan dapat terealisasi dengan baik dan dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Oleh karena itu perkenankanlah saya mengucapkan ucapan terimakasih kepada:

1. Allah SWT, yang selalu ada dalam setiap langkah, atas karunia, hidayah, akal, pikiran, kekuatan, kesehatan dan segala kemudahan-Nya
2. Kepada kedua orang tua dan keluarga yang telah memberi dukungan moril dan materil
3. Yayasan Perguruan Tinggi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
4. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, M.M.,CMA.,CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
5. Bapak Dr. H. Slamet Riyadi,M.Si., AK., CA selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis

6. Aris Heri Andriawan, S.T., M.T. Selaku Ketua LPPM Untag Surabaya
7. Bapak Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Dosen Pendamping Lapangan yang telah mendidik dan memberikan bimbingan selama masa pengabdian
8. Bapak Slamet selaku Ketua RT 01 RW 04 Panduk Surabaya
9. Warga sekitar RT 01 RW 04 Panduk Surabaya

Daftar Pustaka

- Effendi, Daud. 2010. "Program KKN Harus Sesuai Kebutuhan Masyarakat". Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Chandra, dkk. 2017. Pengaruh Lama Penyimpanan Infused Water Lemon (Citrus Limon) Dan Mentimun (Cucumissativus L) Terhadap Pertumbuhan Bakteri. F. MIPA Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- Fuza. 2017. Pengaruh Lama Perendaman Dan Penambahan Kurma Terhadap Kadar Vitamin C Infused Water Lemon-Daun Mint. Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor.
- Ika, Akhmad, Nanik. 2015. Aktivitas Antioksidan Infused Water Dengan Variasi Jenis Jeruk (Nipis, Lemon, Dan Baby) dan Buah Tambahan (Stroberi, Anggur Hitam, Dan Kiwi). Fakultas Teknologi
- Putri, E. P. (2022, October). GREEN ENVIRONMENT THROUGH WASTE REDUCE, REUSE, AND RECYCLE IN GREEN VILLAGES OF SURABAYA CITY, INDONESIA. In Proceeding of Green Environment Related To Reuse, Recycle And Reduce From Waste Conference (Vol. 1, No. 1, pp. 49-52).