

EDUKASI PEMBUATAN DAN PEMANFAATAN TANAMAN SEREH DAN LEMON SEBAGAI MINUMAN “SEMON” DI RW 06 KELURAHAN KALIJAGA

**Tonasih, Erni Ratna Suminar, *Sevhania Pratista, Larissa Nanda Yuniar,
Hikmah Jamiatun
Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon**

Email : Sevhania03@gmail.com

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman sereh (*Cymbopogon citratus*) dan lemon (*Citrus limon*) sebagai minuman herbal kaya khasiat. Program dilaksanakan pada 11 Februari 2025 di Gedung Serba Guna RT 03 RW 06 Kelurahan Kalijaga, Kota Cirebon, dengan metode yang meliputi pra-kegiatan berupa persiapan materi dan koordinasi, kegiatan inti berupa penyuluhan serta demonstrasi pembuatan minuman sereh dan lemon (Semon), serta pasca-kegiatan berupa evaluasi melalui diskusi dan pembagian produk jadi kepada peserta. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi dari masyarakat, khususnya ibu-ibu, yang aktif mengikuti demonstrasi dan memahami manfaat sereh dan lemon sebagai minuman kesehatan. Minuman Semon terbukti sederhana dalam pembuatan, kaya kandungan bioaktif, serta bermanfaat bagi kesehatan, antara lain sebagai antioksidan, penurun risiko penyakit degeneratif, dan detoksifikasi tubuh. Melalui kegiatan ini, masyarakat tidak hanya memperoleh wawasan baru tentang pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA), tetapi juga berpotensi mengembangkan keterampilan ini menjadi peluang usaha berbasis minuman herbal.

Kata kunci: sereh, lemon, minuman herbal, pengabdian masyarakat, TOGA

ABSTRACT

*This community service program aimed to enhance community knowledge and skills in utilizing lemongrass (*Cymbopogon citratus*) and lemon (*Citrus limon*) as a health-promoting herbal drink. The activity was conducted on February 11, 2025, at the Community Hall of RT 03 RW 06, Kalijaga Village, Cirebon City. The method consisted of three stages: pre-activity preparation of materials and coordination, main activities involving health education and a hands-on demonstration of lemongrass-lemon drink (Semon) preparation, and post-activity evaluation through discussion and distribution of the final product to participants. The results revealed high enthusiasm from the community, especially women, who actively participated in the demonstration and gained a deeper understanding of the health benefits of lemongrass and lemon. Semon was found to be easy to prepare, rich in bioactive compounds, and beneficial for health, including antioxidant properties, reducing the risk of degenerative diseases, and supporting body detoxification. This program not only provided new insights into the use of family medicinal plants (TOGA) but also offered opportunities for communities to develop herbal drink-based entrepreneurship.*

Keywords: lemongrass, lemon, herbal drink, community service, TOGA

PENDAHULUAN

Tanaman yang berkhasiat sebagai obat dan dapat ditemui di wilayah RW 06 Kelurahan Kalijaga yaitu tanaman sereh yang tumbuh di area perkarangan rumah ataupun kebun kebun milik warga sekitar. Sereh atau sereh (*Cymbopogon citratus*) merupakan tanaman yang mempunyai berbagai kandungan senyawa bioaktif yang bermanfaat untuk antioksidan, anti-diabetes, anti-malaria, anti-hepatotoxic, anti-obesitas, anti-hipertensi, dan aromanya mampu untuk mengatasi kecemasan. Selain itu juga, Sereh mempunyai kandungan saponin, flavonoid, polifenol, alkaloid, dan minyak atsiri. Tanaman ini mudah tumbuh pada berbagai tanah yang memiliki kesuburan cukup dan tidak memerlukan perawatan khusus (Anita Anita et al., 2024). Di Wilayah Rw 06 keberadaan Sereh tergolong melimpah, namun untuk pemanfaatannya masih belum optimal.

Lemon (*Citrus limon*) adalah salah satu famili dari tanaman jeruk yang dikenal dengan nama *citrun*, buahnya berbentuk lonjong, bulat dengan diameter 5-7 cm atau lebih ada tonjolan pada ujungnya, tidak berbiji kalau ada biasanya satu atau dua, warna kulit pada buah yang telah matang berwarna kuning cerah, rasanya asam, sedikit manis. Lemon lebih populer dalam industri kuliner karena memiliki aroma citrus yang segar dan bagian yang digunakan air perasan. Dibalik rasanya yang asam jeruk lemon (*Citrus limon*) merupakan tanaman yang sangat bermanfaat bagi kesehatan maupun untuk kecantikan. Lemon mempunyai berbagai vitamin, seperti vit A, B6, dan C. Jeruk lemon mengandung 3,7% asam sitrat dan vitamin C 40-50 mg/100 g. Selain itu lemon mengandung beragam nutrisi seperti kalium, kalsium, fosfor, magnesium, zinc, dan berbagai antioksidan seperti hesperidin, diosmin, dan eriocitrin. Dengan adanya berbagai vitamin dan nutrisi tersebut, membuat lemon memberikan manfaat yang cukup banyak bagi tubuh (Hardaningtyas et al., 2021).

Sereh dan lemon merupakan dua tanaman obat keluarga atau sering di sebut TOGA yang memiliki banyak khasiat. Minuman sereh dan lemon ini memiliki manfaat detoksifikasi, antara lain dapat mengeluarkan toksin dan lemak yang menumpuk serta dapat membantu dalam menghilangkan racun dari tubuh dengan menghilangkan retensi cairan (Maulana et al., 2023). Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan dengan mengadakan penyuluhan dan demonstrasi untuk masyarakat di wilayah RW 06 Kelurahan Kalijaga. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan wawasan tambahan dan keterampilan tentang pembuatan minuman sereh dan lemon bisa juga disebut minuman Semon sebagai minuman yang memiliki manfaat yang bisa di buat dan konsumsi sendiri, maupun dijual.

METODE

Pengabdian masyarakat dalam kegiatan KKN-Tematik 2025 ini dilaksanakan pada hari Selasa, 11 Februari 2025 di Gedung Serba Guna (GSG) RT 03 RW 06 Kedung Menjangan, Kelurahan Kalijaga, Kota Cirebon. Metode pelaksanaan dibagi menjadi tiga tahap, yaitu:

1. Pra-Kegiatan

Tahap awal diawali dengan koordinasi bersama perangkat RW dan tokoh masyarakat untuk menentukan lokasi serta sasaran kegiatan. Tim KKN juga menyiapkan materi penyuluhan mengenai manfaat sereh (*Cymbopogon citratus*) dan lemon (*Citrus limon*) serta mempersiapkan bahan dan alat yang diperlukan untuk demonstrasi pembuatan minuman Semon (sereh-lemon). Selain itu, dilakukan sosialisasi dan undangan kepada warga agar berpartisipasi dalam kegiatan.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Pada hari pelaksanaan, kegiatan diawali dengan registrasi peserta melalui pengisian daftar hadir. Selanjutnya dilakukan penyuluhan mengenai kandungan gizi, manfaat kesehatan, dan peluang ekonomi dari sereh dan lemon. Setelah itu, tim melakukan demonstrasi langsung cara pembuatan minuman Semon, dimulai dari tahap persiapan bahan, teknik perebusan sereh, pencampuran air perasan lemon, hingga penyajian. Peserta juga diberikan kesempatan untuk mencoba secara langsung proses pembuatan minuman tersebut.

3. Pasca-Kegiatan

Setelah demonstrasi selesai, peserta diberikan kesempatan melakukan sesi tanya jawab serta diskusi mengenai pemanfaatan minuman Semon baik untuk konsumsi keluarga maupun peluang usaha kecil. Tim KKN juga membagikan leaflet berisi resep, manfaat kesehatan, dan tips penyajian. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui wawancara singkat kepada peserta terkait pemahaman materi dan ketertarikan untuk membuat atau mengembangkan produk serupa.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul Edukasi Pembuatan dan Pemanfaatan Tanaman Sereh Sebagai Minuman Kaya Khasiat, telah dilaksanakan pada hari Selasa, 11 Februari 2025 pada pukul 13.00-15.00 WIB. Kegiatan ini berjalan lancar dan mendapat perhatian positif dari ibu-ibu yang mengikuti acara demonstrasi minuman herbal ini. Ibu-ibu sangat antusias, terlihat dari banyaknya ibu-ibu yang datang ke acara demonstrasi kami. Ibu-ibu yang datang juga mendapatkan edukasi dalam pembuatan minuman sereh serta minuman sereh yang sudah jadi.



Gambar 1. Demonstrasi Pembuatan Minuman Herbal Dari Sereh

Untuk membuat minuman sereh ini sangat sederhana, bahan yang digunakan yaitu sereh, gula pasir, air, lemon (opsional) dan biji selasih. Terlebih dahulu semua bahan yang digunakan di cuci bersih, Setelah itu iris dan tumbuk Sebagian sereh lalu masukan kedalam panci yang telah berisi air ditambahkan gula sesuai selera kemudian di rebus sampai air mendidih dan berubah warna menjadi kekuningan. Setelah perebusan, air rebusan sereh dididamkan selama 15 menit kemudian ditambahkan perasan lemon, setelah itu air rebusan di saring kemudian isi botol yang akan digunakan dengan biji selasih dan baru masukan air rebusan sereh.

Minuman sereh dapat di konsumsi dalam kondisi hangat maupun dingin, untuk membuat minuman sereh perbandingan yang paling tepat adalah untuk satu liter air digunakan 8-10 batang sereh yang dipotong-potong. Untuk penambahan gula yaitu sekitar 4 sendok makan atau dapat dilakukan sesuai selera, alangkah baiknya dengan tetap memperhatikan kebutuhan gula dalam sehari.

Pada kegiatan pengabdian ini dilakukan edukasi tentang pemanfaatan sereh sebagai minuman kaya khasiat. Dalam kegiatan ini setiap Masyarakat yang mengikuti acara demonstrasi ini akan di berikan informasi tentang manfaat dari minuman sereh serta bagaimana cara pembuatannya, selain itu Masyarakat juga mendapatkan minuman sereh

yang telah jadi. Di harapkan dengan di berikannya minuman sereh yang sudah jadi dapat membuat Masyarakat mengetahui secara langsung bentuk dan rasa dari minuman sereh yang kaya akan khasiat, selain itu juga Masyarakat di harapkan dapat membuat sendiri minuman sereh, sehingga Masyarakat bisa mendapatkan manfaat dan wawasan yang baru tentang kayanya khasiat dari berbagai tanaman obat keluarga khususnya tanaman sereh dan lemon.

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada edukasi pembuatan dan pemanfaatan sereh (*Cymbopogon citratus*) sebagai minuman herbal kaya khasiat mendapat respon positif dari warga, khususnya ibu-ibu rumah tangga di wilayah RW 06 Kelurahan Kalijaga. Antusiasme peserta menunjukkan adanya kebutuhan dan ketertarikan masyarakat terhadap pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai alternatif menjaga kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian [Suryaningsih et al. \(2021\)](#) yang menyatakan bahwa pemanfaatan TOGA oleh masyarakat masih relatif rendah karena keterbatasan pengetahuan dalam pengolahan dan penyajian yang tepat. Oleh karena itu, kegiatan edukasi dan demonstrasi ini menjadi langkah strategis untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan masyarakat.

Sereh sebagai salah satu bahan utama minuman herbal memiliki kandungan bioaktif yang kaya manfaat, antara lain flavonoid, saponin, dan minyak atsiri. Zat bioaktif tersebut berperan sebagai antioksidan, antimikroba, serta mampu membantu menurunkan tekanan darah ([Anita et al., 2024](#)). Kandungan citral pada sereh diketahui memiliki efek menenangkan sehingga bermanfaat untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur ([Shah et al., 2011](#)). Dengan edukasi pembuatan minuman sereh, masyarakat tidak hanya memahami manfaat kesehatan yang diperoleh, tetapi juga memiliki keterampilan untuk mengolahnya secara mandiri.

Selain sereh, penggunaan lemon (*Citrus limon*) dalam minuman herbal juga memberikan nilai tambah dari segi nutrisi maupun cita rasa. Lemon kaya akan vitamin C, asam sitrat, dan antioksidan yang berfungsi meningkatkan imunitas tubuh, membantu proses detoksifikasi, serta menjaga kesehatan kulit ([Hardaningtyas et al.,](#)

2021). Kombinasi sereh dan lemon yang diperkenalkan dalam kegiatan ini berpotensi meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap minuman herbal karena selain menyehatkan, rasanya juga segar. Hal ini sesuai dengan temuan Maulana et al. (2023) yang menyatakan bahwa inovasi pengolahan TOGA dengan menambahkan bahan pelengkap mampu meningkatkan daya tarik konsumsi di masyarakat.

Lebih jauh, kegiatan ini juga memiliki nilai ekonomi bagi masyarakat. Dengan keterampilan membuat minuman sereh dan lemon (Semon), warga berpotensi mengembangkan usaha kecil berbasis minuman herbal. Pemanfaatan TOGA sebagai produk bernilai jual sejalan dengan penelitian Rahmawati et al. (2020) yang menekankan pentingnya pemberdayaan masyarakat melalui pengolahan tanaman lokal untuk meningkatkan kemandirian ekonomi. Kegiatan ini tidak hanya memberi wawasan kesehatan, tetapi juga membuka peluang usaha baru yang dapat mendukung ketahanan ekonomi keluarga.

Evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa pemberian edukasi sekaligus praktik langsung melalui demonstrasi lebih efektif dibanding hanya penyuluhan teori. Peserta dapat memahami konsep dan langsung melihat hasilnya, sehingga meningkatkan minat untuk mencoba sendiri di rumah. Hal ini sejalan dengan pendapat Dewi et al. (2022) bahwa metode demonstrasi dalam program pengabdian masyarakat lebih efektif meningkatkan keterampilan praktis masyarakat dibandingkan metode ceramah saja. Oleh karena itu, kegiatan serupa dapat dikembangkan dengan menambahkan evaluasi berbasis kuesioner untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat secara kuantitatif.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat akan pentingnya pemanfaatan tanaman sereh dan lemon sebagai minuman herbal. Selain itu, adanya praktik langsung serta pemberian produk jadi membuat masyarakat lebih percaya diri untuk mengaplikasikan pengetahuan tersebut. Jika kegiatan ini dilakukan secara berkelanjutan dan terukur, maka pemanfaatan TOGA di masyarakat akan semakin optimal, baik untuk kesehatan maupun sebagai peluang ekonomi.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kali ini telah dilakukan pada hari Selasa, 11 Februari 2025 di Rw 06 Kelurahan Kalijaga, pada pengabdian kali ini tim pengabdi memberikan edukasi dalam pemanfaatan dan pembuatan minuman sereh yang kaya akan khasiatnya, serta tim pengabdi juga memberikan minuman sereh yang sudah jadi kepada masyarakat. Masyarakat yang datang untuk mengikuti acara edukasi demonstrasi minuman herbal sebanyak 20 orang. Kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi dan demonstrasi pembuatan minuman sereh dan lemon (Semon) di RW 06 Kelurahan Kalijaga berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai minuman herbal kaya khasiat. Respon positif dan antusiasme peserta menunjukkan adanya kebutuhan akan inovasi pemanfaatan sereh dan lemon yang tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan—seperti meningkatkan imunitas, membantu detoksifikasi, serta mengurangi kecemasan—tetapi juga membuka peluang pengembangan usaha kecil berbasis minuman herbal. Melalui metode demonstrasi, masyarakat memperoleh pengalaman langsung yang lebih efektif dibandingkan penyuluhan teori semata, sehingga diharapkan mereka dapat secara mandiri mengaplikasikan pengetahuan ini untuk meningkatkan kesehatan keluarga sekaligus menciptakan peluang ekonomi baru.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan artikel ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk melengkapi laporan akhir kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T Pemanfaatan Sereh dan Lemon sebagai minuman di wilayah RW 06 Tahun 2025 Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon.

Kami mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, terutama masyarakat dan peserta dari RW 06 yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, Lembaga Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon yang telah memberikan dukungan, pendanaan, maupun kebijakan yang memungkinkan kegiatan ini berjalan dengan lancar, Tim pelaksana yang telah bekerja keras dalam merancang, melaksanakan, serta menyusun laporan pengabdian ini dengan dedikasi tinggi

DAFTAR PUSTAKA

- Anita Anita, Rini Lidia Tamba, Shen Shen Panggabean, Eunike Shine Sitohang, Ramdazani Ramdazani, Nurhidayah Nurhidayah, Febrian Josua Panjaitan, Stevani Trio Saputra, Hasudungan Gultom, Rizal Soekarno Putra, Ario Senjaya, Rusmelia Rusmelia, Lefi Ayarai, Putri Putri, & Inul Gacici. (2024). Pemanfaatan Rebusan Sereh dalam Pengobatan Tradisional untuk Nyeri Kaki di Posyandu Desa Manen Kaleka Tahun 2024. *Calory Journal : Medical Laboratory Journal*, 2(3), 95–103.
- Anita, A., Nurdiana, N., & Rahayu, D. (2024). Potensi sereh (*Cymbopogon citratus*) sebagai tanaman obat keluarga: kandungan bioaktif dan manfaat kesehatan. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 15(1), 45-56.
- Dewi, S. R., Lestari, H., & Widyaningsih, R. (2022). Efektivitas metode demonstrasi dalam program pengabdian masyarakat berbasis keterampilan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 3(2), 110-118.
- Hardaningtyas, A., Wahyuni, S., & Pradana, A. (2021). Kandungan gizi dan manfaat kesehatan lemon (*Citrus limon*). *Jurnal Gizi dan Pangan Sehat*, 9(2), 87-95.
- Hardaningtyas, R. T., Rohmaniya, A. N., Putra, D. I. M., Fauziah, E. N., Khasanah, F. D. N., & Sofyan, R. F. (2021). Pengadaan Sari Lemon untuk Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 2(4), 294.
- Maulana, I., Syari, D., Gulo, T. E. J., & Selay, R. E. P. (2023). Edukasi Pembuatan dan Pemanfaatan Tanaman Sereh Sebagai Minuman Kaya Khasiat. *Welfare : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 503–507.
- Maulana, R., Putri, A., & Sari, L. (2023). Inovasi minuman herbal berbasis tanaman obat keluarga: peluang kesehatan dan ekonomi. *Jurnal Inovasi Pangan dan Herbal*, 2(1), 25-33.
- Rahmawati, E., Susilo, R., & Hamid, F. (2020). Pemberdayaan masyarakat melalui pengolahan tanaman lokal menjadi produk bernilai ekonomi. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Madani*, 4(1), 14-26.
- Shah, G., Shri, R., Panchal, V., Sharma, N., Singh, B., & Mann, A. S. (2011). Scientific basis for the therapeutic use of *Cymbopogon citratus* (lemongrass). *Journal of Advanced Pharmaceutical Technology & Research*, 2(1), 3–8.
- Suryaningsih, I., Pratiwi, H., & Wulandari, D. (2021). Pemanfaatan tanaman obat keluarga di masyarakat: peluang dan tantangan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 201-209.

