

Inovasi Soft Chew Marshmallow Berbasis Akar Marshmallow Dan Jahe (*Zingiber Officinale*) Sebagai *Daily Support* Tenggorokan Sehat Selama Puasa

Rizky Rahmi Darwita¹, Salsabila Rivieka², Sella Asharianti³, Serli Marlina Sari⁴,
Serly Gustanti Putri Astari⁵, Silvi Khairani⁶, Siti Aisyah⁷, Siti Aisyah Rahmadani⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Prodi Apoteker, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Riau

Email: 2502153@stifar-riau.ac.id¹, 2502154@stifar-riau.ac.id², 2502155@stifar-riau.ac.id³, 2502156@stifar-riau.ac.id⁴, 2502157@stifar-riau.ac.id⁵,
2502158@stifar-riau.ac.id⁶, 2502159@stifar-riau.ac.id⁷, 2502160@stifar-riau.ac.id⁸

Published: September, 2026

ABSTRAK

Perubahan pola makan dan minum selama puasa sering menimbulkan keluhan tenggorokan kering, gatal, dan tidak nyaman akibat kurangnya asupan cairan dalam waktu lama. Tujuan penelitian untuk mengembangkan produk farmasi inovatif berupa soft chew berbasis herbal yang aman, praktis, menarik, dan menyenangkan saat dikonsumsi di semua kalangan usia dan menyediakan pilihan alternatif obat herbal modern. Upaya dalam meningkatkan kesehatan tenggorokan dapat kita lakukan melalui pendekatan preventif dengan menggunakan dua kombinasi herbal, yaitu akar marshmallow (*althaea officinalis*) dan jahe (*zingiber officinale*) yang berfungsi sebagai antiinflamasi dan efek demulsan lalu diinovasikan dalam bentuk soft chew marshmallow. Metode kegiatan dilakukan melalui sosialisasi langsung di Panti Asuhan Ar-Rahim yang terletak di Kecamatan Tampan, Pekanbaru, Riau. Peserta diberikan penyuluhan, pembagian produk, serta evaluasi pengetahuan melalui pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan tingkat pengetahuan masyarakat tentang manfaat marshmallow. Nilai pre-test menunjukkan rata-rata tingkat pengetahuan masih rendah (27,7–72,3%), sedangkan post-test meningkat menjadi 33,3–66,7%, yang tergolong cukup hingga baik. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi dan inovasi produk berbasis bahan alam mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap konsumsi herbal dalam bentuk yang lebih menarik dan praktis.

Kata Kunci: Marshmallow, Jahe, Daily Support, Tenggorokan, Puasa

ABSTRACT

Changes in eating and drinking patterns during fasting often lead to complaints of dry, itchy, and uncomfortable throats due to prolonged lack of fluid intake. The aim of this research is to develop an innovative pharmaceutical product in the form of a herbal-based soft chew that is safe, practical, attractive, and enjoyable to consume for all ages and provides an alternative choice for modern herbal medicines. Efforts to improve throat health can be carried out through a preventive approach by using two herbal combinations, namely marshmallow root (*Althaea officinalis*) and ginger (*Zingiber officinale*), which function as anti-inflammatory and demulsant effects, then innovated in the form of a marshmallow soft chew. The activity method was carried out through direct socialization at the Ar-Rahim Orphanage located in Tampan District, Pekanbaru, Riau. Participants were given counseling, product distribution, and knowledge evaluation through pre- and post-tests. The results showed a significant increase in the level of community knowledge about the benefits of marshmallow. The pre-test score showed that the average level of knowledge was still low (27.7–72.3%), while the post-test score increased to 33.3–66.7%, which is classified as sufficient to good. This activity proves that education and innovation of natural-based products can increase public awareness of herbal consumption in a more attractive and practical form.

Keywords: Marshmallow, Ginger, Daily Support, Throat, Fasting

PENDAHULUAN

Puasa adalah aktivitas menahan rasa lapar dan haus selama waktu tertentu, yang berpengaruh langsung pada kondisi fisik tubuh. Saat menjalani puasa ini, terjadi perubahan besar dalam pola makan serta penurunan asupan cairan selama berpuasa. Keadaan dehidrasi ini membuat kelenjar air liur mengurangi jumlah produksinya, sehingga saliva di mulut berkurang secara signifikan. Hal ini mengakibatkan berkurangnya tingkat kelembapan pada mulut hingga ke tenggorokan. Kekurangan kelembapan ini sering memicu berbagai masalah fisik yang dapat mengganggu kenyamanan, mulai dari tenggorokan kering. Masalah tenggorokan ini bisa meningkat menjadi peradangan ringan yang dapat mengganggu fokus dan produktivitas sehari-hari. Maka dari itu, sangat penting untuk memperhatikan pola makan dan tetap menjaga kebersihan mulut agar tenggorokan tetap nyaman selama bulan puasa (Arinawati, 2024).

Upaya menjaga kesehatan tenggorokan selama puasa dapat dilakukan melalui pendekatan preventif menggunakan bahan alami. Salah satunya adalah *Althaea officinalis* (akar marshmallow). Keunggulan utama dari tanaman ini terletak pada kandungan mucilago. Lapisan pelindung yang dibentuk oleh mucilago berfungsi sebagai penghalang fisik yang melindungi ujung-ujung saraf sensitif di tenggorokan dari paparan udara kering dan gesekan saat menelan. *Althaea officinalis* dapat secara jelas mengurangi rasa gatal dan nyeri yang seringkali menyebabkan batuk kering, sambil memberikan efek menenangkan pada jaringan yang mengalami peradangan ringan. Akar tanaman ini mengandung mucilago yang mampu membentuk lapisan pelindung pada mukosa tenggorokan sehingga dapat mempertahankan kelembapan jaringan tenggorokan, mengurangi iritasi dan memberikan efek menenangkan (Bonaterra et al., 2020).

Selain antiinflamasi yang dimilikinya, sensai yang ditimbulkan oleh jahe memberi efek relaksasi instan pada otot di sekitar saluran pernapasan atas, yang secara efektif mengurangi ketidaknyamanan di tenggorokan. Dengan mengonsumsi makanan yang mengandung jahe saat berbuka atau sahur, tidak hanya memperoleh perlindungan dari radikal bebas berkat sifat antioksidannya, tetapi juga mendapatkan tambahan kenyamanan yang menjaga sistem pernapasan tetap berfungsi dengan baik meskipun tubuh mengalami kekurangan cairan selama beberapa jam (Azmi et al., 2024).

Berdasarkan potensi kedua bahan tersebut, diperlukan inovasi sediaan yang praktis, stabil dan nyaman dikonsumsi selama berpuasa, salah satunya dalam bentuk soft chew marshmallow. Bentuk soft chew dipilih karena memiliki tekstur yang lembut, mudah larut perlahan dalam rongga mulut, serta mampu memperpanjang kontak bahan aktif di mukosa tenggorokan. Berbeda halnya dengan bentuk sediaan cair atau tablet hisap, soft chew menawarkan sensasi konsumsi yang lebih menyenangkan dan dapat diterima oleh semua kalangan usia (Kazi-chishti et al., 2025).

Marshmallow adalah jenis busa yang terbuat dari gula yang diolah, yang dijaga kestabilannya dengan menggunakan gelatin. Makanan ini termasuk dalam kategori makanan ringan seperti permen yang memiliki tekstur lembut dan ringan, serta kenyal dengan berbagai variasi bentuk, aroma, rasa, dan warna, sehingga termasuk dalam kelompok produk gula-gulaan. Marshmallow adalah jenis permen lunak, berbeda dengan jelly. Saat dikonsumsi, marshmallow akan mencair di mulut karena terbuat dari campuran gula, gelatin, dan perasa yang dikocok hingga mengembang (Bonaterra et al., 2020).

Inovasi produk ini diharapkan menjadi alternatif daily support berbasis herbal yang aman, praktis, dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat selama bulan puasa. Selain memberikan manfaat fungsional bagi kesehatan tenggorokan, produk ini juga memiliki potensi pengembangan pangan fungsional atau suplemen herbal dengan nilai ekonomi yang kompetitif di pasaran.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah sosialisasi dan pelatihan langsung. Sosialisasi dilaksanakan di Panti Asuhan Ar-Rahim, dengan fokus memperkenalkan khasiat akar marmellow dari rempah jahe yang berkhasiat sebagai pelega tenggorokan. Sesi penyuluhan dilakukan secara tatap muka (langsung) dan didukung dengan distribusi *leaflet* edukatif. Tim pengabdian juga memberikan sesi pendampingan teknis yang mencakup penjelasan secara detail mengenai cara pembuatan dan penggunaan produk, manfaat kesehatan, dan praktik pembuatan Marmellow. Di akhir kegiatan, dilakukan evaluasi untuk mengukur tingkat pengetahuan dan kepuasan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan oleh Kelompok 5 Program Studi Profesi Apoteker (PSPA) Angkatan 15 Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi (STIFAR) Riau. Pengabdian ini mengusung tema “Inovasi *Soft Chew Marshmallow* Berbasis Akar *Marshmallow* dan Jahe (*Zingiber officinale*) sebagai *Daily Support* Tenggorokan Sehat Selama Puasa”. Lokasi mitra sasaran adalah Panti Asuhan Ar-Rahim yang terletak di Kecamatan Tampan, Pekanbaru, Riau. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada jarak geografis yang strategis, yakni hanya berjarak 2,4 km dari kampus STIFAR Riau dengan waktu tempuh kurang lebih 6 menit.

Berikut karakteristik responden / peserta kegiatan P3M yang dilakukan di Panti Asuhan Ar-Rahim tanggal 09 Maret 2026.

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Umur Peserta	Jumlah (Responden)	Persentase (%)
5-10 tahun	6	16,6
11-15 tahun	18	50
16-20 tahun	12	33,4
Total	36	100

Dari tabel di atas terlihat bahwa untuk karakteristik responden untuk kategori umur terlihat bahwa kategori umur 11-15 tahun merupakan responden terbanyak yaitu 18 orang (50%). Sementara responden dengan kategori umur 5-10 tahun yang paling sedikit yaitu sebanyak 6 orang (16,6%) dari total responden.

Tabel 2. Hasil Pre-Test

Kategori Pengetahuan	Jumlah (Responden)	Persentase (%)
Baik	10	27,7
Kurang Baik	26	72,3
Total	36	100

Tabel 3. Hasil Post-Test

Kategori Pengetahuan	Jumlah (Responden)	Persentase (%)
Baik	29	80,5
Kurang Baik	7	19,5
Total	36	100

Hasil kegiatan Pengabdian Masyarakat ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan

pengetahuan dan informasi mengenai “Inovasi *Soft Chew Marshmallow* Berbasis Akar *Marshmallow* dan Jahe (*Zingiber officinale*) sebagai *Daily Support* Tenggorokan Sehat Selama Puasa” terhadap anak-anak Panti Asuhan Ar-Rahim. Selain itu, anak-anak Panti Asuhan Ar-Rahim juga menyatakan bahwa sudah cukup memahami tentang Cara Menjaga Kesehatan Tenggorokan Selama Bulan Puasa.

Terdapatnya peningkatan pengetahuan terhadap anak-anak Panti Asuhan Ar-Rahim ini menunjukkan bahwa metode edukasi interaktif yang digunakan seperti *leaflet*, *banner*, serta penyampaian materi secara komunikatif efektif dalam meningkatkan pemahaman anak-anak mengenai pentingnya menjaga kesehatan tenggorokan selama puasa. Hal ini sejalan dengan konsep edukasi kesehatan berbasis partisipatif yang menekankan keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran.

Dari sisi inovasi produk, *Soft Chew Marshmallow* berbasis akar *marshmallow* dan jahe memberikan keunggulan dibandingkan sediaan herbal konvensional dimana kombinasi efek melapisi dan menenangkan tenggorokan dari akar *marshmallow* yang mampu melapisi mukosa tenggorokan dengan antiinflamasi dari jahe memberikan sinergi yang mendukung kesehatan tenggorokan secara optimal. Selain itu, bentuk sediaan *soft chew* memungkinkan pelepasan zat aktif secara perlahan sehingga kontak dengan mukosa lebih lama dibandingkan sediaan cair biasa.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan integratif yang menggabungkan edukasi kesehatan, inovasi produk, dan pelatihan keterampilan mampu memberikan dampak yang komprehensif. Program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mengubah sikap dan perilaku peserta menuju pola hidup yang lebih preventif. Selain itu, inovasi *soft chew marshmallow* berbasis herbal memiliki potensi untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai produk pangan fungsional yang tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan, tetapi juga memiliki nilai ekonomi.

Dengan demikian, kegiatan ini dapat menjadi model pengabdian masyarakat yang berkelanjutan, khususnya dalam pengembangan produk herbal modern yang ramah anak dan berbasis kebutuhan masyarakat.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini telah berhasil mengintegrasikan ilmu teknologi farmasi dan fitofarmaka ke dalam produk pangan fungsional yang aplikatif. Inovasi *Soft Chew Marshmallow* jahe terbukti efektif sebagai media edukasi kesehatan preventif yang menyenangkan bagi anak-anak di Panti Asuhan Ar-Rahim. Penggunaan jahe dan akar *marshmallow* memberikan solusi terapeutik alami untuk menjaga kesehatan tenggorokan selama menjalankan ibadah puasa.

REFERENCES

- Arinawati DY. Ramadan Fasting and Saliva Characteristics. *Proceeding Improv Qual Dent*. 2024;1(1):22–8.
- Bonaterre GA, Bronischewski K, Hunold P, Schwarzbach H, Heinrich EU, Fink C, et al. Antiinflammatory and Anti-oxidative Effects of Phytosterol and Root Extract of *Althaea officinalis* L. on Macrophages in vitro. *Front Pharmacol*. 2020;11(March):1–14.
- Azmi NA, Arsy L, Faqih F, Lukman DA, Fariztia AI, Haq AMAF, et al. Gingerol: Anti-inflammatory Compound in Ginger (*Zingiber officinale*) as Potential Drug Ingredient for Rheumatoid Arthritis. *J Biol Trop*. 2024;24(1b):349–57.
- Kazi Chishti M, Kulsum UJ, Dehghan MH, Chishti MN, Bilal K. Development of ginger oleoresin-enriched marshmallow candy as a nutraceutical for managing pediatric chemotherapy-induced nausea and vomiting. *J Holist Integr Pharm*. 2025;6(1):1–10.
- Permana, Wawan A, Mardiyah, Annisah, Kusumasmarawati A, Sofian A. Effect of Ginger Oleoresin Concentration on The Encapsulation Process Using Ionic Gelation. *J Acad*. 2024;2:189–98.

- Syaputri E, Selaras G, Farma S. Manfaat Tanaman Jahe (*Zingiber Officinale*) Sebagai Obat-obatan Tradisional. *J Pharm Heal Res*. 2021;1:579–86.
- Cahyani AA, Fitriyani SN, Qonitun N, Septi F, Adhitya MR, Wulandari D. Pemanfaatan Variasi Jenis Jahe Dalam Inovasi Permen Herbal. *J Inov Teknol pangan*. 2025;1(1):31–9.
- Sorena TA, Wisaniyasa NW, Putra IGAM. Pengaruh Penambahan Gelatin terhadap Karakteristik Marshmallow Bunga Telang (*Clitoria Ternatea L.*). *J Ilmu dan Teknol Pangan*. 2024;13(3):473–86.