



JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
<http://ojs.uninus.ac.id/index.php/JPKM>  
DOI: <https://doi.org/10.30999/jpkm.v12i1.2064>



## PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU DALAM PENGOLAHAN JAHE MERAH UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH

Dita Hanna Febriania<sup>1</sup>, Veronica Ima Pujiastuti<sup>2</sup>, Ana Setiyorini<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> STIKes Panti Rapih Yogyakarta

email: [dhitahanna@gmail.com](mailto:dhitahanna@gmail.com)

Naskah diterima; Juni 2022; publikasi online Juli 2022

### Abstrak

Pemberdayaan kader dalam memanfaatkan sumberdaya lokal untuk menurunkan kadar gula darah warga dengan diabetes melitus tipe 2 menjadi salah satu hal yang penting dalam pengendalian diabetes melitus tipe 2. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah pemberdayaan kader dalam diversifikasi olahan jahe untuk menurunkan kadar gula darah. Metode pelaksanaan dilakukan dalam tiga tahap. Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan kader meningkat setelah dilakukan penyuluhan dan demonstrasi tentang pengelolaan DM dan pengolahan jahe. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah penyuluhan pada kader posyandu di Dusun Ngabean Kulon memberikan manfaat yang baik dalam memfasilitasi pengembangan peran kader dalam upaya peningkatan pengetahuan dan pengelolaan diabetes melitus tipe 2.

**Kata kunci:** pemberdayaan, kader, jahe

### Abstract

*Empowerment of cadres in utilizing local resources to reduce blood sugar levels of residents with type 2 diabetes mellitus is one of the important things in controlling type 2 diabetes mellitus. The purpose of this community service is to empower cadres in diversifying processed ginger to reduce blood sugar levels. The implementation method is carried out in three stages. The results showed that the knowledge of cadres increased after education and demonstrations about DM management and ginger processing were carried out. The conclusion of this activity is education and demonstration to posyandu cadres in Ngabean Kulon Hamlets provides good benefits in facilitating the development of the role of cadres in efforts to increase knowledge and management of type 2 diabetes mellitus.*

**Keywords:** empowerment, cadres, ginger

### A. PENDAHULUAN

Diabetes melitus tipe 2 (DM) adalah penyakit akibathilangnya sekresi insulin sel  $\beta$  yang memadai secara progresif yang sering kali dilatarbelakangi oleh resistensi insulin (ADA, 2022). Prevalensi

diabetes melitus di dunia adalah 9,3%. Angka kejadian diabetes di dunia sendiri berkisar 463 juta jiwa (International Diabetes Federation, 2019). Indonesia menempati peringkat ke-7 di dunia dengan prevalensi penderita diabetes tertinggi setelah China, India, Amerika Serikat, Pakistan,

Brazil, dan Meksiko (IDF, 2019). Di Kabupaten Sleman sendiri jumlah pasien diabetes melitus tipe 2 yang menjalani rawat jalan di Puskesmas sekitar 10.469 orang (Badan Pusat Statistik, 2016). Oleh karena prevalensi yang semakin meingkat ini pengendalian glukosa darah pada pasien diabetes melitus perlu dilakukan dengan diet, peningkatan aktivitas fisik serta terapi oral maupun insulin (Marín-Peñalver, Martín-Timón, Sevillano-Collantes, & del Cañizo-Gómez, 2016).

Indonesia merupakan negara yang memiliki banyak spesies tumbuhan yang digunakan sebagai tanaman obat herbal. Penelitian dari Djaman, Goenarwo, & Mashoedi, (2012) menyebutkan bahwa jahe merah dapat menurunkan glukosa darah karena memiliki kandungan fenolik. Pada penelitian Arman Eliza (2016) juga didapatkan hasil bahwa terhadap pengaruh yang signifikan dalam pemberian jahe merah terhadap kadar glukosa darah pasien. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa jahe merah dapat digunakan sebagai salah satu alternative tanaman herbal untuk menurunkan kadar glukosa darah.

Salah satu kegiatan sosial masyarakat yang menjadi salah satu prioritas untuk dijalankan adalah kegiatan Posyandu. Pos Pelayanan Terpadu adalah salah satu bentuk kegiatan kesehatan bersumberdaya masyarakat yang pengelolaannya dari, oleh, untuk, dan bersama masyarakat guna mempermudah masyarakat untuk memperoleh pelayanan kesehatan dasar. Kader memiliki peran besar dalam penyelenggaraan Posyandu sebagai perpanjangan tangan Puskesmas dalam memberi informasi kesehatan kepada masyarakat, serta penggerak masyarakat untuk datang ke Posyandu dan melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Berdasarkan wawancara dengan salah satu kader Posyandu di Dusun Ngabean Kulon terdapat sekitar 10 orang pasien dengan DM tipe 2. Hasil wawancara yang dilakukan juga didapatkan informasi bahwa warga setempat di Dusun Ngabean Kulon membudidayakan jahe ataupun jahe merah di pot. Potensi ini dapat dimanfaatkan untuk pengembangan olahan jahe sebagai salah satu tanaman herbal untuk menurunkan

kadar glukosa darah. warga. Sosialisasi tentang pengelolaan DM secara umum memang sudah pernah dilakukan oleh pihak Puskesmas untuk perwakilan kader di tiap dusun. Namun informasi pemanfaatan tanaman herbal khususnya jahe merah merah belum pernah diberikan kepada kader. Beberapa warga memiliki tanaman jahe merah tapi penggunaannya hanya sebagai bumbu masakan saja. Oleh karena adanya permasalahan di atas, program pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada pemberdayaan kader dalam diversifikasi olahan jahe untuk menurunkan kadar gula darah warga Dusun Ngabean Kulon yang menderita diabetes melitus tipe 2.

## B. METODE

Metode pengabdian masyarakat ini adalah participatory learning. Participatory learning adalah metode pembelajaran di mana peserta terlibat seaktif mungkin dalam proses pembelajaran. Ada urutan kegiatan atau peristiwa pembelajaran yang disengaja yang akan membantu peserta mencapai tujuan yang ditentukan atau hasil yang diinginkan.

Dalam pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan kader Posyandu Ngudi Sehat dan warga yang telah menderita diabetes melitus tipe 2. Tempat pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat adalah di Pendopo Dusun Ngabean Kulon Sinduharjo, Ngaglik, Sleman. Pengabdian kepada masyarakat terbagi menjadi beberapa proses: (1) pemberian edukasi dan demonstrasi pada kader terkait pengelolaan dan DM dan diversifikasi olahan jahe merah merah untuk menurunkan kadar gula darah, (2) Monitoring pembuatan olahan jahe merah oleh kader, (3) Pendampingan kepada kader Posyandu pada kader saat memberikan pendidikan kesehatan kepada warga tentang cara pembuatan olahan jahe merah untuk menurunkan kadar gula darah.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pertama dilaksanakan dengan pemberian edukasi dan demonstrasi pengelolaan

DM dan pengolahan jahe pada kader. Kegiatan ini dihadiri oleh 5 kader.

Kegiatan diawali dengan dilakukan pre test untuk mengukur pengetahuan awal kader terkait pengelolaan diabetes melitus selama 10 menit (Gambar 1), dilanjutkan dengan edukasi dan demonstrasi pada kader terkait pengelolaan DM dan diversifikasi olahan jahe merah untuk menurunkan kadar gula darah. Sesuai dengan Li, Tran, Duke, & Roufogalis (2012) di dalam jahe terdapat senyawa aktif gingerol yang mampu memulihkan kadar insulin plasma sehingga bermanfaat untuk menurunkan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 Khandouzi et al (2015).

Langkah-langkah dalam pengolahan jahe merah adalah sebagai berikut:

1. Bersihkan 1 kg jahe merah dari tanah.
2. Hilangkan kulit jahe.
3. Bilas jahe hingga bersih lalu iris tipis-tipis.
4. Jemur jahe dibawah terik matahari selama 4-7 hari atau gunakan oven untuk mengeringkan jahe selama 1x24 jam.
5. Jika jahe sudah benar-benar kering, haluskan sampai menjadi bubuk jahe dengan menggunakan blender atau food processor
6. Simpan jahe diwadah yang kering dan tertutup rapat

Selama edukasi dan demonstrasi, para kader aktif untuk bertanya dan menanggapi pemateri. Diakhir sesi, kader diminta untuk mengisi posttest selama 10 menit dan memberikan evaluasi terkait kegiatan yang sudah dilakukan.



Gambar 1. Pemberian Edukasi dan Demonstrasi Pada Kader

Tim melakukan analisis menggunakan Uji Wilcoxon dilakukan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan (Tabel 1). Hasil yang didapatkan adalah terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan kader sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan ( $p$  value = 0.043).

Tabel 1. Skor Pre Test dan Post Test Pengetahuan Kader

Variabel	n	Mean±SD	p value
Pengetahuan sebelum Penyuluhan	5	6.40±0.89	0.043
Pengetahuan setelah Penyuluhan	5	7.40±1.14	

Pada kegiatan kedua, tim melakukan monitoring pembuatan olahan jahe oleh kader. Pembuatan olahan jahe dilakukan secara mandiri berkelompok oleh kader. Pembuatan olahan jahe sesuai dengan langkah-langkah yang telah dijelaskan pada pertemuan sebelumnya.



Gambar 2. Monitoring Pembuatan Olahan Jahe

Kegiatan terakhir adalah pemberian edukasi tentang pengelolaan DM dan demonstrasi pengolahan jahe oleh kader kepada warga Dusun Ngabean Kulon yang menderita diabetes melitus tipe 2 (Gambar 3, 4 dan 5). Warga penderita

DM tipe 2 yang hadir berjumlah 6 orang. Warga yang hadir memberikan respon yang positif dengan mengajukan beberapa pertanyaan. Tim pelaksana bertugas membantu kader dalam menjawab pertanyaan dari warga.



Gambar 3. Penyuluhan Kader Kepada Warga Penderita Dm Tipe 2



Gambar 4. Warga Dusun Ngabean Kulon, Kader, dan Tim PKM

#### D. KESIMPULAN

Penyuluhan pada Kader posyandu di Dusun Ngabean Kulon memberikan manfaat yang baik. Hal ini bisa dilihat dari peningkatan pengetahuan mengenai pengelolaan diabetes melitus tipe 2 dan peningkatan keterampilan dalam pembuatan olahan jahe sebagai salah satu alternatif untuk menurunkan gula darah warga dengan diabetes melitus tipe 2. Pemberian informasi dan pelatihan untuk kader Posyandu memfasilitasi pengembangan peran kader dalam

upaya peningkatan pengetahuan dan pengelolaan diabetes melitus tipe 2 di Dusun Ngabean Kulon.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIKes Panti Rapih yang telah memberi dukungan terhadap kegiatan PkM ini. Serta pimpinan STIKes Panti Rapih yang telah memberikan penugasan terhadap kami.

Terimakasih juga kami ucapkan kepada Kepala Dusun dan Kader Posyandu Ngabean Kulon yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan ini dapat terselenggara dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. (2022). Standart of Care (Online). Available at [https://diabetesjournals.org/care/issue/45/Supplement\\_1](https://diabetesjournals.org/care/issue/45/Supplement_1)
- Arman Eliza. (2016). Pengaruh Terapi Jahe Merah Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Rs Tingkat IV. Efektor Issn. 0854-1922, 01, 65–72
- Badan Pusat Statistik. (2016). Pola penyakit pasien rawat jalan puskesmas (Online). Available at <https://slemankab.bps.go.id/stactable/2017/11/10/163/pola-penyakit-pasien-rawat-jalan-di-puskesmas-berumur-60---69-tahun-di-kabupaten-sleman-2016.html>
- Djaman, Q., Goenarwo, E., & Mashoedi, I. (2012). Effect of Ginger Juice Water on Blood Glucose Levels and Histopathology of Pancreatic Beta Cells Experimental Studies on Alloxan Induced Wistar Male Rats. Sains Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 4(2), 165-173.
- IDF. (2019). IDF Diabetes Atlas Ninth Edition: International Diabetes Federation

- Khandouzi, N., Shidfar, F., Rajab, A., Rahideh, T., Hosseini, P., & Taheri, M. M. (2015). The effects of ginger on fasting blood sugar, hemoglobin A1c, apolipoprotein B, apolipoprotein AI and malondialdehyde in type 2 diabetic patients. *Iranian journal of pharmaceutical research: IJPR*, 14(1), 131
- Li, Y., Tran, V. H., Duke, C. C., & Roufogalis, B. D. (2012). Preventive and protective properties of *Zingiber officinale* (ginger) in diabetes mellitus, diabetic complications, and associated lipid and other metabolic disorders: a brief review. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2012.