



Peningkatan Kesehatan Melalui Pengolahan Sumber Daya Herbal Menjadi Minuman Fungsional SIJAKA

Mega Safithri¹, Dimas Andrianto¹, Tiana Fitrilia², Rara Annisaur Rosyidah¹, Ukhradiya Magharaniq Safira Purwanto¹, Rini Kurniasih¹, Martini Hidayanti¹, Catellia Auliany Achyar¹, Adella Febrina¹, Maheswari Alfira Dwicesaria¹, Gusnia Meilin Gholam¹, Ayu Tri Nursyarah¹

¹Departemen Biokimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Dramaga, Bogor, Jawa Barat, Indonesia

²Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas Ilmu Pangan Halal, Universitas Djuanda, Bogor, Jawa Barat, Indonesia

ARTICLE INFO

Volume 11 Issue 2 (August 2025) e-ISSN 2550-1143 doi: 10.30997/gh.v11i2.18127	Corresponding Author: Mega Safithri safithri@apps.ipb.ac.id	Article history: Received: 02-11-2025 Accepted: 08-04-2025 Available online: 08-08-2025
--	---	---

How to Cite:

Safithri, M., Andrianto, D., Fitrilia, T., Rosyidah, R. A., Purwanto, U. M. S., Kurniasih, R., Hidayanti, M., Achyar, C. A., Febrina, A., Dwicesaria, M. A., Gholam, G. M., & Nusyarah, A. T. (2025). Peningkatan Kesehatan Melalui Pengolahan Sumber Daya Herbal Menjadi Minuman Fungsional SIJAKA. *Qardhul Hasan: Media Pengabdian Kepada Masyarakat*, 11(2), 246-258. <https://doi.org/10.30997/gh.v11i2.18127>

ABSTRACT

The training and outreach program on the use of SIJAKA (a combination of red betel leaf, red ginger, and cinnamon) as a functional anti-diabetic beverage aims to raise public awareness and promote natural approaches to diabetes management. Sukamaju Village, located in Cigudeg District, Bogor Regency, holds significant potential for developing SIJAKA-based beverage production, yet this potential remains underutilized. The program is designed to enhance community health and support the local economy by establishing a production center for SIJAKA functional drinks. Activities involve Posyandu and PKK cadres through a series of educational and training sessions. The approach includes collecting data via pre- and post-training questionnaires to evaluate changes in participants' knowledge. The results indicate improved public understanding of SIJAKA beverages, despite initially limited awareness. Specifically, 79.31% of participants identified red betel leaf and red ginger as valuable herbal ingredients, while 72.41% recognized the benefits of cinnamon. These outcomes reflect growing awareness of herbal alternatives for diabetes control. Furthermore, 92.11% of participants showed strong interest in the training and expressed a desire to deepen their knowledge of SIJAKA's benefits and preparation methods. Overall, the program successfully boosted both interest and knowledge regarding SIJAKA and holds promise as a replicable model for other communities. In conclusion, the initiative offers dual advantages by promoting public health and supporting economic empowerment, although challenges remain in fostering independent production and consumption of SIJAKA.

Keywords: cinnamon, diabetes, red betel leaf, red ginger, SIJAKA.

ABSTRAK

Program pelatihan dan sosialisasi mengenai pemanfaatan SIJAKA (sirih merah, jahe merah, dan kayu manis) sebagai minuman fungsional antidiabetes bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan praktik masyarakat dalam mengelola diabetes secara alami. Desa Sukamaju yang terletak di Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor memiliki peluang untuk mengembangkan produksi minuman fungsional berbahan dasar SIJAKA, namun potensi ini belum dimanfaatkan secara optimal. Program ini dirancang untuk meningkatkan taraf kesehatan masyarakat serta mendorong pertumbuhan ekonomi lokal melalui pendirian fasilitas produksi minuman fungsional SIJAKA. Pelaksanaan kegiatan melibatkan kader Posyandu dan PKK melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan. Metode yang digunakan



mencakup pengisian kuisioner pre-test dan post-test guna mengevaluasi tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelatihan. Hasil pelatihan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat terkait minuman fungsional SIJAKA, meskipun sebelumnya pengetahuan mereka masih terbatas. Pelatihan ini juga mengungkapkan bahwa 79,31% peserta mengenal sirih merah dan jahe merah sebagai herbal potensial, sedangkan 72,41% mengetahui manfaat kayu manis. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran akan potensi herbal dalam mengelola diabetes. Selain itu, mayoritas peserta (92,11%) menunjukkan ketertarikan yang tinggi terhadap pelatihan dan ingin lebih memahami manfaat serta cara pembuatan SIJAKA. Program ini terbukti mampu meningkatkan antusiasme dan wawasan masyarakat terhadap SIJAKA, serta memiliki potensi untuk dijadikan sebagai contoh bagi desa-desa lainnya. Secara keseluruhan, program ini memberikan dua manfaat utama, yaitu peningkatan kualitas kesehatan masyarakat dan penguatan ekonomi lokal, meskipun masih terdapat kendala dalam mendorong masyarakat untuk memproduksi dan mengonsumsi SIJAKA secara mandiri.

Kata kunci: diabetes, jahe merah, kayu manis, SIJAKA, sirih merah.



Available online at <https://ojs.unida.ac.id/QH/>

Copyright (c) 2025 by Qardhul Hasan: Media Pengabdian kepada Masyarakat

1. Pendahuluan

Kesehatan masyarakat sangat dipengaruhi oleh upaya pencegahan dan pengelolaan penyakit kronis seperti diabetes melitus. Pendekatan pengobatan tradisional dengan memanfaatkan tanaman herbal telah lama menjadi bagian integral dalam budaya kesehatan masyarakat Indonesia. Salah satu inovasi dalam bidang ini adalah pengembangan minuman fungsional berbahan dasar sirih merah (*Piper crocatum*), jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*), dan kayu manis (*Cinnamomum burmannii*), yang dikenal dengan nama SIJAKA. Penelitian menunjukkan bahwa kombinasi ekstrak air dari daun sirih merah, jahe merah, dan kayu manis memiliki aktivitas antioksidan dan antidiabetes secara *in vitro*. Campuran dengan proporsi tertentu menunjukkan daya inhibisi terhadap enzim α -glukosidase yang signifikan, yang berperan dalam pengelolaan kadar gula darah (Safithri *et al.* 2022). Selain itu, studi lain menemukan bahwa seduhan kombinasi jahe, sereh, dan kayu manis dapat dimanfaatkan sebagai alternatif pengobatan diabetes melitus, menunjukkan potensi manfaat dari kombinasi herbal tersebut (Sari *et al.* 2024).

Pengembangan minuman fungsional berbasis kombinasi ketiga tanaman herbal ini diharapkan dapat menjadi solusi alternatif dalam pengelolaan diabetes secara terpadu. Penelitian lebih lanjut mengenai formulasi, efektivitas, dan keamanan produk ini perlu dilakukan untuk memastikan manfaatnya bagi kesehatan masyarakat. Sirih merah diketahui mengandung flavonoid yang berperan sebagai antioksidan dan memiliki potensi dalam menurunkan kadar glukosa darah. Flavonoid dalam sirih merah dapat meningkatkan sekresi insulin dan sensitivitas insulin, sehingga membantu dalam pengelolaan diabetes. Selain itu, jahe merah memiliki sifat anti-inflamasi dan dapat menstabilkan kadar gula darah, sementara kayu manis diketahui dapat menghambat penyerapan glukosa di usus dengan menghambat enzim α -glukosidase, serta menstabilkan kadar kolesterol dan trigliserida darah (Safithri *et al.* 2020; Sari *et al.* 2020).

Desa Sukamaju yang berlokasi di Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor, memiliki potensi besar dalam pengembangan minuman fungsional SIJAKA. Akan tetapi,



pemanfaatan bahan alami seperti sirih merah, jahe merah, dan kayu manis sebagai minuman antidiabetes bernilai tinggi masih belum dioptimalkan. Pendirian rumah produksi minuman SIJAKA di desa ini diharapkan menjadi pendekatan komprehensif untuk meningkatkan kesehatan warga sekaligus menggerakkan roda ekonomi lokal melalui pengolahan tanaman herbal tersebut (Safithri *et al.* 2022). Selain berfungsi sebagai tempat produksi, rumah produksi ini juga dirancang sebagai pusat edukasi masyarakat mengenai pentingnya konsumsi minuman fungsional SIJAKA.

Pelaksanaan rumah produksi SIJAKA di Desa Sukamaju diharapkan dapat memberikan manfaat ganda berupa peningkatan kesehatan masyarakat dan peningkatan taraf ekonomi melalui pemanfaatan sumber daya herbal lokal sebagai dasar kegiatan ekonomi (Amalia dan Nugraha 2018). Program ini juga sejalan dengan kebijakan pemerintah dalam memperkuat ketahanan pangan serta meningkatkan kesehatan masyarakat lewat diversifikasi pemanfaatan tanaman herbal lokal (Kemenkes 2020). Secara geografis, Desa Sukamaju berada di Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Wilayah ini terdiri atas 5 dusun, 10 Rukun Warga (RW), dan 26 Rukun Tetangga (RT). Namun, fasilitas kesehatan yang tersedia masih terbatas, dengan hanya 1 puskesmas pembantu, 8 posyandu, dan 1 bidan. Jumlah penduduk di desa ini mencapai 6.982 jiwa, yang terbagi dalam 1.879 kepala keluarga, terdiri dari 3.757 laki-laki dan 3.225 perempuan.

Melalui program ini, masyarakat Desa Sukamaju diharapkan terdorong untuk lebih banyak mengonsumsi minuman fungsional SIJAKA dan memperoleh pengetahuan baru tentang pengolahan sumber daya herbal bernilai ekonomis tinggi (Yuliana *et al.* 2019). Tak hanya itu, program ini juga diharapkan dapat menjadi model yang dapat diterapkan di desa-desa lain yang memiliki kondisi serupa di seluruh Indonesia. Tujuan utama program ini adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Desa Sukamaju melalui konsumsi rutin minuman berbahan sirih merah, jahe merah, dan kayu manis. Selain itu, program ini menargetkan pembangunan rumah produksi SIJAKA sebagai sarana produksi yang berkelanjutan dan sebagai sarana untuk menambah penghasilan masyarakat desa. Program ini juga berfokus pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan warga dalam mengolah produk SIJAKA, sehingga mereka dapat memanfaatkan potensi lokal secara optimal dalam rangka diversifikasi pemanfaatan tanaman herbal. Di sisi lain, edukasi kesehatan juga menjadi bagian penting dari program ini guna mengedukasi masyarakat tentang pentingnya konsumsi SIJAKA sebagai langkah pencegahan terhadap penyakit degeneratif dan peningkatan kualitas hidup.

2. Metode

2.1. Lokasi dan Waktu Penelitian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada periode September hingga Desember 2024, bertempat di Desa Sukamaju, Kecamatan Cigudeg,



Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Pelatihan tersebut diikuti oleh para kader Posyandu dan anggota PKK.

2.2. Pengumpulan, Pengolahan, dan Analisis Data

Pengumpulan data pada kegiatan ini dilakukan melalui penyebaran kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang ditujukan kepada kader Posyandu dan anggota PKK di Desa Sukamaju, Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor. Tujuan dari kuesioner ini adalah untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai proses produksi minuman fungsional SIJAKA dalam rangka mendukung peningkatan kesehatan masyarakat.

Kuesioner diberikan sebanyak dua kali, yaitu sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) kegiatan sosialisasi dan pelatihan. *Pre-test* digunakan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal peserta, sedangkan *post-test* dilakukan guna menilai sejauh mana pemahaman peserta meningkat setelah memperoleh materi pelatihan.

Tujuan utama dari pelaksanaan kedua kuesioner ini adalah untuk mengevaluasi perubahan dan peningkatan pengetahuan peserta yang mengikuti kegiatan. Data yang terkumpul dari hasil kuesioner kemudian dianalisis untuk menilai efektivitas kegiatan sosialisasi dan pelatihan dalam meningkatkan wawasan peserta tentang pembuatan minuman fungsional SIJAKA. Proses analisis dilakukan dengan membandingkan hasil dari *pre-test* dan *post-test* yang diisi oleh para peserta.

2.3. Sosialisasi dan Pelatihan

Pelaksanaan program ini disusun dalam beberapa tahap yang saling mendukung secara terpadu. Tahap pertama diawali dengan kegiatan sosialisasi kepada warga melalui pertemuan umum untuk menjelaskan tujuan program dan manfaat pemanfaatan tanaman herbal seperti sirih merah, jahe merah, dan kayu manis. Penyebaran informasi juga dilakukan melalui media cetak berupa leaflet dan brosur yang memuat panduan manfaat serta cara pengolahan bahan-bahan tersebut, dan diperkuat dengan penggunaan media sosial agar informasi dapat menjangkau masyarakat yang lebih luas.

Tahapan selanjutnya adalah pelatihan produksi minuman fungsional SIJAKA yang dimulai dengan penyampaian materi teori mengenai aktivitas biologis dan manfaat kesehatan dari SIJAKA. Kegiatan ini kemudian dilanjutkan dengan praktik pembuatan minuman menggunakan peralatan sederhana serta pengenalan terhadap teknologi tepat guna. Pasca pelatihan, peserta akan mendapatkan pendampingan dalam mengelola rumah produksi SIJAKA, dilengkapi dengan kegiatan monitoring berkala untuk memastikan kualitas produk serta mengevaluasi hasil dari pelaksanaan program.

Program ini diharapkan dapat berkelanjutan dengan edukasi kesehatan yang akan diberikan secara rutin, dan peserta didorong untuk mempraktikkan sendiri pembuatan SIJAKA menggunakan bahan-bahan yang telah disediakan. Hasil praktik ini nantinya akan dievaluasi. Melalui pendekatan menyeluruh ini, diharapkan masyarakat



Desa Sukamaju mampu meningkatkan asupan gizi, mengembangkan keterampilan teknis, dan memperbaiki kondisi ekonomi mereka melalui pemanfaatan produk minuman fungsional SIJAKA.

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 menyajikan gambaran menyeluruh mengenai tingkat pengetahuan dan pemahaman masyarakat terhadap sumber daya herbal, khususnya penggunaan sirih merah, jahe merah, dan kayu manis setelah mengikuti pelatihan. Seluruh peserta (100%) telah memiliki pemahaman yang baik mengenai penyakit diabetes, yang mencerminkan kesadaran mereka akan pentingnya deteksi dan penanganan dini terhadap penyakit tersebut. Hal ini mengindikasikan adanya kebutuhan untuk terus meningkatkan edukasi terkait pengelolaan diabetes.

Dalam hal pemahaman mengenai faktor penyebab diabetes yang umum di masyarakat, seluruh peserta (100%) mengidentifikasi kadar gula darah tinggi sebagai penyebab utama. Selain itu, 48,28% menyebutkan faktor keturunan, 68,97% menyebutkan kurangnya aktivitas fisik, dan 55,17% menyebutkan kondisi tubuh yang kurus atau cepat merasa lapar. Temuan ini menggambarkan persepsi umum masyarakat mengenai faktor risiko diabetes, sekaligus membuka peluang untuk memperkenalkan pemanfaatan sumber daya herbal yang lebih beragam sebagai alternatif pencegahan.

Terkait pengetahuan tentang tanaman herbal, sirih merah dan jahe merah diketahui oleh 79,31% peserta, sedangkan kayu manis diketahui oleh 72,41%. Meskipun ketiga bahan ini cukup dikenal, pengetahuan masyarakat tentang produk SIJAKA sebagai minuman fungsional masih tergolong rendah.

Sebelum pelatihan, sebanyak 32,21% peserta tidak mengetahui SIJAKA sebagai minuman herbal antidiabetes, 26,31% hanya pernah mendengarnya, dan hanya 15,79% yang sudah mengetahui tentangnya. Tidak satu pun peserta yang pernah mencoba membuat atau mengonsumsinya. Fakta ini menunjukkan masih adanya kesenjangan informasi yang perlu diatasi melalui kegiatan edukasi lebih lanjut.

Setelah pelatihan, terjadi peningkatan dalam praktik pemanfaatan SIJAKA, di mana 44,83% peserta mulai membuatnya sendiri, dan 3,45% mengonsumsinya melalui anggota keluarga. Namun demikian, 41,38% peserta masih belum mengonsumsi SIJAKA sama sekali. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun telah terjadi kemajuan, masih diperlukan upaya lanjutan untuk mendorong masyarakat agar lebih aktif dalam produksi dan konsumsi SIJAKA secara mandiri.

Peserta pelatihan juga menyampaikan sejumlah masukan terkait kegiatan yang telah dilakukan. Mereka menyatakan bahwa materi yang disampaikan sangat mudah dipahami dan menumbuhkan semangat untuk mencoba langsung membuat minuman SIJAKA. Mereka berharap kegiatan edukatif seperti ini dapat diselenggarakan lebih sering. Pelatihan ini dinilai mampu memberikan pengetahuan baru mengenai peningkatan kesehatan melalui pengolahan tanaman herbal, terlebih karena semua bahan praktik tersedia selama kegiatan berlangsung. Para peserta sangat menghargai



pelatihan ini karena secara konsisten memberikan informasi yang bermanfaat. Mereka juga berharap pelatihan ini dapat membantu mereka memproduksi SIJAKA sehingga masyarakat sekitar bisa ikut merasakan manfaatnya. Beberapa peserta menyarankan agar pelatihan serupa ke depan juga melibatkan masyarakat umum agar lebih banyak orang mengetahui manfaat dan cara pembuatan SIJAKA.

Tabel 1 Pengetahuan Kader Posyandu dan PKK Sebelum Pelatihan

No	Kegiatan Sosialisasi dan pelatihan	Persentase	
1	Pengetahuan mengenai penyakit diabetes	ya	100
		tidak	0
2	Pengetahuan tentang penyakit diabetes	gula darah tinggi	100
		penyakit turunan	48,28
		kurang aktivitas	68,97
		badan kurus, cepat lapar	55,17
3	Obat tradisional untuk penyakit diabetes	tidak tahu	0
		sirih merah	79,31
		jahe merah	79,31
		kayu manis	72,41
4	Pengetahuan tentang SIJAKA sebagai obat diabetes	tidak tahu	32,21
		pernah dengar	26,32
		tahu	15,79
		pernah mempraktikkan	0
5	Memanfaatkan SIJAKA	Membuat sendiri	44,83
		anggota keluarga	3,45
		membeli	0
		tidak mengonsumsi	41,38

Secara keseluruhan, temuan dalam Tabel 1 menunjukkan bahwa masyarakat telah memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai SIJAKA sebagai minuman fungsional berbahan herbal untuk membantu mengatasi diabetes. Meskipun demikian, pengetahuan serta penerapan dalam penggunaan SIJAKA masih perlu ditingkatkan. Oleh karena itu, penting untuk terus mengembangkan program pelatihan ini melalui edukasi yang berkelanjutan, guna memperkuat pemahaman manfaat SIJAKA sekaligus mendorong masyarakat untuk lebih aktif dalam mengonsumsi dan memproduksinya secara mandiri.

Informasi yang terkandung dalam Tabel 1 juga memberikan gambaran yang komprehensif terkait tingkat pengetahuan dan praktik masyarakat terhadap SIJAKA sebelum dan setelah mengikuti pelatihan. Hasil ini menyoroti aspek-aspek penting dalam proses pemahaman dan penerimaan SIJAKA sebagai salah satu alternatif minuman fungsional yang berpotensi membantu pengelolaan penyakit diabetes.

Berdasarkan data yang disajikan, seluruh peserta (100%) memiliki pemahaman yang baik tentang penyakit diabetes, menunjukkan kesadaran yang tinggi akan



pentingnya pengobatan dini. Pengetahuan ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang diabetes mellitus (Astuti *et al.* 2022). Dalam hal pengetahuan tentang penyebab diabetes, semua peserta (100%) mengidentifikasi kadar gula darah tinggi sebagai faktor utama, diikuti oleh kurangnya aktivitas fisik (68,97%), badan kurus/cepat lapar (55,17%), dan faktor keturunan (48,28%). Hal ini menunjukkan pemahaman yang baik tentang faktor risiko diabetes, yang sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa gaya hidup sedentari dan faktor genetik berkontribusi signifikan terhadap perkembangan diabetes mellitus (Murtiningsih *et al.* 2021).

Sebelum pelatihan, pengetahuan peserta tentang obat tradisional untuk diabetes menunjukkan bahwa sirih merah dan jahe merah dikenal oleh 79,31% peserta, sementara kayu manis dikenal oleh 72,41%. Namun, hanya 15,79% yang mengetahui tentang SIJAKA sebagai minuman fungsional antidiabetes, dan tidak ada yang pernah mempraktikkannya. Ini menunjukkan bahwa meskipun ada kesadaran tentang beberapa tanaman herbal, pengetahuan tentang kombinasi spesifik seperti SIJAKA masih terbatas. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa meskipun masyarakat memiliki pengetahuan tentang obat tradisional, penerapan praktisnya masih kurang (Astuti *et al.* 2022).

Setelah pelatihan, terjadi peningkatan signifikan dalam pemanfaatan SIJAKA, dengan 44,83% peserta membuatnya sendiri dan 3,45% mengonsumsinya melalui anggota keluarga. Namun, 41,38% peserta masih tidak mengonsumsi SIJAKA. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pelatihan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, masih diperlukan upaya lebih lanjut untuk mendorong adopsi yang lebih luas. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi dan pelatihan yang berkelanjutan dapat meningkatkan pemanfaatan obat herbal di masyarakat (Astuti *et al.* 2022).

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa pemanfaatan sirih merah, jahe merah, dan kayu manis memiliki efek yang signifikan dalam menurunkan kadar gula darah dan meningkatkan kesehatan penderita diabetes. Devi *et al.* (2019), menemukan bahwa air rebusan sirih merah mampu menurunkan kadar gula darah secara signifikan pada pasien diabetes melitus setelah konsumsi rutin. Efek antihiperqlikemik ini juga didukung oleh penelitian Karmila (2020), yang menyatakan bahwa sirih merah mengandung flavonoid yang berperan dalam menurunkan kadar glukosa darah. Selain itu, Wati dan Aditya (2022), mengungkapkan bahwa ekstrak sirih merah tidak hanya memiliki aktivitas antihiperqlikemik, tetapi juga antioksidan yang kuat, sehingga dapat melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan akibat stres oksidatif yang berkontribusi terhadap komplikasi diabetes.

Jahe merah dan kayu manis juga diketahui memiliki manfaat yang besar bagi penderita diabetes. Prameswari (2023), menunjukkan bahwa kombinasi rebusan jahe merah dan kayu manis tidak hanya membantu menstabilkan kadar gula darah tetapi juga meningkatkan kualitas tidur pasien diabetes melitus tipe 2. Manfaat ini semakin



diperkuat oleh penelitian Sari dan Fikri (2020), yang menemukan bahwa kombinasi sirih merah, jahe merah, dan kayu manis mampu memperbaiki profil lipid dan meningkatkan regenerasi sel beta pankreas pada tikus dengan diabetes. Selain itu, Medagama (2015), dalam tinjauan literturnya menegaskan bahwa kayu manis memiliki efek hipoglikemik yang kuat dan dapat meningkatkan sensitivitas insulin, yang menjadikannya salah satu bahan potensial dalam terapi alami diabetes.

Penelitian Analianasari *et al.* (2022), menunjukkan bahwa ekstrak kayu manis secara signifikan dapat menghambat peningkatan kadar gula darah pada tikus diabetes yang diinduksi aloksan. Ini membuktikan bahwa kayu manis memiliki peran penting dalam pengelolaan diabetes dan dapat dikombinasikan dengan bahan herbal lainnya untuk meningkatkan efektivitasnya. Selain itu, penelitian Astuti *et al.* (2022), menyoroti pentingnya edukasi masyarakat mengenai pemanfaatan obat herbal dalam mengatasi diabetes, karena masih banyak masyarakat yang kurang memahami manfaat tanaman herbal seperti sirih merah, jahe merah, dan kayu manis. Studi yang dilakukan oleh Murtiningsih *et al.* (2021), juga menemukan bahwa meskipun banyak penderita diabetes yang menggunakan obat tradisional, keterbatasan dalam pemahaman mengenai dosis dan cara penggunaannya masih menjadi kendala utama dalam pengobatan berbasis herbal.

Hasil penelitian Kurniawan dan Wibowo (2024), menegaskan bahwa edukasi mengenai manfaat jahe merah dan kayu manis mampu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang penggunaan tanaman herbal sebagai terapi alternatif diabetes. Dalam konteks ini, program sosialisasi dan pelatihan terkait pemanfaatan SIJAKA sebagai minuman fungsional antidiabetes menjadi sangat penting untuk meningkatkan pemahaman masyarakat dan mendorong praktik konsumsi yang lebih luas. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menunjukkan manfaat SIJAKA dalam menurunkan kadar gula darah tetapi juga menggarisbawahi pentingnya edukasi yang berkelanjutan dalam meningkatkan pemanfaatan tanaman herbal sebagai solusi kesehatan masyarakat.

Tabel 2 memberikan gambaran mengenai tingkat ketertarikan masyarakat terhadap kegiatan sosialisasi dan pelatihan tentang SIJAKA. Mayoritas peserta, yakni 92,11%, menunjukkan antusiasme yang tinggi untuk mempelajari hal baru. Hanya 7,89% yang mengikuti kegiatan karena alasan lain, dan tidak ada peserta yang hadir semata-mata karena diminta atau sekadar mengisi waktu luang.

Minat peserta dalam proses pembuatan SIJAKA pun sangat tinggi, dengan seluruh peserta (100%) menyatakan keinginan untuk terlibat secara langsung dalam pembuatannya. Selain itu, produk SIJAKA dinilai sangat menarik oleh seluruh peserta, dengan tidak ada yang menyatakan ketertarikan terhadap produk lain. Temuan ini menunjukkan bahwa partisipan memiliki semangat yang besar untuk belajar dan berkontribusi dalam produksi SIJAKA. Namun, kendala seperti keterbatasan tempat masih perlu diatasi untuk mendukung keterlibatan yang lebih luas.

Pelatihan ini juga memberikan pengetahuan baru bagi peserta, terutama dalam hal pemanfaatan tanaman herbal sebagai bahan pengobatan, termasuk cara meracik



minuman antidiabetes seperti SIJAKA. Para peserta menjadi lebih memahami bahwa kombinasi sirih merah, jahe merah, kayu manis, dan jeruk nipis dapat diolah menjadi minuman herbal yang bermanfaat bagi penderita diabetes. Selain itu, wawasan mereka tentang kesehatan secara umum juga meningkat berkat informasi yang disampaikan selama pelatihan. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan memiliki dampak positif dalam memperluas pengetahuan peserta di bidang kesehatan dan pengobatan herbal.

Tabel 2 Pengetahuan Kader Posyandu dan PKK Setelah Pelatihan

No	Kegiatan Sosialisasi dan pelatihan	Persentase	
1	Ketertarikan ikut kegiatan	Ingin belajar sesuatu yang baru	92,11
		Diminta ikut	0
		Mengisi waktu	0
		Alasan lainnya	7,89
2	Ketertarikan membuat SIJAKA	Ya	100
		Tidak	0
3	Produk yang membuat tertarik	SIJAKA	100
		Lainnya	0
4	Tidak tertarik membuat SIJAKA	Menjijikan	0
		Tidak memiliki lahan/tempat	0
		Sibuk	0
		Lainnya	0

Selain itu, peserta juga memberikan masukan terhadap kegiatan pelatihan ini. Mereka mengapresiasi ketersediaan seluruh bahan yang dibutuhkan untuk praktik, yang sangat membantu kelancaran proses pelatihan. Para peserta juga berharap agar pelatihan serupa dapat terus dilaksanakan secara berkelanjutan, karena dianggap sangat bermanfaat bagi masyarakat.

Data yang tercantum dalam tabel memberikan informasi penting mengenai minat masyarakat terhadap kegiatan sosialisasi dan pelatihan SIJAKA. Temuan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta (92,11%) memiliki dorongan yang kuat untuk mempelajari hal-hal baru, yang mencerminkan tingginya antusiasme terhadap program ini. Hal ini dapat mencerminkan minat masyarakat dalam memperoleh keterampilan dan pengetahuan terkait pemanfaatan sumber daya herbal sebagai minuman fungsional (Husain *et al.* 2019). Kesadaran ini semakin meningkat seiring dengan berkembangnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pengobatan alami berbasis herbal dalam mengatasi diabetes (Putri *et al.* 2020).

Selain itu, minat untuk membuat SIJAKA sangat tinggi, dengan 100% peserta menyatakan ketertarikan untuk terlibat dalam pembuatannya. Hal ini menunjukkan bahwa peserta tidak hanya sekadar ingin mengetahui manfaatnya tetapi juga siap untuk mengadopsi praktik pembuatan SIJAKA dalam kehidupan sehari-hari (Nugroho *et al.* 2021). Motivasi yang tinggi ini didorong oleh berbagai faktor, termasuk



kemudahan akses terhadap bahan baku dan manfaat kesehatan yang telah dikenal luas dari sirih merah, jahe merah, dan kayu manis (Sari *et al.* 2020).

Minat yang tinggi terhadap produk SIJAKA juga terlihat dari hasil survei yang menunjukkan bahwa 100% peserta menyatakan ketertarikannya terhadap produk ini. Hal ini mengindikasikan bahwa SIJAKA memiliki potensi besar untuk diterima secara luas di masyarakat sebagai minuman fungsional yang bermanfaat bagi kesehatan, terutama dalam pengelolaan diabetes (Widiastuti *et al.* 2023). Studi sebelumnya menunjukkan bahwa penerimaan masyarakat terhadap produk berbasis herbal sering kali bergantung pada efektivitas, rasa, dan aksesibilitasnya (Lestari *et al.* 2019). Oleh karena itu, edukasi mengenai manfaat SIJAKA serta strategi pemasaran yang efektif dapat meningkatkan adopsi produk ini sebagai bagian dari pola konsumsi sehari-hari (Puspitasari *et al.* 2022).

Lebih lanjut, peserta pelatihan melaporkan bahwa kegiatan ini tidak hanya memberikan wawasan tentang pemanfaatan herbal sebagai obat tetapi juga memperluas pemahaman mereka tentang manfaat kombinasi sirih merah, jahe merah, kayu manis, dan tambahan jeruk nipis sebagai minuman herbal antidiabetes. Studi Astuti *et al.* (2022) menegaskan bahwa edukasi masyarakat mengenai pengolahan tanaman herbal menjadi produk siap konsumsi berperan penting dalam meningkatkan kesadaran dan partisipasi mereka dalam menjaga kesehatan secara mandiri.

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa ada antusiasme yang besar untuk belajar dan terlibat dalam pembuatan SIJAKA. Dengan tidak adanya hambatan seperti keterbatasan tempat atau ketidaktertarikan, program ini memiliki peluang besar untuk diterapkan secara lebih luas. Namun, diperlukan upaya lebih lanjut dalam meningkatkan edukasi dan mendukung keberlanjutan produksi SIJAKA agar masyarakat tidak hanya memahami manfaatnya tetapi juga mampu mengintegrasikannya dalam gaya hidup sehat secara berkelanjutan (Amalia dan Nugraha 2018).

4. Kesimpulan

Program sosialisasi dan pelatihan mengenai SIJAKA berhasil meningkatkan pemahaman dan minat masyarakat terhadap minuman fungsional antidiabetes tersebut. Seluruh peserta menunjukkan antusiasme tinggi untuk mempelajari dan terlibat langsung dalam proses pembuatan SIJAKA, dengan tingkat ketertarikan mencapai 100%. Meskipun pengetahuan mengenai tanaman herbal sebagai pengobatan diabetes sudah cukup baik, pemahaman khusus tentang SIJAKA masih terbatas di awal pelatihan. Kegiatan ini terbukti efektif dalam mengenalkan manfaat SIJAKA, namun masih terdapat kendala berupa keterbatasan fasilitas produksi yang perlu diatasi agar masyarakat dapat lebih mandiri dalam memproduksi dan mengonsumsi SIJAKA.

Dampak dari program sosialisasi dan pelatihan ini cukup luas. Dari sisi akademik, program ini memperluas wawasan mengenai potensi sirih merah, jahe merah, dan kayu manis sebagai minuman fungsional antidiabetes, serta membuka peluang riset lanjutan.



Dari aspek lingkungan, peningkatan pemanfaatan bahan alami ini dapat mengurangi ketergantungan terhadap obat sintetis yang cenderung kurang ramah lingkungan. Berdasarkan aspek sosial dan budaya, kegiatan pelatihan ini berperan dalam mendorong perubahan perilaku masyarakat ke arah pola hidup yang lebih sehat, sekaligus memperkuat kearifan lokal dalam pemanfaatan sumber daya alam. Di bidang ekonomi, pengembangan produk SIJAKA memberikan peluang usaha baru yang dapat meningkatkan pendapatan, terutama bagi pelaku usaha skala kecil. Sementara itu, dalam ranah kebijakan dan peraturan, meningkatnya pemahaman masyarakat terhadap manfaat tanaman herbal dapat mendorong terbentuknya kebijakan yang mendukung pertumbuhan industri SIJAKA dan produk-produk serupa. Secara keseluruhan, program ini memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas kesehatan masyarakat, pelestarian lingkungan, serta penguatan ekonomi lokal.

Ucapan Terima Kasih

Kegiatan ini memperoleh dukungan pendanaan dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi melalui skema BIMA – Pemberdayaan kepada Masyarakat, berdasarkan kontrak nomor 053/E5/PG.02.00/PM.BARU/2024 atas nama ketua tim Prof. Dr. Mega Safithri, S.Si., M.Si.

Daftar Pustaka

- Amalia R dan Nugraha F. 2018. Edukasi masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat sebagai terapi komplementer diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 12(1): 45-52.
- Analianasari, Subeki, Harahap MPM. 2022. Aktivitas antidiabetes ekstrak kayu manis pada mencit dengan metode induksi aloksan. *Jurnal Pengembangan Agroindustri Terapan*. 1(1): 32-37
- Astuti R, Sari DP dan Pratama A. 2022. Pengaruh edukasi tentang pengolahan tanaman herbal terhadap peningkatan kesadaran kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmu Gizi dan Pangan*. 15(2): 78-90.
- Astuti Y, Riani N dan Elviana N. 2022. Edukasi pengenalan obat herbal untuk penyakit diabetes mellitus di wilayah Kelurahan Pondok Ronggon. *Jurnal Medika Utama*. 2(1): 2762-2768.
- Devi L, Effendi E dan Bela I. 2019. Efektivitas air rebusan daun sirih merah terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Saling. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*. 7(2): 563-570.
- Dewi NLPES, Widiyanti NMA dan Yuliani NMD. 2022. Pengaruh konsumsi teh herbal daun salam dan jahe merah terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. *Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*. 4(1): 12-20.
- Husain M, Fadilah R dan Subekti H. 2019. Minat masyarakat terhadap pemanfaatan tanaman herbal sebagai obat tradisional dalam pengobatan penyakit degeneratif. *Jurnal Farmasi Herbal*. 14(1): 56-67.



- Karmila E. 2020. Pengaruh ekstrak daun sirih merah terhadap gula darah sewaktu penderita diabetes mellitus di Lampung. *Jurnal Kesehatan*. 3(2): 2746-2579.
- Kurniawan H dan Wibowo S. 2024. Edukasi pemberian jahe merah dan kayu manis untuk menurunkan kadar glukosa darah penderita diabetes mellitus. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima*. 3(2): 65.
- Lestari T, Widyaningsih R dan Wulandari S. 2019. Penerimaan masyarakat terhadap produk berbasis herbal dan faktor-faktor yang memengaruhinya. *Jurnal Teknologi Pangan*. 11(3): 122-134.
- Medagama AB. 2015. The glycaemic outcomes of cinnamon, a review of the experimental evidence and clinical trials. *Nutrition Journal*. 14(1): 108.
- Murtiningsih MK, Pandelaki K, Sedli BP. 2021. Gaya hidup sebagai factor resiko diabetes melitus tipe 2. *e-CliniC*. 9(2): 328-333.
- Nanda O. 2022. Efektivitas edukasi diabetes terpadu terhadap efikasi diri dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2. *Repository STIKes Hang Tuah Surabaya*.
- Nugroho W, Handayani M dan Yulianto R. 2021. Peran pelatihan dalam meningkatkan keterampilan masyarakat dalam pembuatan produk herbal fungsional. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. 18(2): 99-110.
- Prameswari TA. 2023. Pengaruh pemberian rebusan jahe dan kayu manis terhadap kualitas tidur pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Makrayu Palembang. Tesis. Universitas Sriwijaya.
- Puspitasari D, Setyaningrum T dan Kusuma A. 2022. Strategi pemasaran produk herbal untuk meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap minuman fungsional berbasis tanaman obat. *Jurnal Manajemen dan Agribisnis*. 17(1): 67-79.
- Safithri M, Indariani S dan Septiyani D. 2020. Aktivitas antioksidan dan total fenolik minuman fungsional nanoenkapsulasi berbasis ekstrak sirih merah. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. 7(1): 58-66.
- Safithri M, Indariani S dan Septiyani D. 2022. Aktivitas antioksidan dan antidiabetes in vitro ekstrak air daun sirih merah, jahe merah, dan kayu manis. *Jurnal Sumberdaya Hayati*. 8(1): 45-52.
- Sari D, Wibowo A dan Handoko F. 2020. Manfaat jahe merah sebagai agen antidiabetes: Review literatur. *Jurnal Farmasi Klinis Indonesia*. 8(4): 211-223.
- Sari F dan Karunia AAI. 2020. Upaya menurunkan kadar glukosa darah dengan rebusan daun sirih merah pada penderita diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan*. 9(1): 45-50.
- Sari F, Lestari D dan Pratama A. 2024. Uji efek antidiabetes seduhan kombinasi jahe (*Zingiber officinale*), sereh (*Cymbopogon citratus*), dan kayu manis (*Cinnamomum burmannii*). *Jurnal Penelitian Tanaman Obat*. 10(2): 123-130.
- Sari M dan Fikri M. 2020. Kadar glukosa darah, langerhans pankreas, dan profil lipid penderita diabetes tikus setelah pemberian kombinasi sirih merah, jahe, dan kayu manis. *Jurnal Kesehatan*. 11(2): 157-165.
- Wati H dan Aditya M. 2022. Aktivitas antihiperqlikemia dan antioksidan ekstrak daun sirih merah pada tikus hiperqlikemia induksi aloksan. *Jurnal Kesehatan*. 11(1): 68-76.



- Widiastuti N, Lestari P dan Saputri A. 2023. Penerimaan masyarakat terhadap produk minuman herbal fungsional sebagai alternatif terapi diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Herbal*. 9(1): 55-68.
- Widiyono dan Suwarni A. 2019. Rebusan daun sirih merah berpengaruh pada penurunan glukosa darah penderita diabetes mellitus tipe II. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*. 12(2): 28-34.
- Yusuf R, Hakim R dan Prasetyo B. 2021. Sirih merah dan kayu manis sebagai agen antidiabetes: Mekanisme kerja dan potensi aplikasinya dalam minuman fungsional. *Jurnal Biomedik dan Farmasi*. 13(2): 189-202.