

PEMANFAATAN JAHE MERAH UNTUK PENCEGAHAN DAN PENATALAKSANAAN KOLESTEROL TINGGI DAN ASAM URAT DI DUSUN KAUMAN, DESA GILANGHARJO, KECAMATAN PANDAK, KABUPATEN BANTUL

Woro Supadmi¹⁾, Muhammad Ridwan¹⁾, Ananda Ayu Chandra¹⁾, Arini Salsabila¹⁾, Ilham Sasena¹⁾

¹Program Magister Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta

E-mail: woro.supadmi@pharm.uad.ac.id

Abstract

Pemanfaatan jahe merah (*Zingiber officinale var. rubrum*) sebagai bahan herbal berpotensi mendukung pencegahan dan penatalaksanaan kolesterol tinggi dan asam urat yang banyak digunakan oleh masyarakat dalam bentuk rebusan atau ramuan jamu tradisional. Hasil skrining awal peserta menunjukkan bahwa sebagian masyarakat memiliki keluhan atau riwayat asam urat dan kolesterol tinggi. Oleh karena itu, masalah ini menjadi fokus utama dalam kegiatan pengabdian. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan warga Dusun Kauman, Desa Gilangharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul dalam memanfaatkan jahe merah sebagai upaya promotif dan preventif terhadap gangguan metabolik. Metode kegiatan meliputi edukasi kesehatan, pembagian media informasi, serta demonstrasi pengolahan jahe merah dengan evaluasi menggunakan desain *Pre-Test* dan *Post-Test* pada 38 peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat yang signifikan, ditandai dengan kenaikan rerata persentase jawaban benar dari 64% sebelum intervensi menjadi 90,7% setelah intervensi. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis masyarakat dengan pendekatan pemanfaatan potensi lokal efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terhadap pencegahan dan pengelolaan kolesterol tinggi serta asam urat.

Kata kunci: Asam Urat; Jahe Merah; Kolesterol Tinggi; Pengabdian Masyarakat

Abstract

[Utilization of Red Ginger for the Prevention and Management of High Cholesterol and Uric Acid Levels in Kauman Hamlet, Gilangharjo Village, Pandak District, Bantul Regency] High cholesterol and gout are prevalent health problems in the community and may lead to serious complications if not properly managed. This community engagement program aimed to enhance public knowledge and understanding of the use of red ginger (*Zingiber officinale var. rubrum*) as a supportive approach for the prevention and management of cholesterol and gout. The program was conducted in Kauman Hamlet, Gilangharjo Village, Pandak Subdistrict, Bantul Regency, employing health education sessions, dissemination of educational materials, and practical demonstrations of red ginger processing, with evaluation based on a *Pre-Test* and *Post-Test* design involving 38 participants. The results demonstrated a substantial improvement in participants' knowledge, as indicated by an increase in the mean percentage of correct responses from 64% prior to the intervention to 90.7% following the intervention. These findings suggest that community-based education integrating local resources is effective in improving public understanding of cholesterol and gout prevention and management and in promoting healthy lifestyle practices.

Keywords: Community Service; Gout; High Cholesterol; Red Ginger

1. Pendahuluan

Hiperkolesterol dan hiperurisemia merupakan kondisi kesehatan yang sering terjadi di Indonesia dan menjadi penyebab berbagai penyakit, seperti penyakit jantung iskemik, stroke, dan gout arthritis (Hermawati *et al.*, 2025). Hiperkolesterol adalah peningkatan kadar kolesterol dalam darah terutama kolesterol LDL >100 mg/dL ((FERENCE *et al.*, 2017), sedangkan hiperurisemia adalah kondisi meningkatnya kadar asam urat dalam darah >7 mg/dl pada pria dan >6mg/dl pada wanita (Du *et al.*, 2024). Berdasarkan data survei kesehatan nasional yang dilakukan oleh Riskesdas menunjukkan, prevalensi hiperkolesterolemia di Indonesia mencapai 35,9% pada tahun 2013 dan menurun menjadi 28,8% pada tahun 2018. Sementara itu, prevalensi hiperurisemia dilaporkan sekitar 6,13% pada laki-laki dan 8,46% pada perempuan, dengan kecenderungan meningkat pada kelompok usia dewasa (Riskesdas, 2018)

Tingginya prevalensi hiperkolesterolemia dan hiperurisemia, baik secara global maupun nasional disebabkan karena perubahan pola hidup masyarakat modern. Perkembangan pola hidup di era modern cenderung mengarah pada minimnya aktivitas fisik, kebiasaan konsumsi makanan tidak terkontrol, terutama asupan lemak jenuh, gula dan purin. Selain itu, rendahnya tingkat kesadaran terhadap pentingnya upaya pencegahan dini berdampak signifikan terhadap peningkatan angka kejadian kondisi tersebut. Tingkat pengetahuan masyarakat yang rendah ternyata berkorelasi dengan perilaku pencegahan yang buruk. Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa sebanyak 79% responden menunjukkan tingkat pengetahuan yang rendah dan 100% menunjukkan perilaku pencegahan asam urat yang buruk (Winabila *et al.*, 2025). Dampak hiperkolesterolemia dan hiperurisemia tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga berimplikasi pada penurunan kualitas hidup individu serta berkontribusi terhadap meningkatnya beban dalam sistem pelayanan kesehatan. (Arjani *et al.*, 2025; Widhiastuti *et al.*, 2025).

Sebagai respons terhadap tingginya angka kejadian hiperkolesterolemia dan hiperurisemia maka perlu adanya upaya pencegahan dan penatalaksanaan meliputi modifikasi gaya hidup, pengaturan pola diet, serta penggunaan terapi farmakologis. Namun, penggunaan obat farmakologis dalam jangka panjang berpotensi menimbulkan efek samping dan meningkatkan risiko ketergantungan. Pencarian alternatif terapi yang aman dan relative terjangkau sangat penting untuk masyarakat (Febriyanti *et al.*, 2024). Jahe merah (*Zingiber officinale var. rubrum*) merupakan salah satu tanaman herbal dikenal di Indonesia yang memiliki potensi dalam pengelolaan penyakit metabolik. Pemanfaatan jahe merah sebagai terapi komplementer sangat berkembang dan diminati oleh masyarakat (Herlina *et al.*, 2025). Jahe merah secara tradisional digunakan untuk menangani berbagai gangguan kesehatan yang berkaitan dengan inflamasi dan metabolisme, termasuk hiperurisemia dan hiperkolesterolemia. Kandungan senyawa bioaktif jahe merah diketahui memiliki aktivitas antiinflamasi, antioksidan, dan hipolipidemik yang berpotensi mendukung pencegahan serta penatalaksanaan hiperurisemia dan hiperkolesterolemia (Dewi *et al.*, 2024).



Gambar 1. Jahe Merah

Masyarakat belum sepenuhnya memahami terkait dengan pemanfaatan jahe merah sebagai terapi komplementer. Penggunaan jahe merah sering dilakukan tanpa mempertimbangkan aspek jenis sediaan, dosis yang tepat, dan metode pengolahan. Sedangkan hasil penelitian menunjukkan bahwa metode ekstraksi dan variasi dosis memengaruhi tingkat aktivitas biologis dan mekanisme kerja dalam tubuh (Abidi *et al.*, 2022). Penggunaan tanaman obat yang tidak tepat, berpotensi menurunkan efektivitas dan meningkatkan risiko yang merugikan (Yuniarsih *et al.*, 2025). Diperlukan upaya edukasi dan praktik untuk meningkatkan pemahaman masyarakat. Pelaksanaan edukasi interaktif yang disertai dengan simulasi atau demonstrasi pembuatan sediaan jahe merah, seperti wedang jahe sebagai minuman fungsional, serta produk inovatif nutrijell jahe merah sebagai alternatif camilan sehat sangat penting untuk masyarakat. Penelitian menunjukkan bahwa minuman berbasis jahe memiliki aktivitas antioksidan dan diterima secara organoleptik sebagai minuman fungsional (Winasih *et al.*, 2023). Di sisi lain, produk berbasis jelly yang menambah ekstrak jahe merah menunjukkan peningkatan substansial dalam aktivitas antioksidan, viskositas, dan tingkat kesukaan konsumen sesuai konsentrasi yang digunakan (Agusthi & Romadhan, 2024). Pendekatan edukasi dan demonstrasi memungkinkan pengetahuan yang lebih efektif serta mendorong pemanfaatan jahe merah secara tepat dalam upaya pencegahan dan penatalaksanaan hiperkolesterolemia serta hiperurisemia (Bistara & Ainiyah, 2018).

Dengan mempertimbangkan potensi lokal yang dimiliki, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada pemanfaatan jahe merah sebagai upaya pencegahan dan penatalaksanaan kolesterol tinggi dan asam urat di Desa Gilangharjo, Kecamatan Pandak,

Kabupaten Bantul. Pemilihan lokasi di Desa Gilangharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul didasarkan pada hasil wawancara awal yang menunjukkan masih perlunya peningkatan pemahaman masyarakat terkait pencegahan penyakit metabolik, serta adanya potensi pemanfaatan jahe merah yang belum optimal. Selain itu, lokasi ini juga mudah dijangkau oleh tim pelaksana sehingga mendukung kelancaran kegiatan pengabdian. Melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan dan pengetahuan masyarakat dalam memanfaatkan jahe merah secara tepat dan berkelanjutan. Diharapkan, hasil kegiatan ini tidak hanya mendorong penerapan perilaku kesehatan berbasis potensi lokal, tetapi juga dapat menjadi rujukan bagi pengembangan program kesehatan masyarakat serupa di wilayah lain.

2. Metode

Desain Kegiatan

Pelaksanaan pengabdian terhadap masyarakat dirancang menggunakan desain eksperimental dengan pendekatan *pre-test* dan *post-test*. Metode ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan mengenai pemanfaatan jahe merah sebelum dan sesudah pemberian edukasi kepada peserta. Fokus kegiatan diarahkan pada peningkatan pemahaman yang dilakukan dengan memberikan materi beserta leaflet agar lebih mudah dipahami dan demonstrasi atau praktek untuk meningkatkan keterampilan praktis masyarakat dalam mengolah serta memanfaatkan jahe merah dalam bentuk jelly sebagai upaya pencegahan dan penatalaksanaan kolesterol tinggi dan asam urat. Kegiatan ini dilakukan sebanyak 2 kali untuk melihat apakah ada perubahan pemahaman masyarakat terhadap kegunaan tanaman jahe merah untuk mengatasi penyakit kolesterol dan asam urat.

Lokasi dan Waktu

Kegiatan dilaksanakan di balai pertemuan Dusun Kauman, Desa Gilangharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul. Lokasi tersebut dipilih karena merupakan pusat kegiatan masyarakat sehingga mudah diakses oleh warga. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan dalam dua kali pada bulan Agustus 2025.



Gambar 2. Lokasi Dusun Kauman, Desa Gilangharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul

Sasaran

Sasaran utama kegiatan ini adalah 38 orang warga dewasa Dusun Kauman, Desa Gilangharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul. Kriteria peserta meliputi berusia ≥ 30 tahun berdomisili tetap di wilayah Dusun Kauman, serta bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pengabdian. Peserta merupakan individu yang berperan dalam penyiapan makanan sehari-hari serta memiliki minat atau riwayat keluarga dengan kolesterol tinggi atau asam urat, sehingga materi edukasi yang diberikan lebih tepat sasaran dan aplikatif dalam kehidupan sehari-hari. Peserta merupakan individu yang memiliki peran dalam penyiapan makanan sehari-hari serta memiliki minat atau riwayat keluarga dengan kolesterol tinggi atau asam urat, sehingga materi

edukasi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan dan dapat digunakan dalam keseharian.

Tahapan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam empat tahap yaitu :

Tahap 1: Pengkajian Awal dan Identifikasi Kebutuhan

Sebelum pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan, Tim Prodamat mengadakan pengkajian awal dengan pengurus RT sebanyak 4 orang dan RW setempat sebanyak 2 orang. Hal ini untuk mendapatkan informasi terkait kondisi masyarakat, usia populasi dan prevalensi penyakit yang diderita.



Gambar 3. Kegiatan Pengkajian Informasi Kesehatan Masyarakat

Tahap 2: Penyusunan Materi dan Media Edukasi

Berdasarkan analisis hasil pengkajian awal dan tinjauan pustaka, tim menyusun serangkaian materi edukasi yang mudah diakses. Materi tersebut mencakup: (a) presentasi interaktif menggunakan leaflet yang menjelaskan konsep-konsep ilmiah dengan bahasa sederhana dan visual yang menarik; (b) leaflet informatif yang merangkum poin-poin kunci, seperti mekanisme kerja jahe merah, resep olahan, dosis anjuran, dan cara penggunaan yang aman, serta (c) persiapan bahan dan alat untuk demonstrasi langsung.



Gambar 4. Leaflet Jahe untuk Atasi Asam Urat & Kolesterol

Tahap 3: Pelaksanaan Sosialisasi dan Demonstrasi Interaktif

Kegiatan pertama pada tanggal 17 Agustus 2025 dimulai dengan pemeriksaan kondisi kesehatan, antara lain melalui pengukuran berat badan, lingkar perut, dan evaluasi nilai tekanan darah sebagai gambaran awal kondisi kesehatan peserta. Selanjutnya, peserta diminta mengisi kuesioner awal (pre-test) guna menilai tingkat pengetahuan dasar, sebagaimana disajikan pada **Gambar 5**. Setelah tahap tersebut, narasumber menyampaikan materi terkait penyakit degeneratif, khususnya kolesterol tinggi dan asam urat, serta alternatif pencegahannya melalui pemanfaatan jahe merah. Sesi ini selanjutnya diikuti dengan kegiatan diskusi serta sesi tanya jawab yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta dan mengklarifikasi informasi yang berkembang di masyarakat. Kegiatan demonstrasi pembuatan jelly jahe merah dilakukan secara bersama sama dengan masyarakat.



Gambar 5. Kegiatan Pertama Pengabdian Masyarakat terhadap Warga Dusun Kauman

Tahap 4: Evaluasi dan Umpan Balik

Pada kegiatan ke dua yang dilaksanakan pada tanggal 24 Agustus 2025, peserta kembali diminta mengisi kuesioner yang sama seperti pada tahap awal sebagai *post-test* guna mengevaluasi peningkatan pengetahuan secara kuantitatif. Selain itu, dilakukan sesi umpan balik secara lisan dan informal guna memperoleh gambaran kualitatif mengenai kejelasan materi, relevansi kegiatan, serta potensi penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Tim prodamat menyampaikan materi untuk menguatkan pemahaman masyarakat tentang manfaat jahe merah dalam pencegahan dan penatalaksanaan penyakit hiperurecemia dan hiperkolesterol. Seluruh rangkaian kegiatan didokumentasikan secara sistematis sebagai bahan pelaporan dan evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 5. Kegiatan Kedua Pengabdian Masyarakat terhadap Warga Dusun Kauman

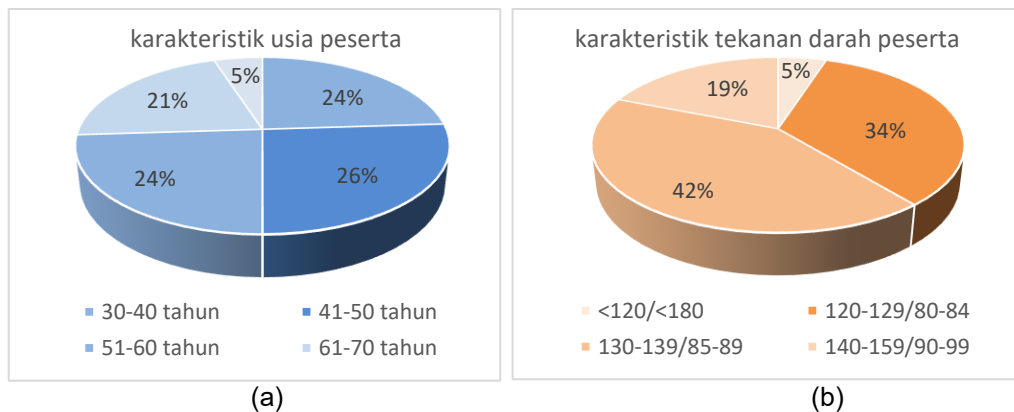
3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosial ini memperoleh respons yang sangat baik dari masyarakat Dusun Kauman. Jumlah peserta yang hadir tercatat sebanyak 38 orang sedikit melebihi target awal yang

ditetapkan yaitu 30 orang. Komposisi demografis peserta terdiri dari 100% perempuan (38 orang) dengan rentang usia antara 30-80 Tahun. Karakteristik demografis peserta selengkapnya disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Sosialisasi Pemanfaatan Jahe Merah untuk Penatalaksanaan Hiperkolesterol dan Hiperurisemi pada Masyarakat Dusun Kauman

Karakteristik Peserta	Jumlah	Persentase %
Jenis kelamin		
Perempuan	38	100
Usia (tahun)		
30-40	9	24
41-50	10	26
51-60	9	24
61-70	8	21
71-80	2	5
Lingkar Perut (cm)		
80-90	19	50
91-100	14	37
101-110	5	13
Berat Badan (kg)		
40-50	7	18
51-60	8	21
61-70	16	43
71-80	7	18
Kategori Tekanan Darah (mmHg)		
<120 / <80	2	5
120-129 / 80-84	13	34
130-139 / 85-89	16	42
140-159 / 90-99	7	19



Gambar 6. (a) Grafik karakteristik usia peserta (b) Grafik karakteristik tekanan darah peserta

Berdasarkan analisis karakteristik peserta pada **Tabel 1**, kegiatan sosialisasi ini diikuti oleh kelompok usia dewasa dengan dominasi pada rentang usia 41-50 tahun, yang merupakan kelompok terbesar dengan persentase sebesar 26%. Dari aspek antropometri, sebagian besar peserta memiliki berat badan pada rentang 61-70 kg (43%), sementara sebanyak 50% peserta tercatat memiliki lingkar perut antara 80-90 cm. Temuan ini menunjukkan adanya proporsi peserta dengan faktor risiko metabolik yang perlu mendapat perhatian. Selain itu, data tekanan darah menunjukkan bahwa mayoritas peserta (42%) berada pada kategori 130-139/85-89 mmHg. Berdasarkan klasifikasi *American Heart Association*, rentang tekanan darah tersebut termasuk dalam kategori hipertensi tahap 1, yang mencerminkan peningkatan risiko terhadap penyakit kardiovaskular dan metabolik (Paul K. *et al*, 2018).

Hasil evaluasi kegiatan melalui perbandingan *Pre-Test* dan *Post-Test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah pemberian intervensi edukasi. Hasil *Pre-Test* mengindikasikan adanya kesenjangan pengetahuan yang cukup signifikan terkait pemahaman penyakit metabolik dan pemanfaatan jahe merah sebagai terapi komplementer. Setelah pelaksanaan edukasi dan demonstrasi, terjadi peningkatan pengetahuan yang nyata pada peserta, yang mencerminkan efektivitas intervensi yang diberikan. Peningkatan pengetahuan pada setiap aspek yang diukur disajikan secara rinci pada **Tabel 2**.

Tabel 2. Perbandingan Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Pengetahuan Peserta Mengenai Pemanfaatan Jahe Merah

Aspek Pengetahuan yang di ukur	Distribusi Jumlah (n) dan Persentase(%) Responden Berdasarkan Jawaban				Peningkatan Jumlah(n) dan Persentase(%) Responden dengan Jawaban Benar
	Pre-Test (%)		Post-Test (%)		
	Benar	Salah	Benar	Salah	
1. Saya pernah menggunakan jahe sebagai minuman untuk meredakan nyeri	25(65,7)	13(34,2)	34(89,4)	4(10,5)	9(23,7)
2. Saya periksa kadar kolesterol atau hiperuresemia di puskesmas atau rumah sakit	29(76,3)	9(23,6)	33(86,8)	5(13,1)	4(10,5)
3. Saya menghindari makanan tinggi lemak dan gula untuk menjaga kadar kolesterol	22(57,8)	16(42,1)	35(92,1)	3(7,8)	13(34,2)
4. Jahe bias membantu mengurangi peradangan dan nyeri pada sendi akibat hiperuresemia	27(71,0)	11(28,9)	32(84,2)	6(15,7)	5(13,1)
5. Makanan seperti jeroan, makanan laut, dan daging merah bisa memicu naiknya asam urat	30(78,9)	8(21,0)	36(94,7)	2(5,2)	6(15,7)
6. Hiperkolesterol bisa meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke	23(60,5)	15(39,4)	37(97,3)	1(2,6)	14(36,8)
7. Apakah ibu biasa mengonsumsi jamu atau herbal untuk menjaga kesehatan?	21(55,2)	17(44,7)	34(89,4)	4(10,5)	13(34,2)
8. Apakah ibu tahu bahwa jahe bisa membantu memperlancar peredaran darah?	15(47,3)	21(55,2)	35(92,1)	3(7,8)	20(52,6)
Rata-rata	24(64,0)	14(36,1)	35(90,7)	4(9,1)	10(27,9)

Informasi data yang ditampilkan pada **Tabel 2** mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan peserta pada seluruh aspek yang dievaluasi setelah pelaksanaan intervensi edukasi. Secara kuantitatif, rerata persentase jawaban benar meningkat dari 64% pada tahap *Pre-Test* menjadi 90,7% pada *post-test*, yang merepresentasikan peningkatan rata-rata sebesar 27,9%. Peningkatan pengetahuan tertinggi ditemukan pada pemahaman mengenai peran jahe dalam membantu melancarkan peredaran darah, dengan kenaikan sebesar 52,6%. Selain itu, peningkatan yang bermakna juga terlihat pada pemahaman mengenai keterkaitan hiperkolesterolemia dengan risiko penyakit jantung dan stroke (36,8%), pentingnya pembatasan konsumsi makanan tinggi lemak dan gula dalam pengendalian kolesterol (34,2%), serta pemanfaatan jamu atau herbal sebagai bagian dari upaya pemeliharaan kesehatan (34,2%). Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan masyarakat.

Hasil evaluasi lebih lanjut memperlihatkan penguatan pemahaman masyarakat terkait pencegahan dan penatalaksanaan penyakit metabolik. Kesadaran mengenai hiperkolesterolemia sebagai faktor risiko utama penyakit kardiovaskular meningkat secara signifikan, ditunjukkan oleh persentase responden dengan menjawab benar 64% pada *Pre-Test* menjadi 90,7% pada *post-test*, yang merupakan capaian tertinggi setelah intervensi. Peningkatan ini sejalan dengan bertambahnya pemahaman mengenai pentingnya menghindari konsumsi lemak jenuh, lemak trans, dan gula sebagai langkah mendasar dalam menjaga kadar kolesterol optimal, dengan skor meningkat dari 58% menjadi 92% (Chamberlain, 2019). Selain itu, kesadaran akan pentingnya pemeriksaan rutin kadar kolesterol dan asam urat sebagai bagian dari deteksi dini meningkat dari 75% menjadi 87% (Made, 2022).

Pemahaman mengenai pemanfaatan pengobatan herbal tradisional, khususnya jahe merah (*Zingiber officinale var. rubrum*) menunjukkan peningkatan yang signifikan dan didukung oleh bukti ilmiah. Pengetahuan tentang peran jahe dalam membantu melancarkan sirkulasi darah meningkat tajam dari nilai awal terendah, yaitu 40%, menjadi 92% setelah intervensi (Ulum *et al.*, 2020). Manfaat jahe sebagai agen pereda nyeri yang telah lama dikenal dalam praktik pengobatan tradisional juga semakin dipahami, ditunjukkan oleh peningkatan skor dari 65% menjadi 89% (Mashhadi *et al.*, 2013). Selain itu, pemahaman mengenai efek antiinflamasi jahe dalam membantu meredakan nyeri sendi akibat hiperurisemia meningkat dari 70% menjadi 84% (Radharani, 2020). Temuan ini selaras dengan meningkatnya pengetahuan peserta mengenai kebiasaan konsumsi jamu sebagai bagian dari budaya pemeliharaan kesehatan, yang naik dari 55% menjadi 89% dan mencerminkan integrasi antara kearifan lokal dan pendekatan kesehatan berbasis bukti (Kusumo *et al.*, 2020; Nofita & Sari, 2019).

Peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta menunjukkan bukti efektivitas program melalui pendekatan edukatif yang disertai demonstrasi praktis. Data pada **Tabel 2** menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan tertinggi terjadi pada pemahaman manfaat jahe merah

terhadap peredaran darah serta perannya dalam meredakan nyeri dan asam urat, yang mencerminkan keberhasilan penyampaian informasi berbasis mekanisme ilmiah. Pemahaman mengenai hubungan antara proses peradangan dan efek antiinflamasi senyawa gingerol mendorong peserta untuk melakukan praktik kesehatan secara rasional dan berdasar, seperti penggunaan kompres jahe sebagai intervensi yang tepat, bukan sekadar mengikuti praktik tradisional.

Inovasi nutrijell jahe merah dibuat sebagai sediaan alternatif untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi herbal. Proses pembuatannya sederhana, yaitu ekstraksi jahe merah dengan cara direbus, kemudian dicampurkan dengan nutrijell dan gula merah beserta daun pandan lalu dipanaskan hingga homogen, lalu dicetak menjadi gel sehingga lebih praktis dan mudah dikonsumsi. Secara farmakologis, jahe merah mengandung senyawa aktif seperti shogaol dan gingerol yang dikenal memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan melalui pengaturan sistem kekebalan tubuh dan penghambatan jalur inflamasi (Ga & Pa, 2024). Dilaporkan bahwa senyawa ini memiliki kemampuan untuk menekan mediator inflamasi dan berpotensi membantu penyakit metabolic (Bischoff-Kont *et al.*, 2022). Inovasi ini dapat meningkatkan penerimaan dan kepatuhan masyarakat terhadap penggunaan obat herbal dengan bentuk sediaan yang lebih menarik.

4. Simpulan dan Saran

Kegiatan sosialisasi pemanfaatan jahe merah untuk pencegahan dan penatalaksanaan hiperkolesterol dan hiperuresemia di Dusun Kauman telah berhasil mencapai tujuannya dengan sangat baik. Bukti efektivitas program ini ditunjukkan adanya peningkatan jumlah responden dalam menjawab benar pada post-tes. Pendekatan yang menggabungkan edukasi interaktif, demonstrasi langsung, dan inovasi produk terbukti sangat efektif, mudah dipahami dan diterapkan. Kegiatan ini berhasil menumbuhkan minat dan kesadaran masyarakat untuk secara aktif memanfaatkan sumber daya hayati lokal demi peningkatan kualitas kesehatan. Keberhasilan ini menegaskan bahwa program kesehatan berbasis komunitas yang dirancang dengan baik dapat menjadi penggerak pemberdayaan masyarakat yang efektif.

5. Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pengurus Dusun Kauman, Desa Gilangharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul atas kerja sama dan dukungan yang diberikan selama persiapan hingga pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

6. Daftar Pustaka

- Abidi, C., Rtibi, K., Boutahiri, S., Tounsi, H., & Abdellaoui, A. (2022). *Dose-Dependent Action Of Zingiber Of Fi Cinale On Colonic Dysmotility And Ex Vivo Spontaneous Intestinal Contraction Modulation*. <https://doi.org/10.1177/15593258221127556>
- Agusthi, B. M., & Romadhan, M. F. (2024). *Characteristics Of Secang Jelly Drink As Functional Drink With The Addition Of Red Ginger Extract For Antioxidant Source*. 13(2), 449–458.
- Arjani, I. A. M. S., Ratih, G. A. M., Jirna, I. N., Mastra, N., & Rahmawati, L. P. (2025). Correlation Between Total Cholesterol And Hypertension Severity In Elderly Patients: A Study From South Denpasar, Indonesia. *Meditory: The Journal Of Medical Laboratory*, 13(1), 113–122.
- Bischoff-Kont, I., Primke, T., Niebergall, L. S., Zech, T., & Fürst, R. (2022). Ginger Constituent 6-Shogaol Inhibits Inflammation- And Angiogenesis-Related Cell Functions In Primary Human Endothelial Cells. *Frontiers In Pharmacology*, 13(February), 1–16. <https://doi.org/10.3389/fphar.2022.844767>
- Bistara, N., & Ainiyah, N. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Posyandu Lansia Cempaka Kelurahan Tembok Duku Kecamatan Bubutan Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(1), 47–58. <https://doi.org/10.33086/Jhs.V11i1.117>
- Chamberlain, A. M. (2019). *Heart Disease And Stroke Statistics — 2019 Update A Report From The American Heart Association*. <https://doi.org/10.1161/Cir.0000000000000659>
- Dewi, P. S., Anggadiredja, K., Kurniati, N. F., Islamiah, S. N., Wulandari, D., Jufri, M., & Elya, B. (2024). The Phytochemistry, Ethnobotany, And Cardioprotective Potential Of The Medicinal Plants *Zingiber Officinale Roscoe Var Rubrum*, *Curcuma Domestica Val.* And *Curcuma Xanthorrhiza Roxb*: A Literature Review. *Biointerface Research In Applied Chemistry*, 14(1), 5–25.
- Du, L., Zong, Y., Li, H., Wang, Q., Xie, L., Yang, B., & Pang, Y. (2024). Hyperuricemia And Its

- Related Diseases : Mechanisms And Advances In Therapy. *Signal Transduction And Targeted Therapy*, June. <https://doi.org/10.1038/S41392-024-01916-Y>
- Febriyanti, R. M., Saefullah, K., Susanti, R. D., Cahyana, Y., Febriansyah, R., & Rostinawati, T. (2024). Knowledge, Attitude, And Utilization Of Traditional Medicine Within The Plural Medical System In West Java, Indonesia. *Bmc Complementary Medicine And Therapies*, 24(1), 68–76. <https://doi.org/10.1186/S12906-024-04372-3>
- Ference, B. A., Ginsberg, H. N., Graham, I., Ray, K. K., Chris, J., Bruckert, E., Hegele, R. A., Krauss, R. M., Raal, F. J., Schunkert, H., Watts, G. F., & Bore, J. (2017). *Low-Density Lipoproteins Cause Atherosclerotic Cardiovascular Disease . 1 . Evidence From Genetic , Epidemiologic , And Clinical Studies . A Consensus Statement From The European Atherosclerosis Society Consensus Panel.* 2459–2472. <https://doi.org/10.1093/Eurheartj/Ehx144>
- Ga, A., & Pa, K. (2024). *The “ Root ” Causes Behind The Anti-In Fl Ammatory Actions Of Ginger Compounds In Immune Cells.* June, 1–17. <https://doi.org/10.3389/Fimmu.2024.1400956>
- Herlina, N., Handayani, M. T. R., Al Aziz, N. M., Safitri, A., & Pamungkas, R. R. (2025). Cardioprotective Effects Of Red Ginger Extracted Using Natural Deep Eutectic Solvent On Lipid Profile In Atherosclerotic Rats. *Jurnal Jamu Indonesia*, 10(3), 158–163.
- Hermawati, L., Zulfa, H. A., Irawati, N. B. U., & Diana, W. A. (2025). Hyperuricemia And Hypertension: Correlation, Mechanisms, And Clinical Implications—A Literature Review. *Majority*, 13(1), 1–9.
- Kusumo, A. R., Wiyoga, F. Y., Perdana, H. P., Khairunnisa, I., & Raihan Ibadurrohman Suhandi, S. S. P. (2020). Jamu Tradisional Indonesia: Tingkatkan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi. *Jurnal Layanan Masyarakat*, 4(2), 465–471.
- Made, Y. (2022). Pemeriksaan Glukosa, Kolesterol, dan Asam Urat Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Di Wilayah Uptd Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Provinsi Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(6), 1812–1817.
- Mashhadi, N. S., Ghiasvand, R., Askari, G., Hariri, M., & Darvishi, L. (2013). Anti - Oxidative And Anti - Inflammatory Effects Of Ginger In Health And Physical Activity : Review Of Current Evidence. *International Journal Of Preventive Medicine*, 1(1), 36–42.
- Nofita, & Sari, N. R. (2019). Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan Kadar Kolesterol Pada Lanjut Usia (Lansia) Di Posyandu Pekon Yogyakarta Gading Rejo Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, 2(1), 12–16.
- Paul K. Whelton, Mb, Md, Msc, Faha, Chair Robert M. Carey, Md, Faha, V. C., & Wilbert. (2018). Guideline For The Prevention, Detection, Evaluation, And Management Of High Blood Pressure In Adults. *Journal Of The American Of Cardiology*, 71(19). <https://doi.org/10.1016/J.Jacc.2017.11.006>
- Radharani, R. (2020). Kompres Jahe Hangat Dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Pendahuluan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 573–578. <https://doi.org/10.35816/Jiskh.V10i2.349>
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.Pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (Pp. 70–75). <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/Id/Eprint/3514/1/LaporanRiskesdas2018Nasional.Pdf>
- Ulum, K., Paujiah, S., & Pratiwi, D. (2020). Review Artikel: Potensi Jahe Merah (Zingiber Offinale Var. Rumbum) Sebagai Antibakteri. *Universitas Singaperbangsa Karawang*, 1(1), 17–30.
- Widhiastuti, E., Huda, M. H., Susanto, H., Kurniasari, M. D., & Putra, H. E. (2025). The Synergistic Effect Of High Bmi And Low Physical Activity On Gout Arthritis Risk: A Case-Control Study In West Sumatera, Indonesia. *Menara Medika*, 7(2), 422–435.
- Winabila, P., Safutri, W., Pratiwui, M., Dwiningrum, R., & Pringsewu, U. A. (2025). *The Correlation Between Knowledge Level And Gout Prevention Behavior Among The Elderly In Kresnomulyo Village , Ambarawa District , Pringsewu Regency , Lampung.* 4(3), 132–141.
- Winasih, A. P., Supriyadi, & Turahman, T. (2023). Uji Aktivitas Antioksidan Wedang Uwuh Dengan Variasi Formula Jenis Jahe Dan Waktu Penyeduhan. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 5(5), 633–642.
- Yuniarsih, S. M., Padmawati, R. S., Madyaningrum, E., Haryanto, J., & Lazuardi, L. (2025). Exploring The Acceptability Of Traditional Medicine Clinic Implementation In Indonesian Public Health Centers. *Nurse Media Journal Of Nursing*, 15(1), 78–92.