

Pemberdayaan Potensi Masyarakat Bluru Kidul Sidoarjo dalam Produksi Olahan Keju Menjadi Camilan Sehat untuk Penderita Diabetes

Galih Anindita^{1*}, Edy Setiawan², Purwidi Asri³ dan Devina Puspita Sari⁴

¹Program Studi Teknik Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Politeknik Perkapalan Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

²Program Studi Teknik Otomasi, Politeknik Perkapalan Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

³Program Studi Teknik Kelistrikan Kapal, Politeknik Perkapalan Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

⁴Program Studi Manajemen Bisnis, Politeknik Perkapalan Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia
galih.talnabnof@ppns.ac.id

Abstrak Kondisi carut marutnya kondisi politik di Indonesia, menyebabkan perekonomian tidak pasti. Hal ini juga mempengaruhi industri, permintaan pekerja industri terkait upah tinggi, memaksa industri melakukan pemutusan hubungan kerja yang sepihak. Padahal pekerja tersebut masih produktif dan punya potensi. Sebagian besar mereka masih bingung ide usaha apa yang akan dijadikan pegangan ataupun pondasi hidup dalam memenuhi kebutuhan. Kami melihat banyak masyarakat di desa Bluru Kidul Sidoarjo, terutama ibu rumah tangga masih produktif dan memiliki potensi. Dari permasalahan itu kami memberikan solusi mengadakan usulan program kegiatan pengabdian masyarakat, yaitu memberikan penyuluhan dan group diskusi untuk membuat alat yang nantinya akan mempunyai nilai jual, yaitu Produksi Olahan Keju Menjadi Camilan Sehat untuk penderita diabetes.

Usulan program kegiatan pengabdian bagi masyarakat di desa Bluru Kidul Sidoarjo ini bertujuan untuk menciptakan masyarakat produktif dalam berwirausaha sebagai upaya peningkatan kemandirian dan juga mendukung program pemerintah mengurangi angka pengangguran.

Program kegiatan pengabdian bagi masyarakat di desa Bluru Kidul Sidoarjo dilaksanakan tahun 2019, dengan target luaran yang ingin dicapai adalah memanfaatkan seluruh potensi yang ada untuk menerapkan produk camilan sehat berbahan dasar keju untuk penderita diabetes, membantu program pemerintah mengurangi angka pengangguran dengan menciptakan masyarakat produktif dalam berwirausaha sebagai upaya peningkatan kemandirian dan publikasi ilmiah

Kata Kunci : Camilan sehat, Diabetes, masyarakat produktif

I. PENDAHULUAN

Diabetes adalah penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Penyakit ini

merupakan penyakit yang berbahaya dan mematikan.

Data Kementerian Kesehatan yang diperoleh dari *Sample Registration Survey* 2014 menunjukkan diabetes menjadi penyebab kematian terbesar nomor tiga di Indonesia dengan persentase sebesar 6,7 persen, setelah stroke (21,1 persen) dan penyakit jantung koroner (12,9 persen). Secara global jumlah penderita diabetes mengalami peningkatan signifikan dari tahun ke tahun. Diabetes Atlas edisi ke-8 yang diterbitkan oleh Federasi Diabetes Internasional 2017 menyatakan bahwa 425 juta dari total populasi seluruh dunia, atau sekitar 8,8 persen orang dewasa berumur 20-79 tahun merupakan penderita diabetes.

Di Indonesia sendiri, berdasarkan data terbaru Riset Kesehatan Dasar 2018, secara umum angka prevalensi diabetes mengalami peningkatan cukup signifikan yaitu sebesar 8,5 persen. Sekretaris Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P) Kementerian Kesehatan dr Asjikin Iman Hidayat Dachlan MHA, mengatakan, sebanyak 90 persen dari total kasus diabetes di Indonesia merupakan diabetes tipe 2.

Penderita diabetes seringkali harus tersiksa dengan berbagai pantangan makanan yang ada, terlebih lagi ketika hasrat ngemil tiba-tiba datang menghampiri. Alih-alih memenuhi isi perut, salah memilih makanan berisiko tinggi menyebabkan lonjakan gula darah. Bagi pengidap penyakit, dokter dan ahli gizi biasanya mempertimbangkan diet tertentu untuk mengontrol kestabilan tubuh penderita. Ada beberapa jenis makanan yang boleh dan tidak boleh dimakan. Penderita diabetes sendiri seharusnya menerapkan pola makan dengan daftar makanan yang telah diatur sedemikian rupa guna menjaga kadar gula darah sekaligus sebagai terapi bagi diri sendiri. Paling tidak, penderita diabetes harus menaruh perhatian kepada beberapa hal (Kariadi, 2009).

Penderita diabetes tidak boleh sembarangan mengonsumsi camilan, terutama makanan-makanan



dengan kadar gula tinggi yang akan menaikkan kadar gula dalam darah dengan cepat. Atas dasar itulah peneliti berencana mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Non Produktif untuk mengolah keju menjadi camilan variatif yang aman dan sehat untuk Penderita Diabetes sehingga menghasilkan nilai ekonomis tinggi. Pemilihan lokasi untuk pengabdian masyarakat ini yaitu RW 13, Kelurahan Bluru Kidul, Kecamatan Sidoarjo karena sebagian besar pekerjaan wanita adalah ibu rumah tangga masih aktif dan dalam kegiatan yang ada di kampung. Terbukti dengan adanya kelompok lansia yang terkoordinir dan disetujui oleh pimpinan kampung setempat dalam hal ini ketua RT dan RW. Di kampung ini, kegiatan karang taruna yang anggotanya pemuda pemudi Bluru Kidul, juga berjalan dengan baik. Oleh karena itu kegiatan pengabdian masyarakat ini ditekankan kepada pemberdayaan ibu rumah tangga dan remaja putri sehingga meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang menghasilkan nilai ekonomis tinggi. Upaya meningkatkan sumberdaya manusia yang tangguh salah satunya dapat dilakukan dengan pendidikan dan pelatihan mengenai kewirausahaan (*entrepreneurship*). Sebagaimana kita ketahui bangsa ini sedang berkembang dan melaksanakan proses pembangunan di segala bidang memerlukan manusia-manusia yang memiliki jiwa wirausaha (*Entrepreneur*) sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan bangsa serta ketergantungan akan lapangan kerja setidaknya akan berkurang, bahkan dengan jiwa dan kemampuan wirausaha, akan tercipta lapangan kerja baru. Kewirausahaan menjadi salah satu alternatif untuk peningkatan daya saing masyarakat Indonesia dalam era globalisasi.

Dari permasalahan itu kami memberikan solusi mengadakan usulan program kegiatan pengabdian masyarakat, yaitu memberikan penyuluhan dan group diskusi untuk membuat produk makanan yang nantinya akan mempunyai nilai jual, yaitu produk olahan keju.

Usulan program kegiatan pengabdian bagi masyarakat di desa Bluru Kidul Sidoarjo ini bertujuan untuk penyediaan camilan sehat untuk penderita diabetes, menciptakan masyarakat produktif dalam berwirausaha sebagai upaya peningkatan kemandirian dan juga mendukung program pemerintah mengurangi angka pengangguran. Program kegiatan pengabdian bagi masyarakat di desa Bluru Kidul Sidoarjo dilaksanakan tahun 2019, dengan target luaran yang ingin dicapai adalah memanfaatkan seluruh potensi yang ada untuk menerapkan produk, membantu program pemerintah mengurangi angka pengangguran dengan menciptakan masyarakat produktif dalam berwirausaha sebagai upaya peningkatan kemandirian.

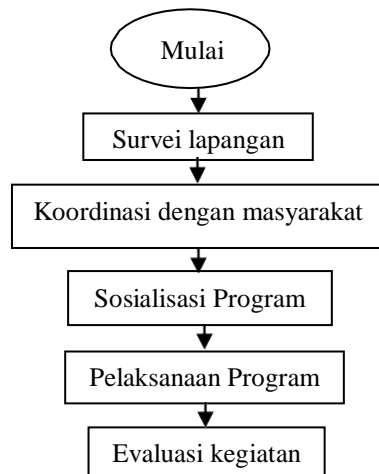
Dengan adanya hasil produksi camilan sehat ini, penderita diabetes pada khususnya tidak akan kesulitan dalam mencari camilan yang sehat. Harapan yang diinginkan adalah hasil produk ini dapat dijual baik *off line* maupun *on line*

II. METODOLOGI

Metode pelaksanaan program ini adalah sebagai berikut:

1. Survei Lapangan
Survei lapangan bertujuan untuk mengamati situasi dan keadaan kecamatan yang direncanakan sebagai objek sasaran, yaitu RW 13, Kelurahan Bluru Kidul, Kecamatan Sidoarjo
2. Koordinasi dengan Masyarakat
Berkoordinasi dengan warga masyarakat, PKK setempat dan pihak desa untuk menentukan kesepakatan mufakat antara pelaksanaan program pengabdian masyarakat dengan RT – RW setempat.
3. Sosialisasi Program
Sosialisasi program bertujuan untuk memberikan informasi tentang rencana serangkaian pelaksanaan program yang disampaikan kepada perwakilan masyarakat.
4. Pelaksanaan Program
Langkah-langkah kegiatan dalam pengabdian ini melalui tahapan-tahapan berikut ini:
 - a. sosialisasi kegiatan pengabdian masyarakat kepada pejabat kampung dalam hal ini ibu Ketua RT setempat, perihal tujuan, manfaat, dampak kegiatan dan target luaran kegiatan pengabdian ini
 - b. penyampaian materi tentang Penyakit dan camilan sehat penderita diabetes.
 - c. penyuluhan produksi olahan keju menjadi camilan sehat
 - d. Diskusi atau tanya jawab mengenai hal-hal yang berkaitan dengan produksi olahan keju.
 - e. Demonstrasi tentang produksi olahan keju (keju kriuk, martabak telur keju, bola-bola keju dan bolu kukus keju)
 - f. Pemberian bahan keju untuk diolah kepada perwakilan warga masyarakat bluru kidul Sidoarjo
 - g. Monitoring dan pendampingan perkembangan pelaksanaan program.
5. Evaluasi Kegiatan
Mengevaluasi perkembangan pelaksanaan program, memberikan saran untuk mengembangkan produksi olahan keju menjadi camilan sehat penderita diabetes. Metode pelaksanaan tersebut dapat dibuat *flow chart* sebagai berikut :





Gambar 1. Flowchart Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan metodologi, dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim ini proses kegiatannya mengikuti metode pelaksanaan sebagai berikut :

- a. Koordinasi dan Sosialisasi kegiatan pengabdian masyarakat kepada pejabat RT dan RW

Langkah pertama yang kami lakukan yaitu sosialisasi kegiatan pengabdian masyarakat kepada pejabat kampung dalam hal ini ibu Ketua RW setempat, perihal tujuan, manfaat, dampak kegiatan dan target luaran kegiatan pengabdian ini. Hasil yang kami dapatkan ketua RT dan RW setempat memberikan respon yang positif dan mendukung akan diadakannya kegiatan pengabdian masyarakat berkenaan dengan Pemberdayaan Potensi Masyarakat Bluru Kidul Sidoarjo Dalam Produksi Olahan Keju Menjadi Camilan Sehat

untuk Penderita Diabetes. Adapun respon yang mendukung diadakannya kegiatan ini yaitu Ketua RW mengatur dan memberikan waktu kapan pelaksanaan pelatihan/ penyuluhan pembuatan kerajinan tangan, dimana sekaligus membuat undangan agar warga kecamatan Bluru Kidul Sidoarjo tahu kapan akan diadakannya kegiatan penyuluhan ini (undangan terlampir). Ketua RW juga memberikan sarana dan prasarana untuk proses pelaksanaan penyuluhan. Setelah sosialisasi kepada pejabat setempat, kami melakukan sosialisasi ke warga masyarakat Bluru Kidul Sidoarjo yang dalam hal ini dijadikan sebagai obyek yang dipakai untuk kegiatan ini.



Gambar 2. Sosialisasi Pejabat RW

- b. Pemberdayaan Potensi Masyarakat Bluru Kidul Sidoarjo Dalam Produksi Olahan Keju Menjadi Camilan Sehat untuk Penderita Diabetes.

Kegiatan ini kami lakukan hari Minggu, 15 September 2019 dengan dokumentasi kegiatan seperti yang ditunjukkan pada gambar. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan melakukan beberapa tahap kegiatan, yaitu penyampaian materi tentang penyakit Penyakit dan camilan sehat penderita diabetes, penyuluhan produksi olahan keju menjadi camilan sehat, smonitoring dan evaluasi kegiatan. Meskipun pada saat penyuluhan tidak semua warga RT 13 kecamatan Bluru Kidul Sidoarjo hadir tetapi sasaran target minimal 20 ibu rumah tangga terpenuhi.





Gambar 3. Serangkaian Acara Penyuluhan Produksi Olahan Keju Menjadi Camilan Sehat

Warga sangat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini karena menurut warga inilah salah satu solusi praktis dan ekonomis menghilangkan sampah di lingkungan kecil yaitu rumah tangga. Berbagai macam pertanyaan muncul dari warga, hal ini menunjukkan respon positif dengan diadakannya kegiatan ini.



Gambar 4 Foto bersama Tim Pengabdian dan Warga Masyarakat Bluru Kidul Sidoarjo

Produksi Olahan Keju Menjadi Camilan Sehat mendapat respon baik dari warga kecamatan Bluru Kidul Sidoarjo

IV. DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. Diabetes care. The Journal of Clinical and Applied Research and Education. 2015:Volume 38, Supplement 1.*
- Kementerian Kesehatan. Petunjuk Teknis Pengukuran Faktor Risiko Diabetes Mellitus. 2010
- Kariadi, Sri Hastuti. (2009). Diabetes: Panduan Lengkap Untuk Diabetisi. Jakarta: Mizan Utama

III. KESIMPULAN

Dari seluruh rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang telah kami lakukan di Kecamatan Sumberejo Pakal Surabaya, kami dapat menyimpulkan bahwa :

1. Keju dapat dijadikan berbagai camilan sehat untuk penderita diabetes
2. Penyuluhan Pemberdayaan Potensi Masyarakat Bluru Kidul Sidoarjo Dalam

