

PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL DALAM RANGKA PENCEGAHAN PENYAKIT DIABETES MELLITUS

RR Sri Wulandari, Agnes Prawistya Sari, Lanny Triana, Adhi Wardhana Amrullah
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email: dosenfarmasi7789@gmail.com

Abstract

Diabetes is a chronic disease with an increasing prevalence and a threat to global health. Many people are still not aware of the importance of maintaining health in order to prevent degenerative diseases in old age. Moreover, nowadays there are so many ready-to-eat foods that have the potential to cause many diseases, one of which is diabetes mellitus. The community service team provides counseling to increase understanding and insight into the importance of using herbal medicine in the context of preventing diabetes mellitus. The results of community service counseling attended by 30 participants can be concluded that with this counseling the community is very enthusiastic and welcomes this activity as seen from the questions raised. This activity provides insight for the people of Gumpang Village, especially the types of herbal plants that can lower blood glucose levels.

Abstrak

Diabetes merupakan salah satu penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat dan menjadi ancaman kesehatan global Masyarakat masih banyak yang belum sadar pentingnya menjaga kesehatan demi mencegah penyakit degeneratif di masa tua. Apalagi pada jaman sekarang begitu banyak makanan siap saji yang berpotensi menimbulkan banyak penyakit, salah satunya adalah diabetes mellitus. Tim pengabdian masyarakat memberikan penyuluhan untuk meningkatkan pemahaman dan wawasan tentang pentingnya pemanfaatan herbal medicine dalam rangka pencegahan penyakit diabetes mellitus. Hasil penyuluhan pengabdian kepada masyarakat yang diikuti 30 peserta dapat ditarik kesimpulan dengan adanya penyuluhan ini masyarakat sangat antusias dan menyambut dengan baik adanya kegiatan ini terlihat dari pertanyaan yang dikemukakan. Kegiatan ini memberikan wawasan bagi masyarakat Desa Gumpang, terutama jenis tanaman herbal yang mampu menurunkan kadar glukosa darah.

Kata Kunci: Herbal Medicine, Diabetes Mellitus, Kadar Glukosa Darah.

Diserahkan: 10-02-2023

Diterima: 05-03-2023

Diterbitkan: 17-03-2023

PENDAHULUAN

Diabetes merupakan salah satu penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat dan menjadi ancaman kesehatan global. Badan kesehatan dunia WHO memprediksi kenaikan jumlah pasien DM tipe 2 di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Prediksi International Diabetes Federation (IDF) juga menunjukkan bahwa pada tahun 2019-2030 terdapat kenaikan jumlah pasien DM dari 10,7 juta menjadi 13,7 juta pada tahun 2030 (Soelistijo SA, Lindarto D, Decroli E, Permana H, Sucipto KW, Kusnadi Y, 2021). Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 oleh Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa prevalensi diabetes mellitus di Indonesia mengalami peningkatan dari 1,5% (2013) menjadi 2,0% (2018) berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun. Prevalensi diabetes berdasarkan pemeriksaan darah pada penduduk umur ≥ 15 tahun terjadi peningkatan dari 6,9% (2013) menjadi 8,5% (2018) (Kementerian Kesehatan RI., 2020)

Dari masa ke masa obat tradisional mengalami perkembangan yang semakin meningkat, terlebih dengan munculnya isu kembali ke alam (back to nature) serta krisis ekonomi berkepanjangan yang menurunkan daya beli masyarakat. Sementara ini banyak orang beranggapan bahwa penggunaan obat tradisional relatif lebih aman dibandingkan obat sintesis. Walaupun demikian bukan berarti obat tradisional tidak memiliki efek samping yang merugikan. Perlu diketahui informasi yang memadai tentang ketepatan takaran/dosis, waktu penggunaan, cara penggunaan, pemilihan bahan secara benar, pemilihan obat tradisional untuk indikasi tertentu agar penggunaannya optimal. Jadi tidak benar, bila dikatakan obat tradisional itu tidak memiliki efek samping, sekecil apapun efek samping tetap ada, namun hal itu bisa diminimalkan jika diperoleh informasi yang cukup.

Sebagian besar jenis dari pengobatan tradisional menggunakan jenis ramuan ataupun ekstrak yang berasal dari tanaman ataupun tumbuh-tumbuhan. Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman yang dimanfaatkan sebagai budidaya tanaman yang berkhasiat sebagai obat untuk memenuhi kebutuhan keluarga terkait dengan obat-obatan yang ditanam di halaman rumah, kebun ataupun sebidang tanah .

Hasil penelitian (Mindayani et al., 2020) menyimpulkan bahwa pada beberapa penderita diabetes mellitus yang mengonsumsi obat tradisional TOGA jenis daun sirih merah, terdapat satu orang penderita yang mengalami peningkatan kadar gula darah. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh (Pratama et al., 2020) bahwa melakukan terapi pemberian minum rebusan daun salam dapat menurunkan kadar gula dalam darah. Terapi minum rebusan daun salam bermanfaat sebagai peluruh kencing (diuretik). Sebagai diuretik daun salam mampu memperbanyak produksi urin sehingga dapat menurunkan kadar gula darah.

Diabetes mellitus merupakan kumpulan penyakit metabolik kronik yang memiliki ciri yakni terjadinya kondisi hiperglikemia, disebutkan kronik karena pengobatan diabetes mellitus adalah pengobatan jangka panjang. Oleh karenanya diperlukan pengobatan tradisional berupa *Tanaman Obat Keluarga* (TOGA) yang memiliki efek

terhadap penderita diabetes mellitus dengan harga yang relatif murah dan efek samping yang kecil.

Oleh karena itu, tim pengabdian masyarakat yang terdiri dari dosen dan mahasiswa tergerak untuk memberikan bantuan pengabdian berupa penyuluhan pemanfaatan *herbal medicine* dalam rangka pencegahan penyakit diabetes mellitus bagi masyarakat desa Gumpang, Sukoharjo agar masyarakat sadar betapa pentingnya menjaga kesehatan sebelum masa tua.

METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Mei 2021 dengan penyuluhan dengan metode ceramah, dan diskusi tentang pemanfaatan tanaman herbal dalam rangka pencegahan penyakit diabetes mellitus di Desa Gumpang, Sukoharjo. Selain itu juga dilakukan secara langsung workshop pemanfaatan tanaman herbal diabetes mellitus. Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah warga Desa Gumpang, Sukoharjo dan pelaksanaannya dilakukan di salah satu rumah warga Desa Gumpang, Sukoharjo.

Tahapan kegiatan penyuluhan di mulai dengan pembukaan acara oleh moderator, menjelaskan mekanisme kegiatan, selanjutnya pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat di sampaikan oleh pemateri terkait dengan latar belakang tanaman tradisional, kegunaan tanaman tradisional untuk kesehatan, workshop cara membuat ramuan dari tanaman herbal, tahapan selanjutnya adalah sesi tanya jawab serta penutup oleh moderator menjelaskan kesimpulan dari materi penyuluhan, pembagian leaflet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Program Studi Sarjana Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta mengenai pemanfaatan tanaman herbal dalam rangka pencegahan penyakit diabetes mellitus di Desa Gumpang, Sukoharjo yang telah dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2021 di Rumah Warga Desa Gumpang bersama warga desa setempat mendapatkan hasil yang baik sesuai yang diharapkan. Penyuluhan diikuti oleh 30 warga di salah rumah warga di desa Gumpang, Sukoharjo. Sebagian warga yang mengikuti pengabdian berprofesi sebagai wirausaha, ibu rumah tangga.

Sebelum dilakukan penyajian materi, penyuluhan diawali dengan pengisian beberapa pertanyaan dari peserta/masyarakat untuk mengetahui tingkat pemahaman dan pengetahuan masyarakat mengenai tumbuhan obat. Dari jawaban yang diberikan oleh peserta menunjukkan bahwa 55% masyarakat telah memanfaatkan tanaman sebagai obat tradisional untuk pengobatan atau pencegahan baik secara berkala atau tidak. Selain itu, dari hasil angket yang berisi beberapa pertanyaan dan pernyataan menunjukkan bahwa 55% masyarakat telah mengenal tanaman obat tradisional. Dari persentase tersebut menunjukkan masih minimnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya akan tumbuhan obat tradisional untuk diabetes melitus.

Narasumber memberikan beberapa materi mengenai tanaman obat tradisional untuk diabetes mellitus meliputi pengertian, tujuan dan manfaatnya. Tanaman obat tradisional adalah tanaman yang berasal dari alam untuk digunakan dan diolah secara tradisional sebagai pencegahan atau pengobatan suatu penyakit (Nugraha & Agustiniingsih, 2015) Pada pemanfaatan tanaman obat tradisional, masyarakat dapat menanam dan membudidayakannya di lingkungan rumah masing-masing. Hal ini dilakukan untuk menyediakan tanaman yang digunakan sebagai obat, pengobatan sendiri maupun untuk pencegahan atau pemeliharaan kesehatan. Manfaat yang diperoleh dalam menanam tanaman obat tradisional adalah memberikan kesejukan dan keasrian halaman rumah, melengkapi tumbuhan obat tradisional, alami, aman dan tanpa efek samping serta dapat dijadikan penghasilan tambahan sebagai usaha kecil ketika tanaman tersebut dibudidayakan dengan baik dan tepat



Gambar 1. Narasumber memberikan materi mengenai pemanfaatan tanaman herbal dalam rangka pencegahan penyakit diabetes mellitus

Dalam penjelasannya narasumber memberikan beberapa contoh tanaman yang dapat digunakan di pekarangan rumah atau ditanam sebagai tanaman obat tradisional untuk penyakit diabetes. Narasumber juga menjelaskan bagaimana tanaman tersebut digunakan untuk menyiapkan ramuan atau dosis yang dibutuhkan untuk setiap penyakit yang diobati. Tanaman yang diterangkan sebagai ramuan obat tradisional antara lain daun salam, jahe merah dan daun kelor.

Dari workshop yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian diterangkan bahwa dalam pembuatan racikan minuman tradisional diperlukan langkah-langkah untuk menyiapkan racikan dalam jumlah banyak sebagai bahan baku. Hal ini karena setiap penyakit yang ditimbulkan memiliki cara pencegahan atau pengobatan yang berbeda, seperti jumlah bahan yang dibutuhkan, cara pengolahan dan aturan konsumsinya.

Hal utama dalam pembuatan ramuan adalah perlunya pencucian bahan obat tanaman herbal untuk menghindari dan mengurangi konsentrasi mikroorganisme dalam bahan obat. Bahan obat tanaman herbal tersebut kemudian dipotong menjadi beberapa bagian kecil untuk menambah luas permukaan obat sementara zat aktifnya dihilangkan selama proses ekstraksi. Cara yang digunakan untuk menyiapkan bahan obat tradisional

adalah dengan cara infus atau disebut juga dengan rebusan. Cara ini sangat mudah diterapkan, karena prinsip dari cara ini adalah merebus bahan obat hanya dalam waktu singkat dengan suhu yang tidak terlalu tinggi, untuk menghindari kerusakan atau degradasi bahan aktif yang terkandung dalam bahan obat. .

Masyarakat yang mengikuti kegiatan ini sangat antusias dan aktif, karena setelah pemaparan materi dan workshop banyak yang menanyakan masalah kesehatan yang mereka alami. Selain itu, terakhir, narasumber juga mendorong pihak-pihak yang mengikuti penyuluhan, misalnya: menganjurkan untuk menanam tanaman yang dianggap sebagai obat tradisional di pekarangan rumah dan mendorong masyarakat untuk menyampaikan informasi kepada anak, orang tua dan kerabat, dan keluarga terkait tanaman obat yang harus dilestarikan, mengingat pemanfaatan tanaman obat asli di Indonesia merupakan keunikan bangsa yang harus ditingkatkan dan dilestarikan.



Gambar 2. Foto kegiatan pengabdian kepada masyarakat

KESIMPULAN

Dari hasil penyuluhan pengabdian kepada masyarakat yang diikuti 30 peserta dapat ditarik kesimpulan dengan adanya penyuluhan ini masyarakat sangat antusias dan menyambut dengan baik adanya kegiatan ini terlihat dari pertanyaan yang dikemukakan. Kegiatan ini memberikan wawasan bagi masyarakat Desa Gumpang terutama jenis tanaman herbal yang mampu menurunkan kadar glukosa darah. Masyarakat sangat mengharapkan adanya program lain yang mendukung keberlangsungan program ini, diantaranya adalah cara penanaman tanaman obat tradisional yang baik di pekarangan rumah,

BIBLIOGRAFI

- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Infodatin tetap produktif, cegah, dan atasi Diabetes Melitus 2020. In *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI* (pp. 1–10).
- Mindayani, S., Susanti, W., Agustin, N., & Tina, J. (2020). Efektivitas Rebusan Daun Sirih Merah (*Piper Crocatum*) Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 4(2), 119. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v4i2.145>
- Nugraha, S. P., & Agustiningsih, W. R. (2015). Pelatihan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (Toga). *Inovasi Dan Kewirausahaan*, 4(1), 58–62. <http://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/7896>
- Pratama, R. P., Suliani, N. W., & Prasetya, D. E. (2020). Penerapan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rt 12 / 04 Kelurahan Warakas Jakarta Utara. *Jakhkj*, 6(1), 29–34.
- Soelistijo SA, Lindarto D, Decroli E, Permana H, Sucipto KW, Kusnadi Y, et. al. (2021). *Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia 2021*. 46.

First publication right:

Jurnal Syntax Fusion: Jurnal Nasional Indonesia

This article is licensed under:

