



## EDUKASI PENGENALAN OBAT HERBAL UNTUK PENYAKIT DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KELURAHAN PONDOK RANGGON

Yuli Astuti<sup>1</sup>, Nova Riani<sup>1</sup>, Neneng Elviana<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana

**Corresponding Author:** Yuli Astuti, Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana

**Received** 03 Maret 2022; **Accepted** 15 Maret 2022; **Online Published** 28 April 2022

### Abstrak

Obat herbal dari bahan alam mulai menjadi salah satu pilihan terapi dalam penyembuhan penyakit. Kekayaan alam Indonesia yang sangat beragam, khususnya tumbuhan, telah dipercaya secara turun-temurun memiliki khasiat dalam penyembuhan penyakit. Namun, manfaat dari tumbuhan ini belum banyak diketahui oleh masyarakat luas, khususnya Pada penderita Diabetes Mellitus. Untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pemanfaatan bahan alam sebagai obat, dilakukan penyuluhan penggunaan obat herbal pada penderita Diabetes Mellitus di kelurahan Pondok Ranggong., Metode Pelaksanaan pendidikan kesehatan kepada masyarakat di RT 05 RW 02 Kelurahan Pondok Ranggong Cipayung Jakarta Timur sebanyak 25 orang, pemberian materi dengan metode ceramah diskusi disertai demontarasi dengan media *power point*. selama 30 menit. Hasil evaluasi pada pre test didapatkan tingkat pengetahuan tinggi 32 %, pengetahuan sedang 36 % dan rendah 32%, sedangkan pada post test didapatkan tingkat pengetahuan tinggi 68 % dan sedang 32 %. Sehingga didapatkan perbedaan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah pemberian materi. Simpulan. Progam pendidikan yang telah dilaksanakan sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga diharapkan juga akan bermanfaat buat masyarakat khususnya penderita Diabetes Mellitus untuk menggunakan obat herbal sebagai alternatif pilihan dalam menstabilkan kadar gula darah.

**Keywords:** Obat Herbal, Diabetes Mellitus, Edukasi

### PENDAHULUAN

Penggunaan obat herbal dan obat tradisional sebagai alternatif penyembuhan penyakit semakin meningkat di Indonesia karena sebagian besar masyarakat berpendapat bahwa hebal tidak mempunyai efek samping. Selama kurun waktu 2000-2006 terjadi peningkatan penggunaan obat tradisional, yang dilakukan untuk pengobatan sendiri (swamedikasi). Data yang diperoleh dari

15,2% menjadi 38,30%. Peningkatan ini terjadi mungkin disebabkan adanya intervensi pemerintah melalui promosi pemanfaatan obat asli Indonesia dan penggalakan TOGA (tanaman obat keluarga) atau mungkin juga berkaitan dengan peningkatan jumlah industri obat tradisional di Indonesia. Kegiatan swamedikasi biasanya kegiatan ini dilakukan untuk menangani penyakit-penyakit ringan, akan tetapi tidak menutup kemungkinan swamedikasi menggunakan

obat herbal/obat tradisional dilakukan pada pasien yang menderita penyakit kronis seperti hipertensi ataupun diabetes mellitus yang periode pengobatannya cukup lama.

Diabetes mellitus (DM) atau dikenal juga dengan sebutan penyakit kencing manis merupakan salah satu penyakit kronis. Pengelolaan DM memerlukan penanganan secara multidisiplin yang mencakup non-obat dan terapi obat serta dilakukan secara terus-menerus. Kondisi ini membuat pasien DM menjadi bosan untuk meminum obat. Pengobatan alternatif yang biasanya dilakukan oleh pasien DM adalah pemanfaatan obat herbal atau pengobatan tradisional. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Nani Cristiana mengenai analisis penggunaan obat herbal pada pasien diabetes mellitus di Surakarta diperoleh sebanyak 70,97% pasien menggunakan obat herbal untuk pengobatan diabetes mellitus dalam penggunaan lebih dari 3 bulan.

Tingginya angka kejadian kasus Diabetes Mellitus, serta rendahnya keinginan masyarakat dalam minum obat diabetes mellitus yang disebabkan karena penggunaan obat dalam jangka waktu lama, serta kekhawatiran dari masyarakat terhadap efek samping dari penggunaan obat anti diabetes mellitus. Hal tersebut kemudian akan mengakibatkan banyaknya penderita Diabetes Mellitus yang tidak patuh dalam mengkonsumsi obat sehingga akan berdampak terhadap peningkatan kasus komplikasi dari penyakit diabetes mellitus. Berdasarkan hal ini, maka edukasi pengenalan obat-obat herbal untuk penderita Diabetes akan membantu masyarakat dalam mengontrol gula darahnya.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui masyarakat dapat mengetahui dan mengenal obat-obat herbal untuk penderita Diabetes Mellitus, Masyarakat dapat mengetahui cara memberikan obat herbal untuk penderita Diabetes Mellitus, Masyarakat dapat mengetahui kandungan dari obat-obat herbal untuk penderita Diabetes Mellitus dan Masyarakat penderita Diabetes Mellitus bisa menggunakan obat-obat herbal.

### **TINJAUAN PUSTAKA**

Obat Tradisional adalah bahan atau ramuan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik), atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun-temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman. (Yuliarti, 2010). Obat tradisional sebagai obat-obatan yang diolah secara tradisional, turun-temurun berdasarkan resep nenek moyang, adat istiadat, kepercayaan, dan kebiasaan setempat, baik bersifat magis maupun pengetahuan tradisional. Bagian organ tumbuhan yang dimanfaatkan untuk pengobatan adalah akar (radix), rimpang (rhizome), batang (caulis), buah (fructus), daun (folia), dan bunga (flos). (Nasrudin, 2005). Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang terjadi saat pankreas tidak dapat memproduksi cukup insulin atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan dan menyebabkan peningkatan konsentrasi glukosa dalam darah (hiperglikemia) (WHO, 2012). Tanda dan gejala pada klien yang menderita diabetes mellitus adalah sering merasa haus, lapar, sering buang air kecil, penurunan berat badan, penglihatan kabur, lelah dan luka sulit disembuhkan (Potter, 2013).

## **Obat Alami Diabetes atau Obat Herbal untuk Diabetes**

### **Definisi Tersedak**

Bagi masyarakat Indonesia, menggunakan obat alami atau herbal masih sering menjadi pilihan utama. Pasalnya, obat alami dianggap lebih aman dan ampuh dalam mengobati berbagai penyakit. Lalu, apa saja obat alami diabetes yang dianggap mampu mengendalikan penyakit diabetes?

#### 1. Lidah Buaya

Lidah buaya adalah tanaman yang dikenal memiliki segudang manfaat. Kebanyakan orang hanya mengetahui lidah buaya baik untuk kesehatan rambut dan kulit. Padahal, manfaat lain dari lidah buaya dapat mengurangi kadar gula agar tidak tinggi. Selain itu, lidah buaya juga diketahui dapat membantu menurunkan kadar lemak. Kandungan lektin, mannans, dan antrakuinon dalam lidah buaya juga dipercaya dapat membantu meringankan luka diabetes. Senyawa aktif tersebut akan meredakan pembengkakan serta mempercepat proses penyembuhan luka.

#### 2. Kayu Manis

Kayu manis merupakan rempah-rempah alami yang berasal dari kulit pohon. Kayu manis banyak digunakan sebagai bahan campuran dalam permen atau makanan manis lainnya. Dibalik manfaatnya sebagai bahan makanan. Ternyata kayu manis juga dapat digunakan sebagai obat alami diabetes. Kayu manis dianggap dapat menurunkan risiko resistensi insulin, menurunkan glukosa setelah makan, dan mengurangi lemak dalam darah.

Sebuah penelitian menunjukkan hasil bahwa mereka yang mengonsumsi kayu manis 1-6 gram per hari dapat membantu menurunkan kadar gula darah agar tidak tinggi. Untuk memanfaatkannya, Anda dapat mencampurkan kayu manis dengan makanan atau minuman yang Anda konsumsi setiap harinya.

#### 3. Kayu Manis

Negara lain, seperti China dan India menggunakan sayur pare selama berabad-abad sebagai obat tradisional. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa sayur pare dipercaya dapat membantu mengatasi gejala diabetes yang muncul. Sayur pare yang dikonsumsi akan membantu menurunkan kadar gula darah agar tidak naik. Sayur pare dapat Anda konsumsi dalam bentuk jus, olahan sayur, atau suplemen.

#### 4. Jahe

Jahe adalah ramuan alami yang telah digunakan orang selama ribuan tahun lalu sebagai obat. Kebanyakan orang memanfaatkan jahe sebagai obat untuk mengatasi masalah pencernaan dan peradangan. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa jahe dapat menurunkan kadar gula darah dan kadar gula darah selama 3 bulan. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa jahe dianggap dapat membantu mengobati diabetes. Anda dapat menjadikan jahe sebagai obat alami diabetes dengan cara diseduh bersama air hangat, menambahkan bubuk jahe ke dalam masakan atau mengonsumsinya dalam bentuk suplemen.

5. Ginseng

Ginseng juga dipercaya dapat menjadi obat alami diabetes. Kandungan alami ginseng bermanfaat untuk mengatur penyerapan gula darah sehingga dapat mencegahnya naik. Sebuah penelitian di Amerika menunjukkan bahwa ginseng dapat secara signifikan meningkatkan kontrol gula darah dan glukosa puasa dengan meningkatkan sensitivitas insulin tubuh Anda. Oleh karena itu, ginseng dianggap dapat digunakan sebagai obat alami diabetes. Anda bisa memanfaatkan ginseng mulai dari akar, buah, dan daunnya sebagai obat herbal.

6. Jinten Hitam

Jinten hitam atau dikenal dengan habbatussauda juga dianggap mampu menjadi obat alami penyakit diabetes. Jinten hitam diketahui memiliki antioksidan yang mampu mengendalikan kadar gula darah, sehingga dianggap dapat membantu menurunkan jumlah gula darah puasa, gula darah sesudah makan, dan HbA1c. Selain itu, antioksidan dalam jinten hitam juga membantu proses produksi sekresi insulin. Dengan manfaat tersebut, jinten hitam dapat dijadikan obat alami diabetes.

7. Kunyit

Selain banyak digunakan sebagai penyedap makanan, kunyit juga dianggap dapat membantu mengatasi penyakit diabetes. Sebuah penelitian yang dikutip dalam jurnal Diabetes Care. Menunjukkan bahwa mereka yang mengalami prediabetes dan rutin mengonsumsi 1.5 gram kunyit setiap hari selama 9 bulan dapat mencegah perkembangan penyakit diabetes.

Oleh karena itu, dengan mengonsumsi kunyit setiap hari dapat menurunkan jumlah kadar gula darah hingga 18%. Selain itu, kunyit juga dapat membantu mencegah agar diabetes yang Anda alami tidak mengalami komplikasi. Hal tersebut terjadi karena adanya kandungan antioksidan di dalam kunyit.

8. Bawang merah

Bawang merah dikenal sejak dulu memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, termasuk menjadi obat alami diabetes. Bawang merah dipercaya dapat membantu menstabilkan kadar gula darah. Sebuah studi dalam jurnal Environmental Health Insight yang dilakukan pada penderita diabetes. Menunjukkan bahwa mereka yang mengonsumsi bawang merah 100 gram per hari dapat menurunkan kadar gula darah. Selain itu, kandungan dalam bawang merah juga membantu meningkatkan kadar insulin tubuh.

9. Daun sirsak

Selain buahnya yang dapat dinikmati langsung atau dijadikan jus, bagian daun sirsak juga turut dimanfaatkan untuk sebagai obat herbal untuk diabetes. Dalam jurnal Pharmacognosy Research sebuah penelitian pada tahun 2017 menunjukkan hasil bahwa ekstrak daun sirsak diketahui mengandung polifenol dan flavonoid. Kedua senyawa tersebut bersifat antihiperlipemik, artinya dapat mengurangi laju pemecahan gula dari makanan menjadi lebih sederhana. Hal ini memberi lebih banyak waktu untuk pankreas memproduksi insulin yang cukup untuk membantu penyerapan

gula darah. Dengan kata lain, ekstrak daun sirsak berpotensi dapat mengendalikan kadar gula darah pada pasien diabetes.

#### 10. Biji Alpukat

Melansir dari buku berjudul Sehat Alami Dengan Herbal: 250 Tanaman Berkhasiat Obat karya Gagas Ulung, Pusat Studi biji alpukat bermanfaat sebagai obat herbal untuk diabetes melitus. Untuk merasakan manfaatnya, Anda iris tipis-tipis dan jemur biji alpukat sampai kering. Setelah itu, Anda blender biji alpukat sampai halus. Anda masukkan serbuk biji alpukat tersebut di dalam kapsul. Anda minum kapsul biji alpukat satu kali sehari. Selain mengonsumsi obat herbal tersebut, ada baiknya Anda juga menerapkan pola hidup sehat.

### **METODE PENELITIAN**

Metode Proses kegiatan Pengabdian Masyarakat melalui tahapan: pra interaksi, introduksi atau orientasi, kerja, terminasi proses, dan terminasi akhir yang didalamnya melakukan pengkajian pengetahuan masyarakat terkait pengenalan obat herbal untuk penderita hipertensi khususnya pada penderita hipertensi yang diharapkan dapat digunakan sebagai alternatif pilihan dalam mengontrol kadar gula darah. Yang nantinya berguna untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat. Dalam hal ini tim akan melakukan pengkajian terlebih dahulu terhadap pengetahuan masyarakat, kemudian dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat.

### **Rencana Kegiatan**

Rencana kegiatan yang merupakan langkah-langkah solusi atas persoalan adalah sebagai berikut:

1. Persiapan. Pada tahap persiapan tim UBK Jakarta bersama mitra menyusun rencana kegiatan, dan semua kebutuhan terkait pelaksanaan kegiatan.
2. Tahap Pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dibagi menjadi 5 aktifitas yaitu:
  - a) Pelaksanaan pre test kepada masyarakat untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang pengenalan obat-obat herbal.
  - b) Penyampaian materi tentang pengenalan obat herbal untuk penderita hipertensi .
  - c) Mengembangkan pola kemitraan antara warga RT 09 RW 04 Kelurahan Pondok Ronggon dengan Universitas Bhakti Kencana Jakarta. Pola kemitraan ini penting untuk menindaklanjuti kegiatan yang sudah berjalan sehingga dampak kegiatan akan lebih terasa.
  - d) Pelaksanaan post test pada akhir sesi pertemuan, guna mengetahui tingkat pengetahuan bantuan hidup dasar.
3. Laporan dan evaluasi  
Dokumentasi dan data hasil kegiatan disusun dalam bentuk laporan tertulis sebagai bahan laporan. Pada naskah laporan juga diuliskan hasil evaluasi kegiatan disertai rekomendasi sesuai temuan yang didapatkan sehingga pelaksanaan berikutnya bisa berjalan lebih baik.

### **Partisipasi Mitra Dalam Kegiatan**

Dalam kegiatan ini Mitra menduduki peran penting. Beberapa bagian kegiatan yang dilakukan Mitra antara lain:

1. Pada tahap persiapan Mitra bersama Tim PengMas UBK Jakarta bersama-sama mengadakan pertemuan untuk menyusun rencana kegiatan.
2. Pada tahap pelaksanaan. Mitra berperan antara lain:
  - a) Menyiapkan data peserta. Warga RT 09 WR 04 Kelurahan Pondok Ranggon sebagai Mitra diharapkan telah menyediakan data peserta. Data dasar dan jumlah peserta ini penting untuk menentukan kegiatan berikutnya.
  - b) Menyiapkan fasilitas tempat dan sarana prasarana penunjang, karena adanya kegiatan di masyarakat, maka pelaksanaan pengabdian masyarakat di lakukan di Aula kampus UBK Jakarta.
3. Tindak lanjut Pasca Kegiatan. Warga RT 09 RW 04 Kelurahan Pondok Ranggon sebagai Mitra juga sangat berperan pada tindak lanjut kegiatan, yaitu sebagai mengumpulkan peserta dan penyedia sarana-prasarana.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan jenis kelamin, peserta kegiatan pengabdian masyarakat 100 % adalah perempuan atau ibu-ibu yang berada di wilayah RT 09 RW 04 Kelurahan pondok Ranggon. Tingkat pendidikan pada peserta pengabdian masyarakat ini lebih banyak pada dengan pendidikan tinggi (SMA-PT) terdapat 15 orang dan dengan pendidikan rendah (SD-SMP) sebanyak 10 orang. Pekerjaan pada peserta peserta pengabdian masyarakat dengan status bekerja terdapat 20 orang

sebagai ibu rumah tangga dan yang bekerja terdiri dari 5 orang.

Berdasarkan survey dan pengamatan yang telah dilakukan pada warga RT 09 RW 04 Kelurahan Pondok Ranggon, Kecamatan Cipayung Jakarta Timur ini kami tim menjumpai beberapa permasalahan, diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Pengetahuan masyarakat tentang pengenalan obat-obat herbal untuk Diabetes Mellitus didominasi dengan pengetahuan yang sedang dengan nilai rata-rata 6.
- 2) Pengetahuan masyarakat tentang Diabetes mellitus masih rendah.
- 3) Masyarakat masih kurang mendapatkan penyuluhan terkait dengan pengenalan obat-obat herbal untuk penderita hipertensi

Perencanaan program dilaksanakan dengan kerja sama kami (mahasiswa dan dosen) dengan warga RT 09 RW 04 Kelurahan Pondok Ranggon Kecamatan Cipayung Jakarta Timur dengan melihat kondisi dan lingkungan. Agenda yang dibuat sebagai berikut Penyuluhan Kesehatan (edukasi) kepada masyarakat RT 09 RW 04 Kelurahan Pondok Ranggon Jakarta Timur dengan sasaran para kader penderita penyakit Diabetes Mellitus.

Adapun solusi yang ditawarkan oleh penyelenggara untuk mengatasi masalah pada masyarakat antara lain untuk masalah pertama yaitu Kurangnya pengetahuan mengenai pengenalan obat-obat herbal untuk diabetes mellitus, salah satu factor penyebabnya adalah kurangnya iformasi terkait penggunaan obat herbal untuk

penderita diabetes mellitus. Solusi yang ditawarkan terhadap permasalahan tersebut kepada masyarakat adalah sebagai berikut: Penyuluhan Kesehatan (edukasi) tentang pengenalan obat-obat herbal untuk penderita diabetes mellitus.

## A. Realisasi Program Inti

### 1. Edukasi pengenalan obat herbal untuk penderita Diabetes Mellitus

Penyuluhan Kesehatan tentang pengenalan obat-obat herbal untuk penderita Diabetes mellitus merupakan program inti pengabdian masyarakat yang

dilaksanakan pada tanggal 5 Oktober 2019 di Aula Kampus Universitas Bhakti Kencana Jakarta. Tujuan dari program ini yaitu:

- a) Memperkenalkan kepada masyarakat Obat-obat herbal yang bisa digunakan untuk penderita Diabetes Mellitus sebagai pilihan alternatif untuk membantu menurunkan kadar gula darah.
- b) Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang obat-obat herbal untuk penderita Diabetes Mellitus.





Gambar 1. Sosialisasi Program Tanggap Darurat

Kegiatan Penyuluhan Kesehatan tentang edukasi pengenalan obat-obat herbal dilaksanakan bertempat di Aula Kampus Universitas Bhakti Kencana Jakarta pelaksanaan program tersebut mendapatkan respon positif dari masyarakat. Sehingga apa yang telah kami rencanakan berjalan sesuai

harapan, baik dari segi peserta dan pemateri.

Hasil dari evaluasi pre test dan post test yang diberikan kepada masyarakat untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang obat-obat herbal untuk penderita Diabetes mellitus adalah sebagai berikut:

Tabel 1

No	Tingkat Pengetahuan	Hasil
1	Tinggi	32%
2	Sedang	36%
3	Rendah	32%

**Tabel 1.** Hasil evaluasi pre tes kegiatan pendidikan kesehatan tentang pengenalan obat-obat herbal untuk penderita Diabetes Mellitus yang diberikan pada masyarakat di RT 09 RW 04 Kelurahan Pondok Ranggan Kecamatan Cipayung Jakarta Timur,

**Tabel 2**

No	Tingkat Pengetahuan	Hasil
1	Tinggi	68%
2	Sedang	32%
3	Rendah	0%

**Tabel 2.** Hasil evaluasi post tes kegiatan pendidikan kesehatan tentang pengenalan obat-obat herbal untuk penderita Diabetes Mellitus yang diberikan pada masyarakat di RT 09 RW 04 Kelurahan Pondok Ranggan Kecamatan Cipayung Jakarta Timur.

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil perbedaan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat. Pada tabel 1 sebelum diberikan pendidikan dan pelatihan bantuan hidup dasar, tingkat pengetahuan masyarakat didominasi sedang yaitu sebesar 36%. Kemudian setelah diberikan penyuluhan kesehatan, tingkat pengetahuan masyarakat tinggi sebesar 68% dan sedang 32%. Berdasarkan evaluasi akhir maka terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat.

## KESIMPULAN

Penyuluhan Kesehatan atau edukasi sangat dibutuhkan oleh masyarakat untuk meningkatkan Pengetahuan masyarakat khususnya tentang pengobatan untuk penyakit diabetes mellitus. Kegiatan pengabdian masayarkat ini mendapatkan respon positif dari masyarakat dimana masyarakat mau ikut berkontribusi dan bekerjasama mulai dari persiapan sampai dengan pelaksanaan dan evaluasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Jendral Bina Kefarmasian Dan Alat Kesehatan Departemen Kesehatan RI. (2005). *Pharmaceutical Care Untuk Penyakit Diabetes Mellitus*. Jakarta
- Direktorat Jendral Bina Kefarmasian Dan Alat Kesehatan Departemen Kesehatan RI. (2006). *Pedoman Pelayanan Kefarmasian di Puskesmas*. Jakarta
- Mosihuzzaman, M., Choundhary, M.I. (2008). *Protocols on Safety, Efficacy, Standardization, and Documentation pf Herbal Medicine*. IUPAC Technical Report, 80, 2195-2230.
- Nani C, 2011. *Analisi Penggunaan Obat Herbal Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Instalasi Rawat Jalan RSUD Dr. Moewardi Surakarta*
- Siti S, Yulfira M. 2003. *Obat Tradisional Untuk Penyembuhan Penyakit Diabetes Mellitus Dari Pengobatan*

Tradisional (BATTRA) Di DKI Jakarta, Yogyakarta, Dan Surabaya. Jurnal Ekologi Kesehatan Vol 2 (2): 239-248 Pergola, A. M., & Araujo, L. E. (2009). Laypeople and Basic Life Support. Cardiopulmonary Resuscitation. 43(2):334-41.

Sugianto, Kartika. (2013). Gambaran Tingkat Pengetahuan Perawat tentang Bantuan Hidup Dasar di RSUD Ciawi Bogor: FIK UI

Sudden Cardiac Arrest Foundation. (2015). Dikutip dari <http://www.sca-aware.org/sca-news/aha-news/aha-releases-2015-heart-and-stroke-statistic> pada tanggal 29 Agustus 2019.