

PEMBERDAYAAN IBU RUMAH TANGGA DALAM PENANAMAN
DAN PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)
SEBAGAI ANTIDIABETIK

Cecilya Kustanti¹, Linda Widyarani^{2*}

¹⁻²STIKES Notokusumo Yogyakarta

Email Korespondensi: lindawidyarani@gmail.com

Disubmit: 17 Januari 2023

Diterima: 04 Februari 2023

Diterbitkan: 01 April 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.9005>

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak disadari oleh penyandanginya. Penatalaksanaan DM dengan mengkombinasikan obat sesuai petunjuk dokter dan tanaman obat dapat menjadi alternatif antidiabetik bagi penderita DM. Tanaman obat yang dapat digunakan sebagai antidiabetik adalah daun salam (*syzygium polyanthum*). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan tingkat pengetahuan mitra tentang penanaman dan pemanfaatan TOGA sebagai antidiabetik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui media *poster/flyer*, dengan program-program yaitu a) program edukasi kesehatan tentang penyakit DM dan tatalaksananya, b) program pembentukan Asuhan Mandiri Tanaman Obat Keluarga (ASMAN TOGA) penyakit DM, dan c) program pemberdayaan mitra melalui program pelatihan Cek Kadar Gula Darah Sendiri (CERDAS). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan yaitu a) program edukasi kesehatan tentang penyakit DM dan tatalaksananya, skor *pretest* adalah 67,22±8,90 dan skor *posttest* adalah 78,57±3,45, b) program pembentukan Asuhan Mandiri Tanaman Obat Keluarga (ASMAN TOGA) penyakit DM, skor *pretest* adalah 52,34±3,39 dan skor *posttest* adalah 82,32±2,37, c) program pemberdayaan mitra melalui program pelatihan Cek Kadar Gula Darah Sendiri (CERDAS), skor *pretest* kemampuan kognitif adalah 25,57±5,77 dan skor *posttest* kemampuan kognitif adalah 72,34±5,47 sedangkan skor *pretest* kemampuan ketrampilan/skill adalah 25,89±5,89 dan skor *posttest* kemampuan ketrampilan/skill adalah 72,44±4,57. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penanaman dan pemanfaatan TOGA sebagai antidiabetik dengan kombinasi obat sesuai petunjuk dokter perlu digalakkan secara optimal di masyarakat.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, TOGA, Antidiabetik, Daun Salam

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is regarded as a silent killer because it often goes undetected until it has caused serious health problems. Management of DM using medicinal plants in combination with antidiabetic agents for glycemic control and related beneficial effects in managing diabetes are. The use of medicinal plants that can be used as an alternative treatment for DM is an Indonesian bay leaf (syzygium polyanthum) containing antidiabetic. Indonesian bay leaf (syzygium polyanthum) has potential as an antidiabetic

drug for patients with DM. *The purpose of this activity is to improve understanding of families about planting and utilization of Indonesian bay leaf (syzygium polyanthum) as medicinal plants for management of DM. The methods used in this activity are providing health education through poster/flyer, with program : a) health education program about DM, b) program of planting and utilization of Indonesian bay leaf (syzygium polyanthum) as medicinal plants for management of DM, and c) program of self-monitoring blood glucose training. This activity showed that with program : a) health education program about DM, the average knowledge score an increase, from $67,22 \pm 8,90$ to $78,57 \pm 3,45$, b) program of planting and utilization of Indonesian bay leaf (syzygium polyanthum) as medicinal plants for management of DM, the average knowledge score an increase, from $52,34 \pm 3,39$ to $82,32 \pm 2,37$, and c) program of self-monitoring blood glucose training, the average skills score an increase, from $25,57 \pm 5,77$ to $72,44 \pm 4,57$. Management of DM using an Indonesian bay leaf (syzygium polyanthum) in combination with antidiabetic agents for glycemic control and related beneficial effects in managing diabetes are.*

Keyword : Diabetes Mellitus, Family Medicinal Plants (FMP), Antidiabetic, Bay Leaf

1. PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif, akibatnya terjadi peningkatan konsentrasi glukosa di dalam darah atau hiperglikemia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). DM ditandai dengan kadar glukosa darah melebihi normal yaitu kadar gula darah sewaktu sama atau lebih dari 200 mg/dl, dan kadar gula darah puasa di atas atau sama dengan 126 mg/dl (Trisnawati, 2013). DM dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak disadari oleh penyandanginya dan saat diketahui sudah terjadi komplikasi. DM dapat menyerang hampir seluruh sistem tubuh manusia, mulai dari kulit sampai jantung yang menimbulkan komplikasi (Hestiana, 2017).

WHO menyebutkan bahwa Indonesia menduduki peringkat ke-4 sebagai negara dengan jumlah penderita DM terbanyak, pada tahun 2030 diprediksi bahwa jumlah penderita DM mencapai 21,3 juta jiwa penduduk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). DM juga merupakan penyakit terbanyak ke-4 di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), pada tahun 2017 mencapai 8.321 kasus (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Kabupaten Bantul merupakan salah satu dari lima kabupaten yang ada di DIY, dengan luas wilayah seluruhnya mencapai 506,9 km² dari seluruh luas wilayah DIY. Penyakit DM merupakan 10 besar penyakit tidak menular paling banyak di Kabupaten Bantul (Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul., 2019).

Imogiri merupakan salah satu daerah di Kabupaten Bantul, yang berada di daerah binaan Puskesmas Imogiri II. Salah satu daerah binaan Puskesmas Imogiri I adalah Desa Kebonagung. Berdasarkan data yang ada di Puskesmas Imogiri II, cukup banyak warga Desa Kebonagung, Imogiri, Bantul yang menderita DM. Penderita DM yang terdaftar dan kontrol rutin di Puskesmas Imogiri II dan bertempat tinggal di Desa Kebonagung, Imogiri,

Bantul berjumlah 76 orang. Studi pendahuluan melalui metode wawancara dengan 8 orang penderita DM yang bertempat tinggal di Desa Kebonagung, Imogiri, Bantul diperoleh hasil bahwa 6 dari 8 orang belum mengetahui dan memahami tentang penyakit DM dan tatalaksananya. Mereka belum mengetahui secara tepat tentang pengertian penyakit DM, tanda dan gejala penyakit DM, pencegahan DM, bahaya komplikasi DM dan manajemen diet pada DM.

Studi pendahuluan melalui metode wawancara dengan 7 orang penderita DM yang bertempat tinggal di Desa Kebonagung, Imogiri, Bantul, diperoleh hasil bahwa 6 dari 7 orang belum melakukan penanaman dan pemanfaatan TOGA tanaman daun salam (*Syzygium polyantha W.*) sebagai obat antidiabetik, mereka juga belum memanfaatkan lahan pekarangan mereka untuk budidaya tanaman TOGA tanaman daun salam (*Syzygium polyantha W.*). Mereka hanya memanfaatkan lahan pekarangan mereka untuk budidaya tanaman buah dan tanaman sayur. Mereka hanya mengkonsumsi obat-obatan yang diberikan dari Puskesmas Imogiri II, terkadang obat-obatan tersebut tidak rutin dikonsumsi setiap hari. Alasan mereka tidak mengkonsumsi obat-obatan tersebut secara teratur karena a) mereka takut terhadap efek samping dari pengobatan yang dikonsumsi terus menerus, b) mereka merasa tidak ada keluhan dan merasa kondisi stabil, c) mereka lupa minum obat, dan d) motivasi yang rendah dan rasa bosan minum obat setiap hari. Kader kesehatan di Desa Kebonagung, Imogiri, Bantul juga belum aktif menggalakkan pemanfaatan TOGA tanaman daun salam (*Syzygium polyantha W.*) sebagai tanaman obat antidiabetik di kalangan masyarakat Desa Kebonagung, Imogiri, Bantul, padahal budidaya tanaman daun salam (*Syzygium polyantha W.*) dinilai mudah, sekali tanam dapat dipanen berkali-kali, murah, bibit mudah didapat dan tidak memerlukan lahan yang luas, dapat dibudidayakan di lahan pekarangan rumah.

Selain itu, studi pendahuluan melalui metode wawancara dengan 7 orang penderita DM yang bertempat tinggal di Desa Kebonagung, Imogiri, Bantul diperoleh hasil bahwa 7 dari 7 mitra belum mengetahui dan memahami tentang cara mengukur kadar gula darah sendiri di rumah. Selama ini, penderita DM yang bertempat tinggal di Desa Kebonagung, Imogiri, Bantul melakukan pengukuran kadar gula darah di Puskesmas Imogiri II, saat kontrol rutin atau saat obat habis, padahal pemantauan kadar gula darah sendiri di rumah merupakan hal penting bagi penderita DM. Oleh karena itu, dokter, perawat dan petugas kesehatan lainnya selalu menyarankan penderita DM untuk mengecek kadar gula darah sendiri di rumah secara berkala sehingga apabila terjadi kadar gula terlalu tinggi atau bahkan terlalu rendah, penanganan dapat segera dilakukan. Penderita DM perlu memperoleh dukungan dari keluarga yang tinggal serumah, karena dukungan tersebut sangat penting bagi penderita DM yang sedang menjalani pengobatan. Keluarga yang tinggal serumah tersebut diupayakan mempunyai waktu luang sehingga mampu mendampingi penderita DM secara intensif agar dapat melakukan pemantauan/pengontrolan terhadap kondisi kesehatan penderita DM tersebut. Peran dan dukungan keluarga dalam pendampingan penderita DM di lingkup keluarga dapat dipegangkendali oleh ibu rumah tangga, karena dinilai lebih mempunyai waktu luang.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Penyakit kronis adalah penyakit dengan durasi panjang yang pada umumnya berkembang secara lambat dan merupakan akibat faktor genetik, fisiologis, lingkungan dan atau perilaku. Salah satu penyakit kronis yang sering menyerang masyarakat adalah Diabetes Mellitus (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Penatalaksanaan DM terdiri dari tatalaksana non farmakologi dan tatalaksana farmakologi. Pengobatan DM umumnya berlangsung seumur hidup. Langkah terpenting yang harus dilakukan adalah dengan mengikuti gaya hidup sehat dan mengkonsumsi obat sesuai petunjuk dokter. Kombinasi konsumsi obat sesuai petunjuk dokter dengan pengobatan dengan tanaman obat dapat menjadi alternatif bagi mitra. Pengobatan dengan tanaman obat dapat menjadi alternatif bagi mitra karena biaya yang murah dan mudah didapat. Pada tatalaksana non farmakologi menggunakan tanaman obat, digunakan sebagai terapi komplementer-alternatif, bertujuan untuk menjaga kesehatan, mempertahankan stamina dan mengobati penyakit. Selain murah dan mudah didapat, terapi komplementer-alternatif yang berasal dari tumbuhan dianggap memiliki efek samping yang jauh lebih rendah dibandingkan dengan obat-obatan sintesis atau kimia (Lolok, 2020). Tanaman obat yang dapat digunakan untuk mengatasi DM adalah daun salam (*Syzygium polyanthum*) (Parisa, 2016).

Solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi mitra sesuai dengan prioritas permasalahan, antara lain : a) program edukasi kesehatan tentang penyakit DM dan tatalaksananya, program ini bertujuan agar ibu rumah tangga yang tinggal serumah dengan penderita DM dan sekaligus penderita DM dapat mengetahui dan memahami tentang penyakit DM dan tatalaksananya, b) program pembentukan Asuhan Mandiri Tanaman Obat Keluarga (ASMAN TOGA) penyakit DM, c) program pemberdayaan mitra melalui program pelatihan Cek Kadar Gula Darah Sendiri (CERDAS), program pemberdayaan mitra melalui program pelatihan Cek Kadar Gula Darah Sendiri (CERDAS). Oleh karena itu, tim pengusul melakukan Program Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Antidiabetik.

3. KAJIAN PUSTAKA

Diabetes Mellitus (DM)

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif, akibatnya terjadi peningkatan konsentrasi glukosa di dalam darah atau hiperglikemia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). DM dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak disadari oleh penyandanginya dan saat diketahui sudah terjadi komplikasi. DM dapat menyerang hampir seluruh sistem tubuh manusia, mulai dari kulit sampai jantung yang menimbulkan komplikasi (Hestiana, 2017).

DM ditandai dengan kadar glukosa darah melebihi normal yaitu kadar gula darah sewaktu sama atau lebih dari 200 mg/dl, kadar gula darah puasa di atas atau sama dengan 126 mg/dl dan kadar gula darah 2 jam setelah makan (gula darah postprandial) lebih dari 200 mg/dl (Trisnawati, 2013). Adapun manifestasi klinis DM antara lain peningkatan frekuensi buang air kecil (poliuria), peningkatan rasa haus dan minum (polidipsi) dan seiring

perkembangan penyakit, terjadi penurunan berat badan dan peningkatan asupan makan (polifagi) (Kementerian Pertanian Republik Indonesia, 2015).

Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman yang ditanam di halaman rumah, kebun ataupun sebidang tanah, atau ditanam di dalam pot yang dimanfaatkan sebagai budidaya tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan. TOGA juga berfungsi sebagai pemanfaatan lingkungan di sekitar rumah dan kebun (Kementerian Pertanian Republik Indonesia, 2015).

Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) sebagai Antidiabetik

Daun salam (*Syzygium polyanthum*) merupakan salah satu tanaman yang secara luas digunakan dalam tatalaksana alami penyakit DM di Indonesia. Analisis fitokimia menunjukkan bahwa di dalam daun salam terdapat kandungan minyak esensial, tanin, flavonoid dan terpenoid. Flavonoid yang terkandung di dalam daun salam merupakan salah satu golongan senyawa yang dapat menurunkan kadar glukosa darah (Dafriani, 2019). Daun salam (*Syzygium polyanthum*) dipercaya dapat menurunkan kadar glukosa darah dan memperbaiki kerusakan jaringan pankreas, kandungan alkaloid dan saponin dipercaya dapat menstimulasi sekresi insulin dari sel beta pankreas, serta terpenoid seperti triterpenoid dapat juga meningkatkan penyerapan glukosa dengan bertindak meniru kerja insulin dan sebagai insulin sensitizer (Parisa, 2016).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjudul “Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Antidiabetik”, dilakukan pada Bulan April Tahun 2022 di Desa Karangtalun, Imogiri, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran yaitu ibu rumah tangga yang serumah dengan penderita DM sekaligus juga penderita DM yang terdaftar dan rutin kontrol di Puskesmas Imogiri II, yang bertempat tinggal di Desa Kebonagung, Imogiri, Bantul, DIY.



Gambar 1. Ibu Rumah Tangga yang Tinggal Serumah dengan Penderita DM sebagai Mitra Pengabdian kepada Masyarakat

Kegiatan pertama yang dilakukan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah a) program edukasi kesehatan tentang penyakit DM dan tatalaksananya. Di awal kegiatan, dilakukan *pretest* terlebih dahulu dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan dan pemahaman mitra tentang penyakit DM dan tatalaksananya. Pada kegiatan ini, diperoleh hasil *pretest* yaitu hanya 5 dari 21 orang yang memperoleh nilai/skor kategori baik (> 80). Rata-rata nilai/skor *pretest* adalah $67,22 \pm 8,90$. Pada kegiatan ini, hasil *pretest* dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu kategori rendah (< 60), kategori cukup (60-80) dan kategori baik (> 80). Mayoritas mitra belum mengetahui dan memahami tentang penyakit DM dan tatalaksananya. Diakhir kegiatan diperoleh hasil *posttest* yaitu 21 orang mitra, dapat menjawab seluruh pertanyaan dengan benar. Rata-rata nilai/skor *posttest* adalah $78,57 \pm 3,45$. Berdasarkan perbandingan nilai/skor hasil *pretest* dan *posttest* tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pemberdayaan mitra yaitu tingkat pengetahuan dan pemahaman mitra tentang penyakit DM dan tatalaksananya meningkat.

Selanjutnya, kegiatan kedua yang dilakukan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah b) program pembentukan Asuhan Mandiri Tanaman Obat Keluarga (ASMAN TOGA) penyakit DM. Kegiatan kedua ini membahas tentang a) manfaat dan khasiat tanaman daun salam sebagai bibit tanaman obat keluarga dalam manajemen kestabilan kadar glukosa darah, serta b) memberikan edukasi tentang cara pembuatan ramuan obat dari tanaman daun dalam sebagai bibit tanaman obat keluarga. Program pelatihan ini diberikan dalam bentuk ceramah dan praktik. Pada kegiatan ini, diperoleh hasil *pretest* yaitu hanya 6 dari 21 orang mitra yang memperoleh nilai/skor kategori baik (> 80). Rata-rata nilai/skor *pretest* adalah $52,34 \pm 3,39$. Pada kegiatan ini, hasil *pretest* dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu kategori rendah (< 60), kategori cukup (60-80) dan kategori baik (> 80). Mayoritas mitra belum mengetahui dan memahami tentang manfaat dan khasiat tanaman daun salam sebagai bibit tanaman obat keluarga dalam manajemen kestabilan kadar glukosa darah. Mayoritas mitra juga belum mengetahui bagaimana cara pembuatan ramuan obat dari tanaman daun salam sebagai bibit tanaman obat keluarga. Diakhir kegiatan diperoleh hasil *posttest* yaitu 21 orang mitra dapat menjawab seluruh pertanyaan dengan benar. Rata-rata nilai/skor *posttest* adalah $82,32 \pm 2,37$. Berdasarkan perbandingan nilai/skor hasil *pretest* dan *posttest* tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pemberdayaan mitra yaitu tingkat pengetahuan dan pemahaman mitra, tentang manfaat dan khasiat tanaman daun salam sebagai bibit tanaman obat keluarga dalam manajemen kestabilan kadar glukosa darah dan cara pembuatan ramuan obat dari tanaman daun salam sebagai bibit tanaman obat keluarga meningkat.



Gambar 2. Pemberian Edukasi tentang Penyakit Diabetes Mellitus (DM) dan Tatalaksananya

dengan obat-obatan sintesis atau kimia. Penatalaksanaan DM menggunakan tanaman obat, digunakan sebagai terapi komplementer-alternatif, bertujuan untuk menjaga kesehatan, mempertahankan stamina dan mengobati penyakit. Tanaman obat yang dapat digunakan untuk penatalaksanaan DM sebagai antidiabetik adalah daun salam (*Syzygium polyanthum*). Penanaman dan pemanfaatan tanaman obat bagi mitra dapat dilakukan melalui program-program yaitu a) program edukasi kesehatan tentang penyakit DM dan tatalaksananya, b) program pembentukan Asuhan Mandiri Tanaman Obat Keluarga (ASMAN TOGA) penyakit DM, dan c) program pemberdayaan mitra melalui program pelatihan Cek Kadar Gula Darah Sendiri (CERDAS). Program-program tersebut dapat meningkatkan pengetahuan mitra tentang penyakit DM dan tatalaksananya, manfaat dan kegunaan daun salam (*Syzygium polyanthum*) sebagai antidiabetik dan cara/teknik pengukuran kadar Glukosa Darah Sewaktu (GDS) di rumah.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Dafriani. (2019). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Alai Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 1(1), 53-63.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul. (2019). *Profil Kesehatan Tahun 2018*.
- Hestiana. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang. *Jurnal of Health Education*, 2(2), 138-145.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Situasi dan Analisis Diabetes*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Hari Diabetes Sedunia*.
- Kementerian Pertanian Republik Indonesia. (2015). *Buku Saku Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*.
- Lolok. (2020). Efek Antidiabetes Kombinasi Ekstrak Etanol Daun Pandan Wangi (*Pandanus amaryllifolius* Roxb.) dan Daun Salam (*Syzygium polyanthum* Wight.) pada Tikus Putih Dengan Metode Induksi Aloksan. *Jurnal Mandala Pharmacoon Indonesia*, 6(1), 13-29.
- Parisa. (2016). Efek Ekstrak Daun Salam pada Kadar Glukosa Darah. *Jk Unila.*, 1(2), 404-408.
- Trisnawati. (2013). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 1-11.