



Pembuatan Jamu Herbal Serbuk Jahe Sebagai Obat Alternatif Diabetes Mellitus Pada Masyarakat Di Desa Lakomea

Andi Mauliyana, Sri Mulyani, La Ode Sailendra, Muhammad Ikhsan Adamsyah, Rezki Kurniawati, Firasnita Jabar, Arif Lam Ramadhan

Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

ABSTRAK

Diabetes Melitus adalah kondisi kronis yang terjadi ketika kadar glukosa darah meningkat karena tubuh tidak dapat menghasilkan dengan cukup atau karena tidak ada insulin atau insulin yang dihasilkan tidak dapat berfungsi dengan baik. WHO (2020) melaporkan bahwa Diabetes pada usia dewasa muda merupakan penyebab utama ke-7 DALY di Indonesia, terhitung 632,2 per 100.000 penduduk. Dibandingkan dengan orang tanpa diabetes, pasien dengan diabetes tipe 2 berusia 20-40 tahun memiliki harapan hidup 14 tahun lebih rendah pada pria dan 16 tahun lebih rendah pada wanita. Provinsi Sulawesi Tenggara didapatkan 2.436 kasus berdasarkan profil dinas kesehatan Sulawesi Tenggara adalah banyak. Data penyakit DM yang dirawat di RSUD Kota Kendari mengalami fluktuasi. Penyakit DM tahun 2017 sebanyak 223 pasien, tahun 2018 sebanyak 190 pasien. Desa Lakomea memiliki jumlah penduduk 520 jiwa tahun 2021. Dengan jumlah Kepala Keluarga yakni berjumlah 150 KK Yang Terbagi Atas 3 Dusun. Puskesmas Anggalomoare merupakan salah satu Puskesmas di Kabupaten Konawe. Data Puskesmas Anggalomoare, penyakit Diabetes Melitus masuk kedalam Sepuluh besar penyakit Utama Yang banyak Diderita Oleh Masyarakat Desa Lakomea. Berdasarkan data diatas maka pengusul melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang penyakit Diabetes Melitus di Desa Lakomea Kecamatan Anggalomoare Kabupaten Konawe. Untuk mencegah terjadinya komplikasi pada penderita diabetes di perlukan peran perawat. Adapun peran perawat yang dilakukan antara lain pada upaya promotif dan preventif yang sangat efektif untuk mencegah terjadinya Diabetes salah satunya dengan tindakan penyuluhan, yang bertujuan untuk mengetahui serta memahami resiko dari penyakit diabetes. Selain itu juga agar penderita diabetes mendapatkan edukasi tentang nutrisi yang baik, cara minum obat atau suntik insulin, menerapkan ilmu yang diberikan dalam kehidupan sehari-hari, mengetahui kadar gula darahnya dengan perilaku cek kesehatan secara berkala, serta mendapatkan konsultasi kesehatan dari tenaga medis.

Kata kunci: Diabetes Melitus, Penyuluhan, Kesehatan

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a chronic condition that occurs when blood glucose levels rise because the body cannot produce enough or because there is no insulin or the insulin that is produced cannot function properly. WHO (2020) reports that diabetes in young adults is the 7th leading cause of DALY in Indonesia, accounting for 632.2 per 100,000 population. Compared with people without diabetes, patients with type 2 diabetes aged 20-40 years had a 14 year lower life expectancy in men and 16 years lower in women. Southeast Sulawesi Province obtained 2,436 cases based on the profile of the Southeast Sulawesi health office, which is a lot. DM disease data being treated at the Kendari City Hospital fluctuated. DM disease in 2017 was 223 patients, in 2018 there were 190 patients. Lakomea Village has a population of 520 people in 2021. With a total of 150 families, which are divided into 3 hamlets. Anggalomoare Health Center is one of the health centers in Konawe Regency. Data from the Anggalomoare Health Center, Diabetes Mellitus is included in the top ten main diseases that are suffered by the people of Lakomea Village. Based on the data above, the proposer does community service about Diabetes Mellitus in Lakomea Village, Anggalomoare District, Konawe Regency. To prevent complications in diabetics, the role of nurses is needed. The nurse's role is carried out, among others, in very effective promotive and preventive efforts to prevent diabetes, one of which is counseling, which aims to know and understand the risks of diabetes. In addition, diabetics should also receive education about good nutrition, how to take medication or inject insulin, apply the knowledge given in daily life, know their blood sugar levels with regular health checks, and receive health consultations from medical personnel.

Keywords: Diabete Mellitus, Counselling, Health

Penulis Korespondensi :

Sri Mulyani
Universitas Mandala Waluya
E-mail : srimulyani0035@gmail.com
HP : 085288839708

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan merupakan masalah yang senantiasa mendapat perhatian setiap orang. Oleh karena setiap orang wajib menjaga kesehatannya, terlebih mereka yang menderita penyakit yang sama dengan orang tuanya seperti penyakit kencing manis (Diabetes Melitus). Hal ini perlu mendapat perhatian dari masyarakat, mengingat bahwa transisi pola penyakit dalam beberapa dasawarsa ini telah bergeser dari penyakit infeksi menular ke penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif (Astuti, 2018: 86). Pada bagian lain Astuti menjelaskan bahwa penyakit degeneratif telah menjadi penyebab kematian terbesar di dunia. Diabetes Melitus adalah kondisi kronis yang terjadi ketika kadar glukosa darah meningkat karena tubuh tidak dapat menghasilkan dengan cukup atau karena tidak ada insulin atau insulin yang dihasilkan tidak dapat berfungsi dengan baik (IDF, 2019). Prevalensi diabetes pada usia muda di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter tidak mengalami perubahan dari tahun 2013 ke 2018 (0,5%), namun presentase penderita diabetes melitus usia muda yang tidak melakukan pengobatan merupakan yang tertinggi yaitu 18,5%. Penduduk dewasa muda merupakan kelompok usia dengan presentase tertinggi yang tidak pernah memeriksakan kadar gula darahnya (86,6%) (Kemenkes RI, 2014; Kemenkes RI, 2019). Selain meningkatnya prevalensi, tingkat kematian akibat diabetes pada usia dewasa muda telah meningkat dari posisi ke-8 pada 2010

menjadi posisi ke-6 pada 2019 (WHO, 2020).

WHO (2020) melaporkan bahwa Diabetes pada usia dewasa muda merupakan penyebab utama ke-7 DALY di Indonesia, terhitung 632,2 per 100.000 penduduk. Dibandingkan dengan orang tanpa diabetes, pasien dengan diabetes tipe 2 berusia 20-40 tahun memiliki harapan hidup 14 tahun lebih rendah pada pria dan 16 tahun lebih rendah pada wanita (Lascar, 2018). Diabetes pada usia dewasa muda yang tidak dikontrol dengan baik dapat menyebabkan komplikasi penyakit. Komplikasi mikro vaskular seperti penyakit ginjal diabetik, retinopati, dan neuropati perifer sering terjadi, demikian juga komplikasi vaskular makro seperti penyakit kardiovaskular. Komplikasi lain yang terlihat pada orang usia dewasa muda dengan Diabetes Melitus termasuk gangguan pendengaran dan penurunan kesuburan (Lascar, 2018).

Prevalensi diabetes pada usia muda di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter tidak mengalami perubahan dari tahun 2013 ke 2018 (0,5%), namun presentase penderita diabetes melitus usia muda yang tidak melakukan pengobatan merupakan yang tertinggi yaitu 18,5%. Penduduk dewasa muda merupakan kelompok usia dengan presentase tertinggi yang tidak pernah memeriksakan kadar gula darahnya (86,6%) (Kemenkes RI, 2014; Kemenkes RI, 2019). Selain meningkatnya prevalensi, tingkat kematian akibat diabetes pada usia dewasa muda telah meningkat dari

posisi ke-8 pada 2010 menjadi posisi ke-6 pada 2019 (WHO, 2020). Diabetes pada usia dewasa muda yang tidak dikontrol dengan baik dapat menyebabkan komplikasi penyakit. Komplikasi mikro vaskular seperti penyakit ginjal diabetik, retinopati, dan neuropati perifer sering terjadi, demikian juga komplikasi vaskular makro seperti penyakit kardiovaskular. Komplikasi lain yang terlihat pada orang usia dewasa muda dengan Diabetes Melitus termasuk gangguan pendengaran dan penurunan kesuburan (Lasca, 2018).

Provinsi Sulawesi Tenggara didapatkan 2.436 kasus berdasarkan profil dinas kesehatan Sulawesi Tenggara adalah banyak. Data penyakit DM yang dirawat di RSUD Kota Kendari mengalami fluktuasi. Penyakit DM tahun 2017 sebanyak 223 pasien, tahun 2018 sebanyak 190 pasien. Tahun 2019 pada bulan Januari sampai Juni sebanyak 80 pasien yang terdiri dari 67 pasien DM Tipe 2 dan 13 orang pasien DM tipe I. Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 14 Juli 2019 dengan mewawancarai 5 orang pasien DM Tipe 2 diperoleh informasi bahwa 3 orang pasien mengatakan tidak bisa tidur karena mengalami gejala klinis berupa nyenyak karena nyeri pada luka di kakinya, walaupun telah diberikan obat analgesik namun kurang efektif. Sedangkan pasien DM yang berjumlah 2 orang lainnya mengatakan bahwa hanya tidur siang yang nyenyak, tidur malam tidak merasa nyenyak. (Dinkes Sulawesi Tenggara, 2018).

Desa Lakomea memiliki jumlah penduduk 520 jiwa tahun 2021. Dengan

jumlah Kepala Keluarga yakni berjumlah 150 KK Yang Terbagi Atas 3 Dusun. Puskesmas Anggalomoare merupakan salah satu Puskesmas di Kabupaten Konawe. Data Puskesmas Anggalomoare, penyakit Diabetes Melitus masuk kedalam sepuluh besar penyakit Utama Yang banyak Diderita Oleh Masyarakat Desa Lakomea. Berdasarkan data diatas maka pengusul melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang penyakit Diabetes Melitus di Desa Lakomea Kecamatan Anggalomoare Kabupaten Konawe.

Untuk mencegah terjadinya komplikasi pada penderita diabetes di perlukan peran perawat dan Kesehatan Masyarakat. Adapun peran Perawat dan Kesehatan Masyarakat yang dilakukan antara lain pada upaya promotif dan preventif yang sangat efektif untuk mencegah terjadinya Diabetes salah satunya dengan tindakan penyuluhan, yang bertujuan untuk mengetahui serta memahami resiko dari penyakit diabetes. Selain itu juga agar penderita diabetes mendapatkan edukasi tentang nutrisi yang baik, cara minum obat atau suntik insulin, menerapkan ilmu yang diberikan dalam kehidupan sehari-hari, mengetahui kadar gula darahnya dengan perilaku cek kesehatan secara berkala, serta mendapatkan konsultasi kesehatan dari tenaga medis. Upaya kuratif pada penderita diabetes dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Tindakan farmakologi dilakukan dengan cara berkolaborasi dengan tim medis lain, seperti pemberian insulin melalui oral maupun yang memerlukan suntikan dengan dosis ringan sampai

dosis berat. Akan tetapi efek samping dari terapi obat ini banyak dialami pasien seperti hipoglikemia, peningkatan berat badan, dan gangguan saluran cerna. Kondisi tersebut mendorong eksplorasi bahan alam sebagai sumber pengobatan alternatif untuk terapi DM. (Harahap, R. F., 2020).

Adapun untuk pengobatan non farmakologi dengan pemberian obat herbal pada saat ini sudah banyak digunakan secara luas, walaupun komponen zat/bahan aktif yang berkasiat belum dapat diketahui secara pasti. Namun penggunaan tanaman obat/herbal untuk beragam penyakit sudah mendapatkan ijin dari WHO. Salah satu contoh tanaman obat/herbal yang ada di Indonesia yaitu jahe (*Zingiber Officinale Roscoe*) untuk terapi non farmakologi pada pasien diabetes mellitus. Rehabilitasi dilakukan untuk pemulihan terhadap penderita diabetes yang cacat akibat penyakit dan luka, sehingga mereka dapat berguna secara fisik, sosial, dan emosional, serta meningkatkan rasa kepercayaan diri pada kondisi tersebut. Jahe memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan yang di dalamnya terdapat kandungan zat/bahan aktif yaitu flavonoid, gingerol, shogaol dan oleoresin. Gingerol dan shogaol adalah komponen fenol yang memiliki efek antiinflamasi, antikanker, dan antitumor. Zat fenolik yang terdapat dalam jahe membuat tanaman ini memiliki kemampuan untuk menurunkan glukosa darah bagi penderita diabetes mellitus. Selain itu fungsi jahe juga sering dipakai sebagai bumbu masakan dan juga minuman penghangat tubuh. Kelebihan lainnya

adalah aman, praktis, ekonomis dan sangat mudah didapatkan, serta efek samping yang kecil dibanding obat-obatan dengan bahan dasar kimia yang umum digunakan. (Alamanda, L. D. R., & Harefa, I. L. (2020).

Pelaksanaan yang tepat berupa kepatuhan pengobatan, self care peningkatan pengetahuan (Ardiyani et al., 2021) dapat mencegah terjadinya komplikasi, termasuk empat pilar DM berupa kontrol glukosa menjadi kunci utama perawatan penyakit ini. Kontrol glikemik secara non farmakologis berupa pemanfaatan bahan herbal yang bersifat kearifan lokal menjadi memiliki peluang besar yang mempunyai banyak keunggulan dibandingkan terapi yang lainnya yaitu bahan herbal daun salam dan jahe. Kedua bahan ini mengandung flavonoid, komponen lainnya yang memberikan efek hipoglikemik terutama pada penderita DM (Supriyadi et al., 2021).

METODE

Lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Balai Desa Lakomea (Dusun 1) dengan demonstrasi yang dilakukan pada Tanggal 13 Maret Tahun 2022 . Peningkatan peran serta masyarakat melalui upaya menyadarkan masyarakat tentang pencegahan DM dilakukan dengan tiga acara yaitu: 1). Pemeriksaan kesehatan berupa pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah serta kesehatan secara umum dilakukan di masyarakat, 2). Melakukan penyuluhan kepada masyarakat dalam Pembuatan Jamu Herbal Serbuk Jahe Sebagai Obat Alternatif Diabetes Melitus, 3).

Melakukan kegiatan menanam tanaman obat keluarga yang dapat mencegah dan menyembuhkan penyakit Diabetes Melitus secara alami dan mudah didapatkan disekitar tempat tinggal. Kegiatan dilakukan berkoordinasi dengan Kepala Desa Lakomea, Perangkat Desa, Dan Tokoh Masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Prevalensi diabetes pada usia muda di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter tidak mengalami perubahan dari tahun 2013 ke 2018 (0,5%), namun presentase penderita diabetes melitus usia muda yang tidak melakukan pengobatan merupakan yang tertinggi yaitu 18,5%. Penduduk dewasa muda merupakan kelompok usia dengan presentase tertinggi yang tidak pernah memeriksakan kadar gula darahnya (86,6%). Selain meningkatnya prevalensi, tingkat kematian akibat diabetes pada usia dewasa muda telah meningkat dari posisi ke-8 pada 2010 menjadi posisi ke-6 pada 2019. Untuk mencegah terjadinya komplikasi pada penderita diabetes di perlukan peran perawat. Adapun peran perawat yang dilakukan antara lain pada upaya promotif dan preventif yang sangat efektif untuk mencegah terjadinya Diabetes salah satunya dengan tindakan penyuluhan, yang bertujuan untuk mengetahui serta memahami resiko dari penyakit diabetes. Selain itu juga agar penderita diabetes mendapatkan edukasi tentang nutrisi yang baik, cara minum obat atau suntik insulin, menerapkan ilmu yang diberikan dalam kehidupan sehari-hari, mengetahui

kadar gula darahnya dengan perilaku cek kesehatan secara berkala, serta mendapatkan konsultasi kesehatan dari tenaga medis. Untuk menekan kejadian Diabetes Mellitus dan meningkatkan kualitas hidup dapat dilakukan pendampingan dengan pendidikan kesehatan kepada masyarakat berupa kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen dari Program Studi Kesehatan masyarakat dan beberapa mahasiswa untuk melakukan kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan khususnya masyarakat Desa Lakomea yang berisiko tinggi.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan cara penyuluhan dalam pembuatan Jamu Herbal Serbuk Jahe kepada masyarakat Desa Lakomea dilaksanakan pada Tanggal 13 Maret 2022 Pukul 08.00 sampai 10.30 Wita.

Salah satu produk herbal yang telah dikenal masyarakat adalah serbuk jamu instan. bersifat praktis dan cepat dalam penyajiannya, serta memiliki daya simpan yang relatif lama. jahe instan merupakan serbuk instan dimana cara mengomsumsinya sangat praktis karena dapat disajikan dengan cepat (Siswanti & triana, 2018) Serbuk jamu instan dibuat dengan menggunakan ekstrak tumbuhan obat yang banyak ditanam di sekitar rumah atau lebih dikenal dengan TOGA. adalah kunyit, kunyit putih, jahe, temulawak, dan temu mangga.

Tanaman herbal (TOGA) tersebut belum dimanfaatkan secara optimal,

khususnya dalam bidang peningkatan kesehatan maupun nilai tambah dalam membantu meningkatkan perekonomian keluarga. Dengan demikian upaya pemberian pelatihan untuk memberikan bekal keterampilan kepada ibu rumah tangga warga Desa Lakomea. Dengan demikian kehadiran minuman alternatif yang berupa serbuk instan jahe, Kunyit instan dapat menjadi pilihan untuk menjaga stamina dan kesehatan tubuh warga Desa Lakomea. Minuman ini di

samping mengandung zat gizi, juga mengandung senyawa bioaktif yang bersifat melancarkan peredaran darah, menjaga fungsi hati, antiinflamasi, antikanker, dan antioksidan. Jika informasi ini dapat disampaikan dengan baik kepada konsumen maka minuman kesehatan berbasis herbal baik bentuk serbuk sangat berpotensi untuk mendatangkan keuntungan finansial yang besar, sehingga mampu meningkatkan pendapatan ekonomi keluarga.



Gambar 1. Penyuluhan Pembuatan Jamu Herbal

Tanaman hasil budidaya rumahan yang berkhasiat sebagai obat. Taman obat keluarga pada hakekatnya adalah sebidang tanah, baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan untuk membudidayakan tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan. Kebun tanaman obat atau bahan obat dan selanjutnya dapat disalurkan kepada masyarakat, khususnya obat yang berasal dari tumbuh-tumbuhan. Budidaya tanaman obat untuk keluarga (TOGA) dapat memacu usaha kecil dan menengah di bidang obat-obatan herbal sekalipun dilakukan secara individual. menurut *(Sasmito, 2018)* menyatakan bahwa

masyarakat indonesia sudah sejak lama menggunakan tumbuhan sebagai pengobatan maupun untuk memelihara kesehatan dan diwariskan secara turun temurun.

Setiap keluarga dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri dan memanfaatkannya, sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga Alasan yang paling mendasar mengapa pembuatan TOGA menjadi salah satu kegiatan intervensi fisik kami, karena di Desa Lakomea, ditemukan sangat minimnya pembudidayaan TOGA di sekitar rumah, sehingga dengan adanya TOGA percontohan yang kami buat dapat membantu masyarakat

untuk mengembalikan semangat dalam membudidayakan kembali TOGA di

rumah mereka.



Gambar 2. Kegiatan Penanaman Tanaman Obat Keluarga

KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Pemeriksaan kesehatan berupa pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah serta kesehatan secara umum dilakukan di masyarakat,
2. Melakukan penyuluhan kepada masyarakat dalam Pembuatan Jamu Herbal Serbuk Jahe Sebagai Obat Alternatif Diabetes Melitus,
3. Melakukan kegiatan menanam tanaman obat keluarga yang dapat mencegah dan menyembuhkan penyakit Diabetes Melitus secara alami dan mudah didapatkan disekitar tempat tinggal.
4. Peserta yang hadir diharapkan dapat memberi informasi kepada keluarga serta kepada masyarakat sekitar tempat tinggalnya sehingga banyak yang paham dan mengaplikasikannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mandala Waluya Maupun Yayasan Mandala Waluyayang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan tridharma Perguruan Tinggi utamanya dalam Pengabdian Kepada Masyarakat. Tak lupa pula kami ucapkan terimakasih pula kepada pihak terkait yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan kepada Kami dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini mulai dari Kepala Desa Lakomea utamanya terkait kesediaan lokasi pengabdian, masyarakat Desa Lakomea dan mahasiswa yang telah membantu kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani Astuti. 2018. Usia, Obesitas dan Aktifitas Fisik Beresiko Terhadap Prediabetes.
- IDF. 2019. IDF Diabetes Atlas 2019. Brussel: IDF. Kemenkes RI. 2019. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lascar, N., Brown, J., Pattison, H., Barnett, A. H., Bailey, C. J., & Bellary, S. 2018. Type 2 Diabetes in Adolescents and Young Adults.
- Laporan KKN Mahasiswa Universitas Mandala Waluya. 2022. Profil Desa Lakomea Kecamatan Anggalomoare.
- Dinkes Sultra. Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017. Kendari: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara; 2018.
- Supriyadi, S., Dewi, N., & Ridja, E. W. (2021). Kepatuhan Pengobatan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas X Kota Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 5(1), 9-15.
- Harahap, R. F., Alamanda, L. D. R., & Harefa, I. L. (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 84-95.