

## Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengolahan Daun Salam Sebagai Terapi Komplemen Diabetes dan Hipertensi di Dusun Medelan

Dita Hanna Febriani<sup>1</sup>, Theresia Tatik Pujiastuti<sup>2</sup>, Margaretha Kurniastuti<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Diploma Tiga Keperawatan, STIKes Panti Rapih Yogyakarta

<sup>2</sup>Sarjana Keperawatan, STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Email: [dhitahanna@gmail.com](mailto:dhitahanna@gmail.com)

### INFO ARTIKEL

#### Riwayat Artikel :

Diterima : Maret 2024

Direvisi : April 2024

Disetujui : Mei 2024

#### Kata Kunci :

Penyakit Kronis; Daun Salam; Terapi Komplemen

### ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 dan hipertensi merupakan penyakit kronis yang jumlahnya semakin meningkat dari tahun ke tahun. Pengendalian kadar gula darah dan tekanan darah dapat dilakukan dengan berbagai cara. Saat ini, penggunaan tanaman herbal sudah banyak dilakukan untuk mengendalikan kadar gula darah maupun tekanan darah. Penelitian menunjukkan bahwa rebusan daun salam (*Syzygium Polyanthum*) dapat membantu menurunkan kadar gula darah dan tekanan darah. Pohon salam banyak tumbuh di Dusun Medelan, Sleman, Yogyakarta tetapi selama ini hanya dimanfaatkan warga untuk bumbu masak saja. Tujuan dari kegiatan ini adalah memfasilitasi berupa pemberian edukasi dan pelatihan pengolahan daun salam untuk menurunkan kadar glukosa darah dan tekanan darah. Metode pelatihan terdiri dari pemberian materi, demonstrasi, dan pendampingan dalam pengolahan daun salam. Kegiatan dikoordinasi oleh Tim dari STIKes Panti Rapih Yogyakarta dan mengundang pakar pengolahan tanaman herbal. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa peserta sangat antusias dalam mengikuti pelatihan dan peserta dapat mendemonstrasikan pengolahan daun salam.

### ARTICLE INFO

#### Article History :

Received: March 2024

Revised: April 2024

Accepted: May 2024

#### Keywords:

Chronic Disease, Bay Leaves, Complement Therapy

### ABSTRACT

*Type 2 diabetes mellitus and hypertension are chronic diseases whose numbers are increasing from year to year. Controlling blood sugar levels and blood pressure can be done in various ways. Currently, herbal plants are widely used to control blood sugar levels and blood pressure. Research shows that boiled bay leaves (*Syzygium Polyanthum*) can help lower blood sugar levels and blood pressure. Bay trees grow a lot in Medelan Hamlet, Sleman, Yogyakarta but so far the residents have only used them for cooking spices. The aim of this activity is to facilitate the provision of education and training on processing bay leaves to reduce blood glucose levels and blood pressure. The training method consists of providing materials, demonstrations, and assistance in processing bay leaves. The activity was coordinated by a team from STIKes Panti Rapih Yogyakarta and invited herbal plant experts. The results of this activity showed that the participants were very enthusiastic about taking part in the training and the participants were able to demonstrate the processing of bay leaves.*

## 1. Pendahuluan

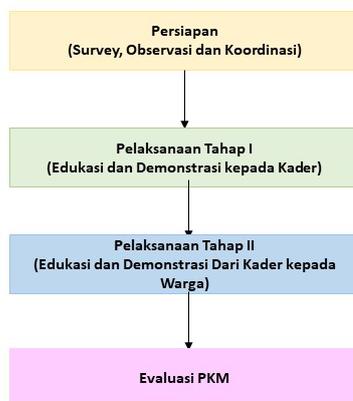
Penyakit tidak menular (PTM) merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang signifikan, yang bertanggung jawab atas 41 juta kematian setiap tahunnya (>73% dari seluruh kematian secara global) dan 53% dari 1,65 miliar tahun hilangnya nyawa di seluruh dunia (GBD 2017 Causes of Death Collaborators, 2018). Peningkatan tekanan darah (hipertensi) dan peningkatan glukosa darah merupakan faktor risiko metabolik yang dapat menyebabkan PTM. Indonesia menempati peringkat ke-7 di dunia dengan prevalensi penderita diabetes tertinggi setelah China, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, dan Meksiko (IDF, 2021). Sedangkan prevalensi hipertensi di Indonesia sekitar 34,1% (Kemenkes, 2018)

Pengendalian kadar gula darah dan tekanan darah dapat dilakukan dengan berbagai cara. Saat ini, penggunaan tanaman herbal sudah banyak dilakukan untuk mengendalikan kadar gula darah maupun tekanan darah. Daun salam yang selama ini dipakai untuk pelengkap bumbu masak dapat menjadi salah satu tanaman herbal potensial yang dapat dimanfaatkan untuk pengelolaan gula darah dan tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 setelah meminum air rebusan daun salam (Irmawati, Indarti and Marahayu, 2022). Penelitian lain menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi (Andoko and Pangesti, 2016; Aji and Sani, 2021). Pada kedua penelitian tersebut menyebutkan bahwa air rebusan daun salam sebagai terapi komplementer dari pengobatan rutin yang didapatkan oleh responden. Senyawa flavonoid dapat menurunkan systemic vascular resisten (SVR) karena menyebabkan vasodilatasi dan mempengaruhi kerja angiotensin converting enzyme (ACE) yang mampu menghambat terjadinya perubahan angiotensin I menjadi angiotensin II. Efek vasodilatasi dan inhibitor ACE dapat menurunkan tekanan darah (Andoko and Pangesti, 2016). Selain itu daun salam juga dapat memberikan efek antihiperqlikemi dengan menghambat penyerapan glukosa yang ada di usus dan meningkatkan serapan glukosa oleh otot (Megantara *et al.*, 2018; Putra *et al.*, 2021)

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Dukuh dan salah 2 kader Posyandu di Dusun Medelan, dalam satu padukuhan terdapat sekitar 10 orang warga dengan DM tipe 2 dan 20 orang warga dengan hipertensi. Saat ini posyandu di Dusun Medelan sudah berjalan rutin tetapi memang belum semua warga memanfaatkan pemeriksaan melalui posyandu tersebut. Selain itu warga penderita hipertensi dan DM tipe 2 belum rutin untuk minum obat untuk mengontrol penyakitnya. Hasil observasi yang dilakukan oleh tim didapatkan bahwa beberapa warga memiliki pohon salam dan ada juga yang tumbuh di lingkungan sekitar Dusun Medelan. Selama ini warga hanya menggunakan daun salam sebagai bumbu masakan. Para kader juga belum mengetahui potensi lain yang bisa dimanfaatkan dari daun salam tersebut. Dengan adanya potensi sumber daya alam ini dapat dimanfaatkan untuk pengembangan olahan daun salam sebagai salah satu tanaman herbal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dan warga Dusun Medelan terkait manfaat dan pengolahan rebusan daun salam sebagai terapi komplemen untuk menurunkan kadar gula darah dan tekanan darah.

## 2. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilakukan di Dusun Medelan, Umbulmartani, Ngemplak, Sleman di bulan Desember 2023 sampai Februari 2024. Kegiatan PKM melibatkan dosen dan mahasiswa dari STIKes Panti Rapih Yogyakarta, pakar herbal, kader Posyandu Dusun Medelan, dan warga Dusun Medelan. Kegiatan terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.



Gambar 1. Tahap pelaksanaan PKM

## 3. Hasil dan Pembahasan

### Tahap persiapan

Di tahap persiapan, kegiatan diawali dengan survey dan observasi tim PKM untuk menggali lebih dalam terkait permasalahan kesehatan dan potensi yang ada di Dusun Medelan untuk menyelesaikan masalah kesehatan tersebut. Setelah itu tim PKM melakukan koordinasi Dukuh Dusun Medelan dan kader Posyandu untuk menentukan tanggal pelaksanaan edukasi dan pelatihan pengolahan daun salam sebagai terapi komplementer untuk menurunkan gula darah dan tekanan darah.

### Tahap Pelaksanaan 1 (Penyuluhan dan demonstrasi pengolahan daun salam bagi kader Posyandu)

Kegiatan PKM dilaksanakan secara luring di rumah Kepala Dukuh Medelan pada tanggal 25 Januari 2024. Kegiatan ini dihadiri oleh 17 kader, 3 dosen dan 4 mahasiswi STIKes Panti Rapih Yogyakarta. Kegiatan diawali dengan pemberian materi terkait dengan manfaat daun salam dan cara pengolahan daun salam oleh Pakar Herbal (Gambar 2). Narasumber menginformasikan bahwa rebusan daun salam dapat menjadi terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah dan gula darah. Sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa rebusan daun salam dapat menurunkan tekanan darah karena kandungan flavonoid yang sebagai vasodilator pembuluh darah (Nurtanti and Sulistiyoningsih, 2022). Selain itu daun salam juga efektif untuk menurunkan kadar gula darah (Dewi and Cita, 2022). Kegiatan berikutnya adalah demonstrasi oleh Pakar Herbal terkait pengolahan daun salam sebagai minuman herbal untuk membantu dalam mengontrol kadar gula darah dan tekanan darah bagi warga penderita diabetes melitus dan hipertensi (Gambar 3). Bahan yang digunakan bukan hanya daun salam tetapi juga menggunakan tanaman herbal lainnya seperti jahe, sereh, kayu manis dan sedikit gula kelapa. Setelah itu, kader melakukan redemonstrasi untuk membuat minuman herbal dari olahan daun salam yang telah diajarkan oleh narasumber mulai dari persiapan bahan, perebusan

bahan, dan penyajian hasil olahan daun salam (Gambar 4). Selama kegiatan, peserta tampak antusias dan aktif bertanya kepada narasumber. Sejumlah 10 kader dari 11 kader yang hadir menyatakan bahwa materi yang diberikan sangat jelas dan bermanfaat. Para kader juga memberikan feedback bahwa kegiatan PKM sangat sesuai dengan kebutuhan Masyarakat.



Gambar 2. Edukasi dari Pakar Herbal



Gambar 3. Demonstrasi pengolahan daun salam



Gambar 4 Redemonstrasi oleh kader

## Tahap Pelaksanaan 2 (Penyuluhan dan demostrasi pengolahan daun salam dari kader untuk warga Dusun Medelan)

Kegiatan ini dilaksanakan untuk memberikan penyuluhan dan demonstrasi bagi warga penderita diabetes melitus dan hipertensi. Kader yang sudah mendapatkan pengetahuan tentang manfaat dan pengolahan daun salam untuk membantu mengontrol gula darah dan tekanan darah memberikan materi (Gambar 4) dan melakukan demonstrasi terkait pengolahan daun salam tersebut (Gambar 5). Dalam kegiatan tersebut tim PKM mendampingi kader saat memberikan materi. Warga yang hadir sebanyak 43 orang. Profil warga yang hadir, sebagian besar menderita hipertensi dan beberapa mempunyai gula darah tinggi. Warga dapat mengikuti kegiatan dengan baik. Diskusi dan tanya jawab juga berjalan dengan lancar. Pada akhir kegiatan, kader membagikan minuman herbal dari olahan daun salam untuk warga yang datang.



Gambar 5. Pemberian materi oleh kader untuk warga



Gambar 6. Demonstrasi pengolahan daun salam oleh kader

## Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan PKM kepada kader Posyandu di Dusun Medelan, Umbulmartani, Sleman dilakukan dengan pengisian survey. Hasil evaluasi yang didapatkan adalah penyampaian materi oleh narasumber lengkap, jelas dan sesuai. Pelatihan pengolahan daun salam juga sangat bermanfaat, sesuai dengan kebutuhan masyarakat, mendukung kemandirian masyarakat untuk hidup lebih sehat, serta mendukung perekonomian masyarakat. Adapun sarana prasarana baik ruangan dan kelengkapan peralatan yang digunakan selama kegiatan PKM juga sangat mendukung. Selain itu para kader menyampaikan bahwa kegiatan PKM yang dilakukan dapat menambah pengetahuan dan keterampilan dalam pengolahan minuman herbal dari daun salam. Sesuai dengan kegiatan PKM yang dilakukan oleh (Mayasari, 2022) bahwa pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan kader. Selain itu penggabungan antara pemberian materi lewat ceramah dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader (Ersila, Prafitri and Abdurrachman, 2021). Pelatihan dengan metode demonstrasi membantu sasaran pelatihan untuk dapat menerima materi karena pemberi materi menunjukkan dan memperlihatkan suatu proses secara konkrit (Spiridonova, Mardjan and Ridha, 2019). Sehingga dapat disimpulkan bahwa PKM yang dilakukan oleh tim bermanfaat bagi kader dan warga dalam meningkatkan pengetahuan pengolahan daun salam untuk mengontrol kadar gula darah pasien penderita diabetes melitus dan tekanan darah penderita hipertensi. Dengan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader akan membantu kader dalam mendampingi warga untuk mengontrol penyakitnya (Afiatna, Maryanto and Setyoningrum, 2022) dan meningkatkan kualitas pelayanan kader kepada masyarakat (Armi, Setiawan and Puspitasari, 2023).

## 4. Kesimpulan dan Saran

Kegiatan PKM untuk kader Dusun Medelan memberikan manfaat yang positif. Setelah mendapatkan edukasi dan demonstrasi pengolahan daun salam, kader dapat memberikan penyuluhan pengelolaan DM dan hipertensi serta mendemonstrasikan pengolahan daun salam untuk mengontrol kadar gula darah dan tekanan darah warga Dusun Medelan.

## 5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih diberikan kepada STIKes Panti Rapih yang telah memberikan support kepada tim PKM sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

## 6. Daftar Pustaka

- Afiatna, P., Maryanto, S. and Setyoningrum, U. (2022) 'Pelatihan Kader dengan Metode Ceramah , Demonstrasi dan Simulasi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Lansia di Wilayah RW V Kelurahan Pudukpayung , Banyumanik Semarang', 5, pp. 188–194.
- Aji, P. T. and Sani, F. N. (2021) 'Pengaruh terapi air rebusan daun salam terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar', *Via Medika*, 14, pp. 139–152. Available at: <https://ejournal.uhb.ac.id/index.php/VM/article/view/584/487>.

- Andoko and Pangesti, D. N. (2016) 'Efektifitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah', *The Journal of Holistic Healthcare*, 10(2), pp. 1–4.
- Armi, A., Setiawan, Y. and Puspitasari, R. A. (2023) 'Pendampingan Kader Dan Masyarakat Terkait Penatalaksanaan Lima Pilar Pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Tambun', 4(4), pp. 2770–2778.
- Dewi, N. and Cita, E. E. (2022) 'Komparasi Efektivitas Daun Salam ( *Syzygium Polyanthum* ) dan Jahe ( *Zingiber Officinale* ) terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2', 11(1), pp. 88–95. doi: 10.36565/jab.v11i1.453.
- Ersila, W., Prafitri, L. D. and Abdurrachman (2021) 'Meningkatkan Keterampilan Kader melalui Pelatihan Deteksi Perkembangan Balita', pp. 608–612.
- GBD 2017 Causes of Death Collaborators (2018) 'Global , regional , and national age-sex-specific mortality for 282 causes of death in 195 countries and territories , 1980 – 2017 : a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017', 392, pp. 1980–2017. doi: 10.1016/S0140-6736(18)32203-7.
- IDF (2021) *IDF Diabetes Atlas*. Available at: <https://diabetesatlas.org/atlas/tenth-edition/>.
- Irmawati, N. E., Indarti, D. and Marahayu, M. (2022) 'Pengaruh Penerapan Rebusan Daun Salam terhadap Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Desa Kopek Kecamatan Godong Kabupaten Grobogan', 5.
- Kemendes (2018) 'Laporan Riskesdas 2018 Nasional'. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Available at: [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf).
- Mayasari, S. (2022) 'Edukasi khasiat daun salam sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu rumah tangga', *Jukeshum: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 02, pp. 69–73. doi: <https://doi.org/10.51771/jukeshum.v2i1.232>.
- Megantara, S. *et al.* (2018) 'Artikel Review: Uji Aktivitas Dan Efek Farmakologi Daun Salam (*Eugenia Polyantha*)', *Farmaka*, 16, pp. 44–54. Available at: <https://jurnal.unpad.ac.id/farmaka/article/view/17319>.
- Nurtanti, S. and Sulistiyoningsih (2022) 'Efektivitas rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi', *Jurnal Keperawatan GSH*, 11(2), pp. 34–39.
- Putra, T. A. *et al.* (2021) 'Systematic Review : Efektivitas daun salam terhadap penurunan Kadar gula darah pada penderita Diabetes', *Midwife's Research*, 10(1).
- Spiridonova, T., Mardjan and Ridha, A. (2019) 'Perbandingan Efektivitas Zeolit dan Karbon Aktif dalam Menurunkan Kadar Merkuri (Hg) dengan Metode Penyaringan pada Air Sungai Mandor', 6(2), pp. 50–58.