

## Sosialisasi Penggunaan Tanaman Obat Herbal Sereh (*Cymbopogon citratus*) untuk Penyakit Diabetes di Lingkungan Geguntur

Almahera<sup>1</sup>, Yusfina Himayanti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Email: eraalmahera@gmail.com, yusfinahimayanti@gmail.com

### Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) merupakan suatu keadaan dimana metabolit yang terganggu, mengakibatkan tidak dapatnya pankreas dalam menghasilkan insulin sesuai kebutuhan, atau insulin yang dihasilkan tidak bekerja secara maksimal, seperti kurangnya kemampuan insulin dalam meningkatkan konsentrasi glukosa dalam darah, sehingga menyebabkan kerusakan pada system tubuh, khususnya pembuluh darah dan saraf, sehingga dapat menyebabkan penyakit yang kronis. Maddaloni et al (2020) menyatakan bahwa di Indonesia masih menunjukkan kecenderungan peningkatan kejadian diabetes. Indonesia merupakan Negara dengan peringkat ke 6 di dunia sebagai penyandang diabetes. Terhitung mulai dari usia 20-29 tahun, total jumlah sekitar 10,3 jt orang. (Dinata, 2022) Pengobatan diabetes mellitus adalah pengobatan menahun dan seumur hidup. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan penerapan dalam pemanfaatan tanaman herbal sereh untuk menurunkan gula darah pada lansia. Sasaran dalam kegiatan adalah lansia yang berada di lingkungan Geguntur berjumlah 10 peserta. Metode dalam pengabdian ini berupa sosialisasi tanaman herbal sereh untuk menurunkan gula darah. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan dan penerapan mengenai tanaman herbal sereh untuk menurunkan gula darah pada lansia di lingkungan Geguntur.

Kata Kunci: Sosialisasi, Diabetes Militus, Obat Herbal, Tanaman Sereh, Lansia

### Abstract

*Diabetes Mellitus (DM) is a condition where metabolites are disrupted, resulting in the pancreas not being able to produce insulin as needed, or the insulin produced does not work optimally, such as a lack of insulin's ability to increase glucose concentrations in the blood, causing damage to the body's systems. especially blood vessels and nerves, so that it can cause chronic disease. MADDALONI ET AL (2020) states that Indonesia still shows a tendency to increase the incidence of diabetes. Indonesia is a country ranked 6th in the world as a person with diabetes. Starting from the age of 20-29 years, the total number is around 10.3 million people. (Dinata, 2022) Treatment of diabetes mellitus is chronic and lifelong treatment. This community service aims to increase knowledge and application in the use of lemongrass herbal plants to reduce blood sugar in the elderly. The target in this activity is the elderly who are in the thunderstorm environment, totaling 10 participants. The method in this service is in the form of socializing lemongrass herbal plants to lower blood sugar. The result of this community service is that there is an increase in knowledge and application of lemongrass herbs to lower blood sugar in the elderly in the Geguntur environment.*

Keywords: Socialization, Diabetes Mellitus, Herbal Medicine, Citronella Plants, The Elderly

### Article History

Received: 13 Januari 2023

Accepted: 06 Februari 2023

## PENDAHULUAN

Diabetes ialah suatu keadaan dimana metabolik yang terganggu, mengakibatkan tidak dapatnya pankreas dalam menghasilkan insulin sesuai kebutuhan, atau insulin yang dihasilkan tidak bekerja maksimal, seperti kurangnya kemampuan insulin dalam meningkatkan konsentrasi glukosa dalam darah sehingga menyebabkan kerusakan pada sistem tubuh, khususnya pembuluh darah dan saraf, sehingga dapat menyebabkan penyakit yang kronis (Organization, 2017) Diabetes Tipe 2 terjadi karena gangguan pada sel  $\beta$  pankreas, mengakibatkan sedikitnya jumlah insulin yang dihasilkan, sering juga disebut resistensi insulin (Maddaloni et al., 2020).

IDF (2017), menyatakan bahwa di Indonesia masih menunjukkan kecenderungan peningkatan kejadian Diabetes. Indonesia merupakan negara dengan peringkat 6 didunia sebagai penyandang Diabetes. Terhitung mulai dari usia 20-79 tahun, total jumlah sekitar 10,3 juta orang (Dinata, 2022).

(Milita et al., 2021) menyatakan jumlah kasus Diabetes tertinggi berada di daerah DKI Jakarta, dengan jumlah kasus sebanyak 3,4% dan yang terendah berada di NTT dengan jumlah kasus 0,9%, sedangkan di NTB didapatkan kasus sebesar 1,6% (Milita et al., 2021). Prevalensi tertinggi Diabetes terdapat di daerah

Mataram dengan jumlah kasus sebesar 1,7%, dan yang terendah terdapat di kawasan Lombok Tengah dengan jumlah kasus sebesar 0,5%. Diabetes merupakan penyakit dengan urutan ke 9 dari 10 penyakit terbanyak di Puskesmas Provinsi NTB tahun 2017 (Annisa et al., 2021).

Mengingat bahwa setiap tahunnya terdapat peningkatan pada kasus Diabetes, maka penggunaan obat antidiabetik semakin meningkat, sehingga potensi terjadinya *Drug Related Problem* (DRP) semakin meningkat pula. Menurut (Dinata, 2022) tatalaksana pada Diabetes dapat dimulai dengan perubahan pola hidup menjadi lebih sehat, melakukan beberapa aktivitas fisik seperti berolahraga, yang dibarengi dengan terapi farmakologi obat antidiabetic oral maupun suntikan, dengan ketentuan pemberian terapi tunggal maupun terapi kombinasi.

Pengobatan diabetes mellitus adalah pengobatan menahun dan seumur hidup. Jenis pengobatan yang diberikan adalah non farmakologi dan farmakologi. Pengobatan non farmakologi dapat berupa diet dan olahraga, sedangkan pengobatan farmakologi salah satunya adalah obat glibenklamid. Namun, penggunaan obat farmakologi dalam jangka panjang akan menimbulkan timbulnya banyak efek samping, antara lain kenaikan berat badan, hipoglikemia, dispepsia, diare, dehidrasi serta infeksi saluran kemih serta mengakibatkan terjadi peningkatan biaya Kesehatan. Oleh karena itu, perlu adanya pengobatan alternatif dengan menggunakan ramuan obat tradisional yang lebih terjangkau baik dari segi ketersediaan maupun dari segi ekonomi. Salah satunya Tanaman sereh (*Cymbopogon citratus*) merupakan tanaman herbal dengan kandungan kimia yang terdiri dari alkaloid, saponin, tanin, flavonoid, phenol, steroid yang dapat berperan sebagai antidiabetes. Berdasarkan hal-hal di atas, perlu dilakukan pembuktian efek pemberian pengobatan alternatif menggunakan daun sereh (*Cymbopogon citratus*) terhadap penurunan glukosa darah

## METODE PELAKSANAAN

### Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini berupa sosialisasi langsung kepada masyarakat tentang pemanfaatan tanaman obat herbal sereh untuk penyakit DM di lingkungan Geguntur. Terdapat 3 metode yang dilakukan pada Pengabdian Kepada Masyarakat antara lain (Widyanata et al., 2019).

### Tahapan Persiapan

Tahapan Persiapan dilakukan selama kurang lebih 1 (satu) bulan, dimulai dengan pengamatan langsung terkait karakteristik dari masyarakat lansia, pengurusan perizinan.

### Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan memberikan ceramah kepada Lansia, dengan cara memberikan penjelasan teori tata cara pembuatan minuman herbal tanaman sereh untuk menurunkan gula darah.

### Metode Simulasi

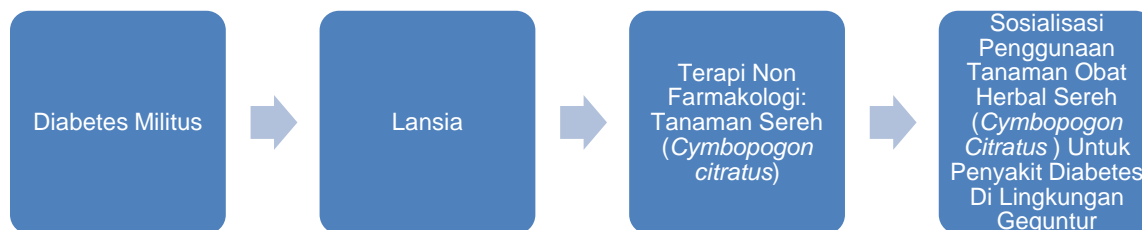
Pada metode ini lebih bersifat ke praktek langsung yang dilakukan oleh para peserta. Disini para peserta akan mempraktekan materi yang akan dicontohkan terlebih dahulu.

### Metode Diskusi

Pada tahapan ini, para peserta diijinkan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan dan dipraktekan sebelumnya.

Adapun tahapan yang dilakukan dalam pelaksanaan program ini adalah (1) Tahap Persiapan yang terdiri dari (a) Persiapan Dokumen pendukung, menjalin kerjasama dengan aparat desa, menentukan waktu pelaksanaan, (b) Tahap Pelaksanaan, (c) Menyusun proposal dan dokumen pengabdian, (d) Penandatanganan perjanjian dengan kepala desa, (e) Sosialisasi pembuatan minuman herbal tanaman sereh untuk menurunkan gula darah. (f) Pelatihan dan pendampingan praktek pembuatan minuman herbal tanaman sereh untuk menurunkan gula darah. (2) Tahap Pelaporan Pelaporan disampaikan kepada kepala desa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Kerangka Berpikir

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjudul sosialisasi penggunaan tanaman obat herbal sereh untuk penyakit diabetes di lingkungan geguntur yang dilaksanakan pada tanggal 11 januari 2023 diikuti oleh 10

peserta terdiri dari lansia. Lansia merupakan salah satu kelompok masyarakat yang rentan terhadap penyakit, dan memiliki fungsi fisiologi yang berbeda dari manusia muda umumnya sehingga pola pengobatannya pun perlu perhatian yang lebih. Sosialisasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia dalam penggunaan tanaman obat herbal sereh untuk menurunkan gula darah. Masyarakat yang ada di lingkungan geguntur terutama yang lansia banyak menggunakan obat tradisional untuk mengatasi masalah kesehatan dirinya sendiri, disamping karena tanaman ini banyak tumbuh disekitarnya juga karena kepercayaan mereka terhadap obat tradisional yang lebih tinggi, namun hal ini tidak didukung oleh pengetahuan yang baik tentang cara pemilihan dan pengolahan obat tradisional yang benar, oleh karena itu perlunya dilakukan sosialisasi sehingga dibutuhkan usaha yang maksimal untuk dapat memberikan pengertian cara penggunaan obat tradisional yang benar. Kegiatan ini diikuti oleh 10 orang lansia yang semuanya memiliki riwayat penyakit diabetes melitus. Sehingga fokus pengabdian kami tentang obat tradisional.

Prosedur dalam pembuatan minuman sereh antara lain (1) Pengambilan sampel tanaman sereh bagian yang tua, pengambilan dilakukan dengan cara dipetik yang tidak mengalami kerusakan pada tanaman sereh. (2) Sortasi basah dilakukan untuk memisahkan kotoran-kotoran atau bahan asing dari bahan simplisia, misalnya tanaman sereh yang rusak, rumput dan kerikil atau bebatuan. (3) Pencucian dilakukan untuk menghilangkan tanah dan pengotor yang melekat pada bahan simplisia. Pencucian dilakukan dengan air yang bersih seperti air sumur atau air PAM. (4) Setelah dilakukan pencucian potong serai menjadi 2- 5 cm per potongan. (5) Masukkan air, lalu rebus serai sampai mendidih, kemudian tunggu beberapa saat. (6) Matikan api, tunggu air rebusan serai hingga 3 menit.

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan ceramah tentang cara menggunakan obat tradisional yang baik, dimulai dengan cara pemilihan yang tepat, cara panen hingga mengolahnya menjadi obat tradisional dan meminumnya dengan tepat. Selain itu kami memberikan info tentang keamanan penggunaan obat tradisional saat ini masyarakat memiliki pola pikir yang kurang tepat dimana menganggap semua obat tradisional itu aman dan tidak memiliki efek samping.

## KESIMPULAN

Pengabdian Kepada Masyarakat ini diikuti oleh 10 orang peserta terdiri lansia. Kegiatan pengabdian berupa sosialisasi tanaman herbal sereh untuk menurunkan gula darah. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan dan penerapan mengenai tanaman herbal sereh untuk menurunkan gula darah pada lansia di lingkungan Geguntur. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mendapat perhatian serta antusias yang luar biasa dari peserta dan mendapatkan respon yang positif karena kegiatan ini bersifat sosialisasi dan praktik secara langsung

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada universitas nahdlatul ulama nusa tenggara barat melalui lppm yang telah memberikan dana hibah internal sehingga tim abdimas bisa melakukan tridarma khususnya pengabdian kepada masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, B. S., Puspitasari, C. E., & Aini, S. R. (2021). Profil penggunaan obat antidiabetes pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di instalasi rawat jalan RSUD Provinsi NTB tahun 2018. *Sasambo J Pharm*, 2(1), 37–41.
- Dinata, I. (2022). *Gambaran Pemberian Terapi Senam Kaki Diabetes Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus Tipe II Di Desa Banjar Anyar Kecamatan Kediri Kabupaten Tabanan*. Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan 2022.
- Maddaloni, E., Coraggio, L., Pieralice, S., Carlone, A., Pozzilli, P., & Buzzetti, R. (2020). Effects of COVID-19 lockdown on glucose control: continuous glucose monitoring data from people with diabetes on intensive insulin therapy. *Diabetes Care*, 43(8), e86–e87.
- Milita, F., Handayani, S., & Setiaji, B. (2021). Kejadian diabetes mellitus tipe II pada lanjut usia di Indonesia (analisis riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 9–20.
- Organization, W. H. (2017). *Global diffusion of eHealth: making universal health coverage achievable: report of the third global survey on eHealth*. World Health Organization.
- Widyanata, K. A. J., Wijaya, I. M. S., & Widayati, K. (2019). Pengabdian Kepada Masyarakat Pendidikan Kesehatan Bantuan Hidup Dasar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 1(1), 31–36.