

**PENERAPAN REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH
PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RT 12/04 KELURAHAN WARAKAS
JAKARTA UTARA**

Rizki Pebrian Pratama, Ni Wayan Suliani & Diah Eka Prasetya
Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya, Jakarta
rizkyfebrianpratama@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Diabetes Mellitus merupakan suatu penyakit kronis karena tubuh tidak dapat memproduksi insulin dengan cukup, oleh karena itu hiperglikemia adalah ciri khas Diabetes Mellitus. Untuk menurunkan kadar glukosa darah perlu disediakan obat/ramuan/tumbuhan alami yang mudah didapatkan, yaitu dengan menggunakan daun salam. Daun salam memiliki kandungan flavonoid yang dapat menurunkan kadar glukosa darah.

Metode: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah. Penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan metode studi kasus bertujuan untuk melakukan pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula dalam darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Pengumpulan data dilakukan secara langsung terhadap responden dengan wawancara, lembar observasi dan pengukuran gula

Hasil: Hasil studi kasus yang dilakukan pada 2 penderita DM tipe 2 menunjukkan adanya penurunan kadar glukosa darah sebelum diberikan air rebusan daun salam dan sesudah diberikan dan diukur menggunakan alat Easy Touch. Dimana gula Tn. S sebelum diberikan terapi rebusan daun salam yaitu 260 mg/dL, sedangkan gula Ny. A didapatkan hasil yaitu 248 mg/dL, kemudian setelah diberikan terapi rebusan daun salam gula Tn. S menjadi 179 mg/dL, sedangkan Ny. A menjadi 176 mg/dL.

Kesimpulan: Rebusan daun salam dapat diterapkan untuk menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.

Kata kunci: Rebusan Daun Salam, Gula Darah, Diabetes Melitus.

LATAR BELAKANG

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi (hiperglikemia) akibat kegagalan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Penyakit Diabetes Mellitus bersifat kronis dan jumlah penderitanya terus meningkat diseluruh dunia seiring dengan bertambahnya jumlah populasi, usia, prevalensi obesitas dan penurunan aktivitas fisik. (Putri & Isfandiari, 2013).

Diabetes Mellitus terbagi menjadi dua kategori, yaitu Diabetes Tipe 1 dan Diabetes Tipe 2, disebut insulin-dependent Diabetes, ditandai dengan kurangnya produksi insulin. Diabetes Tipe 2, disebut non-insulin dependent Diabetes, disebabkan penggunaan insulin yang kurang

efektif oleh tubuh. Diabetes Mellitus Tipe 2 merupakan 90% dari seluruh penderita Diabetes (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2014).

Diabetes Mellitus Tipe 2 merupakan jenis yang paling banyak dijumpai. Sekitar 90-95% penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Diabetes tipe 2, pankreas masih dapat membuat insulin, tetapi kualitas insulin yang dihasilkan buruk dan tidak dapat berfungsi dengan baik sebagai kunci untuk memasukan glukosa ke dalam sel, akibatnya glukosa dalam darah meningkat. Kemungkinan lain terjadinya Diabetes Tipe 2 adalah sel jaringan tubuh dan otot penderita tidak peka atau sudah resisten terhadap insulin (insulin resistance) sehingga glukosa tidak dapat masuk ke dalam sel dan akhirnya tertimbun dalam peredaran darah.

Keadaan ini umumnya terjadi pada pasien yang gemuk atau mengalami obesitas (Taufiqurrohman, 2015).

Menurut estimasi WHO (2016) 7,0% penduduk Indonesia mengalami Diabetes Mellitus Tipe 2. Berdasarkan Internasional Diabetes Federation (IDF) Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia merupakan urutan ketiga dari sepuluh negara, dimana urutan pertama China dan kedua Amerika Serikat. Hal ini berarti akan semakin meningkat penduduk yang beresiko tinggi untuk menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 (IDF, 2017).

Prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia berdasarkan yang tertinggi terdapat di Sulawesi Tengah (3,7%), Sulawesi Utara (3,6%), Sulawesi Selatan (3,4%) dan Nusa Tenggara Timur (3,3%), DI Yogyakarta (2,6%), DKI Jakarta (2,5%), sedangkan Kalimantan Timur (2,3%) dan paling rendah pada daerah Lampung (0,9%) (Riskesdas, 2013). Tingginya peningkatan prevalensi penyandang Diabetes Mellitus di Indonesia dari tahun ke tahun disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat, bila makan yang tidak seimbang, dan kurangnya aktivitas fisik atau olahraga (PERKENI, 2011).

Prevalensi DM tipe 2 yang cenderung kian meningkat ini membuat banyak peneliti tertarik untuk mengembangkan obat anti DM. Obat Hipoglikemik Oral (OHO) merupakan pengobatan lini utama untuk DM tipe 2. Obat-obatan hipoglikemik oral ini pun sudah banyak yang efektif menurunkan kadar gula darah yang tinggi namun komplikasi yang ditimbulkan oleh DM itu sendiri masih belum bisa dicegah dengan baik sehingga masih diperlukan upaya untuk mencari obat baru dengan kemampuan anti diabetes fisiologis yang tepat sasaran, aman dan mudah terjangkau atau ekonomis, juga merekomendasikan melakukan analisis tumbuhan dengan efek hipoglikemia, sehingga dapat ditemui bahan yang memiliki mekanisme kerja sebagai antidiabetik yang mendekati proses fisiologis tubuh (Wild, 2014).

Daun salam (*Syzygium Polyanthum*) merupakan daun yang hampir selalu ada di dalam

masakan Indonesia. Daun ini juga banyak digunakan dalam kuliner Asia seperti di Malaysia, Thailand dan Vietnam. Daun salam bisa digunakan dalam keadaan segar atau kering. Selain untuk bumbu masak, daun salam sebenarnya memiliki khasiat bagi kesehatan tubuh yaitu untuk Diabetes Mellitus (Dafriani, 2016). 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. Daun salam memiliki banyak manfaat yaitu mengobati kencing manis, kolesterol tinggi, hipertensi, diare, dan gastritis. Analisis fitokimia menunjukkan kandungan minyak esensial, tanin, flavonoid dan terpenoid dari daun salam. Flavonoid merupakan salah satu golongan senyawa fenol yang diduga dapat menurunkan kadar glukosa darah (Widyawati, dkk, 2014).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 30 maret 2020 di RT 12/04 Kelurahan Warakas, di dapatkan jumlah penduduk usia pertengahan yang tinggal di RT 12/04 Kelurahan Warakas berjumlah 27 jiwa. Dari 27 jiwa di dapatkan 4 usia pertengahan yang mengalami Diabetes Mellitus.

Berdasarkan hasil penelitian M. Fathur Rahman (2018) terkait dengan penelitian "Pengaruh Air Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Samarinda" menunjukkan hasil penelitian bahwa daun salam dapat menurunkan kadar gula darah dengan hasil sebelum pemberian daun salam rata-rata kadar gula 239 mg/dl dan setelah diberikan daun salam kadar gula darah menurun menjadi 209 mg/dl.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan Penelitian dengan judul "Penerapan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di RT 12/04 Kelurahan

Warakas, Jakarta Utara Tahun 2020”.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi kasus dengan melakukan pengelolaan pemberian rebusan daun salam pada 2 partisipan diabetes mellitus tipe 2 dari mulai tahap pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi keperawatan yang selanjutnya di amati dan di pelajari dengan menggunakan landasan teori dan penelitian tersebut dilaporkan secara deskriptif. Penelitian dilakukan di RT 12/04 Kelurahan Warakas Jakarta Utara, dari tanggal 3-5 April 2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap ini penulis ingin membahas tentang “Penerapan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Jl Warakas 3 Gang 7 RT 12/04 Kelurahan Warakas, Jakarta Utara”. Prinsip dari pembahasan ini dengan memfokuskan kebutuhan dasar manusia didalam asuhan keperawatan. Pada pembahasan ini dibuat untuk membandingkan antara tinjauan teori dengan asuhan keperawatan yang terdiri dari: pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi keperawatan.

Pengkajian yang dilakukan pada Tn.S dan Ny.A dilakukan secara menyeluruh mulai dari keluhan utama, riwayat kesehatan sekarang, riwayat kesehatan masa lalu, riwayat kesehatan keluarga, pola nutrisi, pola eliminasi, pola personal hygiene dan pemeriksaan fisik. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Darmawan,2012) bahwa tahap-tahap pengumpulan data dimulai dari pengkajian, mencari informasi yang relevan yang kemudian akan menjadikan langkah selanjutnya yang akan diambil.

Hasil pengkajian data pada Tn.S menunjukkan bahwa partisipan mengalami diabetes mellitus tipe 2 sejak bulan november, partisipan mengatakan sering buang air kecil pada malam hari 4-5 kali, gatal-gatal seluruh

tubuh kemudian mudah haus, mudah lapar, mudah mengantuk dan badannya terasa lelah saat beraktivitas. Hal ini sama seperti teori dari (Saferi, Andra & yessie, 2013) bahwa tanda gejala yang dirasakan pada partisipan diabetes mellitus tipe 2 adalah banyak buang air kecil, banyak minum, banyak makan, kesemutan, gatal seluruh tubuh dan badan rasa lemah. Pada pengkajian riwayat penyakit sekarang partisipan mengatakan sering mengonsumsi nasi putih, teh manis, kopi susu setiap hari dan makanan yang manis-manis. Hal ini sama dengan teori yang disampaikan oleh (Rendy, 2012) yaitu pola hidup yang tidak sehat, bahwa penyebab yang dirasakan pada partisipan diabetes mellitus adalah makanan berzat karbohidrat tinggi yang sering mengonsumsi nasi putih setiap hari.

Sedangkan pada hasil pengkajian data pada Ny.A penulis menemukan adanya kesamaan antara tinjauan teori dengan kasus yang ada, pada pengkajian Ny.A penulis mendapatkan data bahwa partisipan mengatakan mengatakan sering buang air kecil pada malam hari 3-4 kali, kepalanya suka merasa pusing, kaki sering merasa kesemutan pada 2 kaki kemudian mudah lelah, mudah lapar dan mudah mengantuk. Hal ini sama dengan teori yang dikemukakan oleh (Saferi, Andra & yessie, 2013) bahwa tanda gejala yang dirasakan pada partisipan diabetes mellitus tipe 2 adalah banyak buang air kecil, banyak minum, banyak makan, kesemutan, gatal seluruh tubuh dan badan rasa lemah. Pada pengkajian riwayat penyakit sekarang partisipan mengatakan Partisipan juga mengatakan suka mengonsumsi nasi putih setiap hari, sirup dan kue yang manis-manis. Hal ini sama dengan teori yang disampaikan oleh (Rendy, 2012) yaitu pola hidup yang tidak sehat, bahwa penyebab yang dirasakan pada partisipan diabetes mellitus adalah makanan berzat karbohidrat tinggi yang sering mengonsumsi nasi putih setiap hari.

Dari hasil analisa data yang dilakukan kepada Tn. S dan Ny. A, masalah keperawatan utama yang ditemukan adalah resiko

ketidakstabilan kadar glukosa darah b.d konsumsi makanan manis berlebih.

Rencana keperawatan itu sendiri di maksudkan untuk mengatasi masalah resiko ketidakstabilan kadar glukosa darah pada partisipan Tn.S dan Ny.A penulis telah melakukan intervensi yang sama yang bertujuan agar resiko ketidakstabilan kadar glukosa darah b.d konsumsi makanan manis berlebih mengalami penurunan atau normalnya kadar gula dalam darah. Sesuai dengan teori yang penulis dapatkan menurut teori Abraham Maslow, yaitu. Periksa kadar gula dalam darah partisipan sebelum partisipan diberi minum rebusan daun salam, jelaskan hasil pemeriksaan, jelaskan penyebab tingginya kadar gula dalam darah partisipan, jelaskan manfaat dari rebusan daun salam, pemberian minum rebusan daun salam pada partisipan, periksa kadar gula dalam darah partisipan setelah partisipan diberi minum rebusan daun salam 2x sehari (pagi dan sore) selama 3 hari.

Implementasi keperawatan yang dilakukan pada kedua partisipan Tn.S dan Ny.A penulis menyamakan pada kedua implementasi pada partisipan dengan lebih menekan kepada pemberian rebusan daun salam. Hal ini sama seperti penelitian yang dilakukan oleh (M. Fathur Rahman, 2018) bahwa terapi rebusan daun salam dapat diberikan sebagai penurunan kadar gula dalam darah secara sewaktu, terapi rebusan daun dilakukan sebagai terapi non-farmakologi dari partisipan gula darah itu sendiri.

Evaluasi yang sudah penulis lakukan yaitu untuk menilai respons dari kedua partisipan itu sendiri, di hari ketiga penelitian setelah dilakukan minum rebusan daun salam Tn.S mengatakan sudah jarang buang air kecil pada malam hari, gatal-gatal seluruh tubuh sudah berkurang kemudian tidak sering lapar, haus dan mengantuk dan badannya sudah tidak terasa lelah saat beraktivitas, partisipan juga mengatakan sudah mengurangi mengonsumsi nasi putih, teh manis, kopi susu setiap hari dan makanan yang manis-manis, partisipan juga sudah tahu penyebab tingginya kadar gula darah partisipan

dan manfaat dari rebusan daun salam, kadar gula darah Tn.S 179 mg/dl. Sedangkan respons yang di dapatkan dari partisipan Ny.A pada hari ketiga partisipan mengatakan sudah jarang buang air kecil pada malam hari, kepalanya sudah tidak terasa pusing lagi, kaki sering merasa kesemutan pada 2 kaki sudah berkurang kemudian tidak cepat lelah, haus dan mengantuk, partisipan juga mengatakan sudah berhenti mengonsumsi nasi putih setiap hari, sirup dan kue yang manis-manis, partisipan juga sudah tahu penyebab tingginya kadar gula darah partisipan dan manfaat dari rebusan daun salam, kadar gula darah Ny.A 176 mg/dl.

Dari hasil respons kedua partisipan, penulis dapat menyimpulkan bahwa melakukan terapi pemberian minum rebusan daun salam dapat menurunkan kadar gula dalam darah partisipan. Terapi minum rebusan daun salam bermanfaat sebagai peluruh kencing (diuretik). Sebagai diuretik daun salam mampu memperbanyak produksi urin sehingga dapat menurunkan kadar gula darah.

Evaluasi keberhasilan minum rebusan daun salam Ny.A lebih dahulu menunjukkan responnya karena Ny.A sudah tidak mengonsumsi nasi putih setiap hari, sirup dan kue yang manis-manis dan mematuhi jadwal meminum rebusan daun salam dibandingkan Tn.S. Namun Tn.S dan Ny.A juga memberikan respons bahwa kadar gula darah menurun secara sistematis saat diberikan minuman rebusan daun salam.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (M. Fathur Rahman, 2018) bahwa adanya pengaruh pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah.

KESIMPULAN

Hasil tindakan keperawatan yang telah dilakukan oleh penulis selama 3 kali 24 jam diperoleh dari kedua partisipan itu sendiri menunjukkan bahwa adanya penurunan kadar gula darah usai pemberian rebusan daun salam

dan dilihat dari evaluasi pada tanggal 5 April 2020 diperoleh bahwa kedua partisipan menunjukkan adanya penurunan kadar gula darah setelah di berikan rebusan daun salam, kadar gula darah Tn.S sebelum di berikan terapi rebusan daun salam yaitu 260 mg/dL, sedangkan gula darah Ny. A di dapatkan hasil yaitu 248 mg/dL, kemudian setelah di berikan terapi rebusan daun salam, gula darah Tn.S 179 mg/dL, sedangkan gula darah pada Ny.A 176 mg/dL. Kedua partisipan Tn.S dan Ny.A mampu melakukan prosedur rebusan daun salam yang sudah di ajarkan penulis kepada partisipan.

Dari hasil respons kedua partisipan, penulis dapat menyimpulkan bahwa melakukan terapi pemberian minum rebusan daun salam dapat menurunkan kadar gula dalam darah partisipan. Terapi minum rebusan daun salam bermanfaat sebagai peluruh kencing (dieuretik). Sebagai dieuretik daun salam mampu memperbanyak produksi urin sehingga dapat menurunkan kadar gula darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Brunner & Suddarth, (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 volume 2. Jakarta EGC.
- Corwin, Elizabeth J. (2011). Buku Saku Patofisiologi Edisi 3. Jakarta: EGC.
- Dafriani, P. (2016). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum* Wight Walp) terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Sungai Bungkal, Kerinci 2016. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 7(2), 25–34.
- Dafriani, P., Herlina, A., & Yatni, H. (2018). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Alai Padang Tahun 2018. *Kesehatan Sainatika Meditory*, 1(1), 53–63.
- Dolensek, J, Rupnik, MS & Stozer, A. (2015). Structural Similarities and Differences Between The Human and The Mouse Pancreas, Islets, Vol 7, viewed 28 Maret 2016.<<http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/19382014.2015.1024405>>.
- Dalimartha. (2012). *Tanaman Obat Di Lingkungan Sekitar*. Jakarta: Puspa Swara.
- Herliana, Ersi. (2013). *Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal*. FMedia, Jakarta.
- Internasional Diabetes Federation. (2017). *IDF Diabetes Atlas Eight Edition*. Internasional Diabetes Federation.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Situasi dan Analisis Diabetes*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kimberly A. J. Bilotta. (2011). *Kapita Selecta Penyakit dengan Implikasi keperawatan (Nurse's Quick Check: Diseases)*. Edisi 2, Jakarta: ECG.
- Lyndon, Saputra. (2014). *Medikal Bedah Endokrin*, Jakarta: Binarupa Aksara.
- Maryam, R. dkk. (2017). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mubarak, W. I. (2011). *Promosi Kesehatan*. Jogyakarta: Graha ilmu.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurarif, Amin Huda. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan NANDA NIC-NOC*. Jogjakarta: MediAction jogja.
- Pengurus Besar PERKENI (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia). (2011). *Konsensus Pencegahan dan Pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta.
- Putri, N. H., & Isfandiari, M. A. (2013). Hubungan Pilar Pengendalian DM Tipe 2 dengan Rerata Kadar Gula Darah. *Berkala Epidemiologi*, 1(2), 234–243.
- Potter, Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing: Concep, Proses and Practice*. Edisi 7. Vol. 3. Jakarta: EGC.
- Rahman, F. M. (2018). Pengaruh Air Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Samarinda. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- Rendy, M Clevo dan Margareth TH. (2012).

Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Penyakit Dalam. Yogyakarta : Nuha Medika.

21. Riset Kesehatan Dasar. (2013). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Indonesia.
22. Saferi Andra W., Yessie M. (2013). Keperawatan Medikal Bedah (Keperawatan Dewasa). Yogyakarta: Nuha Medika.
23. Taufiqurrohman. (2015). Indonesian Bay Leaves As Antidiabetic for Type 2 Diabetes Mellitus. *J Majority*, 4(3), 104.
24. Widyawati, Tri, dkk. (2015). Anti-diabetic Activity of *Syzygium polyanthum* (Wight.) Leaf Extract, The Most Commonly Use Herb Among Diabetic Patients in Medan, North Sumatera, Indonesia. *International Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*. 6 (4): 2320 - 5148.
25. Wild, S. (2014). Global Prevalence of diabetes—estimates for the year 2000 and projection for 2030. *Diabetes care*, No 5 Vol 27.
26. Winarto. (2010). Tanaman Obat Indonesia untuk Pengobat Herbal Jilid 1. Jakarta: Karyasari Herba Media.p 100–101.
27. WHO (World Health Organisation). (2014). Angka Kejadian Diabetes Mellitus.
28. WHO (World Health Organization). (2016). Global Report On Diabetes. France.
- 29.