

**PENGARUH TERAPI REBUSAN DAUN KERSEN TERHADAP  
PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA  
DIABETES MELITUS PADA MASYARAKAT  
DI PUSKESMAS SA'DAN MALIMBONG  
KABUPATEN TORAJA UTARA**

**Hardi. K<sup>1</sup>, Maryono Dassi<sup>2</sup>, Meri Patabang<sup>3</sup>**

Institut Toraja Raya Indonesia <sup>1, 2, 3</sup>

[hardikalmi@gmail.com](mailto:hardikalmi@gmail.com)

---

**Abstrak (indonesia)**

Remaja yang mengalami nyeri pada saat menstruasi membatasi aktivitas sehari-harinya termasuk aktivitas belajar, sehingga aktivitas belajar bisa terganggu dan konsentrasi menjadi menurun. Hal tersebut menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi penurunan prestasi siswa. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh nyeri haid (*dismenorrhea*) terhadap aktivitas belajar pada remaja putri di SMA Negeri 4 Toraja Utara.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan desain *kohort* retrospektif, populasi penelitian semua siswi kelas X SMA Negeri 4 Toraja Utara dengan jumlah sampel 82 yang diambil dengan *teknik purposive sampling*, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar kuesioner. Analisa data dilakukan dengan bantuan SPSS 25.0 menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil penelitian dari 82 responden, didapat responden dengan aktivitas belajar tidak terganggu dan merasa nyeri haid ringan 57 orang (69,5%), sedangkan responden nyeri haid sedang yang memiliki aktivitas terganggu sebanyak 4 orang (4,9%), dan responden nyeri haid berat yang memiliki aktivitas terganggu sebanyak 3 orang (3,7%). Sehingga diperoleh nilai  $p=0,000$

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh terhadap nyeri haid (*Dismenorrhea*) terhadap aktivitas belajar pada remaja putri di SMA Negeri 4 Toraja Utara 2021. Siswi yang mengalami nyeri haid berat aktivitas belajar terganggu beresiko mengalami penurunan konsentrasi dan penurunan prestasi belajar dikelas.

**Kata Kunci : Nyeri Haid (*Dismenorrhea*), Aktivitas Belajar**

---

**Abstract**

Adolescents who experience pain during menstruation limit their daily activities including learning activities, so that learning activities can be disrupted and concentration decreases. This is one of the factors that influences the decline in student achievement. The purpose of this study was to determine the effect of menstrual pain (dysmenorrhea) on learning activities in female adolescents at SMA Negeri 4 Toraja Utara.

This type of research is descriptive in the form of a case study with a retrospective cohort design, the study population was all female students of class X of SMA Negeri 4 Toraja Utara with a sample size of 82 taken using the purposive sampling technique, data collection was carried out using a questionnaire sheet. Data analysis was carried out with the help of SPSS 2.5.0 using the Chi-Square statistical test.

The results of the study from 82 respondents, obtained respondents with undisturbed learning activities and felt mild menstrual pain 57 people (69.5%), while respondents with moderate menstrual pain who had disturbed activities were 4 people (4.9%), and respondents with severe menstrual pain who had disturbed activities were 3 people (3.7%). So that the p value is obtained = 0.000. The conclusion in this study is that there is an influence of menstrual pain (Dysmenorrhea) on learning activities in female adolescents at SMA Negeri 4 Toraja Utara 2021. Students who experience severe menstrual pain disrupt learning activities are at risk of experiencing decreased concentration and decreased learning achievement in class.

Keywords: Menstrual Pain (Dysmenorrhea), Learning Activities

---

*\*Correspondent Author : Valentina Saalino*  
*Email : [hardikalmi@gmail.com](mailto:hardikalmi@gmail.com)*

## PENDAHULUAN

Seiring dengan berkembangnya zaman, kebutuhan manusia yang tinggi saat ini menyebabkan mereka lupa mengontrol terhadap asupan makanan yang masuk kedalam tubuh untuk di konsumsi sehari-hari. Dengan banyaknya berbagai macam asupan dan makanan menjadikan gaya hidup yang tidak sehat. Makanan yang tidak terkontrol dan tidak di batasi untuk memenuhi kebutuhan tubuh menjadikan banyak penyakit yang beredar di masyarakat. Salah satu penyakit yang beredar dan berkembang sangat luas dan cepat yaitu penyakit diabetes melitus (Stevani, 2020).

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis dimana terjadi kenaikan kadar glukosa darah (*hiperglikemia*) yang disebabkan karena pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang di hasilkan. Pemicu terjadinya peningkatan glukosa darah adalah metabolisme karbohidrat, lemak, protein, serta ketidakcukupan insulin yang dibutuhkan oleh tubuh (Rianti 2020).

Diabetes melitus atau kencing manis telah menjadi masalah kesehatan yang besar. Dari studi prevalensi global diabetes pada populasi orang dewasa berusia 20-79 tahun di tahun 2019 mencapai 382 juta orang di dunia (Stevani, 2020). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 diabetes melitus di derita oleh 415 juta orang dewasa di Asia Tenggara dan di prediksi dapat mengalami kenaikan sebesar empat kali menjadi 629 juta penderita pada tahun 2045. Penyakit ini merupakan salah satu penyebab kematian nomor enam.

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2019, prevalensi diabetes melitus di Indonesia sendiri sekitar 5 juta penduduk dari total keseluruhan jumlah penduduk di Indonesia yang diperkirakan akan terus mengalami kenaikan. Dan pada tahun 2021 sebanyak 415 juta orang dewasa dengan diabetes melitus, kenaikan 4 kali lipat dari 108 juta jiwa pada tahun 2020. Indonesia merupakan negara dengan penderita diabetes melitus terbanyak ke enam di dunia dan di perkirakan akan terus mengalami kenaikan hingga mencapai 16,7 juta jiwa pada tahun 2045 (Depkes, 2021).

Berdasarkan diagnosis dokter di Provinsi Sulawesi Selatan mengalami peningkatan sebanyak 0,5% prevalensi tahun 2018 sebesar 0,9% tahun 2019, prevalensi 2020 sebesar 1,4% dan tahun 2021 sebanyak 91,823 juta jiwa. (Kemkenkes, 2021).

Berdasarkan data dari Dines Kesehatan Kabupaten Toraja Utara Tahun 2021 jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 2.346 orang berdasarkan data dari Puskesmas Sa'dan Malimbong pada angka penderita diabetes melitus masih tinggi yaitu tahun 2020 penderita diabetes melitus sebanyak 100 orang, tahun 2021 sebanyak 59 orang (Data Primer PKM Sa'dan Malimbong, 2022).

Menurut Rianti (2020), banyak faktor yang menyebabkan penyakit ini diantaranya berupa pola makan, kegemukan (*obesitas*), faktor genetik, bahan-bahan kimia dan obat-obatan, penyakit dan infeksi pada pankreas, dan kehamilan. Sedangkan menurut Fitriana dan Rachmawati (2016), ada beberapa faktor yang di yakini dapat menimbulkan diabetes melitus yaitu

faktor genetik, obesitas/kegemukan, usia lanjut, kurangnya aktivitas fisik, merokok dan mengonsumsi makanan berkolesterol tinggi.

Meningkatnya prevalensi diabetes melitus di beberapa negara berkembang harus diantisipasi upaya menentukan rencana jangka panjang kebijakan pelayanan kesehatan. Dalam hal ini sangat diperlukan tindakan preventif dan promotif yang dapat membantu masyarakat salah satunya dengan mengonsumsi obat herbal. Pengobatan diabetes melitus menggunakan terapi farmakologis dan non farmakologis, dimana penanganan farmakologis menggunakan obat-obatan sedangkan non farmakologis seperti daun srikaya, daun sirsak, daun mahkota dewa dan daun ceri/daun kersen yang merupakan salah satu alternatif terapi non farmakologi secara ilmiah untuk mengontrol kadar gula darah penderita diabetes melitus (Surya, 2020).

Menurut penelitian Utami dan Sari (2015), di dalam daun ceri/daun kersen terkandung *flavonoid*, *tannin*, *glikosida*, *saponin*, *steroid*, minyak esensial. Kandungan daun kersen tersebut membuat potensi antioksidan dan aktivitas bakteri. Kersen merupakan salah satu tanaman digunakan untuk mengobati diabetes melitus yang memiliki substansi aktif sebagai anti diabetes yaitu asam askorbat, serat, niasin dan betakaroten (Rahman, 2020).

*World Health Organization* (WHO) merekomendasikan pengobatan tradisional (herbal) untuk mencegah dan mengobati penyakit, terutama penyakit kronis. Kersen merupakan salah satu tumbuhan yang berpotensi sebagai antioksidan (Surya, 2020). Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Ninin Herlina (2020) dengan judul pengaruh pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pasien diabetes melitus. Hasil penelitian menyatakan bahwa rata-rata kadar gula darah sesudah dilakukan intervensi menurun sebesar 305.58 menjadi 178.33. Hasil uji independent *T test* menunjukkan adanya pengaruh pemberian rebusan daun kersen terhadap kadar kolesterol dengan *p value* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Penelitian Nur Hadranti (2018) dengan judul pengaruh rebusan daun kersen terhadap penurunan gula darah sewaktu pada klien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Klasaman Kota Sorong. Hasil Uji *T* berpasangan menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000 < 0,05$

Berdasarkan studi awal terhadap masyarakat di Puskesmas Sa'dan Malimbong jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 59 orang dan 20 orang yang aktif memeriksakan diri kepuskesmas. Berdasarkan hasil wawancara singkat dengan penderita diabetes melitus diperoleh data bahwa pada umumnya belum mengetahui manfaat daun kersen. Sehingga dengan melihat fenomena yang ada penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “pengaruh terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus masyarakat di puskesmas Sa'dan Malimbong kecamatan Sa'dan Kabupaten Toraja Utara tahun 2022”.

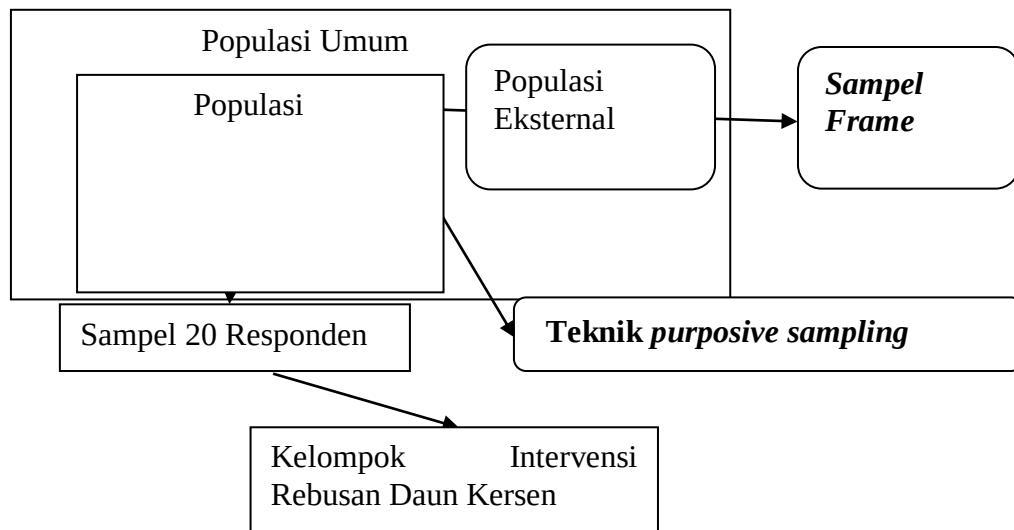
## METODE PENELITIAN

*Sampling* adalah proses menyeleksi porsi dari populasi agar dapat mewakili populasi. Penelitian ini mengambil *sampling* dengan menggunakan *purposive sampling* yaitu sampel diambil berdasarkan suatu pertimbangan tertentu. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah yang memenuhi kriteria inklusi dan

eksklusi dari populasi (Susilo W. , 2014). Pemilihan sampel berdasarkan *purposive sampling* mengacu kepada kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

1. Kriteria Inklusi
  - a. Yang bersedia menjadi responden
  - b. Diabetes mellitus tipe 2.
  - c. Tidak ada komplikasi
  - d. Kooperatif selama penelitian berlangsung
2. Kriteria Eksklusi
  - a. Memiliki gangguan pendengaran .
  - b. Tidak mengikuti aturan penelitian yang sudah disepakati bersama.
  - c. Sedang mengonsumsi obat penurun gula darah
  - d. Diabetes gestasional

Populasi dan sampel dalam penelitian ini dapat dilihat dalam skema:



## HASIL

### a. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 5.1**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas**  
**Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara**  
**tahun 2022**

| Jenis Kelamin | Frekuensi (n) | Persentase % |
|---------------|---------------|--------------|
| Perempuan     | 7             | 70,0         |
| Laki-laki     | 3             | 30,0         |
| <b>Total</b>  | <b>10</b>     | <b>100,0</b> |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Berdasarkan tabel 5.1 di atas menunjukkan bahwa dari 10 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 7 orang (70,0%) sedangkan responden yang berjenis laki-laki sebanyak 3 orang (30,0%).

### b. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

**Tabel 5.2**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur di Puskesmas**  
**Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara**  
**tahun 2022**

| Umur         | Frekuensi (n) | Persentase % |
|--------------|---------------|--------------|
| 30-45        | 2             | 20,0         |
| 46-65        | 6             | 60,0         |
| 66-75        | 2             | 20,0         |
| <b>Total</b> | <b>10</b>     | <b>100,0</b> |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Berdasarkan tabel 5.2 di atas menunjukkan bahwa dari 10 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden pada umur 46-65 tahun sebanyak 6 orang (60,0%) sedangkan responden yang berada pada umur 30-45 tahun dan 66-75 tahun sebanyak masing-masing 2 orang (20,0%).

### c. Karakteristik Responden Berdasarkan GDS Pre Test

**Tabel 5.3**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan GDS Pre Test di Puskesmas**  
**Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara**  
**tahun 2022**

| GDS          | Frekuensi (n) | Persentase % |
|--------------|---------------|--------------|
| Normal       | 0             | 0,0          |
| Tinggi       | 10            | 100,0        |
| <b>Total</b> | <b>10</b>     | <b>100,0</b> |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Berdasarkan tabel 5.3 di atas menunjukkan bahwa dari 10 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden sebelum diberikan terapi rebusan daun kersen memiliki nilai GDS tinggi sebanyak 10 orang (100,0%) sedangkan responden dengan nilai GDS normal sebanyak 0 orang (0,0%).

## d. Karakteristik Responden Berdasarkan GDS Post Test

**Tabel 5.4**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Post Test di Puskesmas**  
**Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara**  
**tahun 2022**

| GDS          | frekuensi (n) | %            |
|--------------|---------------|--------------|
| Normal       | 7             | 70,0         |
| Tinggi       | 3             | 30,0         |
| <b>Total</b> | <b>10</b>     | <b>100,0</b> |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Berdasarkan tabel 5.4 di atas menunjukkan bahwa dari 10 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden setelah diberikan terapi rebusan daun kersen memiliki nilai GDS normal sebanyak 7 orang (70,0%) sedangkan responden dengan nilai GDS tinggi sebanyak 3 orang (30,0%).

### 1. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus dengan uji statistik *Wilcoxon*, sebagai berikut:

**Tabel 5.5**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan GDS Pre dengan GDS Post**  
**diPuskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara**  
**tahun 2022**

| GDS          | Pre       |              | Post      |              |         |
|--------------|-----------|--------------|-----------|--------------|---------|
|              | N         | %            | N         | %            |         |
| Normal       | 0         | 0,0          | 7         | 70,0         | p=0,008 |
| Tinggi       | 10        | 100,0        | 3         | 30,0         |         |
| <b>Total</b> | <b>10</b> | <b>100,0</b> | <b>10</b> | <b>100,0</b> |         |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Berdasarkan tabel 5.5 di atas menunjukkan bahwa dari 10 responden sebelum diberikan terapi rebusan daun kersen tidak ada responden (0,0%) yang memiliki nilai GDS normal dan yang memiliki nilai GDS tinggi sebanyak 10 responden (100,0%). Namun setelah diberikan terapi rebusan daun kersen, terdapat 7 responden (70,0%) responden yang memiliki nilai GDS normal dan 3 responden (30,0%) yang memiliki nilai GDS tinggi. Berdasarkan hasil analisa data dengan uji statistik *wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan 0,05 diperoleh nilai  $p = 0,008$  ( $< 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima dan memiliki makna ada pengaruh yang signifikan dari terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara tahun 2022

## PEMBAHASAN

Dalam pembahasan ini memaparkan pembahasan penelitian tentang pengaruh terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara tahun 2022. Pembahasan meliputi: distribusi responden berdasarkan jenis kelamin, distribusi responden berdasarkan umur, distribusi responden berdasarkan penderita diabetes melitus pada kelompok intervensi, perbedaan penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus sebelum dan sesudah intervensi, adapun pembahasan dalam penelitian ini akan di jabarkan sebagai berikut.

### 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian responden berdasarkan jenis kelamin maka didapatkan distribusi jenis kelamin responden yang menunjukkan bahwa kelompok intervensi mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 7 orang (70,0%) sedangkan laki-laki sebanyak 3 (30,0%) orang. Berdasarkan analisa peneliti responden dalam penelitian ini sebagian besar perempuan dikarenakan hal demikian disadari bahwa pada saat melakukan penelitian yang menjadi responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan.

Salah satu faktor risiko diabetes melitus adalah jenis kelamin. Pada penelitian Nezhad et, al (2008) terdapat perbedaan persentase penderita diabetes melitus antara laki-laki dan perempuan. Persentase penderita laki-laki sebanyak 5,1% dan perempuan 5,8%. Berbagai penelitian menemukan bahwa perempuan lebih banyak menderita diabetes melitus dibandingkan laki-laki. Hal ini dikaitkan dengan aktifitas fisik, dimana perempuan lebih sedikit aktifitas fisiknya dibandingkan dengan laki-laki terlebih ibu rumah tangga

### 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil penelitian responden berdasarkan umur maka didapatkan distribusi usia responden yang menunjukkan bahwa kelompok intervensi mayoritas responden berumur 46-65 tahun sebanyak 6 responden (60,0%) sedangkan responden yang berumur 30-45 tahun dan 66-75 tahun masing-masing sebanyak 2 orang (20,0%).

Berdasarkan analisa peneliti diketahui bahwa saat usia 45 tahun dinding arteri akan mengalami penebalan karena adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku. Dan diketahui bahwa semakin bertambahnya usia kepekaan terhadap penyakit akan meningkat hal ini disebabkan oleh pengaruh penuaan disebabkan penyakit pada orang yang bertambah usia. Semakin bertambahnya usia seseorang maka fungsi-fungsi organ tubuhnya juga akan berubah dan menurun seperti menurunnya fungsi jantung dan organ tubuh lainnya. Hal ini sejalan dengan hasil Risetdas Kemenkes RI (2020) bahwa umur merupakan faktor risiko diabetes melitus dimana prevalensi diabetes melitus menunjukkan peningkatan seiring dengan bertambahnya umur penderita yang mencapai puncaknya pada umur 55-74 tahun dan menurun setelah melewati rentang umur tersebut.

### 3. Pengaruh Rebusan Daun Kersen Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 10 responden sebelum diberikan terapi rebusan daun kersen tidak ada responden (0,0%) yang memiliki nilai GDS normal, semua responden (100,0%) memiliki nilai GDS tinggi. Namun setelah diberikan terapi rebusan daun kersen, terdapat 7 responden (70,0%) yang memiliki nilai GDS normal, Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ninin Herlina (2020) dengan judul pengaruh pemberian rebusan daun kersen

terhadap penurunan kadar gula darah pasien diabetes melitus. Hasil penelitian menyatakan bahwa rata-rata kadar gula darah sesudah dilakukan intervensi menurun sebesar 305.58 menjadi 178.33. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan adanya pengaruh pemberian rebusan daun kersen terhadap kadar gula darah dengan *p value* sebesar 0,008 ( $<0,05$ ) dan 3 responden (30,0%) yang memiliki nilai GDS tinggi. Menurut Rianti (2020), banyak faktor yang menyebabkan penyakit ini diantaranya berupa pola makan, kegemukan (obesitas), faktor genetik, bahan-bahan kimia dan obat-obatan, penyakit dan infeksi pada pankreas, dan kehamilan. Sedangkan menurut Fitriana dan Rachmawati (2016), ada beberapa faktor yang di yakini dapat menimbulkan diabetes melitus yaitu faktor genetik, obesitas/kegemukan, usia lanjut, kurangnya aktivitas fisik, merokok dan mengomsumsi makanan berkolesterol tinggi. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terapi rebusan daun kersen dapat memberikan pengaruh pada penurunan nilai GDS penderita diabetes. Di dalam daun ceri/daun kersen terkandung *flavonoid*, *tannin*, *glikosida*, *saponin*, *steroid*, *minyak esensial*. kandungan daun kersen tersebut membuat potensi antioksidan dan aktivitas bakteri. Namun masih terdapat responden yang memiliki GDS yang tinggi meskipun telah mengkonsumsi rebusan daun kersen, hal ini dapat disebabkan oleh karena terdapat faktor lain yang mempengaruhi seperti pola diet responden yang pada saat melakukan pengukuran GDS post test responden tersebut telah mengkonsumsi makanan yang mengandung glukosa seperti minum teh manis.

Berdasarkan hasil analisa data dengan uji statistik *Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan 0,05 diperoleh nilai  $p=0,008$  ( $<0,05$ ) yang menunjukkan bahwa Ha diterima dan memiliki makna ada pengaruh yang signifikan dari terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara tahun 2022.

Diabetes melitus atau kencing manis adalah suatu gangguan kesehatan berupa kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh peningkatan kadar gula dalam darah akibat kekurangan insulin ataupun resistensi insulin dan gangguan metabolik pada umumnya. Pada perjalanannya, penyakit diabetes akan menimbulkan berbagai komplikasi baik yang akut maupun yang kronis atau menahun apabila tidak dikendalikan dengan baik. Diabetes merupakan salah satu penyakit degeneratif yang tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikendalikan atau dikelola, artinya apabila seseorang sudah didiagnosis diabetes melitus, maka seumur hidupnya akan bergaul dengannya (Isnati, 2020).

Meningkatnya prevalensi diabetes melitus di beberapa negara berkembang harus di antisipasi upaya menentukan rencana jangka panjang kebijakan pelayanan kesehatan. Dalam hal ini sangat diperlukan tindakan preventif dan promotif yang dapat membantu masyarakat salah satunya dengan mengkonsumsi obat herbal. Pengobatan diabetes melitus menggunakan terapi farmakologis dan non farmakologis, dimana penanganan farmakologis menggunakan obat-obatan sedangkan non farmakologis seperti daun srikaya, daun sirsak, daun mahkota dewa dan daun ceri/daun kersen yang merupakan salah satu alternatif terapi nonfarmakologi secara ilmiah untuk mengontrol kadar gula darah penderita diabetes melitus (Surya, 2020).

Kersen atau talok (*Muntingia calabura L*) adalah sejenis pohon sekaligus buahnya yang kecil dan manis berwarna merah cerah. Di beberapa daerah seperti di Jakarta, buah ini juga dinamai ceri. Di Lumajang, anak-anak menyebutnya *baleci*. Nama-nama lainnya di beberapa negara adalah *datiles*, *aratiles*, *manzanitas* (Filipina); *matsam* (Vietnam); *khoom sômz*, *takhôb* (Laos); *takhop farang* (Thailand); *krâkhôb barang* (Kamboja); dan *kerukup siam* (Malaysia). Juga dikenal sebagaicapulin blanco, cacaniqua, nigua, niquito (bahasa Spanyol); *Jamaican cherry*, *Panama berry*, dan *Singapore cherry* (Inggris). Orang Belanda dulu

menyebutnya *Japanese kers* ("ceri jepang"), yang lalu dari sini diambil menjadi kersen dalam bahasa Indonesia atau ada yang menyebutnya ceri (Kosasih,2020).

Daun Kersen merupakan daun majemuk genap, berbentuk bulat telur sampai berbentuk lanset, helaian daun tidak simetris, tepi daun bergerigi dan ujungnya runcing, sisi bawah berambut kelabu, dan bertangkai pendek Daun kersen merupakan bagian dari tumbuhan kersen yang berwarna hijau muda dengan bulu rapat di permukaan bawah daun (Zahara dan Suryady, 2018).

*World Health Organisation* (WHO) merekomendasikan pengobatan tradisional (herbal) untuk mencegah dan mengobati penyakit, terutama penyakit kronis. Kersen merupakan salah satu tumbuhan yang berpotensi sebagai antioksidan (Surya, 2020). Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Ninin Herlina (2020) dengan judul pengaruh pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pasien diabetes melitus. Hasil penelitian menyatakan bahwa rata-rata kadar gula darah sesudah dilakukan intervensi menurun sebesar 305.58 menjadi 178.33. Hasil uji independent *T test* menunjukkan adanya pengaruh pemberian rebusan daun kersen terhadap kadar gula darah dengan *p value* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Menurut penelitian Utami dan Sari (2015), di dalam daun ceri/daun kersen terkandung *flavonoid*, *tannin*, *glikosida*, *saponin*, *steroid*, minyak esensial. Kandungan daun kersen tersebut membuat potensi antioksidan dan aktivitas bakteri. Kersen merupakan salah satu tanaman digunakan untuk mengobati diabetes melitus yang memiliki substansi aktif sebagai anti diabetes yaitu asam askorbat, serat, niasin dan betakaroten.

Penelitian Nur Hadranti (2018) dengan judul pengaruh rebusan daun kersen terhadap penurunan gula darah sewaktu pada klien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Klasaman Kota Sorong. Hasil *Uji T* berpasangan menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000 < 0,05$ .

Penelitian Bayu Purnama (2021), dengan judul efektivitas pemberian air rebusan daun kersen (*muntigia carabula lam*) dan air rebusan daun kelor (*moringa oleifera*) terhadap penurunan kadar gula darah. Hasil penelitian adalah *Repaired T-Test* diperoleh rata-rata penurunan air rebusan daun kersen mencapai 105 mg/dl dengan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ . Sedangkan hasil rata-rata penurunan air rebusan daun kersen mencapai 110 mg/dl dengan *p Value*  $0,001 < 0,05$ .

Penelitian Zahroh (2016), dengan judul pemberian rebusan daun kersen menurunkan kadar glukosa darah pasien diabetes melitus yang menyimpulkan dari hasil penelitiannya bahwa rata-rata kadar gula darah sesudah dilakukan intervensi menurun sebesar 305,58 menjadi 178,33, dimana terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar glukosa darah.

Daun kersen mengandung saponin dan *flavonoid* yang dapat menghambat penyerapan gula darah dari usus, sehingga karbohidrat tidak banyak diserap oleh usus. Rebusan daun kersen terbukti dapat menurunkan kadar gula darah untuk penderita diabetes melitus. Penurunan ini dapat disebabkan oleh kandungan dari daun kersen yaitu *flavonoid*. *Flavonoid* digolongkan dalam beberapa golongan yaitu *flavones*, *flavonols*, *flavonones*, *katekin*, dan *isoflason*. Contoh senyawa *flavonols* yaitu *kamferol*, *kuersetin* dan *myricetin*. Senyawa dari *flavonols* yang diduga memiliki aktifitas dalam menurunkan kadar glukosa dalam darah adalah *kuersetin*. Dimana mekanisme kerja *kuersetin* dalam menurunkan kadar glukosa darah yakni menjaga *sel  $\beta$*  pankreas tetap bekerja secara normal. Selain itu *flavonoid* dapat merangsang penyerapan glukosa pada jaringan perifer dan mengatur kerja enzim yang terlibat dalam jalur metabolisme karbohidrat (Hendra, 2018).

## A. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari masih terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini antara lain :

1. Terbatasnya waktu penelitian maka peneliti hanya melakukan penelitian dalam skala kecil dengan sampel terbatas.
2. Jarak antara tempat tinggal dengan lokasi penelitian yang cukup jauh sehingga menghambat proses penelitian yang dilakukan.
3. Terbatasnya tenaga dan biaya sehingga penelitian yang dilakukan peneliti belum bisa maksimal.

## KESIMPULAN

1. Karakteristik responden di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara tahun 2022 adalah mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 7 orang (70,0%) sedangkan karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas responden berada pada umur 46-65 tahun sebanyak 6 orang (60,0%)
2. GDS penderita diabetes melitus di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara tahun 2022 sebelum diberikan terapi rebusan daun kersen yaitu semua responden memiliki nilai GDS tinggi sebanyak 10 orang (100,0%) dan GDS penderita diabetes mellitus di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara tahun 2022 setelah diberikan terapi rebusan daun kersen yaitu responden memiliki nilai GDS normal sebanyak 7 orang (70,0%).
3. GDS penderita diabetes melitus di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara tahun 2022 pada umumnya sebelum diberikan terapi rebusan daun kersen lebih tinggi dibandingkan setelah diberikan terapi daun kersen.
4. Ada pengaruh terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kabupaten Toraja Utara tahun 2022 dengan nilai  $p = 0,008$  ( $<0,05$ )

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta
- A, Aziz, Hidayat. (2017). *Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Arif Sumantri (2019) *Metode Penelitian Kesehatan*. Edisi pertama. Jakarta: Kencana
- Almatsier, Novitasari, Retno. (2018). *Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Bayu Purnama (2021), *Efektivitas Pemberian Air Rebusan Daun Kersen (Muntigia Carabula Lam) dan Air Rebusan Daun Kelor (Moringa Oleifera) terhadap Penurunan Kadar Gula Darah*
- Depkes RI. (2021). *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*. May 24, 2022. <http://www.depkes.go.id/resource/download/general/Hasil%20Risikesdas%202213.pdf>.
- Guyton AC, Hall JE. (2019). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 11. Penerjemah: Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Hasdianah, dkk, 2015. *Pemanfaatan Giz, Diet dan Obesitas*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Isnati, Rakhmadany,dkk (2020). *Makalah Diabetes Melitus*. Jakarta : Universitas Islam Negeri

- Kosasih, E., Supriatna, N., Ana, E., (2020), *Informasi Singkat Benih Kersen/Talok (Muntingia calabura L.)*, Balai Perbenihan Tanaman Hutan Jawa dan Madura.
- Kementrian Kesehatan RI. (2020).Petunjuk Teknis Surveilans Faktor Risiko PTM Berbasis Posbindu.Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia;
- Ninin Herlina. (2020), *Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kersen Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus*.
- Nur Hadrayanti. (2018). *Pengaruh Rebusan Daun Kersen Terhadap Penurunan Gula Darah Sewaktu Pada Klien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Klasaman Kota Sorong*
- Norma dan Nur, (2019).*Pengaruh Rebusan Daun Kersen Terhadap Penurunan Gula Darah Sewaktu Pada Klien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Klasaman Kota Sorong*
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2017). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta