

# **SOLUSI TEPAT BAGI PENDERITA DIABETES MELLITUS DENGAN PENANAMAN TOGA (TANAMAN OBAT KELUARGA) DAN SEDUHAN SAMBILOTO DI DESA GAMBIRAN**

*Mumpuni Dwiningtyas*

Pengajar STIKES PEMKAB JOMBANG

## **ABSTRAK**

Pemeriksaan gula darah sangat penting dalam kehidupan sekarang seperti penyakit diabetes mellitus yang banyak terjadi di masyarakat. Penyakit itu tidak hanya disebabkan oleh keturunan tetapi sudah banyak disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat.

Tujuan dari kegiatan ini adalah bagi penderita Diabetes Mellitus dapat mengetahui tentang penyakit yang di derita, sedangkan bagi petugas kesehatan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang cara menurunkan gula darah dengan meminum seduhan Sambiloto.

Hasil dari kegiatan ini adalah seduhan sambiloto sangat baik diminum secara rutin, karena sangat efektif yang berfungsi sama dengan obat dokter dalam menurunkan kadar gula darah. Banyak penyakit yang bisa timbul akibat dari tidak stabilnya kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.

## **PENDAHULUAN**

Upaya yang dilakukan STIKES PEMKAB Jombang untuk membantu masyarakat dalam mengantisipasi atau mengenali penyakit yang ada dalam diri masyarakat dengan kegiatan penanaman TOGA (Tanaman Obat Keluarga) dan seduhan sambiloto yang digunakan untuk menurunkan kadar gula darah penderita Diabetes Mellitus.

Seduhan sambiloto sangat baik diminum secara rutin, karena sangat efektif yang berfungsi sama dengan obat dokter dalam menurunkan kadar gula darah. Banyak penyakit yang bisa timbul akibat dari tidak stabilnya kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.

Pemeriksaan gula darah sangat penting dalam kehidupan sekarang seperti penyakit diabetes mellitus yang banyak terjadi di masyarakat. Penyakit itu tidak hanya disebabkan oleh keturunan tetapi sudah banyak disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat.

## **MANFAAT KEGIATAN**

- 1) Bagi penderita Diabetes Mellitus dapat mengetahui tentang penyakit yang di derita
- 2) Bagi petugas kesehatan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang cara menurunkan gula darah dengan meminum seduhan Sambiloto.

## **SASARAN KEGIATAN**

Penderita Diabetes Mellitus di Desa  
Gambiran Kecamatan Mojoagung  
Kabupaten Jombang sejumlah 50 orang

### **BENTUK KEGIATAN**

1. Pemeriksaan gula darah acak
2. Mengajarkan menanam Sambiloto
3. Mendemonstrasikan pembuatan seduhan sambiloto.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Winarto, W.P. 2003. *Sambiloto : Budidaya dan pemanfaatan untuk obat*. Jakarta; Penebar Swadaya.

Naiola B.P., T. Murningsih dan Chairul. 1996. *Pengaruh stres air terhadap kualitas dan kuantitas komponen aktif pada sambiloto*. Warta Tumb. Obat Indo.

Anonim, 1979, *Simposium Penelitian Tanaman Obat*, IPB, Bogor.

Assajad. 2008. *Manfaat Daun Sambiloto*. Diakses dari <http://assajjad.wordpress.com/2008/02/02/manfaat-daun-sambiloto/>.

