

**PENGOLAHAN BIJI JAMBLANG KELOMPOK PEMBERDAYAAN TANAMAN HERBAL
WILAYAH PUSKESMAS CENDRAWASIH KOTA MAKASSAR**

*Processing Jamblang Seeds Herbal Plant Empowerment Group Area of Cendrawasih Health Center,
Makassar City*

Ida Adhayanti, Muli Sukmawaty, Azmila Amier
Poltekkes Kemenkes Makassar

** Email Koresponden: ida.adhayanti@poltekkes-mks.ac.id*

DOI: <https://doi.org/10.32382/jpk.v3i2.3106>

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a health problem in the world with an increasing prevalence and has important medical implications. Diabetes mellitus is known as a chronic metabolic disease characterized by increased blood sugar levels (hyperglycemia) which is accompanied by metabolic abnormalities if not treated properly. Several assessments show that diabetes can be prevented by utilizing local medicinal plants, one of which is the Jamblang plant, especially the seeds. Medicinal plants are believed to have therapeutic effects, especially for anti-diabetics because of their compounds such as phenolic compounds, flavonoids, terpenoids, coumarins, and other ingredients that have been shown to lower blood sugar. This training was carried out to increase public knowledge about the benefits of the Jamblang plant as an antidiabetic, especially in the seeds, and to train the community in utilizing the Jamblang plant and processing it into a more practical and economical Jamblang coffee drink. Based on the results of the pre and post-test, the knowledge of the training participants increased from 57% to 94.66%. This training is expected to be able to improve the quality of life of the community and initiate the emergence of economical healthy drink product ideas.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Jamblang Plant, Jamblang Coffee*

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia dengan prevalensi yang semakin meningkat dan memiliki dampak medis yang penting. Diabetes melitus dikenal sebagai penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula dalam darah (hiperglikemia) yang disertai adanya kelainan metabolik jika tidak ditangani dengan baik. Beberapa penilaian menunjukkan bahwa penyakit diabetes dapat dicegah dengan memanfaatkan tanaman obat sekitar, salah satunya adalah tanaman jamblang khususnya pada bagian biji. Tanaman obat diyakini memiliki efek terapeutik khususnya antidiabetik karena kandungan yang dimilikinya seperti senyawa fenolik flavonoid, terpenoid, kumarin dan kandungan lainnya yang telah terbukti dapat menurunkan gula darah. Pelatihan ini dilaksanakan dalam rangka meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat tanaman jamblang sebagai antidiabetik khususnya pada bagian biji serta melatih masyarakat dalam memanfaatkan tanaman jamblang dan mengolahnya menjadi minuman kopi jamblang yang lebih praktis dan ekonomis. Berdasarkan hasil pre dan post test pengetahuan masyarakat peserta pelatihan meningkat dari 57% menjadi 94,66 %. Pelatihan ini sangat diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat dan menginisiasi hadirnya ide produk minuman sehat yang ekonomis.

Katakunci : *Diabetes Melitus, Tanaman Jamblang, Kopi Jamblang*

PENDAHULUAN

Diabetes merupakan salah satu penyakit gangguan metabolik dengan indikator terjadinya peningkatan kadar gula darah. Penderita penyakit ini akan menghadapi risiko terjadinya kerusakan serius pada pembuluh darah baik makro seperti pada organ jantung maupun pada pembuluh darah mikro seperti pada mata dan ginjal. Diabetes Tipe 2 adalah diabetes yang umumnya terjadi pada orang dewasa dimana tubuhnya menjadi resistan terhadap insulin atau

insulin yang dihasilkan sudah tidak adekuat lagi. Selama tiga dekade terakhir telah terjadi peningkatan kejadian diabetes tipe 2 di semua negara. Diabetes tipe 1 atau yang biasanya dikenal sebagai diabetes remaja atau diabetes yang bergantung pada insulin merupakan kondisi kronis dimana tubuh penderita menghasilkan sangat sedikit atau tidak ada insulin. Bagi penderita diabetes, akses ke pengobatan terjangkau termasuk insulin sangat penting untuk kelangsungan hidup penderita. Ada target yang

disepakati secara global untuk menghentikan peningkatan diabetes dan obesitas pada tahun 2025 (WHO, 2021)

Sekitar lebih dari 400 juta jiwa di seluruh dunia mengidap diabetes, dan hampir 2 juta angka kematian setiap tahunnya dikaitkan langsung dengan penyakit ini dan dalam kurun waktu kurang lebih 1 dekade angka tersebut terus meningkat. Berdasarkan data dari riset Kesehatan dasar pada tahun 2018 prevalensi Diabetes melitus (DM) adalah sebesar 2%, dimana prevalensi DM ini lebih tinggi pada perempuan (1,8%) dibandingkan pada laki-laki (1,2%). Selain itu di kota prevalensi DM lebih tinggi (1,9%) dibandingkan di desa (1%).

Pengobatan DM tipe 2 umumnya dengan penggunaan obat hipoglikemik oral seperti obat-obat golongan sulfonilurea dan biguanida. Meski demikian saat ini banyak berkembang minat pengobatan herbal di kalangan masyarakat guna menghindari adanya efek samping yang biasanya disebabkan oleh penggunaan obat oral. Obat-obat herbal telah menjadi sumber pengobatan yang sangat dihargai sepanjang pengobatan manusia. Tanaman obat diyakini memiliki efek terapeutik khususnya antidiabetik karena kandungan yang dimilikinya seperti senyawa fenolik flavonoid, terpenoid, kumarin dan kandungan lainnya yang telah terbukti dapat menurunkan gula darah.

Salah satu tanaman obat yang telah diteliti memiliki efek menurunkan gula darah adalah Jamblang (*Syzigium cumini*). Bagian tanaman dari daun, buah dan biji telah diuji secara farmakologis. Efek antidiabetik dari tanaman Jamblang diduga berasal dari kandungan antioksidan yang dimilikinya.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran, Tempat dan Waktu PKM

Khalayak sasaran dari kegiatan PKM ini adalah kelompok pemberdayaan tanaman herbal wilayah Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar.

Kegiatan pelatihan dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2022 yang bertempat di Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Makassar dengan alamat di Jalan Baji Gau No, 10, Makassar.

Metode PKM yang digunakan

Metode yang digunakan dalam kegiatan PKM ini adalah berupa penyuluhan mengenai gaya hidup sehat, edukasi pemanfaatan tanaman jamblang sebagai antiabetes dan pengolahan tanaman jamblang menjadi minuman kopi jamblang.

Tahapan Kegiatan

Kegiatan dimulai dengan registrasi peserta, saat melakukan registrasi peserta akan mendapatkan lembar kuesioner pre-test yang diisi di dalam ruangan (**Kesalahan! Sumber referensi tidak ditemukan.**).



Gambar 1 Pengisian Kuisisioner (Pre-Test)

Setelah semua peserta hadir dan mengisi kuesioner pre-test maka setiap peserta akan mendapatkan 1 buah modul dan 1 buah contoh produk serbuk kopi jamblang (**Kesalahan! Sumber referensi tidak ditemukan.**).



Gambar 2 Setiap peserta mendapatkan 1 modul dan 1 contoh serbuk kopi jamblang

Selanjutnya masuk ke sesi penyuluhan dan pelatihan, dimana pada tahap ini dimulai dengan materi penyuluhan mengenai bagaimana menerapkan pola hidup sehat agar dapat terhindar dari penyakit-penyakit degeneratif seperti penyakit diabetes dan dilanjutkan dengan manfaat kesehatan dari tanaman jamblang (**Kesalahan! Sumber referensi tidak ditemukan.**).



Gambar 3 Kegiatan Penyuluhan

Dalam sesi ini juga dilakukan pemutaran dokumentasi pengolahan tanaman jambang menjadi serbuk kopi jambang, lalu dilanjutkan dengan diskusi. Setelah kegiatan diskusi peserta kembali mengisi kuesioner post-test (**Kesalahan! Sumber referensi tidak ditemukan.**). Acara kemudian ditutup dengan foto bersama (**Kesalahan! Sumber referensi tidak ditemukan.**)



Gambar 4 Pengisian Kuisisioner (Post-Test)



Gambar 4 Foto bersama setelah kegiatan berlangsung

Pengukuran Keberhasilan Kegiatan

Pengukuran keberhasilan kegiatan dilakukan dengan melakukan evaluasi berupa Pre dan Post test. Pre test diberikan sebelum kegiatan berlangsung. Selanjutnya Post test diberikan setelah kegiatan pengabdian dilakukan. Diharapkan setelah mengikuti kegiatan pengabdian ini, masyarakat peserta pelatihan telah mampu mengolah dan membuat sendiri kopi jambang yang bermanfaat sebagai antidiabetes.

HASIL

Tabel 1 : Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kriteria Penilaian	Hasil Penilaian (%)	
	Pre Test	Post Test
Khasiat dan manfaat biji Jamblang	73	97
Jenis-jenis olahan biji Jamblang	50	92
Cara pembuatan kopi jambang	48	95
Rerata	57	94,66

Tabel 2 : Tingkat Pengetahuan Khalayak Sasaran

Tingkat pengetahuan Khalayak Sasaran Terhadap Pengolahan Biji Jamblang Menjadi Kopi Jamblang	Sebelum Kegiatan	Sesudah Kegiatan
	57 %	94,66%

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat akan sumber-sumber antioksidan alami yang mudah diperoleh dari lingkungan khalayak sasaran. Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada tahun 2022 ini berjudul Pengolahan Tanaman Jamblang untuk Diabetes Melitus. Pelaksanaan pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman obat yang ada di sekeliling tempat tinggal namun umumnya tidak dimanfaatkan tetapi memiliki nilai kesehatan yang tinggi. Selain itu juga masyarakat diberikan penyuluhan mengenai gaya hidup sehat agar terhindar dari berbagai macam penyakit anti diabetes.

Salah satu bahan alam yang biasanya ditemukan adalah tanaman jamblang. Menurut hasil penelitian manfaat biji tanaman jamblang berpotensi menurunkan kadar gula dalam darah. Namun selama ini di masyarakat, tanaman jamblang sekedar dikonsumsi secara langsung tanpa mengetahui bagian biji dapat diolah menjadi kopi jamblang. Hal ini terjadi karena kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai manfaat serta cara pengolahan tanaman jamblang menjadi produk yang lebih fungsional dan ekonomis.

Kegiatan PKM ini dimulai dengan melakukan penyuluhan mengenai Gaya Hidup Sehat agar terhindar dari berbagai penyakit degeneratif khususnya penyakit diabetes melitus. Selanjutnya diberikan informasi mengenai tanaman jamblang dan manfaatnya untuk kesehatan yang dapat disajikan dalam bentuk kopi.

Sesi pelatihan dimulai dengan memutar Video Pengolahan Pembuatan Kopi Jamblang yang telah diupload di Youtube dengan link <https://youtu.be/MPdVG2jvSY> Setelah ini dibuka sesi diskusi agar peserta dapat lebih memahami teknis pengolahan yang tepat dan apa saja yang menjadi faktor risiko terjadinya diabetes melitus. Kemudian dilanjutkan dengan pembagian modul dan kemasan kopi jamblang yang telah dibuat.

Adapun tujuan dari PKM ini adalah

untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait penyakit diabetes melitus dan pencegahan yang dapat dilakukan dengan memanfaatkan tanaman obat . Kegiatan ini juga memberikan tambahan keterampilan dalam mengolah biji Jamblang menjadi sediaan dalam bentuk kopi serta peluang-peluang yang bernilai ekonomi yang dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat di wilayah sasaran Indikator yang digunakan dalam menilai peningkatan pengetahuan masyarakat adalah dengan melakukan pre Test sebelum kegiatan PKM dan Post test pasca kegiatan. Adapun hasil kegiatan menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum mengikuti kegiatan PKM adalah sebesar 57 % dan setelah mengikuti kegiatan naik menjadi 94,66 % sebagaimana terlihat pada tabel di bawah ini :

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat di kelompok pemberdayaan tanaman herbal wilayah puskesmas Cendrawasih mengenai pemanfaatan biji jamblang sebagai anti diabetes. Peningkatan pengetahuan terlihat dari sebelum kegiatan adalah 57 % dan meningkat menjadi 94,66 % setelah kegiatan.

SARAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya dapat melakukan pelatihan pemberdayaan bagian lain dari tanaman Jamblang serta pengolahannya yang dapat dimanfaatkan sebagai suplemen kesehatan pencegah penyakit degeneratif sebagai bentuk pengembangan dari penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu dalam kegiatan PKM ini, khususnya kepada Direktorat Poltekkes Kemenkes Makassar yang telah membiayai kegiatan PKM, Ketua Jurusan Farmasi dan Pengelola yang memberikan izin pelaksanaan kegiatan di Kampus Jurusan Farmasi, Kelompok pemberdayaan tanaman herbal wilayah

puskesmas Cendrawasih kota Makassar dengan minat dan motivasi yang tinggi dalam mengikuti pelatihan serta seluruh pihak-pihak puskesmas Cendrawasih yang telah membantu menyukseskan kegiatan ini. Tidak lupa kepada mahasiswa dan alumni yang telah banyak membantu terselenggaranya kegiatan ini,

DAFTAR PUSTAKA

World Health Organization. 2021. *Diabetes*. Diakses pada https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1 Diunduh 17 Mei 2021

Infodatin (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI). *Tetap Produktif, Cegah dan Atasi Diabetes Mellitus*, ISSN : 2442-7658, 2020

Ambarsari, Widyastati , EM Sutrisna and Indriyati Oktaviano R. 2013. *Uji Efek Ekstrak Etanol 70% Kulit Batang Jamblang (Syzygium cumini) terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Tikus Putih (Rattus norvegicus) yang Diinduksi Aloksan*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Riskesdas, 2018, *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Diakses pada http://labmandat.litbang.depkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf diunduh pada 11 Agustus 2019.

Adhayanti, I, 2019. *Potensi Aktivitas Antioksidan Buah Jamblang*. Laporan Penelitian Hibah Bersaing.

