

**PENYULUHAN PEMANFAATAN TEH DAUN GENDOLA (*Basella alba* L.) SEBAGAI MINUMAN KESEHATAN KEPADA KELOMPOK MAJELIS TAKLIM AI-MUSAFIRIN KOTA BENGKULU**

Gina Lestari\*, Ade Septianti, Anggun Oktaviana, Dinita Lailatul Wahida, Feby Sintia Dewi, Fitriah Rahmadani, Hesni Tria Wulandari, Rangga Putra Merdi, Rafif Nugraha, Reffi Tri Andayani, Yolanda Prenty

Sekolah Tinggi Kesehatan Al-Fatah Bengkulu

\*Email: [ghinafathur@gmail.com](mailto:ghinafathur@gmail.com)

**ABSTRAK**

Daun gendola banyak dimanfaatkan sebagai bahan obat tradisional untuk radang usus buntu, disentri, influenza, radang kandung kemih, campak dan cacar air, luka memar terpukul, asam urat, dan ambeien, menyembuhkan luka dalam dan luar setelah operasi dan antidiabetes. Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dilakukan di Majelis Taklim Pengajian Al-Musafirin di Kota Bengkulu yang dilaksanakan pada hari Jumat 29 Desember 2023 yang diikuti sebanyak 30 orang. Tujuan PkM ini memberikan edukasi dan pengetahuan kepada ibu-ibu Majelis Taklim Pengajian Al-Musafirin tentang manfaat daun teh herbal gendola. Metode yang dilakukan pada kegiatan PkM ini adalah penyuluhan yang diawali dengan materi cara pembuatan daun teh herbal gendola dan bahan-bahan yang digunakan, cara penyajian serta manfaatnya. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu bentuk berbagi ilmu pengetahuan dari dosen dan mahasiswa STIKES Al-Fatah Bengkulu kepada ibu-ibu di Majelis Taklim Pengajian Al-Musafirin di Kota Bengkulu. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan kepada masyarakat.

**Kata kunci:** daun gendola, teh herbal, diabetes melitus

**ABSTRACT**

*Gendola leaves are widely used as a traditional medicine for appendicitis, dysentery, influenza, bladder inflammation, measles, chicken pox, bruises, gout, hemorrhoids, healing internal and external wounds after surgery, and anti-diabetic properties. Community Service (PkM) was conducted at the Al-Musafirin Study Council in Bengkulu City on Friday, December 29, 2023, with 30 attendees. The aim of this PkM was to educate and inform the women of the Al-Musafirin Study Taklim Council about the benefits of gendola herbal tea leaves. The method used in this PkM activity was counseling, starting with instructions on how to make gendola herbal tea, the ingredients used, serving methods, and its benefits. The results of this community service activity involved sharing knowledge from lecturers and students of STIKES Al-Fatah Bengkulu with the mothers at the Al-*

*Musafirin Study Council in Bengkulu City. This community service initiative aimed to provide insight and knowledge to the community.*

**Keyword :** *Gendola leaf, herbal tea, diabetes mellitus*

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara yang mempunyai tingkat penyakit diabetes tertinggi setelah Amerika Serikat, Cina dan India, yaitu sebesar 10 juta jiwa dengan urutan ke-empat tertinggi di dunia. Berdasarkan penelitian Pudiarifanti tahun 2022 menjelaskan data Dinkes terbaru pada tahun 2020 penyakit Diabetes Melitus (DM) di Provinsi Bengkulu mencakup 12,164 jiwa. (Zuzetta dkk., 2022). Diabetes melitus merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan adanya sindroma hiperglikemia yang mengakibatkan gangguan pada proses metabolisme karbohidrat, lemak, maupun protein. Penyakit ini dapat disebabkan oleh genetik seseorang dan juga dapat dipicu oleh *lifestyle* seseorang. Pada penderita DM senyawa Flavonoid termasuk quercetin memiliki efek menurunkan kadar gula darah dengan kemampuan antioksidan. Senyawa quercetin dapat ditemui pada tanaman Daun Gendola Merah (*Basella alba* L.) (Asrifa, dkk. 2017).

Tanaman gendola (*Basella alba* L.) dikenal sebagai tanaman toga atau tanaman obat yang dapat digunakan untuk merawat luka sebagai antibakteri. Daun dan buah gendola banyak dimanfaatkan sebagai bahan obat tradisional untuk radang usus buntu, disentri, influenza, radang kandung kemih, campak dan cacar air, luka memar terpukul, asam urat, dan ambeien, menyembuhkan luka dalam dan luar setelah operasi, mengatasi pembengkakan dan pembekuan darah, memulihkan kondisi lemah setelah sakit, serta mencegah stroke. Tanaman gendola merupakan tanaman yang dapat dijadikan bahan obat alami karena mengandung senyawa aktif dari golongan flavonoid, saponin, dan polifenol (Sitorus dkk., 2011).

Gendola dikenal memiliki berbagai khasiat yang membuatnya menjadi obat tradisional pilihan masyarakat. Penduduk pulau Jawa telah lama memanfaatkannya untuk berbagai proses penyembuhan penyakit seperti penyembuh luka, memulihkan tenaga ibu setelah bersalin dan lain sebagainya. Gendola juga dapat digunakan untuk pemulihan demam tifoid, radang usus, asam urat, disentri, dan wasir. Bagian dari tanaman ini yang dimanfaatkan biasanya adalah bagian akar dan daun (Joni dkk., 2017).

Berdasarkan penelitian Nirmala dkk tahun 2011, Gendola mengandung 25,3gram/100gram 204,8gram/100gram kalium, dan 0,004gram/100gram

kromium. Ketiga kandungan ini sangat berguna bagi pasien diabetes. Kandungan serat daun Gendola dapat larut air dan membantu mengontrol gula darah sehingga menurunkan kadar kolesterol. Sementara itu, kandungan kalium mampu meningkatkan sekresi (pengeluaran) dan sensitivitas (kemampuan atau kepekaan) insulin, serta respon insulin. Sekaligus mampu menurunkan risiko gangguan jantung dan aterosklerosis. Ekstrak etanol daun gendola merah memiliki pengaruh terhadap penurunan kadar kreatinin dan ureum tikus diabetes dan dosis 100 mg/kg BB memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan kadar kreatinin dan 200 mg/kg BB memberikan pengaruh penurunan kadar ureum tikus diabetes. Ekstrak etanol daun gendola dosis 400 mg/kg BB memiliki efek regenerasi sel diabetes pada tubulus ginjal tikus diabetes.

Berdasarkan data WHO 2011, telah tercatat lebih dari 100.000 industri terapi herbal di dunia. Penerapan terapi herbal sendiri sudah sering dilakukan di masyarakat Indonesia sebagai suatu alternatif untuk mengobati berbagai macam penyakit, termasuk DM. Tanaman herbal adalah salah satu minuman olahan alami yang banyak memiliki manfaat bagi tubuh yang berasal dari batang, akar, bunga dan daun tanaman sebagian besar dijadikan sebagai olahan teh herbal (Intan dkk., 2019). Teh dikenal sebagai minuman fungsional yang sangat diminati oleh masyarakat Indonesia biasanya dikenal yang berasal dari daun teh jenis *Camellia sinensis*, tapi juga dapat juga berasal dari tanaman lain (Sunia Widyantari, 2020). Berdasarkan hal di atas, maka dosen dan mahasiswa tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam dalam tema “Penyuluhan teh herbal daun gendola merah (*Basella alba* L.) sebagai minuman kesehatan”.

## **METODE**

Metode kegiatan yang dilakukan yaitu dengan memberikan informasi berupa paparan materi dan tanya jawab terkait bagaimana cara mengolah daun gendola dan bunga melati menjadi sebuah minuman kesehatan yaitu teh herbal. Pemaparan materi dilakukan dengan cara ceramah dengan menampilkan *Power Point* yang dilanjutkan dengan sesi tanya jawab antara peserta dan penyaji materi.

Kegiatan diakhiri dengan pembagian *doorprize* dan penyerahan kenang-kenangan kepada peserta dan ketua pengajian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat merupakan suatu kegiatan yang terjun langsung ke masyarakat dalam membantu beberapa aktivitas dan tanpa mengharapkan adanya imbalan dalam bentuk apapun. Program ini dirancang sebagai bentuk kontribusi nyata bagi mengembangkan kesejahteraan dan kemajuan bangsa Indonesia. Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu bentuk berbagi ilmu pengetahuan dari dosen dan mahasiswa STIKES Al-Fatah Bengkulu kepada kumpulan pengajian Al-Musafirin di Kota Bengkulu yang dilaksanakan pada hari Jumat, 29 Desember 2023 dan diikuti sebanyak 30 orang anggota majelis taklim Al-Musafirin.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mengangkat tema pembuatan minuman kesehatan dari seduhan teh daun gendola yang dikombinasikan dengan bunga melati. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan informasi mengenai khasiat dan manfaat dari daun gendola serta cara pengolahan daun gendola menjadi minuman segar yang berkhasiat untuk menjaga kesehatan tubuh. Dokumentasi dengan peserta serta hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa teh gendola ditampilkan pada gambar 1 di bawah ini.



**Gambar 1. Dokumentasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat**

## KESIMPULAN

Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa kegiatan promosi kesehatan di Majelis Taklim Muslimah Masjid AL- Musafirin Kota Bengkulu dapat menambah

wawasan tentang penggunaan dan pemanfaatan bahan-bahan herbal tradisional berupa daun gendola yang dikombinasikan dengan bunga melati sebagai teh herbal.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Kesehatan Al-Fatah Bengkulu yang telah memberikan dukungan terhadap keberhasilan pengabdian ini dan ibu-ibu pengajian di Masjid Al-Musafirin yang telah memfasilitasi baik sarana maupun prasarana kegiatan pengabdian masyarakat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adelita, Miranda, Arto, Sugih, K., Deliana, & Melda. (2020). Kontrol Metabolik pada Diabetes Melitus Tipe-1. *Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara/RS Pendidikan Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia*, 47(3), 227–232.  
<http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/viewFile/377/175>
- Asrifa, Yusriadi, Ayu Martin, 2017. Uji Efek Ekstrak Etanol Daun Gendola Merah (*Basella Alba L.*) Terhadap Gambaran Histologis Tubulus Ginjal Tikus Putih Jantan (*Rattus Norvegicus*) Yang Diinduksi Streptozotocin. *J. Farmakologika Jurnal Farmasi*, Vol.XIV. No.2.
- Akbar, C. I., Arini, F. A., & Fauziyah, A. (2019). Teh Rambut Jagung dengan Penambahan Daun Stevia sebagai Alternatif Minuman Fungsional Bagi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 8(2), 67–73. <https://doi.org/10.17728/jatp.3122>
- Bhatt, H., Saklani, S., & Upadhayay, K. (2016). Anti-oxidant and anti-diabetic activities of ethanolic extract of *Primula Denticulata* Flowers. *Indonesian Journal of Pharmacy*, 27(2), 74–79. <https://doi.org/10.14499/indonesianjpharm27iss2pp74>
- Intan, T., Revia, B., & Erwita, A. (2019). Peningkatan daya saing produsen minuman herbal melalui pembuatan konten kreatif media sosial berbasis pemasaran e-marketing. *Jurnal Komunikasi Profesional*, 3(2). <https://doi.org/10.25139/jkp.v3i2.1982>
- Joni, T., Rizki, M., Mariani, R., Alan, F. 2017. Uji Efek Ekstrak Etanol Daun Sukun *Articarpusaltilis* (Parkison Ex Fa Zorm) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah, Kolestrol Total Dan Gambaran Histopatologi Pankreas Tikus Putih Jantan Hiperkolesterolemia-Diabetes. *J. Sains Kes.*, Vol.3 No.1,89-94
- Nuraisyah, F. (2018). Faktor Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(2), 120–127. <https://doi.org/10.31101/jkk.395>
- Sitorus, E., Hastuti, E., Setiari, N. 2011. Induksi Kalus Binahong (*Basella rubra L.*) Secara Invitro Pada Media Murashige & Skoog Denga Konsentrasi Sukrosa Yang Berbeda, *BIOMA*, 13(1).

Toby, T. R., Amat, A. L. S., & Artawan, I. M. (2020). Uji Efek Antidiabetes Ekstrak Etanol Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Terhadap Tikus Putih Sprague Dawley Yang Diinduksi Aloksan. Universitas Nusa Cendana: Cendana Medical Journal (CMJ), 8(2), 24–35. <http://ejurnal.undana.ac.id/index.php/CMJ/article/view/3336>.