

Pengaruh Konsumsi Teh Daun Kelor Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Lasalepa *The Effect Of Moringa Leaf Tea Consumption On Reducing Blood Sugar Levels In Type 2 Diabetes Mellitus Patients In The Lasalepa Community Health Center Work Area*

Andi Pratama Putra¹, Nur Juliana, Nur Yazlim, Candra Kirana

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Karya Persada Muna

Corresponding Author: Andi Pratama Putra

Email : sp7815129@gmail.com

Info Artikel

Diterima: 30,07,2026

Terbit: 31,08,2026

ABSTRACT

Background: Hyperglycemia is a condition where blood glucose levels are consistently above the normal threshold and is a sign of a chronic metabolic disorder known as Type 2 Diabetes Mellitus. **Objective:** To analyze the effect of *Moringa oleifera* leaf tea on reducing blood sugar levels in Type 2 Diabetes Mellitus patients in the Lasalepa Community Health Center work area. **Research Method:** This study was a quasi-experimental study with a one-way pre-post test design. The population was 43 people. The sample size was 30 people with blood sugar levels (≥ 140 mg/dL). Data were analyzed using purposive sampling, univariate analysis, bivariate analysis, and ANOVA. **Research Results:** The results showed that before the intervention, all respondents were categorized as having moderate blood sugar levels, and after the intervention, 7 respondents (23.3%) were categorized as having high blood sugar levels. The test results obtained a p -value of 0.000 (< 0.05) $< \alpha = 0.05$, meaning H_a is accepted. **Conclusion:** Based on the research results, it can be concluded that there is a significant difference between consuming *Moringa oleifera* leaf tea and reducing blood sugar levels before and after consuming *Moringa oleifera* leaf tea in Type 2 Diabetes Mellitus sufferers in the Lasalepa Community Health Center work area. **Suggestion:** It is hoped that those with a history of high blood sugar levels will be able to control their diet, engage in sufficient physical activity, and undergo regular check-ups at health facilities.

Keywords: Type 2 diabetes mellitus, blood sugar, moringa leaves

ABSTRAK

Latar Belakang: Hiperglikemia adalah kondisi kadar glukosa dalam darah terus berada di atas ambang normal merupakan tanda kelainan metabolik kronis yang dikenal dengan Diabetes Melitus Tipe 2. **Tujuan:** Untuk menganalisis pengaruh teh daun kelor (*Moringa oleifera*) terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Lasalepa. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah kuasi-eksperimental dengan *One Way Pre post test design*. Populasi penelitian ini adalah 43 orang. Sampel penelitian ini yang memiliki kadar gula darah (≥ 140 mg/dL) adapun pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sejumlah 30 orang dan pengolahan data menggunakan analisis univariat, bivariat dan uji ANOVA. **Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi semua responden masuk kategori kadar gula darah sedang dan setelah dilakukan intervensi responden dikategorikan dengan kadar gula darah tinggi sebagian besar responden sejumlah 7 orang (23,3%). Hasil uji diperoleh nilai p -value = 0,000 ($< 0,05$) $< \alpha = 0,05$, artinya H_a diterima. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi teh daun kelor terhadap penurunan kadar gula darah sebelum dan sesudah mengonsumsi teh daun kelor (*Moringa oleifera*) pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Lasalepa. **Saran:** Diharapkan bagi yang memiliki riwayat kadar gula darah yang tinggi untuk mampu mengontrol pola makan, beraktivitas fisik yang cukup dan melakukan pemeriksaan secara berkala di fasilitas kesehatan.

Kata kunci: Diabetes melitus tipe 2, gula darah, daun kelor

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus Tipe 2 telah bertransformasi menjadi krisis global yang mengkhawatirkan dengan ratusan juta orang yang menderita di seluruh dunia dan diperkirakan akan meningkat lebih lanjut dalam beberapa tahun mendatang. Diabetes melitus tipe 2 telah menjadi salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang paling berbahaya bagi sistem kesehatan global.

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF), diperkirakan sebanyak 537 juta orang dewasa (usia 20-79 tahun) menderita diabetes di seluruh dunia pada tahun 2021, dengan prevalensi global 10,5%. Angka ini diperkirakan akan meningkat pesat dan diperkirakan mencapai 643 juta pada tahun 2022 dan 783 juta pada tahun 2023. Sekitar 90 hingga 95 persen kasus diabetes ini adalah diabetes tipe 2. Peningkatan prevalensi ini disebabkan oleh banyak faktor, seperti urbanisasi, penuaan penduduk, dan perubahan gaya hidup. Semua faktor ini menyebabkan masalah kesehatan, sosial, dan ekonomi yang signifikan di seluruh dunia (IDF, 2021). Berdasarkan data Risesdas 2023 menunjukkan bahwa 10,9% orang Indonesia usia ≥ 15 tahun menderita diabetes melitus. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022 sebanyak 3,47 juta jiwa orang dewasa menderita diabetes melitus sekitar 1,6 %, dan pada tahun 2023 sebanyak 13,24 juta jiwa orang dewasa menderita diabetes melitus sekitar 6,1%, Angka ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan kasus diabetes melitus pada orang dewasa di Indonesia. Sementara itu, data dari Survei Kesehatan Indonesia 2023 menunjukkan bahwa sekitar 31,69 juta orang dewasa di Indonesia usia ≥ 15 tahun menderita diabetes melitus (Risesdas, 2023). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan kadar prevalensi diabetes melitus sebesar 8,5% di antara penduduk usia ≥ 15 tahun (SKI, 2023).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara 2023 bahwa Sulawesi Tenggara berada di urutan 3 dengan kasus diabetes melitus. Jumlah kasus diabetes melitus meningkat setiap tahun sebesar 1,3% dari 22,683 kasus menjadi 22,982 kasus dan Kabupaten Muna tidak terlepas dari peningkatan kasus Penyakit Tidak menular (PTM). Jumlah kasus diabetes melitus di Kabupaten Muna adalah 57,9% ini termasuk diabetes melitus tipe 2 yang sekarang menjadi masalah kesehatan diseluruh negara. Peningkatan ini disebabkan oleh gaya hidup masyarakat yang berubah, Menyebabkan pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan peningkatan jumlah orang yang obesitas. Hal ini juga mencerminkan keadaan di Kabupaten Muna maka dapat disimpulkan bahwa jumlah orang yang menderita diabetes melitus tipe 2 di daerah tersebut telah meningkat secara bertahap. Peningkatan ini mungkin di dominasi oleh diabetes melitus tipe 2 karena jenis ini menyumbang 90-95% dari semua kasus diabetes (Dinkes Sultra, 2024).

Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Muna pada tahun 2021 menunjukkan 392 kasus, Data pada tahun 2022 menunjukkan 402 kasus, Data tahun 2023 menunjukkan bahwa diabetes melitus berada diangka 1,263. Faktor genetik dan gaya hidup yang tidak sehat, seperti pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan stress, merupakan beberapa penyebab utama penyakit diabetes melitus (Dinkes Muna, 2024).

Teh daun kelor adalah ramuan tradisional yang telah digunakan untuk pengobatan herbal sejak lama diberbagai budaya termasuk indonesia. Selain banyak mengandung banyak nutrisi esensial, Dan daun ini juga mengandung banyak senyawa bioaktif yang telah terbukti memiliki aktivitas farmakologis. Flavonoid (seperti quercetin dan kaempferol), asam fenolat (seperti asam klorogenat), alkaloid, dan isotiosianat. Kemudian proses pembuatan teh yang mudah membuatnya mudah digunakan sebagai perbaikan pada diet sehari-hari (Ahmad *et al.*, 2023). Menurut Penelitian (Daressy *et al.*, 2022), menjelaskan bahwa terapi komplementer berbasis tanaman obat menarik karena tradisi pengobatan herbal yang kuat di masyarakat dan keyakinan bahwa bahan-bahan alami lebih ramah tubuh dan tidak memiliki efek samping yang signifikan. Dukungan keluarga adalah tindakan, perbuatan dan pemahaman keluarga kepada orang yang lagi sakit. Dukungan keluarga baik berawal dari pengetahuan baik, pengetahuan baik dan pendidikan keluarga yang baik.

Berdasarkan fakta bahwa *Moringa oleifera* memiliki fitokimia yang berkhasiat sebagai antidiabetik, studi praklinis dan beberapa uji klinis awal telah menunjukkan potensinya. Namun, masih kurang pengetahuan tentang bagaimana teh daun kelor dapat membantu pasien diabetes melitus tipe 2. Sementara bentuk teh umum yang dikonsumsi masyarakat belum banyak diteliti secara sistematis, penelitian saat ini cenderung fokus pada ekstrak atau bentuk sediaan lain. Selain itu, rekomendasi klinis yang berdasarkan bukti sulit dibuat karena dosis atau frekuensi yang ideal untuk mengkonsumsi teh daun kelor untuk mencapai efek hipoglikemik yang konsisten dan aman. Demikian pula, meskipun diabetes melitus tipe 2 adalah kondisi kronis yang memerlukan perawatan jangka panjang, pengetahuan tentang efek konsumsi daun kelor dalam jangka menengah atau panjang terhadap kontrol glikemik, komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular, dan potensi efek samping sangat terbatas. Dengan demikian, celah-celah ini menunjukkan betapa pentingnya melakukan penelitian yang

lebih terstandarisasi, terkontrol, dan menyeluruh untuk memberikan landasan ilmiah yang kuat untuk pemanfaatan teh daun kelor dalam pengobatan diabetes melitus tipe 2 (Handayani, 2023).

Berdasarkan laporan pelayanan penyakit tidak menular di wilayah kerja Puskesmas Lasalepa, jumlah sasaran penderita diabetes melitus pada tahun 2024 tercatat sebanyak 130 orang, dan meningkat secara signifikan pada tahun 2025 menjadi 150 orang. Data ini menunjukkan bahwa beban penyakit diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Lasalepa terus mengalami peningkatan, sehingga memerlukan upaya penanganan yang lebih optimal terutama untuk penurunan kadar gula darah dan menghindari komplikasi lebih lanjut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan desain Kuasi *experiment* yang menggunakan *design One Way pre test-post test*. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Lasalepa pada tanggal 9 Mei-9 Juni 2026. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 responden dengan Diabetes Melitus. Penarikan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yang berusia 30 tahun keatas dan mendapatkan terapi farmakologis DM seperti obat metformin atau sulfoniurea. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu pemberian teh daun kelor dan variabel dependen yaitu kadar gula darah. Intervensi yang diberikan yaitu teh daun kelor sebanyak 200ml yang dibuat dari 3 gram bubuk daun kelor yang diseduh dengan air panas 80°C dan diberikan setiap hari selama 7 hari. Pengukuran kadar gula darah dilakukan di awal dan akhir. Analisis bivariat digunakan untuk menganalisis perbedaan rata-rata kadar gula darah sebelum dan sesudah. Analisis statistik yang digunakan yaitu uji *wilcoxon* karena data yang dikumpulkan tidak berdistribusi normal.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif, data yang dihasilkan akan berbentuk angka. Dari data yang di dapat dilakukan menggunakan *software SPSS*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh konsumsi teh daun kelor terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Lasalepa. Data dikumpulkan dari responden berjumlah 30 orang.

Tabel 1. Hasil Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	n	%
1	Umur		
	40-50 Tahun	6	20,0
	61-60 Tahun	12	40,0
	60-61 Tahun	12	40,0
	Total	30	100
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	12	40,0
	Perempuan	18	60,0
	Total	30	100
3	Pendidikan		
	SD	6	20,0
	SMP	8	26,7
	SMA	16	53,3
	Perguruan Tinggi	0	0
	Total	30	100
4	Pekerjaan		
	Berkebun	9	30,0
	Nelayan	10	33,3
	IRT	11	36,7
	Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan hasil dari 30 karakteristik responden yang diteliti berdasarkan usia yang terbanyak yaitu kelompok usia 50-60 dan 61-70 tahun berjumlah 12 responden (40,0%), sementara kalangan usia 40-50 tahun merupakan yang sedikit berjumlah 6 responden (20,0%). Karakteristik responden berdasarkan jenis

kelamin menunjukkan bahwa dari 30 responden yang terbanyak yaitu yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 12 responden (40,0%) dan perempuan berjumlah 18 responden (60,0%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa dari 30 responden yang terbanyak yaitu SMA berjumlah 16 responden (53,3%) sedangkan yang paling sedikit yaitu SD berjumlah 6 responden (20,0%). Karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan dari 30 responden yang terbanyak yaitu pekerjaan IRT berjumlah 11 responden (36,7%) sedangkan yang paling sedikit yaitu berkebun berjumlah 9 responden (30,0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah (Pretest – Posttest)

No	Kadar Gula Darah	n	%
1 Pre-test			
	Pra diabetes	0	0,0
	Diabetes	30	100
Total		30	100
2 Post-test			
	Pra diabetes	23	76,7
	Diabetes	7	23,3
Total		30	100

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa dari 30 responden penderita Diabetes Melitus tipe 2 sebelum mengonsumsi teh daun kelor seluruh responden berada pada kategori diabetes sebanyak 30 responden (100%) dan tidak terdapat responden yang berada pada kategori pra-diabetes 0 (0,0%). Setelah diberikan intervensi berupa teh daun kelor menunjukkan adanya perubahan sebanyak 23 responden (76,7%) memiliki kategori kadar gula darah pra diabetes sedangkan 7 responden (23,3%) masih berada dalam kategori diabetes.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Konsumsi Teh Daun Kelor Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2

Variabel	n	Mean	Mi n	Max	SD	Upp	Low	p- value	Keterangan
GD (M1)	30	154,80	139	199	16,664	161,0 2	148,58		
GD (M2)	30	146,73	131	189	15,973	156,8 3	144,77	0,000	Signifikan
GD (M3)	30	150,80	135	194	16,162	152,6 8	140,78	0,000	Signifikan
GD (M4)	30	142,80	128	184	15,386	148,5 5	137,05		

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan hasil uji *Wilcoxon* terhadap 30 responden yang mengonsumsi teh daun kelor. Pengukuran kadar gula darah dilakukan sebanyak 4 kali (M1, M2, M3, dan M4). Pada pengukuran pertama (M1) rata-rata kadar gula darah responden adalah 154,80 mg/dL, dengan nilai minimum 139 mg/dL, maksimum 199 mg/dL dan standar deviasi 16,664.

Pada pengukuran kedua (M2) rata-rata kadar gula darah menurun menjadi 146,73 mg/dL dengan nilai minimum 131 mg/dL, maksimum 189 mg/dL dan standar deviasi 15,97. Hasil uji *Wilcoxon* antara M1 dan M2 menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$) sehingga terdapat perbedaan yang signifikan setelah pemberian teh daun kelor.

Pada pengukuran ketiga (M3) rata-rata kadar gula darah sebesar 150,80 mg/dL dengan nilai minimum 135 mg/dL, maksimum 194 mg/dL dan standar deviasi 16,162. Pada pengukuran keempat (M4) rata-rata kadar gula darah kembali menurun menjadi 142,80 mg/dL dengan nilai minimum 128 mg/dL maksimum 184 mg/dL, dan standar deviasi 15,386. Hasil uji *Wilcoxon* antara M3 dan M4 menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan setelah intervensi konsumsi teh daun kelor.

Berdasarkan tabel 1. penyebaran frekuensi dari ciri-ciri responden yang dikategorikan menurut usia terbanyak yaitu usia 51-60 dan usia 61-70 tahun berjumlah 12 orang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia lanjut, usia yang memiliki resiko lebih tinggi mengalami penyakit diabetes melitus tipe 2. Distribusi frekuensi dari karakteristik jenis kelamin responden menunjukkan bahwa jumlah terbanyak adalah perempuan dengan jumlah 18 orang. Faktor biologis, kecenderungan yang memengaruhi yaitu Indeks Massa Tubuh (IMT) dan aktivitas fisik. Secara umum, perempuan memiliki persentase lemak tubuh yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Lemak tubuh merupakan jaringan yang kurang sensitif terhadap insulin, sehingga semakin tinggi massa lemak, semakin sulit tubuh dalam mengontrol kadar glukosa dalam darah. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pendidikan yang terbanyak yaitu SMA berjumlah 16 orang. Secara teori, tingkat pendidikan merupakan faktor penentu dalam kemampuan menyerap informasi kesehatan dan kesadaran dalam menjalankan gaya hidup sehat. Responden dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki literasi kesehatan yang kurang, sehingga kurang memahami dalam pengaturan pola makan (diet), pemantauan kadar gula darah secara mandiri, dan melakukan aktivitas fisik secara rutin. Dan distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan yang terbanyak yaitu pekerjaan IRT berjumlah 11 orang. Pada ibu rumah tangga aktivitas fisik yang dilakukan umumnya berupa pekerjaan domestik yang intensitasnya bervariasi, sehingga belum tentu cukup untuk menjaga kebugaran tubuh dan mengontrol kadar gula darah secara optimal.

Berdasarkan hasil Tabel 2. bahwa sebelum (Pre-test) diberikan intervensi berupa konsumsi teh daun kelor, seluruh responden memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol yaitu sebanyak 30 responden (100%) dan tidak ada responden yang memiliki kadar gula darah yang terkontrol. Hasil ini menunjukkan seluruh responden masih mengalami hiperglikemia, sehingga memerlukan upaya pengendalian kadar gula darah. Dan hasil penelitian menunjukkan kadar gula darah responden setelah (Post-test) mengonsumsi teh daun kelor terjadi perubahan yang signifikan. Sebanyak 23 responden (76,7%) memiliki kadar gula darah yang tergolong Pra-Diabetes, sedangkan 7 responden (23,3%) masih memiliki kadar gula darah yang tergolong Diabetes.

Berdasarkan hasil Tabel 3. menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara konsumsi teh daun kelor terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Rerata kadar gula darah menjadi menurun dari nilai (M1) 154,80 mg/dL menjadi 142,80 mg/dL pada (M4), setelah di berikan teh daun kelor. Hal ini membuktikan bahwa intervensi yang dilakukan secara nyata dapat memiliki pengaruh yang signifikan.

Tingginya kadar gula darah sebelum intervensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pola makan yang kurang sehat, aktifitas fisik yang rendah, kepatuhan mengonsumsi obat, lama menderita diabetes melitus, usia, serta kondisi metabolisme masing-masing responden. Pada penderita diabetes insulin yang diproduksi tubuh tidak dapat bekerja secara optimal sehingga glukosa tidak dapat masuk ke dalam sel dengan baik, akibatnya glukosa menumpuk di dalam darah dan menyebabkan kadar gula darah tetap tinggi (Elsayed *et al.*, 2023).

Perubahan ini terjadi karena pada daun kelor (*Moringa oleifera*) mengandung berbagai senyawa aktif seperti flavonoid, asam klorogenat, vitamin C, serta serat yang memiliki efek antihiperglikemia dan antioksidan. Senyawa-senyawa tersebut berperan dalam meningkatkan sensitivitas insulin, menghambat penyerapan glukosa, mengurangi produksi glukosa di hati, serta melindungi sel beta pankreas dari kerusakan akibat stres oksidatif. Dengan demikian, kadar glukosa dalam darah dapat menurun sehingga lebih mudah mencapai kondisi yang terkontrol (Misra *et al.*, 2025).

Menurut (Misra *et al.*, 2025), Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan resistensi insulin dan gangguan sekresi insulin, sehingga menyebabkan hiperglikemia kronis. Pada kondisi ini, glukosa tidak dapat masuk ke dalam sel secara optimal, sehingga terjadi peningkatan kadar gula darah. Oleh karena itu, intervensi yang mampu meningkatkan sensitivitas insulin dan memperbaiki fungsi sel pankreas akan membantu menurunkan kadar glukosa darah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi teh daun kelor mampu menurunkan rerata kadar gula darah dari 154,80 mg/dL menjadi 142,80 mg/dL. Dan hasil ini menunjukkan bahwa konsumsi teh daun kelor dapat membantu memperbaiki metabolisme glukosa pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2.

Penurunan kadar gula darah tersebut menunjukkan bahwa daun kelor memiliki kandungan

senyawa bioaktif yang berpotensi sebagai antihiperglikemia alami. Daun kelor diketahui kaya akan *flavonoid*, *polifenol*, *tanin*, *saponin*, *alkaloid*, vitamin C, vitamin A, kalsium, kalium, magnesium, dan serat. Senyawa-senyawa tersebut bekerja secara sinergis dalam menghambat penyerapan glukosa di usus, meningkatkan sensitivitas insulin, melindungi sel pankreas dari kerusakan akibat stress oksidatif, serta membantu meningkatkan sekresi insulin, sehingga kadar gula darah menjadi lebih terkontrol (Juliana *et al.*, 2025).

Pada penelitian ini konsumsi teh daun kelor memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Kandungan *flavonoid*, *quercetin*, *chlorogenic acid*, vitamin C, dan senyawa antioksidan lainnya bekerja melalui beberapa mekanisme, yaitu meningkatkan sensitivitas insulin, melindungi sel pankreas dari kerusakan akibat radikal bebas, menghambat penyerapan glukosa di usus, serta mengurangi produksi glukosa di hati. Dengan demikian, teh daun kelor dapat dimanfaatkan sebagai terapi komplementer dalam pengendalian Diabetes Melitus Tipe 2, namun tetap harus disertai pengobatan medis, pengaturan pola makan, dan aktivitas fisik secara teratur.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Pengaruh Konsumsi Teh Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lasalepa, maka dapat disimpulkan Berdasarkan karakteristik kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 sebelum diberikan intervensi teh daun kelor menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar gula darah yang relatif tinggi (≥ 140 mg/dL) dan belum terkontrol dengan baik dan Berdasarkan hasil pemberian rebusan teh daun kelor terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai kadar gula darah sebelum dan sesudah mengonsumsi teh daun kelor (*Moringa oleifera*). Setelah intervensi diberikan, terjadi penurunan kadar gula darah pada sebagian besar responden. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* = 0,000 ($< 0,05$), yang secara ilmiah membuktikan bahwa konsumsi teh daun kelor memiliki pengaruh terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, disarankan kepada tenaga kesehatan di Puskesmas agar meningkatkan promosi kesehatan terkait pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2 melalui edukasi mengenai pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, kepatuhan minum obat, serta pentingnya pemeriksaan kadar gula darah secara berkala.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S., Pandey, A. R., Rai, A. K., Singh, S. P., Kumar, P., Singh, S., ... & Tamrakar, A. K. (2023). *Moringa oleifera* impedes protein glycation and exerts reno-protective effects in streptozotocin-induced diabetic rats. *Journal of Ethnopharmacology*, 305, 116117. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jep.2022.116117>
- Daressy, F., Ségué, L., Favre, L., Corvaisier, S., Apel, C., Groo, A. C., Litaudon, M., Dumontet, V., Malzert-Fréon, A., Desrat, S., Roussi, F., Robert, A., & Wiels, J. (2022). NA1—115—7, from *Zygogynum pancheri*, is a new selective MCL-1 inhibitor inducing the apoptosis of hematological cancer cells but non-toxic to normal blood cells or cardiomyocytes. *Biomedicine and Pharmacotherapy*, 154. <https://doi.org/10.1016/j.biopha.2022.113546>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Muna. 2024. Profil Kesehatan Kabupaten Muna. Kota Raha
- Dinas Kesehatan Sulawesi Tenggara. 2024. Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara. Kota Kendari: Sulawesi Tenggara
- Elsayed, Grazia Aleppo, Vanita R. Aroda, Raveendhara R. Bannuru, Florence M. Brown, Dennis Bruemmer, Billy S. Collins, Jason L. Gaglia, Marisa E. Hilliard, Diana Isaacs, Eric L. Johnson, Scott Kahan, Kamlesh Khunti, Jose Leon, Sarah K. Lyons, Mary Lou Perry, Priya Prahalad, Richard E. Pratley, Jane Jeffrie Seley, Robert C. Stanton, Robert A. Gabbay, American Diabetes Association; 2. Klasifikasi dan Diagnosis Diabetes: *Standar Perawatan dalam Diabetes—2023*. *Diabetes Care* 1 Januari 2023; 46, S19–S40. Doi :

- https://diabetesjournals.org/care/article/46/Supplement_1/S1/148054/Introduction-and-Methodology-Standards-of-Care-in
- Handayani, L. (2023). A Correlational Study of Obesity and Diabetes Mellitus in Kendari City. In *Jurnal Kendari Kesehatan Masyarakat (JKKM)*. Doi: <https://doi.org/10.34697/jai.v5i4.2350>
- International Diabetes Federation (IDF). 2021. International Diabetic Federation Diabetic Atlas 10th edition. IDF. Doi:<https://idf.org/news-and-resources/resources/idf-diabetes-atlas-2021/>
- Juliana, D., Simanjuntak, K., Susantiningsih, T., Purwaningsih, D., Pratami Djasfar, S., Budi, I., Putra Jonesti, W., & Arista, R. A. (2025). Jurnal Medical Laboratory Literatur Review: Tumbuhan Kelor (*Moringa oleifera*) sebagai Salah Satu Tumbuhan Obat dengan Aktivitas Farmakologis Antioksidan. *Jurnal MedLab*, 4(Juli). Doi: <https://ejournal.stikeskesosi.ac.id/>
- Kementerian Kesehatan RI., Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023., "Potret Indonesia Sehat"., Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.2024. Doi: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Misra, S., Khunti, K., Goyal, A., Gable, D., Armocida, B., Tandon, N., ... & Beran, D. (2025). Managing early-onset type 2 diabetes in the individual and at the population level. *The Lancet*, 405(10497), 2341-2354. Doi:10.1016/S0140-6736(25)01067-0