

| | | |
|--|---|---------------------------------|
| Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau | Vol. 3 No. 2 | Edition: Maret 2023 – Juni 2023 |
| | http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh | |
| Received : 18 Maret 2023 | Revised: 25 Maret 2023 | Accepted: 25 Maret 2023 |

EDUKASI PEMANFAATAN DAUN KOPI ARABIKA (*Coffea arabica* L.) SEBAGAI PENURUN KADAR KOLESTEROL DALAM DARAH DI RSU SEMBIRING DELI TUA

Education on the use of arabica coffee (*Coffea arabica* L.) as a lowering of cholesterol levels in the blood at Sembiring Deli Tua Public Hospital

Lintameli¹, Anggun Syafitri², Masria Phetheresia Sianipar³, Sofia Eliasari Br Bangun⁴, Delisma Simorangkir⁵, Pintata Sembiring⁶

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : lintameliala@gmail.com¹, anggunnya09@gmail.com², masriasianipar3@gmail.com³, sofiaelia@gmail.com⁴, simorangkirdelisma@gmail.com⁵, sembiringpintata@gmail.com⁶

Abstrak

Hiperkolesterolemia adalah suatu kondisi dimana kolesterol dalam darah meningkat diatas keadaan normal yang mana dapat menjadi salah satu faktoer resiko untuk penyakit kardiovaskular. Dalam menurunkan kadar kolesterol dalam darah, masyarakat sering memilih alternatif sebagai penyembuhan yaitu adalah obat-obatan. Obat-obatan sendiri terbagi menjadi dua jenis yaitu pengobatan secara konvensional dan pengobatan secara tradisional. Penggunaan obat tradisional untuk menurunkan kadar kolesterol masih sangat sedikit, sehingga dalam menurunkan kadar kolesterol darah masyarakat masih banyak menggunakan obat-obat konvensional, sehingga bahan alam sangat sia-sia karena tidak dimanfaatkan. Salah satu tanaman yang dapat menurunkan kadar kolesterol dalam darah adalah Daun Kopi Arabika yang memiliki kandungan senyawa berupa flavonoid, saponin, asam klorogenik yang mana dapat menurunkan kadar kolesterol. Daun Kopi Arabika sendiri banyak terdapat di dalam Indonesia. Tujuan dari PKM ini adalah untuk memberikan atau meningkatkan pengetahuan pasien dalam masa terapi rawat jalan utnuk pengobatan penyakit tingginya kadar kolesterol dalam darah di RSU Sembiring dengan metode edukasi tentang pemanfaatan Daun Kopi Arabika sebagai penurun kadar kolesterol dalam darah. Setelah mengikuti kegiatan sosialisasi ini, para peserta memiliki pengetahuan yang baru tentang pemanfaatan Daun Kopi Arabika sebagai penurun kadar kolesterol dalam darah, selain itu para peserta juga dapat mengeksekusi Daun Kopi Arabika menjadi suatu sediaan yang simple dan mudah digunakan.

Keywords : Daun Kopi Arabika, Antihiperkolesterolemia, RSU Sembiring, Edukasi

Abstract

Hypercholesterolemia is a condition in which cholesterol in the blood increases above normal which can be a risk factor for cardiovascular disease. In lowering cholesterol levels in the blood, people often choose alternatives as a cure, namely drugs. Medicine itself is divided into two types, namely conventional medicine and traditional medicine. The use of traditional medicine to lower cholesterol levels is still very small, so that in lowering blood cholesterol levels many people still use conventional medicines, so natural ingredients are very useless because they are not utilized. One of the plants that can reduce blood cholesterol levels is Arabica Coffee Leaves which contain compounds in the form of flavonoids, saponins, chlorogenic acid which can reduce cholesterol levels. Arabica Coffee Leaves are widely available in Indonesia. The purpose of this PKM is to provide or increase patient knowledge during outpatient therapy for the treatment of high blood cholesterol levels at Sembiring General Hospital with educational methods about the use of Arabica Coffee Leaves as

a lowering of blood cholesterol levels. After participating in this socialization activity, the participants had new knowledge about the use of Arabica Coffee Leaves as a lowering of cholesterol levels in the blood, besides that the participants were also able to execute Arabica Coffee Leaves into a preparation that was simple and easy to use.

Keywords : Arabica coffee leaves, Antihypercholesterolemia, Sembiring General Hospital, Education

1. PENDAHULUAN

Kejadian penyakit jantung dan pembuluh darah (penyakit kardiovaskular) meningkat dari tahun ke tahun, sekitar 2.784.064 orang di Indonesia menderita penyakit jantung (Risesdas, 2018). Penyakit kardiovaskular terjadi karena beberapa faktor, salah satunya disebabkan oleh tingginya kadar kolesterol didalam darah hingga melebihi batas normal. Hiperkolesterolemia adalah tingginya kadar kolesterol dalam darah yang terjadi karena adanya gangguan metabolisme lemak. Kolesterol yang tinggi akan menyebabkan penyumbatan pada pembuluh darah sehingga sirkulasi terganggu (NCI, 2011).

Penyakit hiperkolesterolemia dapat diatasi dengan mengonsumsi obat sintetik seperti simvastatin, ezetimibe dan lainnya. Namun pengonsumsi obat sintetik memiliki beberapa efek samping. Oleh karena hal tersebut, banyak masyarakat yang beralih kepada penggunaan obat tradisional. Penggunaan tanaman untuk tujuan pengobatan sudah umum dilakukan dan sudah secara luas digunakan dalam berbagai pengobatan tradisional, salah satunya adalah tanaman kopi. Tanaman kopi baik buah, kulit buah ataupun daunnya mengandung berbagai metabolit sekunder yang memiliki aktivitas biologis.

Penelitian Kiattisin et al. (2019) menunjukkan jumlah kandungan flavonoid total ekstrak daun kopi arabika adalah sebesar 350,0 mg rutin/gram ekstrak. Penelitian oleh Romadhoni et al. (2014) menunjukkan bahwa flavonoid mengurangi kadar kolesterol dengan menghambat HMG-CoA reduktase sehingga kolesterol menurun.

Mangiferin dan 5-CQA (asam klorogenat) melimpah didaun kopi. Penelitian sebelumnya telah menyelidiki bahwa penurunan kadar kolesterol meningkat sejalan dengan peningkatan pemberian asam klorogenat pada mencit hiperkolesterol. Hal tersebut terjadi karena asam klorogenat dapat menginhibisi HMG-CoA reduktase yang kemudian dapat menyebabkan pembentukan mevalonat berkurang sehingga sintesis kolesterol menurun (Chen, 2017; Nisa dan Yuanita, 2017).

2. METODE

Kegiatan ini dilaksanakan oleh Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Farmasi dan Kesehatan Masyarakat yang berjumlah 6 orang. Metode yang digunakan adalah edukasi kepada masyarakat dengan memanfaatkan Daun Kopi Arabika sebagai penurun kolesterol dalam darah. Berikut merupakan proses pelaksanaannya

a. Tempat dan Waktu

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di ruang diklat Rumah Sakit Umum Sembiring yang terletak di Deli Tua, Provinsi Sumatera Utara. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 11-12 Maret 2023.

b. Mengundang Peserta

Kegiatan ini dilaksanakan dengan mengundang seluruh peserta yang menderita hiperkolesterolemia yang sedang dalam kondisi pengobatan Rawat Jalan

c. Input

Kegiatan pertama adalah dengan memasukkan seluruh masyarakat ke dalam ruang diklat. Sebelum dimulainya pemaparan materi, masyarakat hendaklah ditanya tentang pengetahuan terhadap penyakit yang dideritanya tersebut.

d. Proses

- 1) Sosialisasi dimulai dengan menjelaskan obat tradisional dan konvensional
- 2) Dilanjutkan dengan memperkenalkan dan memperlihatkan daun Kopi Arabika
- 3) Lalu pemaparan tentang manfaat Daun Kopi Arabika sebagai penurun kadar kolesterol
- 4) Selanjutnya dilakukan demonstrasi cara penyajian Daun Kopi Arabika menjadi suatu sediaan yang dapat dikonsumsi
- 5) Diakhiri dengan quiz yang diajukan oleh pemateri ke peserta.

e. Mengevaluasi Hasil Kegiatan

Pada sesi akhir pengedukasian masyarakat, beberapa peserta diminta untuk menyimpulkan materi yang telah dipaparkan. Setelah itu pemateri akan menanyakan tentang pendapat para peserta untuk menggunakan atau tidaknya daun arabika ini untuk menurunkan kadar kolestrol

3. HASIL

Hasil yang didapatkan dari sosialisasi ke masyarakat dalam memanfaatkan Daun Kopi Arabika sebagai penurun kolesterol dalam darah adalah sebagai berikut;

- a Pengetahuan peserta terhadap pemanfaatan daun Kopi Arabika sebagai penurun kolesterrol sangat kurang. Bahkan hanya sedikit yang mengetahui cara mengolah beberapa tumbuhan selain Daun Kopi Arabika sebagai pengobatan untuk Hiperkolesterolemia. Setelah dilakukan edukasi, masyarakat sangat antusias untuk memanfaatkan Daun Kopi Arabika ini
- b Terdapat interaksi aktif antara pemateri dan peserta yang membuktikan bahwa peserta paham tentang materi yang disampaikan
- c Meningkatnya pengetahuan peserta terkait pemanfaatan Daun Kopi Arabika sebagai penurun kadar kolesterol, serta cara mengolah daun tersebut menjadi suatu sediaan yang mudah dibuat

4. PEMBAHASAN

Pada kegiatan sosialisasi kepada masyarakat yang mengidap Hiperkolesterolemia terkait pemanfaatan daun Kopi Arabika sebagai penurun kolesterol darah di Rumah Sakit Umum Sembiring dapat dilihat kurangnya pengetahuan para peserta tentang pemanfaatan Daun Kopi Arabika sebagai penurun kolesterol sebelum dipaparkan dan didemonstrasikan oleh pemateri. Namun, setelah dipaparkan terlihat bahwa masyarakat mulai paham tentang penggunaan Daun Kopi Arabika sebagai penurun kolesterol, dapat dilihat adanya interaksi aktif antara pemateri dan peserta. Hal ini sesuai dengan yang diharapkan dimana peserta dapat meningkatkan pengetahuan dengan mengedukasi keluarga dan para tetangga-tetangganya.

5. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan PKM yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Sembiring efektif dalam meningkatkan pengetahuan para peserta dalam memanfaatkan daun Kopi Arabika sebagai penurun kadar kolesterol dalam darah. Dimana peserta dinilai mampu dalam mengedukasi masyarakat dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan bertetangga. Kegiatan ini juga terbukti memotivasi para peserta untuk menjaga kadar kolesterolnya dengan memanfaatkan Daun Kopi Arabika tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, N. R. 2015 dan Aviati, et al. 2014 diacu dalam Gunawan, H., Sitorus, P., dan Rosidah. 2018. *Pengaruh Pemberian Ekstrak Etanol Herba Poguntano (Picria Fel-Terrae Lour.) terhadap Profil Lipid Tikus Putih Jantan Dislipidemia*. Halaman 230-236. Sumatera: Universitas Sumatera Utara.
- Harini M, Astirin OP. 2009. *Blood cholesterol levels of hypercholesterolemic rat. (Rattus norvegicus) after VCO treatment*. Nusantara Bioscience 1: 53-58.
- Kiattisin et al., 2019. *Anti-inflammatory, Antioxidant Activities and Safety of Coffea arabica Leaf Extract for Alternative Cosmetic Ingredient*. Chiang Mai Journal of Science, 46(2), 284-294.
- National Cancer Institute. 2011. *Depression*. <http://www.cancer.gov/cancertopics/pdq/supportivecare/depression/Patient/page2/AllPages>.
- Raof, G.F.A., Khaled, Y.M., dan Hala, M.M. 2017. *Phytochemical Evaluation, Anti-obesity and Antihyperlipidemic Effects of Combined Administration of Green Coffee, Cinnamon and Ginger*. Science Publishing Group, 5(5), 80-84.
- Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas). 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI.
- Romadhoni, D. A., Murwani, S., dan Oktavianie, D. A. 2014. *Efek Pemberian Ekstrak Air Daun Kelor (Moringa oleifera Lam.) Terhadap Kadar LDL dan HDL Serum Tikus Putih (Rattus norvegicus) Strain Wistar yang Diberi Diet Aterogenik*. Thesis. FKH Universitas Brawijaya, Malang.
- Saragih, Bernatal. 2017. *Kolesterol dan Usaha-usaha Penurunannya*. Yogyakarta : Bimotry.
- Susyani, Zurio, A. dan Terati. 2020. *The Bay Leaves Tea Can Decrease Cholesterol Levels of Patients With Cardiovascular Disease*. World Journal of Advance Healthcare Research, 4(3), 173-177.
- Zeka, K., Ruparelia, K., Arroo, R. R. J., Budriesi, R. dan Micucci, M. 2017. *Flavonoids and Their Metabolites : Prevention in Cardiovascular Diseases and Diabetes*. MDPI diseases, 5(3) : 19.