

Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kersen (*Muntingia Calabura L.*) Terhadap Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus: *A Systematic Literature Review*

Yanti Yolanda^{1*}, Risma Melinda², Winda Indriyani³, Cicirosnita J.Idu⁴, Alfika Safitri⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Ners Program Profesi, Fakultas Kesehatan Universitas Yatsi Madani Tangerang

*Corresponding author; yollayollanda073@gmail.com

Abstrak: Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Pengendalian kadar gula darah dapat dilakukan melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis yang mulai banyak diteliti adalah pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia calabura L.*) yang mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, saponin, tanin, dan polifenol yang berpotensi membantu menurunkan kadar gula darah. Tujuan Penelitian: Menganalisis hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia calabura L.*) terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus melalui *Systematic Literature Review*. Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review*. Pencarian artikel dilakukan melalui database PubMed, Google Scholar, ResearchGate, dan ScienceDirect dengan rentang publikasi tahun 2016–2026. Seleksi artikel menggunakan kerangka *PICOS* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Penilaian kualitas artikel dilakukan menggunakan *JBICritical Appraisal Checklist for Quasi-Experimental Studies*. Hasil Penelitian: Sebanyak 2.051 artikel berhasil diidentifikasi melalui proses pencarian literatur, dan 10 artikel memenuhi kriteria untuk dianalisis. Berdasarkan hasil sintesis, pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia calabura L.*) menurunkan kadar gula darah dari 166,90–546,11 mg/dL menjadi 141,70–322,97 mg/dL, disertai perubahan kategori dari diabetes menjadi prediabetes, tinggi menjadi normal, dan tidak terkontrol (86,7%) menjadi terkontrol (80,0%). Kesimpulan: Hasil *Systematic Literature Review* menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia calabura L.*) memberikan pengaruh terhadap perubahan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu terapi komplementer dalam pengelolaan Diabetes Melitus.

Kata Kunci: *Muntingia calabura L.*, Daun kersen, rebusan daun kersen, gula darah, diabetes melitus.

Abstract: Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease characterized by elevated blood glucose levels due to impaired insulin secretion, insulin action, or both. Blood glucose control can be achieved through pharmacological and non-pharmacological therapies. One of the non-pharmacological therapies that has been widely investigated is boiled cherry leaf (*Muntingia calabura L.*), which contains bioactive compounds such as flavonoids, saponins, tannins, and polyphenols that may help reduce blood glucose levels. Study Objective: To analyze the findings of studies on the effect of boiled cherry leaf (*Muntingia calabura L.*) decoction on blood glucose levels in patients with diabetes mellitus through a Systematic Literature Review. Research Method: This study employed a Systematic Literature Review approach. Articles were searched through the PubMed, Google Scholar, ResearchGate, and ScienceDirect databases with a publication period from 2016 to 2026. Article selection was conducted using the PICOS framework based on predetermined inclusion and exclusion criteria. The quality of the articles was assessed using the JBI Critical Appraisal Checklist for Quasi-Experimental Studies. Research Results: A total of 2,051 articles were identified through the literature search process, and 10 articles met the eligibility criteria for analysis. The synthesis showed that the administration of boiled cherry leaf (*Muntingia calabura L.*) reduced blood glucose levels from 166.90–546.11 mg/dL to 141.70–322.97 mg/dL, accompanied by changes in blood glucose categories from diabetes to prediabetes, high to normal, and uncontrolled (86.7%) to controlled (80.0%). Conclusion: The findings of this Systematic Literature Review indicate that boiled cherry leaf (*Muntingia calabura L.*) has an effect on changes in blood glucose levels among patients with diabetes mellitus and may be considered as a complementary therapy in diabetes mellitus management.

Keywords: *Muntingia calabura L.*, boiled cherry leaf, blood glucose level, diabetes mellitus.

Pendahuluan

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat. Berdasarkan data (*International*

Diabetes Federation, 2025) terdapat 589 juta penyandang diabetes pada tahun 2025 dan jumlah tersebut diproyeksikan meningkat menjadi 853 juta pada tahun 2050. Sementara itu, (*World Health Organization*, 2024) mencatat bahwa Indonesia memiliki sekitar 20,4 juta penyandang diabetes (11,3%), sehingga diperlukan upaya pengendalian kadar glukosa darah yang efektif, termasuk melalui terapi nonfarmakologis.

Salah satu terapi nonfarmakologis yang banyak diteliti adalah daun kersen (*Muntingia Calabura* L.). Daun kersen mengandung *flavonoid*, *polifenol*, *saponin*, *tanin*, dan *alkaloid* yang memiliki aktivitas antihiperglikemik sehingga dapat membantu mengendalikan kadar glukosa darah. Selain itu, daun kersen mudah diperoleh, mudah diolah menjadi rebusan, dan relatif terjangkau sebagai terapi pendamping diabetes melitus (Balan et al., 2023). Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia Calabura* L.) dapat membantu menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Salah satu penelitian oleh (Zakiah Zahra, Solihati, 2026) memberikan intervensi berupa rebusan 5 gram daun kersen segar dengan 100 ml air yang dikonsumsi 1 kali sehari selama 10 hari.

Namun, masih terdapat kesenjangan dalam penelitian yang telah dipublikasikan. Penelitian mengenai pemberian rebusan daun kersen terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus masih dilakukan secara terpisah dengan karakteristik intervensi dan hasil yang berbeda, sehingga belum memberikan gambaran yang komprehensif mengenai efektivitasnya. Selain itu, penelitian (Marlin Sutrisna, 2023) hanya menggunakan tiga artikel sehingga cakupan bukti yang diperoleh masih terbatas, sedangkan (Balan et al., 2023) lebih berfokus pada aktivitas antidiabetes berdasarkan penelitian *in vitro*, *in vivo*, dan kandungan senyawa bioaktif tanaman. Dengan demikian, masih diperlukan kajian yang secara khusus mengidentifikasi dan mensintesis bukti penelitian intervensi pada manusia mengenai pengaruh pemberian rebusan daun kersen terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Hal ini menjadi dasar dilakukannya *systematic literature review* untuk memperoleh gambaran bukti yang lebih komprehensif.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi ilmiah mengenai pemanfaatan rebusan daun kersen sebagai terapi komplementer dalam membantu pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Penelitian ini juga sejalan dengan *Sustainable Development Goals* (SDGs) Tujuan 3 (*Good Health and Well-being*) dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular, termasuk diabetes melitus (*United Nations*, 2024). Penelitian ini bertujuan untuk melakukan *Systematic Literature Review* mengenai pengaruh pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia calabura* L.) terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus dengan menggunakan pedoman PRISMA, kerangka PICOS, serta kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *A Systematic Literature Review* (SLR). Proses pencarian artikel dilakukan secara sistematis melalui beberapa database akademik, yaitu ScienceDirect, PubMed, ResearchGate, dan Google Scholar. Artikel yang digunakan merupakan artikel ilmiah berbahasa Indonesia maupun bahasa Inggris yang diterbitkan dalam rentang waktu 10 tahun terakhir (2016-2026). Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data sekunder yang berasal dari hasil penelitian yang telah dipublikasikan sebelumnya. Sumber data tersebut diperoleh dari jurnal nasional maupun internasional yang memiliki reputasi baik dan sesuai dengan topik penelitian mengenai pengaruh pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia calabura* L.) terhadap gula darah pada penderita Diabetes Melitus.

Pencarian artikel dilakukan menggunakan kombinasi kata kunci dengan bantuan Boolean Operator, yaitu AND, OR, dan NOT, untuk memperoleh artikel yang sesuai dengan tujuan penelitian. Operator AND digunakan untuk menggabungkan dua atau lebih kata kunci sehingga hasil pencarian memuat seluruh istilah yang dicari. Selanjutnya, kualitas artikel dinilai menggunakan JBI *Critical Appraisal Checklist for Quasi-Experimental Studies* sehingga diperoleh artikel yang layak untuk dianalisis dalam penelitian ini.

Penelitian ini menggunakan kerangka PICOS (*Population, Intervention, Comparison, Outcome, Study Design*) sebagai pedoman dalam menyusun pertanyaan penelitian, menentukan strategi pencarian literatur, serta menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kerangka PICOS merupakan pengembangan dari metode PICO (*Population, Intervention, Comparison, Outcome*) dengan penambahan komponen *Study Design* (S). Penambahan komponen tersebut bertujuan untuk memperjelas jenis desain penelitian yang akan disertakan dalam proses seleksi artikel sehingga artikel yang diperoleh memiliki kualitas metodologi yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Tahap identifikasi dalam penelitian ini diawali dengan melakukan penelusuran literatur menggunakan kombinasi kata kunci (*keyword*) pada empat basis data, yaitu PubMed, Google Scholar, ResearchGate, dan ScienceDirect. Penelusuran dilakukan terhadap artikel yang diterbitkan pada rentang tahun 2016–2026 sesuai dengan topik penelitian mengenai pengaruh pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia calabura* L.). Selanjutnya dilakukan proses identifikasi dengan menghapus artikel duplikat, artikel yang tidak memenuhi syarat, hasil otomatisasi, dan artikel yang tidak relevan sehingga sebanyak 791 artikel dikeluarkan. Setelah proses tersebut, diperoleh 1.260 artikel yang selanjutnya disaring berdasarkan kesesuaian judul dan abstrak. Pada tahap kelayakan (*eligibility*), sebanyak 50 artikel ditelaah secara menyeluruh berdasarkan kesesuaian dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

Hasil dan Pembahasan

No	Peneliti dan Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
1	Roihatul Zahroh, Musriana, 2016	Pemberian Rebusan Daun Kersen Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar glukosa darah sebelum intervensi sebesar 305,58 mg/dL dan setelah pemberian rebusan daun kersen menurun menjadi 178,33 mg/dL. Hasil uji <i>Paired t-test</i> memperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2. Daun kersen mengandung saponin dan flavonoid yang berperan menghambat penyerapan glukosa di usus sehingga membantu menurunkan kadar glukosa darah.
2	Muhammad Nurman & Reza Mardian, 2018	Pengaruh Pemberian Daun Seri terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pemberian rebusan daun seri terjadi penurunan kadar gula darah pada responden. Hasil uji statistik memperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun seri terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus.
3	Porina R., Wira Ekdeni A., & Fajar Sari, 2020	Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kersen (<i>Muntingia calabura</i> L.) terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Klinik Pratama Alifa	Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami penurunan kadar gula darah setelah diberikan rebusan daun kersen. Hasil uji <i>Paired t-test</i> memperoleh $p = 0,009$ ($p < 0,05$) sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pasien Diabetes Mellitus tipe II. Peneliti menyimpulkan bahwa rebusan daun kersen dapat dimanfaatkan sebagai terapi herbal nonfarmakologis untuk membantu menurunkan kadar gula darah.
4	Zakiah Rahman & Rosanti, 2020	Pengaruh Air Rebusan Daun Ceri terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Tanjungpinang Kota	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian air rebusan daun ceri memberikan penurunan kadar gula darah yang bermakna. Hasil analisis statistik memperoleh $p\text{-value} = 0,003$ ($p < 0,05$), sehingga air rebusan daun ceri terbukti efektif sebagai terapi komplementer dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2. Peneliti menyarankan terapi ini dapat digunakan sebagai pendamping terapi farmakologis.
5	Vitri Dyah H., Fajar Alam Putra, & Aprilia Ika Safitri, 2021	Pengaruh Rebusan Daun Kersen terhadap Tingkat Kadar Gula Darah pada Peserta Diabetes Mellitus Tipe II Prolanis	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan rebusan daun kersen terjadi penurunan rata-rata kadar gula darah sebesar 25,20 mg/dL. Hasil analisis statistik memperoleh $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada peserta Prolanis Diabetes Mellitus tipe II.
6	Jirapa Regina Reni Ranteallo, Anitha Bunga Manginte, & Adriana Mapandin, 2022	Pengaruh Terapi Rebusan Daun Kersen terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus pada Masyarakat di Sa'dan Malimbong Tahun 2022	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pemberian terapi rebusan daun kersen, 7 responden (70%) memiliki kadar GDS normal, sedangkan 3 responden (30%) masih memiliki GDS tinggi. Hasil uji <i>Wilcoxon</i> memperoleh $p = 0,008$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus di wilayah kerja Puskesmas Sa'dan Malimbong.
7	Mutia Agustiani Moonti & Muhamad Billy Armanada, 2023	Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kersen (<i>Muntingia calabura</i> L.) terhadap Penurunan Gula Darah Sewaktu (GDS) pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pemberian rebusan daun kersen terjadi penurunan kadar gula darah sewaktu pada responden. Hasil uji statistik memperoleh nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2.

8	Rumiris Simatupang, 2023	<i>The effect of provision of cherry leaves booked water on the reduction of blood sugar levels in type 2 diabetes mellitus patients</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar gula darah sebelum intervensi adalah 231,10 mg/dL, sedangkan setelah pemberian rebusan daun kersen menurun menjadi 210,43 mg/dL, dengan selisih rata-rata sebesar 20,667 mg/dL. Hasil uji <i>Paired t-test</i> menunjukkan nilai $p = 0,000 (\leq 0,05)$, sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sarudik
9	Feny Rahmawati & Rona Febriyona, 2025	Pengaruh Rebusan Daun Kersen terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Kelurahan Hutuo Kabupaten Gorontalo	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pemberian rebusan daun kersen selama 7 hari terjadi penurunan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2. Hasil analisis statistik memperoleh nilai $p = 0,000 (p < 0,05)$, sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Kelurahan Hutuo Kabupaten Gorontalo.
10	Zakiah Solihati, & Zahrah Maulidia Septimar, 2026	<i>The Influence of Boiled Cherry Leaf Water () on Blood Glucose Level Changes in Diabetes Mellitus Patients</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar glukosa darah sebelum intervensi adalah 217,56 mg/dL, sedangkan setelah intervensi menurun menjadi 179,44 mg/dL, dengan rata-rata penurunan 38,12 mg/dL. Sebanyak 84,2% responden mengalami penurunan kadar glukosa darah. Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> menunjukkan $p\text{-value} = 0,001 (<0,05)$, sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian air rebusan daun kersen terhadap perubahan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Mellitus.

Berdasarkan hasil sintesis dari 10 penelitian, seluruh penelitian menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun kersen dapat menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Hasil penelitian (Porina R, Wira Ekdeni A, 2020) menunjukkan penurunan rata-rata kadar gula darah dari 215,27 mg/dL menjadi 105,82 mg/dL sehingga terjadi perubahan kategori kadar gula darah dari diabetes menjadi normal. Selain itu, empat penelitian lainnya menunjukkan bahwa rata-rata kadar gula darah sebelum intervensi berada pada kategori diabetes dan setelah pemberian rebusan daun kersen mengalami penurunan hingga masuk kategori prediabetes. Hasil penelitian (Zakiah Rahman, 2020) menunjukkan penurunan rata-rata kadar gula darah dari 222,82 mg/dL menjadi 144,82 mg/dL, (Zakiah Zahra, Solihati, 2026) dari 217,56 mg/dL menjadi 179,44 mg/dL, (Roihatul Zahroh, 2016) dari 305,58 mg/dL menjadi 178,33 mg/dL, serta (Muhammad Nurman, 2018) dari 222,93 mg/dL menjadi 187,47 mg/dL. Hasil tersebut menunjukkan bahwa setelah pemberian rebusan daun kersen terjadi perubahan kategori kadar gula darah dari diabetes menjadi prediabetes. Penurunan kadar gula darah tersebut berkaitan dengan kandungan senyawa bioaktif daun kersen, seperti flavonoid, saponin, tanin, polifenol, dan alkaloid, yang berperan meningkatkan sensitivitas insulin, menghambat penyerapan glukosa di usus, serta membantu memperbaiki metabolisme glukosa sehingga kadar gula darah menjadi lebih terkontrol. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Balan et al., 2023) yang menyatakan bahwa daun kersen memiliki aktivitas antidiabetes karena kandungan senyawa bioaktif yang dimilikinya.

Sementara itu, tiga penelitian lainnya menunjukkan bahwa kadar gula darah tetap berada

pada kategori diabetes meskipun mengalami penurunan setelah pemberian rebusan daun kersen. Hasil penelitian (Putra et al., 2021) menunjukkan penurunan rata-rata kadar gula darah dari 166,90 mg/dL menjadi 141,70 mg/dL, (Simatupang, 2023) dari 231,10 mg/dL menjadi 210,43 mg/dL, dan (Agustiani & Armanda, 2023) dari 546,11 mg/dL menjadi 322,97 mg/dL. Meskipun terjadi penurunan, kadar gula darah pada ketiga penelitian tersebut masih berada pada kategori diabetes. Perbedaan hasil tersebut dapat dipengaruhi oleh kadar gula darah awal yang relatif tinggi sehingga penurunan yang terjadi belum cukup untuk mencapai kategori prediabetes. Selain itu, lama intervensi, dosis pemberian rebusan daun kersen, kepatuhan responden, pola makan, aktivitas fisik, dan penggunaan obat antidiabetes juga dapat memengaruhi besarnya penurunan kadar gula darah.

Hasil sintesis pada dua penelitian lainnya juga menunjukkan penurunan kadar gula darah yang disajikan dalam bentuk kategori. Hasil penelitian (Ranteallo et al., 2022) dan (Febriyona, 2025) menunjukkan hasil berdasarkan kategori kadar gula darah. (Ranteallo et al., 2022) menunjukkan bahwa sebelum intervensi seluruh responden (100%) berada pada kategori kadar gula darah tinggi. Setelah pemberian rebusan daun kersen, sebanyak 70% responden berada pada kategori kadar gula darah normal dan 30% masih berada pada kategori kadar gula darah tinggi. Sementara itu, (Febriyona, 2025) menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebanyak 13 responden (86,7%) berada pada kategori kadar glukosa darah tidak terkontrol dan 2 responden (13,3%) berada pada kategori terkontrol. Setelah intervensi, sebanyak 12 responden (80,0%) berada pada kategori terkontrol dan hanya 3 responden (20,0%) yang masih berada pada kategori tidak terkontrol. Perubahan kategori tersebut menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun kersen tidak hanya membantu menurunkan kadar gula darah, tetapi juga meningkatkan jumlah responden yang mencapai kadar gula darah yang lebih terkontrol. Hasil tersebut menunjukkan bahwa rebusan daun kersen berpotensi membantu memperbaiki kontrol glikemik, baik berdasarkan penurunan nilai kadar gula darah maupun perubahan kategori kadar gula darah pada penderita diabetes melitus.

Berdasarkan hasil sintesis, rebusan daun kersen memiliki manfaat sebagai terapi komplementer dalam membantu mengendalikan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Selain memiliki aktivitas antihiperglikemik, daun kersen juga diketahui memiliki aktivitas antioksidan, antiinflamasi, antihipertensi, dan antibakteri sehingga berpotensi mendukung pemeliharaan kesehatan. Karakteristik pemberian rebusan daun kersen menunjukkan adanya variasi dalam jumlah daun yang digunakan, volume air, lama perebusan, frekuensi pemberian, dan lama intervensi. Berdasarkan hasil sintesis, sebagian besar penelitian menggunakan sekitar 7–13 lembar daun kersen segar yang direbus menggunakan 200–750 ml air hingga volume air berkurang menjadi sekitar 100–250 ml. Lama perebusan umumnya berkisar antara 10–20 menit atau hingga volume air yang diinginkan tercapai. Rebusan daun kersen kemudian dikonsumsi sebanyak 100–

250 ml dengan frekuensi 1–2 kali sehari selama 7–14 hari. Variasi jumlah daun, volume air, lama perebusan, frekuensi pemberian, dan lama intervensi tersebut dapat memengaruhi kadar senyawa bioaktif yang terkandung dalam rebusan daun kersen sehingga besarnya penurunan kadar gula darah pada setiap penelitian juga berbeda. Perbedaan karakteristik intervensi tersebut menunjukkan bahwa hingga saat ini belum terdapat standar baku mengenai dosis maupun cara pemberian rebusan daun kersen. Meskipun demikian, seluruh penelitian tetap menunjukkan kecenderungan penurunan kadar gula darah setelah intervensi.

Secara keseluruhan, hasil sintesis menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun kersen dapat menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus, meskipun besarnya penurunan berbeda pada setiap penelitian. Temuan tersebut mendukung Teori *Self-Care* Dorothea Orem yang menjelaskan bahwa penderita diabetes melitus perlu melakukan *self-care* untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya. Salah satu bentuk *self-care* adalah mengendalikan kadar gula darah melalui kepatuhan terhadap terapi, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, serta pemanfaatan terapi komplementer, seperti rebusan daun kersen. Dalam teori ini, perawat berperan *sebagai supportive-educative system*, yaitu memberikan edukasi, bimbingan, dan dukungan agar pasien mampu melakukan *self-care* secara mandiri dalam mengelola diabetes melitus. Dengan demikian, rebusan daun kersen dapat menjadi salah satu terapi komplementer yang mendukung upaya *self-care* dalam pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil *A Systematic Literature Review* terhadap sepuluh artikel mengenai pengaruh pemberian rebusan daun kersen (*Muntingia Calabura* L.) terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus, dapat disimpulkan bahwa hasil sintesis menunjukkan bahwa penelitian mengenai pemberian rebusan daun kersen pada penderita diabetes melitus didominasi oleh desain *pre-experimental* dan *quasi-experimental* dengan rancangan *One Group Pretest–Posttest Design*. Berdasarkan hasil sintesis, pemberian rebusan daun kersen menunjukkan perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Pemberian rebusan daun kersen dilakukan dengan variasi jumlah daun, volume air, frekuensi pemberian, dan lama intervensi. Sebagian besar penelitian menggunakan 7–13 lembar daun, 200–750 ml air hingga tersisa 100–250 ml, dikonsumsi 100–250 ml, dengan frekuensi 1–2 kali sehari selama 7–14 hari. Berdasarkan hasil sintesis, rebusan daun kersen berpotensi digunakan sebagai terapi komplementer dalam membantu pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Yatsi Madani, atas dukungan dan fasilitas yang diberikan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

Referensi

- American Diabetes Association. (2026). *Diagnosis And Classification Of Diabetes : Standards Of Care In Diabetes — 2026*. 49(January), 27–49.
- Balan, T., Rosman, F. H., Rajendhiran, L., Ghazali, N. A. H., Murugesu, S., Fatinathan, S., Zakaria, Z. A., Gnanaraj, C., & Perumal, V. (2023). *Antidiabetic Property Of Muntingia Calabura: A Review*. *Asian Of Medicine & Health Sciences*, 6(2), 68–85. https://Ejournal.Unikl.Edu.My/Index.Php/Ajmhs/Article/View/180?Utm_Source=Chatgpt.Com
- Bina, J., Husada, C., Juli, N., Kesehatan, J., Science, D., Rakhmawati, A., & Asnaniar, S. (2025). *Profil Nilai Tekanan Darah Penderita Diabetes Melitus Dengan Kadar Glukosa Darah Yang Tidak Terkontrol*. 21(2), 106–115.
- Fauziyah, E., & Zaifah, S. (2023). *Self Efficacy Pencegahan Komplikasi Hipertensi Dengan Tingkat Pendidikan Menengah Dan Tinggi*. *Jurnal Sains Dan Teknologi Kesehatan*, 5(1), 25–31.
- Febriyona, N. R. K. R. (2025). *Pengaruh Rebusan Daun Kersen Terhadap Penurunankadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetesmelitus Tipe 2 Di Kelurahan Hutuo Kabupaten Gorontalo*. *Journal Of Tscners*, 10(1).
- International Diabetes Federation. (2025). *Idf Diabetes Atlas*. <https://Diabetesatlas.Org/Resources/Idf-Diabetes-Atlas-2025/>
- Marlin Sutrisna. (2023). *Pengaruh Air Rebusan Daun Muntingia Calabura L Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii: Sistematis Review 3 Rd E-Proceeding Senriabdi 2023*. 3, 113–124.
- Muhammad Nurman, R. M. (2018). *Pengaruh Pemberian Daun Seri Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Kelurahan Bangkinang Kota Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota*. 2(23), 95–101.
- Porina R, Wira Ekdeni A, F. S. (2020). *The Effect Of Giving Kersen Leaves (Muntingia Calabura L .) On Blood Sugar Levels Of*. *Jurnal Kesehatan Global*, 3(3), 123–129.
- Ranteallo, R. R., Manginte, A. B., & Mapandin, A. (2022). *Diabetes Melitus Pada Masyarakat Di Sa ' Dan Malimbong * Correspondent Author: Yahya Handayani Pendahuluan Seiring Dengan Berkembangnya Zaman , Kebutuhan Manusia Yang Tinggi Saat Ini Menyebabkan Mereka Lupa Mengontrol Terhadap Asupan Makanan Yang Masuk K*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 7.
- Rista Riviani, Erna Mutiara, Heru Santosa, & Arifa Masyitah. (2025). *Analisis Spasial Kasus Diabetes Melitus Dan Faktor Risiko Di Provinsi Sumatera Utara Tahun 2023*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 972–979. <https://Doi.Org/10.31004/Jerkin.V4i1.1683>
- Roihatul Zahroh, M. (2016). *Pemberian Rebusan Daun Kersen Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (Influence Of The Cherry Decoction Leaves Decrease In Blood Glucose Levels)*. *Journal Of Ners Community*, 07(November), 102–108.
- Simatupang, R. (2023). *The Effect Of Provision Of Cherry Leaves Booked Water On The Reduction Of Blood Sugar Levels In Type 2 Diabetes Mellitus Patients*. 10(6), 3–8.
- United Nations. (2024). *Goal 3: Ensure Healthy Lives And Promote Well-Being For All At All Ages*. United Nations Sustainable Development Goals. <https://Sdgs.Un.Org/Goals/Goal3>
- World Health Organization. (2024). *Diabetes*. World Health Organization. <https://Www.Who.Int/News-Room/Fact-Sheets/Detail/Diabetes>
- Zakiah Rahman, R. (2020). *Pengaruh Air Rebusan Daun Ceri Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dipuskesmas Tanjungpinang Kota*. *Jurnal Keperawatan*, 10(2), 75–82.
- Zakiah Zahra, Solihati, Z. M. S. (2026). *The Influence Of Boiled Cherry Leaf Water (Muntingia Calabura) On Blood Glucose Level Changes In Diabetes Mellitus Patients*. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 9(1), 1–7.