

## Literatur Review: Efektivitas Daun Jambu Biji (*Psidium guajava* L.) Sebagai Obat Diare

### Review Literature: Effectiveness of Guava Leaf (*Psidium guajava* L.) as Diarrhea Medicine

Kunti Nastiti <sup>1\*</sup>

Budi Yanto Effendi <sup>1</sup>

Sofia Gresiasiska <sup>1</sup>

Tria Fatmalika <sup>1</sup>

Viona Febriola Angelica <sup>1</sup>

<sup>1</sup>

Wilujeng <sup>1</sup>

Zahra Palianti <sup>1</sup>

Program Studi Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

\*email:

[paliantzahra@gmail.com](mailto:paliantzahra@gmail.com)

#### Abstrak

Jurnal ini mengkaji efektivitas daun jambu biji (*Psidium guajava* L.) sebagai pengobatan diare, yang masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia. Meskipun ada banyak obat diare sintetis, banyak orang memilih menggunakan tanaman obat, termasuk daun jambu biji, yang diyakini memiliki khasiat antidiare. Daun ini mengandung senyawa aktif seperti tanin, flavonoid, saponin, dan minyak atsiri yang memiliki sifat antimikroba dan dapat mengurangi sekresi cairan dalam usus. Penelitian ini dilakukan dengan metode studi literatur, meninjau lima jurnal ilmiah yang relevan. Hasilnya menunjukkan bahwa pemberian rebusan atau ekstrak daun jambu biji dapat menurunkan frekuensi diare dan memperbaiki konsistensi tinja pada berbagai subjek, baik manusia maupun hewan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah daun jambu biji efektif sebagai alternatif pengobatan tradisional untuk diare. Namun, penelitian lebih lanjut dengan desain uji klinis yang lebih besar diperlukan untuk menentukan dosis yang tepat dan efek samping jangka panjang dari penggunaannya.

#### Kata Kunci:

Daun Jambu Biji  
Efektivitas  
Obat Diare  
*Psidium guajava*

#### Keywords:

Guava leaves  
Effectiveness  
Diarrhea Medicine  
*Psidium guajava*

#### Abstract

This journal examines the effectiveness of guava leaves (*Psidium guajava* L.) as a treatment for diarrhea, which is still a health problem in Indonesia. Although there are many synthetic diarrhea drugs, many people choose to use medicinal plants, including guava leaves, which are believed to have antidiarrheal properties. These leaves contain active compounds such as tannins, flavonoids, saponins, and essential oils that have antimicrobial properties and can reduce fluid secretion in the intestines. This study was conducted using a literature study method, reviewing five relevant scientific journals. The results showed that giving guava leaf decoction or extract can reduce the frequency of diarrhea and improve stool consistency in various subjects, both humans and animals. The conclusion of this study is that guava leaves are effective as an alternative traditional medicine for diarrhea. However, further research with a larger clinical trial design is needed to determine the appropriate dosage and long-term side effects of its use.



© 2025 The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/jsm.v1i12.10584>

## PENDAHULUAN

Diare merupakan salah satu penyakit yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Penyakit ini ditandai dengan frekuensi buang air besar yang meningkat disertai perubahan konsistensi tinja menjadi lebih cair. Berbagai faktor penyebab diare meliputi infeksi bakteri, virus, parasit, hingga reaksi terhadap makanan atau obat-obatan tertentu. Meskipun

tersedia berbagai macam obat diare sintetis, namun masyarakat masih banyak yang memanfaatkan tanaman obat sebagai alternatif, salah satunya adalah daun jambu biji (*Psidium guajava* L.). Daun ini dipercaya memiliki khasiat sebagai antidiare karena mengandung senyawa aktif seperti tanin, flavonoid, saponin, dan minyak atsiri yang bersifat antimikroba serta dapat mengurangi sekresi cairan dalam usus (Hasviana et al., 2022).

Menurut Cut Rara Hasviana, Nanda Desreza, dan Riyan Mulfianda tahun 2022 penyakit diare masih menjadi masalah kesehatan global yang serius. Setiap tahunnya, tercatat sekitar 2 miliar kasus diare terjadi di seluruh dunia. Dari jumlah tersebut, sekitar 1,9 juta anak-anak berusia di atas 5 tahun meninggal dunia akibat diare. Angka kematian ini mencerminkan sekitar 18% dari total kematian pada kelompok usia tersebut, menjadikan diare sebagai salah satu penyebab utama kematian anak secara global (Hasviana *et al.*, 2022).

Daun jambu biji (*Psidium guajava* L) dikenal memiliki efektivitas yang tinggi sebagai tanaman obat, terutama dalam mengatasi diare. Dibandingkan dengan beberapa tanaman lain yang juga digunakan sebagai antidiare, daun jambu biji menunjukkan hasil yang lebih unggul. Efektivitas ini berkaitan dengan kandungan metabolit sekundernya, seperti flavonoid, tannin, alkaloid, minyak atsiri, dan senyawa lainnya. Komponen-komponen ini memiliki berbagai aktivitas farmakologis, tidak hanya sebagai antidiare, tetapi juga sebagai antiinflamasi, antihipertensi, hipoglikemik, serta potensi efek terapeutik lainnya (Ramahyani *et al.*, 2023).

Penggunaan tanaman obat sebagai pengobatan tradisional memiliki kelebihan tersendiri, seperti biaya yang lebih rendah, efek samping yang minimal, dan telah digunakan secara turun-temurun. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui sejauh mana efektivitas daun jambu biji berdasarkan hasil-hasil penelitian ilmiah yang telah dilakukan. Artikel ini bertujuan untuk meninjau beberapa hasil penelitian yang membahas efektivitas daun jambu biji dalam mengatasi diare.

## METODOLOGI

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah studi literatur atau tinjauan pustaka dari berbagai jurnal ilmiah nasional yang relevan dengan topik pembahasan. Literatur yang digunakan minimal terdiri dari lima jurnal yang membahas efek farmakologis daun jambu biji sebagai obat diare. Pemilihan jurnal dilakukan

dengan mempertimbangkan tahun publikasi (maksimal 5 tahun terakhir), kesesuaian topik, serta kelengkapan data hasil penelitian. Setiap jurnal direview secara kritis untuk melihat tujuan penelitian, metode yang digunakan, serta hasil dan kesimpulan yang diperoleh.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian oleh Rifka Putri Andayani, Rizka Ausrianti, Pradhita Hendriyeni, dan Amrina Rosada pada tahun 2024 yang berjudul “Efektivitas Pemberian Daun Jambu Biji terhadap Frekuensi Diare dan Derajat Dehidrasi pada Balita” menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun jambu biji secara teratur selama 3 hari mampu menurunkan frekuensi buang air besar dan memperbaiki derajat dehidrasi pada balita penderita diare. Penelitian ini menggunakan desain quasisperimental dengan pendekatan pretest-posttest. Hasilnya menunjukkan penurunan rata-rata frekuensi diare dari 5 kali per hari menjadi 2 kali per hari setelah intervensi (Andayani *et al.*, 2024).

Laila Zakiyatul Magfiroh, Aris Widiyanto, Isnani Nurhayati tahun 2024 melakukan penelitian tentang aktivitas farmakologi dan kandungan fitokimia dari daun sembung. Hasil dari penelitian ini menunjukkan daun jambu biji digunakan di 44 negara termasuk Indonesia dalam pengobatan diare tradisional, bagian yang paling umum digunakan adalah bagian daun dengan cara direbus dan diminum. Daun jambu biji mengandung flavonoid (misalnya kuarsetin), terpenoid, tannin, saponin dan polifenol. Aktivitas farmakologi dari daun jambu biji sebagai antibakteri, antidiare, antiinflamasi, antiparasit dan antivirus (Magfiroh *et al.*, 2024).

Nova Rahma Yani, Vilma Humaira dan M. Saka Abeiasa tahun 2023 melakukan perbandingan antara ekstrak daun jambu biji dan ekstrak biji pinang terhadap mencit yang diinduksi diare oleh oleum ricini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mana dari kedua ekstrak tersebut yang lebih efektif dalam menurunkan gejala diare. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrak daun

jambu biji mampu menurunkan frekuensi defekasi dan memperbaiki konsistensi tinja, walaupun efektivitasnya sedikit lebih rendah dibandingkan ekstrak biji pinang (Ramahyani *et al.*, 2023).

Marshanda Ayu Gustina, Vicko Suswiantoro, Riza Dwiningrum, Iga Mayola Pisacha, Ardiansyah, dan Fera Nor Maliza penelitian tahun 2024 berjudul “Uji Aktivitas Antidiare Kombinasi Ekstrak Etanolik Kulit Buah Kakao dan Daun Jambu Biji pada Tikus Putih Jantan” menunjukkan bahwa kombinasi kedua bahan herbal tersebut memiliki efek sinergis dalam mengatasi diare. Kombinasi ini lebih efektif dibandingkan penggunaan tunggal. Studi ini juga menunjukkan bahwa terdapat penurunan signifikan pada jumlah tinja cair dan durasi diare pada tikus uji (Gustina *et al.*, 2024).

Cut Rara Hasviana, Nanda Desreza, dan Riyan Mulfianda tahun 2022 dalam jurnalnya meneliti pengaruh ekstrak daun jambu biji terhadap frekuensi diare pada anak usia sekolah dasar. Penelitian menggunakan desain eksperimen dengan pendekatan *one-group pretest-posttest* dan menunjukkan adanya penurunan frekuensi buang air besar dari rata-rata 4,7 kali/hari menjadi 1,9 kali/hari setelah pemberian ekstrak daun jambu biji selama tiga hari (Hasviana *et al.*, 2022).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil review dari lima jurnal penelitian, dapat disimpulkan bahwa daun jambu biji (*Psidium guajava* L.) memiliki efektivitas yang cukup baik sebagai alternatif pengobatan tradisional untuk mengatasi diare. Senyawa aktif yang terkandung dalam daun jambu biji seperti tanin, flavonoid, dan saponin memiliki mekanisme kerja sebagai antimikroba, antispasmodik, dan astringen yang membantu mengurangi motilitas usus serta memperbaiki konsistensi tinja. Penggunaan daun jambu biji secara tradisional dalam bentuk rebusan maupun dalam bentuk ekstrak modern terbukti efektif menurunkan frekuensi diare pada berbagai subjek penelitian, baik manusia maupun hewan percobaan.

Namun demikian, diperlukan lebih banyak penelitian lanjutan dengan desain uji klinis berskala besar untuk mengetahui dosis optimal dan efek samping jangka panjang dari penggunaannya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih serta penghargaan kepada pihak-pihak yang telah berpartisipasi dalam kegiatan penelitian yang dilakukan.

## REFERENSI

- Andayani, Rifka Putri, Rizka Ausrianti, Praditha Hendriyani, And Amrina Rosada. 2024. “Efektifitas Pemberian Daun Jambu Biji Terhadap Frekuensi Diare Dan Derajat Dehidrasi Pada Balita Diare.” *Peran Mikronutrisi Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19* 14(April): 939–44.
- Gustina, Marshanda Ayu, Vicko Suswiantoro, Riza Dwiningrum, And Iga Mayola Pisacha. 2024. “Uji Aktivitas Antidiare Kombinasi Ekstrak Etanolik Kulit Buah Kakao (*Theobroma Cacao* L.) Dengan Daun Jambu Biji (*Psidium Guajava* L.) Pada Tikus Putih Jantan.” : 165–71.
- Hasviana, Cut Rara, Nanda Desreza, And Riyan Mulfianda. 2022. “Efektivitas Ekstrak Daun Jambu Biji (*Psidium Guajava* L) Terhadap Penurunan Frekuensi Diare Pada Anak Usia 6-12 Tahun Di Puskesmas Aceh Besar.” *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan* 16(1): 44–52. Doi:10.35960/Vm.V16i1.852.
- Magfiroh, Laila Zakiyatul, Aris Widiyanto, And Isnani Nurhayati. 2024. “Efektifitas Pemberian Daun Jambu Biji Terhadap Frekuensi Diare Pada Anak : Literatur Review.” *Journal Of Language And Health* 5(2): 495–504. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/LH>.
- Ramahyani, Nova, Vilma Humaira, And Fajrian Aulia Putra. 2023. “Perbandingan Efektivitas Antidiare Ekstrak Alkhol 96% Daun Jambu Biji (*Psidium Guajava* L) Dan Biji Pinang (*Areca Catechu* L) Pada Mencit Dengan Metode Defekasi.” *Jurnal Medisains Kesehatan* 4(2): 61–68. Doi:10.59963/Jmk.V4i2.201