

Menggali Potensi Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi

**^{1*}Siti Nur'aeni, ²Sri Wulan Megawati, ³Willfridus Demetrius Siga, ⁴Silpi Pebriawati,
⁵Widya Nurasih, ⁶Acep Agung Nugraha**

^{1,2,3,4,5,6} Stikes Bhakti Kencana

Corresponding Author e-mail: siti.nuraeni@bku.ac.id

ABSTRAK

Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat terkait pengobatan herbal untuk penyakit hipertensi di Posyandu Anggrek 4 Desa Sukamandi yang dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2023. Kegiatan ini merupakan salah satu upaya pencegahan terkait hipertensi yang meningkat di daerah pedesaan. Peserta PKM ini adalah masyarakat Dusun 4 Desa Sukamandi yang berjumlah 30 orang. Kegiatan ini dilakukan secara Luring dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab dan demonstrasi oleh mahasiswa terkait cara pembuatan minuman herbal alternatif untuk pencegahan hipertensi. Tanaman herbal yang digunakan sebagai alternatif pengobatan hipertensi yaitu daun pandan dan seledri. Untuk pengolahan tanaman dilakukan dengan cara merebus tanaman dengan waktu berkisar 3-5 menit. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai pencegahan terjadinya penyakit hipertensi di masyarakat, Dengan adanya kegiatan penyuluhan ini terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat yang signifikan dengan rata-rata skornya sebesar 42,00. Saran untuk kegiatan ini adalah keterlibatan mitra lain sebagai pendukung masih perlu ditingkatkan. Selain itu, waktu pelaksanaan kegiatan perlu ditambah agar tujuan kegiatan dapat tercapai sepenuhnya.

Kata kunci: Hipertensi, Daun Pandan, Seledri, Tanaman Herbal.

ABSTRACT

This activity (PKM) aims to provide education to the community regarding herbal medicine for hypertension at Posyandu Anggrek 4 Sukamandi Village which was held on 26 August 2023. This activity is one of the prevention efforts related to hypertension which is increasing in rural areas. The participants of this PKM are the people of Dusun 4 Sukamandi Village, totaling 30 people. This activity was carried out offline by using lecture, question and answer and student demonstration methods related to how to make alternative herbal drinks for the prevention of hypertension. Herbal plants used as an alternative treatment for hypertension are pandan leaves and celery. For plant processing, it is done by boiling the plant with a time of around 3-5 minutes. This activity aims to provide education about the prevention of hypertension in the community, with this counselling activity there is a significant increase in community knowledge with an average score of 42.00 suggestions for this activity are the involvement of other partners as supporters still need to be improved. In addition, the time for implementing activities needs to be increased so that the objectives of the activity can be fully achieved.

Keywords: Hypertension, Pandanus Leaf, Celery, Herbs

I. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang penting, karena dapat menyebabkan meningkatnya risiko angka kesakitan dan angka kematian akibat penyakit jantung vaskuler. Hipertensi berdampak pada negara berkembang, karena 2/3 dari penderita hipertensi ada di negara berkembang. Hipertensi merupakan penyakit yang sering disebut *silent killer* sehingga pengobatannya seringkali terlambat.

Sebagian besar (95%) penduduk dewasa mengalami hipertensi primer di mana penyebab hipertensi primer masih belum diketahui secara pasti. Faktor lingkungan dan gaya hidup diduga keras berperan dalam perkembangan hipertensi di masyarakat. Faktor lainnya yang dilaporkan adalah konsumsi garam tinggi, merokok, obesitas, serta aktivitas fisik rendah. Faktor genetik meliputi aktivitas sistem *renin-angiotensin aldosterone* yang tinggi, sistem saraf simpatetik dan *susceptibilities* terhadap konsumsi garam pada peningkatan tekanan darah. Pada kelompok umur usia lanjut, kekakuan pembuluh aorta menjadi penyebab terjadinya hipertensi.

Fenomena urbanisasi mengubah gaya hidup yang semakin mengarah pada perilaku berisiko terhadap terjadinya penyakit tidak menular/PTM, seperti merokok setiap hari, konsumsi alkohol, kebiasaan makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik dan obesitas telah meningkat (WHO, 2020). Hal tersebut serupa dengan yang terjadi di negara Asia lainnya, khususnya negara-negara yang mengalami perkembangan ekonomi yang pesat seperti Indonesia.

Perkembangan urbanisasi tersebut juga ditemukan pada Desa Sukamandi Kecamatan Sagalaherang Kabupaten Subang. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Sagalaherang (2022) yang mengungkapkan bahwa hipertensi adalah salah satu kondisi kronis yang paling banyak terjadi di Desa Sukamandi Kecamatan Sagalaherang Kabupaten Subang.

Berdasarkan laporan World Health Organization/ WHO dari 50% penderita hipertensi yang diketahui sebesar 25% di antaranya mendapat pengobatan, tetapi hanya 12,5% di antaranya mendapatkan pengobatan dengan baik (Tirtasari & Kodim, 2019). Hipertensi merupakan faktor risiko utama untuk terjadinya penyakit jantung kongestif, stroke, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal bahkan berakhir pada kematian.

Diagnosis dini, modifikasi gaya hidup ke arah lebih sehat beserta *farmakoterapi* yang suportif seumur hidup, serta ketaatan perawatan hipertensi adalah manajemen untuk mencegah kematian dini akibat hipertensi.

Kekhawatiran utama yang sering menunda pengobatan mengacu pada biaya obat antihipertensi yang lebih tinggi, ketersediaan dan aksesibilitasnya, efek samping obat antihipertensi yang tidak diinginkan dan berkurangnya kepatuhan pasien untuk mengonsumsi lebih dari satu pil per hari. Mempertimbangkan hal ini, pasien hipertensi, terutama yang tinggal di pedesaan, mencari pendekatan alternatif seperti pengobatan herbal untuk pengobatan hipertensi dan penyakit lainnya.

II. METODE

Kegiatan seminar dan demonstrasi dilaksanakan Pada tanggal 26 Agustus 2023 di Posyandu Anggrek 4 Desa Sukamandi, diikuti oleh 30 orang. Narasumber untuk kegiatan ini yaitu Ibu Sri Wulan Megawati, S.Kep., Ns., M.Kep



Gambar 1.

Rangkaian Kegiatan Penyuluhan Menggali Potensi Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi

Keterlibatan Panitia Seminar ini di antaranya dua orang Dosen dari berbagai fakultas di Universitas Bhakti Kencana, 21 orang Mahasiswa KKNT LLDIKTI, Kader Posyandu, Bidan desa dan Masyarakat Dusun 4 Desa Sukamandi. Kegiatan penyuluhan ini terbagi dalam beberapa tahapan di antaranya:

1. Tahap Persiapan.

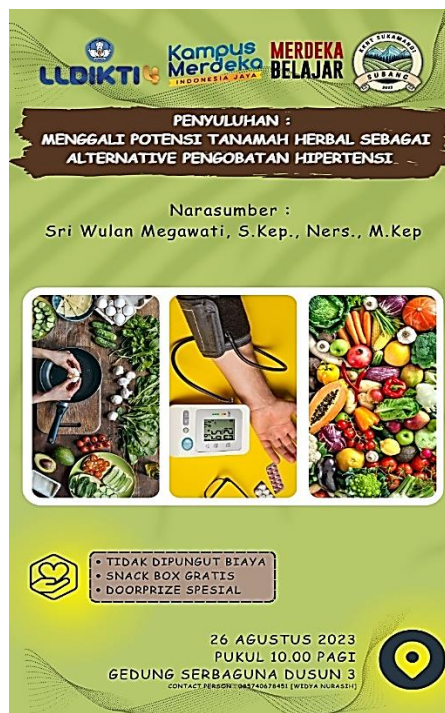
Pada tahap persiapan ini meliputi Analisis permasalahan mitra, survei dan analisis situasi mitra yang akan diajak kerjasama, menganalisis masalah dan potensi yang dapat dikembangkan dari mitra tersebut, Koordinasi antar Mahasiswa KKNT LLDIKTI dan Mitra mempersiapkan acara serta administrasi selama acara: *Pre test* dan *Post test* atau *Form Survei* terkait Menggali Potensi Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi

2. Tahap Pelaksanaan.

Pelaksanaan dilakukan secara luring dalam bentuk penyuluhan dan dilaksanakan dalam bentuk edukasi dan pemberian materi Seminar dengan Tema “Menggali Potensi Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi” dengan beberapa materi di dalamnya dan dilanjutkan dengan demonstrasi dari mahasiswa terkait cara pembuatan tanaman herbal sebagai alternatif pengobatan hipertensi.

3. Tahap Pengendalian. Memantau perkembangan terkait pemahaman masyarakat tentang hipertensi

4. Tahap Peningkatan (Proker Tahun Selanjutnya). Menyelenggarakan penyuluhan atau edukasi dan pencegahan terkait hipertensi ataupun penyakit lainnya.



Gambar 2.
Salah satu Pamflet Penyuluhan Menggali Potensi Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kuliah kerja nyata tematik (KKNT) yang diselenggarakan oleh LLDIKTI Wilayah IV bertujuan untuk bersama-sama dengan mahasiswa membangun desa yang unggul dan mandiri. Program ini terdiri dari beberapa perguruan tinggi dan program studi, salah satunya dari Universitas Bhakti Kencana yang terdiri dari program studi farmasi dan keperawatan. Dalam pelaksanaan KKN ini mahasiswa ditempatkan di salah satu desa di Subang yaitu Desa Sukamandi Kecamatan Sagalaherang. Desa Sukamandi Kecamatan Sagalaherang Kabupaten Subang memiliki sumber daya alam yang potensial untuk dikembangkan. Selain itu banyak daerah yang dapat dikembangkan sebagai destinasi wisata seperti Curug Cibingbin dan Bukit Jamali Park. Mata pencaharian di Desa Sukamandi sendiri yaitu bertani dan berwirausaha. Instalasi kesehatan di Desa Sukamandi yaitu ada bidan desa dan puskesmas setempat.

Dengan dilakukannya observasi ke salah satu instalasi kesehatan setempat dan wawancara yang telah dilakukan didapatkan data riwayat penyakit tertinggi di Desa Sukamandi pada tahun terakhir yaitu penyakit hipertensi dengan angka 793 kasus. Setelah pengumpulan data dari hasil observasi yang dilakukan, diadakanlah program kerja untuk upaya pencegahan penyakit hipertensi secara herbal. Dengan mengangkat tema penyuluhan yaitu “Menggali Potensi Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi”. Adapun tujuan dari kegiatan ini untuk memberikan edukasi mengenai pencegahan terjadinya penyakit hipertensi di masyarakat. Selain informasi tentang pencegahan, terdapat beberapa informasi penting lainnya yang diberikan kepada para warga desa Sukamandi ini di antaranya definisi dari penyakit hipertensi, faktor-faktor dari penyakit hipertensi, gejala ringan

hingga berat dan informasi penting lainnya.

Selain informasi tentang penyakit hipertensi, diadakan pula demonstrasi cara pengolahan tanaman herbal untuk alternatif pengobatan pada penyakit hipertensi. Tanaman herbal yang digunakan dalam penyuluhan ini yaitu Daun Seledri (*Apium graveolens* L.), dan Daun Pandan (*Pandanus amaryllifolius* Roxb L.). Dalam Ilmu Botani, daun seledri dikatakan memiliki kandungan Apigenin yang dapat mencegah penyempitan pembuluh darah dan Phthalides yang dapat mengendurkan otot-otot arteri atau merelaksasi pembuluh darah. Zat tersebut yang mengatur aliran darah sehingga memungkinkan pembuluh darah membesar dan mengurangi tekanan darah. Seledri mengandung *flavonoid*, *saponin*, *tanin* 1%, minyak asiri 0,033%, *flavo-glukosida (apiin)*, *apigenin*, *fitosterol*, *kolin*, *lipase*, *pthalides*, *asparagine*, zat pahit, vitamin (A, B dan C), *apiin*, minyak menguap, *apigenin* dan *alkaloid*.

Apigenin berkhasiat hipotensif. Daun pandan memiliki kandungan *flavonoid* yang memiliki efek hipotensi dengan mekanisme menghambat aktivitas *Angiotensin Converting Enzyme (ACE)* (Panjaitan dan Bintang, 2014). Menurut hasil penelitian dari Mustika et al. (2016) bahwa pemberian daun pandan harum telah mampu menurunkan rerata tekanan darah sistolik dari 161,1 mmHg menjadi 146,1 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 91,8 mmHg menjadi 89,7 mmHg. Berdasarkan penelitian Putriani (2015), hasil yang didapatkan rebusan daun pandan berpengaruh terhadap tekanan darah pada tikus. Meskipun penelitian sebelumnya dilakukan pada tikus, daun pandan wangi ini tidak memiliki efek samping yang berbahaya bagi manusia. Pengolahan daun seledri dan daun pandan sendiri diolah dengan cara dicuci hingga bersih lalu dirajang untuk kemudian direbus hingga mendapatkan hasil air rebusan yang baik setelah itu disaring lalu diminum.



Gambar 4.
Sesi diskusi dan tanya jawab peserta



Gambar 5.

Kegiatan Penyuluhan Menggali Potensi Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi

Terdapat peningkatan pengetahuan dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini. Adapun hasilnya bisa dilihat sebagai berikut:

Tabel 1.

Perbedaan Rata-rata tingkat Pengetahuan Sebelum dan sesudah (n = 30)

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
sebelum	45,00	10,748	1,962
sesudah	87,00	7,497	1,369

Hasil uji paired t-test rata-rata nilai sebelum pemberian materi, tingkat pengetahuan masyarakat sebesar 45 dan nilai rata-rata sesudah diberikan materi adalah 87.

Tabel 2.

Contoh Distribusi tingkat pengetahuan (n = 30)

	Mean	t	df	sig
sebelum	-42,00	-27,163	29	,000
sesudah				

Berdasarkan tabel hasil uji sample Paired t-test terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian materi t - 27,163 dengan signifikansi 0,000 lebih kecil dari alpha 0,05.

Pelaksanaan seminar menggali potensi tanaman herbal mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat dengan rata-rata skornya sebesar 42,00.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

Melalui kegiatan penyuluhan ini masyarakat Dusun 4 Desa Sukamandi mendapatkan pemahaman terkait apa itu hipertensi gejalanya seperti apa dan tentunya cara alternatif penanganan hipertensi melalui pengobatan menggunakan tanaman herbal di sekitar.

BIBLIOGRAFI

- World Health Organization. 2020. *A Global Brief on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis*. Geneva: WHO.
- Tirtasari, S., & Kodim, N. 2019. "Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Indonesia". *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 395– 402.
- Williams B, Mancia G, Spiering W, Agabiti Rosei E, Azizi M, Burnier M, et al. 2018. "ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension". *European Heart Journal*. 2018;39(33):3021–104.
- Hamidah, M., Maulida, P. S., Fauziyah, N. P., Putri, S. G., Nita, P., Azzahra, N., ... & Dela, D. 2023. "Pemanfaatan Tanaman Obat Lokal Dusun Karanganyar Desa Madura Kecamatan Wanareja Kabupaten Cilacap Berbasis Etnofarmasi". *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(3), 1926-1933.
- Sasabone, R., Aulya, Y., & Widowati, R. 2023. "Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Pandan terhadap Tekanan Darah Wanita Lansia Penderita Hipertensi di Nusalaut Maluku Tengah". *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(1), 122-131.
- Lazdia, W. 2020. "Pengaruh rebusan daun seledri untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi". *Empowering Society Journal*. 1(1).

