Edukasi Tentang Pemanfaatan Tanaman Herbal (*Syzygium Polyanthum*) pada Hipertensi di Puskesmas Liwa

Rika Agustina[1], Beniqna Maharani Besmaya[2], Eka Tri Wulandari[3], Rekanita[4], Octa Vera[5]
[1, 4, 5)] Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Aisyah Pringsewu
[2, 3)] Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Aisyah Pringsewu
E-mail: rikaagustina938@aisyahuniversity.ac.id

Abstrak
Hipertensi bisa dikatakan penyakit yang berbahaya karena dapat terjadi tanpa gejala, sehingga bisa ditemukan saat sudah muncul komplikasi. Hasil diagnosa komunitas, masih banyak didapatkan masyarakat yang terkena hipertensi. berdasarkan study lapangan menunjukan masih rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi. tujuan kegiatan ini yaitu memberikan edukasi pada masyarakat untuk mengetahui tanda gejala hipertensi dan dapat melakukan pencegahan. metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui ceramah, edukasi yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan masyarakat diberikan *pretest* dan *posttest*. media yang di gunakaan adalah power point (ppt) dan *leaflet.* kegiatan dilaksanakan pada 20 agustus 2025. hasil nilai *pre tes* peserta sebelum dilakukan sosialisasi adalah 77 dan hasil nilai *post tes* peserta setelah dilakukan sosialisasi adalah 92. dari data tersebut diketahui bahwa msayarakat dapat mengetahui tentang tanda dan bahaya hipertensi apabila diberikan edukasi sebelumnya. saran: tenaga kesehatan dan pihak puskesmas dapat memberikan sosiasliasi secara rutin membantu masyarakat dengan memberikan penyuluhan tentang penyakit hipertensi dan memperhatikan kesehatannya terkhusus permasalahan penyakit hipertensi.

Kata Kunci: Daun Salam, Edukasi, Hipertensi

Abstract
Background: Hypertension can be considered a dangerous disease because it can occur without symptoms, so it is usually discovered only after complications have already arisen. Community diagnosis results show that many people still suffer from hypertension. Based on field studies, public knowledge about hypertension is still low. The purpose of this activity is to educate the public to recognize the signs and symptoms of hypertension and can take preventive measures. The method used in this activity is through lectures, education provided before and after the community activity was given a pretest and posttest. The media used were PowerPoint (PPT) and leaflets. The activity was held on August 20, 2025. The results of the pre-test scores of participants before the socialization were 77 and the results of the post-test scores of participants after the socialization were 92. From these data, it is known that the public can learn about the signs and dangers of hypertension if provided with prior education. Suggestion: Health workers and community health centers can provide regular socialization to help the community by providing counseling about hypertension and paying attention to their health, especially hypertension problems.

Keywords: Bay Leaves, Education, Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi di mana sistol dan diastol melebihi batas normalnya sehingga dapat menimbulkan angka kematian meningkat. Menurut *Joint National Committee* (JNC) VIII, hipertensi adalah tekanan darah > 140 mmHg untuk sistolik dan > 90 mmHg untuk diastolik. Dan komplikasi pada penderita hipertensi yang mungkin timbul akibat hipertensi antara lain penyakit gagal ginjal kronis, gagal, stroke, jantung kongestif, dan jantung coroner (Suzana and Fatriona 2022). Hipertensi yaitu suatu kondisi sangat penting di semua wilayah yang dapat menyebabkan penyakit jantung serta stroke. Hipertensi merupakan masalah yang begitu sangat penting karena seringkali kita tidak menyadarinya (WADE, C. (2023)

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa tahun 2018 sebanyak 1,13 miliar orang di Dunia menderita hipertensi dan 2/3 diantaranya berada di negara berkembang yang

berpenghasilan rendah sampai sedang. Jika tidak ada upaya yang dilakukan dengan tepat, maka diprediksi pada tahun 2025 akan ada 1,6 miliar orang (29%) di dunia menderita hipertensi. Setiap tahunnya tekanan darah tinggi membunuh sekitar 8 juta orang, dimana di Asia Tenggara, termasuk Indonesia terdapat 1,5 juta kasus kematian (WHO, 2020) Prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 13,2%, kelompok usia 18-24 tahun sebesar 15,6%, 20,1% umur 25-34 tahun, 31,7% umur 35-44 tahun, 45,2% umur 45-54 tahun, 55,35 umur 55-64 tahun, untuk usia 65-74 tahun 63,2%, dan penduduk usia ≥75 tahun adalah 69,5%, hal ini diasumsikan bahwa hipertensi meningkat sesuai dengan bertambahnya usia seseorang (Kemenkes, 2018)

Tekanan darah tinggi di arteri yang disebabkan oleh berbagai faktor, seperti jenis kelamin, genetika, usia, dan gaya hidup, dikenal sebagai hipertensi. Rhamadan dkk (2022). Hipertensi memiliki gejala yang sangat beragam, mulai dari tidak ada sama sekali hingga sakit kepala atau rasa berat pada leher, pusing, jantung berdebar, kelelahan, pandangan kabur, telinga berdenging, dan mimisann (Kemenkes RI, (2019).

Terapi farmakologi yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian obat anti hipertensi seperti: *alfa-blocker, diuretic, vasodilator, beta-blocker, ACE-Inhibitor, angiotensin II blocker*. Obat obat tersebut selain harganya mahal, juga memiliki dampak jangka panjang berupa efek samping. Selain itu penggunaan obat juga mesti dilakukan dalam jangka waktu yang lama atau seumur hidup. Selain terapi obat ada juga terapi bukan obat atau masyarakat biasa menyebutnya dengan istilah pengobatan herbal atau pengobatan tradisional, seperti terapi air rebusan daun alpukat yang menurut hasil penelitian mampu mengontrol tekanan darah penderita hipertensi. Selain terapi daun alpukat, juga ada terapi air rebusan daun salam yang akhir ini penelitian menunjukan potensi untuk dijadikan sebagai terapi untuk menurunkan tekanan darah (Hidayat, 2018).

Hasil penelitian ini menunjukan rerata tekanan darah sebelum dilakukan pemberian rebusan air daun salam (*pretest*) pada kelompok perlakuan adalah 157,50/96,87 mmHg dan pada kelompok kontrol sebesar 158,33/97,22 mmHg. Sedangkan rerata tekanan darah sesudah pemberian air rebusan daun salam pada kelompok perlakuan sebesar 139,37/91,25 mmHg dan pada kelompok kontrol sebesar 156,66/97,77 mmHg. Berdasarkan uji statistik antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol didapatkan p-value 0,000. Sehinga disimpulkan Ada pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada usia dewasa penderita hipertensi (Azim, 2022).

Menurut penelitian, *flavonoid* adalah salah satu zat kimia yang terkandung dalam daun salam, dimana *flavonoid* itu sendiri mengandung *zat quartzertin*, yang bertindak sebagai *vasodilator, antiplatelet, antiproliferatif* yang mampu menormalkan tekanan darah, memperbaiki hasil oksidasi tubuh dan juga dapat memperbaiki organ yang rusak akibat tekanan darah tinggi. Disimpulkan bahwa *flavonoid* dapat digunakan untuk mengurangi risiko serangan jantung dan stroke (Dafriani, 2016).

Penanganan yang tepat mengenai penyakit hipertensi, merupakan hal penting agar hipertensi dapat dicegah/kendalikan dengan benar, berdasarkan permasalahan di atas, kelompok bermaksud memberikan eedukasi dan meningkatkan keterapilan masyarakat dalam penanganan hipertensi dengan daun salam secara mandiri. Diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan warga mengenai penyakit hipertensi dapat meningkatkan kewaspadaan dan kesadaran warga terhadap bahaya hipertensi dan pentingnya pengobatan hipertensi.

Puskesmas adalah fasilitas pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif, untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya di wilayah kerjanya. Puskesmas mempunyai tugas melaksanakan kebijakan kesehatan untuk mencapai tujuan pembangunan kesehatan di wilayahnya dalam rangka mendukung terwujudnya kecamatan sehat. Puskesmas Liwa adalah puskesmas rawat inap yang berlokasi di Jln. Letjen Soeprapto No.1, Pekon Sebarus, Kecamatan Balik Bukit, Kabupaten Lampung Barat. Wilayah kerjanya mencakup 10 pekon dan 2 kelurahan dengan luas 32,53 km² serta jumlah penduduk 38.151 jiwa.

Berdasarkan 10 penyakit terbesar di Puskesmas Liwa tahun 2021**,** hipertensi menempati urutan pertama dengan jumlah kasus 752 pasien**.** Untuk menanggulangi hal ini, Puskesmas Liwa telah membentuk 15 Posbindu PTM di seluruh pekon dan kelurahan wilayah kerja. Kegiatan di Posbindu meliputi pengukuran tekanan darah, gula darah, IMT, senam bersama, pemberian vitamin, serta penyuluhan kesehatan. Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama di wilayah kerja

Puskesmas Liwa, dan upaya pengendaliannya dilakukan melalui program PTM dan Posbindu yang berfokus pada deteksi dini serta pencegahan komplikasi.

METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan adalah dengan memberikan penyuluhan kepada masyarakat. Tahap persiapan merupakan tahap awal sebelum pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Dalam tahap ini ada beberapa hal yang dilakukan, yakni koordinasi internal, dilakukan oleh tim untuk merencanakan pelaksanaan secara konseptual, operasional, serta *job description* masing-masing anggota, melakukan perizinan, membuat *whatsapp* grup serta mengundang masyarakat sasaran. Selanjutnya tim menyusun kuesioner *pre-test* dan *post-test*, materi, dan media yang digunakan untuk kegiatan penyuluhan adalah *Leaflet* dan PPT. Kegiatan ini di lakukan di Puskesmas Liwa.

Kegiatan ini dilaksanakan setelah semua perizinan dan persiapan sarana dan prasarana sudah siap. Penyuluhan dilakukan melalui dengan menggunakan media berupa poster, *slide powerpoint* dan *Leaflet* yang berisi mengenai penjelasan penyakit hipertensi, gejala, penyebab, faktor risiko, penangaanan.

Sebelum diberikan materi, diberikan terlebih dahulu soal *pre-test* kepada masyarakat dengan kueesioner untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan masyarakat tentang materi yang akan disampaikan oleh tim. Kegiatan tanya jawab dilakukan setelah penyajian materi. Para peserta dapat langsung berdiskusi dengan para pemateri secara langsung dan sharing pengalaman terkait dengan masalah yang tengah dibahas dalam materi bersangkutan. Setelah kegiatan diskusi selesai dilakukan, kemudian dibagikan soal post-test terkait materi yang telah disampaikan oleh tim.

Kegiatan ini ditulis berdasarkan rincian waktu yang telah dilaksanakan sesuai dengan rundown dan rencana yang telah ditentukan. Setelah semua kegiatan yang telah direncanakan terlaksana, ketua tim Pengabdian Masyarakat menutup program dan memberikan pesan kepada segenap peserta penyuluhan untuk menerapkan apa yang telah didapatkan untuk dalam hal pencegahan dan pengendalian hipertensi. Pukul 09.00-09.05 kegiatan dibuka oleh *Master Ceremony* (2 orang) dan dilanjutkan dengan tilawah surat Al-Baqarah ayat 168. Kemudian pada pukul 9.05-9.30 acara langsung dilanjut ke perkenalan. Rangkaian acara pun dilanjut pukul 09.30 - 09.50 dilaksanakan pretest tentang pengetahuan mereka terkait rokok. Soal pretest ini berisi 15 butir pertanyaan dimana setiap butirnya memberikan pilihan benar dan salah. Peserta terlihat serius mengerjakannya dan mengerjakan sesuai kemampuan mereka tanpa contek kiri kanan.

Setelah selesai melaksanakan pretest, pada pukul 09.50-10.30 acara dilanjut dengan mmembagikan Leaflet dan menampilkan PPT yang berisi penjelasan penyakit hipertensi, gejala, penyebab, faktor risiko, penangaanan. Kemmudian di laanjutkan dengan materi fokus pada penanganan dengan komplementer daun salam pada hipertensi. Setelah, pukul 10.30 -11.00 acara dilanjut dengan diskusi tentang pebuataan rebusan daun salam. Dalam diskusi ini fasilitator berdiskusi dengan peserta sambil bertanya.

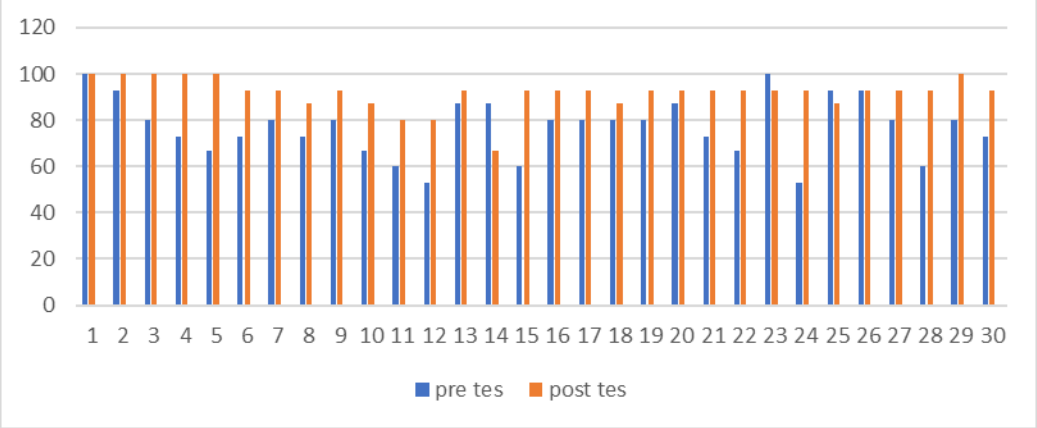
Sesi diskusi pun selesai pukul 11.00, kemudian dilanjut pukul 11.00-11.15 yaitu *review* materi yang sudah dijelaskan. Proses *review* dijelaskan dengan bahasa yang lebih sederhana. Selain itu, untuk peserta yang berani menjawab ketika ditanya oleh narasumber diberi hadiah. Pukul 11.15 – 11.40 acara dilanjutkan dengan *posttest*. Soal *posttest* sama dengan soal *pretest* sebelumnya, peserta terlihat serius mengerjakan posttest yang diberikan. Dan akhirnya kegiatan pengabdian masyarakat ini resmi ditutup pukul 11:40 WIB. Sebelum semua bubar dan beranjak dari tempat, kegiatan diakhiri oleh sesi foto bersama dengan peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi dan upaya peenanganan dirumah dengan daun salam memberikan hasil sebagai berikut: 1) Peningkatan pengetahuan hipertensi, 2) Meningkatkan keterampilan masyarakat dalam melakukan penanganan secara mandiri dengan daun salam 3) Peserta diharapkan dapat menularkan ilmu pengetahuantentang hipertensi dan pembuatan daun salam.

Sebelum sosialisasi dimulai, peserta diberi kuisioner (*pre-test*) untuk mengetahui sejauh mana peserta tersebut memahami tentang hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi. Diperoleh hasil nilai *pre tes* peserta sebelum dilakukan sosialisasi adalah 77 dan hasil *post tes* peserta setelah

dilakukan sosialisasi adalah 92, hasil tersebut menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan. Sebagian besar peserta sedikit banyak telah memahami hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi.



Media lainnya yaitu *Leaflet* , merupakan berbentuk buku kecil. Leaflet biasanya digunakan untuk topik dimana terdapat minat yang cukup tinggi terhadap suatu kelompok sasaran. Ciri lain dari *Leaflet* yaitu buku berukuran kecil dan tipis, berisi informasi yang dilengkapi dengan gambar, dilengkapi penjelasan yang ringkas dan sistematis, berisi informasi pokok tentang hal yang dipelajari sehingga mudah dipahami, ekonomis dalam arti waktu dalam memperoleh informasi, seseorang mendapat informasi dengan caranya sendiri (Suprapto, 2022).

Penyuluhan merupakan suatu proses pembelajaran kepada masyarakat guna mencapai tujuan yang diharapkan. Penyuluhan merupakan usaha untuk mengubah pengetahuan, sikap, kebiasaan dan keterampilan dengan membantu, mempengaruhi dan memotivasi masyarakat sehingga dapat meningkatkan taraf hidupnya. Penyuluhan merupakan pendidikan yang diselenggarakan secara sistematis ditujukan pada masyarakat agar mau, mampu dan berswadaya dalam memperbaiki atau meningkatkan kesejahteraan keluarganya dan masyarakat luas (Avessina et al., 2018).

Pengetahuan merupakan faktor yang penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Melalui penyuluhan diharapkan perilaku kesehatan warga juga berubah untuk mendukung penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Di sisi lain pendidikan kesehatan juga sebagai tindakan pencegahan terhadap seseorang yang memiliki risiko dan potensi terjangkit penyakit hipertensi. Berbagai cara dalam menyampaikan informasi, diantaranya melalui penyampaian pendidikan kesehatan dengan penyuluhan. Penyuluhan dengan metode ceramah adalah cara yang paling sering dilakukan dan terbatas oleh waktu, namun media *whatsapp* adalah media komunikasi yang digunakan sehari-hari oleh banyak orang di hampir semua Negara. Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku ini, salah satunya adalah sikap dan pengetahuan (Ariestantia & Utami, 2020).



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 2. Dokumentasi Setelah Kegiatan

Monitoring dari program ini adalah dengan selalu membooster pengetahuan masyarakat pada saat penyuluhan dan memberikan kuesioner untuk mengetahui sejauh mana keefektifitasan kegiatan penyuluhan yang sudah terjalankan, serta apakah ada kendala atau hambatan selama mengikuti program ini. Penilaian keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari peningkatan

pengetahuan seperti peningkatan pengetahuan masyarakat sasaran untuk menangani permasalahan penyakit Hipertensi sebagai bentuk evaluasi dari kegiatan penyuluhan ini. Hasil perhitungan keberhasilan program ini ditinjau dari pengisian kuesioner. Pemberian kuesioner dilaksanakan dua kali yaitu pada saat sebelum penyuluhan (*pre-test*) dan sesudah penyuluhan (*post-test*). Tujuan dilaksanakannya evaluasi ini yaitu untuk menentukan keberhasilan kegiatan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan terhadap 30 responden, didapatkan hasil *pre tes* peserta sebelum dilakukan sosialisasi adalah 77 dan hasil *post tes* peserta setelah dilakukan sosialisasi adalah 92, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil pada kegiatan pengabdian ini bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap masyarakat tentang penyakit hipertensi. Diharapkan tenaga kesehatan dan pihak puskesmas dapat membantu masyarakat dengan memberikan penyuluhan tentang penyakit hipertensi dan memperhatikan kesehatannya terkhusus permasalahan penyakit hipertensi.

SARAN

Disarankan pihak puskesmas dapat membantu masyarakat dengan memberikan penyuluhan tentang penyakit hipertensi yang terjadwal secara rutin dan memperhatikan kesehatannya terkhusus permasalahan penyakit hipertensi dimulai dengan menghindari faktor risiko penyakit hipertensi seperti kebiasaan merokok, stres, kemudian melakukan pemeriksaan tekanan darah rutin ke pelayanan kesehatan terdekat, menjaga pola makan dan melakukan pencegahan salah satunya dengan aktivitas fisik.

DAFTAR PUSTAKA

Ach Faruk Alrosyidi, & Kurniasari, S. (2020). *Pelaksanaan Standar Pelayanan Kefarmasian di Apotek Kabupaten Pamekasan Tahun 2020*. *Journal of Pharmacy and Science*, 5(2), 55–59. https://doi.org/10.53342/pharmasci.v5i2.180

Andoko dan Pangesti, D.N., 2020. *'Efektifitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi'*, The Journal of Holistic Healthcare, 10(2):1-4.

Ariestantia, D., & Utami, P. B. (2020). *Whatsapp Sebagai Pendidikan Kesehatan Dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Mp-Asi*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 12(2), 983–987. https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.436

Arifin, M., Weta, I. W., & Ratnawati, N. (2016). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada kelompok lanjut usia di wilayah kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung tahun 2016*. E-Jurnal Medika, 5(7), 1395–2303. https://www.academia.edu/download/56647324/21559-1-41908-1-10-20160702.pdf

Avessina, M. J., Kustari, S. A., & Anisa, Z. (2018). *Pemberdayaan Masyarakat Melalui Komunikasi Penyuluhan*. Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat, 2(3). https://doi.org/10.32832/abdidos.v2i3.189

Dafriani, P., 2019. *Pendekatan Herbal dalam Mengatasi Hipertensi*. Padang: CV Berkah Prima.

Ekasari (2020) *h i p e r t e n s i: Kenali Penyebab, Tanda Gejala*. Jakarta: EGC ISBN/ISSN 978-979-044-012-8.

Kowalak, J., Welsh, W., Mayer, B., & Hartono, A. (2017). *Buku Ajar Patofisiologi.*

NCCIH 2016. '*National Center for Complementary and Intregative Health*'. Retrieved from https://nccih.nih.gov/about/ataglance

Nurtanti, S., & Sulistiyoningsih, S. (2022). *Efektivitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. Jurnal Keperawatan Gsh, *11*(2), 34-39.

Rohmawati, N. D. L., Kep, M., & Kep, S. (2021). *Terapi Komplementer untuk Menurunkan Tekanan Darah (Evidence Based Practice)*. Media Sains Indonesia.

Safitri, T., Nurhayati, I., & Rejo, R. (2024). *Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Salam untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi pada Lansia: Literatur Review*. *Journal of Language and Health*, *5*(2), 543-550