

Penyuluhan Penggunaan Obat Hipertensi dan Pembuatan Minuman Anti Hipertensi Kepada Masyarakat di Desa Sawahan, Ngemplak, Boyolali

Widya Damayanti¹, Anggraini Ayu Mahardika², Ayu Fitriani³, Salma Mayza Putri⁴, Savista Larasati⁵, Iwan Setiawan⁶, Ovikariani⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} STIKES Nasional, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Ayu Fitriani

E-mail: fitrianiayu487@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling umum dan menjadi tantangan bagi masyarakat Desa Sawahan, Ngemplak, Boyolali. Terdapat dua pendekatan untuk pengobatan hipertensi yaitu pendekatan farmakologi dengan menggunakan obat-obatan untuk menurunkan tekanan darah dan pendekatan non-farmakologi dengan modifikasi gaya hidup dan penggunaan ramuan obat tradisional untuk mengatasi hipertensi. Kegiatan yang dilakukan ini diminati oleh peserta dikarenakan peserta mendapatkan pengetahuan terkait hipertensi dan tanaman obat tradisional sebagai antihipertensi. Peserta mendapatkan pengalaman tentang demonstrasi produk inovasi "Teh Herba Daun Salam" serta peserta juga mendapatkan produk inovasi yang telah dibuat. Peserta mengalami peningkatan ilmu pengetahuan dikarenakan telah menyimak materi yang telah dipaparkan dari awal hingga akhir yang dibuktikan dengan perbandingan hasil pre test dan post tes. Hasil uji statistik paired samples T-Test menunjukkan nilai sig (2-tailed) 0,000 maka nilai signifikan <0,05 yang berarti ada perbedaan signifikan antara hasil pre test dan post test yang dimana rata-rata nilai post test lebih tinggi dibanding pre test. Peserta kegiatan ini adalah ibu-ibu PKK Desa Sawahan yang mendapatkan pengalaman yang menarik, hal ini dibuktikan dari hasil pengisian kuisisioner yang menyatakan bahwa acara yang diselenggarakan sudah memuaskan.

Kata kunci– desa Sawahan, pengabdian, hipertensi, kesehatan, obat tradisional

Abstract

Hypertension is one of the most common non-communicable diseases and is a challenge for the people of Sawahan Village, Ngemplak, Boyolali. There are two approaches to treating hypertension, namely a pharmacological approach using drugs to lower blood pressure and a non-pharmacological approach using lifestyle modifications and the use of traditional medicinal herbs to treat hypertension. This activity is of interest to participants because participants gain knowledge regarding hypertension and traditional medicinal plants as antihypertensives. Participants gained experience in demonstrating the innovative product "Bail Leaf Herbal Tea" and participants also received innovative products that had been made. Participants experienced an increase in knowledge because they had listened to the material presented from start to finish as evidenced by a comparison of pre-test and post-test results. The results of the paired samples T-Test statistical test show a sig (2-tailed) value of 0.000, so the significant value is <0.05, which means there is a significant difference between the pre-test and post-test results, where the average post-test value is higher than the pre-test. The participants in this activity were PKK women from Sawahan Village who had an interesting experience, this was proven by the results of filling out the questionnaire which stated that the event held was satisfactory.

Keywords- Sawahan village, devotion, hypertension, health, traditional medicine

PENDAHULUAN

Desa Sawahan, yang terletak di Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali, terdiri dari 20 pedukuhan dan memiliki luas area sekitar 2,66 km². Pada tahun 2023, populasi Desa Sawahan mencapai 11.500 jiwa, dengan kepadatan penduduk sekitar 4.300 jiwa/km². Desa ini dikenal memiliki lahan pertanian yang subur serta sistem irigasi yang baik, mendukung keberlanjutan pertanian lokal. Fasilitas yang tersedia di desa ini mencakup posyandu, masjid, gereja, dan sekolah dasar. Desa Sawahan sendiri mengalami tingkat penderita hipertensi yang cukup signifikan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa KKN bertujuan untuk memberikan dampak positif bagi warga desa. Keterlibatan RT, RW, dan Kelurahan dalam mendata warga sangat membantu dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penyakit ini. Selain itu, program KKN ini juga bertujuan untuk melibatkan mahasiswa dalam memberikan edukasi mengenai pembuatan minuman antihipertensi dari daun salam sebagai alternatif penanganan gejala hipertensi.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling umum dan menjadi tantangan serius bagi masyarakat. Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 972 juta orang di dunia menderita hipertensi, yang mencakup 26,4% dari populasi global. Dari jumlah tersebut, 333 juta berada di negara maju, sementara 639 juta berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Diperkirakan angka ini akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025. Dalam pengobatan hipertensi, terdapat dua pendekatan utama: farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan farmakologi melibatkan penggunaan obat-obatan untuk menurunkan dan mengontrol tekanan darah. Di sisi lain, pendekatan non-farmakologi mencakup modifikasi gaya hidup, seperti olahraga teratur, mengurangi konsumsi garam, dan menjaga asupan cairan yang cukup. Salah satu cara non-farmakologi yang menarik adalah memanfaatkan tanaman herbal, khususnya daun salam (*Syzygium polyanthum*).

Daun salam dikenal memiliki banyak manfaat, seperti menurunkan kolesterol, mencegah pembentukan batu ginjal, mengatur kadar gula darah, dan berfungsi sebagai antihipertensi. Penelitian menunjukkan bahwa daun salam dapat signifikan menurunkan tekanan darah, baik sistolik maupun diastolik. Namun, pemanfaatan daun salam di kalangan masyarakat Desa Sawahan masih tergolong rendah. Hal ini disebabkan oleh kurangnya edukasi mengenai penggunaan daun salam sebagai olahan, seperti teh herbal, untuk pencegahan dan pengobatan hipertensi.

Menyikapi permasalahan tersebut, diperlukan sosialisasi dan edukasi yang sederhana dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari di Desa Sawahan. Dengan potensi melimpah dari tanaman daun salam yang tersedia, program penyuluhan ini dapat menjadi solusi efektif dalam menangani penyakit hipertensi. Penyuluhan yang akan dilakukan mencakup penjelasan mengenai hipertensi dan pelatihan pemanfaatan daun salam menjadi minuman teh herbal. Program ini ditujukan khusus untuk masyarakat yang menderita hipertensi, dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka terhadap kesehatan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 29 Juni 2024 di Desa Sawahan, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali, Provinsi Jawa Tengah dengan kegiatan workshop pembuatan minuman herbal dari daun salam dan memanfaatkan daun stevia sebagai pemanis pengganti gula. Penyampaian materi dan *workshop* dilakukan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti, sehingga masyarakat dapat memperoleh informasi secara lengkap dan jelas. Target peserta dalam kegiatan pengabdian ini adalah penderita hipertensi dan masyarakat di wilayah Desa Sawahan, Ngemplak, Boyolali sejumlah 17 orang.

Penyuluhan dilaksanakan secara luring dengan menyampaikan materi, sesi tanya jawab dan demonstrasi pembuatan produk. Materi yang disampaikan mencakup gambaran umum tentang hipertensi, terapi farmakologi, terapi non farmakologi serta faktor risiko yang dapat disebabkan oleh

hipertensi. Sebelum dan setelah penyuluhan, diadakan tes (*pre-test* dan *post-test*) yang bertujuan untuk mengukur pemahaman peserta mengenai materi yang telah disampaikan.

Pada akhir sesi, akan dilakukan demonstrasi pembuatan produk berupa minuman herbal penurun tekanan darah dan daun stevia sebagai alternatif pengganti gula. Bagian dari tanaman salam dan tanaman stevia yang digunakan adalah bagian daunnya. Kemudian warga Desa Sawahan akan menerima bibit tanaman stevia dengan tujuan agar warga Desa Sawahan dapat menanam dan mengelolanya sehingga bermanfaat bagi masyarakat.

Evaluasi kegiatan dilakukan setelah penyuluhan selesai, dilakukan dengan cara menganalisis nilai *pre-test* dan *post-test* yang dikerjakan oleh peserta. Nilai *pre-test* dan *post-test* tersebut akan dibandingkan dan diuji secara statistik untuk menilai keberhasilan kegiatan ini. Indikator keberhasilan dari pengabdian ini mencakup jumlah kehadiran peserta minimal 30 orang, minimal 4 peserta yang bertanya dan adanya peningkatan skor antara *pre-test* dan *post-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diselenggarakan di Desa Sawahan, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali, Provinsi Jawa Tengah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan observasi ke mitra serta diskusi dengan perangkat Desa Sawahan terkait program kerja yang direncanakan untuk mencegah permasalahan hipertensi di kalangan warga desa, terutama bagi mereka yang sudah mengidap penyakit tersebut. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan penyuluhan melalui seminar dan *workshop* kepada masyarakat di Desa Sawahan mengenai hipertensi serta pemanfaatan daun salam sebagai minuman herbal penurun tekanan darah dan daun stevia sebagai alternatif pengganti gula. Seminar dan *workshop* dilaksanakan secara langsung di lokasi Desa Sawahan.

Pada kegiatan ini peserta diberikan materi terlebih dahulu yang disampaikan oleh Anggraini dan Widya dengan materi tentang pengobatan hipertensi dan faktor risiko hipertensi. Pemberian materi kepada peserta ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan wawasan peserta mengenai bahaya permasalahan hipertensi.



Gambar 1.

Penyampaian materi pengobatan hipertensi dan faktor risiko hipertensi

Setelah sesi pemaparan materi kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Materi hipertensi ini merupakan hal yang umum terjadi di masyarakat, maka banyak peserta yang

bertanya terkait apakah hipertensi bisa sembuh, apakah penyebab hipertensi, apakah obat hipertensi dikonsumsi seumur hidup serta apakah remaja bisa terkena hipertensi.



Gambar 2.

Sesi diskusi dan tanya jawab

Setelah sesi diskusi dan tanya jawab, dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan daun salam sebagai minuman herbal penurun tekanan darah dan daun stevia sebagai alternatif pengganti gula. Demonstrasi pembuatan minuman herbal ini bertujuan agar peserta tahu cara membuat minuman herbal daun salam dengan benar. Daun salam merupakan salah satu tanaman obat keluarga yang mudah didapat. Selain berfungsi sebagai bahan masakan, daun salam juga mempunyai salah satu fungsi untuk menurunkan tekanan darah. Kandungan daun salam yaitu saponin, triterpene, flavonoid, tanin, alkaloid minyak atsiri (seskuiterpen, lakton, dan fenol) yang dipercaya dapat menurunkan tekanan darah. Untuk efek penurunan tekanan darah, daun salam dapat diolah dengan direbus. Tahapan pembuatan minuman herbal daun salam sebagai berikut :

1. Disiapkan alat dan bahan yang digunakan sesuai tabel 1 dan tabel 2. Daun salam dan daun stevia dicuci terlebih dahulu
2. Dimasukkan air sebanyak 300 ml
3. Dimasukkan 10 lembar daun salam segar
4. Direbus hingga kurang lebih tersisa 200 ml
5. Dimasukkan daun stevia segar sebanyak 2-3 genggam tangan
6. Minuman herbal siap disajikan

Tabel 1.

Alat Pembuatan Minuman Herbal Penurun Tekanan Darah

No.	Alat	Jumlah
1.	Panci	1
2.	Gelas	1
3.	Sendok	1
4.	Kompot	1

Tabel 2.

Bahan Pembuatan Minuman Herbal Penurun Tekanan Darah

No.	Bahan	Jumlah
1.	Daun Salam	10 lembar
2.	Daun Stevia	2-3 genggam tangan
3.	Air	300 ml



Gambar 3.

Hasil Produk Minuman Herbal Daun Salam

Berdasarkan jadwal, merode dan pelaksanaan program pengabdian yang telah dilakukan yaitu pada hari Sabtu, 29 Juni 2024 di Kelurahan Desa Sawahan, Ngemplak, Boyolali, kegiatan ini dihadiri oleh 17 peserta. Sebelum dan setelah pemaparan materi, peserta mengerjakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui pemahaman dan kemampuan peserta mengenai hipertensi. Banyak peserta yang memperoleh nilai *post-test* diatas rata-rata dan nilai tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan nilai *pre-test*. Rata-rata nilai *pre-test* yang diperoleh adalah 79,35 dari total 15 soal, sementara rata-rata nilai *post-test* mencapai 85,52 dengan jumlah soal yang sama.

Dalam sesi diskusi dan tanya jawab peserta yang aktif berpartisipasi diberikan *doorprize* seperti yang terlihat pada Gambar 4. Pemberian *doorprize* ini merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan perhatian peserta dalam memahami materi yang disampaikan. Di akhir kegiatan dilakukan foto bersama yang dapat dilihat pada Gambar 5.



Gambar 4.
Penyerahan Doorprize kepada Peserta



Gambar 5.
Sesi Foto Bersama Peserta

Pengetahuan peserta mengenai materi hipertensi dan pembuatan minuman herbal berhasil ditingkatkan yang dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai kuis yang signifikan berdasarkan analisis menggunakan *software* SPSS. Hasil analisis *pre-test* dan *post-test* dari *paired sample test* dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3.
Hasil *Paired Sample Test*

		Paired Samples Test							
		Paired Differences		95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
Pair 1	pretest- posttest	-6.17647	5.92912	1.43802	-9.22494	-3.12800	-4.295	16	.001

Berdasarkan Tabel 3, terlihat bahwa pada kolom 'Sig. (2 tailed)' diperoleh nilai $p = 0,001$ yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan adanya perubahan signifikan antara hasil pre-test dan post-test peserta yang mengindikasikan peningkatan dari program pengabdian kepada masyarakat mengenai hipertensi dan pembuatan minuman herbal penurun tekanan darah di Desa Sawahan, Ngemplak, Boyolali. Kegiatan yang berlangsung berjalan dengan baik, dengan partisipasi aktif dari peserta. Para peserta juga sangat puas dengan acara ini karena materi yang disampaikan sangat bermanfaat, terutama bagi mereka yang mengalami masalah hipertensi. Diharapkan kegiatan ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada masyarakat tentang penyakit hipertensi serta masyarakat juga diharapkan mempelajari cara membuat minuman herbal penurun tekanan darah dan daun stevia sebagai pemanis pengganti gula.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan mendapat antusias dan respon yang baik dari peserta. Tujuan kegiatan pengabdian telah tercapai dengan baik, hal ini ditandai dengan adanya peningkatan nilai post test setelah peserta diberikan materi terkait penyakit Hipertensi dan tanaman obat untuk membantu menurunkan hipertensi. Sebagai tambahan untuk meningkatkan efektivitas dan keberlanjutan kegiatan ini, disarankan untuk menambahkan beberapa aktivitas berikut: sesi praktik langsung mengenai cara menanam dan mengolah tanaman obat yang bermanfaat menurunkan hipertensi; workshop gaya hidup sehat yang meliputi pola makan, olahraga, dan manajemen stres; penyuluhan kesehatan yang mencakup pemeriksaan tekanan darah gratis; pembentukan kelompok pendampingan untuk saling mendukung dalam menerapkan gaya hidup sehat; serta kampanye kesadaran kesehatan di masyarakat melalui berbagai media. Dengan penambahan kegiatan ini, diharapkan peserta dapat lebih memahami dan menerapkan cara-cara efektif dalam mengelola hipertensi secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan rasa syukur yang mendalam, kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dan mendukung pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih yang tulus kami sampaikan kepada masyarakat yang telah menerima program pengabdian ini dengan baik. Partisipasi aktif dan keterlibatan masyarakat sangat berarti dan memberikan dampak positif yang besar. Kami sangat menghargai kerjasama dan antusiasme yang ditunjukkan oleh seluruh masyarakat. Kami juga tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan masukan, saran, dan dukungan lainnya selama proses pelaksanaan program. Kritik dan rekomendasi yang membangun sangat membantu kami dalam meningkatkan kualitas program pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, M. H. B. M., Weta, I. W., & Ratnawati, N. L. K. A. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Lanjut. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung Tahun 2016*, 5(7), 237–242.
- Caso, A. (2013). Pengaruh Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Journal of Petrology*, 369(1), 1689–1699.
- Dafriani, P. (2016). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum* Wight Walp) terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 7(2), 25–34.
- Haekal, M., Daffa Alifio, M., Syahrul Zain, M., Ahmad, N., & Perdana Susanto, R. (2021). Upaya pengendalian dan pencegahan penyakit hipertensi pada keluarga. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 60–66. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v1i1.14>

- Limanto, A. (2017). Stevia, Pemanis Pengganti Gula dari Tanaman Stevia rebaudiana. *Kedokteran Meditek*, 23(61), 1–12.
- Murwani, A., Alfiyanti, N., Hikmawati, A. N., & Mashunatul, A. (2023). Therapeutic Analysis of Bay Leaf Decoction as an Intervention of Acute Pain Nursing Problems With Hypertension. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 361–366. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.1092>
- Nurtanti and Susana (2022) 'Efektivitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi', *Jurnal Keperawatan GSH*, 11(2), p. 38.
- Putri, M., Ludiana, & Ayubbana, S. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), 246–254.
- Raini, M., & Isnawati, A. (2012). Kajian: Khasiat Dan Keamanan Stevia Sebagai Pemanis Pengganti Gula. *Media of Health Research and Development*, 21(4 Des), 145–156.
- Rhamadan, R., Restiana, N., & Bahrudin, U. (2022). Penerapan Rebusan Daun Salam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pasirlaja. *Healthcare Nursing Journal*, 4(2), 159.
- Ristyning, Putu, Ayu Sangging, Mai Rista, and Nila Sari. (2017). "Efektivitas Teh Daun Sirsak (*Annona Muricata* Linn) Terhadap Hipertensi." *Majority* 6(2):49-54.
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Sainatika*, 3(1), 119. <https://doi.org/10.30633/jas.v3i1.1069>.
- Yonata, A., Satria, A., & Pratama, P. (2016). Arif Satria Putra Pratama dan Ade Yonata | Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke Majority. *Jurnal Majority*, 5(3), 17.