

PEMANFAATAN DAUN SELEDRI DIPEKARANGAN RUMAH UNTUK PENGONTROLAN TEKANAN DARAH DAN MEMBANTU PEREKONOMIAN KELUARGA

Andri Kusuma Wijaya¹, Eva Oktavidiati², & Larra Fredrika³

^{1,3}Program Studi Ilmu Keperawatan

²Program Studi Agroteknologi

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Corresponding author : andriwijaya@umb.ac.id

ABSTRAK

Penyakit hipertensi disederhanakan dengan sebutan tekanan darah tinggi level 140 mm Hg atau lebih dan tekanan darah diastolic pada level 90 mm Hg atau lebih. Hipertensi dapat menyerang hampir semua golongan masyarakat diseluruh dunia, dimana jumlah masyarakat yang mengalami hipertensi semakin bertambah dari tahun ke tahun. Upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka kejadian hipertensi diantaranya melakukan kegiatan pengukuran tekanan darah atau pemeriksaan kesehatan, penyuluhan mengenai penyakit hipertensi dan pengobatan atau penanganan untuk menurunkan tekanan darah. Upaya lain yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi antara lain monitoring tekanan darah secara teratur, program hidup sehat tanpa asap rokok, diet sehat dengan kalori yang seimbang melalui konsumsi tinggi serat, rendah lemak dan rendah garam. Kegiatan ini bertujuan Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi dan mengontrol peningkatan tekanan darah serta membantu masyarakat dalam membudidayakan seledri di Desa Serumbang Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara. Adapun tahapan kegiatannya adalah melakukan pengkajian hipertensi, mengajak masyarakat mengikuti kegiatan senam hipertensi, penyuluhan tentang hipertensi, pemanfaatan tanaman seledri untuk mengontrol tekanan darah, serta pembudidayaan tanaman seledri. Hasil dari kegiatan ini adalah masyarakat memahami tentang penyakit hipertensi mulai dari definisi, etiologi, manifestasi klinis, pemeriksaan diagnostik, pencegahan serta pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan memanfaatkan daun seledri serta terlaksananya budi daya tanaman seledri di pekarangan rumah masyarakat desa Serumbang Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara.

Kata Kunci : Tekanan Darah, Seledri

1. Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian dini diseluruh dunia sehingga disebut sebagai “*silent killer*”, karena seringkali penderita Hipertensi tidak merasakan gejala apapun. Diseluruh dunia, Hampir satu miliar orang meninggal setiap tahunnya, dua pertiga dari penderita Hipertensi terdapat di Negara berkembang dan diperkirakan pada tahun 2025 akan

ada 1,56 miliar orang dewasa yang mengalami hipertensi. Hipertensi dapat membunuh hampir 8 juta orang setiap tahun dan di Asia Tenggara hampir 1,5 juta orang dan atau sepertiga penduduk mengalami Hipertensi (WHO, 2011).

Hipertensi dapat menyerang hampir semua golongan masyarakat diseluruh dunia, dimana jumlah masyarakat yang mengalami hipertensi semakin bertambah

dari tahun ke tahun. Di Amerika, menurut *National Health and Nutrition Examination Survey III (NHNES III)* paling sedikit 30% penderita hipertensi sebagian besar tidak menyadari kondisi mereka, dan hanya 31% penderita yang diobati mencapai target tekanan darah yang diinginkan dibawah 140/90 mmHg. Berdasarkan penelitian dari *American Hypertension Association* (2006) hanya 68% penderita hipertensi tahu bahwa mereka menderita hipertensi dan sisanya sama sekali tidak tahu bahwa mereka menderita hipertensi. Diperkirakan 30 % penduduk Amerika (± 50 juta jiwa) menderita tekanan darah tinggi. *National Health and Nutrition Examination Survey (NHNES)* menyatakan bahwa insiden kasus 107 penderita Hipertensi pada tahun 2010-2012 di Amerika adalah sekitar 39-51%, yang berarti bahwa terdapat 58-65 juta orang menderita hipertensi dan itu menunjukkan terjadi peningkatan 15 juta penderita dari data NHNES III (Triyanto, 2014).

Prevalensi Hipertensi pada populasi yang berpenghasilan rendah dan menengah serta di Negara-Negara yang memiliki Sistem Kesehatan yang tergolong lemah. Karena sering tidak memiliki gejala awal, maka penderita Hipertensi secara umum tidak mengetahui bahwa mereka mengalami Hipertensi dan bagi mereka yang telah didiagnosis mungkin tidak memiliki akses terhadap pengobatan dan tidak dapat mengontrol penyakit secara jangka panjang (WHO, 2013). Penderita hipertensi juga menyerang Thailand sebesar 17% dari total penduduk, Vietnam 34,6%, Singapura 24,9%, Malaysia 29,9%. Kasus Hipertensi terus bertambah terutama di Negara-Negara berkembang dan persentasenya sekitar 80%. Tahun 2013, kejadian hipertensi pada usia 18 tahun ke atas di Indonesia yang didapat melalui jawaban pernah didagnosis oleh tenaga kesehatan 9,4 %, sedang minum obat 9,5 %, terdapat 0,1 % penduduk yang minum obat sendiri meskipun tidak pernah

didiagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan (Susilo & Wulandari, 2011).

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 persen, tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%). Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui kuesioner terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4 persen, yang didiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat sebesar 9,5 persen. Jadi, ada 0,1 persen yang minum obat sendiri. Responden yang mempunyai tekanan darah normal tetapi sedang minum obat hipertensi sebesar 0.7 persen. Jadi prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 26,5 persen (25,8% + 0,7 %). Prevalensi kejadian hipertensi di provinsi Bengkulu berdasarkan hasil pengukuran langsung sejumlah (21,6 %) (Riskerdas, 2013). Kasus hipertensi tahun 2015 di Provinsi Bengkulu untuk masing-masing Kabupaten kejadian tertinggi adalah kabupaten Rejang Lebong (78%), Bengkulu Utara (75,1), Bengkulu Tengah (29,8).

Penyakit hipertensi disederhanakan dengan sebutan tekanan darah tinggi level 140 mm Hg atau lebih dan tekanan darah diastolik pada level 90 mm Hg atau lebih (Black & Hawk, 2014). Hipertensi dapat memberikan kontribusi bagi kejadian penyakit jantung, gagal ginjal, stroke, kematian prematur dan cacat. Faktor pemicu terjadinya hipertensi diantaranya adalah faktor genetik, jenis kelamin, usia, tingkat stres, obesitas, dan konsumsi garam serta alkohol. Hipertensi merupakan faktor yang meningkatkan resiko terjadinya penyakit kardiovaskuler, gagal ginjal, stroke dan kematian. Melihat kompleksnya permasalahan tekanan darah tinggi atau hipertensi, dapat disimpulkan bahwa apabila tidak dilakukan pengobatan dan pengontrolan tekanan darah maka akan dapat menimbulkan komplikasi pada tubuh (Suidah, 2011).

Upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka kejadian hipertensi diantaranya melakukan kegiatan pengukuran tekanan darah atau pemeriksaan kesehatan, penyuluhan mengenai penyakit hipertensi dan pengobatan atau penanganan untuk menurunkan tekanan darah. Upaya lain yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi antara lain monitoring tekanan darah secara teratur, program hidup sehat tanpa asap rokok, diet sehat dengan kalori yang seimbang melalui konsumsi tinggi serat, rendah lemak dan rendah garam.

Salah satu bentuk kegiatan yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan adalah untuk pengontrolan tekanan darah dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada penderita hipertensi (Susanti, dkk. 2012) Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses yang direncanakan untuk mempengaruhi atau mengajak orang lain, baik individu, kelompok atau masyarakat agar melaksanakan perilaku hidup sehat (Nursalam & Efendi, 2008). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Susanti, dkk (2012) dimana ada pengaruh antara pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap sikap dalam mengelola hipertensi.

Salah satu tindakan nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah rebusan daun seledri. Hal ini sesuai dengan penelitian Sakinah, dkk (2018) dimana berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkajene Kabupaten Sidrap, rebusan daun seledri dapat menurunkan tekanan darah dapat dilihat dari mekanisme umum seledri dalam mengontrol tekanan darah antara lain, memberikan efek dilatasi pada pembuluh darah dan menghambat *angiotensin converting enzym (ACE)*. Penghambat sistem renin-angiotensin dapat menurunkan kemampuan ginjal dalam meningkatkan tekanan darah. Tekanan darah mulai turun sehari setelah

pengobatan yang diukti dengan membaiknya tidur terasa nyaman, jumlah urin yang dikeluarkan meningkat. Seledri mengandung *flevonoid*, *saponi*, *tanin* 1% minyak asiri 0,033 %, *flavuglukosida (apiin)*, *apigenin*, *fitosterol*, *kolin*, *lipase*, *pthalides*, *asparagine*, zat pahit, vitamin (A,B dan C), apiin minyak menguap, *apigenin* dan *alkaloid*. Kandungan kimia daun seledri secara keseluruhan. Apigenin dalam daun seledri berfungsi sebagai beta blocker yang dapat memperlambat detak jantung dan menurunkan kekuatan kontraksi jantung sehingga aliran darah yang terpompa lebih sedikit dan tekanan darah menjadi berkurang. Manitol dan apiin, bersifat diuretik yaitu membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dari dalam tubuh, sehingga berkurangnya cairan dalam darah akan menurunkan tekanan darah.

Daun seledri selain bermanfaat untuk pengontrolan tekanan darah juga bermanfaat untuk meningkatkan perekonomian keluarga dengan cara pemanfaatan lahan pekarangan untuk budidaya tanaman seledri. Hal ini sejalan dengan penelitian Gugun, dkk (2016) dimana melalui pemanfaatan lahan pekarangan untuk budidaya sayuran diharapkan kebutuhan rumah tangga terhadap komoditas ini dapat terpenuhi tanpa harus mengeluarkan uang. Lebih jauh diharapkan pengurangan pengeluaran rumah tangga untuk sayuran dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan lain, sehingga kehidupan rumah tangga lebih baik.

Oleh karena itu pengabdian yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta pengontrol peningkatan tekanan darah pada masyarakat yang beresiko mengalami hipertensi serta membantu masyarakat dalam membudidayakan seledri sangat penting dilakukan untuk mencegah terjadinya penyakit hipertensi.

2. METODE KEGIATAN

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara mulai dari tanggal 29 Juli 2018 sampai dengan 8 September 2018 yang diikuti oleh pihak posbindu dan Puskesmas Kerkap, Karang Taruna, tokoh masyarakat, tokoh agama, masyarakat desa setempat serta aparat desa desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara.

Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang penyakit hipertensi mulai dari definisi, etiologi, manifestasi klinis, komplikasi, pencegahan dan penatalaksanaan serta melakukan pemeriksaan kesehatan, pelatihan serta pendampingan. Pendidikan kesehatan atau penyuluhan dilakukan untuk menambah wawasan masyarakat tentang apa itu hipertensi, penyebabnya, tanda dan gejala, pemeriksaan penunjang komplikasi, pencegahan dan penatalaksanaan baik farmakologi maupun non farmakologi dari penyakit hipertensi serta penyuluhan tentang apa itu tanaman seledri, manfaatnya serta cara pembudidayaanya dari tanaman tersebut .

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dilakukan untuk mengetahui dan mengontrol tekanan darah masyarakat yang berisiko mengalami penyakit hipertensi dengan melakukan pemeriksaan dini seperti pemeriksaan vital sign, gula darah, asam urat dan kolesterol. Setelah itu masyarakat yang berisiko akan diberikan pelatihan untuk melakukan senam hipertensi dan mencegah penyakit hipertensi dengan membuat obat-obatan nonfarmakologi untuk pengontrolan hipertensi seperti rebusan daun seledri, serta bagaimana pemanfaatan pekarangan rumah untuk pembudidayaan tanaman seledri dengan baik dan benar.

Kegiatan selanjutnya adalah dari hasil ketiga tahapan di atas, petugas kesehatan akan melakukan pendampingan pada masyarakat yang menderita hipertensi

supaya dapat mengontrol tekanan darahnya dan melakukan penatalaksanaan non farmakologi dengan benar serta. Diharapkan penyuluh pertanian setempat akan melakukan pendampingan cara pemanfaatan pekarangan rumah untuk budidaya penanaman tanaman seledri

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Kegiatan Lokakarya Awal

Diminggu pertama dilakukan Pelaksanaan lokakarya awal dilaksanakan pada pukul 20.00 WIB sampai dengan selesai yang dilaksanakan di Balai Desa Serumbung. Kegiatan lokakarya awal ini dilaksanakan pada tanggal 29 Juli 2018 diikuti oleh 23 orang terdiri dari Karang Taruna, masyarakat, perangkat desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara dan tim pengabdian. Harapan dari kegiatan ini adalah Tercapainya tujuan lokakarya awal dengan baik, agar masyarakat sekitar dapat menerima keberadaan tim Pengabdian dan mengikuti setiap program kerja yang akan dilakukan oleh tim pengabdian di desa tersebut mulai dari kegiatan pengkajian penyakit hipertensi, pendidikan kesehatan tentang hipertensi, pelatihan pembuatan terapi nonfarmakologi dengan memanfaatkan tanaman seledri, penyuluhan tentang pembudidayaan tanaman seledri, praktik penanaman tanaman seledri.

Berikut adalah dokumentasi kegiatan sebelum dilaksanakannya kegiatan lokakarya awal :



Dokumentasi Serah Terima Tim Pengabdian Kepada Kepala Desa Serumbang Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara

b. Kegiatan Pengkajian Hipertensi

Kegiatan pengkajian penyakit Hipertensi dilakukan pada Lansia di Balai desa Serumbang. setelah kegiatan tersebut dilanjutkan dengan kontrak waktu untuk pelaksanaan pendidikan kesehatan tentang hipertensiyang akan diberikan oleh tim pengabdian. Kegiatan ini memiliki tema Peningkatan kemampuan mahasiswa dalam melakukan pengkajian hipertensi pada lansia. Pelaksanaan kegiatan pengkajian dilakukan tim pengabdian pada tanggal 1 agustus 2018 s/d 3 Agustus 2018 dan disetujui oleh Kepala Desa Serumbang. Hasil dari kegiatan pengkajian hipertensi ini pada lansia di Balai Desa Serumbang didapatkan 23 orang lansia menderita penyakit Hipertensi serta hasil wawancara dengan lansia yang menderita hipertensi tersebut didapatkan bahwasanya pengetahuan lansia tentang hipertensi sangat kurang, lansia juga tidak memahami tentang pengontrolan tekanan darah baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi.

c. Kegiatan Senam Hipertensi

Pelaksanaan kegiatan senam hipertensi dibuka pada pukul 08.00 WIB s/d selesai oleh Tim Pengabdian dan lansia di Balai desa Serumbang.

Kegiatan senam hipertensi dilaksanakan 2 hari pada tanggal 11 Agustus 2018 dan 13 Agustus 2018. Pada hari pertama dan kedua masing-masing diikuti oleh lansia 23 orang serta pengurus posbindu serta para mahasiswa yang dilaksanakan secara aktif. Hasil dari kegiatan ini semua lansia aktif dalam mengikuti kegiatan senam baik yang dilakukan pada hari ke satu maupun kedua. Pihak posbindu akan memfasilitasi kegiatan senam hipertensi agar dilakukan sebagai kegiatan senam rutin setiap adanya jadwal posyandu lansia di Desa Serumbang Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara. Lansia juga dapat memahami dengan baik setiap gerakan-gerakan senam yang sudah diajarkan oleh Tim Pengabdian Masyarakat.

Berikut adalah dokumentasi kegiatan senam hipertensi bersama lansia.



Dokumentasi Kegiatan Senam Hipertensi yang dipandu Oleh Tim Pengabdian Masyarakat

d. Kegiatan Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi

Pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan tentang hipertensi dibuka pada pukul 09.00 WIB sampai dengan selesai yang dimulai dari kata sambutan Kepala Desa Serumbang Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara, dilanjutkan oleh kata sambutan dari Kepala Puskesmas Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara

kemudian penyampaian materi pendidikan kesehatan tentang hipertensi dengan pemateri :Ns. Andri Kusuma Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku ketua pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara dilanjutkan oleh penyampain materi oleh Devinta Aminanda (Mahasiswa Keperawatan), Tri Sundari (Mahasiswa Keperawatan), Bela Audina (Mahasiswa Keperawatan). Kegiatan pendidikan kesehatan tentang hipertensi diikuti oleh 23 orang lansia, anggota posbindu dari Puskesmas Kerkap serta mahasiswa dan Tim Pengabdian Masyarakat. Hasil dari kegiatan ini lansia mampu memahami tentang hipertensi mulai dari definisi, etiologi, manifestasi klinis, pemeriksaan diagnostik, pemeriksaan penunjang komplikasi, pencegahan dan penatalaksanaan untuk menurunkan tekanan darah dari penderita hipertensi dengan baik dan benar baik penatalaksanaan farmakologi maupun non farmakologi.

Berikut dokumentasi kegiatan mulai dari kata sambutan, penyampaian materi dan sesi tanya jawab antara tim pengabdian dan lansia di Desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara:



Dokumentasi Kata Sambutan dari Kepala Puskesmas Kerkap Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai



Dokumentasi Pendidikan kesehatan tentang hipertensi dari Tim Pengabdian



Dokumentasi Pendidikan kesehatan tentang hipertensi dari Tim Pengabdian



Dokumentasi sesi diskusi dengan lansia Desa Serumbung



Dokumentasi Tim Pengabdian Masyarakat bersama Pihak Posbindu Puskesmas Kerkap dan Lansia Desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara

F. Kegiatan Demonstrasi Pemanfaatan Daun Seledri

Kegiatan pelatihan demonstrasi pemanfaatan daun seledri dilaksanakan pada pukul 08.30 WIB s/d selesai oleh Tim Pengabdian bersama lansia di Balai desa Serumbung. Kegiatan demonstrasi pemanfaatan daun seledri diikuti oleh 23 orang lansia, anggota posbindu dan tim pengabdian. Kegiatan ini membuat lansia mampu memahami dan menerapkan cara pembuatan rebusan daun seledri dengan baik dan benar sebagai salah satu terapi nonfarmakologis untuk pengontrolan tekanan darah.



Dokumentasi memberikan Pelatihan tentang pemanfaatan rebusan Tanaman seledri untuk pengontrolan tekanan darah



Dokumentasi Peserta Pelatihan

G. Kegiatan Penyuluhan Tanaman Seledri

Pelaksanaan penyuluhan tanaman seledri dimulai dari pukul 10.00 WIB sampai dengan selesai dengan pameri oleh:Debi (Mahasiswa Pertanian), Eko Syaputra (Mahasiswa Pertanian), Tomi (Mahasiswa Pertanian) Sesuai dengan media power point dan menjelaskan cara penanaman tanaman seledri

dengan baik dan benar. Kegiatan penyuluhan tanaman seledri dilakukan pada tanggal 18 Agustus 2018 diikuti oleh 23 orang lansia. Kegiatan ini membuat lansia memahami tata cara pembudidayaan tanaman seledri dengan baik dan benar.



Dokumentasi Kegiatan penyuluhan tentang tanaman seledri

H. Kegiatan Penanaman Seledri Bersama Masyarakat

Kegiatan penanamam seledri dilaksanakan pada pukul 15.30 WIB sampai dengan selesai diikutitit Pengabdian bersama masyarakat desa Serumbung dipekarangan rumah warga. Kegiatan penanaman daun seledri dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2018 dan diikuti oleh 10 orang warga masyarakat desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara. Kegiatan ini membuat warga mehamai secara praktik bagaimana cara pembudidayaan tanaman seledri yang baik dan benar serta mampu menerapkan cara tersebut dikehidupan sehari-hari. Serta warga yang telah diajarkan tata cara penanaman tanaman seledri dapat membagi pengetahuan yang telah diberikan oleh tim pengabdian kepada masyarakat lainnya terkhusus masyarakat desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara



Dokumentasi Tim mengajarkan cara pembudidayaan tanaman Seledri yang baik dan benar



Dokumentasi Tim mengajarkan cara pembudidayaan tanaman Seledri yang baik dan benar

I. Kegiatan Lokakarya Akhir

Kegiatan lokakarya akhir dilaksanakan pada pukul 19.00 WIB sampai dengan selesai yang dilaksanakan oleh Tim Pengabdian Masyarakat dimana pelaksanaan kegiatan lokakarya akhir dilakukan di Balai desa Serumbung. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 8 september 2018 yang diikuti oleh 30 orang yang terdiri dari karang taruna, tokoh masyarakat, tokoh agama, warga desa serta aparatur desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara. Kegiatan ini menyampaikan terkait seluruh program kerja yang sudah dilakukan tim Pengabdian Masyarakat dimulai dari kegiatan pengkajian penyakit hipertensi, pendidikan kesehatan tentang hipertensi, pelatihan pembuatan terapi nonfarmakologi dengan memanfaatkan tanaman seledri,

penyuluhan tentang pembudidayaan tanaman seledri, praktik penanaman tanaman seledri dimana semua kegiatan tersebut telah berjalan dengan baik dan maksimal. Harapan masyarakat desa Serumbung agar kedepanya kegiatan-kegiatan seperti ini dapat dilaksanakan lagi dengan meningkatkan kuantitas dan kualitas pelaksanaan pengabdian masyarakat yang sangat bermanfaat untuk masyarakat desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara.



Dokumentasi Penyerahan Kenangan kepada Kepala Desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara

4. PENUTUP

Kesimpulan

Hasil dari pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Kegiatan lokakarya awal diikuti oleh karang taruna, perangkat desa dan tim pengabdian masyarakat di Balai Desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara dimana menyampaikan program kerja yang akan dilakukan mulai dari pengkajian hipertensi, pendidikan kesehatan tentang hipertensi, senam hipertensi, penatalaksanaan nonfarmakologis dari penyakit hipertensi, penyuluhan pembudidayaan tanaman seledri serta praktik pembudidayaan tanaman seledri yang baik dan benar.
2. Kegiatan pengkajian hipertensi dilaksanakan selama 3 tiga hari

- dimana didapatkan 23 lansia di desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara yang menderita penyakit hipertensi dan tidak mengetahui tentang apa itu penyakit hipertensi serta cara penatalaksanaanya baik farmakologi maupun non farmakologi.
3. Kegiatan senam hipertensi dilaksanakan selama dua hari yang diikuti oleh 23 orang lansia, dan pengurus posbindu Puskesmas Kerkap yang dilakukan secara aktif dan menjadi masukan untuk dilakukan secara rutin ketika pelaksanaan kegiatan posyandu lansia.
 4. Kegiatan pendidikan kesehatan tentang hipertensi diikuti Tim Pengabdian, Aparatur desa Serumbung, Tim Posbindu Puskesmas kerkap serta 23 orang lansia desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara yang dilakukan di balai desa dimana kegiatan ini menambah pengetahuan lansia tentang definisi dari penyakit hipertensi, penyebab, manifestasi klinis, pemeriksaan diagnosti, pemeriksaan penunjang, komplikasi serta penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi.
 5. Kegiatan pelatihan demonstrasi pemanfaatan daun seledri sebagai terapi nonfarmakologi untuk mengatasi hipertensi yang diikuti 23 orang lansia, mahasiswa serta anggota posbindu desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara yang menjadi salah satu pengetahuan lansia untuk mengontrol tekanan darah mereka masing-masing
 6. Kegiatan penyuluhan tanaman seledri diikuti oleh masyarakat desa serumbung dan lansia yang dilaksanakan di balai desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara yang akhirnya menambah pengetahuan masyarakat tentang pembudidayaan tanaman seledri
 7. Kegiatan penanaman tanaman seledri diikuti oleh 10 orang warga masyarakat desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara yang dilakukan dipekarangan rumah warga.
 8. Kegiatan lokakarya akhir dihadiri oleh karang taruna, tokoh masyarakat, tokoh agama, aparatur desa desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara yang dilakukan di balai desa tentang pelaporan program kerja yang sudah dilakukan tim pengabdian masyarakat

Saran

Kegiatan pemanfaatan tanaman seledri dipekarangan rumah untuk pengontrolan tekanan darah dapat dilakukan lebih optimal lagi jika melibatkan instansi terkait seperti dinas Kesehatan Kabupaten dan Dinas Pertanian. Ketersediaan obat-obatan yang berada di puskesmas diharapkan dapat ditingkatkan kembali agar ketika ada klien yang melakukan pemeriksaan kesehatan klien tersebut dapat mendapatkan pengobatan secara langsung sesuai standar operasional prosedur. Serta diharapkan kegiatan seperti ini dapat menjadi kegiatan rutin di Desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara dengan melibatkan Puskesmas yang mawadahi desa tersebut. Intervensi non farmakologi yang telah diajarkan diharapkan dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari masyarakat Desa Serumbung Kecamatan Kerkap Kabupaten Bengkulu Utara

5. DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, Muhamad. (2012). *Medikalbedah*. Yogyakarta: Diva Press.
- Blacks, M.J. & Hawk, H.J. (2014). *Keperawatan medikal bedah: manajemen klinis untuk hasil yang*

- diharapkan*. (8^{ed}). Jakarta: Salemba Medika.
- Dinkes Provinsi Bengkulu. (2016). Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu 2015.
- Gunawan, G. Suherman. Ayesha. I. (2016). *Pemanfaatan Lahan Pekarangan Di Kawasan Penyangga Tnuk Untuk Menopang Pangan Rumah Tangga*. UNES Journal Of Community Service. ISSN Print : 2528-5572; ISSN Online : 2528-6846. <http://journal.univ-ekasakti-pdg.ac.id/index.php/lppm/article/view/59>. Diakses 16 Juli 2018.
- Nursalam, & Effendi, F. (2008). *Pendidikandalam keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Riskesdas. (2013). *Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan ri*. Jakarta. (online). <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskas%202013.pdf>. Diakses 25 Januari 2018
- Sakinah, S. Azhari, K.H. (2018). *Pengaruh Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkajene Kabupaten Sidrap*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 12 Nomor 3 Tahun 2018. eISSN : 2302-2531. <http://ejournal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/317>. Diakses 16 Juli 2018.
- Susanti, T.M. Suryani, M. Shobirun. (2012) *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengelola Hipertensi Di Puskesmas Pandanaran Semarang*. Karya Ilmiah S1 Keperawatan. (online). <http://182.253.197.100/e-journal/index.php/ilmukeperawatan/article/view/66/105>. Diakses 9 Maret 2018.
- Susilo, Y dan Wulandari, A. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta : Andi
- Triyanto, E. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu: Yogyakarta
- Wibowo, A.M. (2010). *Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik penderita Hipertensi Esensial Pada Lansia di PSTW Budi Luhur*. Yogyakarta. Skripsi.
- World Health Organization. 2011. *Hypertension and Fact Sheet*. Regional office for South-East Asia. Department of Sustainable Development and Healthy Environments
- World Health Organization. 2013. *A global brief on Hypertension*. World Health Day