Pelatihan dan Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional untuk Pencegahan dan Penurunan Hipertensi di Desa Lanna, Kec. Parangloe, Kab. Gowa

Sri Wahyuni Gayatri[1*], Andi Siti Fahirah Arsal[2]

[1]Depertemen Biokimia, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia
[2] Depertemen Farmakologi Fakultas Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

*Email Korespondensi: sriwahyuni.gayatri@umi.ac.id
Telp: 085399558001

ABSTRAK

Prevelensi hipertensi di Indonesia tahun 2020 adalah 31,7% dari populasi pada usia 18 tahun keatas. Sekitar 80% penderita hipertensi tersebut tergolong hipertensi esensial. Tekanan darah pada penderita hipertensi dapat diturunkan secara farmakologis dan non farmakologis. Penurunan dengan farmakologis dapat dilakukan dengan mengkonsumsi obat yang dianjurkan untuk menurunkan tekanan darah. Secara non farmakologis dapat menurunkan tekanan darah dengan modifikasi gaya hidup dan mengkonsumsi tanaman obat tradisional. *TOGA* dapat dimanfaatkan sebagai alternatif obat untuk antihipertensi yang tidak memberikan efek samping, murah dan mudah diperoleh karena dapat dibudidayakan sendiri. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk sosialisasi dan penanaman tanaman obat yang nantinya dapat dimanfaatkan untuk obat tradisional khususnya pengobatan alternatif untuk hipertensi. Metode pengabdian yang dilakukan terdiri dari dua tahapan, yaitu penyuluhan dan penanaman tanaman obat tradisional. Kegiatan ini diikuti oleh 50 peserta dan terdapat 42 orang mengalami hipertensi yang tidak teratur konsumsi obat dan hanya sebanyak 10 orang yang mengetahui tanaman obat tradisional pencegah dan penurun hipertensi. Dalam mencegah dan membantu penurunan hipertensi perlu dilakukan edukasi mengenai penyakit hipertensi dan pengobatannya baik secara farmakologis maupun non farmakologis dengan menggunakan tanaman obat tradisional.

Kata kunci: Hipertensi; tanaman obat; tanaman tradisional

ABSTRACT

The prevalence of hypertension in Indonesia in 2020 is 31.7% of the population aged 18 years and over. About 80% of patients with hypertension are classified as essential hypertension. Blood pressure in patients with hypertension can be reduced pharmacologically and non-pharmacologically. Pharmacological reduction can be done by taking drugs that are recommended to lower blood pressure. Non-pharmacologically, it can lower blood pressure by modifying lifestyle and consuming traditional medicinal plants. TOGA can be used as an alternative medicine for antihy pertensives that does not have side effects, is cheap and easy to obtain because it can be cultivated on its own. The purpose of this community service is about to socialize and plant medicinal plants which is intended to be used later on as traditional medicine, particularly alternative medicine for hypertension. The service method carried out consists of two stages, namely counseling and planting traditional medicinal plants. This activity was attended by 50 participants and there were 42 people experiencing hypertension who did not regularly take medication and only 10 people knew about traditional medicinal plants to prevent and

reduce hypertension. In preventing and helping reduce hypertension, it is necessary to educate about hypertension and its treatment both pharmacologically and non-pharmacologically using traditional medicinal plants.

Keywords: Hypertension; medical plants; traditional plants

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit yang menyebabkan angka morbiditas yang tinggi, tekanan darah pada penderita hipertensi dapat diturunkan secara farmakologis dan non farmakologis. WHO pada tahun 2020 memperkirakan sekitar 1,13 miliar orang menderita hipertensi di seluruh dunia dan dua pertiga dari jumlah tersebut tinggal di negara berpenghasilan rendah hingga menengah. Sedangkan di Indonesia, prevalensi hipertensi sebesar 34,1% pada tahun 2018 yang menunjukkan peningkatan dari tahun 2013 di mana prevalensi hipertensi pada masyarakat Indonesia yang berusia 18 tahun ke atas adalah sekitar 25,8%. Mengingat semakin tingginya insidensi hipertensi, bahaya komplikasi yang ditimbulkan dan efek samping atau dampak farmakologi obat antihipertensi akibat pengobatan jangka panjang, maka perlu dilakukan sosialisasi tentang cara pengendalian hipertensi menggunakan terapi non faramakologis seperti pemanfaatan tanaman obat atau TOGA. Mengingat semakin tingginya insidensi hipertensi, bahaya komplikasi yang ditimbulkan dan efek samping atau dampak farmakologi obat antihipertensi akibat pengobatan jangka panjang, maka perlu dilakukan sosialisasi tentang cara pengendalian hipertensi menggunakan terapi non faramakologis seperti pemanfaatan tanaman obat. Tanaman obat atau dikenal dengan nama obat tradisional adalah jenis-jenis tanaman yang memiliki fungsi dan berkhasiat sebagai obat dan dipergunakan untuk penyembuhan atau pun mencegah berbagai penyakit. Penggunaan tanaman obat sebagai obat bisa dengan cara diminum, ditempel, dihirup sehingga kegunaannya dapat memenuhi konsep kerja reseptor sel dalam menerima senyawa kimia atau rangsangan tanaman obat yang dapat digunakan sebagai obat, baik yang sengaja ditanam maupun tumbuh secara liar. Tumbuhan tersebut digunakan oleh masyarakat untuk diracik dan disajikan sebagai obat guna penyembuhan penyakit. Khasiatnya diketahui dari hasil penelitian dan pemakaian oleh masyarakat mengingat semakin tingginya insidensi hipertensi, bahaya komplikasi yang ditimbulkan dan efek samping atau dampak farmakologi obat antihipertensi akibat pengobatan jangka panjang, maka perlu dilakukan sosialisasi tentang cara pengendalian hipertensi menggunakan terapi non faramakologis seperti pemanfaatan tanaman obat. Tanaman obat atau dikenal dengan nama obat tradisional adalah jenis-jenis tanaman yang memiliki fungsi dan

berkhasiat sebagai obat dan dipergunakan untuk penyembuhan atau pun mencegah berbagai penyakit. Penggunaan tanaman obat sebagai obat bisa dengan cara diminum, ditempel, dihirup sehingga kegunaannya dapat memenuhi konsep kerja reseptor sel dalam menerima senyawa kimia atau rangsangan tanaman obat yang dapat digunakan sebagai obat, baik yang sengaja ditanam maupun tumbuh secara liar. Tumbuhan tersebut digunakan oleh masyarakat untuk diracik dan disajikan sebagai obat guna penyembuhan penyakit. Di mana khasiatnya diketahui dari hasil penelitian dan pemakaian oleh masyarakat. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk sosialisasi dan penanaman tanaman obat yang nantinya dapat dimanfaatkan untuk obat tradisional khususnya pengobatan alternatif untuk hipertensi.

2. METODE PELAKSANAAN

2.1. Solusi dan Target Luaran

Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi dan tanaman obat tradisional, maka dilakukan:

1. Penyuluhan Penyakit Hipertensi di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa.
2. Pelatihan dan Pengenalan Tanaman obat tradisional yang dapat mencegah dan menurunkantekanan darah di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa.
3. Pelatihan Penanaman, cara konsumsi dan penyerahan Tanaman Obat tradisional (TOGA) di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa.

Target yang diharapkan dari kegiatan pelatihan dan pemanfaatan tanaman obat tradisional adalah:

1. Peserta dapat mengetahui tentang penyakit hipertensi mulai dari pengertian, gejala, efek jangka pendek dan Panjang dan cara pencegahannya melalui terapi obat farmakologis dan non farmakologis

2. Peserta dapat mengetahui jenis tanaman obat tradisional yang dapat mencegah dan hipertensi serta cara menanam tanaman obat tersebut sehingga dapat dijadikan apotek hidup di halaman rumah masing-masing.

3. Peserta dapat mengetahui cara konsumsi dan mengolah tanaman obat tradisional sehingga dapat dikonsumsi dengan baik.

Adapun Luaran yang dihasilkan dari kegiatan pengabdian ini antara lain Buku panduan Pelatihan dan Pengenalan serta cara konsumsi tanaman obat tradisional, HAKI, *Leaflet* dan Jurnal terakreditasi nasional.

2.2 Lokasi Kegiatan Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 13 September 2022 di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa. Kegiatan ini dihadiri oleh 50 orang peserta mulai umur 30-60 tahun yang aktif dalam kegiatan yang diadakan Puskesmas.

2.3 Metode Kegiatan

1. Melakukan koordinasi dengan pihak yang berwenang di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa.
2. Mengetahui dan mendata jumlah peserta yang akan ikut berpartisipasi dalam kegiatan ini.
3. Mendata tingkat pengetahuan peserta mengenai tanaman obat tradisional yang dapat mencegah dan menurunkan tekanan darah di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa.
4. Melakukan penyuluhan mengenai penyakit hipertensi di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa dengan menggunakan alat bantu seperti *banner, poster*, *flipchart*, dan *leaflet* bergambar sehingga lebih mudah dimengerti.
5. Melakukan Pelatihan dan pengenalan mengenai penyakit tanaman obat tradisional yang dapat mencegah dan menurunkan tekanan darah di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa.
6. Pelatihan Penanaman dan Pemberian tanaman obat tradisional yang dapat mencegah dan menurunkan tekanan darah di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa
7. Melakukan pemeriksaan tekanan darah.
8. Melakukan evaluasi untuk mengetahui keberhasilan dari kegiatan ini.

Kegiatan Pelaksanaan pengabdian ini diadakan di Desa Lanna, Kecamatan Parangloe, Kabupaten Gowa dimana akan melibatkan seluruh anggota masyarakat yang ada di lokasi tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan dari pengabdian ini adalah dari 50 orang peserta didapatkan sebesar 42 orang yang mengalami hipertensi. Kemudian didapatkan hanya sebesar 10 orang yang

mengetahui tentang tanaman obat tradisional yang dapat mencegah dan menurunkan hipertensi. *WHO* pada tahun 2020 memperkirakan sekitar 1,13 miliar orang menderita hipertensi di seluruh dunia dan dua pertiga dari jumlah tersebut tinggal di negara berpenghasilan rendah hingga mencegah. Sedangkan di Indonesia, prevalensi hipertensi sebesar 34,1% pada tahun 2018 yang menunjukkan peningkatan dari tahun 2013 di mana prevalensi hipertensi pada masyarakat Indonesia yang berusia 18 tahun ke atas adalah sekitar 25,8%. Menurut hasil Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi di Sulawesi Selatan yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥18 tahun sebesar 28,1%. Prevalensi hipertensi di Sulawesi Selatan yang didapat melalui kuesioner yang didiagnosis tenaga kesehatan sebesar 10,3%, yang didiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat sebesar10,5%, sehingga ada 0,2% yang minum obat sendiri. TOGA dapat dimanfaatkan sebagai alternatif obat untuk antihipertensi yang tidak memberikan efek samping, murah dan mudah diperoleh karena dapat dibudidayakan sendiri. TOGA disebut juga sebagai 'Apotek Hidup', budidayanya dapat dilakukan di halaman rumah. Dalam masyarakat di rukun tetangga, kegiatan pembudidayaan, pengelolaan dan pemanfaatan TOGA ini dapat dilakukan.

Berdasarkan data dari Bidang Bina P2PL Dinas Kesehatan Kota Makassar tahun 2015 terdapat kasus hipertensi sebanyak 11.596 dengan rincian jenis kelamin yaitu laki-laki sebanyak 4.277 kasus dan perempuan 7.319 kasus. Berdasarkan data yang diperoleh dari data di Puskesmas Bara-Baraya Makassar, Pada tahun 2016 terdapat 1.589 penderita, tahun 2017 sebanyak 877, tahun 2018 sebanyak 670, dan pada tahun 2019 terdapat 602 orang yang menderita hipertensi. Meskipun dalam 4 tahun terakhir mengalami penurunan, pihak puskesmas terus melakukan upaya agar angka kejadian penyakit hipertensi terus menurun. Sedangkan laporan dari Puskesmas Parangloe di desa Lanna sendiri pada tahun 2020 terdapat sekitar 52% penderita hipertensi yang didiagnosis dan sementara memperoleh pengobatan. Berdasarkan data tersebut sangat penting adanya edukasi tentang hipertensi dan pemanfaatan tanaman obat tradisional yang dapat mencegah dan menurunkan angka kejadian penyakit hipertensi di Desa Lanna Kecamatan parangloe, Kabupaten Gowa Sulawesi Selatan. Dengan adanya kegiatan Pelatihan dan Pengenalan tanaman obat tradisional untuk mencegah dan menurunkan penyakit hipertensi diharapkan dapat mencegah terjadinya hipertensi lebih banyak lagi dan dapat mengontrol hipertensi sehingga tidak menyebabkan komplikasi lebih lanjut.

GAMBAR, ILUSTRASI DAN FOTO

Gambar 3.1. Lokasi Kegiatan Pengabdian

Gambar 3.2. Kegiatan Penyuluhan Hipertensi

Gambar 3.3. Kegiatan Pengenalan tanaman Obat Tradisional

Gambar 3.4. Kegiatan Pelatihan Menanam Tanaman obat Tradisional

Gambar 3.5. Kegiatan Pelatihan cara Konsumsi Tanaman Obat Tradisional

Gambar 3.6. Kegiatan Penyerahan Tanaman Obat Tradisional

Gambar 3.7. Kegiatan Penyerahan Tanaman Obat tradisional

Gambar 3.8. Foto Bersama peserta kegiatan, camat dan kepala Puskesmas Parangloe

Gambar 3.9. Foto Bersama Tim Kegiatan Pengabdian Masyarakat

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan didapatkan masih banyaknya penderita hipertensi yang tidak konsumsi obat secara teratur dan minimnya pengetahuan mengenai tanaman obat tradisional yang dapat mencegah dan menurunkan hipertensi. Sehingga perlu dilakukan penyuluhan berkelanjutan mengenai hipertensi dan tanaman obat tradisional.

Ucapan Terima Kasih

1.Terima kasih kami ucapkan kepada Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia atas dukungan kepada kami dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

2. Terima kasih kami sampaikan kepada ketua LPMD UMI Prof. Dr. H. Achmad Gani,, SE, MSi atas bantuan dan pemberian sumber dana kepada kami sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat dapat berjalan dengan baik.

3. Terima kasih kepada Kepala Puskesmas Parangloe Faisal Aswar,SKM,M.Kes atas bantuannya memberikan kesempatan untuk dapat melakukan penyuluhan ke tempat beliau.

4. Terima Kasih kepada tim pengabdian dr Sri Wahyuni Gayatri, M.Kes dan dr Andi Siti fahirah Arsal,M.Kes atas sumbangsih pemikiran, ide dan telah membantu dalam pelaksanaan kegiatanpengabdian masyarakat sehingga dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Alatas H. Tatalaksana Hipertensi Terkini: Seminar Penatalaksanaan Hipertensi Terkini Bagi Dokter Umum RSUD Banyumas Dan Puskesmas. Banyumas. 2018.
2. Basheer M.A and Abdul M.A. Medicinal Potentials Of *Orthosiphon stamineus* Benth. *Webmed Central*. 2010.
3. Dinas Komunikasi dan Informatika Provinsi Kalimantan Selatan. "Satu Data Banua,". Online: https://data.kalselprov.go.id/?r=JmlDiabetesm/index, diakses pada 2021.
4. Dun, Qianqian, Wanglin Xu, Maozhen Fu, Nengjian Wu, Justin B Moore, Ting Yu, Xin Li, et al. "Physical Activity , Obesity , and Hypertension among Adults in a Rapidly Urbanised City"
5. Dwisatyadini M, Diki, Kurniawati H, Utami S, Hewindati Y.T, Waskito A. 2018. Budidaya Hidroponik Toga Sebagai Metode Alternatif Pengobatan Hipertensi Di Pondok Cabe. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo*. 2(2) : 14-20. 2021.
6. Fitria T and Saputra O. Khasiat Daun Seledri (*Apium graveolens*) Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hiperkolestrolemia. *Jurnal Majority*, 5(2) : 120-125. 2016.
7. Hikmat A, Zuhud E.A.M, Siswoyo, Sandra E, and Sari R.K. Revitalisasi Konservasi Tumbuhan Obat Keluarga (Toga) Guna Meningkatkan Kesehatan dan Ekonomi Keluarga Mandiri Di Desa Contoh Lingkar Kampus Ipb Darmaga Bogor. Bogor. 2011.
8. Izzati and Wistanul. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Bawang Putih Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskemas Tigo Baleh Kota Bukit Tingi. *Jurnal Afiyah*, 4(2) : 48-53. 2017.
9. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018: Kementrian Kesehatan RI 53, no. 9, 2018: 1689–1699. 2018.
10. Manaf A. Naskah Lengkap Pertemuan Ilmiah Berkala VII Ilmu Penyakit Dalam Bagian IPD Unand: New option in hypertension treatment and vascular protection in. Padang. 2006.
11. Mills, Katherine T., Andrei Stefanescu, and Jiang He. The Global Epidemiology of Hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 16(4) : 223–237. 2020.
12. Nadar S. Hypertension 2nd edition Chapter 1: Epidemology of hypertension in. Oxford Cardiology

Library. Oxford. 2015.
13. Prasetya D and Andika R. Peningkatan Pengetahuan tentang Manajemen Hipertensi dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga pada Penderita Hipertensi di Desa Menganti Cilacap. Cilacap. 2019.
14. Ram C.V. Hypertension: A Clinical Guide. Crc Press Taylor & Francis Group. London. 2014.
15. Rani A.A, Soegondo S, and Nasir, A.U. Panduan Pelayanan Medik. Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta. 2006.