

## PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN HIPERTENSI DAN ASAM URAT RINGAN MELALUI TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)

### PREVENTION AND CONTROL OF HYPERTENSION AND URIC ACID THROUGH DRUG FAMILY PLANTS

<sup>1)</sup>Suci Fitriani Sammulia, <sup>2)</sup>Suhaera

<sup>1,2)</sup>Program Studi Sarjana Farmasi STIKes Mitra Bunda Persada Batam

Jl. Seraya No.1, Kota Batam

Email : virgin.sammulia22@gmail.com

#### ABSTRAK

Hipertensi merupakan faktor resiko penyakit yang sangat berbahaya. Pengobatan jangka panjang yang dilakukan untuk mengontrol tekanan darah dan kadar asam urat akan menyebabkan masalah farmakologis yang berdampak buruk kepada penderita. Berdasarkan uraian tersebut maka perlu dilakukan sosialisasi tentang cara mengendalikan hipertensi dan asam urat melalui penggunaan tanaman obat keluarga. Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk memberikan pengetahuan kepada ibu-ibu majelis taklim tentang pentingnya mengendalikan hipertensi dan asam urat dengan menggunakan tanaman obat keluarga; memberikan pengetahuan tentang jenis tanaman obat keluarga yang dapat digunakan untuk mengendalikan hipertensi dan asam urat ringan. Metode yang digunakan adalah penyuluhan langsung artinya para petugas langsung bertatap muka dengan masyarakat. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa, pengetahuan peserta mengenai jenis-jenis dan manfaat tanaman obat sanga ttinggi (90%). Pengetahuan untuk menanam, membudidayakan, dan meracik tanaman obat sebagai pencegahan penyakit Hipertensi dan asam urat ringan juga sangat tinggi (80%).

**Kata kunci:** Hipertensi; Asam Urat; TOGA

#### ABSTRACT

Hypertension is a risk factor for the very dangerous disease. Long-term treatment that is done to control blood pressure and uric acid levels will cause pharmacological problems that adversely affect sufferers. Based on these descriptions, it is necessary to do socialization on how to control hypertension and gout through the use of family medicinal plants. The purpose of this activity is to provide knowledge to mothers of the majelis taklim about the importance of controlling hypertension and gout using family medicinal plants; give understanding on the types of family medicinal plants that can be used to control hypertension and mild gout. The method used is direct counseling which means the officers face to face with the community. The results obtained showed that participants' knowledge about the types and benefits of medicinal plants was very high (90%). Experience to plant, cultivate, and mix medicinal plants as prevention of hypertension and mild gout is also very high (80%).

**Keywords:** Hypertension; Uric Acid; Family Medicinal Plants

**Submitted : 19 Mei 2019    Revision : 14 Agustus 2019    Accepted : 21 Agustus 2019**

## **PENDAHULUAN**

Epidemiologi yang menyebabkan terjadinya pergeseran pola penyakit, yaitu adanya peningkatan penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif menyebabkan kematian terbesar di dunia, bahkan di Indonesia terjadi peningkatan penyakit kronis degeneratif tiap tahunnya (Handajani, Roosihermatie, & Maryani, 2010).

Salah satu penyakit degeneratif yaitu hipertensi dan asam urat. Penyakit hipertensi adalah penyakit kronis yang sering terjadi tanpa gejala dan membutuhkan kontrol yang optimal serta kepatuhan secara terus-menerus dalam menjalankan terapinya agar dapat mengurangi resiko kardiovaskular, serebrovaskular dan ginjal (Sammulia, 2016).

Hiperurisemia (asam urat) merupakan suatu keadaan meningkatnya produksi asam urat yang disebabkan oleh metabolisme purin abnormal dan menurunnya ekskresi asam urat atau kombinasi keduanya (Riswanto dan Isnani, 2014). Asam Urat dihasilkan oleh setiap makhluk hidup sebagai hasil dari proses metabolisme sel yang berfungsi untuk memelihara kelangsungan hidup (Kanbara, 2010).

Peningkatan asam urat yang tidak terkontrol didalam tubuh dapat mengakibatkan penyakit gout, yaitu terbentuknya kristal asam urat yang menumpuk dalam tubuh sehingga menimbulkan iritasi lokal dan mengakibatkan respon inflamasi yang ditandai dengan nyeri hebat pada peradangan lokal, bengkak dan reaksi sistemik.

Penanganan nyeri dan penurunan kadar asam urat pada pasien hiperurisemia dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Pada pemberian anti nyeri dan anti radang yang terus menerus memiliki efek samping yaitu pada lambung, hati dan ginjal (Kertia, 2009),

Begitupun dengan penanganan hipertensi secara farmakologis. Terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk kasus hipertensi dan asam urat ringan adalah dengan tanaman obat tradisional yang dianggap aman dan murah untuk terapi jangka panjang.

Obat tradisional telah diterima secara luas di negara-negara yang tergolong berpenghasilan rendah sampai sedang. Untuk mengatasi masalah penyakit degeneratif, pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan dalam upaya peningkatan pelayanan kesehatan. *Primary Health Care* (PHC) merupakan suatu strategi yang ditetapkan oleh pemerintah Indonesia untuk mencapai kesehatan semua masyarakat. Salah satu unsur penting dalam *Primary Health Care* (PHC) adalah penerapan teknologi tepat guna dan peran serta masyarakat. Peran serta masyarakat dalam menunjang pembangunan kesehatan berdasarkan *Primary Health Care* (PHC) adalah berbentuk upaya pengobatan tradisional (Badan Pusat Statistik, 2008).

Berdasarkan data dari dinas kesehatan kota Batam edukasi tentang TOGA masih kurang sehingga di Perumahan Jupiter Kecamatan Tanjung Riau majelis taklim melakukan upaya pengembangan kesehatan melalui asuhan mandiri pemanfaatan tanaman obat keluarga dan ketrampilan budidaya dan pengolahannya.

Mengubah kesadaran, pola pikir dan gaya hidup masyarakat memerlukan adanya sosialisasi. Pemerintah melalui kementerian kesehatan secara terus-menerus mensosialisasikan tanaman obat keluarga (TOGA) dan memotivasi masyarakat agar menanam tanaman obat-obatan (Aini, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, maka Majelis Taklim Perumahan Jupiter sangat perlu mendapatkan edukasi terkait TOGA. Tujuan kegiatan ini adalah mencegah dan mengendalikan hipertensi dan asam urat ringan melalui pemberian informasi

terkait tanaman yang dapat mengatasi hipertensi dan asam urat ringan serta bagaimana cara membudidayakan tanaman obat keluarga.

## **METODE**

Kegiatan ini dilakukan di Jupiter Residence Kecamatan Sekupang Kota Batam. Kegiatan diikuti oleh 30-50 peserta yang terdiri dari ibu-ibu rumah tangga, majelis taklim. Metode yang digunakan yaitu edukasi masyarakat melalui metode penyuluhan langsung artinya para petugas langsung bertatap muka dengan masyarakat.

Adapun metode kegiatan yang dilakukan antara lain :

1. Memberikan edukasi kepada masyarakat melalui metode penyuluhan dengan memberikan penjelasan tentang penyakit degeneratif.
2. Melakukan sosialisasi jenis-jenis TOGA, manfaat dan aplikasinya.
3. Membudidayakan tanaman obat menggunakan media tanaman serta memanfaatkan wadah-wadah sederhana dan tidak terpakai agar mampu mengurangi penggunaan biaya.
4. Evaluasi dengan instrumen kuesioner

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan dilakukan di Majelis Taklim Perumahan Jupiter Residence Kecamatan Sekupang Kota Batam, dihadiri oleh 30-50 Peserta. Diharapkan ibu-ibu majelis taklim yang hadir dalam kegiatan dapat membagikan informasi kepada masyarakat lain disekitarnya. Pada Kegiatan ini dilakukan penjelasan tentang penyakit hipertensi dan asam urat ringan. Berbagai cara yang dapat dilakukan masyarakat untuk mencegah dan mengobati penyakit ini juga telah dijelaskan, diantaranya mengenali penyebabnya dan gejala-gejala yang mengikutinya. Dari kegiatan tanya jawab banyak masyarakat yang mengeluhkan

efek samping obat dari dokter. Ketergantungan mengkonsumsi obat-obatan dari dokter yang paling banyak dikeluhkan oleh peserta yang hadir. Oleh karena itu tim pelaksana mengedukasi masyarakat untuk menggunakan tanaman obat yang alami sebagaipengobatan dan pencegahannya.

Pada kegiatan sosialisasi untuk pencegahan hipertensi dan asam urat dikenalkan beberapa jenis tanaman yaitu daun dewa, daun seledri, belimbing, daun kelor, daun bayam duri, kangkung, daun saga, daun pacar cina, landep, dan daun miana merah. Masyarakat pada sangat antusias mengikuti penjelasan manfaat tanaman-tanaman ini. Banyaknya pertanyaan yang diajukan peserta saat sesi tanya jawab menunjukkan respon yang sangat positif.

Setelah kegiatan selesai dilakukan, setiap peserta kegiatan diminta mengisi kuis yang bertujuan untuk melihat tingkat pencapaian tujuan dari program ini. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa, pengetahuan peserta mengenai jenis-jenis dan manfaat tanaman obat sangat tinggi (90%). Sementara itu, pengetahuan untuk menanam, membudidayakan, dan meracik tanaman obat sebagai pencegahan penyakit hipertensi dan asam urat ringan juga sangat tinggi (80%) .Sambutan masyarakat sangat antusias karena kepedulian masyarakat akan pentingnya kesehatan dan masyarakat mengharapkan kegiatan serupa dilaksanakan lagi untuk topik yang lain. Hasil menunjukkan masyarakat sangat antusias untuk mengenal, memanfaatkan, menanam secara langsung jenis-jenis tanaman obat dan mempraktikkan cara menanamnya pada media tanam.

## **SIMPULAN**

Pengetahuan majelis taklim Perumahan Jupiter Residence tentang tanaman obat keluarga untuk penyakit Hipertensi dan asam urat mengalami

peningkatan setelah mendapatkan edukasi tentang manfaat dan cara budidaya TOGA

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM STIKes Mitra Persada Bunda Batam, Ketua Majelis taklim Perumahan Jupiter Residence dan anggotanya, Ketua RW/RT Perumahan Jupiter Residence, serta civitas akademik Prodi Sarjana Farmasi STIKes Mitra Bunda Persada Batam yang terlibat dalam kegiatan ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aini, L.N., (2017). Analisis Deskriptif Kualitatif tentang Proses Komunikasi dalam Sosialisasi Tim Penggerak PKK Desa Ngunut Mengenai Pemanfaatan TOGA kepada Masyarakat di Desa Ngunut, Kecamatan Jumantono, Kabupaten Karanganyar. Surakarta : Universitas Sebelas Maret.
- Badan Pusat Statistik., (2008). National Family Planning Coordinating Board, Ministry of Health, ORC Macro. Indonesia Demographic and Health Survey 2007.
- Handajani, A., Roosihermatie, B., Maryani, H., (2010). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pola Kematian Pada Penyakit Degeneratif di Indonesia. Buletin Penelitian Sistem Kesehatan. 13 (1),42-53
- Kanbara, A., Hakoda, M., Seyama I. (2010). Urine Alkalization facilitates urid Acid Excretion, *Nutritional Journal*, 9(45).
- Kertia, N., (2009). *Asam Urat*. Yogyakarta: Bentang Pustaka
- Riswanto & Insani, U., (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medical Bedah: System Muskuloskeletal*. Edisi 1. Yogyakarta: Deepublish
- Sammulia, S. F., Rahmawati, F., Andayani, T. M., (2016). Perbandingan Pill Box dan Medication Chart dalam meningkatkan Kepatuhan dan Outcome Klinik Geriatri Kota Batam. *Jurnal Managemen dan Pelayanan Farmasi (Journal of Management and Pharmacy Practice)*. 6(4), 288-296.