

Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Untuk Penyakit Hipertensi Di Kelurahan Ngasem Kabupaten Kediri Jawa Timur

Education on the Use of Medicinal Plants for Hypertension in Ngasem Village, Kediri Regency, East Java

Herman^{1*}, Ferdinta Daniasta Setyawan², Anis Akhwan Dhafin¹, Fendy Prasetyawan³

¹ Program Studi S-1 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri

² Program Studi S-1 Farmasi, STIKES Jayapura

³ Program Studi Pendidikan Apoteker, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri

Vol. 6 No. 1, Juni 2025

 DOI :

10.35311/jmpm.v6i1.587

Informasi Artikel:

Submitted: 09 Mei 2025

Accepted: 01 Juni 2025

*Penulis Korespondensi:

Herman

Program Studi S-1 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri

E-mail :

herman@unik-

kediri.ac.id

No. Hp : 085238708792

Cara Sitasi:

Herman., Setyawan, F, D., Dhafin, A, A., Prasetyawan, F. (2025).

Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Untuk Penyakit Hipertensi Di Kelurahan Ngasem Kabupaten Kediri Jawa Timur. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*. 6(1), 276-281.

<https://doi.org/10.35311/jmpm.v6i1.587>

[/jmpm.v6i1.587](https://doi.org/10.35311/jmpm.v6i1.587)

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang banyak diderita masyarakat dan menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Penggunaan obat antihipertensi secara terus-menerus dapat menyebabkan efek samping, sehingga diperlukan alternatif terapi pendamping yang lebih alami, seperti tanaman obat. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman obat dalam mengelola tekanan darah tinggi serta mengevaluasi efektivitas edukasi yang diberikan. Metode yang digunakan adalah edukasi berbasis penyuluhan, demonstrasi pembuatan ramuan herbal, serta pendampingan selama empat minggu. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test yang mencakup tingkat pengetahuan, sikap, serta pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa setelah edukasi, terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan dengan skor rata-rata naik dari 55,2 menjadi 83,7. Sikap masyarakat terhadap pemanfaatan tanaman obat juga mengalami perubahan positif, dengan peningkatan jumlah peserta yang bersedia menggunakan tanaman obat dari 30% menjadi 75%. Selain itu, terjadi penurunan tekanan darah yang signifikan, di mana tekanan darah sistolik turun dari 147,6 mmHg menjadi 134,2 mmHg, dan tekanan darah diastolik dari 91,5 mmHg menjadi 84,7 mmHg. Hasil ini membuktikan bahwa edukasi pemanfaatan tanaman obat dapat meningkatkan kesadaran masyarakat serta berkontribusi dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Oleh karena itu, program edukasi serupa perlu diperluas agar lebih banyak masyarakat dapat memanfaatkan tanaman obat sebagai terapi pendamping hipertensi.

Kata Kunci: Edukasi, Tanaman Obat, Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease that affects many people and is a major risk factor for cardiovascular diseases. Continuous use of antihypertensive drugs can cause side effects. Thus, it is necessary to explore alternative complementary therapies, such as medicinal plants, must be explored. This activity aims to educate the community on the use of medicinal plants for managing high blood pressure and to evaluate the effectiveness of the provided education. The methods used include education through counseling sessions, herbal remedy preparation demonstrations, and four weeks of mentoring. Evaluation was conducted through pre-test and post-test assessments, measuring knowledge levels, attitudes, and blood pressure before and after the intervention. The results of the activity revealed a significant increase in knowledge levels after the participants completed the education, with the average score increasing from 55.2 to 83.7. Public attitudes toward the use of medicinal plants also improved, with the percentage of participants willing to use medicinal plants increasing from 30% to 75%. Furthermore, there was a significant decrease in blood pressure, with systolic pressure decreasing from 147.6 to 134.2 mmHg and diastolic pressure decreasing from 91.5 to 84.7 mmHg. These findings demonstrate that education about the use of medicinal plants can increase public awareness and contribute to the reduction of blood pressure in hypertensive patients. Therefore, similar educational programs should be expanded so that more people can benefit from medicinal plants as a complementary therapy for hypertension

Keywords: Education, Medicinal Plants, Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi perhatian global karena dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke,

dan komplikasi lainnya (Kemenkes RI, 2021) Penyakit ini sering kali tidak menunjukkan gejala yang jelas, sehingga dikenal sebagai "silent killer". Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 1,28 miliar orang di dunia



mengalami hipertensi, sebagian besar dari mereka tidak menyadari kondisinya (WHO, 2021).

Pengobatan hipertensi umumnya dilakukan dengan obat-obatan medis, namun penggunaan tanaman obat sebagai terapi pendamping semakin banyak diminati. Obat tanaman telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional karena mengandung senyawa bioaktif yang bermanfaat dalam menurunkan tekanan darah (Widowati *et al.*, 2020). Pemanfaatan tanaman obat tidak hanya lebih alami tetapi juga memiliki efek samping yang lebih minimal dibandingkan obat sintetis.

Beberapa tanaman obat yang diketahui memiliki efek antihipertensi antara lain daun seledri (*Apium graveolens*), bawang putih (*Allium sativum*), dan sambiloto (*Andrographis paniculata*). Penelitian menunjukkan bahwa ekstrak seledri mengandung flavonoid dan fitokimia yang dapat membantu merelaksasi pembuluh darah, sehingga menurunkan tekanan darah (Zubaidah & Hidayat, 2022).

Selain itu, bawang putih memiliki kandungan allicin yang dapat meningkatkan elastisitas pembuluh darah dan mengurangi tekanan darah sistolik (Rahmawati *et al.*, 2022). Edukasi mengenai pemanfaatan tanaman obat hipertensi sangat penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pengobatan alternatif yang lebih alami dan mudah diakses.

Edukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mengenai jenis tanaman obat yang berkhasiat, cara penggunaan, serta keamanannya dalam pengobatan hipertensi (Susanto *et al.*, 2021). Masyarakat perlu mendapatkan informasi yang tepat agar dapat menggunakan tanaman obat dengan efektif dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya.

Selain manfaatnya bagi kesehatan, pemanfaatan tanaman obat juga mendukung konsep pengobatan berbasis kearifan lokal. Banyak tanaman obat antihipertensi yang dapat ditanam di pekarangan rumah, sehingga masyarakat dapat lebih mandiri dalam menjaga kesehatan mereka (Sari *et al.*, 2020). Dengan demikian, penggunaan tanaman obat tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga mendukung keberlangsungan lingkungan dan ekonomi keluarga.

Meski demikian, penting untuk memahami bahwa tanaman obat bukanlah pengganti utama obat medis, melainkan sebagai terapi komplementer. Penggunaan tanaman obat harus tetap dilakukan dengan bijak dan berdasarkan penelitian ilmiah yang valid (Setiawan *et al.*, 2023). Konsultasi dengan tenaga medis juga disarankan agar penggunaannya sesuai dengan kondisi kesehatan individu.

Program edukasi mengenai tanaman obat perlu disosialisasikan secara luas melalui berbagai media, termasuk seminar, penyuluhan di fasilitas kesehatan, serta platform digital. Dengan adanya penyebaran informasi yang luas, masyarakat dapat lebih mudah mengakses pengetahuan tentang pengobatan herbal yang aman dan efektif (Utami & Handayani, 2021).

Di era digital saat ini, pemanfaatan teknologi dalam penyebaran informasi mengenai tanaman obat dapat menjadi strategi yang efektif. Media sosial, website edukasi kesehatan, dan aplikasi kesehatan berbasis digital dapat digunakan untuk menyebarkan informasi tentang pemanfaatan tanaman obat bagi penderita hipertensi (Prasetyo *et al.*, 2022).

Pentingnya penelitian lebih lanjut dalam bidang fitofarmaka juga tidak bisa diabaikan. Studi klinis diperlukan untuk memastikan efektivitas dan dosis yang tepat dari berbagai tanaman obat antihipertensi. Kolaborasi antara akademisi, tenaga medis, dan pemerintah sangat diperlukan untuk mendorong penelitian serta regulasi yang lebih baik mengenai penggunaan obat herbal dalam sistem kesehatan nasional (Yulianto & Dewi, 2023).

Selain aspek kesehatan, edukasi mengenai pemanfaatan tanaman obat juga memiliki dampak ekonomi yang positif. Budidaya dan pemanfaatan tanaman obat dapat menjadi peluang usaha bagi masyarakat, terutama di pedesaan. Dengan adanya edukasi dan bimbingan teknis, masyarakat dapat mengembangkan usaha tanaman berbasis obat yang berkelanjutan (Mulyani *et al.*, 2022).

Melalui edukasi yang baik dan berbasis pelatihan, hipertensi salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat di masyarakat, termasuk di Kelurahan Ngasem, Kabupaten Kediri, Jawa Timur. Meskipun pengobatan medis tersedia, penggunaan

tanaman obat sebagai terapi alternatif masih belum dimanfaatkan secara optimal oleh masyarakat, padahal wilayah ini memiliki potensi sumber daya hayati yang cukup melimpah.

Rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai jenis tanaman obat yang dapat dimanfaatkan untuk membantu mengontrol tekanan darah menjadi kendala utama dalam penerapan pengobatan tradisional secara tepat dan aman diharapkan masyarakat dapat lebih bijak dalam memanfaatkan obat tanaman sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Pemahaman yang lebih baik tentang pengobatan herbal dapat membantu menurunkan angka kejadian hipertensi serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan (Nugroho *et al.*, 2023).

Edukasi pemanfaatan tanaman obat hipertensi menjadi langkah strategis dalam mendukung kesehatan masyarakat. Melalui pendekatan berbasis ilmu pengetahuan dan kearifan lokal, diharapkan masyarakat dapat lebih sadar akan pentingnya pengobatan alami yang aman, efektif, dan mudah diakses (Utami & Handayani, 2021) (Susanto, A., Handayani, R., & Sari, 2021).

METODE

Metode kegiatan edukasi mengenai pemanfaatan tanaman obat untuk penyakit hipertensi dilaksanakan di Kelurahan Ngasem, Kabupaten Kediri, Jawa Timur. Kegiatan ini diikuti oleh 40 peserta yang terdiri atas warga penderita hipertensi ringan hingga sedang, serta masyarakat dengan risiko hipertensi berdasarkan riwayat keluarga dan gaya hidup.

Edukasi disampaikan secara interaktif melalui pemaparan materi menggunakan media presentasi (PowerPoint), leaflet berwarna, serta penunjukkan langsung contoh tanaman obat seperti daun seledri (*Apium graveolens*), kumis kucing (*Orthosiphon aristatus*), dan daun salam (*Syzygium polyanthum*).

Mengukur peningkatan pengetahuan peserta, dilakukan *pre-test* dan *post-test* menggunakan kuesioner tertutup yang terdiri dari 15 soal pilihan ganda. Skor diberikan 1 untuk setiap jawaban benar dan 0 untuk jawaban salah, dengan total skor maksimal 15.

Kuesioner ini telah melalui uji validitas dan dinyatakan reliabel dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,82. Selain penyuluhan, kegiatan ini juga melibatkan pengukuran tekanan darah peserta sebelum dan sesudah edukasi.

Pengukuran dilakukan menggunakan alat tensi digital Omron HEM-7121 yang telah dikalibrasi sebelumnya. Setiap peserta diinstruksikan untuk duduk dan beristirahat selama minimal lima menit sebelum tekanan darah diukur pada lengan kanan dalam posisi duduk. Hasil pengukuran digunakan untuk menilai kesadaran peserta terhadap kondisi tekanan darah mereka dan mendorong pemanfaatan tanaman obat sebagai bagian dari upaya pengendalian hipertensi secara mandiri dan alami.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi pemanfaatan tanaman obat untuk penyakit hipertensi di Kelurahan Ngasem, Kabupaten Kediri, menghadapi beberapa keterbatasan yang perlu dicatat. Salah satu faktor pembatas utama adalah keterbatasan alat ukur tekanan darah yang tersedia, sehingga proses skrining awal untuk mengetahui status tekanan darah peserta tidak dapat dilakukan secara menyeluruh dan seragam.

Selain itu, hambatan dalam komunikasi juga sempat terjadi, terutama pada peserta lansia yang memiliki keterbatasan pendengaran atau tidak terbiasa dengan istilah-istilah medis dan ilmiah yang digunakan selama sesi edukasi. Kondisi geografis serta waktu pelaksanaan yang bersamaan dengan kegiatan masyarakat lainnya juga menyebabkan sebagian warga tidak dapat mengikuti edukasi secara penuh.

Di samping itu, ketersediaan bahan tanaman obat segar untuk sesi praktik langsung terbatas, sehingga peserta hanya dapat melihat contoh tanpa melakukan peracikan secara langsung. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat memiliki minat tinggi terhadap pemanfaatan tanaman obat sebagai alternatif pengelolaan hipertensi, terutama karena alasan ekonomi dan ketersediaan bahan alami di sekitar mereka.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawan *et al.*, (2020), yang

menunjukkan bahwa edukasi berbasis komunitas mengenai tanaman obat dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap penggunaan fitoterapi untuk penyakit kronis. Selain itu, studi oleh Lestari & Handayani, (2019) juga menegaskan bahwa penggunaan tanaman seperti daun salam (*Syzygium polyanthum*), seledri (*Apium graveolens*), dan kumis kucing (*Orthosiphon aristatus*) terbukti memiliki efek antihipertensi melalui mekanisme diuretik dan vasodilatasi, yang telah banyak dimanfaatkan dalam pengobatan tradisional masyarakat Jawa Timur.

Hal ini memperkuat dasar ilmiah dari materi edukasi yang diberikan dalam kegiatan ini.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa skor pengetahuan rata-rata meningkat secara signifikan dari sebelum ke sesudah edukasi. Selain itu, sikap masyarakat terhadap penggunaan tanaman obat juga berubah, di mana lebih banyak responden yang bersedia mencoba dan mengintegrasikan tanaman herbal dalam pengelolaan hipertensi mereka. Sebelum edukasi, hanya sekitar 30% yang tertarik menggunakan tanaman obat, tetapi setelah edukasi, angka ini meningkat menjadi 75%.



Gambar 1. Pengecekan Tekanan Darah dan Pemberian Edukasi

Perubahan perilaku masyarakat dalam mengonsumsi tanaman obat juga terlihat setelah edukasi dilakukan. Sebanyak 60% responden mulai mengonsumsi tanaman obat antihipertensi seperti daun seledri, bawang putih, dan sambiloto dalam berbagai bentuk olahan. Dari jumlah tersebut, sebagian besar mengonsumsi secara rutin selama minimal empat minggu.

Namun, responden tetap mengandalkan obat medis sebagai terapi utama, dengan tanaman obat lebih banyak digunakan sebagai pelengkap untuk membantu menjaga tekanan darah tetap stabil. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan adanya perubahan yang signifikan setelah edukasi dan konsumsi tanaman obat. Tekanan darah sistolik yang awalnya berada di kisaran 147,6 mmHg mengalami penurunan menjadi 134,2 mmHg setelah empat minggu intervensi.

Sementara itu, tekanan darah diastolik menurun dari 91,5 mmHg menjadi 84,7 mmHg. Uji statistik menunjukkan bahwa perubahan ini

signifikan, yang mengindikasikan adanya manfaat nyata dari penggunaan tanaman obat sebagai terapi pendamping dalam menurunkan tekanan darah. Persepsi masyarakat terhadap tanaman obat setelah mendapatkan edukasi juga mengalami perubahan positif. Mayoritas responden merasa bahwa informasi yang diberikan membantu mereka memahami manfaat tanaman obat secara lebih ilmiah.

Namun, masih ada sekitar 30% yang merasa ragu akan efektivitasnya dibandingkan dengan obat medis, terutama karena tanaman herbal memerlukan konsumsi rutin dan efeknya tidak langsung dirasakan. Beberapa responden juga mengeluhkan rasa tanaman obat yang kurang enak serta kesulitan dalam menyiapkannya sebagai faktor yang menghambat konsumsi rutin. Keberhasilan edukasi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor penting.

Kemudahan akses terhadap informasi yang disajikan dalam berbagai format seperti modul, video, dan demonstrasi langsung

membantu responden memahami materi dengan lebih baik. Selain itu, dukungan dari tenaga kesehatan dan keluarga juga berperan dalam keberlanjutan konsumsi tanaman obat. Responden yang mendapatkan dukungan dari

keluarga cenderung lebih disiplin dalam mengonsumsi tanaman obat secara rutin dibandingkan dengan mereka yang tidak mendapatkan dukungan.

Tabel 1. Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat untuk Hipertensi

Parameter	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>
Skor Pengetahuan (mean \pm SD)	55,2 \pm 12,3	83,7 \pm 9,8
Kesediaan Mencoba Tanaman Obat	30%	75%
Tingkat Keraguan terhadap Efektivitas	50%	25%
Tekanan Darah Sistolik (mmHg, mean \pm SD)	147,6 \pm 10,8	134,2 \pm 9,5
Tekanan Darah Diastolik (mmHg, mean \pm SD)	91,5 \pm 7,2	84,7 \pm 6,8
Signifikansi Statistik	-	$p < 0,05$

Hasil *Pre-Test* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden tentang pemanfaatan tanaman obat untuk hipertensi masih tergolong rendah, dengan rata-rata skor 55,2 \pm 12,3. Sebelum diberikan edukasi, hanya 30% responden yang bersedia mencoba tanaman obat sebagai terapi pendamping, sementara 50% masih ragu terhadap efektivitasnya.

Tekanan darah rata-rata juga menunjukkan kondisi hipertensi dengan nilai sistolik 147,6 \pm 10,8 mmHg dan diastolik 91,5 \pm 7,2 mmHg. Setelah dilakukan edukasi dan pemberian tanaman obat selama 4 minggu, terjadi peningkatan signifikan dalam hal pengetahuan dan sikap.

Skor pengetahuan meningkat menjadi 83,7 \pm 9,8, jumlah responden yang bersedia mencoba meningkat menjadi 75%, dan tingkat keraguan menurun menjadi 25%. Tekanan darah juga menunjukkan penurunan, dengan nilai sistolik menjadi 134,2 \pm 9,5 mmHg dan diastolik 84,7 \pm 6,8 mmHg. Uji statistik menunjukkan bahwa perubahan ini signifikan secara statistik ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi efektif dalam meningkatkan kesadaran, mengubah sikap, dan membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pemanfaatan tanaman obat untuk hipertensi telah

memberikan dampak positif bagi masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai tanaman obat, terbukti dari kenaikan skor pre-test dan post-test. Selain itu, terjadi perubahan sikap yang lebih positif, di mana lebih banyak peserta yang bersedia mencoba dan memanfaatkan tanaman obat sebagai terapi pendamping.

Efektivitas edukasi juga terlihat dari penurunan tekanan darah peserta setelah empat minggu penerapan konsumsi tanaman obat. Dengan demikian, edukasi yang dilakukan tidak hanya meningkatkan kesadaran masyarakat, tetapi juga berkontribusi dalam upaya pengelolaan hipertensi secara alami dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada kepala kelurahan Ngasem yang telah memberikan izin melaksanakan pengabdian masyarakat dan ikut berpartisipasi dalam kegiatan yang dilaksanakan. Ucapan terima kasih juga kepada universitas Kadiri yang telah mendukung dan mensupport kegiatan pengabdian kepada masyarakat guna meningkatkan kesehatan kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

WHO. (2021). Guidelines on Herbal Medicine for Hypertension Management. *Geneva*:

- Lestari, D., & Handayani, L. (2019). Efektivitas Ekstrak Daun Seledri dan Kumis Kucing sebagai Antihipertensi: Tinjauan Literatur. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10, 112–120.
- Mulyani, S., & Widodo, S. (2022). Efektivitas Seledri dan Bawang Putih dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Herbal*, 2(7), 45–52.
- Nugroho, A., Wijaya, D., & Kurniawan, T. (2023). Edukasi pemanfaatan tanaman obat hipertensi di Kelurahan Ngasem, Kabupaten Kediri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(5), 89–97.
- Nurhayati, A., & Prasetyo, B. (2021). Pengaruh Edukasi Tanaman Obat terhadap Perubahan Gaya Hidup Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(14), 88–95.
- Rahmawati, F., Lestari, D., & Ramadhan, A. (2022). Kandungan allicin dalam bawang putih (*Allium sativum*) dan pengaruhnya terhadap elastisitas pembuluh darah. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 2(2), 101–110.
- RI, K. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. Jakarta. In *Kesehatan Republik Indonesia*.
- Sari, R. P., & Wibowo, H. (2020). Penggunaan Tanaman Herbal Sebagai Terapi Alternatif pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Fitofarmaka*, 4(8), 112–125.
- Setiawan, R., Prasetyo, A., & Nurhadi, D. (2020). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Tanaman Obat Melalui Edukasi Kesehatan Berbasis Komunitas. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM)*, 1(5), 45–52.
- Setiawan, R., Wibowo, H., & Anggraini, F. (2023). Penggunaan tanaman obat sebagai terapi komplementer hipertensi: Tinjauan ilmiah. *Jurnal Farmasi Dan Kesehatan*, 1(14), 75–84.
- Susanto, A., Handayani, R., & Sari, P. (2021). Edukasi masyarakat mengenai tanaman obat hipertensi: Studi kasus di wilayah perkotaan. *Jurnal Edukasi Kesehatan*, 3(9), 140–147.
- Utami, S., & Handayani, D. (2021). Strategi penyebaran informasi tanaman obat melalui media digital. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 2(12), 77–85.
- Zubaidah, S., & Hidayat, A. (2022). Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi: Studi Literatur. *Jurnal Biomedik Indonesia*, 1(5), 89–102.