

Dikirim : 15 Desember 2021
Direvisi : 25 Desember 2021
Disetujui : 02 Januari 2022

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>

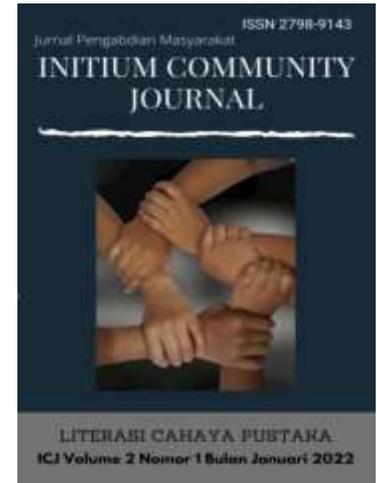
INITIUM COMMUNITY JOURNAL

<https://journal.medinerz.org/index.php/ICJ>

e-ISSN : 2798-9143

Kata kunci : Hipertensi, Kemandirian, Tanaman, Tradisional
Keywords : *Hypertension, Independence, Plant, Traditional*

Korespondensi Penulis:
Subardin, AB
Subardin69@gmail.com



Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Tradisional Untuk Kemandirian Masyarakat Guna Mencegah Hipertensi Di Desa Sipi Kecamatan Sirenja Kabupaten Donggala

Subardin, AB¹, Athia Kurnia Kasim², Agustinus Talindong³, Parmi⁴, Niluh Desy Purnamasari⁵, Veni Mornalita Kolupe⁶, Nani Astria Polontalo⁷, Lexy Kareba⁸, Sudirman⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}) Program Studi Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Jaya

e-mail : Subardin69@gmail.com, athia.kasim@gmail.com, agustinustalindong@gmail.com, Parmi.aldi73@gmail.com, desvitafc@gmail.com, Veny_manik@yahoo.com, naniastria@gmail.com, zyupiter74@yahoo.com, sudirmandirman549@gmail.com

ABSTRACT

Background: Community empowerment as a process to build humans or communities through community capacity development, community behavior change, and community organizing, such as the ability to do business, the ability to seek information, the ability to manage their health according to the needs or problems faced. The most common health problem faced by the community is hypertension, the disease is an increase in blood pressure 140/90 mmHg². Hypertension risk factors are age, gender, family history, genetics, and behavior. The prevalence of hypertension in Indonesia in the population aged 18 years, increased from 25.8% to 34.11%. currently experiencing hypertension, as well as a lack of public knowledge about the use of traditional medicinal plants. **Purpose :** So that the community can independently prevent hypertension using natural ingredients. **Methods:** This activity was carried out for 4 days, with an approach to counseling methods and parallel discussions for each community. carried out in Sipi Village, Sirenja District, Donggala Regency. **Results:** Very high public enthusiasm in participating in the socialization of counseling and discussions related to hypertension and how to use medicinal plants and types of plants that can be used as hypertension drugs. **Conclusion:** The implementation of community service activities went well and was full of community enthusiasm, this activity was assessed very useful by the community, and feel helped besides that the community is also proud because it has better knowledge and experience.

Keywords: *Hypertension, Independence, Plant, Traditional*

ABSTRAK

Latar belakang; Pemberdayaan masyarakat sebagai suatu proses untuk membangun manusia atau masyarakat melalui pengembangan kemampuan masyarakat, perubahan perilaku masyarakat, dan pengorganisasian masyarakat, seperti kemampuan untuk berusaha, kemampuan untuk mencari informasi, kemampuan untuk mengelola kesehatannya sesuai dengan kebutuhan atau permasalahan yang dihadapi. Masalah Kesehatan yang paling sering di hadapi masyarakat yaitu hipertensi, penyakit tersebut merupakan peningkatan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg². Faktor resiko Hipertensi yaitu umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetic, dan perilaku. Prevalensi kejadian hipertensi di Indonesia pada penduduk berusia ≥ 18 tahun, meningkat dari 25,8% menjadi 34,11% Berdasarkan hasil observasi yang telah di lakukan, di ketahui bahwa dari 45 partisipan masyarakat, terdapt 73% di antaranya memiliki riwayat hiertensi dan 17% sedang mengalami hipertensi, serta kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan tanaman obat tradisional. **Tujuan:** Agar masyarakat dapat dengan mandiri melakukan pencegahan hipertensi menggunakan bahan alam. **Metode:** Kegiatan ini dilaksanakan selama 4 hari, dengan pendekatan metode penyuluhan dan diskusi paralel setiap masyarakat. dilaksanakan di Desa Sipi, Kecamatan Sirenja, Kabupaten Donggala. **Hasil:** Antusias masyarakat yang sangat tinggi dalam mengikuti sosialisasi penyuluhan dan diskusi terkait penyakit hipertensi serta cara pemanfaatan tanaman obat dan jenis tanaman yang dapat di jadikan obat hipertensi, **Kesimpulan:** Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada msasyarakat berjalan dengan baik dan penuh degan antusias masyarakat, kegiatan ini dinilai sangat bermanfaat oleh masyarakat, dan merasa terbantuan selain itu masyarakat pun turut berbangga karena memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih baik lagi.

Kata Kunci : Hipertensi, Kemandirian, Tanaman, Tradisional

A. Pendahuluan

Pemberdayaan masyarakat adalah upaya mempersiapkan masyarakat seiring dengan langkah upaya memperkuat kelembagaan masyarakat agar mereka mampu mewujudkan kemajuan, kemandirian, dan kesejahteraan dalam suasana keadilan sosial yang berkelanjutan.

Pemberdayaan masyarakat, secara lugas dapat diartikan sebagai suatu proses yang membangun manusia atau masyarakat melalui pengembangan kemampuan masyarakat, perubahan perilaku masyarakat, dan pengorganisasian masyarakat. Dari definisi tersebut terlihat ada 3 tujuan utama dalam pemberdayaan masyarakat yaitu mengembangkan kemampuan masyarakat, mengubah perilaku masyarakat, dan mengorganisir diri masyarakat.

Kemampuan masyarakat yang dapat dikembangkan tentunya banyak sekali seperti kemampuan untuk berusaha, kemampuan untuk mencari informasi, kemampuan untuk mengelola kesehatannya sesuai dengan kebutuhan atau permasalahan yang dihadapi.

Masalah Kesehatan yang kerap di hadapai yaitu kejadian hipertensi di tengah-tengah masyarakat. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit yang menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat di Indonesia maupun dunia [1]. Menurut JNC VII, hipertensi adalah peningkatan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg². Prevalensi dunia memperkirakan terdapat 1 milyar individu yang mengalami hipertensi. Selain itu, hipertensi juga salah satu penyebab terjadinya penyakit seperti stroke dan gagal ginjal bila tidak ditangani secara baik [2].

Faktor resiko Hipertensi adalah umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (factor resiko yang tidak dapat diubah/dikontrol), kebiasaan merokok, konsumsi garam, konsumsi lemak jenuh, penggunaan jelantah, kebiasaan konsumsi minum-minuman beralkohol, obesitas, kurang aktifitas fisik, stres, penggunaan estrogen. Menurut Kementerian Kesehatan RI, (2018) bahwa tingkat prevalensi kejadian hipertensi di Indonesia pada penduduk berusia ≥ 18 tahun, meningkat dari 25,8% menjadi 34,11% [3]. Kini (2016) pada hasil penelitiannya mengemukakan bahwa prevalensi hipertensi dominan terjadi pada usia antara 20-30 tahun dengan besaran hingga 45,2%. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kini (2016), prevalensi prehipertensi dan hipertensi pada dewasa muda (usia 20-30 tahun) adalah sebesar 45,2% [4].

Hasil observasi yang telah di lakukan pada desember tahun 2021, di Desa Sipi, di ketahui bahwa dari 45 partisipan masyarakat, di ketahui bahwa 73% di antaranya memiliki Riwayat hipertensi dan 17% sedang mengalami hipertensi, serta kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan tanaman obat tradisional. Berdasarkan uraian tersebut maka, Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Tradisional Untuk Kemandirian Masyarakat Mencegah Hipertensi Di Desa Sipi Kecamatan Sirenja Kabupaten Donggala, baik di lakukan dengan tujuan agar masyarakat dapat dengan mandiri melakukan pencegahan hipertensi menggunakan bahan alam.

B. Metode Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan selama 4 hari (17-20) Agustus, tahun 2021, menggunakan pendekatan metode penyuluhan dan diskusi paralel setiap masyarakat. Lokasi pelaksanaan di Desa Sipi, Kecamatan Sirenja, Kabupaten Donggala, Indonesia. Tahap kegiatan, pada hari 1 persiapan, hari ke 2-3 Koordinasi dengan aparat Deses Sipi dan persiapan protokol kesehatan, hari ke 4, pelaksanaan kegiatan, sebagaimana pada table 1 berikut:

No	Kegiatan	Hari			
		1	2	3	4
1.	Persiapan Kegiatan	X			
2.	Survei Lokasi Sebelum kegiatan		X		
3.	Koordinasi dan Persiapan Protokol Kesehatan			X	
4.	Pelaksanaan Kegiatan				X

C. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik “Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Tradisional Untuk Kemandirian Masyarakat Mencegah Hipertensi Di Desa Sipi Kecamatan Sirenja Kabupaten Donggala”, telah dilaksanakan Pada hari Jumat 17 Agustus 2021. Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk masyarakat dapat dengan mandiri melakukan pencegahan hipertensi menggunakan bahan alam secara tradisional.

Dengan demikian diharapkan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan tanaman tradisional, untuk mencegah hipertensi akan semakin besar sehingga dapat mengurangi laju pertumbuhan penderita penyakit hipertensi di desa sipi. Antusias masyarakat yang sangat tinggi dapat dilihat dari jumlah yang ikut serta atau hadir dalam kegiatan ini. Sosialisasi dilakukan dengan cara memberi penyuluhan dan diskusi yang dimulai dengan penjelasan definisi umum penyakit hipertensi serta cara pemanfaatan tanaman obat dan jenis tanaman yang dapat di jadikan obat hipertensi. Melalui penjelasan ini diharapkan masyarakat mengetahui ciri-ciri tanaman yang dapat digunakan untuk mencegah hipertensi.

Adapun rangkaian kegiatan pengabdian yang telah di lakukan, dapat di lihat pada gambar 1 berikut:



Gambar 1. Tahap Koordinasi

Kegiatan berjalan dengan baik, serta disambut dengan baik oleh pihak aparat desa setempat, dalam koordinasi dilakukan penyampaian-penyampaian terkait konsep pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Tradisional Untuk Kemandirian Masyarakat Mencegah Hipertensi Di Desa Sipi Kecamatan Sirenja Kabupaten Donggala. Selain itu dukungan dan izin juga di berikan oleh pihak aparat pemangku kebijakan di desa.

Selanjutnya pelaksanaan kegiatan di lakukan dengan memberikan materi serta diskusi kepada peserta sosialisasi, pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pad gambar 2 berikut :



Gambar 2. Penyampaian Materi dan diskusi

Penyampaian materi disambut dengan antusias oleh para masyarakat, materi yang di sajikan yaitu terkait pemanfaatan tanaman secara tradisonal untuk mencegah atau mengatasi penyakit hipertensi, Adapun pokok-pokok pembahasannya yaitu:

- 1) Definisi hipertensi, 2) Etimiologi hipertensi. 3) Penyebab/pemicu hipertensi, 4) Tanaman yang dapat di olah untuk mencegah hipertensi:
 - a. Bawang putih
 - Definisi
 - Kandungan
 - Manfaat dan cara pengolahan
 - b. Seledri
 - Definisi
 - Kandungan
 - Manfaat dan cara pengolahan

c. Rosella

- Definisi
- Kandungan
- Manfaat dan cara pengolahan

d. Mengkudu

- Definisi
- Kandungan
- Manfaat dan cara pengolahan

Selain dari kegiatan penyuluhan dan diskusi juga di lakukan kegiatan tanaman percontohan yang dapat di konsumsi untuk mencegah/mengobati hipertensi. Menurut Kusyanti dkk (2016) bahwa terdapat 20 jenis tumbuhan yang terdiri dari 19 genus, dan 18 familia yang dapat di jadikan obat untuk penyembuhan penyakit hipertensi, Adapun bagian yang dapat di dimanfaatkan untuk mengobati hipertensi yaitu pada bagian daun, buah, akar, bunga dan rimpang, metode pengobatan dapat di lakukan dengan cara direbus lalu di konsumsi [5]. Kegiatan tersebut dapat di lihat pada gambar 3 berikut:

Gambar 3. Pembuatan tanaman prcontohan



Pembuatan taman tanaman percontohan anti hipertensi di maksudkan untuk memberikan contoh dan edukasi kepada masyarakat agar mandiri dalam memenuhi kebutuhan tanaman yang dapat di gunakan untuk mencegah atau mengobati hipertensi. Menurut Park (2015) bahwa pengetahuan masyarakat yang rendah terkait penanganan penyakit hipertensi adalah penyebab utama terjadinya hipertensi [6]. Pemanfaatan tanaman herbal untuk pemeliharaan kesehatan serta pengobatan hipertensi sangat dibutuhkan serta perlu untuk di kembangkan.

Edukasi pemanfaatan tanaman herbal sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait pemanfaatan tanaman herbal untuk penanganan hipertensi [7]. Pengobatan tradisional dapat dilakukan dengan berkelanjutan dengan melibatkan masyarakat secara langsung sebagai media, selain itu pengobatan secara tradisional dianggap minim efek samping di bandingkan pengobatan secara kimiawi [8].

D. Penutup

1. Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi pemanfaatan tanaman tradisional untuk kemandirian masyarakat mencegah hipertensi di desa sipi kecamatan sirenja kabupaten donggala, berjalan dengan baik dan penuh dengan antusias masyarakat, kegiatan kegiatan pengabdian seperti ini dinilai sangat bermanfaat oleh masyarakat, Adapun masyarakat sangat merasa terbantuan dengan adanya kegiatan tersebut, selain dinilai sangat ekonomis dari segi biaya, juga dari segi bahan-bahan tanaman yang dapat mengobati dan mencegah hipertensi sangat mudah untuk di dapatkan dan di budi dayakan. Masyarakat pun turut berbangga karena memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih baik lagi.

2. Saran

Diharapkan kepada pihak Desa dan organisasi kemasyarakatan lainnya agar dapat memfasilitasi pelatihan-pelatihan yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat agar dapat mandiri dalam mengorganisasi dan mengelola kesehatannya sendiri, sehingga dapat mendukung terciptanya derajat Kesehatan masyarakat yang baik.

D. Daftar Pustaka

- [1] B. Murwanto , S. Trigunarso and P. Purwono, "Faktor lingkungan sosial, lingkungan fisik, dan pengendalian program DBD terhadap kejadian demam berdarah dengue (DBD).," Jurnal Kesehatan, vol. 10, no. 4, p. 453, 2019.
- [2] B. F. Kurnianingtyas, Suyatno and I. M. Kartasurya, "Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Siswa SMA Di Kota Semarang Tahun 2016," Jurnal Kesehatan Masyarakat, vol. 5, no. 2, pp. 70-77, 2017.
- [3] Y. Siswanto, S. A. Widyawati, A. A. Wijaya, B. D. Salfana and K. Karlina, "Hipertensi pada Remaja di Kabupaten Semarang," JPPKMI, vol. 1, no. 1, pp. 11-17, 2020.

Dikirim : 15 Desember 2021
Direvisi : 25 Desember 2021
Disetujui : 02 Januari 2022

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>

- [4] S. Kini , V. G. Kamath , M. M. Kulkarni and A. Kamath, "Pre-Hypertension among Young Adults (20–30 Years) in Coastal Villages of Udupi District in Southern India: An Alarming Scenario," PLoS ON, vol. 11, no. 4, pp. 23-29, 2016.
- [5] Kusyanti, Hasanuddin and Djufri, "Pemanfaatan Tumbuhan Obat Hipertensi dan Diabetes mellitus pada Masyarakat Rundeng Kota Subulussalam," Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Biologi, vol. 1, no. 1, pp. 85-94, 2016.
- [6] J. B. Park, K. Kario and J. G. Wang, " Systolic Hypertension: an Increasing Clinical Challenge in Asi," Hypertension Research., vol. 38, no. 4, pp. 227-236, 2015.