

PEMANFAATAN BAHAN HERBAL DALAM UPAYA PENGENDALIAN HIPERTENSI MELALUI PENYULUHAN DAN PEMBUATAN PRODUK TEH DAUN SALAM

Indri Meirista¹, Aulia Fitri², Nyimas Intan L.³, Sindy Fratika S.⁴, Tri Putri Yeva L.⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi, Indonesia

¹indri.meirista@gmail.com, ²aulia.fitri512@gmail.com, ³cindysiregar96@mail.com

⁴nyimasintan2016@gmail.com, ⁵yevalisa416@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak : Desa Tebat Patah di Jambi merupakan salah satu desa dengan prevalensi hipertensi yang cukup tinggi. Hasil riset membuktikan prevalensi penduduknya secara nasional dengan hipertensi sebesar 34,11%. Tim Abdimas melakukan pengendalian penyakit hipertensi secara promotif-preventif dilakukan dengan memanfaatkan bahan herbal melalui penyuluhan dan pembuatan teh daun salam. Kegiatan program kemitraan ini melibatkan masyarakat Desa Tebat Patah dengan berkolaborasi dengan Pemerintah Desa dan instansi kesehatan setempat. Metode yang dilakukan terdiri atas (1) penyuluhan kesehatan dan pemanfaatan bahan herbal, serta (2) demonstrasi pembuatan produk teh daun salam. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme masyarakat sangat tinggi dalam meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan dan manfaat bahan herbal, serta cara pembuatan produk teh daun salam. Keberadaan daun salam yang mudah ditemukan di lingkungan masyarakat mendukung ketersediaan bahan baku untuk membuat produk teh daun salam, sehingga diharapkan edukasi yang diberikan dapat diterapkan sebagai salah satu alternatif produk herbal untuk kesehatan masyarakat.

Kata Kunci : Obat Herbal; Daun Salam; Teh; Pencegahan Hipertensi.

Abstract : *Tebat Broken village in Jambi is one of the villages with a fairly high prevalence of hypertension. The results of the research proved the prevalence of national population with hypertension of 34.11%. The Abdimas team conducts the promotion of hypertensive disease in a promotive condition done by utilizing herbal materials through counseling and making tea leaves. The partnership program activities involve the people of Tebat Patah Village by collaborating with the village government and local health institutions. The method that is done consists of (1) health counseling and utilization of herbal materials, as well as (2) demonstration of the manufacture of Salam tea leaves. The results showed the enthusiasm of the community is very high in increasing knowledge about the health and benefits of herbal materials, as well as the way of the manufacture of Salam leaf tea products. The existence of Salam leaves that are easy to find in the community support the availability of raw materials to make tea leaf products, so hopefully given education can be applied as one alternative herbal products for public health.*

Keywords : Herbal remedies; Salam leaves; Tea; Hypertension prevention



Article History:

Received : 08-04-2020

Revised : 08-05-2020

Accepted : 15-05-2020

Online : 04-06-2020



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, 2013, dan 2018 menunjukkan kecenderungan terhadap peningkatan prevalensi penyakit tidak menular termasuk hipertensi. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi penduduk secara nasional dengan penyakit hipertensi sebesar 34,11% dengan penderita lansia sebesar 63,5%. Prevalensi tersebut diprediksi akan semakin meningkat (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Berdasarkan data Puskesmas Kemingking Dalam tahun 2019 yang menaungi wilayah Desa Tebat Patah diperoleh bahwa penyakit hipertensi merupakan urutan keempat penyakit terbesar di wilayah tersebut setelah ISPA, diare dan masalah gigi. Faktor resiko hipertensi dapat terjadi dengan peningkatan usia dan kurangnya kesadaran dalam menerapkan pola makan dan gaya hidup sehat seperti pola tidur yang buruk, aktivitas olahraga yang terbatas, serta obesitas dan stres.

Penatalaksanaan hipertensi dengan terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian anti hipertensi seperti diuretik, alfa-blocker, beta-blocker, vasodilator, ACE-Inhibitor, dan angiotensin II blocker. Selain itu dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi atau yang dikenal dengan pengobatan tradisional (herbal) seperti menggunakan rebusan daun alpukat atau daun salam sebagai salah satu tanaman yang dapat mengobati penyakit hipertensi.

Daun salam (*Eugenia polyantha*) mengandung flavonoid, triterpen, tannin, polifenol, dan alkaloid serta minyak atsiri (Putri & Sumekar, 2017). Flavonoid merupakan senyawa polifenol yang bermanfaat sebagai antihipertensi, antivirus, antimikroba, antialergik, antiplatelet, antiinflamasi, antitumor, merangsang pembentukan kolagen, melindungi pembuluh darah, antioksidan, antidiabetes, antimalaria, antihiperurisemia antikarsinogenik dan sebagai sistem pertahanan tubuh (Harismah & Chusniatun, 2016; Putri & Sumekar, 2017). Senyawa flavonoid utama yang terkandung dalam daun salam adalah kuersetin dan fluoretin (Prahastuti et al., 2011). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa air rebusan daun salam dapat menurunkan tekanan darah sehingga dapat dijadikan alternatif terapi pada penderita hipertensi (Andoko, 2016; Dafriani, 2016; Asih, 2018) dan kadar asam urat tinggi (hiperurisemia) (Djohari & Paramitha, 2015).

Kegiatan pengabdian pada masyarakat terkait pengendalian hipertensi dan penyakit tidak menular yang memanfaatkan tanaman obat juga pernah dilakukan di beberapa daerah di Indonesia melalui strategi pemberian edukasi dengan penyuluhan dan demonstrasi yang melibatkan partisipasi masyarakat. Hasil kegiatan tersebut menunjukkan peningkatan terhadap pengetahuan dan minat masyarakat dalam menjaga dan meningkatkan kesadaran untuk berperilaku hidup sehat, sehingga diharapkan dengan memanfaatkan bahan tanaman obat dapat menekan angka kejadian hipertensi dan penyakit tidak menular lainnya di masyarakat (Sudarsono, Sasmita, Handyasto, Arissaputra, & Kuswantiningsi, 2017; Sammulia & Suhaera, 2019; Trisnaningsih, Wahyuni, & Nur, 2019; Nopriyanto et al., 2019)

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mencegah dan mengendalikan penyakit tidak menular khususnya hipertensi melalui pemberian informasi kesehatan dan pemanfaatan bahan herbal serta cara mengolah daun salam menjadi alternatif produk kesehatan yang dapat bertahan lama dan memiliki nilai jual kompetitif.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilakukan di Desa Tebat Patah, Kecamatan Taman Rajo, Kabupaten Muaro Jambi. Metode yang digunakan untuk menyelesaikan masalah kesehatan terkait hipertensi terdiri dari:

1. Tahap Perencanaan

Dalam hal ini, tim penyuluhan berkoordinasi dengan Puskesmas Kemingking Dalam untuk melaksanakan pemeriksaan kesehatan gratis meliputi tekanan darah, gula darah, dan asam urat. Tim penyuluhan juga bekerjasama dengan Kepala Desa Tebat Patah beserta jajarannya untuk mensukseskan kegiatan ini.

2. Tahap Pelaksanaan

Pemeriksaan kesehatan gratis dilaksanakan di Puskesmas Pembantu Tebat Patah yang diikuti oleh masyarakat setempat. Sedangkan kegiatan penyuluhan diadakan di salah satu rumah warga yang disampaikan langsung oleh ketua tim penyuluhan, edukasi masyarakat melalui penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran masyarakat terhadap perilaku hidup sehat, serta pemanfaatan bahan herbal sebagai produk kesehatan. Setelah berdiskusi dengan masyarakat terkait bahan alam yang sering dimanfaatkan masyarakat untuk mengobati hipertensi, maka dipilihlah daun salam dan juga ditetapkan tanggal dan waktu untuk pelatihan atau demonstrasi pembuatan produk teh dari daun salam. Demonstrasi pembuatan produk teh berbahan daun salam bertujuan untuk menghasilkan keterampilan guna pemanfaatan jangka panjang dan bernilai jual kompetitif. Alat dan bahan yang digunakan untuk demonstrasi pembuatan produk teh daun salam meliputi daun salam, air, kantong teh celup ukuran 2 gram, baki atau nampan, dan alu.

3. Tahap Evaluasi

Tujuan dilakukannya evaluasi yaitu untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan masyarakat setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan dalam pemanfaatan bahan herbal sebagai alternatif pengobatan hipertensi. Evaluasi ini dilakukan dengan metode tanya jawab sebelum dan sesudah penyampaian materi penyuluhan dan pelatihan yang merupakan upaya untuk mengetahui respon atau materi yang dapat dipahami oleh masyarakat. Responden (masyarakat) yang mampu menjawab dan menjelaskan kembali materi yang disampaikan akan menjadi hasil atau gambaran keberhasilan penyuluhan dan pelatihan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pemeriksaan tekanan darah terhadap 30 peserta menunjukkan sebesar 26,7% peserta mengalami hipertensi, sedangkan 16,7% peserta berpotensi mengalami hipertensi. Berdasarkan hasil wawancara terdapat 20 peserta (66,7%) telah menyadari pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala dengan mendatangi petugas kesehatan setempat yakni

bidan puskesmas pembantu terdekat. Adapun hasil pemeriksaan awal sesuai Tabel 1 dan Tabel 2 berikut.

Tabel 1. Proporsi Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah

No.	Tekanan Darah (mmHG)	Frekuensi	Persentase
1	≤ 120/80	17	56,7%
2	121/81– 139/89	5	16,7%
3	≥ 140/90	8	26,7%
Total		30	100%

Tabel 2. Proporsi Hasil Pemeriksaan Kadar Asam Urat

No.	Asam Urat (mg/dL)	Frekuensi	Persentase
1	< 7	16	69,6%
2	> 7	7	30,4%
Total		23	100%

Dari 30 peserta yang hadir, sebesar 23 peserta yang bersedia melakukan pemeriksaan kadar asam urat dan hanya 8 peserta yang bersedia melakukan pemeriksaan kadar gula darah. Hasil menunjukkan bahwa sebesar 69,6% peserta memiliki kadar asam urat normal, sedangkan 30,4% peserta memiliki kadar asam urat di atas normal (hiperurisemia) (Tabel 2). Hasil pemeriksaan kadar gula darah menunjukkan bahwa 8 peserta memiliki kadar gula darah normal. Bagi masyarakat dengan hipertensi dan hiperurisemia sangat berpotensi mengalami resiko *gout* yakni sejenis sakit sendi atau arthritis yang ditandai dengan pembengkakan pada sendi.

Selain mengadakan pemeriksaan kesehatan gratis, tim juga melakukan penyuluhan yang diikuti oleh 30 peserta (Gambar 1). Penyuluhan ini berjalan dengan baik dan lancar hanya saja terdekat beberapa kendala seperti peserta yang datang tidak sesuai waktu yang ditentukan, dikarenakan aktivitas peserta berbeda-beda, serta kesulitan pada saat pemilihan kata-kata atau kalimat yang mudah untuk dipahami dan dimengerti oleh peserta ketika penyampaian materi. Penyampaian materi ini disampaikan langsung oleh ketua tim penyuluhan. Materi yang disampaikan pada saat penyuluhan meliputi perilaku hidup sehat untuk mengendalikan penyakit hipertensi, penyebab hipertensi, gejala hipertensi, dan pengobatan hipertensi yang bisa didapatkan dari lingkungan sekitar seperti daun salam yang bisa dijadikan sebuah produk berupa teh.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Kepada Masyarakat Desa Tebat Patah

Demonstrasi pembuatan produk herbal daun salam diikuti oleh peserta dengan sangat antusias, hal ini didukung dengan suasana tanya-jawab yang berkelanjutan, serta antusiasme dalam melihat contoh produk herbal yang telah selesai dibuat. Alat dan bahan yang digunakan dalam pembuatan produk herbal daun salam ini meliputi daun salam, air, kantong teh celup ukuran 2 gram, baki atau nampan, dan alu. Proses pembuatan produk ini pertama kali dengan mencuci daun salam dengan air mengalir, kemudian keringkan daun salam dengan beralaskan baki atau nampan di bawah sinar matahari selama kurang lebih 72 jam/ sampai daun mengering (Gambar 2). Tumbuk daun salam menggunakan alu hingga mendapatkan derajat serbuk yang sesuai (Gambar 3), daun salam yang telah diserbukkan dimasukkan ke dalam kantong teh ukuran 2 gram (Gambar 4).



Gambar 2. Daun salam yang sudah kering



Gambar 3. Serbuk daun salam



Gambar 4. Serbuk daun salam dimasukkan ke dalam kantong teh

Adapun kendala yang dihadapi pada kegiatan ini yakni waktu pengumpulan masyarakat karena mayoritas masyarakat Desa Tebat Patah adalah pekerja dan memiliki aktivitas rutin setiap hari, sehingga sulit untuk mengumpulkan masyarakat dalam waktu yang bersamaan.

Peserta yang telah mendapat informasi mengenai jenis dan manfaat tanaman obat serta cara pembuatan produk teh daun salam diharapkan juga mampu mengenali jenis tanaman lain disekitarnya yang dapat dijadikan sebagai alternatif terapi hipertensi dan penyakit tidak menular lainnya seperti gout dan diabetes melitus, serta dapat membuat suatu

produk herbal berbahan daun salam atau bahan herbal lain dalam bentuk tunggal maupun kombinasi bahan herbal (Palupi & Widyaningsih, 2015; Rusli & Liasambu, 2018) yang bermanfaat bagi kesehatan diri sendiri maupun masyarakat.

Untuk memastikan peserta tersebut memahami dan mengerti dengan materi yang telah disampaikan serta perkiraan keberhasilan dari kegiatan penyuluhan dan pelatihan atau demonstrasi pembuatan produk herbal daun salam ini, dilakukan evaluasi dengan tanya jawab sesudah dan sebelum penyampaian materi penyuluhan dan pelatihan terhadap materi yang disampaikan dan meminta peserta mengulang kembali materi yang sudah dijelaskan.

Hasil evaluasi berupa tanya jawab yang dilakukan sebelum dilakukan penyuluhan dan pelatihan terdapat 46,7% peserta yang mampu menjawab dan menjelaskan materi yang dijelaskan serta 53,3% peserta yang mampu menjawab (Tabel 3). Setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan, pengetahuan peserta meningkat 20%, peserta yang mampu menjawab dan menjelaskan 66,7% dan yang tidak mampu menjelaskan 33,3% (Tabel 4). Respon para peserta sangat baik dikarenakan peserta sudah pernah mendapatkan penyuluhan tentang hipertensi dari para tenaga medis puskesmas dan kader-kader posyandu walaupun sebelum diberikan materi oleh ketua tim penyuluhan masih banyak peserta yang lupa apa yang sudah pernah disampaikan tenaga medis dan kader-kader posyandu.

Tabel 3. Sebelum diberikan penyuluhan dan pelatihan

No	Evaluasi	Frekuensi	Persentase
1	Peserta yang mampu menjawab dan menjelaskan	14	46,7%
2	Peserta yang tidak mampu menjawab dan menjelaskan	16	53,3%
Total		30	100%

Tabel 4. Setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan

No	Evaluasi	Frekuensi	Persentase
1	Peserta yang mampu menjawab dan menjelaskan	20	66,7%
2	Peserta yang tidak mampu menjawab dan menjelaskan	10	33,3%
Total		30	100%

D. SIMPULAN DAN SARAN

Edukasi yang diberikan kepada masyarakat Desa Tebat Patah telah meningkatkan 20% setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan terhadap pemahaman serta kesadaran masyarakat terhadap perilaku hidup sehat untuk mengendalikan penyakit hipertensi. Selain itu, dengan adanya pelatihan atau demonstrasi pembuatan teh daun salam yang digunakan sebagai alternatif terapi hipertensi juga menambah pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan bahan herbal dan cara pengolahannya yang benar. Setelah diadakan penyuluhan dan pelatihan ini, masyarakat diharapkan dapat menerapkan pola hidup sehat dengan makan-makanan

yang bergizi, istirahat, dan olahraga yang cukup, serta diharapkan masyarakat memeriksakan kesehatannya secara berkala. Masyarakat juga diharapkan dapat membudidayakan dan membuat inovasi lain dari bahan herbal seperti teh daun salam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada ketua panitia KKN Stikes Harapan Ibu Jambi, Kepala Desa Tebat Patah, Kepala Puskesmas Kemingking Dalam beserta stafnya, Pembimbing Institusi dan Pembimbing Lahan Posko 04 Desa Tebat Patah, seluruh Perangkat Desa Tebat Patah serta seluruh masyarakat Desa Tebat Patah yang telah berkontribusi dalam kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Andoko, & Pangesti, D. N. (2016). *Efektifitas Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi*. 10(2), 1–4.
- Andriaansz, P. N., Rottie, J., & Lolong, J. (2016). Hubungan Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmasranomuut Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 4(1).
- Asih, S. W. (2018). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wisma Seruni Upt Pslu Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, (September), 169. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v0i0.1543>
- Dafriani, P. (2016). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum* Wight Walp) terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Sungai Bungkal, Kerinci 2016. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 7(2), 25–34.
- Damayantie, N., Heryani, E., & Muazir. (2018). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2018. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 05(03), 224–232. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.ART.p224>
- Djohari, M., & Paramitha, R. (2015). Efektivitas Rebusan Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) terhadap Penurunan Kadar Asam Urat dalam Darah Mencit Putih Jantan. *Pharmacy*, 12(02), 1–9.
- Herawati, & Sartika, W. (2013). *Terkontrolnya Tekanan Darah Penderita Hipertensi Berdasarkan Pola Diet Dan Kebiasaan Olah Raga Dipadang Tahun 2011*. 8(1), 8–14.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*.
- Korneliani, K., & Meida, D. (2012). Obesitas Dan Stress Dengan Kejadian Hipertensi. *KESMAS - Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 117–121. <https://doi.org/10.15294/kemas.v7i2.2806>
- Nopriyanto, D., Aminuddin, M., Samsugito, I., Puspasari, R., Ruminem, R., & Syukmana, M. (2019). Meningkatkan Peran Serta Masyarakat Dalam Upaya Menurunkan Peningkatan Penyakit Tidak Menular (PTM). *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(2), 285. <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i2.4726>
- Palupi, M. R., & Widyaningsih, T. D. (2015). Pembuatan Minuman Fungsional Liang Teh Daun Salam (*Eugenia Polyantha*) Dengan Penambahan Filtrat Jahe dan Filtrat Kayu Secang. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 3(4), 1458–1464.
- Prahastuti, S., Tjahjani, S., Hartini, E., Kedokteran, F., Maranatha, U. K., Prof, J., ... Indonesia, B. (2011). The Effect of Bay Leaf Infusion (*Syzygium Polyanthum* (Wigt) Walp) to Decrease Blood Total Cholesterol Level in

- Dyslipidemia Model Wistar Rats. *Jurnal Medika Planta*, 1(4), 27–32.
- Putri, T. U. A., & Sumekar, D. W. (2017). Uji Efektivitas Daun Salam (*Sizygium polyantha*) sebagai Antihipertensi pada Tikus Galur Wistar. *Majority*, 6(1), 77–81.
- Roshifanni, S. (2016). Risiko Hipertensi pada Orang dengan Pola Tidur Buruk. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(3), 384–395. <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i3>
- Rusli, N., & Liasambu, S. H. (2018). Formulasi Sediaan Teh Herbal Celup Dari Daun Salam (*Eugenia polyantha* Wight .) Kombinasi Daun Sirsak (*Annona muricata* L.) Sebagai Alternatif Anti-Hipertensi. *Journal of Pharmaceutical and Medicinal Sciences*, 3(17), 6–9.
- Sammulia, S. F., & Suhaera, S. (2019). Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi dan Asam Urat Ringan Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(2), 201. <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i2.4472>
- Sartik, Tjekyan, R. S., & Zulkarnain, M. (2017). Faktor-faktor Risiko dan Angka Kejadian Hipertensi pada Penduduk Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180–191. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.3.180-191>
- Sudarsono, E. K. R., Sasmita, J. F. A., Handyasto, A. B., Arissaputra, S. S., & Kuswantiningsi, N. (2017). Peningkatan Pengetahuan Terkait Hipertensi Guna Perbaikan Tekanan Darah pada Pemuda di Dusun Japanan, Margodadi, Seyegan, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 26–38. <https://doi.org/10.22146/jpkm.25944>
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 9–17. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v11i1.5107>
- Trisnaningsih, U., Wahyuni, S., & Nur, S. (2019). Pemanfaatan Lahan Pekarangan Dengan Tanaman Obat Keluarga. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(2), 259. <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i2.4554>
- Widianto, A. A., Romdhoni, M. F., Karita, D., & Purbowati, M. R. (2018). Hubungan Pola Makan Dan Gaya Hidup Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pralansia Dan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas I Kembaran. *Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Vol.1 No.5*, 58–67.