

Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat untuk Mengatasi Hipertensi di Kelurahan Pampang Kota Makassar

**Asni Amin¹, Andi Amaliah Dahlia², Rais Razak³, Besse Nurul Fajriah⁴,
Revalina Harun⁵, Fahrani Apriliani Ilyas⁶, Muhammad Multazam⁷, A. Nur
Wahdania⁸**

¹ Prodi Magister Farmasi, Universitas Muslim Indonesia, Indonesia

^{2,3,4,5,6,7,8} Prodi Sarjana Farmasi, Universitas Muslim Indonesia, Indonesia

Received : 24 Juli 2026, Revised : 6 Agustus 2026, Published : 12 Agustus 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Asni Amin

E-mail: asni.amin@umi.ac.id

Abstrak

Kelurahan Pampang, termasuk kelurahan di Kota Makassar dengan prevalensi hipertensi pada urutan ketiga. Permasalahan utama mitra meliputi rendahnya literasi hipertensi, ketidakpahaman dosis fitoterapi, serta anggapan keliru bahwa herbal dapat menggantikan obat dokter. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan warga terkait pemanfaatan tanaman obat secara tepat, aman, dan higienis sebagai terapi komplementer. Metode pelaksanaan dilakukan melalui intervensi edukatif door-to-door yang melibatkan 10 partisipan. Tahapan pelaksanaan terdiri dari 3 mencakup tahap pra kegiatan yaitu penyiapan materi leaflet dan pemetaan lokasi pengabdian, tahap edukasi meliputi sosialisasi, edukasi berupa ceramah interaktif menggunakan media leaflet hipertensi dan tanaman obat (seledri, daun salam, dan bawang putih) untuk hipertensi, dan diskusi, dan tahap monitoring dan evaluasi, mencakup wawancara awal (pra-interview), serta evaluasi wawancara akhir (post-interview). Hasil evaluasi deskriptif menunjukkan peningkatan pengetahuan yaitu: warga memahami bahaya hipertensi, mengetahui batas dosis dan pengolahan higienis, serta menyadari kedudukan fitoterapi sebagai pengobatan komplementer (pelengkap). Kesimpulannya, edukasi door-to-door berbasis media leaflet efektif merekonstruksi pemahaman dan meningkatkan kesadaran masyarakat Pampang dalam memanfaatkan tanaman obat secara aman untuk membantu mengontrol hipertensi.

Kata kunci - door to door, edukasi, hipertensi, kelurahan Pampang, tanaman obat

Abstract

Pampang village ranks third in Makassar city for hypertension prevalence. The community's main issues include low hypertension literacy, misunderstanding phytotherapy dosage, and the misconception that herbal medicine can replace doctor-prescribed drugs. This community service program aimed to enhance residents' knowledge regarding the appropriate, safe, and hygienic use of medicinal plants as a complementary therapy. The program utilized a door-to-door educational approach involving 10 participants. The execution comprised three stages: the pre-activity phase (preparing leaflets and location mapping), the education phase (socialization, interactive lectures using leaflets on hypertension and medicinal plants include: celery, bay leaves, and garlic, and discussions), and the monitoring phase (pre- and post-interviews). Qualitative evaluation results showed a significant increase in knowledge; residents understood the dangers of hypertension, proper dosage limits, hygienic preparation, and recognized phytotherapy's role as a complementary treatment. In conclusion, leaflet-based door-to-door education effectively restructures public understanding and enhances awareness among Pampang residents in safely utilizing medicinal plants to help control hypertension.

Keywords - door-to-door, education, hypertension, medicinal plants, Pampang sub-district

How To Cite : Amin, A., Dahlia, A. A., Razak, R., Fajriah, B. N., Harun, R., Ilyas, F. A., Multazam, M., & Wahdania, A. N. (2026). Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat untuk Mengatasi Hipertensi di Kelurahan Pampang Kota Makassar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 5(1), 35 - 44. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i4.1656>

Copyright ©2026 Asni Amin, Andi Amaliah Dahlia, Rais Razak, Besse Nurul Fajriah, Revalina Harun, Fahrani Apriliani Ilyas, Muhammad Multazam, A. Nur Wahdania

PENDAHULUAN

Hipertensi ada salah satu penyakit tidak menular yang menempati rangking satu tertinggi penyebab kematian di dunia (Fridalni, Hasni, & Karnasih, 2022), dengan gambaran klinis peningkatan tekanan darah secara persisten (tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg, dan diastolik ≥ 90 mmHg) (Ranti dan Rima, 2024). Di Indonesia, peningkatan prevalensi hipertensi berada pada taraf sangat mengkhawatirkan karena meningkat setiap tahun. Kondisi epidemiologis ini menempatkan hipertensi dalam kategori "silent killer" dikarenakan sering kali tidak menunjukkan gejala klinis yang spesifik, sehingga sebagian besar penderita tidak menyadari sedang mengalami kerusakan vaskular sistemik, dan memicu terjadinya komplikasi kardiovaskular dan sistemik, termasuk diantaranya penyakit jantung, stroke, hingga gagal ginjal kronis (Tiyas Utami, et.al, 2026; Mustaqimah, 2026). Beberapa faktor yang menyebabkan kondisi ini, antara lain : genetik, usia, dan jenis kelamin, pergeseran gaya hidup modern/*life style* (kurang olahraga, obesitas, pola konsumsi pangan khususnya diet tinggi natrium). kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta paparan stres psikososial perkotaan yang tinggi (Anggita dan Rantung, 2025; Lusya A., et.al, 2024). Pengobatan hipertensi termasuk terapi jangka panjang dan seumur hidup, hal ini tentu saja akan menimbulkan beberapa masalah, misalnya ketidakpatuhan pasien meminum obat (Tiyas Utami, et.al, 2026), efek samping penggunaan dari obat sintetis yang dikonsumsi, serta tingginya biaya pengobatan, terutama pada pasien dengan komorbiditas sehingga banyak penderita hipertensi berinisiatif secara mandiri memilih pengobatan alternatif dengan mengonsumsi tanaman obat (Soraya, et.al, 2024).

Pampang sebagai salah satu kelurahan di Kota Makassar yang termasuk dalam kategori prevalensi hipertensi tertinggi, data penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Pampang pada tahun 2021 adalah 1.571 orang, pada tahun 2022 terdapat 9.558 orang, pada tahun 2023 terdapat 11.977 orang dan data dari bulan Januari hingga Maret 2024 berjumlah 333 orang, angka tersebut menunjukkan terjadi peningkatan jumlah penderita hipertensi dari tahun ke tahun (Sapang & Abrar, 2025), hal ini mendorong pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan terhadap komunitas masyarakat yang berdomisili di kelurahan Pampang, sebagai mitra utama. Berdasarkan hasil survei pendahuluan dan observasi lapangan, ditemukannya sejumlah permasalahan yang dihadapi oleh mitra, antara lain: (1). Rendahnya tingkat pengetahuan klinis tentang hipertensi, (dari 10 orang yang kami wawancarai ternyata kesemuanya (100%) menganggap bahwa hipertensi hanyalah penyakit pusing biasa yang akan hilang dengan sendirinya). (2). Ketidapahaman terhadap pemanfaatan tanaman obat untuk penanganan hipertensi, (dari 10 orang warga mitra kesemuanya mengetahui tentang jenis tanaman obat untuk menangani hipertensi, namun belum mengetahui cara pengolahan yang tepat dan higienis, serta dosis penggunaan yang tepat dan aman. (3). Adanya persepsi keliru mengenai substitusi obat sintetis, yaitu menganggap bahwa jika sudah mengonsumsi rebusan tanaman obat, maka dapat menghentikan pemakaian obat antihipertensi yang diresepkan oleh dokter (hasil observasi awal menunjukkan 40% warga telah menghentikan konsumsi obat sintetis, namun 60% lainnya mengonsumsi herbal bersamaan waktunya dengan obat herbal). Hal ini sangat berbahaya karena dapat memicu krisis hipertensi yang dapat menyebabkan kematian, dan efek samping atau interaksi obat sintetis dengan herbal. Oleh karena itu perlu dilaksanakan pengabdian masyarakat berupa edukasi tentang pemanfaatan tanaman obat untuk hipertensi yang benar dan efektif pada masyarakat di kelurahan Pampang. Edukasi promosi kesehatan terbukti mampu merekonstruksi pengetahuan dan persepsi individu, yang akan mendorong perubahan perilaku kesehatan ke arah yang lebih positif (Ratna et al., 2025; Sany et al., 2022). Pemberian edukasi berbasis kelompok di komunitas diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjaga kestabilan tekanan darah (Tripena, 2023).

Pemanfaatan tanaman obat yang telah digunakan di Sulawesi Selatan dalam upaya terapi komplementer hipertensi, antara lain : sambiloto, bawang putih alang-alang, seledri, mengkudu, belimbing, ciplukan, salam, dan lain-lain. Penelitian tanaman obat antihipertensi di kabupaten Wajo terdiri dari bawang putih, daun salam, seledri, mentimun dan belimbing wuluh (Surianti et al., 2025; Najib et al., 2021), sedangkan yang digunakan di desa Barebbo, Kabupaten Bone, seperti : belimbing

wuluh (*Averrhoa bilimbi*), salam (*Syzygium polyanthum*), seledri (*Apium graveolens*), sambiloto (*Andrographis paniculata*), kumis kucing (*Orthosiphon stamineus*), bawang putih (*Allium sativum*) (Santi et al., 2022), sedangkan di desa Pattalassang Kabupaten Gowa menggunakan daun sirsak (*Annona muricata*), buah mentimun (*Cucumis sativus*), dan herba meniran (*Phyllanthus niruri*) selain tumbuhan yang telah dipaparkan sebelumnya sebagai obat penurun hipertensi (P.N. Fadhilah, Abd. Malik, Hasnaeni, 2025). Khasiat tumbuhan tersebut sebagai fitoterapi hipertensi sangat dipengaruhi oleh kandungan zat aktif berupa metabolit sekunder dari masing-masing tumbuhan yang secara umum terdapat kandungan senyawa fenol, flavonoid, steroid, tanin, dan alkaloid yang berfungsi menurunkan tekanan darah dengan menstabilkan kondisi sistem kardiovaskuler (Amin, A. Wati, & Astri AL, 2024; Panche et al., 2021). Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa seledri terbukti secara klinis mengandung senyawa apigenin dan flavonoid sebagai diuretik alami dan efektif menurunkan hipertensi (Al Disi, Anwar, & Eid, 2016; Yulianto et al., 2022). Selain itu, ekstrak daun salam mengandung senyawa tanin dan flavonoid sebagai untuk mencegah vasokonstriksi (Eryta, 2025; Wahyuni Agustia, et.al, 2025) Bawang putih dengan senyawa sulfur allicin mampu merelaksasi pembuluh darah (Bangun, A. E, et.al, 2026; Ried, 2020) Uraian tentang jenis dan mekanisme ketiga tanaman obat ini dalam mengatasi hipertensi merupakan bukti ilmiah dan dipilih sebagai materi edukasi yang dicantumkan dalam leaflet pada pengabdian yang akan dipaparkan pada masyarakat kelurahan Pampang.

Sebagaimana telah dipaparkan di atas, maka menjadi alasan yang sangat penting dilakukannya edukasi ke masyarakat mitra, yang bertujuan agar dapat meningkatkan pengetahuan warga dalam mengolah, dan memanfaatkan tanaman obat secara tepat, higienis, dan aman dalam upaya fitoterapi penyakit hipertensi, Tujuan jangka panjang adalah terciptanya perilaku gaya hidup sehat di kalangan warga, serta optimalisasinya pemanfaatan pekarangan sebagai apotek hidup keluarga, dan diharapkan laju prevalensi dan morbiditas hipertensi di kelurahan Pampang dapat ditekan.

METODE

Metode pelaksanaan yang diterapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada strategi intervensi edukatif secara personal melalui pendekatan *door-to-door* (kunjungan langsung dari rumah ke rumah warga) (Kurniawati et al., 2022). Mitra strategis yang menjadi sasaran utama dalam program pengabdian ini adalah kelompok masyarakat yang berdomisili di wilayah kelurahan Pampang, kecamatan Panakkukang, kota Makassar, provinsi Sulawesi Selatan, pada bulan Januari 2026, dengan melibatkan 10 partisipan. Karakteristik mitra didominasi oleh warga usia produktif hingga lansia yang memiliki riwayat tekanan darah tinggi atau faktor risiko klinis terkait hipertensi di lingkungan Kelurahan Pampang.

Tahap persiapan/tahap pra-kegiatan memfokuskan pada persiapan materi dan instrumen kunjungan lapangan, meliputi pemetaan lokasi edukasi mitra, merancang dan mencetak media visual berupa brosur atau leaflet edukasi tanaman obat yang informatif, dan menarik. Leaflet berisi informasi mengenai hipertensi serta panduan pemanfaatan 3 tanaman obat (seledri, daun salam, dan bawang putih) lengkap dengan takaran dosis serta cara pengolahannya secara higienis (Sabarudin et al., 2022).

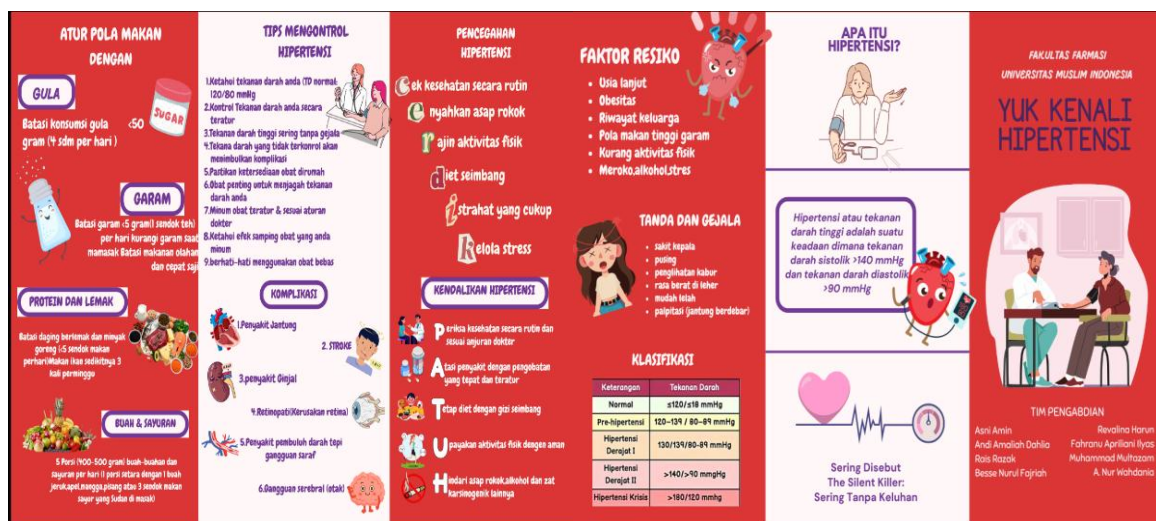
Tahap pelaksanaan edukasi pelaksanaan edukasi penggunaan tanaman obat untuk terapi hipertensi dilakukan secara *door-to-door* untuk memberikan penyuluhan individual. Yang terdiri dari 3 sesi, yaitu sesi sosialisasi dengan mendatangi rumah warga, dan penyampaian maksud edukasi melalui wawancara lisan di awal (*pre-interview*) untuk menggali pemahaman dasar, dan kebiasaan tentang hipertensi dan obat tradisional untuk penurun hipertensi, sesi kedua yaitu sesi edukasi dengan pembagian brosur/leaflet edukasi fitoterapi dilanjutkan penyuluhan lisan interaktif dengan metode ceramah mengenai bahaya hipertensi serta cara penggunaan 3 tanaman obat antihipertensi yang aman (seledri, bawang putih dan daun salam), sesi ketiga adalah diskusi terkait materi edukasi yang telah diberikan, dan dokumentasi kegiatan.

Monitoring dilaksanakan dengan memantau keterbukaan warga saat sosialisasi kegiatan, dan partisipatif warga dalam merespons materi yang disampaikan dengan mengajukan pertanyaan secara lisan pada saat diskusi, Evaluasi keberhasilan pengabdian menggunakan pendekatan evaluasi deskriptif dengan membandingkan hasil wawancara awal (*pra-interview*) dan wawancara akhir (*post-interview*) saat dilakukan edukasi (Kemenkes RI, 2022). Wawancara awal digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman warga. Sementara itu, wawancara akhir dilakukan setelah pemaparan selesai untuk menguji ingatan lisan warga mengenai dosis aman tanaman obat (seledri, daun salam, bawang putih),

cara pengolahannya, serta klarifikasi substitusi obat sintetetik, pemahaman penggunaan tanaman obat bersifat komplementer (pelengkap) dan bukan pengganti obat dokter. Respons jawaban warga menggambarkan sejauh mana pesan edukasi yang diberikan ke warga telah dipahami dengan baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelurahan Pampang merupakan kawasan perkotaan dengan pemukiman padat penduduk yang sebagian besar warganya memiliki akses terbatas pada literasi kesehatan dan seringkali melakukan swamedikasi dengan tanaman obat tanpa panduan yang benar. Sebagai implementasi kegiatan Tridarma Perguruan Tinggi, maka tim pengabdian masyarakat Universitas Muslim Indonesia menawarkan solusi komprehensif berbasis ilmiah, dengan memberikan edukasi secara visual melalui ceramah dan penyebaran brosur atau leaflet yang representatif, informatif, dan menarik. Komponen yang terdapat dalam brosur hipertensi terdiri dari uraian definisi, patofisiologi hipertensi, penyebab, gejala, dan komplikasi yang dapat terjadi. Adapun leaflet yang telah disebar ke masyarakat tentang hipertensi dapat dilihat pada gambar.1



Gambar 1. Foto Leaflet/brosur Edukasi Hipertensi

Leaflet tentang tanaman obat antihipertensi yang dipaparkan ke warga saat edukasi terdiri dari 3 tanaman obat, dengan pertimbangan tanaman obat tersebut sangat familiar bagi warga setempat, karena merupakan bumbu masakan yang digunakan sebagai penambah rasa, dan pengaroma, yaitu daun seledri atau dikenal dengan nama lokal daun sup seringkali ditambahkan sebagai bahan penyedap pada masakan sayur sup, ada juga daun salam yang umumnya menjadi bahan penambah rasa, dan pengaroma, dan bawang putih yang juga digunakan sebagai bumbu dapur. Pada leaflet diuraikan juga cara penyiapan, pengolahan, dan hal-hal yang harus diperhatikan dalam penggunaan tanaman obat.

Cara penyiapan umumnya digunakan bagian tumbuhan segar (simplicia) dibersihkan dari kotoran yang melekat, lalu diperkecil ukurannya agar memudahkan keluarnya senyawa metabolit dari simplicia saat diolah selanjutnya (Amin, Waris, & Sari, 2024), sebelum diolah dikeringkan sebentar dengan cara diangin-anginkan minimal 10 menit, kemudian diolah dengan cara direbus dalam air hingga mendidih, untuk daun seledri dan bawang putih dimasukkan kedalam rebusan air mendidih dan dibiarkan selama 10-15 menit dengan maksud agar senyawanya berupa minyak atsiri tidak rusak akibat pemanasan tinggi dan lama (Amin, A. Wati, & Astri AL, 2024). Adapun hal yang diperhatikan dalam pengolahannya, Ketika dimasak sebaiknya tidak menggunakan panci dari logam karena kandungan senyawa fenol atau flavonoidnya akan teroksidasi dengan logam dari panci atau pisau saat dipotong-potong (Walencik, P.K, 2024). Penyimpanan di suhu kamar atau dikulkas pada suhu 4-8°C. jangan disimpan di freezer (Muhsinin & Harlita, 2025). Khusus daun seledri dan bawang putih, setelah tekanan darah menjadi normal sebaiknya tidak dikonsumsi dengan aturan pakai yang sama, karena dapat menyebabkan efek hipotensi hingga shock.



Gambar 2. Leaflet Edukasi Penggunaan Tanaman Obat untuk Hipertensi

Uraian terkait komponen yang dipaparkan dalam edukasi pemanfaatan tanaman obatnya untuk hipertensi, ditunjukkan pada tabel.1

Tabel. 1 Komponen edukasi pada Leaflet penggunaan tanaman obat untuk mengatasi hipertensi:

Komponen	Daun Seledri	Daun Salam	Bawang Putih
Cara Penyajian	ambil 5-7 helai daun seledri yang besar, (jika daunnya kecil cukupkan hingga 10 lembar), daun dicuci bersih, ditiriskan lalu dipotong-potong kecil	ambil 5-7 helai daun salam segar atau daun kering (yang biasa dibeli dipasar), Daun dicuci bersih, ditiriskan lalu diangin-anginkan selama 30 menit, setelah itu dipotong-potong kecil,	ambil 3-4 butir bawang putih ukuran besar (bukan 1 siung) kupas kulitnya. Umbi dicuci bersih, ditiriskan lalu diangin-anginkan selama 10 menit
Cara Pengolahan	rebus 1 gelas air hingga mendidih, lalu masukkan daun seledri kedalamnya, tunggu hingga 5-10 menit, saring dan dinginkan pada suhu ruang	masukkan daun salam ke dalam panci yang berisi 2 gelas air, masak hingga mendidih, dan biarkan di atas api selama 30 menit saring dan dinginkan pada suhu ruang.	masukkan umbi bawang putih ke dalam panci yang berisi 1 gelas air, masak hingga mendidih, dan masukkan bawang putih kedalamnya dan kecilkan api kompor, dan biarkan hingga 10 menit dalam posisi panci tertutup rapat. dinginkan rebusan bawang pada suhu ruang tanpa membuka tutup panci agar minyak atsirinya tidak menguap.
Cara penyajian	air rebusan daun seledri diminum tanpa penambahan pemanis, dapat pula ditambahkan madu jika menyukai manis	air rebusan daun salam diminum 1 gelas (dapat pula ditambahkan madu atau gula merah jika menyukai manis)	
Aturan pakai	untuk hipertensi : minum pagi hari ½ gelas, dan sore hari ½ gelas, lakukan hingga 3 hari, atau kondisi	untuk hipertensi : minum pagi hari 1 gelas, dan sore hari 1 gelas, lakukan hingga 3	untuk hipertensi : minum pagi hari 1/2 gelas, dan sore hari 1/2 gelas, lakukan hingga 2 hari, atau

	tekanan darah normal kembali. untuk pencegahan hipertensi : minum air rebusan seledri ½ gelas pagi setiap 1 pekan.	hari, atau tekanan darah normal kembali. untuk pencegahan hipertensi : minum air rebusan daun salam 1 gelas setiap hari, atau dapat juga dijadikan bumbu saat memasak sayur atau lauk	kondisi tekanan darah normal kembali. untuk pencegahan hipertensi : minum rebusan bawang putih 1/2 gelas 2 kali dalam sepekan, Sebaiknya dikonsumsi satu jam setelah makan,
Hal yang harus diperhatikan	jangan meminum sebelum tidur karena efek diuresis (sering berkemih), sehingga mengganggu kualitas tidur. Selain itu rebusan obatnya hanya dapat digunakan 1x24 jam.	Sebaiknya saat memasak tidak menggunakan panci dari aluminium (gunakan panci dari tanah/ tembikar, porcelain atau stainless). Rebusan obatnya berlaku 1x24 jam. Jangan menyimpan rebusan obatnya dalam freezer. Dianjurkan diminum setiap hari 1 gelas untuk mencegah hipertensi.	rebusan obatnya hanya dapat digunakan 1x24 jam. air rebusannya jangan dihangatkan kembali Dapat disimpan dikulkas pada suhu 4-8°C Bawang putih dapat juga dikonsumsi langsung tanpa perebusan dan dijadikan lalapan saat makan, agar tidak menyebabkan hipersiditas (kenaikan asam lambung).

Keberhasilan pengabdian dimonitor dengan partisipasi aktif warga saat sosialisasi yang menunjukkan antusiasme yang tinggi, dengan indikator fokus perhatian warga yang sepenuhnya tertuju pada lembar brosur yang dipaparkan, juga antusiasme warga mengajukan pertanyaan saat sesi diskusi (tanya jawab). Pertanyaan yang sering diajukan oleh warga dapat dilihat pada tabel.2.

Tabel 2. Hasil diskusi dan pertanyaan yang sering diajukan masyarakat mitra saat edukasi

No.	Pertanyaan dari mitra	Jawaban dari tim pengabdian
1	Apakah tanaman obat /fitoterapi bisa menggantikan obat dokter?"	fitoterapi adalah terapi komplementer yang melengkapi, bukan menggantikan obat medis. Konsultasi dengan dokter sangat penting.
2	Apakah boleh mengonsumsi beberapa jenis tanaman sekaligus?"	sebaiknya dimulai dengan satu jenis tanaman terlebih dahulu, jika sudah cocok baru bisa dikombinasikan dengan jenis lain, namun tetap perlu konsultasi.
3	Apakah ada efek samping dari tanaman fitoterapi?"	meskipun alami, penggunaan berlebihan atau pada kondisi tertentu dapat menimbulkan efek samping, sehingga penting mengikuti dosis yang dianjurkan.

Keberhasilan lainnya diukur dari hasil evaluasi, meskipun evaluasi bersifat deskriptif melalui pencatatan respons lisan, namun perspektif pemahaman yang terjadi pada 10 warga mitra menunjukkan tingkat keberhasilan edukasi yang telah dilaksanakan. Warga yang awalnya tidak mengetahui bahaya hipertensi dan hanya menganggap sebagai penyakit pusing biasa, telah memahami bahwa hipertensi dapat berakibat fatal bagi kesehatan jika tidak dimonitor dan dibiarkan saja, juga mereka telah mengetahui cara pengolahan yang higienis, penggunaan dan batasan takaran herbal yang aman, dan berinisiatif menerapkannya fitoterapi hipertensi di lingkungan keluarga masing-masing, hasil evaluasi dipaparkan pada tabel.3



Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Edukasi di Kelurahan Pampang

Tabel 3. Ringkasan hasil evaluasi dengan warga mitra terkait hipertensi dan tanaman obat penurun tekanan darah

No	Topik edukasi	Hasil evaluasi melalui interview (jawaban lisan)		Keberhasilan PKM
		<i>Pra-interview</i>	<i>Post-interview</i>	
1	Pengetahuan hipertensi dan bahayanya	Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi, gejalanya pusing dan akan sembuh dengan istirahat atau minum obat saat sakit saja (semua warga mitra berpendapat sama)	Hipertensi harus diobati (10 warga), tidak boleh dibiarkan (10 warga), harus dimonitor (10 warga), tidak boleh dihentikan obatnya (8 warga), bisa mengakibatkan stroke (10 warga), bahkan kematian (10 warga)	Tercapai dengan peningkatan pengetahuan
2	Tanaman obat penurun hipertensi (daun seledri, daun salam, bawang putih)	10 warga mengolah tanaman obat penurun hipertensi dengan merebus lama (30-45'), tanpa menutup panci (6 orang), dimasak lagi hingga 2 hari (4 orang)	10 warga mampu menjelaskan kembali cara pengolahan tanaman obat sesuai yang telah diedukasikan.	Tercapai dengan peningkatan pengetahuan dan inisiatif warga menyebarkan informasi hasil edukasi ke lingkungannya
		Warga mitra belum mengetahui takaran penggunaan yang tepat dan aman (10 warga), semua rebusan tanaman obat diminum dengan takaran 1 gelas 2x sehari (pagi dan malam) (10 warga), hanya sehari (6 warga), diminum tiap hari selama sebulan (1 warga),	10 warga dapat menjelaskan kembali takaran /aturan pakai yang benar sesuai edukasi yang telah diberikan.	
		Menggunakan tanaman obat untuk hipertensi pada diri sendiri	Berinisiatif menyampaikan kepada keluarga, kerabat dan tetangga tentang penggunaan fitoterapi hipertensi yang telah diedukasikan (6 warga)	

3	Klarifikasi substitusi obat sintetik	Beranggapan tanaman obat/ fitoterapi hipertensi bersifat sebagai pengganti obat dokter (8 orang) 6 dari 10 orang telah menghentikan konsumsi obat dokter 4 orang mengonsumsi bersamaan obat sintetik dengan fitoterapi hipertensi, sehingga sering merasa lemas dan gemetar	Efek tanaman obat tidak secepat obat sintetik (10 orang), Tanaman obat hipertensi seperti daun salam dan daun seledri sebagai pelengkap (efek komplementer) bukan pengganti obat dokter (10 orang) Akan terjadi efek samping atau interaksi obat sintetik (obat dokter) jika diberikan bersamaan dengan obat fitoterapi hipertensi (10 warga)	Tercapai dengan Peningkatan pengetahuan
---	--------------------------------------	---	---	---

Kendala utama yang dihadapi dalam pengabdian ini adalah adanya faktor distraksi lingkungan saat proses wawancara dan edukasi berlangsung di rumah warga. Karena intervensi dilakukan di ruang domestik (seperti teras rumah atau ruang tamu, atau kios), aktivitas rumah tangga warga, seperti suara kendaraan yang melintas di pemukiman padat, interupsi dari anggota keluarga lain, atau urusan domestik yang mendesak, beberapa kali memecah konsentrasi warga saat menyimak penjelasan materi. Kendala kedua adalah keterbatasan waktu tatap muka per rumah agar tidak mengganggu ritme kerja atau waktu istirahat harian warga mitra.

KESIMPULAN

Edukasi pada masyarakat di kelurahan Pampang telah berhasil meningkatkan pengetahuan warga mengenai bahaya hipertensi, takaran dosis aman, serta tata cara pengolahan tanaman seledri, daun salam, dan bawang putih secara higienis. Edukasi ini juga efektif mengoreksi pemahaman keliru warga, mengubah persepsi bahwa terapi dengan tanaman obat hanya bersifat komplementer dan bukan pengganti obat dokter. Untuk keberlanjutan program, disarankan adanya pendampingan berkala dari pihak puskesmas serta optimalisasi pekarangan rumah sebagai apotek hidup keluarga. Selain itu, edukasi mendatang sebaiknya menggabungkan metode berbasis komunitas dan digitalisasi leaflet untuk meminimalkan kendala distraksi lingkungan dan dapat dipelajari kembali kapanpun dan dimanapun warga berada.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pimpinan Fakultas Farmasi Universitas Muslim Indonesia dan pemerintah setempat yang telah mengizinkan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Disi, S. S., Anwar, M. A., & Eid, A. H. (2016). Anti-hypertensive herbs and their mechanisms of action: Part I. *Frontiers in Pharmacology*, 6, Article 323. <https://doi.org/10.3389/fphar.2015.00323>
- Amin, A., Lestari, A. A., & Wati, A. (2024). Profil penggunaan tumbuhan sebagai obat tradisional oleh masyarakat Kecamatan Baras, Sulawesi Barat. *Al-Iqra Medical Journal: Jurnal Berkala Ilmiah Kedokteran*, 7(2), 58–77. <https://doi.org/10.26618/aimj.v7i2.15415>
- Amin, A., Waris, R., & Sari, R. (2024). Nilai rendemen dan analisis fitokimia ekstrak daun pecut kuda (*Stachytarpheta jamaicensis*) berdasarkan lama ekstraksi dengan *Ultrasonic Assisted Extraction* (UAE). *Gema Kesehatan*, 16(2), 112–121. <https://doi.org/10.47539/gk.v16i2.469>
- Anggita Trianaputri, R., & Rantung, J. (2025). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Risiko Terjadinya Hipertensi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan di Universitas Advent Indonesia. *Jurnal Impresi Indonesia*, 4(4), 1199–1208. <https://doi.org/10.58344/jii.v4i4.6435>
- Aripa, L., Kartini, K., Haris, H., & Wasolo, M. (2024). Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Jongaya Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(4), 742–749. <https://doi.org/10.47650/jpp.v7i4.1415>

- Bangun, A. E., Agista, A. R., Dewi, A. A., Lestari, N. D., & Himaniarwati. (2026). Efektivitas tanaman bawang putih lanang (*Allium sativum* L.) sebagai terapi herbal hipertensi. *Jurnal Pharmacia Mandala Waluya*, 5(3), 632–640. <https://doi.org/10.54883/jpmw.v5i3.512>
- Eryta, E. (2025). Efek daun salam (*Syzygium polyanthum*) dan seledri (*Apium graveolens*) terhadap hipertensi. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 3(2), 41–46. <https://doi.org/10.55606/termometer.v3i2.4879>
- Fadhilah, P. N., Malik, A., & Hasnaeni. (2025). Studi etnofarmasi tumbuhan obat sebagai antihipertensi di Desa Pattallassang, Kecamatan Pattallassang, Kabupaten Gowa. *Makassar Pharmaceutical Science Journal (MPSJ)*, 3(1), 44–61. <https://doi.org/10.33096/mpsj.v3i1.332>
- Fridalni, N., Hasni, H., & Karnasih, N. I. (2022). The relationship between self-efficacy and compliance of hypertension at Puskesmas Air Dingin Padang City. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 13(2), 115–123. <https://doi.org/10.30633/jkms.v13i2.1708>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Formularium Ramuan Obat Tradisional Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniawati, N. D., Nursalam, N., & Sukartini, T. (2022). Home visit-based health education intervention to improve health behavior in patients with chronic diseases. *Journal of Public Health Research*, 11(2), 2272. <https://doi.org/10.4081/jphr.2022.2272>
- Muhsinin, A., Lamri, & Harlita, T. D. (2025). Pengaruh variasi suhu dan waktu penyimpanan jamu gendong brotowali terhadap angka lempeng total yang dijual di Kecamatan Samarinda Utara. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2), 4623–4628. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.45138>
- Mustaqimah. (2026). Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi pada Kader Kesehatan Desa X. *Jurnal Farmasi SYIFA*, 4(1), 93–97. <https://doi.org/10.63004/jfs.v4i1.1022>
- Najib, A., Rahmawati, N., & Nugraha, A. (2021). Studi etnobotani dan pemanfaatan tanaman obat antihipertensi pada masyarakat Indonesia. *Jurnal Tumbuhan Obat Indonesia*, 14(2), 85–94. <https://doi.org/10.22435/toi.v14i2.4904>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Panche, A. N., Diwan, A. D., & Chandra, S. R. (2021). Flavonoids: An overview. *Journal of Nutritional Science*, 10, e1. <https://doi.org/10.1017/jns.2020.54>
- Pertiwi, R. I., Anggraini, R. B., & Aisyah, S. (2024). Kualitas hidup pasien hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 2703–2710. <https://doi.org/10.37287/jppp.v6i6.3654>
- Ratna Indriawati, Fahmi Abdul Haq, & Shiko Indrawan Mahardani. (2025). Edukasi Kesehatan Hipertensi Dan Perilaku Pencegahan Hipertensi. *JHN: Journal of Health and Nursing*, 3(1), 85–90. <https://doi.org/10.58738/jhn.v3i1.698>
- Ried, K. (2020). Garlic lowers blood pressure in hypertensive individuals, regulates cholesterol, and stimulates immunity: An updated review. *Journal of Nutrition*, 150(Suppl 1), 1695S–1704S. <https://doi.org/10.1093/jn/nxaa098>
- Sabarudin, S., Mahmudah, R., Ruslin, R., Aba, L., Nggawu, L. O., Syahbudin, S., & Hasyim, M. S. (2022). Efektivitas pemberian edukasi dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 12(1), 1–8. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v12i01.1234>
- Santi, I., Syarif, R. A., & Kusumayanti, N. (2022). Inventarisasi tanaman obat untuk penyakit hipertensi pada masyarakat Kecamatan Barebbo, Kabupaten Bone, Provinsi Sulawesi Selatan. *As-Syifaa Jurnal Farmasi*, 14(2), 114–121. <https://doi.org/10.56711/jifa.v14i2.898>
- Sany, S., Kurniawan, A., & Rahmawati, E. (2022). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan kepatuhan pasien hipertensi dalam pengendalian tekanan darah. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 95–103. <https://doi.org/10.7454/jki.v25i2.1024>
- Sapang, R., Zainal, S., & Arna Abrar, E. (2025). Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Pampang Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 5(4), 20–26. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v5i4.1988>
- Soraya, D. F., Abdillah, S. I., Widiyanto, A., Rizal, M. M., Yulina, R. P., & Lina. (2024). Optimizing public health: Socialization of comprehensive self-medication for hypertension through traditional medicine in community of Kedon, Rejosari Village, Bandongan District, Magelang Regency. *Journal of Community Services and Engagement: Voice of Community (VOC)*, 4(1), 25–33.

- <https://doi.org/10.23917/voc.v4i1.5422>
- Surianti, T., Wulansari, E., Wijaya, N., Ruslang, Yanuar Azis, A., Yamar, & Darwis, N. (2025). Etnomedisin Tanaman Antihipertensi Suku Bugis Wajo: An Exploratory Study Of Cultural Practices. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 4(2), 11–18. <https://doi.org/10.57151/jsika.v4i2.1071>
- Tripena, T., Tini, T., & Bandar, B. (2023). Pengaruh edukasi berbasis kelompok terhadap kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Antutan Kecamatan Tanjung Palas Kabupaten Bulungan. *Jurnal Sains, Teknologi dan Kesehatan*, 2(3), 287–298. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i3.119>
- Utami, T., Lubis, I. A., Siregar, J. H., & Novasyra, A. (2026). Hubungan karakteristik penderita dengan tingkat kepatuhan penggunaan obat antihipertensi pada penderita hipertensi di Puskesmas Amplas. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, 9(1), 1–12. <https://doi.org/10.30743/stm.v9i1.875>
- Wahyuni Agustia, E. a. (2025). Pengaruh Air Rebusan Daun Salam terhadap Penderita Hipertensi Systematic Literature Review. *Jurnal Medical Laboratory*, 4(2), 374–384. <https://doi.org/10.57213/medlab.v4i2.357>
- Walencik, P.K, et. a. (2024). Review : Metal Flavonoid Interactions From Simple Complexes to Advanced Systems. *Molecules*, 27(25731), 1–25. https://doi.org/10.1007/978-94-009-1561-9_10
- Yulianto, D., Kurniawan, A., & Setiawan, B. (2022). Aktivitas antihipertensi ekstrak tanaman herbal melalui mekanisme antioksidan dan vasodilatasi pembuluh darah. *Pharmaciana*, 12(3), 375–384. <https://doi.org/10.12928/pharmaciana.v12i3.23814>