

Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Alternatif dalam Pengobatan Hipertensi di Desa Mersam Kabupaten Batang Hari

**M.Henityo Agung As'adi¹, Firelza Nabhaki², Izani Fathya Ripani³
Dina Arista⁴ Siti Melvy Susanti⁵ Wiwik Lestari⁶ Intan Sri Wahyun⁷ Sapna Ari Sandi⁸ Triana Najma
Hayati⁹ Sherly Alensia Prianggje¹⁰**

1,2,3,4,5,6,7,8 Program Studi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu
Jl. Kol. Tarmizi Kadir No.71, Pakuan Baru, Kec. Jambi Sel., Kota Jambi, Jambi, 36132, Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi: firelza13@gmail.com

Abstract

One type of community service is Real Work Lectures (KKN), which aims to apply knowledge and skills in social life. In Mersam Village, Mersam District, Batanghari Regency, Jambi, there is a real work program with the theme "Community Movement for Health Care, Response to Safe Use of Medicines and Cosmetics." The aim of this campaign is to increase public awareness about healthy lifestyles, appropriate use of medication, and choosing safe cosmetics. Initial surveys, health education, junior pharmacist courses, and pharmaceutical product expos are the methods used in this activity. The results show that the public understands better the correct use of medicines, the use of herbal plants, and checking the safety of cosmetics through BPOM. Utilization of digital media as a method of continuing education and collaboration with health workers can support program sustainability.

Keywords: *community service, public health, drug use, safe cosmetics, pharmaceutical education*

Abstrak

Salah satu jenis pengabdian kepada masyarakat adalah Kuliah Kerja Nyata (KKN), yang bertujuan untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan dalam kehidupan sosial. Di Desa Mersam, Kecamatan Mersam, Kabupaten Batanghari, Jambi, ada program kerja nyata dengan tema "Gerakan Masyarakat Peduli Kesehatan, Tanggap Penggunaan Obat dan Kosmetik yang Aman." Tujuan dari kampanye ini adalah untuk meningkatkan kesadaran publik tentang pola hidup sehat, penggunaan obat yang tepat, dan pemilihan kosmetik yang aman. Survei awal, penyuluhan kesehatan, kursus apoteker cilik, dan expo produk farmasi adalah metode yang digunakan dalam kegiatan ini. Hasilnya menunjukkan bahwa masyarakat lebih memahami penggunaan obat yang tepat, penggunaan tanaman herbal, dan pengecekan keamanan kosmetik melalui BPOM. Pemanfaatan media digital sebagai metode pendidikan berkelanjutan dan kolaborasi dengan tenaga kesehatan dapat mendukung keberlanjutan program.

Kata Kunci: KKN, kesehatan masyarakat, penggunaan obat, kosmetik aman, edukasi farmasi

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, terutama dalam bidang pengabdian kepada masyarakat. KKN adalah bentuk pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk menerapkan teori akademik ke dalam praktik sosial (Arifin.Z,2020). Desa Mersam dipilih sebagai lokasi KKN karena memiliki berbagai masalah kesehatan, seperti penggunaan obat yang tidak tepat dan kurangnya kesadaran tentang pola hidup sehat.

Menurut informasi dari Puskesmas Mersam, penyakit yang paling umum di desa ini termasuk dispepsia, hipertensi, rheumatik, dan diabetes. Selain itu, banyak orang masih belum memahami pentingnya memilih kosmetik yang aman. Oleh karena itu, program KKN ini berkonsentrasi pada pendidikan kesehatan, seperti penggunaan tanaman herbal dan penggunaan obat yang tepat.

Yang menjadi perhatian besar hipertensi sebagai salah satu penyakit terbesar yang menjadi permasalahan di Desa Mersam. Hipertensi ini merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya cukup tinggi di masyarakat. Penyakit ini dapat meningkatkan risiko komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke (Putri.A.N,et.al,2021). Banyak masyarakat yang masih bergantung pada obat antihipertensi konvensional, sementara alternatif alami dari bahan herbal, seperti daun salam (*Syzygium polyanthum*), memiliki potensi besar sebagai terapi tambahan (Asih, S. W. 2018).

METODE

Kegiatan KKN ini dilaksanakan selama empat minggu, dari tanggal 4 Januari hingga 3 Februari 2025, dengan berbagai metode sebagai berikut:

1. Survei Awal
Survei dilakukan dengan mengumpulkan data dari Puskesmas Mersam dan wawancara langsung dengan masyarakat mengenai kondisi kesehatan mereka.
2. Penyuluhan dan Edukasi
 - Penyuluhan tentang penggunaan obat yang benar menggunakan metode DAGUSIBU (Dapatkan, Gunakan, Simpan, dan Buang).
 - Edukasi tentang pemilihan kosmetik yang aman dengan mengajarkan cara memeriksa produk di situs BPOM.
 - Pengenalan tanaman herbal sebagai alternatif pengobatan terutama dalam pengobatan hipertensi dengan pemanfaatan daun salam sebagai terapi alternatif dalam penurunan tekanan darah
3. Edukasi Apoteker Cilik
Program ini dilaksanakan di SD Negeri 91/I Mersam untuk memperkenalkan profesi apoteker dan pentingnya pemahaman obat sejak dini.
4. Expo Produk Kefarmasian
Kegiatan ini bertujuan untuk memperkenalkan berbagai produk farmasi yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat secara aman dan efektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan KKN ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap berbagai isu kesehatan, Peningkatan Kesadaran Masyarakat Setelah penyuluhan, masyarakat lebih memahami pentingnya DAGUSIBU dalam penggunaan obat dan mampu membedakan kosmetik legal dan ilegal. Peningkatan Perilaku Hidup Sehat Siswa SD mulai menerapkan perilaku mencuci tangan yang benar dan menjaga kebersihan lingkungan.



Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan darah



Gambar 2. Penyuluhan mengenai hipertensi



Gambar 3. Hasil Pengukuran Tekanan Darah



Gambar 4. Produk herbal teh daun salam



Gambar 5. Leaflet penyuluhan mengenai hipertensi

Berdasarkan diagram batang yang menunjukkan hasil pengukuran tekanan darah masyarakat Desa Mersam, Tingkat Hipertensi yang Tinggi (50%) Dari hasil pengukuran, sebanyak 50% peserta mengalami hipertensi (tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg). Ini menunjukkan bahwa setengah dari masyarakat yang diukur memiliki tekanan darah tinggi, yang bisa meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan komplikasi kesehatan lainnya. Faktor-faktor seperti pola makan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, stres, serta faktor usia mungkin berkontribusi terhadap tingginya angka hipertensi ini. Sebanyak 30% peserta masuk dalam kategori prehipertensi (120-139/80-89 mmHg). Mereka belum dikategorikan sebagai hipertensi, tetapi berisiko tinggi untuk mengalami peningkatan tekanan darah di masa depan jika tidak melakukan perubahan gaya hidup. Edukasi tentang pola makan sehat dan olahraga teratur sangat penting bagi kelompok ini untuk mencegah perkembangan hipertensi.

Hanya 20% peserta memiliki tekanan darah normal (90-119/60-79 mmHg). Ini menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat berada dalam kondisi yang kurang ideal dalam hal tekanan darah. Mereka yang memiliki tekanan darah normal tetap perlu menjaga gaya hidup sehat agar tidak mengalami peningkatan tekanan darah di masa depan. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa tingkat hipertensi di masyarakat RT 08 dan RT 07 cukup tinggi (50%), sementara hanya 20% yang memiliki tekanan darah normal. Kondisi ini perlu mendapat perhatian serius, terutama melalui program edukasi kesehatan, pola makan yang lebih baik, peningkatan aktivitas fisik, dan pemeriksaan rutin untuk mengurangi risiko hipertensi dan penyakit terkait.

Penggunaan obat yang tidak sesuai aturan dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti resistensi obat, efek samping yang tidak diinginkan, hingga keracunan (Kartika et al., 2023). Untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya penggunaan obat yang baik dan benar, telah dilaksanakan penyuluhan DAGUSIBU (Dapatkan, Gunakan, Simpan, dan Buang) yang bertujuan memberikan edukasi kepada masyarakat agar lebih bijak dalam menggunakan obat. Program DAGUSIBU merupakan upaya edukatif yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat dengan benar. Edukasi DAGUSIBU terbukti dapat menurunkan tingkat penyalahgunaan obat, meningkatkan kepatuhan pengobatan, serta mendorong perilaku penggunaan obat yang rasional (Utami & Rahmawati, 2020).

Program-program yang telah dilaksanakan memiliki potensi keberlanjutan yang besar jika didukung dengan strategi yang tepat. Keberlanjutan program ini dapat dicapai melalui kolaborasi antara instansi pemerintah, tenaga kesehatan, akademisi, serta komunitas masyarakat, yang memastikan penyampaian edukasi terus dilakukan secara berkelanjutan dan terstruktur.

Program KKN ini membantu masyarakat dalam penggunaan obat alternatif yang mampu membantu dalam menurunkan tekanan, program ini mengedukasi masyarakat dalam pengonsumsi Rebusan teh daun salam sebagai salah satu alternatif dalam menurunkan tekanan darah. Rebusan daun salam ini mengandung senyawa flavaloid yang nanti nya akan membantu merangsang sirkulasi darah sehingga membantu menurunkan tekanan darah.

KESIMPULAN

Kegiatan KKN dengan tema "Gerakan Masyarakat Peduli Kesehatan, Tanggap Penggunaan Obat dan Kosmetik yang Aman" telah berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Mersam terhadap berbagai isu kesehatan. Edukasi yang dilakukan mengenai penggunaan obat, pemanfaatan tanaman herbal, serta pemilihan kosmetik yang aman terbukti efektif. Keberlanjutan program ini dapat dijaga melalui dukungan dari tenaga kesehatan, pemerintah desa, serta pemanfaatan media digital sebagai sarana edukasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Seluruh Mahasiswa KKN STIKES HI JAMBI terutama kelompok 5 mengucapkan terimakasih kepada Kepala Desa Mersam, Kepala Dusun, Pembimbing Lahan dan semua warga Desa Mersam yang telah menerima kedatangan mahasiswa KKN STIKES HI Jambi dan telah ikut berpartisipasi, membantu serta memberi dukungan selama kegiatan KKN dan pengabdian Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Fahriati, A. R., Kristiyowati, A. D., & Nurihardiyanti, N. (2020). Bersama Apoteker Mengenal Obat Sejak Dini. *JAM: Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(1).
2. Kartika, E. Y., dkk. (2023). Penyuluhan DAGUSIBU Obat Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(4), 1050–1057.
3. Laia, B. (2022). Sosialisasi Dampak KKN di Desa. *Haga: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 74–84.
4. Muna, C. (2022). Eksistensi Peran Mahasiswa dalam Pengabdian Masyarakat. *Eastasouth Journal of Impactive Community Services*, 1(01), 32–50.
5. Rifai, M., & Safitri, D. (2022). Edukasi Penyakit Hipertensi di Masyarakat. *Budimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 412–417.
6. Sinaga, H., & Fidorova, Y. (2023). Penerapan PHBS pada Siswa SMA. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 223–230.
7. Arifin, Z. (2020). Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Mahasiswa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2(1), 10–20
8. Putri, A. N., & Sari, D. K. (2021). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 15(2), 123–131.
9. Utami, A. N., & Rahmawati, F. (2020). Edukasi Dagusibu dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Penggunaan Obat yang Benar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi Indonesia*, 2(1), 45–51.
10. Asih, S. W. (2018). Pengaruh Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wisma Seruni PSLU Jember. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 381–386.