



## Peningkatan derajat kesehatan melalui pemanfaatan daun sirsak sebagai terapi alternatif hipertensi

Muhammad Chandra Hadi Kusuma<sup>1,\*</sup>, Setia Budi<sup>2</sup>, Istiqamah<sup>3</sup>

Published online: 13 April 2023

### ABSTRACT

Sungai Pinang Baru adalah salah satu desa yang terletak di Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar, Provinsi Kalimantan Selatan, Indonesia. Kondisi Pendidikan penduduk berpengaruh terhadap pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan, khususnya pada penyakit hipertensi dan pengobatannya, Akhir-akhir ini pengobatan hipertensi yang sering dilakukan oleh masyarakat ialah mengkonsumsi tanaman herbal yang diyakini mampu menurunkan tekanan darah. Masyarakat lebih memilih tanaman herbal karena dapat dibuat sendiri di rumah oleh anggota keluarga dan bahannya mudah dan tidak memiliki efek samping. Salah satu bahan alam yang dapat digunakan sebagai pengobatan yaitu daun sirsak. Secara umum pelaksanaan pelatihan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui pembuatan sediaan herbal daun sirsak di sekitar Desa Sungai Pinang Baru dibagi menjadi 3 tahap : melakukan edukasi, melakukan pelatihan dan mengevaluasi kegiatan pelatihan. Hasil kegiatan evaluasi ini terlihat masyarakat sungai pinang baru mampu meningkatkan pengetahuan dan skill masyarakat sungai pinang baru tentang hipertensi, asam urat, diabetes mellitus dan kolestrol serta pengobatannya.

Keywords: hipertensi, asam urat, diabetes mellitus, kolestrol pelatihan, daun sirsak, Sungai Pinang Baru

### PENDAHULUAN

Sungai Pinang Baru adalah salah satu desa yang terletak di Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar, Provinsi Kalimantan Selatan, Indonesia. Desa Sungai Pinang Baru pada awalnya hanyalah bagian dari Desa Sungai Pinang. Kemudian desa sungai pinang baru memisahkan diri dan menjadi Sungai Pinang Baru (Fanani, 2013). Desa Sungai Pinang Baru memiliki luas wilayah 12,07 km<sup>2</sup> (Ludfi & Amalia, 2019). Jumlah penduduk Desa Sungai Pinang Baru sebanyak 2134 jiwa dengan penduduk usia produktif 1433 jiwa. Dari jumlah penduduk kebanyakan masyarakatnya hanya memiliki Pendidikan setingkat SD. Hanya sedikit yang menempuh Pendidikan ke perguruan tinggi.

Kondisi Pendidikan penduduk berpengaruh terhadap pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan, khususnya pada penyakit hipertensi dan pengobatannya (Fanani, 2013). Berdasarkan data Puskesmas Sungai Tabuk Tahun 2022 mayoritas kasus penyakit di Desa Sungai Pinang Baru, Kecamatan Sungai Tabuk adalah Hipertensi dengan prevalensi 26,7%, tingginya kasus hipertensi di

---

<sup>1)2,3</sup> Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia,  
Banjarmasin, Kalimantan Selatan

\*) *corresponding author*

Muhammad Chandra Hadi Kusuma

Email: chandrahadi0801@gmail.com

Desa Sungai Pinang Baru selain disebabkan oleh tingkat pengetahuan masyarakat tentang pengobatan hipertensi dapat juga disebabkan oleh kurangnya tenaga kesehatan khususnya di Desa Sungai Pinang Baru yang hanya terdiri dari 1 perawat dan 1 bidan Desa, sulitnya pelayanan

kesehatan di Desa Sungai Pinang Baru terdiri dari posyandu dan Puskesmas di Kecamatan Sungai Tabuk (Data Dinas Kesehatan, 2022).

Hipertensi ialah suatu keadaan klinis ketika pengukuran sistolik dan diastolik lebih dari 140 mmHg dan 90 mmHg yang dapat diartikan sebagai peningkatan tekanan darah dari batas normal. Gejala khas hipertensi yaitu tidak dapat diperkirakan oleh penderita sehingga dapat beresiko secara diam-diam membunuh penderita atau yang sering disebut silent killer (Sarumaha, 2018). Penyebab hipertensi adalah konsumsi diet tinggi natrium (garam), lemak, alkohol, jumlah rokok, tingkat aktifitas fisik, peningkatan berat badan, riwayat obat-obatan (kontrasepsi oral), psikososial dan lingkungan (Tanaem, 2018).

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis (Melviani et al., 2022). Pengobatan secara non farmakologis adalah dengan berolahraga dan menjaga pola makan seperti diet rendah garam. Akhir-akhir ini pengobatan hipertensi yang sering dilakukan oleh masyarakat ialah mengkonsumsi tanaman herbal yang diyakini mampu menurunkan tekanan darah (Noval et al., 2021). Masyarakat lebih memilih tanaman herbal karena dapat dibuat sendiri di rumah oleh anggota keluarga dan bahannya mudah dan tidak memiliki efek samping. Salah satu bahan alam yang dapat digunakan sebagai pengobatan yaitu daun sirsak (Noval et al., 2023) (Trybahari et al., 2019).

## BAHAN DAN METODE

### a. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pelatihan ini dilakukan Desa Sungai Pinang Baru RT 01 dengan responden yang akan di latih dengan usia 40-80 tahun sebanyak 50 orang. Proses pelaksanaan pelatihan dan sosialisasi dimulai dengan tahap persiapan hingga evaluasi pada bulan Januari–Februari 2023.

### b. Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan dalam pelatihan ini adalah Panci ukuran sedang, Kompor gas, Daun sirsak 10 lembar dan air putih 250 mL.

### c. Tahap pelaksanaan kegiatan

Secara umum pelaksanaan pelatihan peningkatan derajat kesehatan masyarakat melalui pemanfaatan daun sirsak sebagai pengobatan alternatif hipertensi di sekitar Desa Sungai Pinang Baru adalah sebagai berikut:

1. Melakukan edukasi kepada warga berkaitan dengan definisi, tanda dan gejala serta pengobatan penyakit dan pelatihan pembuatan daun sirsak dengan paparan melalui media power point. Materi edukasi yang diberikan meliputi: Definisi, gejala, pengobatan hipertensi, diabetes mellitus, asam urat, dan kolestrol, dan pelatihan pembuatan sediaan herbal daun sirsak sebagai pengobatan alternatif.
2. Melakukan pelatihan warga diajarkan untuk melakukan pembuatan sediaan herbal daun sirsak. Tahapan ini dimulai dengan merebus daun sirsak 10 lembar dan ditambahkan 250 mL air direbus hingga menjadi 1 gelas air sebelum diminum. Setelah itu, dilakukan pemeriksaan kesehatan oleh tenaga kesehatan perawat serta bidan untuk melakukan pemeriksaan kadar hipertensi, gula darah, asam urat dan kolestrol.
3. Pada akhir kegiatan, peserta diberi kesempatan untuk tanya-jawab kepada narasumber dan diberikan kuesioner.

d. Tahap evaluasi kegiatan pelatihan, Proses evaluasi dilakukan dengan pemberian kuesioner kepada peserta pelatihan. Sebelum memulai kegiatan, peserta yang telah hadir diberikan kuesioner

tentang pengetahuan hipertensi, asam urat, diabetes mellitus, dan kolestrol serta pengetahuan pembuatan sediaan herbal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN



**Gambar 1** Proses Pemberian Edukasi Kesehatan



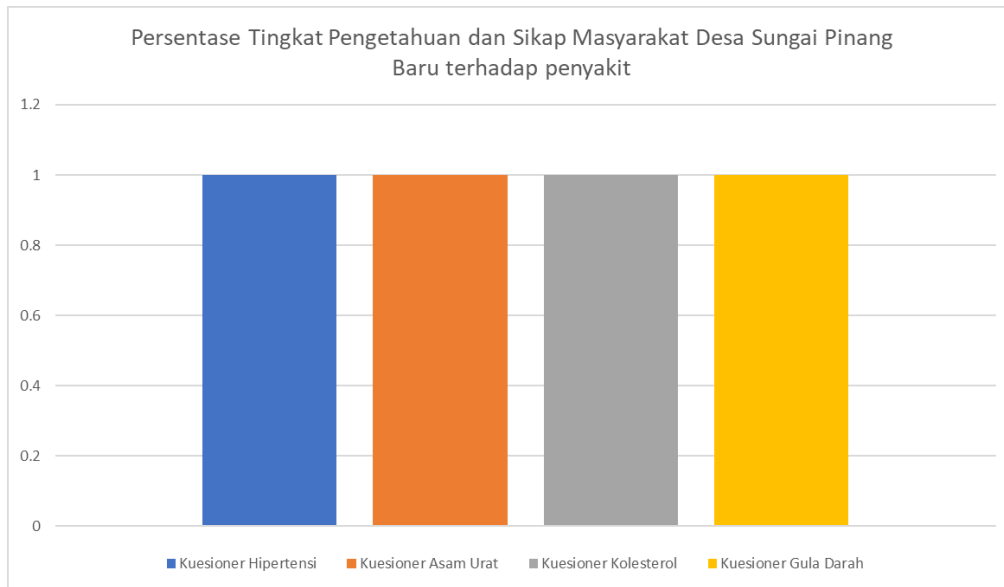
**Gambar 2** Pemeriksaan Kesehatan



**Gambar 3** Pelatihan Pembuatan Sediaan Herbal Daun Sirsak

Pada akhir kegiatan ini dilakukan evaluasi untuk melihat ketercapaian dari pelatihan peningkatan derajat kesehatan masyarakat melalui edukasi kesehatan dan pelatihan pembuatan sediaan herbal

daun sirsak di Desa Sungai Pinang Baru. Adapun hasil dari evaluasi kegiatan ini adalah sebagai berikut



**Gambar 4. Presentase tingkat pengetahuan dan sikap responden masyarakat Desa Sungai Pinang Baru**

Pada gambar 4 tentang presentase tingkat pengetahuan dan sikap responden masyarakat Desa Sungai Pinang Baru dibagi menjadi 4 sub kesimpulan dengan beberapa pertanyaan, adapun hasil pertama pengetahuan dan sikap tentang hipertensi, asam urat, diabetes mellitus dan gula darah setelah dilakukan edukasi dan pelatihan adalah 100 % atau seluruhnya mengetahui tentang hipertensi dan pengobatannya. Sehingga dapat dikatakan bahwa sesuai evaluasi kegiatan yang sudah dikatakan berhasil untuk meningkatkan pengetahuan maupun *skill* masyarakat sungai pinang baru.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian setelah dilakukan pemberian edukasi mengenai penyakit hipertensi dan pelatihan obat herbal daun sirsak pada masyarakat Desa Sungai Pinang Baru, masyarakat antusias dan paham dengan pemaparan seminar dan akan menerapkan pembuatan tanaman herbal sebagai obat hipertensi dan dengan itu masyarakat bisa mengetahui cara mengobati penyakit menggunakan obat herbal yang lebih mudah dan aman untuk dikonsumsi dengan waktu yang baik dan benar (Rohama et al., 2023).

Berdasarkan dari pengkajian hasil penelitian dilapangan maka penulis bermaksud memberikan saran yang mudah-mudahan dapat bermanfaat bagi institusi maupun masyarakat, sebagai berikut:

- a. Bagi Institusi perlu adanya peningkatan dalam pemberian edukasi, agar tujuan yang diharapkan tercapai.
- b. Bagi Masyarakat lebih memperhatikan pola hidup yang baik dan sehat setelah di lakukan pemberian edukasi tentang pembuatan obat herbal

## Terimakasih

Ucapan terimakasih atas terlaksananya kegiatan ini kami sampaikan kepada ketua RT dan seluruh masyarakat Desa Sungai Pinang Baru atas segala dukungan pada kegiatan ini, seera kepada pihak yang terlibat dalam kegiatan ini.

## Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

## REFERENCES

- Fanany, B. (2013). *Khasiat Selangit Ramuan Daun Sirsak Kulit Manggis Mengkudu Tumpas Berbagai Penyakit Kronis*. Araska: Yogyakarta.
- Melviani, M., Rohama, R., & Noval, N. (2022). Penggunaan Tanaman Sebagai Obat pada Masyarakat Suku Banjar, Dayak, dan Bugis di Kalimantan Selatan: The Use of Plants as Medicine in the People of Banjar, Dayak, and Bugis Tribes in South Kalimantan. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(2), 171-177.
- Noval, N., Nugraha, D. F., Nastiti, K., Syahrina, D., & Novia, N. (2021). Local Natural Product Development in the Era of Covid 19 Pandemic. *Indonesia Berdaya*, 2(2), 133-140.
- Noval, N., Melviani, M., Rohama, R., Vita, S. W., & Dilla, K. N. (2023, January). P Pelatihan Pembuatan Sediaan Infusa Beserta Evaluasinya dari Bahan Alam. In *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh* (Vol. 2, No. 1, pp. 261-267).
- O Sarumaha, E. K. (2018). Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di UPTD Puskesmas Perawatan Plus Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan. Institut Kesehatan Helvetia.
- R. Ludfi and H. S. Amalia, “Bimbingan Teknis Mengenai Inovasi Produk Tanggui: Maulidiyah, F. (2019). Analisis Faktor Yang Berkontribusi Terhadap Risiko Hipertensi. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Rohama, R., Melviani, M., & Noval, N. (2023, January). P Pengetahuan Masyarakat Desa Gudang Hirang Kabupaten Banjar Tentang Penggunaan Tanaman Kalangkala Untuk Mengobati Kutu Air. In *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh* (Vol. 2, No. 1, pp. 211-221).
- Rohama, R., Noval, N., & Rahman, F. (2023). Pelatihan Pembuatan Salep Tanaman Kalangkala (*Litsea angulata*) untuk Mengatasi Penyakit Kutu Air pada Masyarakat Terdampak Banjir. *Indonesia Berdaya*, 4(3), 903-910.
- Tanaem, M. (2018). Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Swamedikasi di RT.02 RW.03 Desa Manufui Kecamatan Santian Kabupaten Timor Tengah Selatan (TTS). Poltekes Kupang.
- Trybahari, R., Busjra, B., & Azzam, R. (2019). Perbandingan Slow Deep Breathing dengan Kombinasi Back Massage dan Slow Deep Breathing terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(1), 106–118. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.539>.
- Puskesmas Kecamatan Sungai Tabuk. (2022). Data Penyakit Puskesmas Kecamatan Sungai Tabuk Tahun 2022.

