

EDUKASI TERAPI HERBAL UNTUK HIPERTENSI DI DESA KERTAK HANYAR RT.16, KABUPATEN BANJAR, KALIMANTAN SELATAN

Ilma Widya Rini^{1*}, Khairi Uljanati², Windilla Kristiani³, Yunita Aulia⁴, Zellin Eldina Gunawan⁵, Saftia Aryzki⁶, Rahmadani⁷

Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia^{1,2,3,4,5,6,7}

*Corresponding Author : ilmawidyarini@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang dapat menimbulkan komplikasi serius jika tidak ditangani dengan baik. Penggunaan tanaman herbal sebagai terapi alternatif semakin diminati, namun pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatannya masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang terapi herbal untuk hipertensi melalui edukasi di Desa Kertak Hanyar II RT 16, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Metode kegiatan meliputi tiga tahap: persiapan (koordinasi, survei, dan penyusunan materi), pelaksanaan penyuluhan (dengan pretest dan posttest), serta evaluasi hasil. Edukasi dilakukan melalui media presentasi, leaflet, dan sesi tanya jawab. Hasil pretest menunjukkan bahwa hanya 18,75% peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi dan terapi herbal. Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan, di mana 93,75% peserta menunjukkan pemahaman yang baik. Edukasi mencakup manfaat tanaman herbal seperti seledri dan mengkudu, cara pengolahan, kontraindikasi, dan potensi efek sampingnya. Edukasi ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai terapi herbal antihipertensi. Selain memberi manfaat langsung kepada masyarakat, kegiatan ini juga menjadi sarana pembelajaran praktis bagi mahasiswa Profesi Apoteker dalam pengabdian kepada masyarakat. Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan potensi program serupa untuk dikembangkan secara berkelanjutan guna mendukung kesehatan berbasis kearifan lokal..

Kata kunci : edukasi kesehatan, hipertensi, tanaman obat, terapi herbal, pengobatan alternatif

ABSTRACT

Hypertension is a chronic condition that has the potential to result in severe complications. Appropriate treatment is imperative to prevent the progression of this condition, which can compromise vital organs. The utilization of herbs as an alternative therapeutic modality is experiencing a marked increase in demand; however, there is still a considerable lack of research in this area. Individuals who do not comprehend the proper utilization of this concept. The objective of this study is to enhance the public's awareness of herbal therapy as a treatment for hypertension. The objective of this study is to implement educational activities in Kertak Hanyar II RT 16 Village to reduce hypertension. Banjar Regency, South Kalimantan. The activity was comprised of three stages: The process involved preparation, counseling, and evaluation, which was conducted using a pretest. A posttest is necessary to measure the level of understanding before and after the educational intervention. A mere 18.75% of the participants exhibited a satisfactory comprehension of hypertension. Following the dissemination of educational materials, the percentage increased to 93.75%. This increase was attributed to the incorporation of herbal therapy. A substantial enhancement in the collective comprehension of the community has been demonstrated. Herbal therapy education has been demonstrated to be an effective means of increasing community knowledge. The management of hypertension naturally encompasses the provision of an understanding of the benefits. The following is a discussion of the utilization of herbal plants, contraindications, and potential side effects.

Keywords : alternative treatment, health education, herbal therapy, hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi di Indonesia. Data RISKESDAS 2018 menunjukkan bahwa 34,1% penduduk Indonesia

menderita hipertensi, dengan mayoritas kasus tergolong hipertensi esensial . Kondisi ini meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular serius seperti stroke dan gagal jantung (Priltilus et al., 2025); (Tutik et al., 2023). Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu fungsi organ-organ lain, terutama organ-organ vital seperti jantung dan ginjal. Kriteria hipertensi yang digunakan merujuk pada kriteria diagnosis JNC VII 2003, yaitu hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Paramita et al., 2017).

Perawatan tekanan darah memakan waktu lama dan seringkali membosankan bagi mereka yang terkena. Mengingat meningkatnya kejadian hipertensi, risiko komplikasi dan efek samping obat antihipertensi akibat pengobatan jangka panjang, maka perlu dibahas bagaimana hipertensi dapat dikelola dengan pengobatan non farmakologis seperti dengan menggunakan tanaman obat yang mempunyai khasiat dapat menurunkan tekanan darah dan akan lebih baik lagi menggunakan tanaman obat untuk mencegah hipertensi tersebut (Yulia et al., 2023). Pengobatan hipertensi umumnya melibatkan terapi farmakologis. Namun, penggunaan jangka panjang obat antihipertensi dapat menimbulkan efek samping, sehingga mendorong masyarakat mencari alternatif pengobatan yang lebih aman dan terjangkau . Tanaman obat keluarga (TOGA) seperti seledri, daun salam, belimbing wuluh, dan kencur telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional dan terbukti memiliki potensi sebagai agen antihipertensi (Sirajuddin et al., 2024); (Nurhidayati et al., 2023); (Ikasari & Anggraeny, 2021)

Indonesia merupakan negara tropis dengan jutaan spesies tanaman dan hewan yang hidup di dalamnya. Di Indonesia tanaman herbal banyak dimanfaatkan sebagai terapi pencegahan dan pengobatan yang digunakan secara turun temurun yang dibuktikan secara empiris. Besarnya minat perkembangan ilmu pengetahuan yang meneliti keabsahan dari tanaman herbal menjadikan nilai tambah bagi tanaman herbal. Penelitian tanaman herbal banyak dilakukan untuk membuktikan manfaat tanaman herbal secara ilmiah (Diyah & Anggraeny, 2021). Di era modern seperti ini nampaknya pemanfaatan tanaman herbal tidak kalah dengan pengobatan sintesis. Namun, dalam pemanfaatannya masih banyak masyarakat yang kurang tepat dalam mengolah dan menggunakan tanaman herbal sebagai pencegahan maupun pengobatan penyakit, sehingga akan memunculkan terapi yang tidak bermanfaat bahkan toksik (Yulia et al., 2023).

Penelitian oleh Saranani et al. (2021) mengidentifikasi 20 spesies tanaman obat yang digunakan oleh masyarakat Kecamatan Poleang Tenggara, Kabupaten Bombana, Sulawesi Tenggara, untuk mengatasi hipertensi. Bagian tanaman yang paling sering dimanfaatkan adalah daun, diikuti oleh buah, biji, rimpang, dan herba, dengan metode pengolahan seperti direbus, diseduh, ditumbuk, atau dikunyah. Edukasi masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi antihipertensi telah dilakukan di berbagai daerah.

Untuk mengembangkan hasil penelitian ini, beberapa pendekatan dapat dilakukan: a) Analisis Fitokimia dan Farmakologis melakukan identifikasi senyawa aktif dalam tanaman yang telah diinventarisasi dan menguji aktivitas antihipertensinya secara *in vitro* maupun *in vivo*. Penelitian oleh Indah et al. (2023) menunjukkan bahwa tanaman seperti belimbing wuluh dan daun seledri mengandung flavonoid dan saponin yang berperan dalam menurunkan tekanan darah. b) Uji Klinis Terbatas melakukan studi intervensi pada kelompok kecil masyarakat untuk menilai efektivitas dan keamanan penggunaan tanaman tersebut dalam menurunkan tekanan darah. Sebagai contoh, edukasi dan konsumsi kencur secara teratur di Desa Sampali menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. c) Integrasi dengan Program Kesehatan Masyarakat mengembangkan modul edukasi berbasis temuan etnomedisin untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat

tentang pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi antihipertensi (Muslihin et al., 2024). Kegiatan seperti sosialisasi dan pelatihan pembuatan teh herbal kombinasi daun pegagan dan rimpang kunyit telah berhasil meningkatkan keterampilan masyarakat dalam mengelola hipertensi secara alami (Hasimun et al., 2020). d) Pelestarian Pengetahuan Tradisional mendokumentasikan dan melestarikan pengetahuan lokal mengenai penggunaan tanaman obat melalui kerja sama dengan tokoh masyarakat dan pengobat tradisional, serta mengintegrasikannya ke dalam kurikulum pendidikan kesehatan (Saranani et al., 2021). e) Pengembangan Produk Herbal berbasis tanaman obat yang telah teruji, seperti teh herbal atau suplemen, untuk mendukung pengobatan hipertensi secara alami. Pelatihan pembuatan teh herbal kombinasi daun pegagan dan rimpang kunyit telah memberikan alternatif minuman kesehatan bagi masyarakat (Hasimun et al., 2020).

Dengan pendekatan-pendekatan tersebut, hasil penelitian Saranani et al. dapat dioptimalkan untuk meningkatkan pengelolaan hipertensi secara holistik dan berbasis kearifan lokal. Desa Sampali, edukasi tentang konsumsi kencur secara teratur menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Daerah Medan, penyuluhan mengenai penggunaan daun seledri dan bawang putih sebagai pencegahan hipertensi meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pengobatan herbal (Priltius et al., 2025). Meskipun demikian, pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi antihipertensi masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang berkelanjutan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman herbal sebagai alternatif pengobatan hipertensi. Menurut data penelitian yang dilakukan oleh (Saranani et al., 2021), mendapatkan data terkait beberapa tanaman obat yang memiliki khasiat untuk mengatasi hipertensi. Diantara nya adalah daun salam, daun sirsak, daun seledri, bawang putih, daun keji beling, daun belimbing wuluh, buah mengkudu, daun sambung nyawa, dan biji mahoni.

Penggunaan tanaman ini diracik dengan cara sederhana seperti di seduh ataupun direbus kemudian disaring lalu diminum airnya. Hal ini mendasari dilakukannya edukasi mengenai terapi herbal mengatasi hipertensi Di Desa Kertak Hanyar Rt.16, cara pencegahan dan pengobatan. Ilmu kefarmasian mengenai pengobatan diharapkan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan morfologis dan lingkungan, ekonomi masyarakat, bahkan perubahan kultural kemasyarakatan secara positif. Selain itu juga diharapkan memberikan pengaruh dalam hal kesehatan masyarakat dalam memberikan bantuan baik berupa penyuluhan dan pelayanan kesehatan terhadap masyarakat. Selain itu mahasiswa Program Studi Profesi Apoteker Universitas Sari Mulia angkatan III dapat melatih komunikasi dengan masyarakat sebagai aplikasi atas ilmu yang didapatkan selama kuliah.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang terapi herbal untuk hipertensi melalui edukasi di Desa Kertak Hanyar II RT 16, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan.

METODE

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan edukatif, yang bertujuan mengevaluasi peningkatan pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah intervensi berupa edukasi tentang terapi herbal hipertensi. Desain penelitian menggunakan metode pra-eksperimen dengan model one group pretest-posttest. Pendekatan ini memungkinkan peneliti mengukur perubahan pengetahuan peserta setelah diberi intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh warga Desa Kertak Hanyar II RT 16, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Sampel berjumlah 16 orang yang merupakan warga setempat dan dipilih secara purposive sampling berdasarkan kriteria kemauan untuk berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan. Penelitian dilaksanakan di Desa Kertak Hanyar II

RT 16, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan pada hari Kamis, 27 Februari 2025, pukul 16.00 – 17.00 WITA. Instrumen yang digunakan berupa lembar pretest dan posttest berbentuk pilihan ganda, serta media edukasi seperti presentasi PowerPoint dan leaflet mengenai hipertensi dan tanaman herbal. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif, dengan menghitung persentase hasil pretest dan posttest untuk menilai peningkatan pemahaman peserta. Penelitian ini dilakukan dengan menjunjung tinggi etika pengabdian masyarakat. Persetujuan lisan diperoleh dari peserta, dan kegiatan dilakukan dengan izin dari ketua RT setempat. Data peserta dijaga kerahasiaannya, dan partisipasi bersifat sukarela.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tanaman yang memiliki khasiat sebagai antihipertensi. Kegiatan ini terbagi menjadi tiga tahap: 1) Tahap Persiapan : a) Melakukan koordinasi dengan Ketua RT 16 Desa Kertak Hanyar. b) Melakukan survey di Desa Kertak Hanyar mengenai pola penyakit dan pengobatan yang digunakan. c) Menyiapkan materi penyuluhan serta leaflet. 2) Tahap Penyuluhan: a) Membagikan lembar pretest sebelum penyuluhan. b) Pemberian edukasi mengenai terapi herbal untuk hipertensi. c)Membagikan lembar posttest setelah pemaparan materi. d) Melakukan tanya jawab. Tahap Evaluasi Kegiatan: Melakukan pengukuran tingkat pemahaman peserta dengan menghitung hasil pretest dan posttest.

HASIL

Pelaksanaan kegiatan edukasi terapi herbal untuk antihipertensi di Desa Kertak Hanyar II RT 16, Kabupaten Banjar dihadiri sebanyak 16 peserta. Kegiatan ini merupakan bagian dari tugas mata kuliah fitoterapi terapan yang dilakukan oleh mahasiswa profesi apoteker Universitas Sari Mulia sebagai bentuk pengabdian kepada Masyarakat. Tujuan dari kegiatan edukasi ini agar meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait pengolahan tanaman-tanaman disekitar yang berpotensi sebagai antihipertensi dengan cara pengolahan/pembuatan dengan aturan yang benar. Kegiatan edukasi terapi herbal “Hipertensi” di Masyarakat Desa Kertak Hanyar II RT.16 telah dilaksanakan pada hari Kamis, 27 Februari 2025 dari pukul 16.00 – 17.00 WITA yang diikuti oleh 16 orang warga yang terdiri dari Ibu-Ibu, Bapak-Bapak, dan Remaja yang tinggal di Desa Kertak Hanyar II RT.16, secara keseluruhan, kegiatan ini berjalan lancar dengan efektif dan efisien.



Gambar 1. Kegiatan Survey di Desa Kertak Hanyar Rt. 16



Gambar 2. Kegiatan Pemberian Edukasi Terapi Herbal Untuk Hipertensi



Gambar 3. Materi Penyuluhan dan Leaflet Tentang Terapi Herbal Hipertensi

Kegiatan ini diawali dengan membagikan lembar pretest, kemudian melakukan penyuluhan terkait terapi herbal untuk Hipertensi dengan media microsoft power point yang ditampilkan melalui proyektor oleh tim pengabdian dan membagikan leaflet yang berisi tentang hipertensi dan terapi herbalnya, kemudian melakukan pembagian lembar posttest untuk mengetahui peningkatan pemahaman Masyarakat terkait informasi terapi herbal hipertensi yang diberikan.

Dalam kegiatan edukasi terapi herbal dilakukan pemberian pretest dan posttest untuk mengetahui tingkat pengetahuan warga setempat terkait hipertensi dan terapi herbalnya sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Yang mana kemudian dilakukan perhitungan dan dibuat dalam diagram lingkaran.



Diagram 1. Diagram Lingkaran Hasil Data Pretest dan Posttest

Berdasarkan data hasil yang didapatkan pada pretest yaitu terdapat 3 orang dari 16 orang yang memiliki pengetahuan baik dengan persentase 18,75%, kemudian terdapat 2 orang dari 16 orang yang memiliki pengetahuan cukup dengan persentase 12,5%, dan terdapat 11 orang dari 16 orang yang memiliki pengetahuan kurang dengan persentase 68,75%. Hal ini menandakan bahwa masyarakat yang hadir, kurang memiliki pengetahuan terkait hipertensi dan terapi herbal yang dapat digunakan. Sedangkan dari data posttest

setelah dilakukannya penyuluhan didapatkan hasil yaitu terdapat 15 orang dari 16 orang yang memiliki pengetahuan baik dengan persentase 93,75%. Dan terdapat 1 orang dari 16 orang yang memiliki pengetahuan cukup dengan persentase 6,25%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadinya peningkatan pengetahuan atau pemahaman masyarakat terkait hipertensi dan terapi herbal yang dapat digunakan untuk hipertensi setelah dilakukannya penyuluhan terkait Terapi Herbal Hipertensi.

Seledri (*Apium graveolens* L.) Bagian yang digunakan : Herba Senyawa kimia yang memiliki aktivitas antihipertensi ialah senyawa Apiin yang bersifat diuretik dan mampu melebarkan pembuluh darah (Haryati et al., 2021). Senyawa apigenin sebagai sel β bloker yang akan memperlambat detak jantung dan menurunkan kekuatan kontraksi jantung sehingga aliran darah yang terpompa lebih sedikit dan tekanan darah menurun. Cara Pembuatan/Pengolahan: 3-5 batang seledri dan 200 ml air, cuci hingga bersih dan potong kecil-kecil lalu direbus hingga air mendidih, dinginkan, dan saring rebusan, dan diminum hasil air rebusan 2x sehari pada pagi dan sore hari. Selain itu Mengkudu (*Morinda citrifolia* L) (Ulung & Studi, 2014). Bagian yang digunakan: Buah Kandungan senyawa dan mekanismennya: Mengkudu mengandung senyawa Scopoletin yang memiliki efek vasodilator yaitu melebarkan pembuluh darah sehingga tekanan darah menurun dan beban pompa jantung juga akan menurun. Senyawa Xeronine yang memiliki efek diuretik atau menaikkan output urin Cara Pembuatan/Pengolahan: Siapkan 1 buah mengkudu (100-200 gram), kemudian dikupas dan diambil daging buahnya, lalu daging buah dipotong potong, ditambahkan air dan madu 20 ml untuk penambah rasa, kemudian diblender, dan disajikan dalam 200 ml. Dikonsumsi 2x sehari pada pagi dan sore hari.

Tetapi perlu diperhatikan dalam penggunaan obat herbal karna beberapa obat herbal memiliki kontraindikasi contohnya pada seledri sebagai diuretic kuat tidak dianjurkan digunakan pada enderita gangguan gagal ginjal akut, infeksi ginjal dan kehamilan. Mengkudu juga memiliki kontraindikasi jika digunakan pada ibu hamil, ibu menyusui dan penderita hiperkalemia (Purwani, 2018). Selain kontraindikasi obat herbal juga memiliki efek samping contohnya seledri pada pasien yang memiliki sensitifitas pada Apiceae dapat menyebabkan dermatitis alergi. Mengkudu juga memiliki efek samping yaitu sedasi, mual, muntah, alergidan hiperkalemia (AN, 2022). Beberapa obat herbal juga memiliki potensi interaksi pada obat sintesis contohnya seledri dapat meningkatkan efek obat antihipertensi seperti diuretic. Mengkudu berinteraksi dengan obat ACEI, ARB II, diuretic hemat kalium (Viska Elmida, 2024).

PEMBAHASAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi di Indonesia. Data RISKESDAS 2018 menyebutkan bahwa 34,1% penduduk Indonesia mengalami hipertensi, dan sebagian besar merupakan kasus hipertensi esensial. Kondisi ini sangat berisiko menimbulkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan gagal jantung (Prilius et al., 2025; Tutik et al., 2023). Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk memiliki pemahaman yang baik mengenai pencegahan dan penanganan hipertensi, termasuk melalui pendekatan alternatif seperti terapi herbal. Dalam kegiatan edukasi yang dilaksanakan oleh mahasiswa Program Studi Profesi Apoteker Universitas Sari Mulia, pendekatan edukatif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi antihipertensi. Hasil pretest menunjukkan bahwa hanya 18,75% peserta memiliki pengetahuan baik mengenai hipertensi dan tanaman herbal. Namun setelah dilakukan penyuluhan, angka ini melonjak signifikan menjadi 93,75%, menunjukkan efektivitas dari pendekatan yang digunakan. Salah satu keunggulan dalam edukasi ini adalah pemilihan materi yang relevan dan kontekstual, yakni tanaman yang

mudah ditemukan di sekitar masyarakat, seperti seledri (*Apium graveolens L.*) dan mengkudu (*Morinda citrifolia L.*). Seledri mengandung senyawa apiin dan apigenin yang memiliki aktivitas diuretik dan vasodilator, sehingga dapat membantu menurunkan tekanan darah (Haryati et al., 2021). Sedangkan mengkudu mengandung scopoletin dan xeronine, yang juga berperan dalam melebarkan pembuluh darah serta meningkatkan ekskresi urin (Ulung & Studi, 2014).

Namun demikian, penggunaan herbal tidak lepas dari risiko. Masyarakat juga diberikan informasi tentang kontraindikasi dan efek samping dari tanaman herbal yang digunakan. Misalnya, seledri tidak dianjurkan bagi penderita gangguan ginjal akut dan ibu hamil karena efek diuretiknya yang kuat (Purwani, 2018). Sementara mengkudu dapat menimbulkan efek sedasi, mual, dan berisiko menyebabkan hiperkalemia, terutama jika digunakan bersamaan dengan obat seperti ACE inhibitor atau ARB II (Viska Elmida, 2024; AN, 2022). Hasil edukasi ini juga memperlihatkan bahwa model intervensi kesehatan berbasis komunitas dapat memberikan hasil signifikan dalam peningkatan literasi kesehatan. Partisipasi aktif masyarakat dalam sesi diskusi dan tanya jawab menandakan bahwa mereka tidak hanya pasif menerima informasi, tetapi juga menginternalisasi dan memahami materi yang diberikan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Diyah & Anggraeny (2021) yang menyatakan bahwa edukasi langsung melalui penyuluhan dan media cetak seperti leaflet dapat mempercepat proses pembelajaran masyarakat.

Selain itu, kegiatan ini juga memberikan dampak positif dalam ranah pendidikan, di mana mahasiswa dapat mempraktikkan komunikasi dan edukasi kesehatan secara langsung di lapangan. Dengan demikian, terjadi proses pembelajaran dua arah yang menguntungkan baik masyarakat maupun mahasiswa. Keberhasilan ini menunjukkan potensi besar untuk mengembangkan program serupa secara berkelanjutan, melalui integrasi dengan program kerja pemerintah desa atau puskesmas setempat (Hasimun et al., 2020; Muslihin et al., 2024). Secara umum, edukasi terapi herbal sebagai pendekatan promotif dan preventif terhadap hipertensi memiliki prospek yang cerah. Selain mendorong kemandirian masyarakat dalam mengelola kesehatannya, pendekatan ini juga mendukung pelestarian dan pemanfaatan kearifan lokal. Langkah selanjutnya yang dapat diambil mencakup pengembangan produk herbal berbasis riset, dokumentasi pengetahuan tradisional, serta kolaborasi lintas sektor untuk menjangkau masyarakat yang lebih luas (Saranani et al., 2021; Indah et al., 2023).

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi terapi herbal untuk hipertensi yang dilaksanakan di Desa Kertak Hanyar II RT 16, Kabupaten Banjar, berhasil mencapai tujuannya, yaitu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap pemanfaatan tanaman obat sebagai alternatif pengobatan hipertensi. Berdasarkan pelaksanaan dan hasil evaluasi, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut: Peningkatan Pengetahuan Masyarakat, hasil pretest menunjukkan bahwa sebelum edukasi, sebagian besar peserta (68,75%) memiliki pengetahuan yang rendah mengenai hipertensi dan terapi herbal. Setelah edukasi, terjadi peningkatan signifikan, di mana 93,75% peserta memperoleh kategori pengetahuan baik. Ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang dilakukan, termasuk penggunaan media presentasi, leaflet, dan sesi tanya jawab, sangat efektif dalam menyampaikan informasi secara komprehensif.

Relevansi dan Efektivitas Materi Edukasi, materi yang diberikan mencakup informasi ilmiah mengenai hipertensi, tanaman herbal yang memiliki efek antihipertensi (seperti seledri dan mengkudu), cara pengolahan yang benar, serta informasi mengenai kontraindikasi dan potensi efek samping. Informasi ini disusun secara sistematis dan praktis sehingga mudah dipahami oleh masyarakat dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Respon dan Antusiasme Peserta, Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan

berlangsung, terbukti dari keterlibatan aktif dalam sesi diskusi dan peningkatan pemahaman yang tercermin dalam hasil posttest. Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas yang dikemas secara interaktif mampu menarik minat masyarakat dan meningkatkan keterlibatan mereka dalam upaya promotif dan preventif. Manfaat Ganda Kegiatan, selain memberi manfaat langsung kepada masyarakat dalam hal peningkatan literasi kesehatan, kegiatan ini juga memberikan pengalaman nyata bagi mahasiswa Profesi Apoteker dalam menerapkan ilmu yang telah diperoleh di bangku kuliah ke dalam praktik pelayanan kefarmasian komunitas.

Hal ini sekaligus memperkuat kompetensi mahasiswa dalam komunikasi, edukasi kesehatan, dan pengabdian masyarakat. Potensi Pengembangan Berkelanjutan, melihat keberhasilan kegiatan ini, edukasi serupa dapat dijadikan program berkelanjutan, baik melalui kegiatan pengabdian rutin maupun kerja sama lintas sektor (pemerintah desa, puskesmas, akademisi). Selain itu, pemanfaatan tanaman herbal lokal yang sudah terbukti secara empiris dan ilmiah juga dapat menjadi bagian dari strategi pembangunan kesehatan berbasis potensi lokal. Dengan demikian, edukasi terapi herbal merupakan pendekatan yang tepat dan efektif untuk meningkatkan pemahaman serta mendorong masyarakat agar lebih mandiri dalam menjaga kesehatannya melalui pemanfaatan sumber daya alam yang ada di sekitar.

UCAPAN TERIMAKASIH

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertema "penyuluhan kesehatan tentang pencegahan hipertensi melalui penggunaan tanaman herbal," beberapa kesimpulan yang dapat ditarik adalah sebagai berikut: Acara pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan sukses dan menerima sambutan positif dari warga pra-lansia dan lansia di Desa Kertak Hanyar II rt.19 , Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Masyarakat menunjukkan antusiasme tinggi dalam berpartisipasi, terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan mengenai materi yang disampaikan. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman mereka tentang hipertensi, serta metode pencegahan yang dapat dilakukan melalui penggunaan tanaman herbal. Para peserta bahkan dapat menjawab pertanyaan dengan akurat, menunjukkan pemahaman yang baik. Dukungan yang solid dari civitas akademika Program Studi Profesi Apoteker Universitas Sari Mulia Banjarmasin juga sangat berperan dalam kelancaran acara ini. Keterlibatan mereka memastikan bahwa informasi yang diberikan berkualitas dan relevan dengan kebutuhan masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- AN, M. T. (2022). Buku Ajar Obat Tradisional. CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Diyah Ikasari, E., & Narasukma Anggraeny, E. (2021). Edukasi Pengobatan Hipertensi dan Pemanfaatan Tanaman Herbal di Kelurahan Plamongansari Semarang. *Jurnal DiMas*, 3(1), 107–110. <https://doi.org/10.53359/dimas.v3i1.20>
- Haryati, H., Tjahjadi, V. K., & Herjanto, A. S. (2021). Pengaruh Pemberian Air Seduhan Serbuk Simplisia Seledri (*Apium Graveolens*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Dhammadharmika: Jurnal Pengkajian Dhamma*, 4(2), 36-48.
- Hasimun, P., Juanda, D., Sukmawati, I. K., & Yuniarto, A. (2020). Edukasi Hipertensi dan Pelatihan Pembuatan Teh Herbal Kombinasi Daun Pegagan (*Centella asiatica*) Dan Rimpang Kunyit (*Curcuma longa*) Sebagai Minuman Kesehatan Antihipertensi. *Amaliah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 139-144.
- Ikasari, E. D., & Anggraeny, E. N. (2021). Edukasi pengobatan hipertensi dan pemanfaatan tanaman herbal di kelurahan Plamongansari Semarang. *Jurnal DiMas*, 3(1), 107-110.
- Ikasari, E. D., & Anggraeny, E. N. (2021). Edukasi pengobatan hipertensi dan pemanfaatan

- tanaman herbal di kelurahan Plamongansari Semarang. *Jurnal DiMas*, 3(1), 107-110.
- Indah, I. S. A. N., Wahyuning Sih, E. S., & Gunarti, N. S. (2023). Review Artikel: Telaah Pengobatan Modern Golongan Diuretik Dengan Tanaman Herbalnya. *Jurnal Buana Farma*, 3(3), 60-69.
- Muslihin, A. M., Irwandi, I., Fabanyo, S. H., Tunazzila, N., Maulana, F., & Aisyah, H. (2024). Studi Etnomedisin Obat Anti Hipertensi Suku Moi di Kabupaten Sorong. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(3), 509-518.
- Nurhidayati, L. G., Rejeki, D. S., Pramiantuti, O., & Murti, F. K. (2023). Sosialisasi Ramuan Tanaman Herbal Untuk Pengobatan Hipertensi Pada Masyarakat Desa Blubuk Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal. *J-Abdi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(10), 6689-6694.
- Paramita, S., Isnuwardana, R., Nuryanto, M. K., Djalung, R., Rachmawatiningsyah, D. G., & Jayastri, P. (2017). Pola Penggunaan Obat Bahan Alam Sebagai Terapi Komplementer pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 1(7), 367–376. <https://doi.org/10.25026/jsk.v1i7.56>
- Priltius, N., irianto Napitupulu, M., Pebriyandi, F., Simamora, V., Sianturi, T. R., & Marbun, E. D. (2025). Eksplorasi Potensi Obat Tradisional: Alternatif Herbal dalam Menurunkan Hipertensi di Desa Sampali, Deli Serdang Prov. Sumatera Utara. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 6(1), 311-316.
- Purwani, D. R. (2018). *Stroke's Home Care: Pencegahan, Penanganan, dan Perawatan Stroke dalam Keluarga*. Anak Hebat Indonesia.
- Saranani, S., Himaniarwati, H., Yuliastri, W. O., Isrul, M., & Agusmin, A. (2021). Studi Etnomedisin Tanaman Berkhasiat Obat Hipertensi di Kecamatan Poleang Tenggara Kabupaten Bombana Sulawesi Tenggara. *Jurnal Mandala Pharmacon Indonesia*, 7(1), 60-82.
- Saranani, S., Yuliastri, W. O., Isrul, M., Farmasi, P. S., & Waluya, U. M. (2021). Studi Etnomedisin Tanaman Berkhasiat Obat Hipertensi di Kecamatan Poleang Tenggara Kabupaten Bombana Sulawesi Tenggara meskipun pengobatan secara modern cukup baik mengenai keanekaragaman. *Jurnal Mandala Pharmacon Indonesia*, 7(1), 60–82.
- Sirajuddin, W., Bunyanis, F., Lidiawati, D., & Jannah, R. (2024). Sosialisasi Penggunaan Tanaman Herbal Sebagai Anti Hipertensi di Desa Timoreng Panua Kabupaten Sidrap. *Jurnal Inovasi dan Pengabdian Masyarakat (JIPengMas)*, 4(2), 59-65
- Tutik, T., Fitriana, R., Feronica, S., & Umri, U. N. (2023). Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional Kelor untuk Mengatasi Penyakit Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati (JPFM)*, 6(1).
- Ulung, G., & Studi, P. (2014). Sehat alami dengan herbal: 250 tanaman berkhasiat obat (Vol. 1). Gramedia Pustaka Utama.
- Viska Elmida, V. E. (2024). Uji Efektivitas Fraksi Polar Daun Pegagan (Centella Asiatica (L. Urb) Pada Tikus Putih Jantan Hipertensi yang Diinduksi Prednison dan NaCl (Doctoral dissertation, Universitas perintis indonesia).
- Yulia, R., Dachi, K., Salman, S., Indriana, M., Razali, M., Anggraini, D., & Sofia, V. (2023). Pemanfaatan Tumbuhan Herbal Dalam Mencegah Penyakit Hipertensi Untuk Edukasi Masyarakat di Stadion Teladan Medan. *Jukeshum: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 254–259.