

Edukasi Hipertensi dan Demonstrasi Pembuatan Obat Tradisional Daun Seledri di Kelurahan Legok Kota Jambi

Maimaznah^{1*}, Iin Indrawati^{2*}

^{1,2}Prodi DIII Keperawatan, STIKes Baiturrahim Jambi,

Jl. Prof. Yamin SH No.30 Lebak Bandung Jelutung Kota Jambi, Jambi, 36135, Indonesia

*Email Korespondensi: mai732373@gmail.com

Abstract

*Hypertension is a chronic disease with increased arterial blood pressure. The city of Jambi is ranked 5th highest, namely 18.82% of the 20 health centers and the one with the highest hypertension cases is Puskesmas Putri Ayu, which is 51.85%. Legok is one of the sub-districts located in the working area of the Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. The data obtained related to hypertension in Legok were 22 people (82%) elderly had hypertension in RT 35, then there were 45 people (48.89%) had hypertension in RT 28, and there were also 8 people (56%) hypertension in RT. 26 Kelurahan Legok. From the results of interviews with heads of families in RT 26, 6 out of 8 families said that families with hypertension did not know much about their illness and home care. There were 10 out of 22 elderly people in RT 35 who were interviewed who said they did not know the problems related to the causes and how to treat hypertension with celery leaf (*Apium Graveolens L*) traditional medicine which has many benefits, one of which is as an antihypertensive. Several compounds contained in celery have the ability to lower blood pressure, one of which is Apigenin which has properties as a vasodilator which is related to its hypotensive effect. The health problems above need to be solved and followed up. The activities carried out in Kelurahan Legok, Kota Jambi, namely by gathering people, especially those who experience hypertension, then carry out activities. This activity provides knowledge to the public about hypertension and demonstrations of making traditional medicine using celery leaves. The method used is to provide education about hypertension and a demonstration of making traditional medicine with boiled celery leaves. The activity is carried out for 60 minutes with 1 meeting. The result of this activity is that there is an increase in knowledge about hypertension and traditional medicine with boiled celery leaves for people with hypertension in the Kelurahan Legok, Kota Jambi after being given education and demonstrations.*

Keywords: elery leaves, hypertension, traditional medicine

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan peningkatan tekanan pembuluh darah arteri. Kota Jambi termasuk urutan ke 5 tertinggi yaitu 18,82% dari 20 Puskesmas dan yang memiliki kasus hipertensi tertinggi adalah Puskesmas Putri Ayu yaitu 51,85 %. Legok merupakan salah satu Kelurahan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. Data yang diperoleh terkait hipertensi di Legok yaitu sebanyak 22 orang (82%) lansia mengalami hipertensi di RT 35, kemudian terdapat 45 orang (48,89%) mengalami hipertensi di RT 28, dan juga terdapat 8 orang (56%) hipertensi di RT 26 Kelurahan Legok. Dari hasil wawancara terhadap kepala keluarga di RT 26, terdapat 6 dari 8 kk mengatakan bahwa keluarga yang mengalami hipertensi tidak mengetahui banyak tentang penyakitnya dan perawatan di rumah. Terdapat 10 dari 22 lansia di RT 35 yang diwawancara mengatakan kurang mengetahui masalah terkait penyebab dan cara mengatasi hipertensi dengan obat tradisional daun seledri (*Apium Graveolens L*) yang mempunyai banyak khasiat salah satunya adalah sebagai antihipertensi. Beberapa senyawa yang terkandung dalam seledri memiliki kemampuan dalam menurunkan tekanan darah, salah satunya adalah Apigenin yang mempunyai sifat sebagai vasodilator yang berhubungan dengan efek hipotensifnya.

Permasalahan kesehatan di atas perlu dilakukan suatu pemecahan masalah dan ditindaklanjuti. Adapun kegiatan yang dilakukan di Kelurahan Legok Kota Jambi yaitu dengan cara mengumpulkan masyarakat khususnya yang mengalami hipertensi kemudian melaksanakan kegiatan. Kegiatan ini memberikan pengetahuan pada masyarakat tentang hipertensi dan demonstrasi pembuatan obat tradisional menggunakan daun seledri. Metode yang digunakan yaitu memberikan edukasi tentang Hipertensi dan demonstrasi membuat obat tradisional dengan rebusan daun seledri, kegiatan dilakukan selama 60 menit dengan 1x pertemuan. Hasil dari kegiatan ini yaitu terdapat peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dan obat tradisional dengan rebusan daun seledri bagi penderita hipertensi pada masyarakat di Kelurahan Legok Kota Jambi setelah diberikan edukasi dan demonstrasi.

Kata Kunci: daun seledri, hipertensi, obat tradisional

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan tekanan darah persisten dimana tekanan sistolnya diatas 140 mmHg dan tekanan diastolnya diatas 90 mmHg. Pada lansia, hipertensi didefinisikan sebagai tekanan sistolik 160 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg⁴ Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan peningkatan tekanan pembuluh darah arteri. Saat ini hipertensi mengalami peningkatan prevelensi dan membutuhkan perawatan jangka panjang. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik >140 mmHg dan tekanan darah diastolik >90 mmHg³

Beberapa faktor penyebab yang telah dipelajari secara intensif yaitu asupan garam, obesitas dan resistensi insulin, sistem renin-angiotensi, dan sistem saraf simpatis. Adapun penyebab lain dari hipertensi ini yaitu adanya gangguan emosi, obesitas, konsumsi alkohol berlebihan, rangsangan kopi dan tembakau yang berlebihan, obat-obatan serta keturunan. Sampai dengan saat ini penyebab tunggal dari hipertensi masih belum bisa diidentifikasi dan kondisi ini disebut sebagai “hipertensi essensial”, sejumlah mekanisme fisiologis terlibat dalam pengaturan tekanan darah normal, yang kemudian dapat turut berperan dalam terjadinya hipertensi essensial

Penyebab hipertensi adalah asupan natrium tinggi, asupan kalium, kalsium, dan magnesium rendah, kegemukan, konsumsi alkohol berlebihan, resistensi insulin. Penyebab ini menunjukkan bahwa penyebab utama dari hipertensi masih belum diketahui, meskipun demikian ada beberapa faktor yang menyebabkan hipertensi yaitu obesitas, genetik, asupan garam, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol berlebihan, dan emosi. Akibat dari perdarahan tekanan tinggi di otak yaitu Stroke, atau juga akibat embolus yang terlepas dari pembuluh non otak yang terpajan tekanan tinggi. Gagal ginjal juga terjadi karena kerusakan progresif akibat tekanan tinggi pada kapiler-kapiler ginjal, glomerulus. Oleh karena rusaknya gromerulus darah akan mengalir keunit-unit fungsional ginjal. Hipertensi dapat mengakibatkan rusaknya arteri di dalam tubuh dan organ – organ lainnya. Organ lainnya yang dapat rusak yaitu jantung, otak, ginjal dan mata.

World Health Organization menunjukan sekitar 1,13 milyar orang didunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang didunia terdiagnosis hipertensi, 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita mengalami hipertensi kemudian 1 dari 5 memiliki masalah di bawah kontrol dan sebagian besar tinggal dinegara rendah dan menengah. Data dunia juga menunjukan bahwa pada kawasan Asia Tenggara, Indonesia masuk urutan ke 3 tertinggi yang mengalami hipertensi dengan presentase 21,3% kemudian pada urutan pertama tertinggi ada Thailand (23,6%), lalu diikuti Myanmar (21,5%) sebagai urutan kedua pada tahun 2014 untuk kelompok umur diatas 18 tahun.

Prevelensi penyakit tidak menular di Indonesia mengalami peningkatan dan menjadi penyebab kematian tertinggi dimasyarakat Indonesia. Urutan lima penyakit tertinggi di

Indonesia, penyakit pertama adalah hipertensi, fakta menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi naik dari 20,8 % pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Tahun 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 55-64 tahun (55,2%).

Kasus hipertensi di Provinsi Jambi pada tahun 2020 sebanyak 9,56% dari 11 Kabupaten/Kota di Provinsi Jambi dengan pembagian laki-laki (8,37%) dan perempuan (10,72%), dan diketahui bahwa Kabupaten/Kota yang memiliki hipertensi tertinggi adalah Kabupaten Sarolangun (79,27%) sedangkan terendah ada di kabupaten Bungo (1,37%). Adapun Kota Jambi termasuk urutan ke 5 tertinggi yaitu 18,82%. Data Hipertensi di Kota Jambi pada tahun 2020 ada sebanyak 18,82 % dari 20 Puskesmas dengan pembagian laki-laki (14,5%) dan perempuan (23,17%), dan Puskesmas yang memiliki kasus hipertensi tertinggi adalah Puskesmas Putri Ayu Danau Sipin yaitu 51,85 %.

Pengetahuan merupakan hasil “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Jadi pengetahuan ini diperoleh dari aktivitas pancaindra yaitu penglihatan, penciuman, peraba, dan indra perasa, sebagaimana besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Menurut penelitian yang dilakukan Rustandi diperoleh bahwa dari 99 responden terdapat 43 responden yang memiliki pengetahuan kurang, dengan 31 orang (72,1%) responden mengalami hipertensi yang artinya ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi. Hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya pengetahuan pada penderita hipertensi.

Selain terapi farmakologi, ada beberapa terapi nonfarmakologi (tradisional/ herbal) yang dapat diberikan pada penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah seperti daun seledri (*Apium Graveolens L*), rebusan daun salam (*syzygiumpolyyanthum*), bawang putih, dll sebagai tanaman untuk berbagai penyakit, salah satunya adalah penyakit hipertensi. Daun seledri (*Apium Graveolens L*). Menurut Naqiyya, merupakan tumbuhan yang dapat digunakan dalam pengobatan herbal hipertensi. Senyawa yang terkandung dalam seledri bersifat anti hipertensi seperti menurunkan kontraksi pembuluh darah dan menurunkan volume cairan ekstraseluler. Salah satu tumbuhan yang sering digunakan dalam pengobatan tradisional atau herbal adalah seledri (*Apium Graveolens L*). Seledri mempunyai banyak khasiat salah satunya adalah sebagai antihipertensi. Beberapa senyawa yang terkandung dalam seledri memiliki kemampuan dalam menurunkan tekanan darah, salah satunya adalah *Apigenin* yang mempunyai sifat sebagai vasodilator yang berhubungan dengan efek hipotensifnya.

Legok merupakan salah satu Kelurahan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. Data yang diperoleh terkait hipertensi di Kelurahan Legok yaitu sebanyak 22 orang (82%) lansia mengalami hipertensi di RT 35, kemudian terdapat 45 orang (48,89%) mengalami hipertensi di RT 28, dan juga terdapat 8 orang (56%) hipertensi di RT 26 Kelurahan Legok. Dari hasil wawancara terhadap kepala keluarga di RT 26, terdapat 6 dari 8 kk mengatakan bahwa keluarga yang mengalami hipertensi tidak mengetahui banyak tentang penyakitnya dan perawatan di rumah. Terdapat 10 dari 22 lansia di RT 35 yang diwawancara mengatakan kurang mengetahui masalah terkait penyebab dan cara mengatasi hipertensi dengan obat tradisional daun seledri.

Permasalahan kesehatan di atas perlu dilakukan suatu pemecahan masalah dan ditindaklanjuti agar dapat mencegah dan mengurangi angka kesakitan hipertensi khususnya di Kelurahan Legok Kota Jambi. Oleh karena itu penulis akan memberikan edukasi terkait Hipertensi dan demonstrasi pembuatan obat tradisional dengan daun seledri di Kelurahan Legok, karena daun seledri sebagai antihipertensi dan beberapa senyawa yang terkandung dalam seledri memiliki kemampuan dalam menurunkan tekanan darah, salah satunya

adalah *Apigenin* yang mempunyai sifat sebagai vasodilator yang berhubungan dengan efek hipotensifnya.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Legok Kota Jambi, pada bulan Maret - Agustus 2022 dengan memberikan edukasi tentang Hipertensi dan demonstrasi membuat obat tradisional dengan rebusan daun seledri, Sasaran yaitu masyarakat yang berada di Kelurahan Legok khususnya yang mengalami hipertensi dengan mengikuti kegiatan edukasi tentang Hipertensi dan mendemonstrasikan pembuatan obat tradisional dengan rebusan daun seledri dari awal sampai dengan selesai kegiatan. Peserta yang hadir sebanyak 12 orang yang terdiri dari 3 orang laki-laki dan 9 orang perempuan Kegiatan yang dilakukan dengan memberikan edukasi tentang Hipertensi dan demonstrasi membuat obat tradisional dengan rebusan daun seledri ini diberikan selama 60 menit. Kegiatan ini dilakukan dalam 1x pertemuan, menggunakan media infokus, laptop, dan leaflet. Adapun untuk Monitoring dan Evaluasi dilakukan setelah kegiatan selesai dilaksanakan dengan memberikan pertanyaan pada peserta yang hadir dalam kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Memberikan edukasi tentang Hipertensi dan demonstrasi membuat obat tradisional dengan rebusan dengan rebusan daun seledri yang telah dilakukan di Kelurahan Legok Kota Jambi mendapatkan hasil sesuai harapan, direspon dengan baik oleh masyarakat, hal ini dibuktikan adanya peningkatan pengetahuan mengenai Hipertensi dan obat tradisional dengan rebusan daun seledri untuk penderita hipertensi, masyarakat mampu menjawab dari pertanyaan yang diberikan seputar materi dan mampu melakukan redemonstrasi pembuatan obat tradisional dengan rebusan daun seledri saat kegiatan. Masyarakat mampu memberi pertanyaan seputar materi edukasi dan obat tradisional. Berikut karakteristik peserta edukasi di Kelurahan Legok Kota Jambi:

Tabel 1. Karakteristik Peserta Edukasi

No.	Usia	Jenis Kelamin
1	52	Perempuan
2	61	Perempuan
3	57	Perempuan
4	60	Perempuan
5	65	Perempuan
6	69	Perempuan
7	55	Perempuan
8	56	Perempuan
9	61	Perempuan
10	65	Laki-Laki
11	69	Laki-Laki
12	55	Laki-Laki

Hasil dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan tentang Hipertensi dan obat tradisional dengan rebusan daun seledri bagi penderita Hipertensi pada masyarakat di Kelurahan Legok Kota Jambi setelah diberikan edukasi dan demonstrasi. Informasi yang didapatkan dari penyuluhan dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga dapat menghasikan perubahan atau peningkatan pengetahuan masyarakat dengan adanya perbedaan sebelum dan setelah

edukasi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diartikan bahwa terjadi perubahan pengetahuan pada masyarakat. selain peningkatan pengetahuan diharapkan dapat merubah perilaku kesehatan khususnya masyarakat yang mengalami Hipertensi yang nantinya akan meningkatkan atau memelihara kesehatan.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lazdia, Rahmah, Lubis, dan Sulastris, ada pengaruh air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada penderita Hipertensi. Hal ini juga sejalan dengan penelitian oleh Huwae, et al. bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah baik sistole maupun diastole pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat. Hal ini hubungannya dengan penyakit hipertensi karena terdapat beberapa kandungan dalam daun seledri yang berperan penting menurunkan tekanan darah, antara lain *magnesium*, *ptalides* berperan melenturkan pembuluh darah. *Kalium* dan *asparagin* bersifat diuretic, yaitu memperbanyak air seni sehingga volume darah berkurang^{5,16}. Adapun foto kegiatan dapat dilihat dibawah ini:



Gambar 1. Memberi Edukasi



Gambar 2. Masyarakat Kelurahan Legok yang Hadir

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan Legok Kota Jambi yang dilakukan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Peserta sangat aktif, antusias dan dapat bekerjasama dengan baik. Pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan pembuatan obat tradisional rebusan daun seledri meningkat setelah diberi edukasi dan demonstrasi

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Ketua STIKes Baiturrahim, PPPM STIKes Baiturrahim, perangkat Kelurahan Legok, Kader, masyarakat Kelurahan Legok Kota Jambi atas dukungan, kerjasama dan kesempatan yang diberikan pada penulis untuk dapat melakukan kegiatan pengabdian masyarakat di Kelurahan Legok.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kota Jambi. (2020). *Hasil data pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular dan kesehatan jiwa*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2020). *Hasil data pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular*.
- Ernawati, I. , F. S. S. dan P. N. S. (2020). *Kepatuhan konsumsi obat pasien hipertensi*.
- Hasdianah, H. dan S. I. S. (2017). *Patologi & Patofisiologi Penyakit*. Nuha Medika.
- Huwae, et. all. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri (apium graveolens) terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat. *Biofaal Journal*, vol.2, no.2.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Penyakit tidak menular kini ancam usia muda*.
- Lazdia, W. , R. W. A. , L. A. L. , dan S. T. (2020). *Pengaruh Rebusan Daun Seledri untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Hipertensi*. Vol.1; No. 1.
- LeMone, P. , B. K. M. dan B. G. (2012). *Medical-Surgical Nursing: Critical Thinking in Patient Care* (Edisi 5). EGC.
- Manurung, N. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah Konsep, Mind Mapping dan Nanda NIC NOC Solusi cerdas lulus UKOM bidang keperawatan : Vol. jilid 2*. Trans Info Media .
- Naqiyya, N. (2020). Potensi Seledri (Apium Graveolens L) Sebagai Antihipertensi. *Jurnal STIKes Siti Hajar*, Vol 2 no.2.
- Nursalam. (2015). *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam praktik Keperawatan Profesional* (edisi 5). Salemba Medika.
- Oktadoni, S. , & F. T. (2016). Khasiat Daun Seledri Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hiperkolesterolemia. *Jurnal Majority*, 5.
- Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. (2020). *Hasil data kunjungan kasus hipertensi*.
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*.
- Rustandi H. (2017). Hubungan Pengetahuan dan Gaya Hidup dengan kejadian Hipertensi di wilayah kerja puskesmas basuki Rahmad Kota Bengkulu. *Hubungan Pengetahuan Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu*.
- Watanabe dan Yoshihiko. (2016). *49 Kiat Santai Menstabilkan Tekanan Darah*. Qanita.
- Wijaya, A. S. dan P. Y. M. (2017). *KMB1 Keperawatan Medikal Bedah Keperawatan dewasa teori dan contoh askep*. Nuha Medika.
- World Health Organization. (2016). *Data Hipertensi Global*.
- World Health Organization. (2021). *Hypertenstion*.