



TERAPI KOMPLEMENTER PEMBERIAN REBUSAN DAUN KEMANGI PADA PENDERITA HIPERTENSI

Nining Nirmalasari¹, Sariama²,

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Mandiri Poso

² Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar



***Corresponding author**

Nining Nirmalasari

Email : ningko2016@gmail.com

HP: 085695531382

Kata Kunci:

Demonstrasi;
Kesehatan;
Terapi Komplementer;
Daun Kemangi;
Hipertensi;

Keywords:

Demonstration;
Health;
Complementary Therapy;
Basil Leaves;
Hypertension;

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering disebut silent killer, karena pada umumnya penderita tidak mengetahui mengalami penyakit hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya. Hipertensi dapat diturunkan melalui terapi farmakologi maupun non-farmakologi. Salah satu terapi non-farmakologis yang dapat diberikan pada penderita hipertensi adalah terapi komplementer yaitu daun kemangi. Daun kemangi mengandung senyawa flavonoid dan magnesium sebagai antioksidan yang memiliki khasiat melebarkan pembuluh darah dan melancarkan sirkulasi darah, sehingga organ jantung dapat bekerja secara maksimal. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia dalam terapi komplementer menggunakan rebusan daun kemangi sebagai alternatif dalam menurunkan tekanan darah. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada 28 Juni 2024 di Desa Pusungi. Kegiatan pengabdian ini menghasilkan dampak yang baik terhadap penurunan tekanan darah pasien lansia yang mengalami hipertensi.

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease that is often called a silent killer, because in general sufferers do not know they have hypertension before checking their blood pressure. Hypertension can be reduced through pharmacological and non-pharmacological therapy. One of the non-pharmacological therapies that can be given to hypertension sufferers is complementary therapy, namely basil leaves. Basil leaves contain flavonoid and magnesium compounds as antioxidants that have the property of dilating blood vessels and improving blood circulation, so that the heart organ can work optimally. This community service activity aims to provide knowledge and application to the community about the importance of herbal medicine in treating hypertension,



especially in the elderly. This community service was carried out on June 28, 2024 in Pusungi Village. This service activity produced a good impact on reducing blood pressure in elderly patients with hypertension.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang banyak diderita bukan hanya oleh usia lanjut saja, bahkan saat ini juga menyerang orang dewasa muda (Darmojo, 2010). Banyak faktor yang memicu untuk terjadinya hipertensi meliputi faktor risiko yang tidak terkontrol dan faktor risiko dapat terkontrol. Faktor risiko yang tidak dapat dikontrol seperti keturunan, jenis kelamin dan umur. Sedangkan faktor risiko yang dapat dikontrol seperti kegemukan, kurang olahraga, merokok, serta konsumsi alkohol dan garam (Sepdianto, 2010).

Perkiraan didunia sekitar 1,13 miliar orang memiliki hipertensi, kurang dari 1 sampai 5 yang terkontrol. Menurut data statistik terbaru World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa seluruh dunia yang mengalami hipertensi sebanyak 22% prevelensi penderita hipertensi tertinggi adalah negara Afrika sebanyak 27% dan prevelensi penderita terendah adalah negara Amerika sebanyak 18%. Sementara itu negara Asia Tenggara menduduki urutan ke tiga paling tinggi dengan prevelensi sebanyak 25% (WHO, 2019).

Penderita hipertensi di Indonesia cenderung terus meningkat, karena pada tahun 2013 prevelensi penderita hipertensi sebanyak 25,8% pada tahun 2018 Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sikernas) melihat angka tersebut meningkat jadi 32,4%. Ini berarti kasus hipertensi mengalami peningkatan sekitar tujuh persen. Prevelensi hipertensi pada usia ≥ 18 tahun di Indonesia sebanyak 34,1%. Prevelensi penderita hipertensi di Indonesia menurut karakteristik usia yaitu, penderita hipertensi pada usia ≥ 75 tahun (69,5%), usia 65-74 tahun (63,2%), usia 55-64 tahun (55,2%), usia 45-54 tahun (31,6%), usia 25-34 tahun (20,1%) dan usia 18-24 tahun (13,2%) (Risikesdas, 2018).

Penderita hipertensi memerlukan obat anti hipertensi. Upaya pengobatan yang lebih penting dilakukan adalah mengeliminasi faktor risiko yang diduga berhubungan dengan kejadian hipertensi tersebut. Prinsip terapi yang bisa dilakukan untuk mengobati penyakit hipertensi ada dua macam yaitu terapi farmakologi dengan menggunakan obat, dan terapi nonfarmakologi yaitu dengan modifikasi pola hidup sehari-hari dan kembali ke produk alami (back to nature), yaitu dengan menggunakan bahan lokal yang banyak terdapat di masyarakat, salah satunya adalah daun kemangi. Daun kemangi sebagai antioksidan kaya akan mineral makro yaitu kalsium, fosfor, dan magnesium, juga mengandung betakarotin serta vitamin C. Daun kemangi juga mengandung komponen non gizi antara lain senyawa flavonoid, eugenol, arginin, anetol, boron, dan minyak atsiri (Hariana, 2008).

Berdasarkan wawancara dengan beberapa Masyarakat Desa Pusungi terutama lansia yang mengalami hipertensi mengatakan sering sakit kepala, kaku ditengukuk dan mudah marah. Beberapa lansia yang hipertensi juga mengatakan tidak mengetahui bahwa daun kemangi dapat menurunkan tekanan darah serta tidak mengetahui cara pengolahan daun kemangi tersebut.

Berdasarkan permasalahan tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan demonstrasi Kesehatan tentang terapi komplementer Pemberian Rebusan Daun Kemangi pada penderita Hipertensi di Desa Pusungi Kecamatan Ampana Tete, Sulawesi Tengah.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk demonstrasi ini ditujukan pada lansia yang ada di Desa Pusungi kecamatan Ampana Tete, kabupaten Tojo Una-una. kegiatan deemonstrasi ini dilaksanakan di rumah-rumah keluarga/ Lansia yang menderita Hipertensi. Demonstrasi dilakukan melalui metode praktek dengan menggunakan alat dan bahan seperti daun Kemangi, air, kompor, panci masak, gelas ukur, gelas minum, dan timbangan. si. Setelah dilakukan demonstrasi kepada lansia yang menderita hipertensi diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan kepada peneliti serta memberikan jawaban sesuai dengan pertanyaan yang diajukan oleh lansia. Setelah itu dilakukan evaluasi berkaitan dengan pemahaman lansia tentang cara pengolahan dan pemanfaatan daun kemangi.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat di Desa Pusungi terbagi menjadi tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan tahap monitoring. Berikut adalah rincian tiap tahapan yang akan dilaksanakan:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, dilakukan Penyusunan program kerja pelaksanaan demonstrasi selanjutnya dilakukan penyusunan program demonstrasi dengan tujuan agar kegiatan yang dilaksanakan menjadi lebih teratur dan terarah. Program ini meliputi semua hal-hal yang bersifat teknis, manajerial dan penjadwalan (time schedule)

Kemudian dilanjutkan dengan Penyusunan Standar Operasional prosedur (SOP). SOP meliputi teknik pendampingan, penanganan dan demonstrasi berkesinambungan. Persiapan sarana dan prasarana pelaksanaan demonstrasi. Persiapan ini meliputi penyediaan sarana dan prasarana tempat dan media yang digunakan. Dilanjjutkan dengan Koordinasi lapangan yang akan dilakukan oleh Tim.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan demonstrasi dilaksanakan pada Tanggal 28 Juni 2024 di Desa

Pusungi dimana kegiatan ini dilaksanakan di rumah-rumah keluarga/ Lansia yang menderita Hipertensi. Demonstrasi dilakukan melalui metode praktek dengan menggunakan alat dan bahan seperti daun Kemangi, air, kompor, panci masak, gelas ukur, gelas minum, dan timbangan. Demonstrasi ini sebagai bagian dari terapi komplementer dalam penanganan untuk menurunkan tekanan darah pada pada lansia dengan hipertensi. Setelah dilakukan demonstrasi kepada lansia yang menderita hipertensi diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan kepada peneliti serta memberikan jawaban sesuai dengan pertanyaan yang diajukan oleh lansia. Setelah itu

dilakukan evaluasi berkaitan dengan pemahaman lansia tentang cara pengolahan dan pemanfaatan daun kemangi.

3. Tahap Evaluasi

Tahap Monitoring dan Evaluasi. Monitoring dilakukan oleh tim pelaksana setiap kegiatan berlangsung untuk memastikan agar pelaksanaan kegiatan dapat berjalan sesuai rencana. Evaluasi dilakukan sejalan dengan monitoring, sehingga jika ada kendala akan segera diselesaikan. Evaluasi dilakukan setiap tahap kegiatan, adapun rancangan evaluasi memuat uraian bagaimana dan kapan evaluasi akan dilakukan, kriteria, indikator pencapaian tujuan, dan tolok ukur yang digunakan untuk menyatakan keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan.

Dokumentasi pelaksanaan kegiatan dapat dilihat dibawah ini :



Gambar 1. Kegiatan Demonstrasi terapi komplementer pemberian rebusan daun kemangi kepada lansia Desa Pusungi

Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan mendapatkan sambutan yang baik dari keluarga dan lansia yang menderita Hipertensi yang ada di Desa Pusungi, dengan harapan agar kegiatan pengabdian dapat dilaksanakan kembali di Desa mereka dengan topik-topik kesehatan yang lainnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa adanya pengetahuan tentang terapi komplementer berupa rebusan daun kemangi dapat memberikan dampak yang baik terhadap penanganan kasus hipertensi. Diharapkan keluarga/ lansia dapat memiliki pengetahuan dan kemampuan dalam merawat anggota keluarga (Lansia) Hipertensi dalam penggunaan dan pengolahan daun kemangi dalam menurunkan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Efa, Y. 2007. Peran Daun Kemangi Terhadap Tekanan Darah Normal Pada Wanita Dewasa. Other thesis: Universitas Kristen Maranatha
- Darmojo, B. 2010. Mengamati perjalanan epidemiologi hipertensi di Indonesia. Jogjakarta. A Plus
- Hariana, A. 2008. Tumbuhan Obat dan Khasiatnya Seri 2. Depok: Penebar Swadaya.
- Kemendes RI. (2018). Riset kesehatan dasar 2018. Jakarta. Badan penelitian dan pengembangan kesehatan Republik Indonesia
- Marvia, E. (2020). Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Lingkungan Dasa Sari Wilayah Kerja Puskesmas Pejerk. Jurnal Prima 6 (1), 83-89. Doi : <https://dx.doi.org/10.47506/jpri.v6i1.172>
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa dan Nanda NIC NOC Jilid 1. Jogjakarta: Mediacion.
- Padila. (2013). Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sepdianto, T.C. (2010). Penurunan Tekanan Darah Dan Kecemasan melalui Latihan Slow Deep Breathing pada Pasien Hipertensi Primer. Jurnal Keperawatan Indonesia, 13(1), 37–41. <https://doi.org/10.7454/jki.v13i1.229>
- Sulastri., Elmatris., Ramadhani. (2012). Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Etnik Minangkabau Di Kota Padang. Majalah Kedokteran Andalas No.2. Vol.36.
- WHO. (2019). A global brief on Hypertension. Geneva: World Health Organization
- Wijaya, A.W, Putri, N.A., Watoni, R.A., Sariyanti, M. (2024). Potensi Daun Kemangi (Ocimum Basilicum) Sebagai Obat Anti Hipertensi: Literature Review. Vol. 5. No. 2. DOI: <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i2.27588>