



PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PROMOSI KONSUMSI TEH DAUN BINAHONG (*Andredera Cordifolia* (Ten.) Steenis) GUNA MENURUNKAN TEKANAN DARAH TINGGI DI DESA KAPONGAN KABUPATEN SITUBONDO

Lea Ingne Reffita¹, Yaumil Fitria², Maulidina Vina Annisa³
^{1,2,3} Universitas Ibrahimi



*Lea Ingne Reffita

Email : leaingne25@gmail.com

HP: 082233639229

Kata Kunci:

Daun Binahong;

Hipertensi;

Keywords:

Binahong Leaf Boiled Water;

Hypertension;

ABSTRAK

Hipertensi yang tidak dirawat dapat membawa dampak yang parah. Untuk mengurangi gejala bisa dikurangi menggunakan terapi herbal salah satunya dengan pemberian air rebusan daun binahong yang berasal dari bahan alami mengandung nitrit oksidan dan saponin yang menstabilkan aliran darah yang membawa nutrisi ketiap jaringan sel dan menurunkan kadar kolesterol, sebagai antioksidan, antivirus, antikarsinogenik dan manipulator fermentasi lumen. Pengabdian ini dilakukan pada 40 orang lansia yang mengalami hipertensi dengan memberikan pendampingan cara mengkonsumsi kombinasi teh daun binahong dan jeruk lemon. Tim juga melakukan evaluasi program pengabdian dengan cara melakukan kunjungan rumah bagi para peserta penyuluhan. Kegiatan penyuluhan terlaksana dengan baik dan lancar.

ABSTRACT

Untreated hypertension can have severe consequences. To reduce the symptoms, it can be reduced using herbal therapy, one of which is by giving boiled water from binahong leaves from natural ingredients containing nitric oxidants and saponins which stabilize blood flow which carry nutrients to each cell tissue and lower cholesterol levels, as antioxidants, antivirals, anticarcinogens and lumen fermentation manipulators. This service was carried out on 40 elderly people who had hypertension. With provides assistance on how to consume a combination of binahong leaf tea and lemon juice. The team also evaluated the community service program by conducting home visits for counseling participants. Counseling activities carried out well and smoothly



PENDAHULUAN

Indonesia sebagai negara yang memiliki keanekaragaman hayati memerlukan upaya dalam mengelola, menjaga dan memanfaatkannya. Indonesia diberkahi dengan berbagai tanaman herbal, dimana menurut data UN Convention, 10% populasi bunga ada di Indonesia termasuk tanaman dan obat herbal. (Kemenko Maritim dan Investasi, 2021). Indonesia memiliki potensi sekitar 33 ribu spesies yang berpotensi menjadi bahan obat di Indonesia. Namun pemanfaatannya masih menjadi tantangan. “Baru sekitar 800 spesies yang menjadi bahan jamu, sekitar 30 spesies menjadi obat herbal yang berstandar, dan hanya sekitar 12 sampai 14 spesies yang menjadi fitofarmaka. (Lipi, 2021)

Banyak tanaman yang dimanfaatkan sebagai obat, antaranya adalah daun binahong (*Anredera cordifolia* (Ten.) Steenis). tanaman binahong sejak dulu dikenal oleh masyarakat sebagai tanaman obat mulai digalakkan. Berbagai riset yang telah dilakukan para peneliti mengenai daun binahong telah membuktikan bahwa tanaman binahong mempunyai berbagai khasiat yang sangat manjur bagi kesehatan. Tanaman binahong (*Anredera cordifolia*) di beberapa daerah di Indonesia dikenal dengan gandola yang biasa digunakan sebagai tanaman pagar. Tanaman ini mudah tumbuh di dataran tinggi maupun dataran rendah. Selain mudah dibudidayakan, binahong dipercaya sebagai tanaman herbal yang dapat mendatangkan manfaat bagi kesehatan. Semua bagian dari tanaman ini seperti akar, batang, dan daun dapat digunakan dalam obat herbal.

Daun binahong menyimpan banyak khasiat alami sebagai obat untuk segala macam penyakit. Penyakit yang dapat disembuhkan dengan menggunakan daun binahong ini diantaranya adalah radang usus, sembelit, diare, sakit perut, dan demam. Kandungan senyawa alami daun binahong sampai saat ini masih dalam tahap penelitian. Namun, disinyalir binahong memiliki efek farmakologis yang mengandung antioksidan dan antivirus yang cukup tinggi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pokok pada pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan Kesehatan dalam mengatasi hipertensi dengan mengkonsumsi kombinasi teh daun binahong dan jeruk lemon. Sasaran yang terlibat di pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat desa Kapongan Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo. Peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu sebanyak 40 peserta. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dosen Prodi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibrahimy. Pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada bulan Agustus dan berakhir pada bulan Februari bertempat di Desa Kapongan Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo.

Table 1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

Hari/tanggal /Tempat	Kegiatan Pokok	Rincian Kegiatan	Tolak Ukur	Metode
Jumat, 04 November 2022	Pendataan warga dan masyarakat	1. Skrining Warga 2. Mengundang kader untuk	a. Jumlah masyarakat	1. Pendataan 2. Menyebarkan undangan

		menghadiri kegiatan penyuluhan kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> b. Data kader dan undangan kegiatan pelatihan c. Kontrak waktu dan tempat dengan kader 1 hari sebelumnya d. Mempersiapkan <i>pre planning</i> 2 hari sebelumnya 	
Jumat, 18 Desember 2022	Pembukaan Pelaksanaan pengukuran tekanan darah	Pemeriksaan cek Kesehatan berupa : <ul style="list-style-type: none"> 1. Timbang berat badan 2. Cek tekanan darah 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi Struktur <ul style="list-style-type: none"> a. Menyiapkan <i>pre planning</i> b. Waktu dan tempat pelaksanaan telah disepakati c. Tempat dan perlengkapan telah disiapkan d. Materi dan media yang akan digunakan dalam penyuluhan telah dipersiapkan e. Telah terbentuk panitia yang terdiri dari kader f. Surat undangan telah dibuat 2. Evaluasi Proses <ul style="list-style-type: none"> a. Jumlah peserta sesuai dengan data dari kader b. Peserta aktif mengikuti acara c. Media dan alat bantu digunakan secara efektif d. Acara dapat berjalan sesuai rencana 3. Evaluasi hasil kegiatan I <ul style="list-style-type: none"> a. 100% jumlah kader hadir dalam kegiatan 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tanya Jawab 4. Demonstrasi

			<ul style="list-style-type: none"> b. 100% jumlah peserta mampu memahami materi penyuluhan c. 100% peserta tidak meninggalkan tempat sebelum acara selesai d. 100% peserta aktif mengkonsumsi teh kombinasi daun binahong dan jeruk lemon 	
18 November sampai 01 Desember	Pemberian Perlakuan Konsumsi kombinasi Teh Daun Binahong dan jeruk Lemon Selama 2 minggu 1 hari 2 kali			
Jumat, 02 Desember 2022	Pembukaan Pelaksanaan pengukuran tekanan darah	Pemeriksaan cek Kesehatan berupa : <ul style="list-style-type: none"> 1. Timbang berat badan 2. Cek tekanan darah 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi Struktur <ul style="list-style-type: none"> a. Menyiapkan pre planning b. Waktu dan tempat pelaksanaan telah disepakati c. Tempat dan perlengkapan telah disiapkan d. Materi dan media yang akan digunakan dalam penyuluhan telah dipersiapkan e. Telah terbentuk panitia yang terdiri dari kader f. Surat undangan telah dibuat 2. Evaluasi Proses <ul style="list-style-type: none"> a. Jumlah peserta sesuai dengan data dari kader 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tanya Jawab 4. Demonstrasi

			<ul style="list-style-type: none"> b. Peserta aktif mengikuti acara c. Media dan alat bantu digunakan secara efektif d. Acara dapat berjalan sesuai rencana <p>3. Evaluasi hasil kegiatan I dan II</p> <ul style="list-style-type: none"> a. 100% jumlah kader hadir dalam kegiatan b. 100% jumlah peserta mampu memahami materi penyuluhan c. 100% peserta tidak meninggalkan tempat sebelum acara selesai d. 100% peserta aktif mengkonsumsi teh kombinasi daun binahong dan jeruk lemon 	
--	--	--	---	--

Table 2 Metoda Pelaksanaan Kegiatan

No	Kegiatan Pokok	Rincian Kegiatan	Tolak Ukur	Metode
1	Pendataan warga dan masyarakat	<ul style="list-style-type: none"> 1. Skrining Warga 2. Mengundang kader untuk menghadiri kegiatan penyuluhan kesehatan 	<ul style="list-style-type: none"> a. Jumlah masyarakat b. Data kader dan undangan kegiatan pelatihan c. Kontrak waktu dan tempat dengan kader 1 hari sebelumnya d. Mempersiapkan <i>pre planning</i> 2 hari sebelumnya 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Pendataan 2. Menyebarkan undangan
2	Pembukaan Pelaksanaan pengukuran tekanan darah	Pemeriksaan cek Kesehatan berupa : <ul style="list-style-type: none"> 1. Timbang berat badan 2. Cek tekanan darah 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi Struktur <ul style="list-style-type: none"> a. Menyiapkan <i>pre planning</i> b. Waktu dan tempat pelaksanaan telah disepakati c. Tempat dan perlengkapan telah disiapkan 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tanya Jawab 4. Demonstrasi

			<ul style="list-style-type: none"> d. Materi dan media yang akan digunakan dalam penyuluhan telah dipersiapkan e. Telah terbentuk panitia yang terdiri dari kader f. Surat undangan telah dibuat <p>2. Evaluasi Proses</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Jumlah peserta sesuai dengan data dari kader b. Peserta aktif mengikuti acara c. Media dan alat bantu digunakan secara efektif d. Acara dapat berjalan sesuai rencana <p>3. Evaluasi hasil kegiatan I dan II</p> <ul style="list-style-type: none"> a. 100% jumlah kader hadir dalam kegiatan b. 100% jumlah peserta mampu memahami materi penyuluhan c. 100% peserta tidak meninggalkan tempat sebelum acara selesai d. 100% peserta aktif mengonsumsi teh kombinasi daun binahong dan jeruk lemon 	
--	--	--	---	--

HASIL PEMBAHASAN

Hasil Data Umum

Data Jenis Kelamin Mitra

Table 3 Distribusi jenis kelamin mitra pengabdian masyarakat di Desa Kapongan Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo

Usia	Frekuensi	Prosentase
Laki-laki	15	42,9
Perempuan	25	57,1
Total	40	100

Table 3 memperlihatkan bahwa mitra yang laki-laki sebanyak 15 orang (42,9%) dan mitra perempuan sebanyak 25 orang (57,1%).

Data Usia Mitra

Table 4 Distribusi usia mitra pengabdian masyarakat di Desa Kapongan Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo

Usia	Frekuensi	Prosentase
<50 tahun	5	12,5

50-60	15	37,5
60-70	20	50
70-90	0	0
Total	40	100

Table 4 memperlihatkan bahwa mitra yang berusia 50-60 tahun sebanyak 15 orang (37,5%) sedangkan mitra berumur 60-70 tahun sebanyak 20 orang (50%).

Data Pendidikan Mitra

Table 5 Distribusi pendidikan mitra pengabdian masyarakat di Desa Kapongan Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo

Usia	Frekuensi	Prosentase
SD	25	62,5
SMP	13	32,5
SMA	2	5
Total	40	100

Table 5 memperlihatkan bahwa mitra yang paling banyak berpendidikan SD yaitu 25 orang (62,5%) dan yang paling sedikit adalah SMA yaitu 2 orang (5%)

Data Pekerjaan Mitra

Table 6 Distribusi pekerjaan mitra pengabdian masyarakat di Desa Kapongan Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo

Usia	Frekuensi	Prosentase
Tidak bekerja	24	60
Petani	14	35
Pedagang	2	5
Total	40	100

Table 6 memperlihatkan bahwa mitra yang paling banyak adalah tidak bekerja yaitu 25 orang (60%) dan yang paling sedikit adalah pedagang yaitu 2 orang (5%)

Hasil data Khusus

Hasil pengukuran tekanan sistolik dan diastolic sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun binahong

Table 7 Distribusi tekanan sistolik dan diastolic sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun binahong

No	Tekanan sistolik dan diastolik	Sebelum		Sesudah	
		f	%	f	%
1	Normal	10	25	15	37,5
2	Ringan	12	30	16	40
3	Sedang	13	32,5	8	20

4	Berat	5	12,5	1	2,5
	Total	40	100	40	100

Tabel 7 memperlihatkan bahwa sebelum dilakukan pemberian air rebusan daun binahong, tekanan sistolik dan diastolic sebagian besar mitra tergolong sedang yaitu 13 orang (32,5%) dan setelah diberikan air rebusan daun binahong, tekanan sistolik dan diastolic sebagian besar mitra tergolong ringan yaitu 18 orang (40%)



Gambar 1 proses penyuluhan



Gambar 2. Proses pemeriksaan tekanan darah

KESIMPULAN

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pemberian kombinasi teh daun binahong dan jeruk lemon, tekanan sistolik dan diastolik Sebagian besar mitra tergolong sedang yaitu 13 orang (32,5%) dan setelah diberikan air rebusan daun binahong, tekanan sistolik dan diastolic sebagian besar mitra tergolong ringan yaitu 18 orang (40%). Ada pengaruh pemberian kombinasi teh daun binahong dan jeruk lemon pada penderita hipertensi di Desa Kapongan Kecamatan Kapongan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Demikian laporan pengabdian kepada masyarakat ini dibuat sebagai acuan atas pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dimaksud diatas. Hal-hal yang belum termasuk dalam laporan pengabdian masyarakat ini dapat ditambahkan kemudian. Atas perhatian dan kerjasamanya semua pihak yang turut membantu suksesnya kegiatan pengabdian masyarakat yang bekerja sama dengan TP PKK Kecamatan Kapongan dan seluruh mitra.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, S.M., M.A.M, Sakinah, R.B.M, Andayani, and A. Risch. 2011. Determination of saponin compound from *Anredera cordifolia* (Ten) Steenis plant (Binahong) to potential treatment for several diseases. *Journal of Agricultural Science* 3: 224-232.
- Astuti, S.M. (2013). Skirining fitokimia dan uji aktivitas antibiotika ekstrak etanol daun, batang, bunga dan umbi tanaman binahong (*Anredera cordifolia* (Ten) Steenis). *Balai Besar Pengujian Mutu dan Sertifikasi Obat Hewan* 19: 61-68.
- Ani umar, Dwi Krihariyani, Diah Titik Mutiarawati, "Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Binahong (*Anredera cordifolia* (TEN) steenis) Terhadap Kesembuhan Luka Infeksi *Staphylococcus aureus* Pada Mencit", *Analisis Kesehatan Sains*, Vol. 1 No. 2 (2012), h. 70
- Bangun, AP Dr, MHA. (2008). *Terapi jus dan Ramuan Tradisional untuk hipertensi*. Jakarta : Agro Media Pusaka.
- Darma Susetya, *Khasiat Dan Manfaat Daun Ajaib Binahong*, (Yogyakarta: Pustaka baru pres 2012), h.15.
- Haras, M.S., J.R. Assa, dan T. Langi. (2017). Tingkat penerimaan konsumen terhadap the daun binahong (*Anredera cordifolia* (Ten.) Steenis) pada variasi suhu dan waktu penyeduhan. *Jurnal Cocos* 1: 1-7.
- Kementerian Koordinator Bidang Kemaritiman dan Investasi Republik Indonesia. *Kebijakan Kelautan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Koordinator Bidang Kemaritiman dan Investasi Republik Indonesia, 2021.
- Khunaifi, M. (2010). Uji Aktifitas Antibakteri Ekstrak Daun Binahong (*Anredera cordifolia* (Ten). Steenis) Terhadap Bakteri *Staphylococcus aureus* dan *Pseudomonas aeruginosa*. Skripsi. Sains dan Teknologi. Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim. Malang.