

APLIKASI PEMANFAATAN DAUN KELOR (*Moringa Oleifera*) UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN PADA PENDERITA HIPERTENSI

**Dessy suswitha^{1*}, Dewi Rury Arindari², Sintiya Halisya³, Lily Marleni⁴,
Mardiah⁵, Zuhana⁶, Adi Saputra⁷**

^{1,3,4,5,6} Program Studi D.III Keperawatan STIK Siti Khadijah Palembang, Indonesia

² Program Studi Ilmu Keperawatan STIK Siti Khadijah Palembang, Indonesia

⁷ Program Studi Farmasi STIK Siti Khadijah Palembang, Indonesia

Email : dessysuswitha13@gmail.com^{1*}

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah di atas 140/90 mmHg saat tekanan jantung berkontraksi untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Terjadinya hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor yang saling mempengaruhi yaitu Faktor utama yang berperan dalam patofisiologi adalah faktor genetik dan sediktinya tiga faktor lingkungan seperti asupan garam, stres dan obesitas. Salah satu terapi komplementer yang dapat menurunkan tekanan darah adalah tumbuhan kelor. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat di Di RT 16 Kelurahan 36 Ilir Kecamatan Gandus Palembang. Hasil kegiatan ini menyatakan bahwa adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan daun kelor dalam mengatasi perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi dari kategori kurang menjadi baik sejumlah 34 orang. Diharapkan masyarakat dapat menjaga pola makan dan melakukan pemeriksaan kesehatan ke puskesmas terdekat secara rutin.

Kata Kunci : Daun Kelor (*Moringa Oleifera*), Penderita Hipertensi, Tekanan Darah

Abstract

Hypertension is a condition characterized by elevated blood pressure levels exceeding 140/90 mmHg when the heart contracts to pump blood throughout the body. It results from various interrelated factors, primarily genetic predisposition and at least three environmental influences: salt intake, stress, and obesity. One complementary therapy shown to reduce blood pressure is the Moringa plant. This health education activity aims to increase the knowledge and understanding of the community in RT 16, Kelurahan 36 Ilir, Gandus District, Palembang. The results indicated an increase in public awareness regarding the benefits of Moringa leaves for managing blood pressure in hypertension patients, particularly among 34 individuals in the low-income category who transitioned to an improved knowledge category. It is recommended that the community maintain a healthy diet and routinely undergo health check-ups at the nearest health center.

Keywords: *Moringa Leaves (Moringa Oleifera), Hypertension Sufferers, Blood Pressure*

PENDAHULUAN

Salah satu penyakit tidak menular yang saat ini menjadi prioritas dalam dunia kesehatan secara global adalah hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara menetap (Wells et al., 2021). Indikator yang ditetapkan pada penderita hipertensi adalah jika tekanan darah seseorang berada di atas 140/90 mmHg. Lebih ditentukan nilai sistolik, yaitu tekanan saat jantung berkontraksi untuk memompa darah ke seluruh tubuh (Herawati et al., 2021). Teori mozaik pada hipertensi esensial, terjadinya hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor yang saling mempengaruhi (Adnan et al., 2023) Faktor utama yang berperan dalam patofisiologi adalah faktor genetik dan sediktinya tiga faktor lingkungan. Ketiga faktor lingkungan tersebut adalah asupan garam, stres, dan obesitas (Haendra et al., 2013).

WHO memprediksi jumlah penderita hipertensi pada tahun 2025. sebesar 29,2% penduduk bumi. Serta diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat penyakit hipertensi dan komplikasinya. Hal ini berlaku juga di Indonesia terdapat sekitar 63,309,620 kasus hipertensi dengan angka kematian mencapai 427,218 (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hal ini disebabkan oleh minimnya pengetahuan masyarakat tentang penyakit Hipertensi. Oleh karena itu perlunya upaya edukasi dan peningkatan pengetahuan masyarakat terutama pada lansia mengenai penyakit Hipertensi (Triandini, 2022). Pencegahan penyakit Hipertensi di kalangan masyarakat menjadi tantangan yang cukup kompleks, mengingat berbagai faktor penyebab dan pemicu yang beragam (Purnama Ria Sihombing et al., 2023).

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu pengobatan non farmakologis adalah dengan mengkonsumsi tanaman herbal atau buah yang dapat menurunkan tekanan darah (Sari Permata J, 2022). Salah satu tanaman herbal yang dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah tumbuhan kelor (*Moringa oleifera*) (Husein et al., 2022). Pemanfaatan tanaman daun kelor masih sangat minimal di kalangan masyarakat dikarenakan kurangnya pengetahuan masyarakat masih sangat rendah (sitasi).

Edukasi merupakan salah satu strategi perawat komunitas dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap peningkatan kesehatan. Bagaimana edukasi kepada masyarakat dapat berperan dalam upaya pencegahan Hipertensi, apa saja yang dapat dilakukan melalui edukasi, demonstrasi dan pemeriksaan kesehatan. Bagaimana metode edukasi yang lebih efektif untuk diterapkan dalam masyarakat. Selain itu apa saja kendala yang dapat terjadi pada saat implementasi kepada masyarakat dan bagaimana cara mengatasinya. Bagaimana efektivitas edukasi dalam mengurangi prevalensi Hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat yang berisiko terkena Hipertensi.

Berbagai upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi pencegahan penyakit hipertensi dengan memberikan penyuluhan, demonstrasi cara pembuatan terapi komplementer minuman daun kelor, pemeriksaan kesehatan kepada masyarakat, menjaga pola hidup sehat dengan mengurangi asupan garam. Berdasarkan analisis kajian situasi yang peneliti lakukan sebagian besar masyarakat di RT 16 Kelurahan 36 Ilir Kecamatan Gandus Palembang didapatkan bahwa sebagian besar masyarakat belum memanfaatkan tumbuhan kelor yang ada di masyarakat tersebut bahwa tanaman kelor sangat bermanfaat dalam mengatasi perubahan tekanan darah pada penderita Hipertensi. Maka perlunya dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RT 16 Kelurahan 36 Ilir Kecamatan Gandus Palembang tentang pemanfaatan daun kelor terhadap tekanan darah pada penderita Hipertensi

MASALAH

Penyakit hipertensi ini termasuk kedalam golongan sebagai penyakit tidak menular (PTM), dengan keadaan ini juga sebagai penyebab utama dalam hal kematian secara keseluruhan (WHO, 2011). Berdasarkan hasil menurut dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2022 jumlah penderita hipertensi di Provinsi Sumsel sebanyak 6.234.389 orang (Dinkes Sumsel, 2023). Kota Palembang menyumbang angka tertinggi sebesar 1.323.214 orang. Rata-rata kasus terbanyak ditempati oleh usia rentang 45-65 tahun. Pada usia dewasa muda kejadian hipertensi dipengaruhi gaya hidup diantaranya aktivitas fisik dan pola makan (Junaidi, 2022). Dari uraian diatas maka penting bagi dosen untuk mensosialisasikan hasil penelitian yang telah dilakukan melalui kegiatan pengabdian dosen. Peningkatan pengetahuan melalui promosi kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman kelor sebagai terapi komplementer yang dapat bermanfaat terhadap perubahan tekanan darah.

METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbentuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan minuman daun kelor dalam bentuk teh daun kelor (Maryam Nadya Britany, 2022). Startegi pelaksanaan dengan menetapkan sasaran semua masyarakat di RT 16 Kelurahan 36 Ilir Kecamatan Gandus Palembang berjumlah 34 orang, pengamatan lokasi, persiapan sosialisasi, evaluasi, pemberian cinderamata dan

laopran akhir. Kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 5 September 2023 jam 10.00 s.d selesai. Tahapan Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat meliputi:

1. Tahap Persiapan

Sebelum kegiatan dilaksanakan dilakukan setting tempat, alat alat demonstrasi yang di gunakan seperti daun kelor, air hangat, gelas dan persiapan organisasi terkait seperti anggota tim (tenaga pelaksana, ketua RT 16, perangkat desa, serta masyarakat).

2. Tahap Pelaksanaan

Pembukaan Pengabdian diawali dengan acara pembukaan oleh Ketua Pelaksana, kata sambutan dari ketua RT 16, kemudian dilanjutkan dengan Penyampaian materi penyuluhan disampaikan kepada masyarakat yang terdiri dari ibu-ibu dan bapak-bapak yang mederita Hipertensi, ketua RT dan mahasiswa sebagai peserta kegiatan. Materi disampaikan ± 40 Menit. Pada tahap ini disampaikan dalam bentuk penyuluhan, pelatihan cara pembuatan minuman teh daun kelor 1 saset, rendam dan tuangkan air panas sebanyak 250 cc di amkan selama 5 menit, air teh daun kelor siap diminum (Zubair Sulaiman M, 2024) Berikan minuman teh daun kelor sehari 2 kali pada pagi hari 1 gelas dan sore hari 1 gelas selama 7 hari (Winarno Heru, 2022)

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan cara Diskusi/Tanya Jawab Setelah materi disampaikan, kemudian diberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pertanyaan. Dan dilakukan observasi penilaian kepada masyarakat yang dapat menjawab pertanyaan dari Tim Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat. Didapatkan hasil masyarakat mengetahui cara pecegahan penyakit Hipertensi dengan pemanfaatan tanaman daun kelor untuk perubahan tekanan darah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan satu hari yaitu pada Selasa, 5 September 2023 dari pukul 10.00 s.d 10.40 WIB. Peserta kegiatan yaitu Masyarakat di RT 16 Kelurahan 36 Ilir Kecamatan Gandus Palembang berjumlah 34 orang. Media yang dipakai berupa leaflet, spanduk, poster, bahan bahan pembuatan minuman herbal seperti daun kelor, teh daun kelor, air hangat, dan gelas.

Berdasarkan dari hasil pengabdian kepada masyarakat sebelum di berikan penyuluhan didapatkan rata-rata pengetahuan masyarakat sebanyak 28 orang (82%) dari 34 orang peserta yang datang belum mengetahui manfaat tanaman kelor untuk pengobatan terapi komplementer penyakit Hipertensi. Pada saat dilakukan penyuluhan di jelaskan tentang manfaat dan kandungan tanaman daun kelor yang sangat berkhasiat untuk mengobati Penyakit Hipertensi, didapatkan masyarakat sangat antusias mendengarkan apa yang sudah di jelaskan tentang penyakit Hipertensi, dan para peserta sangat aktif mengajukan berbagai pertanyaan yang berkaitan dengan pencegahan penyakit Hipertensi, karena mereka menganggap bahwa penyuluhan dan pelatihan ini sangat penting dan dapat memberikan informasi terbaru bagi mereka dalam pengobatan penyakit Hipertensi dan setelah di lakukan penyuluhan dan pelatihan pembuatan minuman teh daun kelor didapatkan Sebagian masyarakat sebanyak 30 orang (88%) sudah mengetahui tentang cara pencegahan penyakit Hipertensi dan cara membuat terapi herbal minuman teh daun kelor. Berdasarkan hasil pengamatan didapatkan perbandingan rata-rata sebelum (82%) dan sesudah penyuluhan (88%), sehingga dapat di simpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang manfaat terapi herbal pembuatan minuman daun kelor. Selain itu dapat di buktikan dengan hasil pengamatan bahwa sebagian masyarakat antusias ikut serta dalam pembuatan minuman daun kelor.

Hasil nilai pretest dan posttest			
No	Nama	Pretest	Post Test
1	Sobanih	160/80	150/80
2	M.Amir	194/83	170/80
3	Mawardi	152/85	140/80
4	Yudishira	152/80	135/76
5	Siti	170/104	150/90
6	Lily	151/91	140/87
7	Tia	145/90	135/86
8	Fauziah	137/97	140/85
9	Pidia	162/100	150/90
10	Rusdiana	158/93	135/87
11	Rosmala	173/93	150/90
12	Mira	156/87	140/80
13	Asmawati	213/113	187/98
14	Ibrahim	166/97	150/85
15	Nurwidah	151/89	145/80
16	Jubaidah	154/105	130/90
17	Ridawati	162/92	150/87
18	Erwin	170/90	160/87
19	Nurdiana	205/110	180/98
20	Nardiana	138/98	140/85
21	Muriah	227/110	190/98
22	Diah	193/98	178/89
23	Herlina	196/100	180/90
24	Anita	177/97	160/87
25	Lukaini	167/89	150/80
26	Herlinda	175/100	165/95
27	Asma	178/97	160/90
28	Yanti	177/97	158/87
29	Dina	180/90	165/87
30	Rusnani	166/89	150/80
31	Marleni	157/96	140/80
32	Zalika	177/98	138/86
33	Nuraini	174/93	160/87
34	Tuti	176/90	155/80

Hal ini sesuai dengan hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan (Tutik, 2023) tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional Kelor Untuk Mengatasi Penyakit Hipertensi didapatkan bahwa masyarakat mampu memahami manfaat tanaman kelor untuk mengatasi penyakit hipertensi.

Sejalan dengan hasil pegabdian masyarakat yang telah dilakukan Sari et al (2022) tentan pemanfaatan tanaman herbal untuk pengobatan Hipertensi menyatakan bahwa Hasil dari pengabdian yaitu meningkatnya pengetahuan yang didapat terkait pemanfaatan tanaman herbal untuk hipertensi dari hasil kuesioner yang sudah dibagikan didapatkan nilai rata-rata pretest untuk sosialisasi pemanfaatan tanaman herbal untuk pengobatan hipertensi sebesar 109,47 dan post-test sebesar 144,73.

Program pengabdian masyarakat di RT 16 Kelurahan 36 Ilir Kecamatan Gandus Palembang dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun dengan adanya Kerjasama dengan mahasiswa, kelurahan, ketua RT, dan masyarakat. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keikutsertaan masyarakat dalam kegiatan penyuluhan. Selain itu dilakukan Program ini mampu memberikan pengetahuan dasar tentang pemberian terapi herbal minuman daun kelor secara dini pada anggota keluarga yang menderita Hipertensi.



Gambar 1. Tahap Persiapan (acara pembukaan dengan memberikan kata sambutan dari penyuluh dan ketua RT kepada masyarakat)



Gambar 2. Tahap Pelaksanaan (Edukasi tentang Hipertensi)



Gambar 3. Pemeriksaan Kesehatan (Pemeriksaan Tekanan Darah)



Gambar 4. Kegiatan Demonstrasi Pembuatan Teh Daun Kelor (*Moringa Oleifera*)



Gambar 5. Kegiatan Evaluasi (Memberikan Pertanyaan)



Gambar 6. Kegiatan Evaluasi (Pemberian Doorprice)

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di di RT 16 Kelurahan 36 Ilir Kecamatan Gandus Palembang berupa penyuluhan dan pelatihan pembuatan terapi herbal minuman teh daun kelor di sambut baik oleh Ketua RT dan masyarakat, Maka dapat disimpulkan bahwa Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai upaya pencegahan dan pengobatan tradisional penyakit Hipertensi dan terjadi peningkatan keterampilan masyarakat tentang terapi komplementer tanaman kelor.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah banyak membantu dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu Ketua STIK dan Kepala Pusat Pengabdian Masyarakat STIK Siti Khadijah serta Ketua RT dan masyarakat RT 16 Kelurahan 36 Ilir Kecamatan Gandus Palembang, kader yang sangat antusias dan berpartisipasi aktif serta memfasilitasi mulai dari tahap persiapan, perencanaan hingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, Y., Jayadi, Y. I., Ibrahim, H., Husnah, A., Asmi, A. N., & Syukur, N. (2023). Penguatan kearifan lokal dalam pencegahan hipertensi melalui penyuluhan pemanfaatan daun kelor. *Sociality: Journal of Public Health Service*. <https://doi.org/10.24252/sociality.v2i2.36901>
- Haendra, F., Anggara, D., & Prayitno, N. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni ., *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1).
- Herawati, A. T., Manaf, H., & Kusumawati, E. P. (2021). Pengetahuan Tentang Penanganan Penyakit Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. *JIKP Jurnal Ilmiah Kesehatan PENCERAH*, 10(2).
- Husein, S., Lestari, A., Syahputri, A. Dela, Mentari, C. C., Subki, A., & Putra, E. (2022). Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional Kelor untuk Mengatasi Penyakit Degeneratif. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, 5(2).
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riskesdas 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, 44(8).
- Purnama Ria Sihombing, E., Hidayat, W., Sinaga, J., Nababan, D., & Ester J. Sitorus, M. (2023). FAKTOR RISIKO HIPERTENSI. *PREPOTIF: JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 7(3). <https://doi.org/10.31004/prepotif.v7i3.19199>
- Sari Permata J, Y. A. (2022). Pemanfaatan Tanaman Herbal untuk Pengobatan Hipertensi. *MARTABE : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1132-1136.
- Triandini, R. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Dua Puluh Tiga Ilir Kota Palembang Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1). <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.1805>
- Tutik, F. R. (2023). Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional Kelor untuk Mengatasi Penyakit Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, 76-81.
- Wells, B. G., DiPiro, J. T., Schwinghammer, T. L., & DiPiro, C. V. (2021). Pharmacotherapy Handbook, 11th Edition. In *McGraw-Hill Companies*.
- Winarno Heru, H. R., 2022. Pelatihan Pembuatan Daun Kelor Menjadi Bubuk Minuman Teh. *Jurnal Kuat (Keuangan Umum dan Akutansi Terapan)*.
- Zubair Sulaiman M, M. S. W. O. W. A. Z. P. A. J. Y. Y., 2024. Pelatihan Pembuatan Teh Herbal Daun Kelor untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, Volume 5, pp. 99-104.