

Pemanfaatan Tanaman Kumis Kucing untuk Mengatasi Hipertensi dan Pengetahuan serta Sikap Masyarakat Pedukuhan Gunungsari Kabupaten Gunung Kidul

Hana Istiqomah, Annisa Widya Prasasti, Fadya Bella Suci Maharani, Muhammad Hasbi As-Siddiq, Titan Pradhita Hermansyah, Nadia Faizah, Nurul Mawarni, Lilla Brazila Iriawan, M. Fariez Kurniawan*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183

Email: fariez@umy.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.61.1182>

Abstrak

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai faktor risiko Penyakit Tidak Menular (PTM), memberikan penyuluhan mengenai Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai alternatif pengobatan hipertensi, serta melakukan pembinaan kepada keluarga yang terkena dampak PTM. Tingginya prevalensi hipertensi di wilayah tersebut mendorong tim untuk melakukan intervensi yang terfokus pada penyuluhan dan pembinaan keluarga. Program ini melibatkan penyuluhan TOGA kepada ibu-ibu di Desa Gunungsari untuk memberikan pemahaman tentang hipertensi, manifestasi klinisnya, dan berbagai tanaman obat yang dapat membantu mengendalikan tekanan darah. Tanaman seperti mengkudu, timun, kumis kucing, dan seledri disosialisasikan sebagai alternatif pengobatan hipertensi, dengan tim pengabdian masyarakat memberikan contoh pengelolaan tanaman tersebut. Selain penyuluhan, program ini juga mencakup pembinaan keluarga. Tim mengunjungi empat keluarga yang dibina selama program ini, melakukan anamnesis kesehatan, mengukur tekanan darah, mengukur kadar gula darah, memeriksa kesehatan gigi dan mulut, serta menganalisis terapi yang telah dikonsumsi oleh warga yang dibina. Hasil dari program ini mencakup peningkatan kesadaran masyarakat terhadap faktor risiko PTM, peningkatan pengetahuan mengenai penggunaan TOGA sebagai alternatif pengobatan hipertensi, dan pemberian pembinaan kepada keluarga yang terkena dampak PTM. Program ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam penanganan PTM di wilayah tersebut dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat yang lebih sehat.

Kata Kunci: PTM, hipertensi, pembinaan keluarga, TOGA

Pendahuluan

Perkembangan teknologi telah memicu transisi demografi dan epidemiologi, yang tercermin dalam perubahan gaya hidup serta meningkatnya prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) (Siswanto & Yuliaji, 2020). Transisi ini dipengaruhi oleh perubahan sosial ekonomi, lingkungan, dan struktur penduduk. Faktor risiko PTM, seperti merokok, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi makanan berlemak dan kalori tinggi, serta penggunaan alkohol, telah memicu peningkatan kasus PTM. Penyakit tidak menular (PTM) merupakan kelompok penyakit kronis yang tidak menular dari satu individu ke individu lainnya. Kelompok ini mencakup berbagai penyakit seperti penyakit jantung, diabetes, stroke, dan lainnya, yang berkembang seiring perubahan gaya hidup masyarakat.

Salah satu penyakit tidak menular yang umumnya dihadapi adalah hipertensi. Hipertensi menjadi perhatian kesehatan global karena kaitannya dengan penyakit kardiovaskular, stroke, retinopati, dan gangguan ginjal (Mudayana, 2022). Data dari Riskesdas pada tahun 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi di Indonesia, dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Hipertensi juga menjadi penyebab 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia pada tahun 2016. Data ini menempatkan Yogyakarta sebagai salah satu provinsi dengan tingkat prevalensi hipertensi yang tinggi, dengan Gunung Kidul memiliki tingkat tertinggi di antara kabupaten/kota di Yogyakarta.

Upaya pencegahan dan pengendalian PTM diarahkan pada faktor risiko yang telah teridentifikasi, termasuk pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai alternatif pengobatan hipertensi, serta pembinaan keluarga dan penyuluhan. Faktor kesesuaian pelaksanaan, sarana prasarana, pendanaan, dan jumlah kader menjadi kunci keberhasilan upaya tersebut. Wilayah Gunung Kidul

memiliki potensi untuk pengendalian yang baik, meskipun terkendala oleh fasilitas yang kurang memadai dan kurangnya kesadaran masyarakat akan pentingnya hidup sehat.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Gunung Kidul telah mengidentifikasi beberapa faktor penyebab hipertensi, termasuk usia, tingkat pendidikan, dan pendapatan. Oleh karena itu, program pengabdian masyarakat ini melibatkan penyuluhan mengenai faktor risiko PTM dan pemeriksaan faktor risiko PTM pada masyarakat di Wilayah Dusun Gunungsari. Lokasi kegiatan dipilih berdasarkan data dari Puskesmas Semanu yang secara konsisten melaporkan tingginya prevalensi PTM, termasuk hipertensi. Informasi kesehatan ini menjadi dasar untuk menentukan prioritas dalam upaya pencegahan dan pengendalian PTM di wilayah tersebut.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam beberapa tahapan dengan menggunakan metode sebagai berikut:

a. Penentuan Lokasi

Program pengabdian masyarakat ini dilakukan di Padukuhan Gunungsari, Kelurahan Ngeposari, Kecamatan Semanu, Kabupaten Gunung Kidul, DIY. Lokasi ini dipilih karena prevalensi penyakit hipertensi yang tinggi dan kebutuhan akan penyuluhan dan pembinaan keluarga.

b. Penyuluhan TOGA (Tanaman Obat Keluarga)

- **Identifikasi Materi:** Materi penyuluhan disusun dengan fokus pada pengertian dan manifestasi klinis hipertensi, serta pengenalan berbagai jenis tanaman obat yang dapat membantu mengendalikan tekanan darah.
- **Sosialisasi Tanaman Obat:** Ibu-ibu di Desa Gunungsari diberikan informasi mengenai berbagai jenis tanaman obat yang berguna untuk menurunkan dan menjaga tekanan darah. Tanaman seperti mengkudu, timun, kumis kucing, dan seledri disosialisasikan sebagai alternatif pengobatan.
- **Praktek Pengelolaan Tanaman:** Selama penyuluhan, tim pengabdian masyarakat memberikan contoh pengelolaan tanaman tersebut. Ini mencakup cara menanam, merawat, dan mengolah tanaman obat keluarga. Demonstrasi ini bertujuan memberikan gambaran praktis kepada masyarakat.

c. Pembinaan Keluarga

- **Identifikasi Keluarga yang Dibina:** Empat keluarga di Padukuhan Gunungsari dipilih untuk mendapatkan pembinaan selama 4 minggu. Pemilihan keluarga didasarkan pada kondisi kesehatan dan kebutuhan mereka dalam pengendalian hipertensi.
- **Anamnesis Kesehatan:** Tim melakukan anamnesis kesehatan dengan mewawancarai anggota keluarga untuk mendapatkan informasi riwayat kesehatan, termasuk riwayat penyakit hipertensi dan pengobatan yang telah diterima.
- **Pengukuran Tekanan Darah dan Kadar Gula Darah:** Tim melakukan pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah pada anggota keluarga yang memiliki riwayat hipertensi. Hasil pengukuran digunakan sebagai acuan untuk memantau perkembangan selama pembinaan.
- **Pemeriksaan Gigi dan Mulut:** Selama kunjungan, tim juga memeriksa kesehatan gigi dan mulut anggota keluarga untuk mengidentifikasi masalah kesehatan gigi yang perlu diperhatikan.
- **Analisis Terapi yang Telah Dikonsumsi:** Tim mengumpulkan informasi tentang terapi yang telah dikonsumsi oleh anggota keluarga untuk mengendalikan hipertensi. Informasi ini membantu dalam memberikan rekomendasi dan edukasi yang sesuai selama pembinaan.

Melalui metode ini, diharapkan bahwa masyarakat di Padukuhan Gunungsari akan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi, pengobatan alternatif dengan TOGA, serta cara mengelola dan mengonsumsi tanaman obat keluarga. Pembinaan keluarga juga diharapkan dapat membantu mereka dalam mengendalikan kondisi hipertensi mereka.

Hasil dan Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan beberapa aspek yang mencerminkan keberhasilan program ini:

1. Partisipasi yang Tinggi: Tingkat partisipasi keluarga yang dibina dalam program ini sangat baik. Sasaran keluarga menunjukkan antusiasme dan komitmen terhadap program kerja ini. Partisipasi yang tinggi merupakan indikator keberhasilan dalam menjalankan kegiatan ini.
2. Edukasi tentang Hipertensi: Edukasi seputar hipertensi dan langkah-langkah pengendalian yang diberikan selama program mendapat respons positif dari keluarga binaan. Penyuluhan mencakup pengertian hipertensi, manifestasi klinisnya, dan metode pengendalian, termasuk pola makan yang sehat, konsumsi obat secara rutin, dan kunjungan berkala ke puskesmas (Triyono, 2018). Hal ini penting untuk meningkatkan pemahaman keluarga tentang kondisi mereka dan cara menjaga tekanan darah yang stabil. Hal ini diketahui dari hasil pemeriksaan tekanan darah yang di lakukan tiap minggunya seperti yang terlihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil pengecekan tekanan darah mingguan

Sasaran	Minggu 1	Minggu 2	Minggu 3
1	187/114	213/111	170/105
2	175/90	175/90	170/100
3	160/97	165/107	153/101
4	143//64	170/79	77/78

3. Pengenalan TOGA (Tanaman Obat Keluarga): Penyuluhan tentang pemanfaatan TOGA sebagai alternatif pengobatan hipertensi berhasil (Thahir, 2021). Ibu-ibu PKK di Padukuhan Gunungsari menunjukkan minat tinggi dalam mengenal dan menggunakan tanaman obat keluarga seperti mengkudu, kumis kucing, seledri, dan lainnya. Penggunaan TOGA sebagai terapi komplementer telah menjadi praktik umum di masyarakat. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Thahir, dkk (2021) yang menunjukkan hasil bawah dari 45 responden, 35 responden diantaranya menggunakan obat tradisional sebagai terapi komplementer. Tanaman kumis kucing termasuk kedalam golongan TOGA yang bisa dimanfaatkan untuk menurunkan tekanan darah. Olahan kumis kucing yang disosialisasikan pada saat pelaksanaan program kerja Penyuluhan Pemanfaatan TOGA adalah rebusan daun kumis kucing atau bisa juga diolah menjadi teh. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Triyono, dkk (2018) yang mendapatkan hasil bahwa jamu hipertensi dari seledri, daun kumis kucing, herba pegagan, rimpang temulawak, rimpang kunyit, dan herba meniran yang diberikan selama 56 hari berkhasiat menurunkan tekanan darah (sistolik dan diastolik) serta menaikkan skor tekanan darah menjadi normal sebesar 56%.
4. Pembinaan Keluarga: Pembinaan keluarga yang mencakup pemeriksaan kesehatan, termasuk pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah, memberikan gambaran kondisi kesehatan anggota keluarga yang lebih akurat. Hasilnya menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada beberapa keluarga. Ini mengindikasikan bahwa tindakan pencegahan dan pengendalian hipertensi dapat memberikan dampak positif.
5. Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku: Program ini diharapkan dapat menghasilkan perubahan dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku keluarga binaan. Dengan adanya edukasi,

pembinaan, serta pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi, diharapkan keluarga akan memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang cara menjaga kesehatan mereka. Perubahan ini penting karena dapat membentuk perilaku sehat yang berkelanjutan dan lebih sadar akan pentingnya pengendalian hipertensi.

Dalam konteks ini, keberhasilan program pengabdian masyarakat diukur oleh tingginya partisipasi, pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi, dan perubahan positif dalam perilaku keluarga binaan. Edukasi dan pembinaan yang diberikan diharapkan dapat berdampak positif pada kualitas hidup dan kesehatan keluarga di Padukuhan Gunungsari, Kabupaten Gunung Kidul.

Simpulan

Kesimpulan dari kegiatan program pengabdian masyarakat ini adalah sangat positif. Program ini berhasil menarik perhatian masyarakat di Padukuhan Gunungsari dan mendapatkan tingkat partisipasi yang tinggi. Kegiatan penyuluhan tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga tekanan darah dan alternatif pengobatan hipertensi. Masyarakat menunjukkan minat yang kuat terhadap penggunaan tanaman obat sebagai terapi komplementer, dan mereka secara aktif terlibat dalam proses penyuluhan.

Selama program pembinaan keluarga, keluarga yang dibina mendapatkan manfaat signifikan. Mereka meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, terutama terkait tekanan darah dan kadar gula darah. Program ini juga membantu menjelaskan pentingnya penggunaan obat berdasarkan resep dokter dan mengurangi praktik pembelian obat tanpa resep. Selain memberikan manfaat kesehatan, program ini juga mempererat hubungan antara tim pengabdian masyarakat dan masyarakat setempat, menciptakan ikatan yang lebih erat antara mereka. Secara keseluruhan, kedua kegiatan dalam program ini yang berfokus pada pengelolaan hipertensi berjalan dengan baik dan memberikan banyak pengetahuan baru serta manfaat bagi masyarakat di Padukuhan Gunungsari. Program ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi, memperkenalkan mereka pada penggunaan TOGA, dan membantu keluarga yang dibina dalam mengambil tindakan yang lebih sadar terkait kesehatan mereka sendiri. Program ini merupakan langkah positif dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesadaran kesehatan masyarakat setempat.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama kepada Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, pemerintah desa dan masyarakat pedukuhan Gunung Sari Kabupaten Gunung Kidul yang telah bersedia dan membantu kami dalam menyelenggarakan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Semoga apa yang telah dilakukan akan memberikan manfaat bago masyarakat.

Daftar Pustaka

- Mudayana. (2022). *Intervensi Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Berbasis Community Diagnosis di Yogyakarta*.
- Siswanto, & Yuliaji. (2020). *Pengetahuan Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risiko Perilaku pada Remaja*.
- Thahir. (2021). *Penggunaan Obat Tradisional Sebagai Terapi Komplementer pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Pattallassang Kecamatan Pattallassang Kabupaten Gowa*.
- Triyono. (2018). *Uji Klinik Khasiat Sediaan Rebusan Ramuan Jamu Hipertensi Dibanding Seduhan Jamu Hipertensi*.