

PROPOSAL PENYULUHAN KESEHATAN MASYARAKAT



**PENGGUNAAN OBAT TRADISIONAL UNTUK
MENGATASI PENYAKIT HIPERTENSI**

Ketua Pelaksana :

Dharma Yanti, M.Farm

NIDN: 0428127604

Anggota Pelaksana:

Apt. Dra. Nunung Nurhayati, M.Farm
Muhammad Heriandi
Fuzi Fauziah Hayati

0407066207
211560611014
211560611011

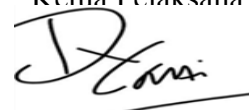
**PROGRAM STUDI FARMASI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA
BEKASI
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

USUL KEGIATAN PENGAMBIAN MASYARAKAT

1. Judul
 “PENGUNAAN OBAT TRADISIONAL UNTUK MENGATASI PENYAKIT HIPERTENSI”
2. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Dharma Yanti, M.Farm.
 - b. NIDN : 0428127604
 - c. Jabatan : -
 - d. Program Studi : Farmasi
 - e. Nomor Telepon : 085709252433
3. Personalia
 Anggota
 - Apt. Dra. Nunung Nurhayati, M.Farm.
 - Muhammad Heriandi
 - Fuzi Fauziah Hayati
4. Jangka waktu kegiatan : 1 Hari
5. Bentuk Kegiatan : Penyuluhan/Edukasi
6. Jumlah Peserta : 30 Orang
7. Biaya yang diperlukan : Rp 2.630.000
 Sumber dana dari Mandiri : Rp.2.630.000


Bekasi, 30 Mei 2023
Ketua Pelaksana



Dharma Yanti, M.Farm.
NIDN: 0428127604



Mengetahui,
Kepala Program Studi Farmasi



Yonathan Tri Atmodjo Reubun, M.Farm.
NIDN: 0320099403

Menyetujui
Kepala Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Rotua Suryani S., SKM., M.Kes
NIDN 0315018401

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
DAFTAR ISI	ii
KATA PENGANTAR	iv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Analisis Situasi.....	1
B. Masalah Mitra.....	2
1. Identifikasi Masalah	2
2. Rumusan Masalah.....	2
BAB II	3
SOLUSI TARGET DAN LUARAN	3
A. Tujuan.....	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus	3
B. Manfaat Kegiatan.....	3
C. Kerangka Pemecahan Masalah.....	3
D. Khalayak Sasaran Antara Yang Strategis.....	3
BAB III	4
METODE PELAKSANAAN	4
A. Solusi yang Ditawarkan.....	4
B. Metode Pendekatan.....	4
C. Partisipasi Mitra.....	4
D. Luaran.....	4
BAB IV	6
BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN	6
A. Anggaran Biaya.....	6
B. Jadwal Kegiatan.....	7
C. Susunan Acara.....	7
BAB V	9
PENUTUP	9

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT., yang telah memberikan nikmat sehat, rahmat, hidayah serta inayah sehingga kami diberi kesempatan untuk mengadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan Promosi “**Penggunaan Obat Tradisional Untuk Mengatasi Penyakit Hipertensi**”

Dalam kesempatan ini kami ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang terkait dalam perencanaan acara ini, diantaranya:

1. Usman Ompusunggu, SE selaku Pembina Yayasan Medistra Indonesia
2. Saver Mangandar Ompusunggu, SE., selaku Ketua Yayasan Medistra Indonesia
3. Dr. Lenny Irmawaty Sirait, SST., M.Kes selaku Ketua STIKes Medistra Indonesia
4. Puri Kresna Wati, SST.,M.KM selaku Wakil Ketua 1 Bidang Akademik
5. Sinda Ompusunggu, SH selaku Wakil Ketua II Bidang kepegawaian Umum dan TIK.
6. Hainun Nisa, SST., M.Kes selaku Wakil Ketua III Bidang Kemahasiswaan dan Alumni
7. Yonathan Tri Atmodjo Reubun, M.Farm. selaku Kepala Program Studi Farmasi (S1)

Semoga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat bermanfaat serta dibalas oleh Allah SWT.

Bekasi, Juni 2023



Dharma Yanti, M.Farm.

NIDN: 0428127604

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu fungsi organ-organ lain, terutama organ-organ vital seperti jantung dan ginjal. Kriteria hipertensi yang di gunakan merujuk pada kriteria diagnosis JNC VII 2003, yaitu hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Kasper et al, 2015)

Hipertensi dapat mengakibatkan komplikasi seperti stroke, kelemahan jantung, penyakit jantung koroner (PJK), gangguan ginjal dan lain lain yang berakibat pada kelemahan fungsi dari organ vital seperti otak, ginjal dan jantung yang dapat berakibat kecacatan bahkan kematian. Hipertensi atau yang disebut the *silent killer* yang merupakan salah satu faktor resiko paling berpengaruh sebagai penyebab penyakit jantung.

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah sebesar 25,8%. Sebagian besar (63,2%) kasus hipertensi di masyarakat tidak terdiagnosis. Prevalensi hipertensi di Indonesia: tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%). Prevalensi hipertensi yang didapat melalui jawaban pernah didiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4% sedangkan yang pernah didiagnosis tenaga kesehatan dan sedang minum obat hipertensi sendiri 9,5%. Jadi terdapat 0,1 % penduduk yang minum obat sendiri, meskipun tidak pernah didiagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan (Kemenkes RI, 2013).

Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menunjukkan bahwa 30,4% rumah tangga di Indonesia memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional, diantaranya 49% rumah tangga memanfaatkan ramuan obat tradisional. Sementara itu, Riskesdas tahun 2010 menunjukkan 60% penduduk diatas 15 tahun menyatakan pernah minum jamu dan 90 % diantaranya menyatakan adanya manfaat minum jamu (Aditama,2014).

Di dunia internasional, penggunaan obat tradisional sudah sangat berkembang, cenderung meningkat dan diperhitungkan sebagai komponen penting dalam pelayanan kesehatan dasar sejak dikeluarkannya Deklarasi Alma-Ata tahun 1978 dan dibentuknya

program pengobatan tradisional oleh WHO (World Health Organization). Keseriusan pemerintah mendukung pemanfaatan obat tradisional terlihat dari berbagai peraturan yang ada, terutama sejak dikeluaran Peraturan Menteri Kesehatan tentang Saintifikasi Jamu pada tahun 2010 (Delima et al, 2012). Penggunaan obat tradisional sebagai bagian dari pengobatan hipertensi semakin meningkat dalam dekade terakhir. Hal ini disebabkan adanya beberapa faktor, terutama harga obat tradisional yang dianggap lebih murah dengan efek samping yang dianggap lebih sedikit (Husanna et al, 2016). Berdasarkan hal tersebut diatas, maka pengabdian kepada masyarakat ini bermaksud untuk mengedukasi penggunaan obat bahan alam untuk pengendalian penyakit hipertensi.

B. Masalah Mitra

1. Identifikasi Masalah
 - a. Perlunya diberikan pemahaman tentang tanda-tanda penyakit hipertensi
 - b. Perlunya diberikan pemahaman tentang swamedikasi penyakit hipertensi dengan obat tradisional
 - c. Perlunya diberikan pemahaman mengenai persiapan dan pengolahan ramuan obat tradisional untuk penyakit hipertensi
 - d. Perlunya pemahaman jika penyakit tak kunjung membaik diharapkan menghubungi dokter
2. Rumusan Masalah
 - a. Memberikan pemahaman mengenai tentang tanda-tanda penyakit hipertensi
 - b. Memberikan pemahaman tentang swamedikasi penyakit hipertensi dengan obat tradisional
 - c. Memberikan penjelasan mengenai hal-hal yang harus dihindari ketika mempersiapkan dan mengolah ramuan obat tradisional untuk penyakit hipertensi
 - d. Memberikan pemahaman jika penyakit tak kunjung membaik diharapkan menghubungi dokter

BAB II

SOLUSI DAN TARGET LUARAN

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Pengabdian masyarakat yang diberikan kepada masyarakat di sekitar jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat.

2. Tujuan Khusus

- Memberikan pemahaman mengenai tanda-tanda penyakit hipertensi.
- Memberikan pemahaman dan penjelasan mengenai swamedikasi penyakit hipertensi dengan obat tradisional.
- Memberikan penjelasan ramuan herbal untuk penyakit hipertensi dan cara pengolahan dan persiapan ramuan herbal yang benar .
- Memberikan pemahaman dan penjelasan bahwa swamedikasi ramuan herbal tidak diperkenankan untuk anak bayi, dan wanita hamil, serta jika penyakit tidak membaik maka harus menghubungi dokter.

B. Manfaat Kegiatan

Adanya peningkatan pemahaman bagi masyarakat tentang swamedikasi obat herbal untuk penyakit hipertensi.

C. Kerangka Pemecahan Masalah

Solusi yang ditawarkan pada proposal pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan edukasi tentang pengenalan dan pencegahan penyakit hipertensi

Metode pendekatan yang digunakan adalah *active and participatory learning* melalui beberapa tahap, yaitu sosialisasi. Pelaksanaan yang terdiri dari tahapan-tahapan sosialisasi yang dilakukan untuk memberikan pengetahuan pada masyarakat di sekitar apotek Suastikana Bekasi Timur mengenai swamedikasi penyakit hipertensi dengan obat tradisional. Proses sosialisasi dengan menampilkan power point terkait materi-materi swamedikasi penyakit hipertensi dengan obat tradisional, dan akan dibuatkan leaflet sehingga mudah untuk dipahami dan dibaca oleh warga sekitar jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat. Upaya meningkatkan pemahaman bagi masyarakat tentang swamedikasi penyakit hipertensi di sekitar wilayah jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat .

D. Khalayak Sasaran Antara yang Strategis

Sasaran dari kegiatan ini adalah masyarakat umum di jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat dimana pesertanya adalah Ibu-Ibu PKK sehingga diharapkan dengan

dilakukannya edukasi swamedikasi penyakit hipertensi dengan obat tradisional diharapkan mampu memberdayakan masyarakat di wilayah tersebut untuk dapat mengatasi penyakit hipertensi yang berdampak pada penurunan angka kejadian hipertensi.

Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang baru kepada masyarakat jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat tentang swamedikasi penyakit hipertensi dengan obat tradisional.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Solusi yang Ditawarkan

Pengabdian Masyarakat dilakukan dengan metode 2 arah yaitu penyampaian teori dengan lembar balik dan pembagian leaflet yang diikuti dengan tanya jawab. Pelaksanaan yang dilakukan yaitu dengan melakukan sosialisasi tentang memanfaatkan obat bahan alam dalam mengatasi gangguan dan penyembuhan penyakit hipertensi.

B. Metode Pendekatan

Metode pendekatan yang digunakan adalah *active and participatory learning* melalui beberapa tahap, yaitu sosialisasi. Pelaksanaan yang terdiri dari tahapan-tahapan sosialisasi yang dilakukan untuk memberikan pengetahuan pada masyarakat jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat tentang penggunaan obat tradisional untuk mengatasi gangguan ringan yang disebabkan penyakit hipertensi. Proses sosialisasi dengan menampilkan power point terkait materi-materi pemanfaatan obat tradisional, dan akan dibuatkan leaflet sehingga mudah untuk dipahami dan dibaca oleh warga sekitar jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat.

C. Partisipasi Mitra

Pada pengabdian kepada masyarakat kali ini target partisipasi mitra adalah warga di sekitar jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat dimana pesertanya adalah Ibu-Ibu PKK sehingga diharapkan dengan dilakukannya edukasi tentang pemanfaatan obat bahan alam diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat di wilayah tersebut untuk dapat menggunakan obat bahan alam terhadap gangguan ringan yang disebabkan oleh penyakit hipertensi.

Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang baru kepada masyarakat jalan Banteng RT 002/RW004, Kranji, Bekasi Barat sekitar tentang bagaimana memanfaatkan obat tradisional untuk mengatasi gangguan ringan yang disebabkan oleh penyakit hipertensi.

D. Luaran

Luaran dari hasil PKM ini adalah HaKI berupa flyer.

BAB IV
BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

A. Anggaran Biaya

No	Uraian	Rincian data			Total
		Jumlah	Ket.	Harga	
1.	Konsumsi Panitia dan Dosen	40	Box	Rp20.000	Rp 800.000
2.	Snack peserta	35	Lembar	Rp 5.000	Rp. 175.000
3.	Buah	1	Parcel	Rp 200.000	Rp. 200.000
4.	Aqua Botol	1	Dus	Rp. 30.000	Rp. 30.000
5.	Aqua Gelas	2	Dus	Rp. 25.000	Rp. 50.000
6.	Banner	1	Buah	Rp.150.000	Rp. 150.000
7.	Poster	1	Dus	Rp 30.000	Rp 30.000
8.	Sertifikat	35	Buah	Rp 7.000	Rp 245.000
9.	Bahan Demonstrasi	1	Paket	Rp. 75.000	Rp. 75.000
10.	Stik HB	3	set	Rp 85.000	Rp. 255.000
11.	Alkohol Swab	1	pak	Rp 20.000	Rp 20.000
12.	Timbangan	1	buah	Rp. 100.000	Rp 100.000
13.	Uang untuk Puskesmas	1	Paket	Rp. 200.000	Rp. 200.000
14.	Uang untuk Kader	3	orang	Rp. 100.000	Rp. 300.000
Jumlah					Rp2.630.000

B. Jadwal Kegiatan

No	Nama Kegiatan	Juni - Juli 2023												
		24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	
1	Persiapan													
	a. Koordinasi dengan Kepala RT 002/04 jalan Banteng Kranji													
	b. membuat surat permohonan untuk kegiatan													
	c. Menyiapkan proposal pelaksanaan penyuluhan													
2	Pelaksanaan penyuluhan													
	a. Mendata peserta absensi													
	b. Pelaksanaan penyuluhan													
3	Pelaporan													
	a. Menyiapkan dan menyusun kegiatan akhir													

b. Menyusun laporan hasil kegiatan yang telah dilakukan												
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

BAB V

PENUTUP

Demikian proposal pengabdian masyarakat dengan tema “Penggunaan Obat Tradisional Untuk Mengatasi Penyakit Hipertensi“ ini kami buat. Kami berharap bahwa proposal ini disetujui, sehingga proses pengabdian masyarakat dapat segera berjalan. permohonan izin pada STIKes Medistra Indonesia kami ajukan untuk ditindaklanjuti. Kami mengharapkan partisipasi aktif dan dukungan Bapak/Ibu dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Semoga kegiatan pengabdian masyarakat yang kami selenggarakan dapat berjalan dengan lancar dan terlaksana seperti yang diharapkan. Atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Sukandar E Y, Tren dan Paradigma Dunia Farmasi, Industri Klinik Teknologi Kesehatan, disampaikan dalam orasi ilmiah Dies Natalis ITB, http://itb.ac.id/focus/focus_file/orasi-ilmiah-dies-45.pdf, diakses mei 2021.
- Sari L.O.R. 2006. Pemanfaatan obat tradisional dengan pengembangan manfaat dan keamanannya. *Majalah Ilmu Kefarmasian*. III. (1). 01-07.
- Misnadiarly. (2009). Mengenal penyakit organ cerna. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor. 19-21.
- Sasmita, M.A.R (2018). Profil swamedikasi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta periode November-Desember 2017. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Wijoyo, P.M (2014) 15 Ramuan penyembuh hipertensi, Jakarta: Bee Media Indonesia. 3.
- Kemenkes. (2015). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015.

RAMUAN TRADISIONAL UNTUK HIPERTENSI



OLEH
Dharma Yanti, S.Pd, M.Farm



PROGRAM STUDI SI FARMASI
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Medistra Indonesia
Bekasi
2023

PENGOBATAN TRADISIONAL

1. MENTIMUN (*Cucumis sativus*)

- Dua buah timun dimakan pagi dan sore atau diparut, diperas, diambil airnya diminum pagi dan sore.



2. DAUN SALAM (*Eugenia poliantha* Wight)

- Sepuluh lembar daun salam direbus dalam 2 gelas air sampai rebusannya tinggal 1 gelas, diminum pagi dan sore hari.



3. PEPAYA (*Carica papaya* L.)

- Parut sebuah pepaya muda, peras. Airnya diminum 2x sehari. Ulangi selama 3 hari.



4. PEGAGAN (*Centella asiatica* Urban)

- 20 helai daun pegagan segar, rebus dengan 2 gelas air sampai menjadi $\frac{3}{4}$ gelas. Saring. minum sehari 3x $\frac{3}{4}$ gelas.



5. BELIMBING MANIS (*Averrhoa carambola* L.)

- Beberapa buah belimbing muda diparut lalu diminum air perasannya. Lakukan 2x sehari.
- Segenggam daun belimbing manis dicuci bersih, ditumbuk, diperas, dan ambil airnya sebanyak 1 sendok makan.
- Campurkan air perasan tersebut dengan 1 sendok makan air jeruk nipis dan $\frac{1}{2}$ sendok makan madu.
- Lakukan 2x sehari.



6. BELIMBING WULUH (*Averrhoa bilimbi* L.)

- Rebus tiga buah belimbing wuluh yang diiris-iris dengan dengan tiga gelas air sampai tinggal setengah. Saring lalu minum 1x pada pagi hari.
- 3 buah belimbing wuluh diparut lalu diperas airnya. Diminum 1x sehari.



7. DAUN ALPUKAT

Sepuluh lembar daun alpukat direbus dalam 2 gelas air sampai airnya tinggal satu gelas.



8. SAMBILOTO (*Andriographis paniculata* Nes.)

- Setengah genggam daun sambiloto segar dicuci, direbus dengan 3 gelas air hingga airnya tinggal $\frac{3}{4}$. Ramuan ini untuk diminum 2x sehari.

9. SELEDRI (*Apium graveolens* L.)

- 20 tangkai seledri dicuci, dilumatkan. Beri sedikit air masak. Peras. Minum airnya dua sendok makan 3x sehari. Lakukan dengan teratur selama 3 hari.
- 15 batang seledri dicuci, direbus dengan 2 gelas air sampai tinggal $\frac{3}{4}$ nya. Hasil rebusan ini diminum separuh pagi dan separuh malam.



