



**PENGGUNAAN OBAT TRADISIONAL UNTUK PENGELOLAAN
HIPERTENSI LANJUT USIA (LANSIA)**

***USE OF TRADITIONAL MEDICINE FOR THE MANAGEMENT OF
HYPERTENSION IN THE OLDER AGE (ELDERLY)***

¹Jun Musnadi Is, ²Fikri Faidul Jihad, ³Sufyan Anwar, ⁴Maiza Duana, ⁵Chairiyaton

^{1,2,3,4,5}Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Teuku Umar

Email Korespondensi: junmusnadi@utu.ac.id

Article Info

Article history :

Received : 27-03-2024

Revised : 29-03-2024

Accepted : 31-03-2024

Published : 02-04-2024

Abstract

Hypertension is a serious global health problem, including in rural communities. The use of traditional medicine has become an important part of hypertension management in some communities. By focusing on the use of traditional medicine, this research aims to increase public understanding of hypertension management through a holistic approach that includes the use of traditional medicine and healthy lifestyle changes. This activity was carried out by providing counseling and demonstrations of traditional medicine processing and also carried out pre-tests and post-tests with interviews. As a result, the elderly know the benefits and ways to manage hypertension with traditional medicine in the community. Through this community service program, we have succeeded in increasing public knowledge about the appropriate use of traditional medicine in managing hypertension

Keywords: *Hypertension, traditional medicine, elderly, lifestyle*

Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang serius, termasuk di masyarakat pedesaan. Penggunaan obat tradisional telah menjadi bagian penting dalam penatalaksanaan hipertensi di beberapa masyarakat. Dengan fokus pada penggunaan obat tradisional, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap penatalaksanaan hipertensi melalui pendekatan holistik yang mencakup penggunaan obat tradisional dan perubahan gaya hidup sehat. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan demonstrasi pengolahan obat tradisional serta dilakukan pre-test dan post-test disertai wawancara. Sehingga para lansia mengetahui manfaat dan cara penanganan hipertensi dengan pengobatan tradisional di masyarakat. Melalui program pengabdian masyarakat ini, kami berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penggunaan obat tradisional yang tepat dalam penanganan hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, pengobatan tradisional, lanjut usia, gaya hidup



PENDAHULUAN

Obat tradisional merupakan penggunaan bahan alami seperti tumbuhan, hewan, dan mineral untuk tujuan pengobatan atau pencegahan penyakit. Metode pengobatan ini telah ada sejak ribuan tahun lalu dan merupakan bagian penting dari budaya dan warisan banyak masyarakat di seluruh dunia. Obat tradisional sering kali didasarkan pada pengetahuan turun-temurun yang disampaikan dari generasi ke generasi.

Di tengah keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan modern, masyarakat desa sering kali mengandalkan pengobatan tradisional sebagai alternatif pengelolaan hipertensi. Namun, seringkali informasi yang tepat dan terpercaya tentang penggunaan obat tradisional masih kurang tersedia. Oleh karena itu, program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penggunaan obat tradisional yang efektif dalam pengelolaan hipertensi, sekaligus mengedukasi tentang pentingnya pola makan sehat dan aktivitas fisik teratur.

Lanjut Usia (Lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Keberhasilan pembangunan bidang kesehatan dapat menyebabkan terjadinya peningkatan Usia Harapan Hidup (UHH) penduduk dunia termasuk Indonesia. Di balik keberhasilan peningkatan UHH terdapat beberapa tantangan masa depan yang harus dihadapi, yaitu beban tiga (triple burden) antara lain meningkatnya angka kelahiran dan beban penyakit (menular dan tidak menular), serta terjadi peningkatan Angka Beban Tanggungan Penduduk Kelompok usia produktif terhadap kelompok usia tidak produktif. Ditinjau dari aspek kesehatan, kelompok lansia akan mengalami penurunan derajat kesehatan baik secara alamiah maupun akibat penyakit. Oleh karena itu dengan sejalan meningkatnya jumlah penduduk lansia maka sejak awal perlu adanya persiapan dan perencanaan berbagai program kesehatan yang ditujukan bagi kelompok.



METODE PENELITIAN

Babah Lueng merupakan Gampong atau desa yang berada di kawasan bendungan irigasi lhok guci, salah satu gampong yang juga masih butuh perhatian pemerintah karena terisolir dengan jangkauan jalannya yang masih berbatu kerikil dan berlubang terletak di Kecamatan Pante Cermen Kabupaten Aceh Barat, Pada tanggal 5 Januari 2023 dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat universitas Teuku Umar mengadakan Program pengabdian masyarakat dilaksanakan



melalui serangkaian lokakarya, sesi tanya jawab, serta penyuluhan langsung tentang penggunaan obat tradisional dan perubahan gaya hidup sehat. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner Pre Tes dan Post Tes untuk mengukur perubahan pengetahuan masyarakat terkait pengelolaan hipertensi. Selain itu, dilakukan pula pelatihan kepada beberapa tokoh masyarakat setempat untuk memperluas pengetahuan tentang pengobatan tradisional. Alat yang digunakan adalah tensimeter untuk mengukur tekanan darah dan Audiovisual aids berupa speaker, microphone, LCD, Laptop serta PPT hipertensi.



HASIL PENELITIAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar. Peserta kegiatan cukup antusias dan kooperatif. Kegiatan dihadiri oleh 38 orang lansia. Adapun karakteristik responden adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik responden

No	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki – laki	10	26,31
	Perempuan	28	73,69
2	Usia		
	60 - 69 tahun	20	52,63
	70 – 79 tahun	16	42,09
	≥80 tahun	2	5,28
	Total	38	100



Dari tabel 1 terlihat bahwa sebagian besar peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah perempuan (73,69%), dan mayoritas berusia 60 – 69 tahun (52,63%)

Tabel 2. Gambaran Tekanan Darah Lansia

No	Kategori	Frekuensi(f)	Persentase(%)
1	Tinggi ($\geq 140/90$ mmhg)	24	63,15
2	Normal (120/80 mmhg – 139/90)	13	34,21
3	Rendah ($< 120/80$ mmhg)	1	2,64
	Total	38	100

Pada Tabel 2 Hasil pengukuran tekanan darah lansia menunjukkan bahwa sebagian besar lansia menderita tekanan darah tinggi, ditandai dengan hasil pengukuran tekanan darah lebih dari sama dengan 140/90 mmHg.

Tabel 3. Hasil Pre-test dan Post Test penyuluhan hipertensi

Kategori	Pretest	Posttest
Baik (menjawab benar 7-10 soal)	11	30
kurang (menjawab benar < 7 soal)	27	8

Pada Tabel 3 menunjukkan bahwa Kegiatan peningkatan pengetahuan tentang pencegahan dan penanganan hipertensi berjalan dengan lancar. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman lansia tentang materi yang diberikan, yaitu sebagian besar peserta dapat menjawab dengan benar pertanyaan evaluasi yang di tanyakan dengan tepat dan mampu menjelaskan kembali materi yang telah di sampaikan walau dengan bahasa dan pemahaman mereka sendiri.

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat tentang penggunaan obat tradisional yang tepat dalam pengelolaan hipertensi. Selain itu, mayoritas peserta juga mengakui pentingnya perubahan gaya hidup sehat sebagai bagian dari strategi pengelolaan hipertensi yang efektif. Hal ini tercermin dari peningkatan ketersediaan buah-buahan dan sayuran serta peningkatan aktivitas setelah intervensi dilakukan.



KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar. hasil pengukuran tekanan darah lansia mengalami tekanan darah tinggi, setelah dilaksanakan penyuluhan dan melalui program pengabdian masyarakat ini tentang pencegahan dan penanganan penyakit hipertensi, kami berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penggunaan obat tradisional yang tepat dalam pengelolaan hipertensi. Penggabungan pendekatan holistik antara obat tradisional dan perubahan gaya hidup sehat diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat dalam menghadapi masalah hipertensi. Saran bagi pihak puskesmas setempat untuk selalu memberikan penyuluhan dan pemantauan tekanan darah bagi lansia secara teratur untuk mencegah munculnya komplikasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D., & Handayani, L. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Perubahan Gaya Hidup pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 7(1), 13-21.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=t4hTra0AAAJ&citation_for_view=t4hTra0AAAAJ:-FonjvnnhkoC
- Susanti, M., & Nurwiyeni, N. (2021). Edukasi Hipertensi dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Pasien Puskesmas Dadok Tunggul Hitam. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(2), 153–157. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- WHO. (2022). Hypertension. Retrieved from [<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>].