

EDUKASI PEMANFAATAN TOGA SEBAGAI PENCEGAH HIPERTENSI

Wulan Agustin Ningrum¹, Urmatul Waznah², Khusna Santika Rahmasari³,
Slamet⁴, Fadia Indah Balqis⁵

¹⁻⁵Universitas Muhammadiyah Pekajongan Pekalongan
Jalan Raya Ambukembang No 8 Kedungwuni
Email: wulan1414@yahoo.co.id

ABSTRAK

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) untuk pencegahan hipertensi bagi masyarakat. Persepsi masyarakat dalam menanggapi masalah hipertensi, persepsi yang sering keliru tentang pemanfaatan TOGA untuk pencegahan hipertensi pada masyarakat akan berdampak pada pola penerapan perawatan masyarakat dengan penyakit hipertensi. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu-ibu di Desa Bligo tentang pemanfaatan toga sebagai alternatif terapi pencegah hipertensi. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi 3 tahap yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan program dan tahap evaluasi. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Desa bligo, sebagai peserta kegiatan ini ada ibu-ibu Asiyiyah Cabang Bligo Kabupaten Pekalongan. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat yang diketahui dari hasil post test sebesar 84,2% dan dari hasil kuisisioner masyarakat yang menyatakan kegiatan ini sangat menarik.

Kata Kunci: Edukasi, penyuluhan, TOGA, hipertensi

ABSTRACT

TOGA (Family Medicinal Plants) for the prevention of hypertension for the community. Community perceptions in responding to the problem of hypertension, perceptions that are often mistaken about the use of TOGA for prevention of hypertension in the community will have an impact on the pattern of implementation of community care with hypertension. The purpose of this activity is to increase the knowledge of the community, especially mothers in Bligo Village, about the use of toga as an alternative therapy to prevent hypertension. The method used in this community service activity is divided into 3 stages, namely the preparation stage, the program implementation stage and the evaluation stage. The implementation of community service activities was carried out in Bligo Village, as participants in this activity there were Asiyiyah women from the Bligo Branch, Pekalongan Regency. The results of this activity showed an increase in community knowledge which was known from the post test results of 84.2% and from the results of community questionnaires which stated that this activity was very interesting.

Keywords: Education, counselling, TOGA, hypertension

LATAR BELAKANG

Pengobatan tradisional dengan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) diakui sebagai sistem perawatan kesehatan primer untuk masyarakat. Menurut RISKESDAS (2018) penduduk Indonesia menggunakan obat tradisional berupa 24,6% dari TOGA, 48% dari ramuan jadi dan 31,8% dari jamu buatan sendiri. Penyakit degeneratif yang sering terjadi adalah hipertensi yang ditandai dengan tekanan darah yang meningkat. Umumnya peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Penatalaksanaan dan pencegahan hipertensi dapat dilakukan secara medis dan non medis. Secara umum pemanfaatan obat tradisional dianggap lebih aman dibanding dengan penggunaan obat modern [2].

Pengetahuan masyarakat berpengaruh pada keberhasilan pemanfaatan TOGA sebagai pencegahan penyakit. Pengetahuan yang kurang baik dapat berpengaruh terhadap persepsi masyarakat untuk menanggapi masalah hipertensi. Persepsi yang sering keliru tentang pemanfaatan TOGA untuk pencegahan hipertensi pada masyarakat akan berdampak pada pola penerapan perawatan hipertensi. Pengetahuan masyarakat dapat ditingkatkan dengan adanya edukasi kesehatan menggunakan *leaflet* [3]. Berdasarkan hasil observasi, masyarakat telah menanam TOGA. Hasil budidaya TOGA masih jarang digunakan sebagai sarana alternatif pengobatan keluarga.

Hipertensi adalah suatu penyakit dimana terjadi peningkatan tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg [4]. Hipertensi merupakan faktor resiko penyakit kardiovaskuler seperti stroke, gagal ginjal, gagal jantung bahkan kematian [5]. Pemanfaatan TOGA hanya sebatas untuk dijual atau sebagai bumbu masakan. Mengingat TOGA sangat bermanfaat untuk kesehatan, maka perlu adanya edukasi mengenai pemanfaatan TOGA untuk mendukung peningkatan kesehatan dan mewujudkan prinsip kemandirian dalam pencegahan penyakit. Berdasarkan uraian diatas maka dilakukan pengabdian masyarakat dengan judul "Edukasi Pemanfaatan TOGA sebagai Pencegah Hipertensi".

METODE

Metode kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui beberapa tahapan yang meliputi : tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi [6]. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Ibu-ibu Aisyiyah cabang Desa Bligo Kabupaten Pekalongan. Tahap persiapan yang dilakukan dengan menyiapkan kuesioner, materi edukasi, dan presensi peserta pengabdian masyarakat. Pada tahap pelaksanaan diawali dengan memberikan pretest menggunakan kuesioner kepada peserta pengabdian masyarakat yang dilanjutkan dengan memberikan edukasi melalui penyuluhan dengan metode ceramah. Edukasi tentang pemanfaatan TOGA sebagai pencegah Hipertensi. Tahap evaluasi

dilakukan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta melalui pembagian kuesioner post test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap pelaksanaan pada kegiatan ini yang pertama adalah tahap persiapan, pada tahap ini dilakukan persiapan berupa presensi, kuesioner pretest dan post-test, dan materi penyuluhan yang akan digunakan pada kegiatan ini, alat untuk mengukur peningkatan kemampuan peserta berupa kuesioner. Pada tahap pelaksanaan dilakukan kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah, kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada peserta tentang pemanfaatan TOGA sebagai pencegah hipertensi. Sebelum pelaksanaan kegiatan penyuluhan terlebih dahulu peserta diberikan pre-test yang dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang manfaat TOGA sebagai untuk hipertensi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang manfaat toga. Kegiatan program pengabdian masyarakat ini diakhiri dengan pemberian post-test kepada peserta dengan menggunakan kuesioner yang sama yang berisi pertanyaan yang sama dengan pertanyaan pre-test. Kegiatan pemberian edukasi pemanfaatan TOGA sebagai pencegah hipertensi disajikan dalam gambar 1.



Gambar 1
Foto Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan kemampuan pengetahuan peserta tentang pemanfaatan toga untuk mencegah hipertensi. Dengan bekal tambahan pengetahuan, hal ini dapat menjadi salah satu penyumbang bagi masyarakat dalam untuk mendukung peningkatan kesehatan dan mewujudkan prinsip kemandirian dalam pencegahan penyakit. Peningkatan pengetahuan peserta dapat dilihat dari perubahan skor pengisian kuesioner pre-test dan post-test. Kuesioner berupa 5 (lima) pernyataan dengan pilihan jawaban benar atau salah. Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta tentang

pemanfaatan toga di lingkungan masyarakat dan keluarga. Hasil evaluasi perubahan pengetahuan peserta pengabdian masyarakat disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Peningkatan Pengetahuan Peserta Pengabdian Masyarakat

Pertanyaan Kuesioner (Jawaban Benar/Salah)	Jawaban Benar		Peningkatan Pengetahuan (%)
	Pre test	Post test	
1	6	30	85
2	5	30	83
3	4	30	88
4	5	30	85
5	7	30	80
Jumlah	27	150	84,2

Berdasarkan hasil analisis perubahan peningkatan pengetahuan peserta kegiatan pengabdian masyarakat mengalami peningkatan sebesar 84,2%. Peserta merasa pengabdian ini sangat menarik untuk diikuti. Kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan dapat dikatakan berhasil karena lebih dari 60% peserta menyatakan bahwa kegiatan pengabdian menarik dan tidak ada satupun peserta yang menyatakan bahwa kegiatan pengabdian tidak menarik.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Peserta penyuluhan mendapatkan pengetahuan secara langsung tentang pemanfaatan TOGA yang berkhasiat untuk hipertensi. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat yang diketahui dari hasil pre-test dan post-test sebesar 84,2%.

Saran

Perlu dilaksanakan pelatihan pemanfaatan TOGA menjadi sediaan Farmasi sebagai herbal berkhasiat, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat di bidang ekonomi.

UCAPAN TERIMAKASIH (Bila Ada)

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan yang telah mendukung pengabdian masyarakat ini melalui hibah internal Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Ucapan terima kasih kepada Aisyiyah Cabang Bligo Kabupaten Pekalongan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] K. RI, "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, Kementerian Kesehatan RI," vol. 53, hal. 1689–1699, 2018.
- [2] O. Saputra dan T. Fitria, "Khasiat Daun Seledri (*Apium graveolens*) Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hiperkolestrolimia,"

- Majority*, vol. 5, no. 2, hal. 120–125, 2016.
- [3] S. Yulianto dan A. Kirwanto, “Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Oleh Orang untuk Kesehatan Anak di Duwet Ngawen Klaten,” *Interes. J. Ilmu Kesehat. Andalas*, vol. 4, no. 3, hal. 75–80, 2016.
- [4] U. Waznah, K. S. Rahmasari, dan W. A. Ningrum, “Edukasi Pencegahan Hipertensi Pada Kelompok Masyarakat Bekerjasama dengan POSBINDU PTM Piramida Limas,” *Pros. KONDIMAS*, hal. 50–53, 2021.
- [5] F. Fatmawati, Y. W. Permadi, W. A. Ningrum, dan S. Rahmatullah, “Analisis Biaya Terapi Pasien Hipertensi dengan Komplikasi Diabetes Mellitus Rawat Jalan di RSI PKU Muhammadiyah Pekajangan Tahun 2014– 2017,” *Univ. Res. Colloqium*, hal. 463–469, 2018.
- [6] I. Falakh, W. A. Ningrum, A. Muthoharoh, dan Y. W. Pemadi, “Pengaruh Edukasi Metode FGD (Focus Group Discussion) Terhadap Pengetahuan Swamedikasi Antipiretik di Kabupaten Pematang,” *Pros. Semin. Nas. Kesehat.*, hal. 135–143, 2021, [Daring]. Tersedia pada: <https://jurnal.umpp.ac.id/index.php/prosiding/article/view/636>.