

Pengobatan Tradisional Hipertensi Dari Tumbuhan Masyarakat Salah Satu Desa Di Kabupaten Purwakarta

Eva Pahlani¹ Tantriska Wijanti² Muhammad Fajrin Satyawarman Gumilar³

¹Politeknik Kesehatan TNI AU Ciumbuleuit. evapahlani79@gmail.com

²Politeknik Kesehatan TNI AU Ciumbuleuit. tantriska.w@gmail.com

³Politeknik Kesehatan TNI AU Ciumbuleuit. fazzrinssatya08@gmail.com

ABSTRAK

Tekanan darah tinggi atau lebih dikenal dengan hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal (140/90 mmHg), sedangkan tekanan darah normal sekitar 120/80 mmHg. Puskesmas Pondoksalam bahwa prevalensi penyakit hipertensi menempati urutan ke 4 dari 10 besar penyakit. Dari 1057 kasus penderita hipertensi di Puskesmas Pondoksalam prevalensi hipertensi di Desa Pondokbungur sebanyak 135 kasus atau 12,8%. Desa Pondokbungur dengan puskesmas terdekat berjarak kurang lebih 5 km dan akses kendaraan umum sangat minim sehingga masyarakat lebih memilih menggunakan pengobatan tradisional yang berasal dari tumbuhan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan pengetahuan masyarakat tentang pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara. Dalam hal ini wawancara diberikan kepada responden yang menderita hipertensi dan menggunakan pengobatan tradisional. Mayoritas responden (63,63%) menggunakan pengobatan tradisional hipertensi, sedangkan sisanya (30,37%) tidak menggunakan pengobatan tradisional. Penggunaan pengobatan tradisional hipertensi lebih banyak dilakukan oleh responden yang berusia lanjut (46 tahun ke atas), berjenis kelamin perempuan, dan memiliki tingkat pendidikan rendah (tidak sekolah dan SD). Tumbuhan yang paling banyak digunakan sebagai pengobatan tradisional hipertensi adalah salam (24,47%), timun (14,89%), sirsak (12,77%), dan bawang putih (13,83%). Tumbuhan yang paling sedikit digunakan adalah dan mengkudu (8,51%) dan kunyit (6,38%). Bagian tumbuhan yang paling banyak digunakan adalah daun (56,38%), buah (23,40%) dan umbi (13,83%). Cara pengolahan yang paling banyak digunakan adalah direbus (53,19%), dimakan langsung (23,40%) dan diperas (23,40%).

Kata kunci : Hipertensi, Pengobatan Tradisional, Tumbuhan Antihipertensi

ABSTRACT

High blood pressure or better known as hypertension is a disorder of the circulatory system which can cause an increase in blood pressure above the normal value (140/90 mmHg), while normal blood pressure is around 120/80 mmHg. Pondoksalam Health Center that the prevalence of hypertension ranks 4th out of the top 10 diseases. Of the 1057 cases of hypertension sufferers at the Pondoksalam Health Center, the prevalence of hypertension in Pondokbungur Village was 135 cases or 12.8%. Pondokbungur village with the nearest health center is approximately 5 km away and access to public transportation is minimal so that people prefer to use traditional medicine derived from plants. This research is a descriptive research that aims to describe the public's knowledge about traditional herbal medicine for hypertension. Data collection was done by interview method. In this case the interviews were given to respondents who suffer from hypertension and use traditional medicine. The majority of respondents (63.63%) used traditional hypertension medicine, while the rest (30.37%) did not use traditional medicine. The use of traditional hypertension medication was mostly carried out by respondents who were elderly (46 years and over), female, and had a low level of education (not attending school or elementary school). The plants most widely used as a traditional treatment for hypertension are salam (24.47%), cucumber (14.89%), soursop (12.77%), and garlic (13.83%). The plants that were used the least were noni (8.51%) and turmeric (6.38%). The most used plant parts were leaves (56.38%), fruit (23.40%) and tubers (13.83%). The most widely used processing methods were boiled (53.19%), eaten directly (23.40%) and squeezed (23.40%).

Keywords: Hypertension, Traditional Medicine, Antihypertensive Plants

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi atau lebih dikenal dengan hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal (140/90 mmHg), sedangkan tekanan darah normal sekitar 120/80 mmHg. Berdasarkan laporan tahun 2019 (Amtiran R.A.D,2019), Puskesmas Pondoksalam Kabupaten Purwakarta bahwa prevalensi penyakit hipertensi menempati urutan ke 4 dari 10 besar penyakit berdasarkan kelompok usia 45 – > 75 tahun. Sedangkan dari 1057 kasus penderita hipertensi di Puskesmas Pondoksalam prevalensi penyakit hipertensi di Desa Pondokbungur sekitar 135 kasus atau 12,8%. Meningkatnya prevalensi penderita hipertensi di Indonesia, mendorong masyarakat melakukan pengobatan sendiri. Termasuk pengobatan yang menggunakan tumbuhan herbal sebagai terapi alternatif hipertensi yang semakin meningkat pada tiap tahunnya. WHO menyarankan penggunaan obat tradisional dari tumbuhan untuk pencegahan dan pengobatan penyakit, terutama penyakit kronis atau kanker. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 masyarakat Indonesia masih menggunakan tumbuhan yang dijadikan ramuan sebagai alternatif pengobatan tradisional sebanyak 31,8% populasi dan dimanfaatkan untuk pelayanan kesehatan tradisional sebanyak 31,4% (Riskesdas, 2018). Riskesdas menyebutkan 12,9% masyarakat melakukan pengobatan mandiri yaitu menggunakan tumbuhan herbal tanpa bantuan dari penyehat tradisional (hattra), tenaga kesehatan tradisional (naskestrada), maupun terapis. Sebagian masyarakat Indonesia masih memanfaatkan tumbuhan sebagai obat tradisional yang merupakan warisan turun temurun (Adiyasa & Meiyanti, 2021). Kabupaten Purwakarta sendiri setiap tahunnya cukup subur untuk menghasilkan tumbuhan obat yang berkualitas. Desa Pondokbungur berada di Kabupaten Purwakarta Kecamatan Pondoksalam yang desa tersebut sangat jauh dari pelayanan kesehatan seperti rumah sakit, puskesmas, dan apotek. Desa Pondokbungur dengan puskesmas terdekat berjarak kurang lebih 5 km dan akses kendaraan umum sangat minim sehingga hanya bisa menggunakan kendaraan desa seperti ojek. Masyarakat Pondokbungur lebih memilih menggunakan pengobatan tradisional yang berasal dari tumbuhan yang ditanam di pekarangan rumah dan sekitarnya

KAJIAN LITERATUR

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah seseorang mengalami peningkatan di atas normal, menyebabkan angka kesakitan dan kematian meningkat setiap tahunnya. Hipertensi termasuk penyakit yang mematikan, kebanyakan penderita hipertensi tidak mengetahui gejala-gejala hipertensi yang menyebabkan meningkatnya resiko stroke, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan ginjal (Carlson, 2016). Pada umumnya gejala hipertensi sering dianggap sebagai gangguan biasa sehingga penderita terlambat menyadari hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darah (Trisnawan, 2019). Obat Tradisional menurut undang-undang nomor 32 tahun 2019, obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik), atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman (BPOM, 2019). Tumbuhan obat adalah tumbuhan yang dibudidayakan baik secara langsung maupun liar yang digunakan sebagai obat. Masyarakat memanfaatkan tumbuhan untuk dijadikan ramuan dan sebagai obat untuk menyembuhkan penyakit (Kartasapoetra, 1992). Jenis-jenis tumbuhan untuk pengobatan hipertensi diantaranya:

a. Salam

Salam (*Syzygium polyanthum*) dapat digunakan sebagai obat sakit perut. Salam juga dimanfaatkan untuk mengatasi asam urat stroke kolesterol tinggi, melancarkan peredaran darah, radang lambung, diare, gatal-gatal. Daun salam mempunyai kandungan kimia yaitu minyak atsiri, sitrat, euganol, tanin serta flavonoid yang mampu menurunkan tekanan darah. Cara penggunaan untuk penderita hipertensi yaitu siapkan 10 lembar daun salam dan 300 ml air lalu rebus hingga mendidih dan menyusut menjadi 200 ml. Ramuan ini dikonsumsi sebanyak dua kali sehari pada pagi dan sore hari masing-masing 100 ml (Hariana, 2013).

b. Pandan Wangi

Pandan wangi (*pandanus amaryllifolius*) mempunyai bau harum dan bersifat sejuk. Kandungan kimia dalam pandan wangi, diantaranya alkaloida, saponin, flavonoid, tanin, polifenol, dan zat warna. Pandan wangi berkhasiat menguatkan saraf, menambah nafsu makan, penenang, lemah saraf, gelisah, hipertensi, rematik, pegal linu, menghitamkan rambut, rambut rontok, dan ketombe. Cara penggunaan untuk penderita hipertensi yaitu cuci

bersih pandan wangi segar, lalu potong kecil-kecil. Rebus potongan daun pandan dengan 400 ml air sampai menyusut sampai 200 ml. Setelah dingin, saring air rebusanya, lalu minum satu hari sekali (Hariana, 2013).

c. Kunyit

Kunyit (*Curcuma longa*) mempunyai rasa agak pahit, sedikit pedas, bau khas aromatik, bersifat sejuk, dan tidak beracun. Kandungan kimia yang terkandung dalam kunyit di antaranya *caffeic acid*. Khasiat yang dimiliki kunyit, di antaranya melancarkan darah dan vital energi, menghilangkan sumbatan, meluruhkan kentut dan haid, anti radang (anti inflamasi), mempermudah persalinan, antibakteri, memperlancar pengeluaran empedu, merangsang semangat, mengurangi rasa lelah, antikejang, serta antioksidan. Cara penggunaan untuk penderita hipertensi yaitu parut setengah jari rimpang kunyit, lalu tambahkan satu sendok makan madu, aduk, campuran terus peras dan minum dua sampai tiga kali sehari (Hariana, 2013).

d. Alpukat

Tumbuhan alpukat (*Persea americana*), terutama bagian daunnya, memiliki rasa pahit dan kelat. Kulit ranting mengandung minyak atsiri, seperti methyl chavikol, alpha pinene, tanin, dan flavonoid. Daging buah mengandung lemak jenuh, protein, sesquiterpenes, vitamin A, vitamin B1, dan vitamin B2. Khasiat daun alpukat adalah peluruh kencing (diuretik) dan astringent. Selain itu, daun dan kulit ranting memiliki khasiat, seperti peluruh kentut (karminatif), penyembuh batuk, pelancar menstruasi, emollient, dan antibakteri. Cara penggunaan untuk penderita hipertensi yaitu cuci bersih 5 daun alpukat segar lalu rebus dengan 400 ml air hingga menyusut hingga 200 ml. Setelah dingin, saring, lalu minum satu kali sehari (Hariana, 2013).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan masyarakat tentang penggunaan pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan. Variabel penelitian ini yaitu pengetahuan masyarakat tentang penggunaan tumbuhan sebagai pengobatan tradisional hipertensi. Populasi adalah keseluruhan dari subjek dan atau objek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Notoatmodjo, 2018). Populasi

dalam penelitian ini adalah semua masyarakat Desa Pondokbungur Kecamatan Pondoksalam Kabupaten Purwakarta yang mengalami hipertensi berjumlah 135 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah masyarakat desa Pondokbungur yang mengalami hipertensi dan melakukan pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan. Pada penelitian ini teknik pengumpulan dengan cara wawancara. Beberapa tahapan dalam pertama yaitu peneliti melakukan survei pendahuluan di wilayah Desa Pondokbungur Kecamatan Pondoksalam, peneliti mencari data masyarakat yang mengalami hipertensi dan sedang menjalani pengobatan yang akan digunakan sebagai populasi, peneliti melakukan pemilihan sampel yang memenuhi kriteria, peneliti menyampaikan dan memberikan surat persetujuan untuk menjadi responden kepada responden. Responden diminta menandatangani surat persetujuan bila responden setuju menjadi responden. Bila responden tidak bersedia, peneliti tidak akan memaksa dan menghormati keputusan responden, peneliti menanyakan data demografi responden meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan pendidikan, peneliti mengajukan beberapa pertanyaan yang sudah disiapkan sesuai dengan lembar wawancara, dan hasil wawancara dikumpulkan untuk dianalisa dan ditarik kesimpulan.

PEMBAHASAN

Dari sejumlah 135 penderita hipertensi yang terdata di puskesmas Pondokbungur terdapat 94 responden yang menggunakan pengobatan tradisional (63,63%) dan 41 responden yang tidak menggunakan pengobatan tradisional (30,75%). Sedangkan sebagian kecil responden tidak menggunakan pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan dikarenakan masyarakat desa Pondokbungur meragukan efektifitas, keamanan, atau kualitas dari tumbuhan obat yang digunakan untuk menurunkan hipertensi sehingga masyarakat lebih memilih menggunakan obat-obatan kimiawi yang dianggap lebih modern, praktis, atau terstandar untuk pengobatan hipertensi. Hal ini menunjukkan pengobatan tradisional lebih diminati oleh masyarakat yang berusia lansia, karena lansia pada umumnya memiliki pengalaman atau kepercayaan yang lebih kuat terhadap pengobatan tradisional dibandingkan kelompok usia yang lebih muda. Hal ini menunjukkan bahwa pengobatan tradisional kurang diminati oleh masyarakat yang berusia muda, karena mereka memiliki pengetahuan atau sikap yang

lebih kritis terhadap pengobatan tradisional. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan lebih banyak dilakukan oleh perempuan daripada laki-laki di desa Pondokbungur. Penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih banyak menggunakan pengobatan tradisional daripada laki-laki di berbagai negara, termasuk Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Novitaningtyas (2014) menyatakan bahwa tingkat pendidikan mempengaruhi risiko seseorang terhadap hipertensi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Qonita (2018) yang menemukan hubungan antara tingkat pendidikan dan tingkat kecemasan penderita hipertensi. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Finsi (2014) yang menemukan hubungan antara tingkat pendidikan dan kejadian hipertensi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden yang berpendidikan rendah memiliki risiko 2,9 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi daripada yang berpendidikan tinggi (Waas, et al). Data hasil penelitian, terdapat delapan jenis tumbuhan yang digunakan oleh masyarakat desa Pondokbungur dalam pengobatan tradisional hipertensi, yaitu salam, timun, binahong, sirsak, kunyit, bawang putih, kelor, dan mengkudu. Menurut hasil beberapa penelitian Mudrikah (2017), menunjukkan bahwa pemberian air rebusan daun salam dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan (Mudrikah, 2017). Penelitian lain oleh Nurul Fatimah Ratnadewi et al menunjukkan bahwa konsumsi timun selama 14 hari dapat menurunkan tekanan sistolik dan diastolik sebesar 17,44 mmHg pada wanita hipertensi usia produktif. Hasil penelitian dari Universitas Gadjah Mada (UGM) yang menyebutkan bahwa bawang putih terdapat senyawa allicin memiliki mekanisme penurunan tekanan darah yang sama seperti obat hipertensi golongan ACE Inhibitor, yaitu dengan menghambat produksi angiotensin II, senyawa yang memicu kontraksi pembuluh darah (Universitas Gadjah Mada, 2019). Menurut hasil penelitian Buana (2022), daun sirsak dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi karena mengandung antioksidan, ion kalium, flavonoid, dan vitamin C. Daun sirsak mengandung senyawa annonacin yang memiliki efek vasodilator dan antioksidan. Penelitian tersebut menemukan bahwa bagian tumbuhan obat yang paling banyak digunakan oleh masyarakat setempat

adalah daun (50%), disusul dengan buah (20%), umbi (10%), dan herba (10%) (Saranani, et al.) cara pengolahan yang paling banyak digunakan oleh masyarakat desa Pondokbungur yaitu dengan cara direbus yaitu 50 responden (53,19%), karena dianggap lebih mudah, praktis, dan efektif untuk mengeluarkan kandungan zat aktif dari tumbuhan. Hal ini dikarenakan cara diseduh dianggap kurang efektif untuk mengeluarkan kandungan aktif daritumbuhan.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden (63,63%) menggunakan pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan, edangkan sisanya (30,37%) tidak menggunakan pengobatan tradisional. Penggunaan pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan lebih banyak dilakukan oleh responden kelompok umur 46 tahun ke atas, lebih banyak berjenis kelamin perempuan dari pada laki-laki, dan mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan tidak sekolah dan SD. Tumbuhan yang paling banyak digunakan sebagai pengobatan tradisional hipertensi adalah salam (24,47%), diikuti oleh timun (14,89%), sirsak (12,77%), dan bawang putih (13,83%). Tumbuhan yang paling sedikit digunakan adalah dan mengkudu (8,51%) dan kunyit (6,38%), Bagian tumbuhan yang paling banyak digunakan adalah daun (56,38%), diikuti oleh buah (23,40%) dan umbi (13,83%). Bagian tumbuhan lainnya seperti batang, bunga, kulit batang, kulit buah, daging buah, biji, rimpang, herba, dan eksudat tidak ada yang disebutkan oleh responden. Cara pengolahan yang paling banyak digunakan adalah direbus (53,19%), diikuti oleh dimakan langsung (23,40%) dan diperas (23,40%). Tidak ada responden yang menggunakan cara pengolahan diseduh.

Berdasarkan kesimpulan tersebut maka perlu adanya sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat tentang pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan, terutama mengenai manfaat, efek samping, dosis, interaksi dengan obat lain, dan cara pengolahan yang tepat. Perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk menguji khasiat dan keamanan pengobatan tradisional hipertensi dari tumbuhan secara ilmiah dan klinis, sehingga dapat memberikan bukti yang valid dan dapat dipercaya oleh masyarakat. Perlu adanya kerjasama antara pemerintah, akademisi, praktisi kesehatan, dan masyarakat untuk mengembangkan dan melestarikan pengobatan tradisional hipertensi daritumbuhan sebagai salah satu alternatif dalam menangani masalah kesehatan masyarakat.

REFERENSI

1. Adiyasa, M. R. & Meiyanti, 2021. Pemanfaatan obat tradisional di Indonesia: distribusi dan faktor demografis yang berpengaruh.
2. Amtiran, R. A. D., 2019. Inventarisasi Tumbuhan Obat Tradisional DiPurwakarta.
3. Anisha, R. N., Priwahyuni, Y. & Erianti, S., 2019. Penurunan Tekanan Darah Melalui Sari Kunyit Pada Seseorang Yang Mengalami Prehipertensi. *Jurnal Ners Indonesia*, Volume 9.
4. Ariyanto, Q. L., 2018. Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi.
5. Asyroful K., Y., Imandiri, A. & Adian, M., 2020. Therapy For Hypertension With Acupuncture And Herbal Cucumber (*Cucumis Sativus (L.)*). *Journal of Vocational Health Studies*, Volume 4.
6. BPOM, 2019. Persyaratan Keamanan Dan Mutu Obat Tradisional.
7. Carlson, W., 2016. Mengatasi hipertensi. Bandung : Nuansa cendakia.
8. Hariana, D. H. A., 2013. 262 Tumbuhan Obat & Khasiatnya. Jakarta: Penebar Swadaya.
9. Hidayah, S. N. & Handayani, R. S., 2021. Antihypertensive Effect of Combination of Binahong (*Anredera cordifolia (Ten.) Steenis*) Leaves and Tempuyung (*Sonchus arvensis L.*).
10. Jennifer, H. & Saptutyingsih, E., 2015. Preferensi Individu Terhadap Pengobatan Tradisional Di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Studi Pembangunan*, Volume 16.
11. K., Andini, G. W. & W., 2022. Pengaruh Air Rebusan Daun Binahong (*Anredera Cordifolia*) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Desa Adirejakulon.
12. Kartasapoetra, 1992. Pembudidayaan Tumbuhan Obat di indonesia.
13. Kharisna, D., Dewi, W. N. & Lestari, W., 2012. Efektifitas Konsumsi Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ners Indonesia*, Volume 2.
14. Mudrikah, U., 2017. Efektifitass Rebusan Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.
15. Notoajmojo, S., 2012. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. jakarta: Rineka cipta.
16. Notoatmodjo, P. D. S., 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
17. Purwati, S., Salimar & Rahayu, S., 2021. In: Perencanaan menu untuk penderita tekanan darah tinggi. Jakarta: Penebar Swadaya.
18. Sari, C. Y., 2015. Penggunaan Buah Mengkudu (*Morinda Citrifolia*.) Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi. *J Majority*, Volume 4.
19. Suwandi, D. F. & Mildawani, I., 2018. Kajian Pusat Tumbuhan Herbal sebagai Pendukung Pembangunan Keberlanjutan: Studi kasus di Kabupaten Purwakarta, Jawa Barat.
20. Trisnawan, A., 2019. In: Mengenal Hipertensi. semarang: Mutiara Aksara.
21. Westriningsih, 2011. Pengobatan Tradisional dengan Jamu Ala Kraton Sebagai Warisan Turun Temurun. Yogyakarta: C.V Andi Offset.