

Edukasi Pengolahan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga sebagai Upaya Mengurangi Penyakit Hipertensi dan Asam Urat di Desa Curah Cottok, Situbondo

Made Indra Ayu Astarini*¹, Ira Ayu Maryuti², Kristina Pae³, Andrew Joewono⁴

¹²³Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

⁴Fakultas Teknik, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

*Email Korespondensi: madeayu@ukwms.ac.id

ABSTRACT

Hypertension and gout are common among the elderly, negatively affecting their quality of life. Preventive measures are essential to avoid complications that may worsen with age. This community service activity aimed to educate the elderly on preventing hypertension and gout using family medicinal plants, such as roselle, butterfly pea flower, and bay leaves. The program took place on November 29–30, 2024, in Curah Cottok Village, Situbondo, using lectures, discussions, and hands-on practice in planting and processing herbal plants. Thirty-two participants, including elderly individuals and health volunteers, actively participated. The results showed an increased understanding among participants regarding the benefits of medicinal plants as a preventive measure for diseases. The program also encouraged the use of household land for growing herbal plants that are beneficial to health. This initiative is expected to enhance public awareness and foster self-reliance in maintaining health naturally and sustainably.

Keywords

Hypertension, Rosella, Butterfly Pea Flowers, Bay Leaves, Family Medicinal Plants



BERDAYA : Jurnal
Pendidikan dan
Pengabdian Kepada
Masyarakat
Vol 7, No.2, 2025, pp.
209 - 218
eISSN 2721-6381

Article History

Received : 1/14/2025 / Accepted : 1/22/2025/ First Published: : 5/9/2025

To cite this article

Astarini, M. I. A., Maryuti, I. A., Pae, K., & Joewono, A. (2025). Edukasi Pengolahan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga sebagai Upaya Mengurangi Penyakit Hipertensi dan Asam Urat di Desa Curah Cottok, Situbondo. *BERDAYA: Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 209–218. <https://doi.org/10.36407/berdaya.v7i2.1522>



© The Author(s)2025

This open access article is distributed under a Creative Commons
Attribution (CC-BY) 4.0 license

ABSTRAK

Profil Penulis

Hipertensi dan gout merupakan penyakit yang sering dialami oleh lansia dan berdampak terhadap penurunan kualitas hidup. Upaya pencegahan diperlukan untuk menghindari komplikasi yang dapat memburuk di usia lanjut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi mengenai pencegahan hipertensi dan gout melalui pemanfaatan tanaman obat keluarga, seperti rosela, bunga telang, dan daun salam. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 29–30 November 2024 di Desa Curah Cottok, Situbondo, dengan metode ceramah, diskusi, serta praktik langsung penanaman dan pengolahan tanaman herbal. Sebanyak 32 peserta, terdiri dari lansia dan kader kesehatan, ikut serta dalam kegiatan ini. Para peserta menunjukkan antusiasme dan keterlibatan aktif selama proses berlangsung. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap manfaat tanaman obat sebagai alternatif pencegahan penyakit. Kegiatan ini juga mendorong pemanfaatan lahan rumah tangga untuk menanam tanaman herbal yang berguna bagi kesehatan. Program ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan secara alami dan berkelanjutan.

Made Indra Ayu Astarini, Ira Ayu Maryuti, Kristina Pae
Fakultas Keperawatan,
Universitas Katolik Widya
Mandala Surabaya, Jawa Timur,
Indonesia

Andrew Joewono
Fakultas Teknik, Universitas
Katolik Widya Mandala
Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding Author:
madeayu@ukwms.ac.id

Kata Kunci: Hipertensi, Rosella, Bunga Telang, Daun Salam, Tanaman Obat Keluarga

Reviewing Editor
Maya Mustika

PENDAHULUAN

Hipertensi masih menjadi tantangan besar bagi pembangunan kesehatan di Indonesia karena tingginya angka prevalensi hipertensi. Hipertensi biasanya tidak disadari oleh masyarakat karena gejalanya tidak jelas dan menyerupai keluhan kesehatan pada umumnya. Meski tidak dapat diobati, pencegahan dan penanganannya dapat mengurangi kejadian hipertensi dan penyakit penyertanya (Siwi & Susanto, 2020). Hipertensi berkepanjangan dapat menyebabkan gangguan jantung, penyakit ginjal, dan stroke. Selain hipertensi, penyakit lain yang dapat muncul pada usia tua adalah *Gout Arthritis* yang ditandai dengan kelebihan asam urat. Kelebihan asam urat dapat menyebabkan nyeri pada sendi dan hal ini sering terjadi pada lansia (Prabasari et al., 2022).

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021, jumlah lansia di Jawa Timur dari tahun ke tahun terus meningkat pada tahun 2019 sebanyak 13,06% sedangkan pada tahun 2020 sebanyak 13,48%. Jumlah lansia di Kabupaten Situbondo juga semakin meningkat yaitu sebanyak 14,20% pada tahun 2019, dan sebanyak 14,67% pada tahun 2020. Hal ini perlu

menjadi perhatian untuk dapat meningkatkan Kesehatan lansia. Pada tahun 2020 penderita hipertensi di Kabupaten Situbondo sebanyak 26,24%.

Desa Curah Cottok memiliki suatu bukit yang bernama Bukit CIP (*Cottok Innovation Park*) yang dikembangkan oleh tim dari Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Dimana di bukit tersebut memiliki lahan yang cukup luas untuk dapat ditanami beberapa tanaman obat keluarga yang dapat dimanfaatkan oleh warga desa.

Berdasarkan hasil analisis situasi maka perlu untuk melakukan edukasi atau pengenalan pengolahan tanaman obat keluarga untuk menekan tekanan darah dan mengurangi asam urat pada pasien hipertensi seperti tanaman rosela, bunga telang, dan pohon salam. Berdasarkan hasil penelitian seduhan bunga rosela dapat berpengaruh terhadap pengontrolan tekanan darah penderita hipertensi (Kristiani & Yobel, 2022). Bunga telang yang diseduh menjadi teh (minuman) berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi (Aprilia, 2023). Rebusan daun salam juga memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi (Tika, 2021). Selain itu rebusan daun salam juga memiliki khasiat dalam menurunkan kadar asam urat penderita artritis gout (Zainaro et al., 2021).

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini adalah pra lansia dan lansia, serta kader posyandu lansia yang berperan penting dalam pendampingan lansia di Desa Curah Cottok. Jumlah peserta dalam kegiatan ini adalah 32 orang.

Masalah yang ingin dipecahkan

Berdasarkan hasil pengabdian kepada Masyarakat pada tahun 2023 didapatkan hasil bahwa dari 26 peserta, sebanyak 25 orang (96%) mengalami hipertensi (Astarini et al., 2023). Hipertensi merupakan penyakit yang perlu untuk dipantau agar tidak menjadi komplikasi yang lebih berat. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang perlu untuk ditangani agar kejadian kematian dan kesakitan akibat penyakit ini dapat menurun. Untuk pencegahan hipertensi perlu untuk adanya kesadaran diri dalam melakukan *selfcare management*. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan di Desa Curah Cottok terdapat 16 orang (61,5%) dalam kategori kurang dalam *selfcare management*. Perlu untuk dilakukan edukasi agar penderita hipertensi di Desa Curah Cottok dapat melakukan perawatan mandiri dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga yang dapat mengurangi tekanan darah dan kelebihan asam urat.

MATERI DAN METODE

Materi

Materi edukasi berisi tentang cara pengolahan tanaman obat keluarga rosela, bunga telang, dan daun salam. Rosela dan bunga telang dapat diolah menjadi minuman herbal berupa teh dengan cara diseduh dengan air panas. Sedangkan Daun salam harus direbus terlebih dahulu.

Pengolahan tanaman obat keluarga tersebut diolah dengan cara sebagai berikut: (1) Teh bunga telang memiliki khasiat yaitu anti kencing manis, anti kanker, anti perdarahan, antibiotik, antioksidan. Cara mengolah bunga telang yaitu pertama rebus air sebanyak 200-250 ml (1 gelas), kedua masukkan bunga telang sebanyak 8-10 buah, ketiga tambahkan gula secukupnya (1 sendok teh), keempat seduh sampai air berubah menjadi warna biru/ ungu, Lalu minum 1 kali sehari. (2) Teh bunga rosella berkhasiat menurunkan tekanan darah, menurunkan kolesterol, antioksidan. Cara mengolah: Pertama rebus air sebanyak 200-250 ml (1 gelas), kedua masukkan bunga rosella sebanyak 4-5 buah, ketiga seduh sampai air berubah menjadi warna merah, lalu minum 1 kali sehari secara rutin. (3) Daun salam berkhasiat menurunkan kadar asam urat. Cara mengolah yaitu pertama rebus 5-6 lembar daun salam dalam 1 liter air, kedua rebus hingga tersisa menjadi segelas air, lalu minum 1 kali per hari.

Metode

Metode yang digunakan dalam abdimas ini dilaksanakan dengan dua metode, yaitu ceramah dan praktik. Ceramah dan diskusi dilakukan untuk mengedukasi peserta dalam mengolah tanaman obat keluarga bunga rosella, bunga telang dan juga daun salam. Setelah memberikan edukasi, peserta mendapatkan minuman teh bunga rosella bagi yang menderita hipertensi dan juga teh bunga telang bagi yang tidak hipertensi. Tim juga melakukan proses diskusi tanya jawab dengan peserta untuk memvalidasi pengetahuan peserta. Tim memberikan pertanyaan untuk memastikan pengetahuan peserta. Tim juga membagikan leaflet yang berisi materi pengolahan tanaman obat keluarga yang dimaksud. Praktik dilakukan setelah melakukan edukasi, tim abdimas menanam tanaman obat keluarga berupa bunga rosella, daun telang dan salam di halaman pendamping (kader) lansia untuk dapat digunakan dikemudian hari. Tim abdimas juga memberikan sejumlah pupuk untuk dapat digunakan menyuburkan tanaman.

Waktu dan Lokasi Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan pada tanggal 29-30 November 2024. Lokasi kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan di Desa Curah Cottok, Kapongan, Situbondo. Untuk kegiatan menanam tanaman obat keluarga dan edukasi pengolahan tanaman obat keluarga dilakukan di salah satu rumah pendamping (kader) posyandu lansia di Desa Curah Cottok.

HASIL DAN EVALUASI

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 29-30 November 2024 di Desa Curah Cottok, Situbondo. Kegiatan berlangsung dengan lancar. Kegiatan dilakukan di rumah kader posyandu lansia. Dukungan dari desa sangat baik, terlihat dari jumlah yang hadir. Dari 35 yang diundang sebanyak 32 orang hadir dalam kegiatan. Hal ini menunjukkan antusiasme warga dalam kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini.

Gambar 1 di bawah menunjukkan kegiatan edukasi kesehatan tentang pengolahan dan manfaat dari tanaman obat keluarga bunga telang, rosella, dan daun salam. Edukasi

diberikan oleh mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Tampak peserta memperhatikan kegiatan edukasi yang diberikan.



Gambar 1.

*Edukasi kesehatan
tentang pengolahan
tanaman obat keluarga*

Fasilitator memberikan minuman olahan dalam gelas dan produk tanaman obat keluarga (rosella) yang bisa dikonsumsi oleh warga. Jadi selain memberikan edukasi mengenai manfaat dan pengolahan tanaman obat keluarga tersebut, tim juga memberikan contoh olahan minuman yang dapat dikonsumsi oleh peserta ketika di rumah. Dengan mencoba merasakan minuman akan membuat peserta tahu rasa dan mau untuk mengolah secara mandiri di rumah.



Gambar 2.

*Pemberian minuman
olahan tanaman obat
keluarga dan produk
tanaman*

Olahan tanaman obat keluarga teh bunga telang yang berwarna biru siap untuk dibagikan kepada peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Peserta sangat antusias untuk mencoba bunga telang karena ini pengalaman pertama bagi warga mengetahui olahan bunga tersebut. Selama ini warga menggunakan bunga telang untuk tetes mata pada bayi baru lahir.



Gambar 3.
*Pemberian minuman seduhan
tanaman obat keluarga*

kegiatan menanam tanaman obat keluarga di halaman warga (pendamping) lansia di Desa Curah Cottok. Terdapat 24 tanaman yang ditanam di halaman pendamping lansia. Tim pengabdian kepada masyarakat juga memberikan pupuk yang dapat digunakan warga untuk menyuburkan tanaman obat keluarga yang sudah ditanam. Dengan pemberian tambahan pupuk maka tanaman obat keluarga yang ditanam akan tumbuh subur dan menghasilkan banyak bunga sehingga warga dapat memanfaatkan bunga tanaman tersebut untuk dikonsumsi oleh warga menjadi minuman atau olahan makanan lain dari tanaman obat keluarga tersebut.



Gambar 4.
*Penanaman Tanaman Obat
Keluarga*



Gambar 5.

Pemberian Pupuk dan Tanaman kepada Kader

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini bermanfaat bagi warga (peserta) karena terjadi peningkatan pengetahuan peserta setelah mendapatkan edukasi mengenai pengolahan tanaman obat keluarga dan manfaatnya. Berdasarkan hasil tanya jawab dengan warga, mereka sudah tahu mengenai tanaman rosela namun belum tahu manfaatnya untuk menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi, sehingga tidak pernah mengolah bunga tersebut yang ada di beberapa kebun warga. Selain itu, peserta juga tidak tahu tanaman bunga telang. Selama ini peserta menyebutnya dengan bunga “celeng” yang artinya hitam. Bunga Telang jika diseduh, maka airnya akan menjadi warna biru tua. Menurut warga dulu bunga telang digunakan untuk tetes mata bagi bayi baru lahir supaya penglihatannya terang, namun saat ini sudah tidak lagi digunakan sehingga warga tidak pernah memanfaatkan bunga tersebut. Melalui edukasi yang diberikan warga antusias untuk mencoba meminum seduhan (teh) rosela dan bunga telang.

Penanaman tanaman obat keluarga bunga telang, bunga rosela, dan daun salam dapat memberikan manfaat bagi warga agar supaya tanaman tersebut tumbuh dan berbunga, sehingga bunganya dapat digunakan untuk dikonsumsi. Jumlah tanaman yang diberikan sebanyak 24 buah. Bunga telang adalah tanaman yang merambat dan mudah untuk tumbuh subur. Rosela tanaman yang cukup kuat, begitu juga daun salam. Dengan tipe tanaman tersebut diharapkan tanaman tersebut dapat tumbuh subur di Desa Curah Cottok. Pemberian pupuk kandang dan pupuk kimia (NPK Mutiara) dapat menambah kualitas unsur hara pada tanah yang digunakan untuk menanam tanaman tersebut sehingga diharapkan tanaman dapat tumbuh subur dan dimanfaatkan oleh warga sekitar.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini bermanfaat bagi warga Desa Curah Cottok. Pengetahuan warga meningkat tentang tanaman obat keluarga dan manfaat tanaman

tersebut bagi Kesehatan, terutama untuk penyakit hipertensi, diabetes mellitus, dan gout. Warga sangat antusias untuk hadir dan mengikuti kegiatan abdimas ini. Kader juga memberikan respon yang positif untuk kegiatan yang dilakukan dan mengharapkan kegiatan lain di waktu yang akan datang.

Saran Kegiatan Lanjutan

Saran kegiatan lanjutan yang dapat dilakukan adalah edukasi mengenai pengolahan tanaman obat keluarga yang dapat dikemas dalam bentuk yang memberikan nilai ekonomi. Misal, daun bunga telang yang sudah diseduh memiliki khasiat yang cukup banyak terutama sebagai antioksidan dan memiliki warna biru alami yang indah. Sehingga bunga telang dapat dimanfaatkan sebagai pewarna makanan misal untuk jelly atau pudding atau minuman lain yang berkhasiat.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada LPPM Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan Pimpinan Fakultas Keperawatan yang telah memberikan dukungan bagi terselenggaranya kegiatan ini. Selain itu juga ucapan terima kasih kepada para peserta lansia dan kader lansia di Desa Curah Cottok yang sudah antusias datang untuk mendengarkan edukasi kesehatan dan menanam tanaman obat keluarga. Semoga memperoleh banyak manfaat dari kegiatan yang dilaksanakan.

REFERENSI

- Aprilia, E. N. (2023). Pengaruh Pemberian Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1191–1198. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1664>
- Astarini, M. I. A., Maryuti, I. A., & Pae, K. (2023). Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi melalui Pemeriksaan Tekanan Darah dan Pendidikan Kesehatan Pencegahan Hipertensi di Desa Curah Cottok, Situbondo. *BERDAYA: Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 115–122. <https://doi.org/10.36407/berdaya.v5i3.1008>
- Kristiani, R. B., & Yobel, S. (2022). Seduhan Bunga Rosella Terhadap Tekanan Darah Pada Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 11(1), 1–5.
- Prabasari, N. A., Juwita, L., & Astarini, M. I. A. (2022). Pemberdayaan Kader Melalui Edukasi Dan Pelatihan Terapi Komplementer Bagi Lanjut Usia Dengan Arthritis Gout. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 03(01), 1–4.
- Siwi, A. S., & Susanto, A. (2020). Jurnal of Bionursing Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Jurnal of Bionursing*, 3(2), 164–166.

Tika, T. T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi. *Jurnal Medika*, 03(01), 1260–1265.
<http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/download/263/177>

Zainaro, M. A., Andrianti, D. R., Probadi, T., Djamaludin, D., Andoko, Gunawan, M. R., & Yulendasari, R. (2021). Penggunaan Daun Salam Terhadap Klien Asam Urat Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Di Kelurahan Gunung Agung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(1), 18–25.

Accepted author version posted online: 5/9/2025
Maya Mustika (Reviewing editor)

FUNDING

Kegiatan ini merupakan bagian dari program Pengabdian Kepada Masyarakat yang didanai oleh Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya tahun 2024.

COMPETING INTERESTS

Tidak ada konflik kepentingan untuk diungkapkan.

