

**PEMBERDAYAAN KADER DAN LANSIA DALAM PENGELOLAAN SERTA
PEMANFAATAN TOGA SEBAGAI UPAYA DALAM
MENGATASI HIPERTENSI DI DESA SUNGAI
BATANG KABUPATEN BANJAR**

**Nazhipah Isnani¹, Liling Triyasmoro², Muhammad Ikhwan Rizki³, Satrio
Wibowo Rahmatullah⁴, Dita Ayulia Dwi Sandi⁵, Hayatun Izma^{6*}, Hema Novita
Redanti⁷, Mizan Humaidy⁸, Dzikra Aulia Amali⁹**

¹⁻⁹Program Studi Farmasi, Fakultas MIPA, Universitas Lambung Mangkurat

Email Korespondensi: hayatun.izma@ulm.ac.id

Disubmit: 08 Agustus 2025 Diterima: 12 November 2025 Diterbitkan: 01 Desember 2025
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i12.22551>

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi dan menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Salah satu upaya pencegahan yang dilakukan melalui pemberdayaan masyarakat dengan edukasi dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader serta lansia dalam pencegahan hipertensi di Desa Sungai Batang. Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah interakif, diskusi, pemerian edukasi dan pelatihan pengolahan TOGA. Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan menggunakan pre-test dan post-test, kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Hasil dari kegiatan ini didapatkan peningkatan rata-rata pengetahuan peserta dari 87,14% pada pre-test menjadi 100% pada post-test, dengan nilai $p=0,0001$ yang menunjukkan perbedaan signifikan. Selain itu, peserta juga memperoleh keterampilan dalam meracik ramuan herbal antihipertensi dari TOGA. Edukasi hipertensi dan pelatihan TOGA efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader serta lansia dalam mendukung upaya promotif dan preventif pada penyakit hipertensi di Desa Sungai Batang.

Kata Kunci: Hipertensi, Edukasi Kesehatan, Tanaman Obat Keluarga, Pemberdayaan Masyarakat.

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease with a high prevalence and a significant risk factor for cardiovascular disease. One preventative measure is community empowerment through education and the use of Family Medicinal Plants (TOGA). This activity aims to improve the knowledge and skills of community health workers and the elderly in preventing hypertension in Sungai Batang Village. The activity used interactive lectures, discussions, educational presentations, and TOGA processing training. Participants' knowledge was evaluated using pre- and post-tests, then analysed descriptively using quantitative data. This activity showed an increase in average participant knowledge from 87.14% in the pre-test to 100% in the post-test, with a p-value

of 0.0001 indicating a significant difference. Furthermore, participants also gained skills in preparing antihypertensive herbal concoctions from TOGA. Hypertension education and TOGA training effectively improved the knowledge and skills of community health workers and the elderly in supporting promotive and preventive efforts for hypertension in Sungai Batang Village.

Keywords: Hypertension, Health Education, Family Medicinal Plants, Community Empowerment

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang prevalensinya terus meningkat secara signifikan, baik secara global maupun nasional. Penyakit ini dikenal sebagai *silent killer* karena tidak menunjukkan gejala yang jelas, namun dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung koroner (Purnama & Saleh, 2019).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, hipertensi di Kalimantan Selatan mencapai 35,8%, dengan Kalimantan Selatan pada populasi usia ≥ 18 tahun (Survey kesehatan indonesia (Ski), 2023). Hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor risiko antara lain pola makan tinggi natrium, obesitas, stres, gaya hidup, dan riwayat keluarga. Pencegahan dan pengobatan hipertensi harus dilakukan secara berkelanjutan, tidak hanya melalui pusat pelayanan kesehatan masyarakat tetapi juga memerlukan partisipasi dari masyarakat seperti melalui edukasi kesehatan (Fadillah dkk., 2022; Khasanah dkk., 2020).

Desa Sungai Batang di Kecamatan Martapura Barat, Kabupaten Banjar, merupakan salah satu desa yang memiliki kasus hipertensi tinggi. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala desa dan perwakilan kader penyebab utama terjadinya hal tersebut adalah disebabkan oleh rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi serta belum optimalnya pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai alternatif pengobatan tradisional.

TOGA merupakan tanaman yang dapat ditanam di pekarangan rumah dan berpotensi digunakan sebagai terapi komplementer. Tanaman seperti seledri, kumis kucing, kunyit, kencur, jahe, laos dan daun salam mengandung senyawa aktif yang terbukti memiliki efek antihipertensi. Berdasarkan hasil wawancara dengan kader di Desa Sungai Batang, pengetahuan dan penggunaan TOGA pada masyarakat lansia di Desa tersebut sangat terbatas. Hal tersebut didukung oleh beberapa penelitian yang menyatakan bahwa pengetahuan dan keterampilan masyarakat, termasuk kader kesehatan, dalam pengelolaan TOGA pada masyarakat di beberapa desa sangat minim dan terbatas (Tampubolon & Sihombing, 2022). Oleh karena itu, perlu adanya pelatihan pengelolaan dan pemanfaatan TOGA dalam pembuatan ramuan herbal antihipertensi (Nasir & Pusmarani, 2022; Wina Safutri dkk., 2023).

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan hasil diskusi yang dilakukan bersama mitra, permasalahan yang akan menjadi fokus pada kegiatan pengabdian ini berkaitan dengan peningkatan pengetahuan kader dan lansia mengenai penyakit hipertensi

melalui pendekatan pengelolaan dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Salah satu bentuk kegiatan yang direncanakan adalah pengolahan TOGA menjadi olahan ramuan TOGA bagi lansia, sebagai alternatif pengobatan tradisional berbasis herbal.

Selain itu, kegiatan ini juga diarahkan untuk mendukung peningkatan pelayanan kesehatan masyarakat melalui Posbindu serta memperkuat upaya promotif dan preventif terhadap penyakit hipertensi. Permasalahan yang berhasil diidentifikasi dalam masyarakat mitra meliputi:

- a. Jumlah penyakit hipertensi di Desa Sungai Batang, Kecamatan Martapura Barat merupakan urutan pertama dari 9 besar penyakit lainnya. Berdasarkan data pola penyakit dari Puskesmas Kecamatan Martapura Barat tahun 2024, hipertensi primer tercatat sebagai penyakit dengan jumlah kasus tertinggi sebanyak 1251 kasus pada tahun 2024. Selain itu, kapasitas kader kesehatan yang dimiliki oleh Desa Sungai Batang terbatas, dengan jumlah kader sebanyak 10 orang yang bertugas dalam kegiatan Posbindu dan Posyandu. Hasil wawancara pendahuluan yang dilakukan terhadap beberapa kader Posbindu menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan keterampilan mereka dalam manajemen hipertensi masih rendah.
- b. Masyarakat di Desa Sungai Batang belum maksimal dalam pengelolaan tanaman obat keluarga (TOGA) serta pemanfaatan TOGA sebagai upaya preventif dan promotif dalam pemeliharaan kesehatan. Informasi tersebut diperoleh dari hasil wawancara dengan Kepala Desa dan Kader.
- c. Masyarakat di Desa Sungai Batang belum maksimal dalam menggunakan TOGA sebagai bentuk pengobatan tradisional. Informasi tersebut diperoleh dari hasil wawancara dengan Kepala Desa dan Kader. Hal ini menunjukkan bahwa upaya kemandirian masyarakat dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan melalui pemanfaatan tanaman obat keluarga belum berjalan secara optimal.

Adapun rumusan pertanyaan kegiatan ini, yaitu apakah terjadi peningkatan pengetahuan kader dan lansia setelah diberikan edukasi terkait hipertensi serta pengelolaan dan pemanfaatan TOGA sebagai terapi penyakit hipertensi ?

3. KAJIAN PUSTAKA

Hipertensi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih dan/atau tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih dianggap sebagai hipertensi. Sekitar 29% penduduk dunia terkena hipertensi, sehingga jumlah penderita hipertensi diperkirakan akan terus meningkat hingga tahun 2025. World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa 40% orang dengan hipertensi tinggal di negara-negara dengan ekonomi berkembang (Hakim dkk., 2025; Syamsurizal dkk., 2024). Menurut data Riskeidas dan WHO, prevalensi hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Salah satu tugas tenaga kesehatan adalah mencegah peningkatan angka hipertensi. Studi sebelumnya tentang penyebab hipertensi telah menemukan bahwa beberapa hal dapat menyebabkan hipertensi. Ini termasuk jenis kelamin, merokok, genetika atau keturunan, stress, usia, aktivitas fisik, obesitas, konsumsi garam berlebihan, dan penggunaan obat-obatan. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang

potensial adalah pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Salah satu pendekatan non-farmakologis yang potensial adalah pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Tanaman seperti seledri, daun salam, kumis kucing, kunyit, kencur, jahe, laos dan daun salam diketahui mengandung senyawa aktif yang berperan sebagai diuretik, vasodilator, dan antioksidan, sehingga berpotensi menurunkan darah (Asri dkk., 2020; Fadillah dkk., 2022; Maulana & Akbar, 2023).

Pengobatan tradisional digunakan oleh banyak orang di negara berkembang, terutama untuk memenuhi kebutuhan kesehatan dan memperkenalkan peran obat tradisional dalam kesehatan. Salah satunya adalah Indonesia, negara yang kaya dengan keanekaragaman hayati dan memiliki berbagai jenis tanaman yang tersebar di seluruh tanah air. Ada lebih dari 30.000 jenis tanaman di seluruh tanah air, dari mana sekitar 9.600 spesies berfungsi sebagai obat, dan kurang lebih 300 spesies digunakan oleh industri obat tradisional untuk pengobatan tradisional. (4) Pengobatan tradisional yang menggunakan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dianggap sebagai sistem perawatan kesehatan utama bagi masyarakat, ditunjukkan bahwa penduduk Indonesia menggunakan obat tradisional sebesar 24,6% dari TOGA, 48% dari ramuan jadi, dan 31,8% dari jamu buatan sendiri. Hipertensi, yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah, adalah penyakit degeneratif yang sering terjadi. Tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg adalah tandanya. Hipertensi dapat dicegah dan ditangani secara medis atau non-medis. Penggunaan obat tradisional umumnya dianggap lebih aman daripada penggunaan obat modern (Ebtavanny dkk., 2025b; Fatmasari dkk., 2022; Nasir & Pusmarani, 2022; Widayanti, 2025; Wijayanti dkk., 2025).

Pemanfaatan TOGA dalam pengendalian hipertensi sejalan dengan teori pemberdayaan masyarakat yang menekankan peningkatan kapasitas individu maupun kelompok agar dapat berperan dalam membantu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Hanifa dkk., 2020; Safutri dkk., 2023). Kader kesehatan dapat berperan dalam memberikan pelayanan dan mengedukasi masyarakat sasaran. Oleh karena itu, dalam kegiatan pengabdian ini kader diikutsertakan. Pemberian edukasi kepada kader dan lansia melalui ceramah interaktif, diskusi, dan media seperti powerpoint dan leaflet dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat, sedangkan pelatihan pengolahan TOGA menjadi ramuan herbal memberikan keterampilan aplikatif kepada kader maupun lansia.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader dan lansia terkait hipertensi serta pengelolaan dan pemanfaatan TOGA sebagai antihipertensi.

4. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Desa Sungai Batang, Kecamatan Martapura Barat, Kabupaten Banjar. Metode dan tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah sebagai berikut:

a. Tahap persiapan

Pada tahap ini diawali dengan perencanaan program, penetuan masyarakat sasaran dan analisis permasalahan kesehatan. Survei ke lokasi desa dilakukan pada bulan April 2025. Pada bulan tersebut, kami

berkunjung ke kantor kepala desa untuk diskusi terakit dengan permasalahan yang ada di desa tersebut. Kegiatan ini bertujuan untuk menyamakan persepsi mengenai tujuan, manfaat, serta teknis pelaksanaan. Selain itu, pada tahap ini juga dilakukan diskusi tanggal pelaksanaan kegiatan dan teknis pelaksanaan kegiatan.

b. Tahap pelaksanaan

Kegiatan PKM dilaksanakan pada hari Senin tanggal 28 Juli 2025. Kegiatan yang pertama adalah edukasi Hipertensi dan Pengelolaan serta Pemanfaatan TOGA, edukasi mengenai penyakit hipertensi diberikan kepada kader dan lansia melalui metode ceramah interaktif, diskusi dan tanya jawab. Materi yang disampaikan pada edukasi hipertensi meliputi faktor risiko, tanda dan gejala, pencegahan, komplikasi, serta pengelolaan hipertensi. Sedangkan pada edukasi pengelolaan serta pemanfaatan TOGA disampaikan terkait manfaat, jenis-jenis TOGA, ramuan TOGA sebagai antihipertensi. Peserta juga diberikan leaflet sebagai bahan edukasi. Sebelum dan sesudah edukasi dilakukan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah kader kesehatan aktif yang terdaftar di Posbindu atau Posyandu di wilayah kegiatan dan peserta aktif pada kegiatan pengabdian masyarakat. Sedangkan, kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah peserta (kader/lansia) yang tidak mengikuti kegiatan secara lengkap.

Kemudian pelatihan pemanfaatan TOGA sebagai Ramuan Herbal Antihipertensi, setelah kegiatan edukasi dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan ramuan herbal antihipertensi. Ada dua ramuan yang dibuat, bahan ramuan tersebut menggunakan beberapa TOGA yang direbus. Air rebusan tersebut dapat dimanfaatkan kader dan lansia sebagai ramuan untuk penurun tekanan darah. Kegiatan ini dihadiri oleh 28 peserta terdiri dari kader dan lansia. Dihadiri juga oleh tim pengabdian kepada masyarakat dan mahasiswa.

c. Tahap Evaluasi

Evaluasi untuk menilai pengetahuan peserta tentang hipertensi dan pemanfaatan TOGA. Pre-test dan post-test dilakukan menggunakan kuesioner berisi 5 pertanyaan benar salah. Indikator keberhasilan program dinilai dengan adanya peningkatan persentase pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik parametrik *paired sample t-test* untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi serta pelatihan. Sebelumnya dilakukan uji normalitas dengan Shapiro-Wilk dan uji homogenitas varians dengan Levene's test. Hasil uji menunjukkan nilai $p > 0,05$ yang menandakan bahwa data berdistribusi normal dan memiliki varians yang homogen. Oleh karena itu, digunakan uji *paired sample t-test* yang sesuai untuk data berpasangan guna melihat perbedaan rerata nilai pretest dan posttest peserta. Indikator keberhasilan program dinilai dengan adanya peningkatan persentase pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan kader dan lansia mengenai hipertensi. Peserta yang mengisi kuisioner pre-test dan sebanyak 28 orang. Pada Tabel 1 merupakan tingkat pengetahuan terhadap pengelolaan dan pemanfaatan TOGA pada Hipertensi. Pada hasil tersebut diperoleh kategori tingkat pengetahuan paling tinggi adalah pada kategori baik yaitu sebesar 89,29 %. Sedangkan kategori sedang adalah sebesar 7,14% dan kategori rendah adalah sebesar 3,57%.

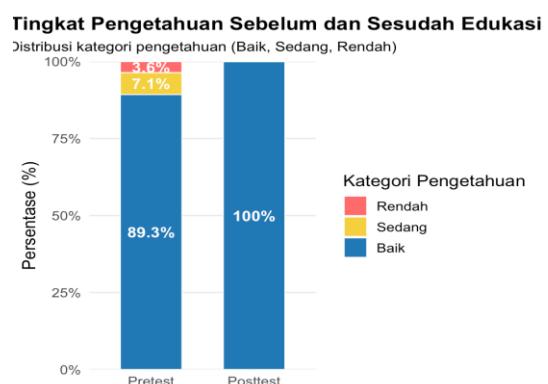
Tabel 1. Tingkat Pengetahuan terhadap Pengelolaan dan Pemanfaatan TOGA pada Hipertensi

No	Kategori Tingkat Pengetahuan	Pretest		Posttest	
		N	%	N	%
1	Baik	25	89,29	28	100,00
2	Sedang	2	7,14	0	0,00
3	Rendah	1	3,57	0	0,00

Tabel 2. Rata-rata Pengetahuan terhadap Pengelolaan dan Pemanfaatan TOGA pada Hipertensi

Pengetahuan	Skor Pre-test	Skor Post-test
Rata-rata Pengetahuan terhadap Pengelolaan dan Pemanfaatan TOGA pada Hipertensi	87,14	100

Selanjutnya pada tabel 2 merupakan nilai rata-rata pengetahuan terhadap pengelolaan dan pemanfaatan TOGA pada hipertensi. Berdasarkan hasil rata-rata tersebut diperoleh peningkatan pengetahuan, yang awalnya sebesar 87,14% setelah diberikan edukasi, rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 100%. Kemudian Pada tabel 3 dilakukan uji statistik *paired sample t-test* menunjukkan nilai *p* sebesar 0,001 (<0,05), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test.



Gambar 1. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Kader dan Lansia Sebelum dan Sesudah Edukasi

Selanjutnya pada tabel 2 merupakan nilai rata-rata pengetahuan terhadap pengelolaan dan pemanfaatan TOGA pada hipertensi. Berdasarkan hasil rata-rata tersebut diperoleh peningkatan pengetahuan, yang awalnya sebesar 87,14% setelah diberikan edukasi, rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 100%. Kemudian Pada tabel 3 dilakukan uji statistik *paired sample t-test* menunjukkan nilai *p* sebesar 0,001 (<0,05), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test.

Tabel 3. Perbedaan Tingkat Pengetahuan terhadap Pengobatan dan Pemanfaatan TOGA pada Hipertensi Masyarakat setelah diberikan Edukasi dan Pelatihan

Pengetahuan	Normality test	Homogeneity test	Paired sample t-tes
Perbedaan Tingkat Pengetahuan terhadap Pengobatan dan Pemanfaatan TOGA pada Hipertensi Masyarakat setelah diberikan Edukasi dan Pelatihan	0,000	0,000	0,001

b. Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Sungai Batang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kader dan lansia setelah diberikan edukasi terkait hipertensi serta pelatihan, pengelolaan dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Nilai rata-rata pengetahuan yang sebelumnya sebesar 87,14% meningkat menjadi 100% dengan signifikansi (*p*=0,001). Hal ini sejalan dengan penelitian (Hakim dkk., 2025) yang menyebutkan bahwa edukasi kesehatan berbasis ceramah interaktif mampu meningkatkan pengetahuan kader tentang penyakit tidak menular, termasuk hipertensi.

Peningkatan pengetahuan yang tinggi ini menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif dikombinasikan dengan diskusi kelompok merupakan strategi efektif dalam penyampaian informasi kesehatan. Menurut (Yanti dkk., 2022) dan (Cahaya dkk., 2025) menambahkan bahwa penggunaan media edukasi berupa leaflet memperkuat hasil edukasi karena informasi dapat dipelajari baik secara visual dan verbal sehingga menghasilkan strategi yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan pada kelompok usia lanjut. Pada Gambar 2, 3, dan 4 merupakan gambar saat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Sungai Batang.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 3. Penyampaian materi edukasi terkait hipertensi dan pengelolaan serta pemanfaatan TOGA



Gambar 4. Pembuatan Ramuan TOGA sebagai Antihipertensi

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader dan lansia terkait hipertensi serta pengelolaan dan pemanfaatan TOGA sebagai antihipertensi. Sebelum pemberian edukasi, sebagian besar

peserta memiliki keterbatasan pengetahuan maupun pengalaman dalam mengelola TOGA. Hal tersebut dibuktikan dari hasil pre-test peserta. Setelah mengikuti kegiatan, peserta diberikan pengetahuan dan informasi tentang hipertensi dan pengelolaan serta pemanfaatan TOGA. Literatur lain menyebutkan bahwa kegiatan serupa dapat meningkatkan kepercayaan diri pada kader dalam memberikan edukasi tentang TOGA kepada masyarakat (Ebtavanny dkk., 2025). Dengan demikian, hasil dari kegiatan ini dapat berpotensi untuk mendukung kemandirian kesehatan masyarakat.

Pendekatan melalui masyarakat dinilai lebih efektif karena memiliki jangkauan yang luas, biaya implementasi rendah, serta mampu melibatkan masyarakat dalam pemeliharaan kesehatan (Questa dkk., 2020b).

Namun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan, yaitu jumlah peserta yang relatif kecil. Evaluasi pada kegiatan ini juga masih terbatas pada peningkatan pengetahuan, belum mencakup pengukuran perubahan sikap dan perilaku dalam penggunaan TOGA.

Peneliti menyimpulkan bahwa kegiatan pengabdian ini dapat meningkatkan pengetahuan kader dan lansia karena penyampaian materi dan rasa ingin tahu, kebersamaan, dan keterlibatan aktif peserta. Pelatihan langsung dan interaksi dua arah melalui diskusi membuat peserta merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk belajar TOGA di kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan teori pemberdayaan masyarakat yang menekankan bahwa pengetahuan akan lebih bermakna jika dikaitkan dengan pengalaman nyata. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa metode pendidikan partisipatif dapat meningkatkan kepercayaan masyarakat dalam menjaga kesehatan. Pada akhirnya, peneliti menemukan bahwa penggunaan TOGA bersama dengan edukasi hipertensi adalah cara sederhana tetapi efektif untuk membantu masyarakat lebih mandiri dalam menjaga kesehatannya. Peneliti berpendapat bahwa kegiatan pengabdian ini meningkatkan pengetahuan kader dan senior bukan hanya karena materi yang diberikan, tetapi juga karena rasa ingin tahu peserta, ikatan mereka, dan keterlibatan aktif selama kegiatan. Interaksi dua arah melalui diskusi dan pelatihan langsung membuat peserta merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk menerapkan TOGA dalam kehidupan sehari-hari. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan gambaran bahwa pemberdayaan kader dan lansia melalui edukasi dan pelatihan TOGA merupakan strategi efektif dalam mendukung upaya promotif dan preventif terhadap hipertensi. Sebagai rekomendasi, kegiatan seperti ini sebaiknya tidak berhenti hanya pada pemberian edukasi singkat, tetapi dilanjutkan menjadi program pemberdayaan yang berkesinambungan dengan dukungan Posbindu dan pemerintah desa. Misalnya, masyarakat bisa diajak membangun kebun TOGA bersama yang hasilnya dapat dimanfaatkan langsung untuk kesehatan keluarga. Para kader juga dapat didampingi agar lebih percaya diri dalam mengolah tanaman herbal menjadi ramuan atau produk sederhana yang bermanfaat. Jika program ini terintegrasi dengan layanan kesehatan di desa, manfaatnya akan lebih terasa nyata. Dengan cara ini, penelitian dan pengabdian serupa di masa depan bukan hanya menambah pengetahuan, tetapi juga benar-benar

membantu masyarakat mengubah kebiasaan dan menurunkan angka hipertensi secara nyata.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi mengenai hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan kader dan lansia, ditunjukkan dengan kenaikan skor rata-rata dari 87,14% menjadi 100% dengan signifikansi 0,001. Selain itu, pelatihan pengelolaan dan pemanfaatan TOGA efektif meningkatkan keterampilan peserta dalam mengolah tanaman herbal menjadi ramuan antihipertensi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Lambung Mangkurat (ULM) atas dukungan pendanaan yang telah diberikan dalam kegiatan Program Dosen Wajib Mengabdi (PDWA).

7. DAFTAR PUSTAKA

- Asri, Mulyono, S., & Khasanah, U. (2020). Pengaruh Pelatihan Kader Posbindu Terhadap Perilaku Deteksi Dini Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 5(1), 43-52.
- Cahaya, N., Sari, O. M., Rizki, M. I., Rahmatullah, S. W., Isnani, N., Ulya, S., Alifia, N., Salsabila, T., Sulistyowati, A., Kamelia, S. (2025). *Efektivitas Leaflet sebagai Media Edukasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Hipertensi pada Kegiatan Pengabdian Masyarakat di CFD Banjarbaru*, 3(2), 92-101.
- Ebtavanny, T. G., Hariadini, A. L., Firdaus, F. R., Achmad, A., Amalia, T., Nabilah, V. A., Fauzan, E., Azis, U. A., & Wibowo, A. A. (2025). Workshop dan Edukasi Pemanfaatan Herbal sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Keluarga pada Anggota PKK: Workshop and Education on Herbal Utilization to Enhance Family Health for PKK Members. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 10(4), 1036-1046.
- Fadillah, N. A., Riana, R., Rahman, F., Ayuningtias, S. S., & Susanto, W. E. (2022). Pembentukan Kader Hipertensi Sebagai Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pemantauan Kejadian Hipertensi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 714-720.
- Fatmasari, F. H., Trismarwati, D., Putri, F. M., Fadhilah, M. A., & Zufrida, A. (2022). Penyuluhan Budidaya Tanaman Toga di Desa Kepatihan Tulangan Sidoarjo: Budidaya Tanaman Toga. *Jurnal Penamas Adi Buana*, 6(01), 45-52.
- Hakim, A. R., Natantri, B. P., LIsaura, I. W., Putri, M. J., Rubina, M., Saputri, R., & Tambun, M. S. M. O. S. S. (2025). Peningkatan Pengetahuan Tentang Penyakit Hipertensi, Hiperlipidemia, Dan Diabetes Melitus Bagi Kader Kesehatan Di Desa Alat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Wadah Publikasi Cendekia*, 2(1), 55-61.

- Hanifa, N. I., Wirasisya, D. G., & Hasina, R. (2020). Penyuluhan Penggunaan TOGA (Taman Obat Keluarga) Untuk Pengobatan di Desa Senggigi. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(2), 87-92.
- Khasanah, U., Keperawatan, D., Panrita, S., Bulukumba, H., & Telfn, N. H. (2020). Pengaruh Pelatihan Kader Posbindu Terhadap Perilaku Deteksi Dini Hipertensi Pada Usia Dewasa Asri Sigit Mulyono Departemen Keperawatan Komunitas , Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia , Departemen Keperawatan Komunitas Fakultas Ilmu Keperawatan. 5(1), 43-52.
- Maulana, H. R., & Akbar, N. H. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Masyarakat dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) di Kelurahan Sungai Lulut Kecamatan Sungai Tabuk. *Jurnal Elektronik Mahasiswa Polanka*, 1(1), 21-25.
- Nasir, N. H., & Pusmarani, J. (2022). Pelatihan Budidaya Tanaman Herbal di Desa Puasana, Kecamatan Moramo Utara, Kabupaten Konawe Selatan. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 187-195.
- Safutri, W., Nurfala, Y., & Areza, M. (2023). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) dan Pelatihan Budidaya Tanaman di Desa Wonodadi RT. 002 RW. 002 Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 5(1), 1-7.
- Survey kesehatan indonesia (Ski). (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). Kemenkes, 235.
- Syamsurizal, Ayu, P., Rafil, M., Karisma, M. S. N., Jufri, M., & Rismawati, N. (2024). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi dan Gastritis di Desa Matolele Kecamatan Parigi Tengah Kabupaten Parigi Moutong. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(5), 1615-1621.
- Tampubolon, A., & Sihombing, J. P. (2022). Pembuatan Infusa Daun Seledri sebagai Obat Antihipertensi dan Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah dan Kolesterol pada Masyarakat Desa Tengah Kecamatan Pancurbatu. *Jurnal Abdi Masyarakat Kita*, 2(2), 179-190.
- Widayanti, C. H. T. (2025). Independent Care of Family Medicinal Plants and Acupressure for Blood Pressure in Hypertension. *Health Gate*, 3(1), 23-28.
- Wijayanti, E. W., Isfandiari, M. A., & Purnomo, A. Y. (2025). HAPPS (Health Analysis For Planning Prevention Service) di Kabupaten Magetan. *Jambura Journal Of Health Science And Research*, 7(2), 267-278.
- Safutri, W., Nurfala, Yamsi., & Areza, M. (2023). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Dan Pelatihan Budidaya Tanaman Di Desa Wonodadi Rt. 002 Rw. 002 Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(ABDI KE UNGU)*, 5(1), 1-7.
- Yanti, N. L. G. P., Oktaviani, N. P. W., Faidah, N., Adiputra, I. M. S., & Muliawati, N. K. (2022). Edukasi “Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)” Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara. *JAI : Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 1(2), 125-136.