

PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TERKAIT PEMANFAATAN TEH DAUN KELOR SEBAGAI SUPLEMENTASI HIPERTENSI DI KELURAHAN PINANG JAYA, BANDAR LAMPUNG

Yovita Endah Lestari^{*}, Rachmi Nurkhalika

Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

*Email korespondensi : yovita.el@malahayati.ac.id

ABSTRACT

Shifts in the trend of disease patterns from infection to noncommunicable diseases (NCD) must be a concern not only for health workers but also for the community and the government. One of them is hypertension or high blood pressure. Long-term use of standard drugs has been linked to side effects. This necessitates the use of natural materials with minimal side effects, as well as adjuvants in hypertension. This community service activity delivered information on how to make and the benefits of Moringa leaves as tea, which has not been used optimally in treatment. There was an increase in community understanding of the benefits of Moringa leaf tea after the socialization.

Keyword : Knowledge, Moringa leaf tea, Hypertension

ABSTRAK

Pergeseran tren pola penyakit dari infeksi ke Penyakit Tidak Menular (PTM) harus menjadi perhatian, tidak hanya bagi tenaga kesehatan tetapi juga bagi masyarakat dan pemerintah. Salah satunya adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi. Obat standard yang digunakan jangka panjang telah dikaitkan dengan efek samping. Hal ini membutuhkan penggunaan bahan alami dengan efek samping yang minimal, serta sebagai terapi adjuvan dalam hipertensi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan informasi tentang cara pembuatan dan manfaat daun kelor sebagai teh yang selama ini belum dimanfaatkan secara maksimal dalam pengobatan. Pemahaman masyarakat terhadap manfaat teh daun kelor meningkat setelah dilakukan sosialisasi.

Kata Kunci : Pengetahuan, Teh Daun Kelor, Hipertensi

PENDAHULUAN

Perubahan tren pola penyakit dari infeksi menuju penyakit tidak menular (PTM) merupakan hal yang harus menjadi perhatian tidak hanya bagi tenaga kesehatan, melainkan masyarakat hingga pemerintah. Hal ini berkaitan dengan beban yang harus ditanggung negara untuk meminimalisir kerugian disabilitas dini pada usia produktif, mulai dari penyelenggaraan tindakan promotif, preventif, hingga kuratif. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan satu dari sekian

PTM yang masih menjadi perhatian dan paling banyak diidap masyarakat. Pada tahun 2018, prevalensi penderita hipertensi mencapai 34.1% dengan jumlah kasus sejumlah 63.309.620 orang (Riskesdas, 2018). Penyakit yang ditandai oleh elevasi tekanan darah sistolik/diastolik $\geq 130/80$ mmHg ini menyandang julukan *silent killer* yang berdampak kematian tanpa menunjukkan keluhan atau gejala (CDC, 2021). Pengobatan standar yang kini masih berfokus pada penggunaan agen diuretik, simpatolitik, inhibitor renin inhibitor *angiotensin converting enzyme* (ACE), β -adrenergik, α_1/β -antagonis adrenergik, dan vasodilator dilaporkan menyebabkan efek samping pada penggunaan jangka panjang. Adapun efek samping yang terjadi antara lain detak jantung tidak normal, gangguan pengelihatatan, reaksi alergi, gagal ginjal, pusing, dan edema (Sinha & Agarwal, 2019).

Dewasa ini penggunaan produk alami masih menjadi pilihan sebagai alternatif pengobatan, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Minimnya efek samping, karena kandungan senyawa yang juga ada di dalam tubuh menjadikan pengobatan bahan alam sebagai pilihan dalam memelihara kesehatan sekaligus adjuvan dalam terapi PTM salah satunya hipertensi (Agrawal et al., n.d.; Kamyab et al., 2021). Tanaman kelor (*Moringa oleifera*), salah satu di antara banyaknya jenis tanaman herbal Indonesia, dilaporkan bermanfaat dalam menangani masalah hipertensi. Kandungan flavonoid dan fenolik ekstrak daun kelor dilaporkan beraksi sebagai penghambat spesies oksigen reaktif (ROS) pada pembuluh vaskular serta mengembalikan fungsi endotel yang disebabkan karena terbentuknya L-NAME akibat stres oksidatif, sehingga terjadi efek vasorelaksasi pada kondisi vasokonstriksi hipertensi (Aekthammarat et al., 2019; Tumer et al., 2015).

Sejauh ini pemanfaatan tanaman kelor yang mudah ditemukan di pekarangan rumah ini belum optimal. Masyarakat cenderung hanya mengenal tanaman ini sebagai bahan memasak dan tanaman hias alih-alih mengoptimalkan potensi farmakologisnya (Isnain & Muin, 2017). Oleh karena itu sosialisasi pemanfaatan teh daun kelor sebagai suplementasi anti-hipertensi perlu dilakukan pada ibu-ibu Kelurahan Pinang Jaya sebagai tonggak utama keluarga. Ibu-ibu Kelurahan Pinang Jaya diharapkan mampu memahami dan memanfaatkan

tanaman kelor guna memelihara kesehatan keluarga, juga mampu mentransformasikan ide sebagai peluang usaha untuk meningkatkan perekonomian dan kesejahteraan masyarakat setempat.

METODE

Kegiatan ini merupakan bagian dari rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat Program Studi S1-Farmasi Universitas Malahayati di Kelurahan Pinang Jaya, Kota Bandar Lampung. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 11 Desember 2022 dengan total peserta ibu-ibu PKK Kelurahan Pinang Jaya sejumlah 20 orang.

Adapun tahapan persiapan dan pelaksanaan kegiatan meliputi:

1. Persiapan Awal

Persiapan awal yang dilakukan meliputi survei lokasi dan koordinasi pada mengunjungi kantor Kelurahan Pinang Jaya, Kecamatan Kemiling Bandar Lampung terkait waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya dilakukan diskusi kebutuhan materi yang akan disampaikan. Selain itu dipersiapkan alat sosialisasi berupa LCD proyektor dan mikrofon. Bahan yang digunakan, yaitu *slide* materi berisi pemanfaatan teh daun kelor sebagai suplementasi anti hipertensi.

2. Sosialisasi

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan meliputi penyampaian materi dengan metode ceramah. Materi yang disampaikan meliputi manfaat teh daun kelor untuk memelihara kesehatan dan sebagai suplementasi pada kondisi hipertensi serta cara pembuatan teh daun kelor.

3. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan sebelum dan setelah penyampaian materi secara langsung. Responden diminta mengerjakan lembar evaluasi yang sama berisi 10 butir pertanyaan dengan jawaban berupa pilihan ganda terkait cara pembuatan dan manfaat teh daun kelor sebagai suplementasi pada kondisi hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan dilaksanakan di aula kantor Kelurahan Pinang Jaya, Kota Bandar Lampung. Kegiatan ini dihadiri oleh 20 peserta ibu-ibu setempat dengan distribusi peserta yang dapat dilihat pada Tabel 1. Melalui data demografi diketahui bahwa presentase tertinggi berada pada rentang usia 33-40 tahun sejumlah 30%. Mayoritas ibu-ibu Kelurahan Pinang Jaya berada pada usia produktif yaitu sejumlah 55% berada pada rentang usia 18-40 tahun. Kelompok usia produktif merupakan sasaran yang baik dalam rangka peningkatan pengetahuan kesehatan.

Kegiatan sesi pertama dimulai dengan edukasi terkait kandungan nutrisi dalam tanaman kelor berupa *phenolic acids, flavonoids, glucosinolates* dan 4-[(α -*L*-*rhamnosyloxy*)-*benzyl*]isothiocyanate yang beraktifitas sebagai antioksidan, antihipertensi, antihiperlikemi, dan anti kanker (Aekthammarat et al., 2019). Sesi ini dimaksudkan untuk memberi khazanah pengetahuan baru pada ibu-ibu Kelurahan Pinang Jaya untuk dapat memanfaatkan teh daun kelor tidak hanya sebagai bahan memasak, melainkan untuk memelihara kesehatan. Pemaparan materi dilanjutkan dengan memberikan informasi terkait cara pembuatan teh daun kelor.

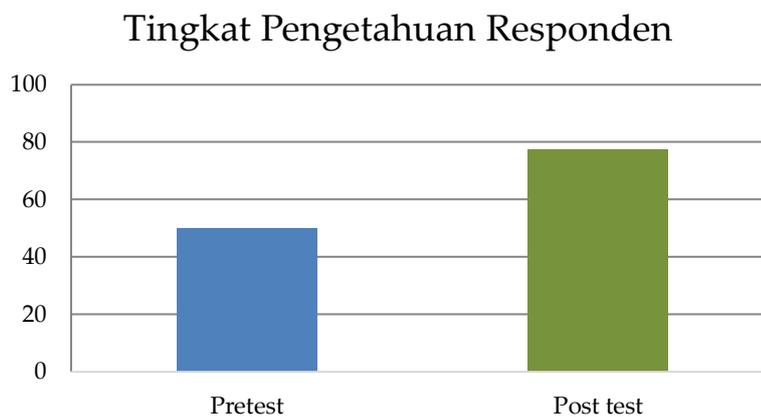
Tabel 1. Status Demografi Peserta Sosialisasi Pemanfaatan Teh Daun Kelor

| Status Demografi Peserta | n = 20 | n% |
|---------------------------------|---------------|-----------|
| Usia | | |
| 18-25 Tahun | 1 | 5% |
| 26-33 Tahun | 4 | 20% |
| 33-40 Tahun | 6 | 30% |
| 41-48 Tahun | 5 | 25% |
| 49-56 Tahun | 4 | 20% |
| Tingkat Pendidikan | | |
| SD | 7 | 35% |
| SMP | 3 | 15% |
| SMA/SMK | 10 | 50% |
| D III | | 0% |
| D IV/S 1 | | 0% |

| Pekerjaan | | | |
|------------------|----|-----|--|
| Buruh | 4 | 20% | |
| Ibu Rumah Tangga | 11 | 55% | |
| Wiraswasta | 5 | 25% | |

Sumber: Data penulis (2022)

Sebelum dan sesudah pemaparan materi, para responden diminta untuk mengerjakan lembar evaluasi yang berisi 10 butir pertanyaan yang sama memuat rangkaian informasi terkait cara pembuatan dan manfaat teh daun kelor sebagai suplementasi pada kondisi hipertensi. Hasil evaluasi tingkat pengetahuan responden dapat dilihat pada Gambar 2. Melalui uji *paired sample t-test* diperoleh tingkat sigifikansi 0.00 ($p \text{ value} < 0.05$). Hal ini menandakan adanya perbedaan signifikan pengetahuan responden terkait pemanfaatan teh daun kelor sebelum dan sesudah pemaparan materi. Pengetahuan 20 responden meningkat tinggi dari rata-rata *pre-test* sejumlah 50 menjadi 77.5 pada *post-test*. Hal serupa juga ditemukan pada hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh UPN Veteran Jakarta di Desa Kampung Utan Depok, yakni pemaparan materi terkait pembuatan dan pemanfaatan teh daun kelor meningkatkan pemahaman responden hingga 42% (Pradana et al., 2019).



Gambar 1. Hasil evaluasi pengetahuan responden, sebelum dan sesudah pemaparan materi

Sumber: Data penulis (2022)

Secara umum kegiatan berlangsung lancar. Masyarakat terlihat sangat antusias terhadap materi yang diberikan, dan muncul niat masyarakat untuk mendirikan UMKM dengan teh daun kelor sebagai produk utamanya.

SIMPULAN

Melalui hasil evaluasi dapat disimpulkan bahwa metode penyuluhan langsung kepada masyarakat Kelurahan Pinang Jaya, Bandar Lampung memberikan manfaat terutama dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait pemanfaatan teh daun kelor sebagai suplementasi hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aekthammarat, D., Pannangpetch, P., & Tangsucharit, P. (2019). Moringa oleifera leaf extract lowers high blood pressure by alleviating vascular dysfunction and decreasing oxidative stress in L-NAME hypertensive rats. *Phytomedicine*, *54*, 9–16
- Agrawal, M., Nandini, D., Sharma, V., & Chauhan, N. S. (2010). Herbal Remedies For Treatment Of Hypertension. *International Journal Of Pharmaceutical Sciences and Research*, *1*(5), 1-21
- CDC. (2021). *High Blood Pressure Symptoms, Causes, and Problems* | [cdc.gov](https://www.cdc.gov/bloodpressure/about.htm). Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/bloodpressure/about.htm>
- Isnain, W., & Muin, N. (2017). Ragam Manfaat Tanaman Kelor (*Moringa oleifera* Lamk.) bagi Masyarakat. *Buletin Eboni*, *14*(1), Article 1
- Kamyab, R., Namdar, H., Torbati, M., Ghojzadeh, M., Araj-Khodaei, M., & Fazljou, S. M. B. (2021). Medicinal Plants in the Treatment of Hypertension: A Review. *Advanced Pharmaceutical Bulletin*, *11*(4), 601–617
- Pradana, D. L. C., Revina, R., & Rifkia, V. (2019). Pelatihan Pembuatan Teh Daun Kelor Sebagai Antioksidan Dan Pencegah Diabetes Bagi Masyarakat Kampung Utan Depok. *Sabdamas*, *1*(1), Article 1.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan 2019 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sinha, A. D., & Agarwal, R. (2019). Clinical Pharmacology of Antihypertensive Therapy for the Treatment of Hypertension in CKD. *Clinical Journal of the American Society of Nephrology: CJASN*, *14*(5), 757–764
- Tumer, T. B., Rojas-Silva, P., Poulev, A., Raskin, I., & Waterman, C. (2015). Direct and Indirect Antioxidant Activity of Polyphenol- and Isothiocyanate-Enriched Fractions from *Moringa oleifera*. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, *63*(5), 1505–1513