

LAPAT (LANSIA PATUH OBAT) PADA PENDERITA HIPERTENSI & PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL JAHE (*Zingiber officinale*) UNTUK Mendukung Pengobatan Hipertensi

Gusti Ayu Rai Saputri*, Martianus Perangin Angin, Aza Mu'azzarah, Bunga Fisqia Irawan, Fayza Mahadhiti

Program Studi Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

*Email Koresponden Penulis: gustifamasi@malahayati.ac.id

ABSTRACT

Hypertension is a degenerative disease that is mostly suffered by the elderly. Elderly compliance in taking antihypertensive medication is one of the determining factors in controlling blood pressure. The cause of elderly non-compliance in taking hypertension medication is due to busy work, decreased memory when administering medication and the correct dosage of medication. One therapy that can be done in cases of hypertension is non-pharmacological therapy, by utilizing boiled ginger because the potassium content in ginger functions to slow the release of renin Angiotensin which can increase the excretion of water and sodium so that it will shrink and hypotension occurs. This community service activity aims to increase knowledge of processing ginger herbal drinks to support the treatment of hypertension. The method of this activity is counseling and filling out questionnaires and demonstrations of making ginger herbal drinks. From the results of the analysis related to the posttest and pretest, it was obtained information that before the material exposure the mothers obtained a percentage score (80%). While after the material exposure the mothers obtained a score (100%). The results obtained showed an increase which was a sign of the compiler's success in conducting counseling.

Keywords: Counseling, Elderly, Ginger, Hypertension

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit generatif yang penderitanya sebagian besar lansia, Kepatuhan lansia dalam minum obat antihipertensi menjadi salah satu faktor penentu dalam mengendalikan tekanan darah. Penyebab ketidakpatuhan lansia dalam minum obat hipertensi karena kesibukan dalam bekerja, menurunnya daya ingat saat waktu pemberian obat dan dosis obat yang benar. Terapi yang dapat dilakukan pada kasus hipertensi salah satunya yakni terapi non farmakologi, dengan pemanfaatan rebusan jahe karena kandungan kalium di dalam jahe berfungsi untuk memperlambat pembebasan renin Angiotensin yang bisa menambah ekskresi air dan natrium sehingga akan menyusut dan terjadilah hipotensi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pengolahan minuman herbal jahe untuk mendukung pengobatan hipertensi. Metode kegiatan ini adalah penyuluhan serta pengisian kuisioner dan demonstrasi pembuatan minuman herbal jahe. Dari hasil analisis terkait dengan posttest dan pretest, diperoleh informasi bahwa sebelum pemaparan materi ibu-ibu memperoleh skor persentase (80%)

Sedangkan setelah pemaparan materi ibu-ibu memperoleh skor (100%) Hasil yang diperoleh menunjukkan kenaikan yang menjadi penanda keberhasilan penyusunan dalam melakukan penyuluhan.

Kata kunci: Hipertensi, Penyuluhan, Lansia, Jahe

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit generatif yang penderitanya sebagian besar lansia. Meskipun tidak dapat dipungkiri bahwa hipertensi juga diderita oleh sebagian besar penderitanya ialah usia muda. Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada 2025 mendatang, diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. Data WHO menyebutkan bahwa di negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan Afrika memegang posisi tertinggi penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia Tenggara 36%. Pada kawasan Asia penyakit hipertensi telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang menderita hipertensi (Tarigan *et al.*, 2018).

Menurut *Department of Health and Human Service* (Kementerian Kesehatan, 2013), hipertensi ditemukan terbanyak pada populasi berusia di atas 65 tahun dengan prosentase 60-70%. Jenis hipertensi yang khas sering ditemukan pada lansia adalah *Isolated Systolic Hypertension (ISH)*, di mana tekanan sistolik saja yang tinggi (di atas 140 mmHg), namun tekanan diastolik tetap normal (di bawah 90 mmHg). Lansia sering terkena hipertensi disebabkan karena kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Pertambahan usia pada usia lanjut menyebabkan menurunnya elastisitas pembuluh darah perifer yang akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer yang pada akhirnya akan meningkatkan terjadinya hipertensi sistolik. Berbagai perubahan fisiologis yang terjadi pada berbagai organ tubuh terutama system peredaran darah salah satunya kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat, selain itu kesehatan mental seperti kemampuan berpikir misalnya mengingat mulai menurun dan berpengaruh pada kepatuhan minum obat lansia dibandingkan dengan usia muda (Harmili, 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2013, menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 36,8% di antaranya yang minum obat dan sebanyak 9,4 juta orang meninggal karena hipertensi. Terdapat 45% kematian akibat penyakit jantung dan 51% kematian akibat stroke disebabkan oleh hipertensi (Depkes RI, 2018) Menurut *American Heart Association* (AHA), penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Data *World Health Organization* (WHO) menyebutkan ada 50%-70% pasien yang tidak patuh terhadap obat antihipertensi yang diresepkan. Rendahnya kepatuhan terhadap pengobatan hipertensi berpotensi menjadi penghalang tercapainya tekanan darah yang terkontrol dan dapat dihubungkan dengan peningkatan biaya/rawat inap serta komplikasi penyakit jantung (WHO, 2013).

Kepatuhan lansia dalam minum obat antihipertensi menjadi salah satu faktor penentu dalam mengendalikan tekanan darah. Kepatuhan terhadap pengobatan didefinisikan sebagai perilaku seorang pasien dalam mentaati aturan, nasihat yang dianjurkan oleh petugas kesehatan selama menjalani pengobatan. Anjuran untuk mengikuti aturan dalam mengkonsumsi obat hipertensi secara teratur berguna untuk mengontrol tekanan darah, sehingga memerlukan kepatuhan dalam mengkonsumsi obat hipertensi tersebut. Lamanya pengobatan memunculkan rasa bosan, jenuh terhadap pengobatan yang dijalani, sehingga semakin lama menjalani pengobatan hipertensi menjadi penyebab ketidak patuhan dalam menjalani pengobatan (Afina, 2018).

Penyebab ketidakpatuhan lansia dalam minum obat hipertensi karena kesibukan dalam bekerja, menurunnya daya ingat saat waktu pemberian obat dan dosis obat yang benar, efek samping dari pengobatan seperti mengantuk, pusing, rasa mual selama mengkonsumsi obat hipertensi, menghentikan pengobatan saat keadaan membaik menjadi penyebab kurang patuh terhadap pengobatan hipertensi. Hal ini didukung oleh beberapa hasil penelitian tentang kepatuhan penderita hipertensi dalam minum obat, seperti (Afina, 2018), dalam penelitiannya di Posbindu Sumber Sehat Desa Kangkung Miranggen dengan melibatkan 63 lansia

sebanyak 63.5% memiliki tingkat kepatuhan rendah dalam minum obat hipertensi. Juga penelitian sama yang dilakukan oleh (Proboningsih dan Almahmudah, 2019) di Wilayah Kerja Puskesmas Pacar Keling Surabaya dengan melibatkan 30 responden menyimpulkan bahwa 90% responden tidak patuh terhadap pengobatan hipertensi. Penggunaan konsumsi obat hipertensi dalam jangka waktu yang lama menimbulkan stres, kurangnya dukungan dan perawatan selama pengobatan hipertensi.

Terapi yang dapat dilakukan pada kasus hipertensi ada dua yakni terapi farmakologi dan non farmakologi. Adapun pemberian farmakologi yakni terapi dilakukan dengan pemberian medikasi seperti obat – obatan antihipertensi. Seperti penghambat enzim pengubah angiotensin (ACE), diuretik, vasodilatator, beta blocker (Mancia *et al.*, 2013). Pengobatan hipertensi dengan terapi farmakologi bisa menyebabkan dampak seperti buang air kecil, lemas, mengidam, detak jantung tidak normal, sakit kepala, pusing, mual, gangguan pencernaan, dan kaki bengkak. Contoh terapi non farmakologi yang bisa menurunkan hipertensi adalah terapi rebusan jahe, karena banyak mengandung Glingerol yaitu senyawa yang bersifat kimia dimana berfungsi untuk menutup viltase-saluran kalsium dalam sel pembuluh darah akan terjadi vasokontruksi pembuluh di darah dimana dapat menurunkan kontraksi pada otot polos dinding arteri sehingga menyebabkan penyusutan tekanan pada darah. Selain itu kandungan kalium di dalam jahe berfungsi untuk memperlambat pembebasan renin Angiotensin bisa menambah ekskresi air dan natrium sehingga akan menyusut dan terjadilah hipotensi. Asal jahe dari Asia Pasifik kemudian tersebar dari India hingga Cina. Di Indonesia ada beberapa daerah yang menjadi pusat jahe yaitu Jawa Timur, Bengkulu, Jawa Barat, Sumatera Utara, dan Jawa Tengah. Jahe sudah digunakan sebagai bahan obat berbagai penyakit yaitu hepatoprotetif, gout rheumatoid antritis, hipoglikemi, osteoarthritis, migrain, penyakit pada sistem gastrointestinal, dan kardiovaskuler (Setyawan, 2015).

Tidak hanya jahe banyak terapi herbal yang bisa digunakan untuk menurunkan tekanan darah seperti. Madu adalah cairan nektar yang terdapat di dalam bunga yang telah mengalami proses secara alami oleh lebah sehingga menjadi cairan manis yang terdapat kandungan komponen fenolat seperti flavanoid, gula, enzim, protein, mineral, dan vitamin. Banyak manfaat yang dimiliki madu

seperti tidak menimbulkan efek samping bagi tubuh, regulasi glikemik, antioksidan, menaikkan respon sistem pada imun, antimikroba, memberikan efek hipotensi pada tekanan darah. Mengonsumsi madu bisa memberikan efek yang bisa menurunkan hipertensi dengan cara memberikan 20 ml madu serta diukur tekanan darah ketika 15 menit, 30 menit, serta 60 menit sesudah diberi madu (Hazwan *et al*, 2017).

MASALAH

Berdasarkan kegiatan yang sudah dilakukan kepada ibu - ibu petugas kebersihan di Universitas Malahayati Bandar Lampung memberikan edukasi betapa banyak ansia yang memiliki masalah dengan kepatuhan terhadap pengobatan, baik itu karena lupa, kesulitan mengingat jadwal obat, atau efek samping obat yang tidak nyaman. Kadang-kadang, lansia juga merasa bahwa mereka tidak memerlukan obat karena merasa kondisi mereka tidak terlalu buruk, sehingga mengurangi disiplin dalam mengonsumsi obat maka penjelasan yang jelas mengenai manfaat dan risiko jika tidak mengonsumsi obat dengan tepat dapat membantu meningkatkan kesadaran dan untuk pemanfaatan herbal jahe ini banyak ditemukan dimana mana manfaatnya selain sebagai bumbu masak jahe juga dikenal karena khasiatnya dalam pengobatan tradisional banyak sekali kegunaan jahe sebagai pengobatan tradisional bukan banyak untuk mendukung pengobatan hipertensi. Oleh karena itu kegiatan ini dilakukan dengan mempertimbangkan kesesuaian kondisi masyarakat sekitar dengan tema kegiatan pengabdian. Tema pengabdian yang berkaitan dengan pemanfaatan tanaman jahe yang dapat dijadikan sebagai minuman herbal jahe untuk mendukung pengobatan hipertensi.

METODE

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi dengan alat bantu banner, proyektor, laptop, kamera, poster, alat pengeras suara dan bingkisan. kegiatan diawali dengan pemberian *pretest* kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai LAPAT (Lansia Patuh Obat) dalam kehidupan sehari hari, Tahap selanjutnya mahasiswa melakukan demonstrasi pembuatan minuman herbal jahe, minuman jahe yang sudah jadi dibagikan kepada ibu- ibu petugas kebersihan Universitas Malahayati dan diberikan beberapa materi

tambahan atau edukasi tentang tanaman jahe setelah itu dilanjutkan dengan diskusi (tanya jawab) seputar materi yang disampaikan lalu kegiatan diakhiri dengan pemberian doorprize untuk semua ibu-ibu yang hadir sebagai apresiasi kepada peserta karena sudah hadir, kegiatan penyuluhan ditutup dengan foto Bersama dan ramah tamah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik “LAPAT (Lansia Patuh Obat) Pada Penderita Hipertensi & Pemanfaatan Tanaman Herbal Jahe (*Zingiber officinale*) Untuk Mendukung Pengobatan Hipertensi” telah dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 11 Desember 2024. Sebelum pelaksanaan kegiatan, terlebih dahulu dilakukan survei mengenai lokasi penyuluhan yang dilakukan di Laboratorium Universitas Malahayati yang dilakukan Bersama ibu-ibu petugas kebersihan Universitas Malahayati.

Patuh obat pada lansia adalah tingkat kepatuhan atau ketepatan lansia dalam mengikuti anjuran atau instruksi dokter terkait penggunaan obat-obatan yang diberikan. Kepatuhan dalam hal ini mencakup pengambilan obat sesuai dosis, waktu, frekuensi, serta durasi yang telah ditentukan oleh tenaga medis. Kepatuhan pengobatan ini sangat penting karena lansia sering kali mengonsumsi berbagai jenis obat karena kondisi medis yang lebih kompleks, dan kegagalan dalam mematuhi pengobatan dapat meningkatkan risiko komplikasi kesehatan. Kepatuhan terhadap pengobatan pada lansia merupakan masalah yang kompleks, karena usia lanjut sering kali disertai dengan berbagai perubahan fisik dan psikologis yang dapat memengaruhi cara mereka mematuhi terapi medis. Lansia dengan berbagai penyakit kronis, seperti hipertensi, diabetes, atau penyakit jantung, membutuhkan pengobatan yang rutin dan tepat agar dapat mengelola kondisi mereka dengan baik. Namun, ketidakpatuhan terhadap pengobatan masih menjadi masalah yang signifikan, yang dapat meningkatkan risiko komplikasi kesehatan dan memperburuk kualitas hidup. Lansia sering kali mengonsumsi beberapa obat (polifarmasi) untuk mengelola berbagai kondisi medis, yang menjadikannya lebih rentan terhadap masalah terkait kepatuhan obat. Kepatuhan obat yang buruk pada lansia dapat memperburuk kondisi medis yang ada, meningkatkan risiko

komplikasi, dan mengurangi kualitas hidup (Horne.R & Weinman J., 2002).

Kepatuhan terhadap pengobatan pada lansia, khususnya penderita hipertensi, merupakan masalah yang sangat penting, karena ketidakpatuhan dapat meningkatkan risiko komplikasi jangka panjang, seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Hipertensi adalah penyakit kronis yang sering ditemukan pada lansia, dan pengelolaannya yang tepat sangat bergantung pada kepatuhan pasien dalam mengikuti regimen pengobatan. Hipertensi sering kali disebut sebagai "*silent killer*" karena sering tidak menimbulkan gejala yang terlihat. Banyak lansia yang merasa sehat meskipun mereka memiliki tekanan darah tinggi, sehingga mereka merasa tidak perlu mengonsumsi obat secara teratur. Lansia perlu memahami bahwa hipertensi sering kali tidak menunjukkan gejala, tetapi tetap dapat menyebabkan kerusakan serius jika tidak diobati. Pengendalian hipertensi yang efektif memerlukan pendekatan yang terintegrasi, dengan kepatuhan pengobatan sebagai faktor kunci. Lansia sering kali menghadapi tantangan dalam mematuhi pengobatan karena faktor fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Oleh karena itu, strategi yang dirancang untuk meningkatkan kepatuhan obat pada lansia sangat penting dalam pengelolaan hipertensi. Salah satu cara untuk meningkatkan kepatuhan obat pada lansia adalah dengan menyederhanakan regimen pengobatan. Mengurangi jumlah dosis atau memilih obat yang perlu diminum hanya sekali sehari dapat mengurangi kebingungan dan meningkatkan kepatuhan (Zhou,S.J *et.al* 2018).

Salah satu tanaman herbal yang bisa sebagai pengobatan pendukung pada penderita hipertensi adalah jahe. Jahe (*Zingiber officinale*) adalah salah satu tanaman herbal yang telah digunakan secara tradisional untuk berbagai masalah kesehatan, termasuk untuk membantu mengontrol hipertensi. Jahe (*Zingiber officinale*) sendiri merupakan salah satu tanaman yang sudah populer sebagai rempah dan tanaman obat dengan banyak varietasnya. Jahe (*Zingiber officinale*) adalah tanaman yang tumbuh tegak dengan tinggi 30–60 cm. Daun tanaman jahe berupa daun tunggal, berbentuk lanset dan berujung runcing. Bunga jahe tumbuh dari rimpang menyembul ke permukaan berbentuk tongkat, mahkota bunga berbentuk tabung dan berwarna kuning hijauan. Mahkota bunganya terkadang berwarna ungu, berbentuk corong dengan panjang 2–2,5 cm. Tanaman jahe juga memiliki daun pelindung yang berbentuk bulat telur, tidak berbulu, dan berwarna

hijau cerah. Rimpang jahe merupakan batang yang tumbuh di bawah permukaan tanah secara mendatar yang memiliki buku- buku, ruas serta daun sisik pada permukaannya. Beberapa studi menunjukkan bahwa jahe memiliki sifat antihipertensi yang dapat berkontribusi dalam pengelolaan tekanan darah tinggi. Jahe merupakan herbal yang menjanjikan sebagai tambahan dalam pengelolaan hipertensi, baik sebagai pengobatan pendukung maupun sebagai suplemen untuk membantu menurunkan tekanan darah. Meskipun jahe dapat memiliki efek positif, penting untuk berkonsultasi dengan profesional medis sebelum menggunakannya sebagai terapi tambahan, terutama bagi mereka yang sudah mengonsumsi obat antihipertensi. Dengan pendekatan yang tepat, jahe dapat menjadi pilihan alami yang efektif dalam mendukung pengendalian hipertensi (Mohammadpour, *et al.* 2018).

Tahapan pertama yaitu dilakukan pretest berupa 10 soal pertanyaan benar atau salah dengan menceklis jawaban yang dianggap benar oleh target sasaran dengan membagikan kuisioner kepada target sasaran bertujuan untuk melihat pengetahuan masyarakat terhadap lansia patuh obat dan pemanfaatan tanaman herbal jahe untuk pendukung pengobatan hipertensi. Total Peserta Penyuluhan sebanyak 15 Peserta, data peserta dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

| No | Nama | Jenis Kelamin | Usia |
|-----|-------------|---------------|------|
| 1. | Yuliasmiati | Perempuan | 62 |
| 2. | Suarti | Perempuan | 63 |
| 3. | Cicin | Perempuan | 48 |
| 4. | Satija | Perempuan | 62 |
| 5. | Kinah | Perempuan | 58 |
| 6. | Komsinatum | Perempuan | 62 |
| 7. | Tara | Perempuan | 54 |
| 8. | Rita | Perempuan | 52 |
| 9. | Butugiyah | Perempuan | 53 |
| 10. | Patunungsih | Perempuan | 52 |
| 11. | Suniah | Perempuan | 42 |
| 12. | Heriyah | Perempuan | 60 |
| 13. | Suhanyanti | Perempuan | 49 |
| 14. | Meliek Heni | Perempuan | 59 |
| 15. | Sumarni | Perempuan | 48 |



Gambar 1. Pengisian Kuesioner Sebelum Giat Penyuluhan Oleh Responden

Dari kegiatan yang telah dilaksanakan diperoleh hasil yang memuaskan dimana ibu-ibu petugas kebersihan Universitas Malahayati yang hadir menyambut dengan rasa empati dalam melihat kegiatan yang dilaksanakan. Ibu-ibu disana sangat terlihat besar rasa ingin tahu tentang lansia patuh obat dan penggunaan tanaman herbal jahe untuk pendukung pengobatan hipertensi. Penyuluhan ini disampaikan oleh para mahasiswa dan diikuti dengan pemaparan materi menggunakan *powerpoint* dan pembagian poster kepada target sasaran agar mempermudah penyampaian orasi tentang lansia patuh obat & pemanfaatan tanaman jahe.

Pada saat menjelaskan materi juga diberitahukan bahwa ada dua jenis hipertensi, yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer adalah Hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya dengan pasti. Hipertensi primer merupakan jenis hipertensi yang paling sering terjadi, yaitu sekitar 90% dari total kasus hipertensi dan Hipertensi sekunder adalah Hipertensi yang disebabkan oleh penyakit lain yang mendasari, seperti penyakit ginjal, hipertiroidisme, atau penyakit jantung bawaan. Hipertensi sekunder hanya menyumbang 2–10% dari total kasus hipertensi (Messerli & Nunez, 2020). Dalam penyuluhan ini juga disampaikan manfaat dari jahe untuk penderita Hipertensi yaitu, Jahe dapat membantu melebarkan pembuluh darah, yang dapat mengurangi resistensi terhadap aliran darah dan menurunkan tekanan darah, Jahe memiliki sifat vasodilator, yang berarti dapat membantu meningkatkan aliran darah, sehingga mengurangi beban pada

jantung dan pembuluh darah, dan Jahe memiliki sifat anti-inflamasi, yang dapat membantu mengurangi peradangan pada pembuluh darah, meningkatkan elastisitas pembuluh darah, dan mengurangi risiko komplikasi terkait hipertensi. Namun, meskipun jahe bisa memberikan manfaat, penting untuk selalu berkonsultasi dengan dokter sebelum menggunakan jahe sebagai pengobatan tambahan untuk hipertensi, terutama jika sudah mengonsumsi obat-obatan antihipertensi atau memiliki kondisi medis lain.

Tahap selanjutnya mahasiswa melakukan demonstrasi cara pembuatan minuman Kesehatan sederhana yang sebagai pengobatan pendukung hipertensi, yang minuman tradisional tersebut dari kombinasi jahe dan madu secukupnya dinyatakan bahwa menggabungkan jahe dan madu dalam sebuah minuman herbal memberikan banyak manfaat kesehatan, karena kedua bahan ini memiliki khasiat yang saling melengkapi dan sebagai pendukung pengobatan penderita hipertensi. Di sini mahasiswa juga menjelaskan tentang simplisia jahe agar masyarakat lebih mudah untuk meminumnya. Simplisia jahe merujuk pada jahe yang digunakan dalam bentuk kering, yang biasanya telah diproses (dikeringkan) untuk disimpan dan digunakan dalam pengobatan herbal. Simplisia jahe ini dapat digunakan untuk membuat ramuan atau minuman herbal yang bermanfaat bagi kesehatan. Penggunaan simplisia jahe dalam bentuk kering atau potongan kering dapat lebih tahan lama dan lebih mudah disimpan dibandingkan dengan jahe segar. Simplisia jahe diminum dalam bentuk teh atau ramuan herbal merupakan cara yang praktis dan efektif untuk memperoleh manfaat kesehatan dari jahe. Selama proses demonstrasi kami juga membagikan minuman jahe yang sudah siap diminum kepada masyarakat yang hadir.



Gambar 2. Demonstrasi Pengolahan Minuman Herbal Jahe



Gambar 3. Minum Bersama Olahan Minuman Herbal Jahe

Antusiasnya masyarakat dalam sesi tanya jawab sangat memberikan nilai positif bagi masyarakat dan juga untuk melihat adanya peningkatan pengetahuan dari manfaat tanaman herbal jahe. Mereka sangat senang dengan adanya kegiatan seperti ini harapan masyarakat dengan adanya kegiatan seperti ini lagi dengan tema tema yang lain sehingga dapat menambah wawasan untuk mereka.

Terdapat beberapa kendala dikarenakan sasaran target lansia dan orang tua sehingga mahasiswa harus memperhatikan langkah-langkah dan penyesuaian bahasa setempat agar mudah dipahami dan tetap antusias selama berjalannya penyuluhan. Beberapa lansia dan orang tua meminta dibacakan pertanyaan dan

meminta dijelaskan maksud dari kuesioner tersebut sebelum menjawab sehingga mahasiswa membantu dalam pengisian. Setelah dilakukan uji pretest dan posttest didapatkan hasil peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai materi penyuluhan yang telah disampaikan. Setelah itu diberikan doorprize untuk semua ibu-ibu yang hadir untuk apresiasi kepada peserta karena sudah hadir, kegiatan penyuluhan ditutup dengan foto Bersama dan ramah tamah.

Data *pretest* dan *posttest* dianalisis untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan. Rata-rata nilai *posttest* lebih tinggi dibandingkan rata-rata nilai *pretest*.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan ini mampu memberikan manfaat dan pemahaman yang baik kepada ibu-ibu petugas kebersihan di Universitas Malahayati Bandar Lampung, sehingga dapat dikatakan bahwa kegiatan ini sukses. Hal ini sesuai dengan hasil pengabdian Susanti *et al.* (2023) bahwa kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan peserta.

Kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan yang telah diisi oleh peserta kemudian akan diperiksa dan diberi nilai. Berikut hasil kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan.

Tabel 2. Nilai Kuesioner Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

| No | Nama | Sebelum | Sesudah |
|-----|-------------|---------|---------|
| 1. | Yuliasmiati | 80 | 100 |
| 2. | Suarti | 90 | 100 |
| 3. | Cicin | 90 | 100 |
| 4. | Satija | 80 | 90 |
| 5. | Kinah | 70 | 90 |
| 6. | Komsinatun | 70 | 100 |
| 7. | Tara | 90 | 100 |
| 8. | Rita | 90 | 100 |
| 9. | Butuqiyah | 90 | 100 |
| 10. | Patuningsih | 80 | 90 |
| 11. | Suniah | 90 | 100 |
| 12. | Heriyah | 80 | 100 |
| 13. | Suhanyanti | 90 | 100 |
| 14. | Meliek Heni | 80 | 90 |
| 15. | Sumarni | 90 | 100 |

Melalui evaluasi hasil *Pretest* dan *Posttest* pemaparan materi dapat terlihat

bahwa terjadi peningkatan yang signifikan pada pemahaman ibu-ibu terkait LAPAT (Lansia Patuh Obat) pada penderita hipertensi dan pemanfaatan tanaman herbal jahe (*Zingiber officinale*) untuk mendukung pengobatan hipertensi. Sebelum pemaparan materi ibu-ibu memperoleh skor persentase yang berkisar antara (70%- 90%) dengan mayoritas mendapatkan skor persentase sebesar (80%) dari 10 pertanyaan. Sedangkan setelah pemaparan materi ibu-ibu memperoleh skor yang berada pada kisaran (90%-100%) dengan mayoritas skor persentase terbanyak sebesar (100%).

Terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara skor sebelum dan setelah penyuluhan yang dimana terdapat peningkatan antara pengetahuan sebelum dan setelah di lakukannya penyuluhan terkait materi LAPAT (Lansia Patuh Obat) pada penderita hipertensi dan pemanfaatan tanaman herbal jahe (*zingiber officinale*) untuk mendukung pengobatan hipertensi. Melalui studi ini dapat terlihat bahwa intervensi edukasi meningkatkan pengetahuan ibu-ibu petugas kebersihan Universitas Malahayati.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan yaitu Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan tentang LAPAT (Lansia Patuh Obat) Pada Penderita Hipertensi & Pemanfaatan Tanaman Herbal Jahe (*Zingiber officinale*) Untuk Pendukung Pengobatan Penderita Hipertensi di Laboratorium Universitas Malahayati Bersama ibu-ibu petugas kebersihan, terjadi peningkatan yang signifikan terkait pengetahuan masyarakat sebelum penyuluhan yaitu 80% dan sesudah penyuluhan yaitu 100% serta peserta mampu menganalisis jenis jahe yang baik dan bagaimana cara jahe untuk dijadikan minuman herbal jahe yang sehat. Peserta juga dapat mengolah jahe menjadi minuman herbal dengan benar, mulai dari pencucian, cara merebus yang benar sehingga menjadi minuman herbal.

DAFTAR PUSTAKA

- Afina, N.A., 2018. *Gambaran Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Pada Lansia Hipertensi di Posbindu Sumber Sehat Desa Kangkung Sragen.*
- Harmili, H.T., 2019. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pengobatan

- Hipertensi Pada Lansia: A Literature Review. *J. Ners Community*. 10(01): 115–131.
- Hazwan, A., Pinatih, G.N. indraguna, 2017. Gambaran Karakteristik Penderita Hipertensi dan Tingkat Kepatuhan Minum Obat di Wilayah Kerja Puskesmas Kintamani I. *Intisari Sains Media*. 8(2): 130–134.
- Horne.R & Weinman J. 2002. *Patient beliefs about prescribed medicines and their role in adherence to treatment in chronic*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013. Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia
- Mancia, G. (2013). 2013 ESH/ESC Guidelines for the Management of Arterial Hypertension. *Journal of Hypertension* , 1281-1357.
- Messerli, F. H., & Nunez, B. D. (2020). Hypertension: A Disease of the 21st Century. *American Journal of Medicine*, 133(1), 19-24.
- Mohammadpour, A.H.*et al*. 2018. *The effect of ginger on blood pressure in patients with hypertension*.
- Proboningsih, J., Almahmudah, M., 2019. Gambaran Kepatuhan Diet Dan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah kerja Puskesmas Pacar Keling Surabaya. *Pros. Semin. Nas. Kesehat. Poltekkes Kemenkes Surabaya* 6–10.
- Setyawan B., 2015. *Peluang Usaha Budidaya Jahe*. Edisi ke-1. Editor: Mona. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2015:17- 24.
- Tarigan, A.R., Lubis, Z., Syarifah, 2018. Pengaruh Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi di desa Hulu Kecamatan Pancur Batu. *J. Kesehatan*. No. 11(1). <https://doi.org/DOI:10.24252/jkesehatan.v11i1.5107>
- WHO. 2013. A Global Brief on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/79059/1/WHO_DCO_WHD_2013.2_eng.pdf?ua=1 – Diakses Oktober 2017
- Zhou, S.J. *et al*. 2018. *Factor influencing medication adherence in older adults with chronic diseases A systemstic review*.