

Edukasi Cara Pengolahan Sediaan Herbal Untuk Hipertensi di Kampung Ketupat RT. 07 Kota Banjarmasin

Pebrianti, Zahra Desy Safitri, Michael Elisier, Nawwal, Nur Syifa, Ani

Agustina*, Rohama

Universitas Sari Mulia, Banjarmasin, Indonesia

*Corresponding Author: aniagustina.id@gmail.com

Info Artikel

Diterima: 03/11/2025

Direvisi: 09/02/2026

Disetujui: 15/03/2026

Abstract. *The rapid advancement of science and technology in pharmaceutical preparations has not entirely shifted public preference toward modern medicine. This is evident from the fact that many community groups continue to use herbal plants as alternative therapeutic options, although their knowledge regarding appropriate use remains limited. This community engagement program aimed to improve residents' knowledge and skills in Kampung Ketupat RT. 07, Banjarmasin City, in the utilization of herbal plants as antihypertensive agents. The program consisted of three phases: the preparation phase (survey and material development), the implementation phase (education and a workshop on celery juice preparation), and the evaluation phase, which involved comparing pre-test and post-test results. Educational activities were conducted in person using leaflets as learning media. The results showed an improvement in participants' knowledge, as indicated by an increase in the number of participants with good knowledge levels—from 4 (26.67%) before the intervention (pre-test) to 10 (66.67%) after the educational session (post-test).*

Keywords: *Alternative medicine, Education, Herbal therapy, Hypertension, Medical plants.*

Abstrak. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi sediaan farmasi yang bergerak sangat cepat tidak membuat masyarakat sepenuhnya beralih pada pengobatan modern. Hal ini terlihat dari bagaimana sebagian besar kelompok masyarakat masih memanfaatkan tanaman herbal sebagai alternatif pengobatan, tetapi pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatannya masih terbatas. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Kampung Ketupat RT. 07, Kota Banjarmasin dalam pemanfaatan tanaman herbal sebagai antihipertensi. Kegiatan ini terbagi menjadi tiga tahap, yaitu tahap persiapan (survei dan penyusunan materi), pelaksanaan (edukasi dan pelatihan pembuatan jus seledri), serta evaluasi dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest*. Edukasi dilakukan secara langsung dengan menggunakan media *leaflet*. Diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta. Hal ini ditunjukkan oleh terjadinya peningkatan jumlah peserta dengan tingkat pengetahuan baik, hanya empat peserta (26,67%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik ditinjau dari skor *pretest*, kemudian meningkat menjadi 10 peserta (66,67%) setelah pemberian edukasi ditinjau dari skor *posttest*.

Kata Kunci: *Dashboard tata kelola keuangan, Sistem informasi keuangan, Black-box testing, User acceptance testing.*

How to Cite: Pebrianti, P., Safitri, Z. D., Elisier, M., Nawwal, N., Syifa, N., Agustina, A., & Rohama, R. (2026). Edukasi Cara Pengolahan Sediaan Herbal Untuk Hipertensi di Kampung Ketupat RT. 07 Kota Banjarmasin. *Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 132-139. <https://doi.org/10.37478/abdika.v6i2.6989>



Copyright (c) 2026 Pebrianti, Zahra Desy Safitri, Michael Elisier, Nawwal, Nur Syifa, Ani Agustina, Rohama. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Pendahuluan

Hipertensi merupakan kondisi medis kronis serius yang meningkatkan mortalitas akibat penyakit kardiovaskular dan ginjal. Kondisi ini terjadi ketika tekanan yang dirasakan oleh pembuluh darah terlalu tinggi. Tekanan darah dihasilkan oleh kekuatan darah yang mendorong dinding pembuluh darah arteri saat dipompa oleh jantung. Semakin tinggi tekanannya, semakin keras jantung harus memompa dan semakin besar kerusakan yang ditimbulkan oleh tekanan yang berlebih. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik (TDS) ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik (TDD) ≥ 90 mmHg (World Health Organization, 2023).

Berdasarkan *Global Report* yang dipublikasikan pada tahun 2023 oleh World Health Organization (WHO), dinyatakan bahwa terjadi peningkatan dua kali lipat penderita hipertensi di dunia antara tahun 1990 dan 2019, dari 650 juta menjadi 1,3 miliar. Hipertensi diperkirakan memengaruhi 33% orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia. Secara global, prevalensi hipertensi sedikit lebih tinggi pada pria (34%) dibandingkan dengan wanita (32%) (World Health Organization, 2023). Prevalensi hipertensi berdasarkan

hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 secara nasional mencapai 30,8%. Sedangkan, di Kalimantan Selatan prevalensi penderita hipertensi mencapai 35,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Terlepas dari ketersediaan berbagai pilihan pengobatan antihipertensi modern, kontrol tekanan darah cenderung tetap buruk terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Hal ini dikaitkan dengan kurangnya kesadaran akan pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan yang diberikan dan pengobatan yang tidak disertai dengan modifikasi gaya hidup (Francis *et al.*, 2024). Selain itu, seiring meningkatnya kesadaran masyarakat tentang bahaya yang ditimbulkan akibat penggunaan bahan kimia yang terkandung dalam obat-obatan modern, masyarakat mencari alternatif pengobatan dan kembali terdorong untuk menggunakan obat-obatan herbal dengan memanfaatkan potensi tanaman berkhasiat obat yang telah dibuktikan khasiatnya secara ilmiah melalui berbagai penelitian dengan risiko efek samping yang lebih kecil (Aseptianova, 2019). Efek samping dari antihipertensi seperti pusing, mual, edema, dan kram otot serta kepercayaan budaya dinyatakan sebagai alasan yang teridentifikasi dalam peralihan kembali ke penggunaan obat herbal. Secara global, 80% populasi ditemukan reseptif terhadap penggunaan obat herbal dalam mengobati penyakit. Prevalensi penggunaan obat herbal tradisional sebagai pelengkap pengobatan dengan antihipertensi sebesar 47,5% (Francis *et al.*, 2024).

Obat herbal digunakan sebagai terapi tambahan atau pelengkap dan dikombinasikan dengan antihipertensi. Obat herbal adalah terapi berbasis biologis yang umumnya merupakan tanaman yang dikeringkan, diproses dengan cara direbus atau diinfuskan (Francis *et al.*, 2024). Metabolit sekunder dari beberapa tanaman mempunyai efek antihipertensi. Sebagian besar tanaman obat seperti seledri, bawang putih, serai, dan jinten hitam mengontrol dan menurunkan tekanan darah dengan mengerahkan sifat antioksidan dan antiinflamasi serta merangsang persinyalan eNOS-NO yang membantu vasodilatasi pembuluh darah (Kamyab *et al.*, 2021).

Tinjauan menunjukkan bahwa konsumsi antihipertensi dan obat herbal tradisional secara bersamaan menunjukkan hasil penurunan tekanan darah yang positif. Namun, beberapa kombinasi spesifik obat herbal tradisional dengan antihipertensi menyebabkan timbulnya interaksi obat, seperti kombinasi *Phyllanthus emblica* dengan amlodipine yang mengakibatkan nyeri muskuloskeletal, sesak napas, dan ketidaknyamanan epigastrik. Efek samping tertentu dapat muncul karena kurangnya pedoman dosis yang tepat, dan terbatasnya keterampilan serta pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman herbal sebagai alternatif pengobatan hipertensi. Oleh karena itu, untuk menghindari masalah kesehatan yang merugikan, komunikasi dan konsultasi dengan tenaga medis sebelum penggunaan bersamaan obat herbal tradisional dan antihipertensi harus dipertimbangkan (Francis *et al.*, 2024).

Selain itu, diperlukan edukasi yang konsisten dan berkelanjutan berbasis bukti (*evidence-based*) untuk meningkatkan keterampilan serta pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman herbal secara tepat dan rasional. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan masyarakat Kampung Ketupat RT. 07, Kota Banjarmasin, sehingga diharapkan masyarakat akan lebih berperan aktif dalam peningkatan derajat kesehatannya.

Metode Pelaksanaan

Sasaran kegiatan penyuluhan ini adalah masyarakat yang bertempat tinggal di kawasan Kampung Ketupat RT 07, Kota Banjarmasin, Provinsi Kalimantan Selatan. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini terbagi dalam tiga tahap, yaitu: 1) tahap persiapan; 2) tahap pelaksanaan; 3) tahap evaluasi.

Pada tahap persiapan dilakukan silaturahmi dan survei antara tim penyuluhan dan Ibu Ketua RT 07. Kegiatan ini bertujuan untuk melakukan koordinasi penyelenggaraan kegiatan. Pada tahap ini juga dilakukan pembuatan materi berupa *leaflet* mengenai olahan tanaman herbal yang akan dipraktikkan kepada sasaran kegiatan serta pembuatan kuesioner *pretest* dan *posttest* sebagai bahan evaluasi. Kuesioner yang diberikan terdiri dari 8 pertanyaan pilihan ganda. Bentuk olahan sediaan herbal yang dipilih adalah jus dari tanaman seledri yang berkhasiat sebagai antihipertensi.



Gambar 1. Leaflet yang digunakan untuk edukasi pengolahan sediaan herbal untuk hipertensi

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan pra-test sebelum dilakukan penyuluhan. Setelah pelaksanaan *pretest*, dilakukan pemberian edukasi secara langsung. Metode ini dipilih karena interaksi langsung dengan

masyarakat diharapkan dapat menciptakan komunikasi yang lebih aktif. Edukasi oleh tim penyuluhan dalam bentuk pemaparan materi dengan media *leaflet*, Tim penyuluhan kemudian mempraktikkan pengolahan jus seledri. Kegiatan ditutup dengan sesi tanya jawab dan pelaksanaan *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan.

Pada tahap akhir dilakukan evaluasi terhadap pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi hipertensi. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest*. Hasil dari evaluasi ini dapat digunakan untuk memperbaiki pendekatan dan materi penyuluhan agar lebih sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Tingkat pengetahuan peserta diketahui dengan menggunakan total skor dari kuesioner *pretest* dan *posttest*. Penilaian dilakukan dengan cara menghitung jumlah benar dibagi dengan jumlah soal. Arikunto (2013) mengkategorikan tingkat pengetahuan menjadi tiga, yaitu: 1) baik apabila skor 76-100; 2) cukup apabila skor 60-75; 3) kurang apabila skor < 60.

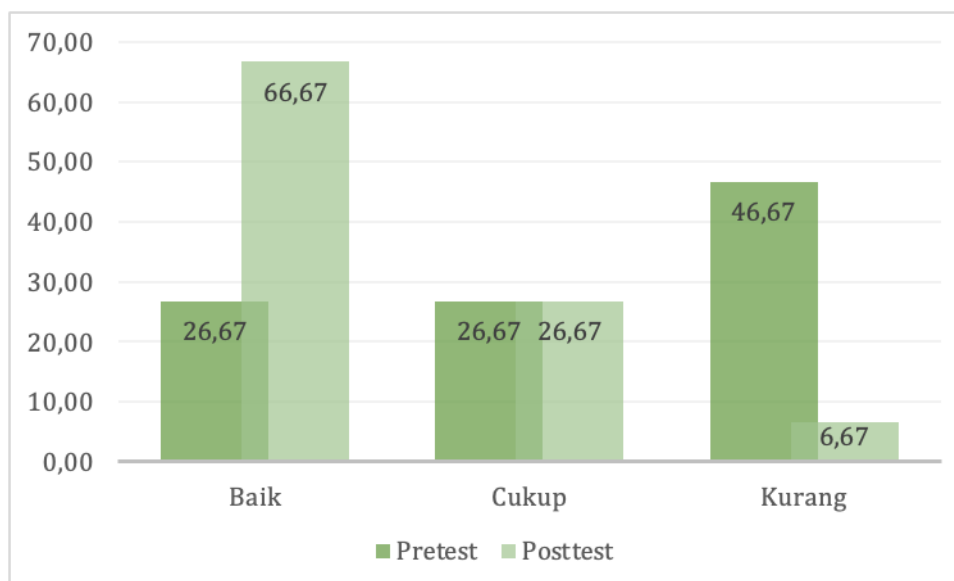
Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan edukasi cara pengolahan sediaan herbal untuk terapi hipertensi di Kampung Ketupat RT 07, Kota Banjarmasin dihadiri sebanyak 15 peserta. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 8 Agustus 2025 pukul 15.00 – 16.00 WITA. Kegiatan diawali dengan lembar *pretest* yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan masyarakat sebelum diberikan edukasi. Setelah *pretest* selesai dikerjakan, tim penyuluhan memberikan edukasi kepada peserta dengan melakukan pemaparan materi mengenai pemanfaatan seledri sebagai penurun tekanan darah tinggi menggunakan media *leaflet*. Kegiatan dilanjutkan dengan praktik cara pengolahan jus seledri sebagai sediaan herbal yang berkhasiat sebagai antihipertensi.



Gambar 2. Penyuluhan yang dilakukan kepada para peserta setelah dilakukan *pretest*

Kegiatan diakhiri dengan pelaksanaan sesi tanya jawab dan pembagian lembar *posttest*. Pada sesi tanya jawab yang diadakan, peserta nampak antusias melemparkan pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan topik penyuluhan. Kegiatan ditutup dengan pembagian lembar *posttest* yang bertujuan untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan peserta terhadap materi yang telah dipaparkan. Hasil *pretest* dan *posttest* disajikan pada Gambar 3.



Gambar 3. Diagram hasil evaluasi pretest dan posttest peserta penyuluhan

Berdasarkan tabel tersebut, sebelum dilakukan penyuluhan terdapat 4 peserta (26,67%) dengan tingkat pengetahuan baik, terdapat 4 peserta (26,67%) dengan tingkat pengetahuan cukup, dan 7 peserta (46,67%) dengan tingkat pengetahuan yang kurang. Setelah dilakukan penyuluhan, terdapat 10 peserta (66,67%) dengan tingkat pengetahuan baik, 4 peserta (26,67%) dengan tingkat pengetahuan yang cukup, dan 1 peserta (6,67%) dengan tingkat pengetahuan yang kurang. Hasil evaluasi sebelum dan sesudah penyuluhan tersebut dianalisis menggunakan uji statistik nonparametrik, berupa uji Wilcoxon. Diketahui bahwa pengetahuan peserta meningkat secara signifikan setelah dilakukan penyuluhan dibandingkan dengan pengetahuan sebelum dipaparkan materi ($p < 0,05$). Pada data tersebut diketahui bahwa 5 peserta menunjukkan skor yang konstan, sementara 10 peserta mengalami peningkatan skor. Hal ini terjadi karena muncul rasa ingin tahu pada peserta setelah dilakukannya *pretest*, sehingga peserta akan menyimak penyuluhan yang diberikan untuk mencari tahu pernyataan yang benar mengenai *pretest* yang telah diberikan.

Sebagai bagian dari upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Kampung Ketupat RT 07, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan dalam pemanfaatan tanaman herbal, telah dilaksanakan pelatihan pembuatan jus seledri yang berkhasiat sebagai antihipertensi. Seledri dipilih sebagai bahan utama karena kemudahannya dalam didapatkan dan pembudidayaannya serta khasiat tanaman tersebut telah dibuktikan secara ilmiah. Seledri (*Apium graveolens*) telah ditanam selama lebih dari 200 tahun untuk tujuan pengobatan sebelum dikonsumsi sebagai bahan makanan. Metabolit sekunder yang terkandung dalam seledri seperti 3-n-*buthylphthalide* (NBP) dan apigenin diketahui dapat membantu menurunkan tekanan darah dengan bertindak sebagai diuretik, vasodilator, dan penghambat kanal kalsium. Tidak seperti obat golongan diuretik pada umumnya, seledri tidak mengganggu keseimbangan elektrolit seperti kadar natrium dan kalium dalam darah. Hal ini menjadi alasan seledri telah digunakan untuk mengobati dan mengontrol tekanan darah untuk waktu yang lama dengan hasil yang efektif, tanpa efek samping (Alobaidi & Saleh, 2024).

Tujuh studi eksperimental yang dilakukan pada manusia mengonfirmasi bahwa seledri menunjukkan efek positif terhadap tekanan darah. Bahkan, secara statistik, enam studi menunjukkan penurunan tekanan darah yang signifikan setelah pemberian seledri (Alobaidi & Saleh, 2024). Salah satu studi adalah laporan kasus seorang pria tua berusia 74 tahun dengan diagnosis hipertensi kronis yang mengalami efek samping akibat penggunaan antihipertensi. Tiga obat berbeda yang digunakan menimbulkan rasa tidak nyaman pada dada dan nyeri lain di seluruh tubuh. Tenaga kesehatan di fasilitas penyedia layanan kesehatan primer yang dikunjunginya menambahkan jus seledri sebagai alternatif pengobatan. Hasil menunjukkan pemberian jus seledri setiap pagi dalam rejimen pengobatannya selama enam bulan menghasilkan respons positif dengan pengurangan tekanan darah sistolik (TDS) sebesar 32 mmHg. Pasien juga menyatakan bahwa satu-satunya perubahan pola makan adalah konsumsi jus seledri tersebut (Illes, 2021).

Pada sebuah penelitian dengan metode *kuasi-eksperimen* yang dilakukan terhadap penderita hipertensi di Desa Bakalan, Jepara pada tahun 2019 dengan total 24 peserta yang terdiri dari 12 peserta pada kelompok intervensi yang diberikan jus seledri dan 12 peserta pada kelompok kontrol yang diberikan perlakuan berupa diet garam. Tekanan darah diukur sebelum diberikan perlakuan, Kelompok intervensi memiliki rata-rata tekanan darah sistolik (TDS) 151,83 mmHg dan tekanan darah diastolik (TDD) 96,25 mmHg. Sedangkan, kelompok kontrol memiliki rata-rata tekanan darah sistolik (TDS) 143,33 mmHg dan tekanan darah diastolik (TDD) 92,83 mmHg. Setelah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik (TDS) 134,25 mmHg dan tekanan darah diastolik (TDS) 85,75 mmHg. Sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata tekanan darah sistolik (TDS) 141,92 mmHg dan tekanan darah diastolik (TDD) 88,08 mmHg. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$), yang berarti jus seledri memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Jepara (Azizah *et al.*, 2020).



Gambar 4. Dokumentasi kegiatan penyuluhan bersama peserta di Kampung Ketupat RT.07 Kota Banjarmasin

Dalam pelatihan yang diadakan, para peserta diajarkan mengenai cara pengolahan yang tepat untuk menghasilkan sediaan herbal yang berkualitas

secara sederhana. Selain transfer keterampilan praktis dalam pembuatan jus seledri, pelatihan ini juga memberikan pengetahuan tentang tanaman-tanaman yang berkhasiat sebagai antihipertensi, tips penting dalam mengonsumsi tanaman herbal sebagai antihipertensi, serta bahaya hipertensi dan cara pencegahannya melalui pemaparan materi menggunakan media *leaflet*. Dewi *et al.* (2021) menyatakan bahwa penggunaan *leaflet* akan mampu memberikan pengaruh terhadap perubahan pengetahuan peserta. Hal ini disebabkan oleh *leaflet yang* dibuat semenarik mungkin dengan bahasa yang sederhana agar pesan dapat tersampaikan dengan baik. Sehingga, *leaflet* dapat digunakan oleh apoteker sebagai salah satu media untuk mengedukasi masyarakat.

Simpulan dan Tindak Lanjut

Kegiatan edukasi cara pengolahan sediaan herbal untuk terapi hipertensi yang dilaksanakan di Kampung Ketupat RT 07, Kota Banjarmasin berhasil meningkatkan pengetahuan peserta. Hal ini ditunjukkan oleh terjadinya peningkatan jumlah peserta dengan tingkat pengetahuan baik, hanya empat peserta (26,67%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik ditinjau dari skor *pretest*, kemudian meningkat menjadi 10 peserta (66,67%) setelah diberikan edukasi dan diukur melalui skor *posttest*. Dampak dari kegiatan ini, meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap potensi tanaman herbal yang dapat memberikan manfaat bagi kesehatan. Sehingga, diharapkan masyarakat dapat lebih memanfaatkan tanaman herbal di sekitarnya secara tepat, rasional dan optimal.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan kepada pihak Rektorat Universitas Sari Mulia Banjarmasin yang telah memberikan dukungan secara material terhadap kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang diselenggarakan oleh Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker (PSPPA) Jurusan Farmasi Universitas Sari Mulia.

Daftar Pustaka

- Alobaidi, S., & Saleh, E. (2024). Antihypertensive Property of Celery: A Narrative Review on Current Knowledge. *International Journal of Food Science*, 2024. <https://doi.org/10.1155/2024/9792556>
- Arikunto, S. (2013). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. In *Rineka Cipta*. Rineka Cipta. <https://doi.org/10.9734/jpri/2021/v33i57a33965>
- Aseptianova, A. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Untuk Pengobatan Keluarga Di Kelurahan Kebun Bunga Kecamatan Sukarami-Kota Palembang. *Batoboh*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.26887/bt.v3i1.680>
- Azizah, N. C. N., Astuti, D., Fanani, Z., Karyati, S., & Kurnia, W. (2020). The Influence of Celery Juice Againsts Blood Pressure Reduction in Hypertension. *Journal of Physics: Conference Series*, 1477(6). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1477/6/062009>
- Dewi, R. S., Aryani, F., & Hidayani, Y. (2021). Pengaruh Pemberian Leaflet Terhadap Pengetahuan Masyarakat tentang Obat Tradisional. *JURNAL MANAJEMEN DAN PELAYANAN FARMASI (Journal of Management and Pharmacy Practice)*, 11(2), 114. <https://doi.org/10.22146/jmpf.60889>
- Francis, N. S., Lim, Y. M., Mat, S., & Loganathan, A. (2024). Effectiveness of herbs taken concurrently with antihypertensive drugs in managing hypertension and lipid outcomes. A systematic review and meta-analysis.

- Complementary Therapies in Medicine*, 83(June), 103058.
<https://doi.org/10.1016/j.ctim.2024.103058>
- Illes, J. D. (2021). Blood Pressure Change After Celery Juice Ingestion in a Hypertensive Elderly Male. *Journal of Chiropractic Medicine*, 20(2), 90–94.
<https://doi.org/10.1016/j.jcm.2021.04.001>
- 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. <https://doi.org/10.34172/APB.2021.090>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka Data Akurat Kebijakan Tepat. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan*.
- World Health Organization (WHO). (2023). Global report on hypertension: the race against a silent killer. In *World* (Vol. 01).