

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 1 No. 3	Edition: April 2021 – Juni 2021
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 21 Juni 2021	Revised: -----	Accepted: 30 Juni 2021

PENYULUHAN MANFAAT PERASAN BUAH MENGGKUDU DALAM MENURUNKAN HIPERTENSI

EXPLANATION OF THE BENEFITS OF NONI FRUIT IN REDUCING HYPERTENSION

Hariati¹, Sulastri Br Ginting², Zuliawati¹, Rentawati Purba¹, Dewi Tiansa Barus¹

¹Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail: hariati1092@gmail.com

Abstract

Hypertension is a state of increasing blood pressure beyond normal limits. Hypertension is often accompanied by symptoms that cause discomfort to the sufferer. The symptoms experienced are headache, palpitations, difficulty breathing, fatigue and blurred vision. To lower blood pressure to reduce the symptoms felt can be done by using noni fruit. Iuni action is very practical, cheap and easy and can be done by everyone. This action is still rarely performed by patients in the community when experiencing increased blood pressure. The service was carried out on 15 people who had hypertension. The service implementation team provided training on how to process noni in the work area of the Patumbak Health Center. The team made home visits as an evaluation of the service program. The outreach activities went smoothly. There were 5 patients who asked about the counseling material. The importance of conducting regular outreach activities to the community about other complaints they suffer to improve their health status.

Keywords: *Noni Fruit, Hypertention*

Abstrak

Hipertensi merupakan keadaan peningkatan tekanan darah melebihi batas normal. Hipertensi sering sekali disertai dengan gejala yang menyebabkan tidak nyaman pada penderitanya. Gejala – gejala yang dialami yaitu, sakit kepala, jantung berdebar, sulit bernafas, mudah lelah dan pandangan kabur. Untuk menurunkan tekanan darah untuk mengurangi gejala yang dirasakan dapat dilakukan dengan cara pemanfaatan buah mengkudu. Tindakan ini sangat praktis, murah dan mudah serta dapat dilakukan oleh semua orang. Tindakan ini masih jarang dilakukan oleh pasien di komunitas ketika mengalami tekanan darah meningkat. Pengabdian dilakukan pada 15 orang yang mengalami hipertensi. Tim pelaksanaan pengabdian memberikan pelatihan cara mengolah mengkudu yang berada di wilayah kerja Puskesmas Patumbak. Tim melakukan kunjungan rumah sebagai evaluasi program pengabdian. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar. Terdapat 5 pasien yang bertanya tentang materi penyuluhan. Pentingnya dilakukan kegiatan penyuluhan rutin kepada masyarakat tentang keluhan lainnya yang diderita untuk meningkatkan derajat kesehatan.

Kata Kunci : Mengkudu, Hipertensi

1. PENDAHULUAN

Hampir di setiap negara, terutama negara - negara maju, hipertensi adalah persoalan publik yang sering menjadi penyebab utama kematian. Walaupun Indonesia belum termasuk negara maju, tetapi hipertensi telah menjadi salah satu faktor penyebab kematian yang terbesar dan jumlahnya terus meningkat setiap tahunnya. World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menyadari hipertensi, jumlah terkena

hipertensi terus meningkat setiap tahun, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya.

Berdasarkan dari data Departement Kesehatan Indonesia, bahwa hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan Tb paru, yakni mencapai sekitar 6,7% populasi kematian yang terjadi. sedangkan menurut Kemenkes (kementerian kesehatan), bahwa hipertensi merupakan penyakit yang sangat berbahaya, karena tidak ada gejala dan tanda peringatan. penderita hipertensi pada tahun 2014 berjumlah 44 orang, tahun 2015 berjumlah 56 orang dan pada tahun 2016 berjumlah 108 orang.

Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia tahun 2014, kasus hipertensi merupakan salah satu penyakit terbanyak di Indonesia dari 10 besar penyakit rawat inap di rumah sakit, angka Case Fatality Rate (CFR) mencapai 4,81 % , hipertensi di profil Indonesia sebesar (26,5 %) pada tahun 2013. Data yang didapat dari dinas kesehatan Indonesia Sumatra utara, tercatat 50162 orang.

Maka dari itu tekanan darah tinggi/ hipertensi dapat diturunkandengan mengkonsumsi obat-obat tradisional yaitu salah satunya obat tradisional yang bisa dimanfaatkan dan dipercaya sjak lama dan mampu menurunkan hipertensi adalah mengkudu.mengkudu merupakan tanaman yang sudah lama dimanfaatkan sebagai obat baik bagi tubuh maupun akarnya.

Maslah yangs erring terjadi di masyarakat semakin banyaknya keluhan kepala pusing, setelah melakukan pengecekan tekanna darah. Tekanan darah meningkat. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan masalah yang ada. Masalah tersebut dalapt diselesaikan dengan:

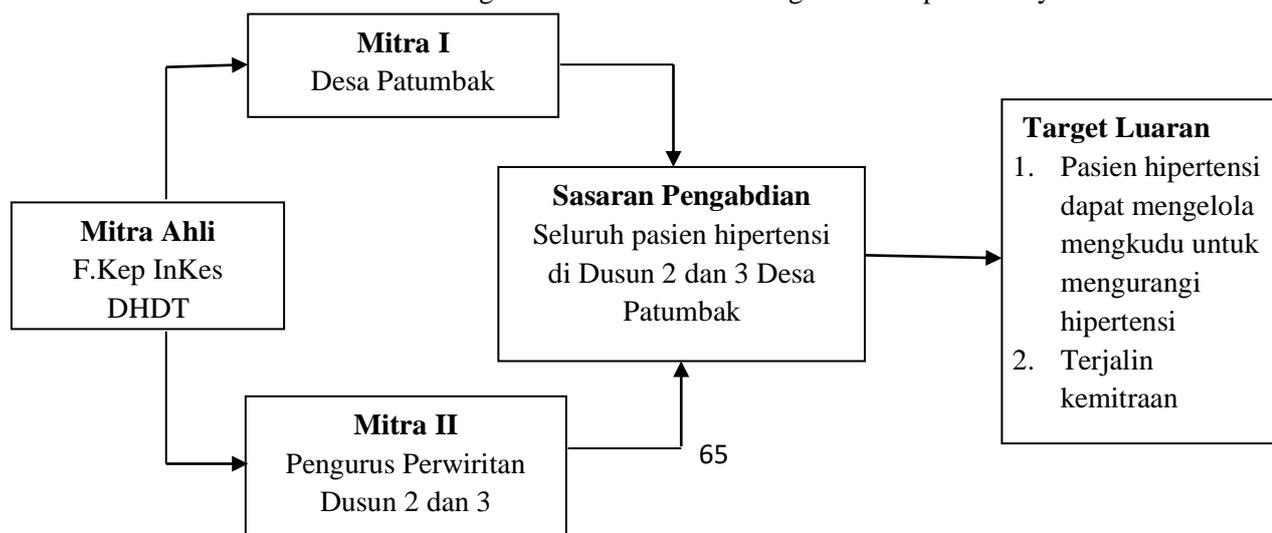
1. Pasien belum tau cara penatalaksanaan hipertensi di rumah
2. Pasien belum mengetahui cara pengelolaan mengkudu untuk mengurangi hipertensi

Berdasarkan masalah diatas, maka dilakukan penyuluhan tentang penatalaksanaan nyeri lansia dengan reumatoid arthritis.

2. METODE

Pendekatan penyelesaian masalah adalah dengan membangun kemitraan dengan kelompok lansia pada program – program posyandu dan pengajian yang ada di wilayah kerja Dusun 2 dan 3 Desa Patumbak, Kec. Patumbak, Kab. Deli Serdang. Untuk mejalankan kemitraan ini, dilakukan penyuluhan tentang penatalaksanaan hipertensi dan cara pengelolaan mengkudu untuk menurunkan hipertensi. Tim terdiri dari dosen dan dibantu oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua.

Gambar 1. Bagan Model Kemitraan Pengabdian Kepada Masyarakat



3. HASIL

a. Mitra

Mitra pengabdian masyarakat merupakan pasien hipertensi di Dusun 2 dan 3 Desa Patumbak, Kec. Patumbak, Kab. Deli Serdang yang mengalami kenaikan tekanan darah sebanyak 15 orang . Pasien mengikuti kegiatan penyuluhan di rumah. Kegiatan ini dilakukan pada saat perwiritan. Ada beberapa anggota perwiritan yang tidak hadir diakibatkan urusan keluarga.

b. Lokasi

Lokasi penyuluhan di Dusun 2 dan 3 Desa Patumbak, Kec. Patumbak, Kab. Deli Serdang. Pemilihan lokasi mempertimbangkan dari arahan Kepala Puskesmas Patumbak. Lokasi cukup luas dan memadai dilakukannya pengabdian. Lokasi juga strategis mudah dijangkau oleh seluruh pasien.

c. TIM Pelaksana

Pelaksanaan pengabdian dilakukan oleh ketua tim dan 5 anggota penelitian serta melibatkan 2 mahasiswa. Ketua, anggota dan mahasiswa masing – masing memiliki tugas dan tanggung jawab.

d. Kegiatan

Pengabdian dilakukan dengan perkenalan kepada lansia sebagai peserta. Sebelum dilakukan penyuluhan, tim memberikan pertanyaan tentang reumatoid arthritis menurut pemahaman lansia. Materi diberikan oleh tim tentang penatalaksanaan hipertensi di rumah selama 45 menit, yaitu 5 menit pendahuluan berupa perkenalan dari tim, 15 menit penyampaian materi, 20 menit Tanya jawab, dan 5 menit penutup. Penatalaksanaan nyeri yang disampaikan tentang pemanfaatan buah mengkudu. Penjelasan tentang manfaat buah mengkudu dan cara pengolahannya dalam menurunkan hipertensi

e. Evaluasi

Penyuluhan berjalan dengan lancar. Pasien dapat menerapkan penatalaksanaan hipertensi di rumah dengan cara pemanfaatan mengkudu. Pasien begitu antusias mengikuti penyuluhan. Hal ini dibuktikan dengan terdapat 5 orang yang bertanya seputar hipertensi dan carapengolahan mengkudu dan lansia dapat melakukan mempraktekannya.

4. KESIMPULAN

Pentingnya dilakukan kegiatan penyuluhan tentang penatalaksanaan hipertensi pada pasien di komunitas dengan pemanfaatan mengkudu. Sehingga pasien tau cara penatalaksanaan hipertensi dan dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Pratama, B.A., Dan Ramadhan,D.F (2017), *Khasiat Tanaman Obat Herbal*, Pustaka Media : Jakarta.
- Sari C. Y., (2015), *Penggunaan Buah Mengkudu (Morinda Citrifolia) Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi*, J.MAJORITY volume 4 Nomor 3
- Hariati, H., Ginting, S., & Sari, N. (2021). Penyuluhan Penatalaksanaan Nyeri Reumatoid Artritis Di Rumah Pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau*, 1(2), 63-66.
- Hariati, Hariati. "Decrease Hypertention Throught Giving Noni Fruit Juice." *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik* 3, no. 2 (2021): 53-58.

- Nasution, S. S., Erniyati, E., & Hariati, H. (2019). Effectiveness of Health Education in Increasing Knowledge and Attitude Towards Free Sex in Medan. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 14(2).
- Hariati, H., Suza, D. E., & Tarigan, R. (2019). Faktor Resiko Infeksi Saluran Kemih Akibat Penggunaan Kateter. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 9(4), 401-406.
- Hariati, H. (2021). Decreasing Of Pain Scale Through Warm Compress Among Elderly With Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 3(2), 1-6.