

Pendampingan dan Peningkatan Pengetahuan Manfaat Infusa Bawang Putih pada Masyarakat dalam Mencegah dan Mengatasi Hipertensi pada Masyarakat di Desa Ketetang Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan

Edy Haryanto¹, Sri Sulami Endah Astuti², Retno Sasongkowati³, Anita Dwi Anggraini^{4*}

^{1,2,3,4}Jurusan Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Surabaya

*Korespondensi E-mail: anitadwi676@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang menjadi masalah serius saat ini. Bahaya hipertensi yang tidak dapat dikendalikan dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya, seperti penyakit jantung koroner, stroke, ginjal dan gangguan penglihatan. Beberapa faktor yang berperan dalam terjadinya hipertensi meliputi faktor mayor yaitu faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan dan faktor minor yaitu faktor risiko yang masih dapat dikendalikan. Permasalahan yang terjadi pada masyarakat adalah kurangnya pengetahuan tentang pengendalian penyakit hipertensi serta faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi dan ketidaktahuan masyarakat dalam memanfaatkan bahan herbal yang ada disekitar untuk dimanfaatkan untuk menurunkan hipertensi yaitu contohnya bawang putih. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada warga di Desa Ketetang dusun kwalas berhasil dilaksanakan dan diikuti sebanyak 31 orang yang mengikuti pemeriksaan tekanan darah, kegiatan pelatihan dan penyuluhan pembuatan dan pemanfaatan infusa bawang. Masalah kesehatan yang dikeluhkan oleh warga mampu diatasi oleh tim pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi pelatihan dan penyuluhan pembuatan infusa bawang putih sebagai terapi dari herbal untuk menurunkan tekanan darah. Selama kegiatan berlangsung peserta sangat antusias, hal ini dapat dilihat pada keaktifan peserta mengikuti dari awal sampai akhir.

Kata Kunci: Bawang Putih, Hipertensi, Stroke

Abstract

Hypertension is a degenerative disease that is a serious problem today. The danger of uncontrolled hypertension can lead to dangerous complications, such as coronary heart disease, stroke, kidney and visual disturbances. Several factors that play a role in the occurrence of hypertension include major factors, namely risk factors that cannot be controlled and minor factors, namely risk factors that can still be controlled. The problem that occurs in the community is the lack of knowledge about controlling hypertension and the factors that influence the incidence of hypertension and the ignorance of the community in utilizing herbal ingredients that are around to be used to reduce hypertension, for example garlic. Community service activities carried out for residents in Ketetang Village, Dusun Kwalas were successfully carried out and were attended by 31 people who took part in blood pressure checks, training activities and counseling on the manufacture and use of onion infusion. The health problems that residents complained about were able to be overcome by the community service team by providing education, training and counseling on making garlic infusion as a therapy from herbs to lower blood pressure. During the activity the participants were very enthusiastic, this can be seen in the active participation of the participants from beginning to end.

Keywords: Garlic, Hypertension, Stroke

Pendahuluan

Kabupaten Bangkalan terdiri dari 18 kecamatan, 8 kelurahan, dan 273 desa (dari total 666 kecamatan, 777 kelurahan, dan 7.724 desa di Jawa Timur). Pada tahun 2017, jumlah penduduknya mencapai 1.065.620 jiwa dengan luas wilayah 1.001,44 km² dan sebaran penduduk 1.064 jiwa/km². Ketetang adalah salah satu Desa yang terletak di wilayah Kecamatan Kwanyar, Kabupaten Bangkalan. Luas wilayah desa Ketetang 246,70 Ha, luas wilayah tersebut terdiri dari berbagai macam pembagian tanah yaitu tanah sawah, Tegalan, Pekarangan, Hutan. (Data Statistik Bangkalan, 2018). Menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur diketahui bahwa jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Bangkalan Desa Ketetang adalah sebanyak 80% dan pada tahun 2018 jumlah penderita hipertensi meningkat menjadi 85%. (Dinkes Bangkalan, 2018).

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang menjadi masalah serius saat ini. Bahaya hipertensi yang tidak dapat dikendalikan dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya, seperti penyakit jantung koroner, stroke, ginjal dan gangguan penglihatan. Beberapa faktor yang berperan dalam terjadinya hipertensi meliputi faktor mayor yaitu faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan dan faktor minor yaitu faktor risiko yang masih dapat dikendalikan. Pengendalian terkait penyakit hipertensi ini sangat penting dilakukan, karena hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan terjadinya komplikasi seperti penyakit jantung koroner dan stroke, gagal jantung, gagal ginjal, penyakit vaskular perifer dan kerusakan pembuluh darah retina yang mengakibatkan gangguan penglihatan.

Penelitian terkait pengendalian hipertensi telah dilakukan oleh Mohanis tahun 2018 dengan menggunakan bahan herbal yaitu bawang putih dan didapatkan hasil ada pengaruh pemberian air seduhan bawang putih terhadap penurunan

hipertensi. Permasalahan yang terjadi pada masyarakat adalah kurangnya pengetahuan tentang pengendalian penyakit hipertensi serta faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi dan ketidaktahuan masyarakat dalam memanfaatkan bahan herbal yang ada disekitar untuk dimanfaatkan untuk menurunkan hipertensi yaitu contohnya bawang putih. Berdasarkan uraian diatas, kami tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat terkait peningkatan pengetahuan terhadap infusa bawang putih masyarakat dalam mencegah dan mengatasi hipertensi pada masyarakat di Desa Ketetang Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam rangka program kemitraan masyarakat Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Surabaya mulai dari tanggal 2 Mei sampai dengan 30 September 2022. Adapun lokasi pelaksanaan kegiatan ini adalah di Desa Ketetang Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang ketrampilan masyarakat dalam memanfaatkan bahan herbal yang ada disekitar yaitu bawang putih untuk menurunkan hipertensi. Adapun rangkaian kegiatan ini meliputi tahap persiapan meliputi identifikasi serta analisis masalah, penetapan alternatif pemecahan masalah, persiapan tim dan rencana kegiatan, tahap pelaksanaan kegiatan sosialisasi hipertensi dan pemanfaatan infusa bawang putih dalam menurunkan hipertensi yang terdiri dari pembukaan oleh MC, sambutan, pembukaan oleh moderator, pemaparan oleh pemateri, serta tahap evaluasi hasil kegiatan dengan membandingkan hasil *pre-test* yang dilaksanakan pada saat identifikasi masalah dengan *post-test* yang dilaksanakan setelah sosialisasi.

Hasil dan Pembahasan

Hasil kegiatan ini diuraikan dalam beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Persiapan

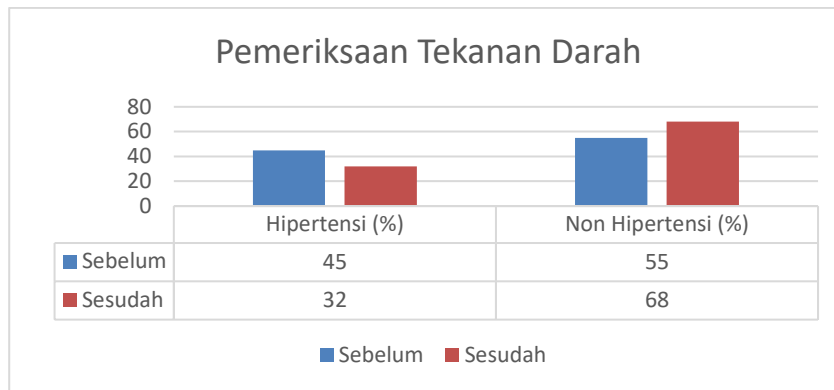
Identifikasi masalah dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada masyarakat sasaran serta melalui wawancara dengan tokoh masyarakat. Berdasarkan identifikasi masalah diperoleh tingginya angka kejadian hipertensi serta kurangnya pengetahuan tentang pengendalian penyakit hipertensi serta faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi dan ketidaktahuan masyarakat dalam memanfaatkan bahan herbal yang ada disekitar untuk dimanfaatkan untuk menurunkan hipertensi yaitu contohnya bawang putih pada masyarakat di Desa Ketetang Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan. Alternatif pemecahan masalah terpilih adalah pelaksanaan penyuluhan terkait hipertensi dan manfaat infusa bawang putih. Adapun jadwal pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

No	Kegiatan	Jadwal Pelaksanaan
1	Identifikasi dan analisis masalah	5-17 Juli 2022
2	Penetapan alternatif pemecahan masalah	26 Juli 2022
3	Pelaksanaan penyuluhan tahap 1	27 Agustus 2022
4	Pelaksanaan penyuluhan tahap 2	7 September 2022
5	Pelaksanaan monitoring	17 eptember 2022

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dilakukan di tempat komunitas warga desa dan sebelumnya telah berkoordinasi dengan perangkat desa dan tokoh masyarakat desa. Hasil kegiatan pemeriksaan tekanan darah pada warga yang hadir sebanyak 31 warga, didapatkan bahwa didapatkan 14 orang (45%) mengalami gejala Hipertensi dan 17 orang (55%) tidak mengalami hipertensi.



Gambar 1. Gambaran Tekanan Darah baik yang Non Hipertensi dan Hipertensi

Adapun target peserta pada pelaksanaan sosialisasi ini adalah masyarakat umum dan terkhusus masyarakat pada lokasi sasaran. Adapun hasil yang didapatkan setelah masyarakat diberikan pelatihan tentang pemanfaatan infusa bawang putih untuk terapi adalah mampu menurunkan tekanan darah, baik pada orang yang hipertensi maupun tidak hipertensi pada masyarakat di desa Ketentang Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan.

3. Evaluasi

Evaluasi keberhasilan kegiatan sosialisasi dilaksanakan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* dalam pemeriksaan hipertensi pada 31 responden. *Pre-test* dilaksanakan pada saat sebelum dilakukan penyuluhan hipertensi dan pemanfaatan infusa bawang putih, sedangkan *post-test* dilaksanakan setelah pelaksanaan penyuluhan. Adapun hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan penurunan rata-rata tekanan darah yaitu sebesar 137/86 mmHg menjadi 122/85 mmHg, sehingga dapat disimpulkan bahwa memang infusa bawang putih berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah. Hal ini sesuai dengan penelitian terkait pengendalian hipertensi telah dilakukan oleh Mohanis tahun 2018 dengan menggunakan bahan herbal yaitu bawang putih dan didapatkan hasil ada pengaruh pemberian air seduhan bawang putih terhadap penurunan hipertensi. Selain pemeriksaan pemeriksaan hipertensi responden juga diperiksa kadar kolesterol juga, untuk melihat apakah hipertensi yang terjadi memiliki relevansi dengan kadar kolesterol. Hasil pemeriksaan laboratorium jenis kolesterol didapatkan semua nilai kolesterol responden dalam batas normal.

Hipertensi yang di alami warga dapat disimpulkan bukan dikarenakan tingginya kadar kolesterol, tetapi karena factor lainnya yang memicu terjadinya hipertensi. Diduga factor pemicu hipertensi yang dialami adalah karena tingginya gula yang tidak terkontrol dan kegemukan. Pada penderita hipertensi, kegemukan merupakan salah satu faktor risiko yang dapat meningkatkan tekanan darah. Hal ini dikarenakan semakin meningkatnya berat badan seseorang maka semakin meningkat juga jumlah lemak dalam tubuh. Kegemukan yang dialami dalam waktu yang lama dapat mempengaruhi jumlah oksigen dan aliran darah yang akan membawa oksigen ke seluruh tubuh, hal itulah yang menyebabkan terjadinya pembesaran pembuluh darah dan terjadinya peningkatan tekanan darah. Berat badan yang berlebih dapat mengakibatkan penambahan jaringan lemak meningkatkan aliran darah. Peningkatan kadar insulin berkaitan dengan retensi garam dan air yang meningkatkan volume darah. Laju jantung meningkat dan kapasitas pembuluh darah mengangkut darah berkurang. Semuanya dapat meningkatkan tekanan darah. Pelaksanaan sosialisasi berjalan tertib dan lancar serta dihadiri oleh peserta yang antusias mengikuti kegiatan termasuk diskusi dengan pemateri.

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada warga di Desa Ketentang dusun kwalas berhasil dilaksanakan dan diikuti sebanyak 31 orang yang mengikuti pemeriksaan tekanan darah, kegiatan pelatihan dan penyuluhan pembuatan dan pemanfaatan infusa bawang. Masalah kesehatan yang dikeluhkan oleh warga mampu diatasi oleh tim pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi pelatihan dan penyuluhan pembuatan infusa bawang putih sebagai terapi dari herbal untuk menurunkan tekanan darah. Selama kegiatan berlangsung peserta sangat antusias, hal ini dapat dilihat pada keaktifan peserta mengikuti dari awal sampai akhir.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Surabaya yang telah memfasilitasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini. Juga kepada masyarakat khususnya Desa Ketetang Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan atas kesediaan dan partisipasinya dalam kegiatan Program Kemitraan Masyarakat di wilayahnya.

Daftar Pustaka

- Data Statistik Kabupaten Bangkalan yang diakses pada laman web :
[20://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2014/3526_Jatim_Kab_Bangkalan_2014.pdf](https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2014/3526_Jatim_Kab_Bangkalan_2014.pdf)
- Irwan. (2016). Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Deepublish. Online
<https://books.google.co.id/books?id=3eU3DAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=epidemiologi+penyakit+tidak+menular&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwiQ1ZCpNAA#v=onepage&q=epidemiologi%20penyakit%20tidak%20menular&f=false>. Diakses Tanggal 21 November 2017. Jurnaedi, Edi., Sufrida, Y., Mia, G.R. (2013).
- Kartika, Unoviana. 7 Maret 2014. Hipertensi Bukan Sekedar Tekanan Darah Tinggi. Kompas. Online <http://lifestyle.kompas.com/read/2014/03/07/1706102/Hipertensi.Bukan.Sekdar.Tekanan.Darah.Tinggi>. Diakses Tanggal 29 Oktober 2017.
- Kemenkes RI. (2013). Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi. Online <http://perpustakaan.depkes.go.id:8180/bitstream/123456789/2139/2/BK2013-328.pdf>. Diakses Tanggal 29 Oktober 2017.
- Mohanis. (2015). Pemberian Air Seduhan Bawang Putih Terhadap Penurunan Tekanan Darah. Jurnal Iptek Terapan. Vol. 9. No.1. Online <http://doi.org/10.22216/jit.2015.v9i1.43>. Diakses Tanggal 19 Oktober 2017.
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (1998). Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 445/MENKES/PER/V/1998 tentang bahan, zat warna, substrat, zat pengawet dan tabir surya pada kosmetik.
- Sunarko, Th dan Riana M. (2007). Analisis Unsur-unsur Toksik dalam Sampel Krim Pemutih Wajah dengan Metode Analisis Aktivasi Neutron. Jurnal penelitian Pusat Teknologi Bahan Industri Nuklir (BTBIN). Tangerang.
- Tranggono, R dan Latifah F. (2007). Buku Pegangan Ilmu Pengetahuan Kosmetik. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Wijaya, F. (2013). Analisis Kadar Merkuri (Hg) Dalam Sediaan Hand Body Lotion Whitening Pagi Merek X, Malam Merek X, Dan Bleaching Merek X Yang Tidak Terdaftar Pada BPOM. CALYPTRA, 2(2), 1-12