

**PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PENGENDALIAN PENYAKIT  
HIPERTENSI MELALUI EDUKASI HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI  
DUSUN KARANGREJA**

***IMPROVING KNOWLEDGE AND CONTROL OF HYPERTENSION  
THROUGH HYPERTENSION EDUCATION IN THE COMMUNITY IN  
KARANGREJA HALL***

**Widodo Dwi Syahputro<sup>1</sup>, Resti Ikhda Syamsiah<sup>1\*</sup>, Engkartini<sup>1</sup>, Kasron<sup>1</sup>, Fitria Sifa Nurrochmah<sup>1</sup>, Susi Fatmawati<sup>1</sup>, Muhammad Rahman Alkharsi<sup>1</sup>, Rani Uswatun Hasanah<sup>1</sup>, Arif Yuliawan<sup>1</sup>, Salsa Bella Yaelaningsih<sup>1</sup>, Aulia Syahidatun Nisa<sup>1</sup>, Diah Sely Monikca<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Jurusan Keperawatan, Universitas Al-Irsyad Cilacap  
**\*Email korespondensi:** [ikhdaresti28@gmail.com](mailto:ikhdaresti28@gmail.com)

***Abstract***

*Through hypertension education and the manufacture of a bay leaf decoction, this community service project seeks to raise public awareness and reduce hypertension. Twenty samples of hypertensive individuals in Karangreja hamlet, Bantarsari District, Cilacap, were observed analytically. A questionnaire with ten items was used to gather data before and after counseling (pretest and posttest, respectively). Leaflets and the process of creating a decoction from bay leaves were used to educate the public. The average community knowledge before receiving education was 62.5, but after receiving education, the average increased to 86, according to the community service statistics. Nearly every responder reported a rise in comprehension, including those with low starting scores who shown notable improvements. The public's awareness of hypertension can be raised by health counseling on the usage of bay leaf decoction.*

**Keywords:** Hypertension, Bay Leaf, Education, Community

**Abstrak**

Melalui edukasi hipertensi dan pembuatan rebusan daun salam, proyek pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dan mengurangi hipertensi. Dua puluh sampel individu penderita hipertensi di Dusun Karangreja, Kecamatan Bantarsari, Cilacap, diamati secara analitis. Kuesioner dengan sepuluh item digunakan untuk mengumpulkan data sebelum dan sesudah konseling (pretest dan posttest). Selebaran dan proses pembuatan rebusan daun salam digunakan untuk mengedukasi masyarakat. Rata-rata pengetahuan masyarakat sebelum menerima edukasi adalah 62,5, tetapi setelah menerima edukasi, rata-rata meningkat menjadi 86, menurut statistik pengabdian masyarakat. Hampir setiap responden melaporkan peningkatan pemahaman, termasuk mereka yang memiliki skor awal rendah yang menunjukkan peningkatan yang signifikan. Kesadaran masyarakat tentang hipertensi dapat ditingkatkan melalui konseling kesehatan tentang penggunaan rebusan daun salam.

**Kata kunci:** Hipertensi, Daun Salam, Edukasi, Masyarakat



CC Attribution-ShareAlike 4.0

Copyright © 2025 Author

Diterima: 3 Desember 2025; Disetujui: 17 Desember 2025; Terbit: 19 Desember 2025

## PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan paling mendesak di dunia adalah hipertensi. Menurut perkiraan WHO, prevalensi hipertensi akan meningkat setiap tahun dan mencapai 29,2% pada tahun 2025 (Soesanto, 2021). Menurut pengukuran dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, 34,11% penduduk di negara ini yang berusia 18 tahun ke atas menderita hipertensi, dan 41% di antaranya tidak rutin melakukan pemeriksaan dan penilaian kesehatan (Kementerian Kesehatan, 2018).

Hipertensi adalah suatu gangguan ketika peningkatan tekanan darah mengakibatkan gejala yang menyebar ke organ target, seperti hipertrofi ventrikel kanan untuk otot jantung, penyakit jantung koroner untuk arteri darah jantung, dan stroke untuk otak (Fitriani, I., Jayatmi, I., & Hanifa, 2024).

Terapi farmakologis, dalam bentuk obat antihipertensi, merupakan bagian penting dari manajemen hipertensi, sementara terapi non-farmakologis dapat melengkapi pengobatan farmakologis. Modifikasi makanan dan terapi komplementer lainnya, seperti merebus daun salam, adalah contoh pendekatan non-farmakologis untuk manajemen hipertensi (Musmuliadin & Pusvi, 2022). Salah satu pengobatan alami untuk tekanan darah tinggi adalah daun salam. Daun salam mengandung alkaloid, kalium, minyak esensial, dan flavonoid, yang semuanya memiliki sifat diuretik dan diyakini dapat menurunkan tekanan darah. Komponen flavonoid daun salam dapat mengurangi risiko aterosklerosis dan meningkatkan aliran darah ke seluruh bagian tubuh. Tidak hanya itu, molekul flavonoid juga memiliki manfaat kesehatan lainnya, termasuk menurunkan SVR, melebarkan pembuluh darah, dan memengaruhi efek penghambat enzim pengubah angiotensin (ACE). Tekanan darah dapat diturunkan melalui kerja penghambat ACE dan vasodilatasi (Desreza, N., Nafis, A., 2025).

Berdasarkan hasil wawancara dengan kader di dusun karangreja didapatkan hasil bahwa masyarakat yang mengalami hipertensi kurang lebih sebanyak 40%. masih banyak juga masyarakat yang belum mengetahui terkait hipertensi. Edukasi tentang hipertensi dan

penggunaan rebusan daun salam untuk terapi hipertensi adalah tujuan dari program pengabdian ini.

## METODE

Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 18-19 Juni 2025 di Dusun Karangreja. Pengabdian ini dilakukan pada masyarakat yang mengalami hipertensi. Metode pelaksanaan dari pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan observasional analitik.

Tahapan yang dilakukan dimulai dengan pengurusan surat izin di Dusun Karangreja, koordinasi dengan kader setempat untuk melakukan cek kesehatan untuk memilih pasien yang mengalami hipertensi, pasien dengan hipertensi dipilih sebanyak 20 orang yang akan dilakukan edukasi kesehatan, melakukan pretest pengetahuan dengan membagikan kuesioner sebanyak 10 pertanyaan, melakukan edukasi terkait hipertensi dan demonstrasi perebusan daun salam untuk menurunkan tensi masyarakat, melakukan posttest pengetahuan masyarakat terkait hipertensi.

Dalam kegiatan ini, leaflet digunakan untuk edukasi. Melalui penggunaan selebaran, masyarakat umum dapat mempelajari lebih lanjut tentang hipertensi dan bagaimana daun salam dapat membantu penderitanya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengukuran tekanan darah dan pretest posttest pengetahuan yang dilakukan pada 20 masyarakat di dusun Karangreja pada tanggal 18-19 Juni 2025 adalah sebagai berikut:

**Tabel 1** Hasil Pengukuran Tensi Dan Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Di Dusun Karangreja

No.	Responden	Tekanan darah (mmHg)	Pretest	Posttest
1	R1	154/98	80	100
2	R2	177/112	70	90
3	R3	145/77	20	60
4	R4	153/100	50	80
5	R5	164/101	70	100
6	R6	186/103	50	100
7	R7	189/108	50	90
8	R8	142/60	50	90
9	R9	162/100	80	100
10	R10	162/90	80	100
11	R11	159/98	60	80
12	R12	167/112	80	90

13	R13	155/77	40	70
14	R14	143/100	60	80
15	R15	167/101	80	90
16	R16	189/103	60	70
17	R17	179/108	60	80
18	R18	152/60	60	80
19	R19	172/100	80	80
20	R20	152/90	70	90
Rata-rata	186/90	62,5	86	

**Sumber:** Data yang telah diolah,

Tabel 1 berdasarkan temuan, tekanan darah rata-rata di dusun Karangreja adalah 186/90 mmHg. Skor pengetahuan pretest berkisar antara 20 hingga 80, dengan rata-rata 62,5, sedangkan skor pengetahuan posttest berkisar antara 60 hingga 100, dengan rata-rata 86. hal tersebut dapat dikatakan bahwa ada peningkatan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi setelah diberikan edukasi kesehatan.



**Gambar 1.** Pengukuran tekanan darah ke masyarakat



**Gambar 2.** Pengisian kuesioner pretest dan posttest



**Gambar 3.** Pemberian edukasi kesehatan terkait hipertensi



**Gambar 4.** Edukasi cara membuat rebusan daun salam

Tekanan darah pada masyarakat di Dusun Karangreja rata-ratanya yaitu 186/90 mmHg. Banyak masyarakat yang mengalami hipertensi bisa disebabkan dari faktor pola makan, usia dan aktifitas sehari-hari. Hasil wawancara dengan beberapa masyarakat mengatakan bahwa jarang melakukan olah raga secara rutin dan suka mengonsumsi makanan dengan tinggi garam.

Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa setelah pendidikan tentang hipertensi, nilai rata-rata pengetahuan masyarakat meningkat dari 62,5 menjadi 86. Hal ini menunjukkan bahwa program pendidikan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang hipertensi dan cara mengelolanya dengan merebus daun salam. Hasil pengabdian masyarakat ini didukung oleh pengabdian masyarakat sebelumnya, yang melaporkan

bahwa hampir semua responden termasuk mereka yang memiliki nilai awal rendah mengalami peningkatan yang signifikan dalam pemahaman mereka. Nilai rata-rata pada pretest, yaitu 63,9, meningkat menjadi 85 pada *posttest* (Yunita Anggriani *et al.*, 2025).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mengungkap kurangnya pemahaman mengenai hipertensi. Baik pendekatan farmakologis maupun non-farmakologis dapat digunakan untuk mengobati hipertensi. Rebusan daun salam adalah salah satu pengobatan non-farmakologis. Karena pengobatan dengan daun salam mengandung flavonoid, yang berfungsi sebagai antioksidan, mencegah oksidasi sel, membantu menurunkan hormon stres, merelaksasi otot arteri, dan menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi, maka dapat menurunkan tekanan darah (Purwono, J., Sari, R., & Nurjannah, 2024).

Senyawa kimia termasuk minyak esensial, sitrat, eugenol, tanin, dan flavonoid ditemukan dalam daun salam. Dengan menurunkan tekanan darah, meningkatkan produksi empedu, dan mengurangi endapan lemak di pembuluh darah, senyawa kimia yang ditemukan dalam daun salam ini meningkatkan aliran darah dan mengembalikan tekanan darah ke normal (Azim, 2022).

## KESIMPULAN

Peningkatan nilai rata-rata dari 62,5 sebelum pendidikan menjadi 86 setelah pendidikan menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat meningkat berkat pendidikan tentang hipertensi dan penggunaan rebusan daun salam, sebagaimana dibuktikan oleh kegiatan pengabdian masyarakat di Dusun Karangreja. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pemahaman peserta tentang pentingnya pengobatan hipertensi non-farmakologis diperkuat oleh instruksi yang menggunakan pamflet dan pengalaman praktis dalam menyiapkan rebusan daun salam.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada kepala dusun Karangreja dan jajarannya yang telah memberikan izin untuk melakukan pengabdian masyarakat ini. Terimakasih juga kepada kampus Universitas Al-Irsyad Cilacap yang telah memberikan dukungan dan bantuan

financial sehingga pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik. Mahasiswa S1 Keperawatan dan masyarakat dusun Karangreja yang sudah bekerjasama dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini saya ucapkan terima kasih.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azim, L.O.L. (2022) "Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari.," *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 1(2), pp. 6–13. Available at: <https://doi.org/10.69677/avicenna.v1i2.11>.
- Desreza, N., Nafis, A., & I. (2025) "The Effect of Combination of Salam Leaf Decoction and Memories Aromatherapy on Hypertension Patients.," *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, pp. 309–316.
- Fitriani, I., Jayatmi, I., & Hanifa, F. (2024) "Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Salam Dan Pisang Kepok Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Di Tpm I Kabupaten Garut," *JIRK : Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(1), pp. 155–164.
- Kemenkes (2018) "Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2018." Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Musmuliadin, & Pusvi, S.D. (2022) "Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi," *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(2), pp. 267–275. Available at: <https://doi.org/10.31004/jkt.v3i2.4608>.
- Purwono, J., Sari, R., & Nurjannah, S. (2024) "Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Terhadap Penderita Hipertensi.," *Jurnal Wacana Kesehatan*, 9(1). Available at: <https://doi.org/10.52822/jwk.v9i1.650>.
- Soesanto, E. (2021) "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Perawatan

Kesehatan Lanjut Usia Hipertensi Dimasa Pandemi Covid-19,” *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10, pp. 170–179. Available at: <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.763>.

Yunita Anggriani *et al.* (2025) “Edukasi Pengetahuan Si Salam (Simpel Salam Untuk Hipertensi) Solusi Alami Rebusan Daun Salam Bagi Lansia Di Puskesmas Gadingrejo,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 4(1), pp. 6162–6166. Available at: <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2644>.