



MENINGKATKAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG RAMUAN OBAT TRADISIONAL ANTIHIPERTENSI DARI TUMBUHAN BERBASIS SAINTIFIKASI JAMU

Eva Pahlani^{1*}, Fiddi Septiani², Jihaan Haaniyah³, Windy Rosmayanti⁴, Windi Widiarti⁵

^{1,2,3,4} Institut Kesehatan Rajawali

Article Info

Article History:

Received Sept 01, 2026

Revised Sept 14, 2026

Accepted Sept 30, 2026

Keywords:

Jamu Saintification

Traditional Herbs

Hypertension

Educational Activity.

ABSTRAK

Program Saintifikasi Jamu meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan berbasis ilmu kefarmasian. Dengan memberikan edukasi kepada masyarakat, diharapkan timbul pemahaman bahwa jamu bukan hanya warisan budaya tetapi juga alternatif terapi yang memiliki bukti ilmiah. Metode yang digunakan meliputi, (1) Sosialisasi dan Ceramah (2) Penyebaran Leaflet dan Brosur dan (3) Sesi Diskusi. Kegiatan tersebut dilaksanakan pada Kamis, 4 Juni 2026, pukul 09.00–12.00 WIB, dengan durasi selama 3 jam. Hasil dari kegiatan program edukasi ini adalah (1) Peningkatan Pengetahuan Masyarakat: Peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai konsep saintifikasi jamu, yaitu upaya ilmiah untuk membuktikan secara ilmiah khasiat ramuan tradisional. Berdasarkan hasil kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dari 57% menjadi sebesar 82% mengenai manfaat dan cara penggunaan tanaman obat antihipertensi. (2) Pengenalan Jenis Tumbuhan Antihipertensi Lokal : Masyarakat dikenalkan pada berbagai tanaman yang berkhasiat menurunkan tekanan darah, seperti daun seledri, daun kumis kucing, daun pegagan. (3) Peningkatan Kesadaran Gaya Hidup Sehat : Selain mengenal jamu, masyarakat mendapatkan edukasi tentang pentingnya menjaga pola makan rendah lemak, olahraga rutin, dan menghindari rokok serta alkohol sebagai bagian dari pencegahan tekanan darah tinggi. Hasil evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengisian kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi ini.

ABSTRACT

The Jamu Scientification Program enhances the quality of pharmaceutical-based healthcare services. By educating the public, the program aims to foster an understanding that jamu (traditional herbal medicine) is not merely a cultural heritage but also a therapeutic alternative backed by scientific evidence. The methods employed included (1) outreach and lectures, (2) the distribution of leaflets and brochures, and (3) discussion sessions. The outcomes of this educational program were as follows: (1) Increased Public Knowledge: Participants gained a better understanding of the jamu scientification concept a scientific effort to validate the efficacy of traditional herbal remedies. Pre and post activity questionnaire results showed an increase in public knowledge regarding the

benefits and usage of antihypertensive medicinal plants, rising from 57% to 82%. (2) Introduction to Local Antihypertensive Plants: The community was introduced to various plants known to lower blood pressure, such as celery leaves, cat's whiskers leaves, and Indian pennyworth leaves. (3) Increased Awareness of Healthy Lifestyles: In addition to learning about jamu, the community received education on the importance of maintaining a low-fat diet, exercising regularly, and avoiding smoking and alcohol as measures to prevent high blood pressure. Evaluations conducted via pre and post activity questionnaires revealed a significant improvement in participant understanding following the educational program.

**Corresponding Author: evapahlani@rajawali.co.id*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang penting secara global. Secara klinis, hipertensi ditetapkan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah yang menunjukkan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi sering kali tidak menimbulkan gejala yang khas, tetapi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan kerusakan ginjal serta menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia (1,2). Beban hipertensi juga masih tinggi secara global. Laporan World Health Organization (WHO) tahun 2025 memperkirakan sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun mengalami hipertensi pada tahun 2024, dan sekitar dua pertiganya tinggal di negara berpendapatan rendah dan menengah (1). Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya penguatan strategi pencegahan, deteksi dini, pengobatan, dan pengendalian hipertensi yang efektif, terjangkau, dan berkelanjutan (1).

Secara nasional, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah sebesar 30,8%, menurun dibandingkan dengan 34,1% pada Riskesdas 2018 (3). Meskipun demikian, masih terdapat kesenjangan yang cukup besar antara hipertensi berdasarkan hasil pengukuran dan hipertensi yang telah diketahui melalui diagnosis dokter. Pada penduduk usia ≥ 18 tahun, prevalensi berdasarkan diagnosis dokter sebesar 8,6%, sedangkan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah mencapai 30,8% (3). Kesenjangan tersebut menunjukkan masih adanya masyarakat yang belum mengetahui status hipertensinya. Faktor gaya hidup, seperti konsumsi garam atau natrium yang berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi alkohol, dan kebiasaan merokok, merupakan faktor yang dapat meningkatkan risiko hipertensi (1,2). Oleh karena itu, edukasi dan deteksi dini menjadi bagian penting dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi di masyarakat (3).

Di sisi lain, Indonesia memiliki keanekaragaman hayati yang tinggi, termasuk berbagai tanaman yang secara empiris telah dimanfaatkan sebagai bahan obat tradisional. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah mendokumentasikan sejumlah ramuan jamu saintifik yang dapat dimanfaatkan secara mandiri oleh masyarakat dengan memperhatikan bahan, cara pengolahan, aturan penggunaan, dan aspek keamanannya (4). Pemanfaatan tanaman obat secara tepat memerlukan pengetahuan mengenai bahan yang digunakan, cara pengolahan, dosis atau aturan penggunaan, serta informasi mengenai keamanan dan manfaatnya. Dengan demikian, pemanfaatan obat tradisional perlu disertai dengan edukasi yang memadai agar masyarakat dapat menggunakannya secara tepat dan bertanggung jawab (4).

Program Saintifikasi Jamu merupakan upaya pemerintah untuk mengembangkan pemanfaatan jamu berdasarkan pendekatan ilmiah melalui penelitian berbasis pelayanan kesehatan. Pelaksanaan Saintifikasi Jamu diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2010 tentang Saintifikasi Jamu dalam Penelitian Berbasis Pelayanan Kesehatan (5). Pendekatan tersebut diarahkan untuk memperoleh bukti ilmiah mengenai keamanan dan manfaat jamu sehingga pemanfaatannya dalam pelayanan kesehatan dapat dilakukan secara lebih tepat. Kementerian Kesehatan juga telah menerbitkan buku “Sebelas Ramuan Jamu Saintifik Pemanfaatan Mandiri oleh Masyarakat”

sebagai salah satu sumber informasi mengenai ramuan jamu saintifik yang dapat dimanfaatkan masyarakat (4).

Namun demikian, pengetahuan masyarakat mengenai konsep Saintifikasi Jamu serta cara pembuatan dan pemanfaatan ramuan jamu berdasarkan informasi ilmiah masih perlu diperkuat. Kegiatan edukasi dan pelatihan dapat menjadi salah satu pendekatan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pemanfaatan jamu. Hal tersebut sejalan dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Kusumaningrum dkk., yang memberikan edukasi dan pelatihan pembuatan ramuan jamu saintifik kepada masyarakat di Desa Wisata Kaki Langit (6). Kegiatan serupa yang dilakukan oleh Suhesti dkk. pada lansia di Desa Tanggan juga menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan diskusi dalam edukasi serta pembuatan ramuan jamu saintifik untuk beberapa penyakit degeneratif, termasuk hipertensi (7). Oleh karena itu, edukasi dan pendampingan mengenai Saintifikasi Jamu, khususnya dalam kaitannya dengan pencegahan dan pengendalian hipertensi, penting dilakukan agar masyarakat memperoleh informasi yang tepat mengenai pemanfaatan obat tradisional secara aman dan bertanggung jawab.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Ramuan Obat Tradisional Antihipertensi dari Tumbuhan Berbasis Saintifikasi Jamu” menjadi sangat penting untuk dilaksanakan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pemanfaatan ramuan obat tradisional antihipertensi yang aman, efektif, dan berbasis ilmiah, sehingga dapat berkontribusi dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi secara mandiri dan berkelanjutan di wilayah desa cihanjuang Rt 02/Rw 05.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengimplementasikan solusi-solusi yang telah diidentifikasi secara sistematis dan terstruktur. Kegiatan akan dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang saling terkait, memastikan tercapainya tujuan edukasi dan perubahan perilaku yang diharapkan di masyarakat Desa Cihanjuang Rt 02/Rw 05, Kabupaten Bandung Barat.

Tahap 1: Persiapan dan Perencanaan

1. Pembentukan Tim Pengabdian: Membentuk tim yang terdiri dari anggota dengan kompetensi yang relevan, seperti ahli bidang obat tradisional, mahasiswa farmasi, dan tenaga lapangan. Pembagian tugas dan tanggung jawab yang jelas akan memastikan kelancaran pelaksanaan kegiatan.
2. Survei Awal dan Analisis Kebutuhan: Melakukan survei awal di wilayah target untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan masyarakat saat ini mengenai pengobatan tradisional dari tumbuhan, serta preferensi media informasi. Hasil survei ini akan digunakan untuk menyesuaikan materi dan metode edukasi agar lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat.
3. Pengembangan Materi Edukasi: Berdasarkan hasil survei awal, tim akan mengembangkan materi edukasi yang komprehensif, akurat, dan mudah dipahami. Materi akan mencakup informasi mengenai hipertensi, gejala, pencegahan, ramuan obat tradisional dari tumbuhan serta cara pembuatan dan pemakaiannya. Materi akan disajikan dalam berbagai format, seperti leaflet, brosur, poster, dan slide presentasi.
4. Koordinasi dengan Mitra Lokal: Menjalinkan komunikasi dan koordinasi dengan tokoh masyarakat setempat (Ketua RT/RW, tokoh agama, perwakilan puskesmas) untuk mendapatkan dukungan, izin pelaksanaan kegiatan, dan membantu dalam mobilisasi peserta. Keterlibatan mitra lokal akan meningkatkan partisipasi dan keberlanjutan program.
5. Pelatihan Tim: Memberikan pelatihan kepada seluruh anggota tim pengabdian mengenai materi edukasi, teknik penyampaian informasi yang efektif, serta protokol pelaksanaan kegiatan di lapangan.

Tahap 2: Pelaksanaan Kegiatan Edukasi

1. Penyuluhan dan Workshop: Mengadakan sesi penyuluhan dan workshop di lokasi-lokasi strategis seperti balai RW, posyandu, atau fasilitas umum lainnya. Sesi ini akan disampaikan secara interaktif, menggabungkan presentasi visual, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab. Workshop

- akan fokus pada demonstrasi cara penggunaan pembersih lantai antibakteri yang benar dan aman.
2. Distribusi Materi Edukasi: Membagikan leaflet, brosur, dan poster kepada peserta penyuluhan dan masyarakat luas. Materi ini dirancang untuk menjadi sumber informasi yang dapat diakses kembali di rumah.
 3. Sesi Konsultasi Individu (Jika diperlukan): Menyediakan sesi konsultasi bagi peserta yang memiliki pertanyaan lebih lanjut atau membutuhkan panduan spesifik

Tahap 3: Evaluasi dan Tindak Lanjut

1. Pengumpulan Data Evaluasi: Melakukan evaluasi untuk mengukur perubahan pengetahuan dan perilaku masyarakat setelah mengikuti program edukasi. Metode pengumpulan data dapat berupa kuesioner pasca-kegiatan, wawancara singkat, atau observasi praktik kebersihan di beberapa rumah tangga secara acak (dengan persetujuan).
2. Analisis Data Evaluasi: Menganalisis data yang terkumpul untuk mengidentifikasi tingkat keberhasilan program dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku masyarakat terkait Ramuan Obat Tradisional Antihipertensi dari Tumbuhan Berbasis Saintifikasi Jamu
3. Penyusunan Laporan Akhir: Menyusun laporan akhir yang mendokumentasikan seluruh proses pelaksanaan kegiatan, hasil evaluasi, tantangan yang dihadapi, dan rekomendasi untuk keberlanjutan program.
4. Diseminasi Hasil: Menyampaikan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, mitra lokal, dan pihak-pihak terkait lainnya.
5. Rencana Tindak Lanjut: Merumuskan rencana tindak lanjut yang berkelanjutan, seperti pembentukan kelompok relawan kebersihan di masyarakat, pengembangan modul edukasi lanjutan, atau advokasi kebijakan terkait kesehatan lingkungan rumah tangga kepada pemerintah daerah.

Metode pelaksanaan ini bersifat fleksibel dan dapat disesuaikan dengan kondisi dan sumber daya yang tersedia. Fokus utama adalah pada pendekatan partisipatif dan pemberdayaan masyarakat agar mereka dapat secara mandiri meningkatkan Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Ramuan Obat Tradisional Antihipertensi dari Tumbuhan Berbasis Saintifikasi Jamu

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Ramuan Obat Tradisional Antihipertensi dari Tumbuhan Berbasis Saintifikasi Jamu” telah terlaksana dengan baik dan mendapat antusiasme tinggi dari masyarakat setempat. Adapun hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan Pengetahuan Masyarakat
Peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai konsep saintifikasi jamu, yaitu upaya ilmiah untuk membuktikan secara ilmiah khasiat ramuan tradisional. Berdasarkan hasil kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dari 57% menjadi 82% mengenai manfaat dan cara penggunaan tanaman obat antihipertensi.

Tabel Hasil Peningkatan Pengetahuan Masyarakat

Indikator Pengetahuan	Sebelum Edukasi (Pre-test)	Sesudah Edukasi (Post-test)	Peningkatan Pengetahuan
Definisi hipertensi	70,00%	90,00%	20,00%
Penyebab hipertensi	60,00%	83,33%	23,33%
Ramuan antihipertensi dari tanaman	56,67%	80,00%	23,33%
Cara pembuatan dan penggunaan ramuan	46,67%	73,33%	26,66%
Manfaat setiap tumbuhan	50,00%	83,33%	33,33%

Rata-Rata Keseluruhan	57,00%	82,00%	25,00%
-----------------------	--------	--------	--------

2. Pengenalan Jenis Tumbuhan Antihipertensi Lokal

Masyarakat dikenalkan pada berbagai tanaman yang berkhasiat menurunkan tekanan darah tinggi, seperti:

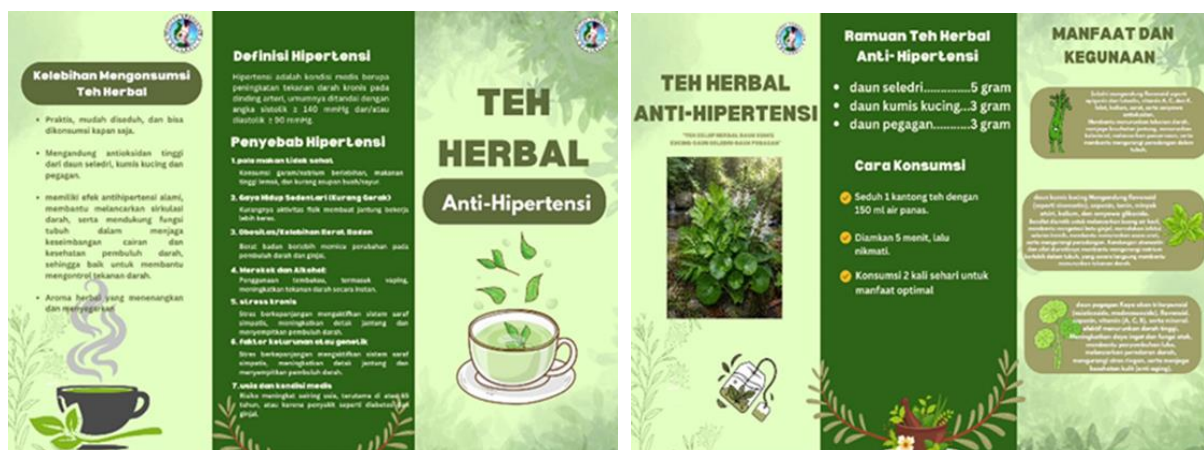
- Daun Seledri (*Apium graveolens* Folium)
- Daun Kumis Kucing (*Orthosiphon stamineus* Folium)
- Daun pegagan (*Centella asiatica* Folium)

3. Peningkatan Kesadaran Gaya Hidup Sehat

Selain mendapatkan edukasi mengenai jamu, masyarakat diberikan pemahaman mengenai pentingnya penerapan gaya hidup sehat, meliputi pola makan rendah lemak, olahraga secara rutin, serta menghindari rokok dan alkohol sebagai bagian dari upaya pencegahan tekanan darah tinggi. Peningkatan kesadaran peserta dievaluasi melalui pemberian kuesioner sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) kegiatan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa rata-rata skor kesadaran peserta meningkat dari 60,00% pada *pre-test* menjadi 83,33% pada *post-test*, atau mengalami peningkatan sebesar 23,33%. Hasil tersebut menunjukkan adanya perubahan tingkat pemahaman/kesadaran peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi.

4. Tersedianya Media Edukasi bagi Masyarakat

Sebagai luaran kegiatan pengabdian, telah dihasilkan media edukasi berupa leaflet atau modul sederhana yang berisi informasi tentang ramuan obat tradisional antihipertensi berbasis saintifikasi jamu. Media ini dibagikan kepada masyarakat Desa Cihanjuang Rt 02/ Rw 05 sebagai panduan dalam pemanfaatan obat tradisional secara berkelanjutan.





Keberhasilan kegiatan ini dapat terlihat dari antusiasme 30 orang warga Desa Cihanjuang yang hadir dan berpartisipasi aktif. Kehadiran mereka menunjukkan tingginya kesadaran dan minat masyarakat terhadap isu-isu kesehatan yang relevan dengan kehidupan sehari-hari. Sebagai ketua pelaksana, saya merasa terhormat dapat memberikan sambutan pembuka yang menandai dimulainya acara ini, sekaligus menyampaikan tujuan dan harapan besar yang kami emban melalui kegiatan pengabdian ini. Sambutan tersebut juga menjadi momentum untuk membangun koneksi awal dengan para peserta, menciptakan suasana yang hangat dan interaktif sejak awal. Peningkatan Pengetahuan Masyarakat: Peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai konsep saintifikasi jamu, yaitu upaya ilmiah untuk membuktikan secara ilmiah khasiat ramuan tradisional. Berdasarkan hasil kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dari 57% menjadi sebesar 82% mengenai manfaat dan cara penggunaan tanaman obat antihipertensi.

Acara ditutup dengan sesi berfoto bersama beberapa perwakilan warga. Momen ini menjadi simbol kebersamaan dan kenangan manis atas kolaborasi yang terjalin antara tim pelaksana dan masyarakat Desa Cihanjuang Rt 02/ Rw 05. Senyum ceria yang terpancar dari wajah-wajah peserta menjadi cerminan kepuasan dan manfaat yang mereka rasakan dari kegiatan ini.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Ramuan Obat Tradisional Antihipertensi dari Tumbuhan Berbasis Saintifikasi Jamu di Desa Cihanjuang telah berjalan dengan sangat sukses. Kami sangat optimis bahwa pengetahuan yang telah disampaikan akan diterapkan oleh warga dalam kehidupan sehari-hari mereka. Kami berharap, dampak positif dari kegiatan ini tidak hanya berhenti pada hari pelaksanaan, tetapi terus berlanjut dan memberikan manfaat jangka panjang bagi seluruh komunitas Desa Cihanjuang. Lebih dari sekadar peningkatan pengetahuan, kami juga melihat indikasi kuat adanya perubahan sikap dan niat perilaku di kalangan warga. Beberapa bahkan menyatakan akan berbagi informasi ini kepada tetangga dan anggota keluarga lain yang tidak sempat hadir. Hal ini sangat menggembirakan karena tujuan utama pengabdian masyarakat adalah menciptakan perubahan positif yang berkelanjutan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini akan berkesinambungan kedepannya dengan tema penyakit degeneratif yang lainnya



KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil dari kegiatan program pengabdian ini adalah :

1. Peningkatan Pengetahuan Masyarakat
Peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai konsep saintifikasi jamu, yaitu upaya ilmiah untuk membuktikan secara ilmiah khasiat ramuan tradisional. Berdasarkan hasil kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dari 57% menjadi 82% mengenai manfaat dan cara penggunaan tanaman obat antihipertensi.
2. Pengenalan Jenis Tumbuhan Antikolesterol Lokal
Masyarakat dikenalkan pada berbagai tanaman yang berkhasiat menurunkan tekanan darah, seperti:
 - a. Daun Seledri (*Apium graveolens* Folium)
 - b. Daun Kumis Kucing (*Orthosiphon stamineus* Folium)
 - c. Daun pegagan (*Centella asiatica* Folium)
3. Peningkatan Kesadaran Gaya Hidup Sehat
Selain mengenal jamu, masyarakat mendapatkan edukasi tentang pentingnya menjaga pola makan rendah lemak, olahraga rutin, dan menghindari rokok serta alkohol sebagai bagian dari pencegahan tekanan darah tinggi

Saran

Dilaksanakan pengembangan program pengabdian lanjutan berdasarkan hasil dan evaluasi kegiatan, akan direncanakan pengabdian lanjutan yang lebih spesifik seperti pelatihan lanjutan pengolahan jamu, atau pengembangan produk jamu rumah tangga yang aman dan legal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Kesehatan Rajawali yang telah memberikan dukungan materil maupun moril terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. *Global report on hypertension 2025: high stakes—turning evidence into action*. Geneva: World Health Organization; 2025.
2. World Health Organization. Hypertension [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2025 [cited 2026 Sep 27].

3. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam angka*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2023.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Sebelas ramuan jamu saintifik pemanfaatan mandiri oleh masyarakat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2019.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2010 tentang Saintifikasi Jamu dalam Penelitian Berbasis Pelayanan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2010.
6. Kusumaningrum ID, Setyowati S, Rahmawati S, Purnomo PS. Pelatihan pembuatan ramuan jamu saintifik di Desa Wisata Kaki Langit. *J Peduli Masyarakat*. 2022;4(1):73-80. doi:10.37287/jpm.v4i1.854.
7. Suhesti I, Setiyanto R, Marshanda C, Oktaviani DA. Penyuluhan dan pembuatan ramuan jamu saintifik hipertensi, asam urat, kolesterol dan diabetes melitus pada lansia di Desa Tanggan, Kec. Gesi, Kab. Sragen. *Bengawan J Pengabdian Masyarakat*. 2025;5(1):127-135. doi:10.46808/jurnal_bengawan.v5i1.197.