

PENGGUNAAN HERBAL DALAM TERAPI KOMPELEMENTER PADA HIPERTENSI.

Ni Putu Aryati Suryaningsih¹, I Gusti Ayu Agung Septiari¹

¹⁾ Program Studi Farmasi Klinis Fakultas Ilmu ilmu Kesehatan, Universitas Bali Internasional

e-mail: ¹⁾ aryatisuryaningsih@iikmpbali.ac.id

²⁾ igustiseptiari@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi sering kita ketahui sebagai *Silent killer* karena sering tanpa keluhan. Dikatakan hipertensi ketika tekanan sistolik terukur ≥ 140 mmHg atau tekanan diastolik terukur ≥ 90 mmHg. Prevalensi penderita hipertensi di Kota Denpasar masih terbilang cukup tinggi yaitu sebanyak 177.627 diperkirakan terjadi peningkatan penderita hipertensi di Kota Denpasar dari tahun 2014 sekitar 114.421. Penatalaksanaan terapi dalam hipertensi bisa dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Penggunaan herbal sebagai bagian dari pengobatan hipertensi semakin meningkat dalam beberapa decade terakhir ini. Penelitian ini mencoba melihat pola penggunaan herbal dalam terapi komplementer pada hipertensi di kota Denpasar. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Pasien hipertensi yang bersedia mengikuti penelitian dan menggunakan terapi konvensional kombinasi dengan komplementer herbal di rentang usia 17-65 masuk dalam sampel penelitian. Hasil penelitian menunjukkan laki-laki sebesar 52% dengan rentang usia 46-55 tahun sebanyak 70% merupakan kategori lanjut usia yang lebih banyak menggunakan herbal dalam terapi komplementer. Tiga terbesar herbal yang digunakan adalah Buah timun 39%, daun seledri 30% dan bawang putih 9%. Sumber informasi terkait pemanfaatan herbal ini diperoleh dari keluarga sebanyak 60 %, Teman sebanyak 38% dan Internet sebanyak 12 %. Dapat disimpulkan bahwa penderita hipertensi masih banyak yang menggunakan herbal dalam terapi komplementer yaitu buah mentimun dengan informasi terbanyak diperoleh dari keluarga.

Kata kunci: terapi komplementer, hipertensi, herbal

ABSTRACT

Hypertension is commonly referred to as the "silent killer" because in most cases it may show no obvious symptoms. Hypertension is defined as a systolic pressure ≥ 140 mmHg or diastolic pressure ≥ 90 mmHg. The prevalence increase of hypertensive patients in Denpasar was observed from 114.421 in 2014 to 177.627 in 2019. Two interventions can be applied to manage hypertension, non-pharmacological interventions, and pharmacological interventions. In the last decades, there has been a noticeable increase in

the use of herbal remedies as a part of hypertension management. We performed a purposive sampling method which included participants who managed their hypertension using both conventional and complementary therapy in the age range of 17 to 65. The results showed that 52% of male participants within the 46-55 age category, 70% were categorized as elderly which mostly used herbal remedies in complementary therapy. The three most common herbs used were cucumber (Cucumis sativus), celery (Apium graveolens), and garlic (Allium sativum). The prevalence of cucumber, celery, and garlic use was 39%, 30%, and 9%, respectively. The source of information regarding the use of herbal remedies was from family (60%), friends (38%), and the Internet (12%). It can be concluded that there was a considered high number of hypertensive patients who used herbal remedies as a complementary therapy in which cucumber was the most common herb used to manage hypertension and family was the most common resource of information on herbal remedies use.

Keywords: complementary therapy, hypertension, herbal remedies

PENDAHULUAN

Hipertensi dikenal sebagai salah satu “*silent killer*” yang kerap tidak disadari oleh penderitanya karena tidak bergejala. Namun, gejala seperti pusing, mimisan, detak jantung tidak normal, pandangan kabur, dan telinga yang berdenging dapat terjadi apabila hipertensi sudah pada tahap yang lebih parah. Menurut JNC VII, Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan *sistolik* terukur ≥ 140 mmHg atau tekanan *diastolik* terukur ≥ 90 mmHg. Faktor resiko hipertensi yang bisa kita kontrol pada pola makan yang tidak sehat, gaya hidup yang tidak sehat, konsumsi rokok dan alkohol, serta obesitas. Prevalensi hipertensi secara global diestimasi sebesar 22% dari total populasi dunia. Sekitar 2/3 dari penderita hipertensi berasal dari negara ekonomi menengah ke bawah. Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapati bahwa prevalensi hipertensi mencapai angka 34,11% pada penduduk >18 tahun. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Bali pada tahun 2018-2019 Prevalensi di Bali yang mengalami hipertensi pra lansia 45-59 tahun yaitu 495.166 kasus. Kota Denpasar menduduki peringkat yang ke 7 di Bali dengan prevalensi hipertensi sebesar 44.172 kasus yang mengalami hipertensi. Salah satu pengobatan alternatif yang dapat menjadi pilihan untuk menurunkan tekanan darah adalah terapi herbal.

Terapi herbal adalah terapi komplementer menggunakan tumbuhan yang berkhasiat obat. Indonesia dikenal memiliki tumbuhan obat yang sangat banyak. Di dunia Internasional, penggunaan obat herbal sudah sangat berkembang, cenderung meningkat, dan diperhitungkan sebagai komponen penting dalam pelayanan kesehatan dasar. Penggunaan obat herbal sebagai bagian dari pengobatan hipertensi semakin meningkat dalam dekade terakhir. Hal ini disebabkan adanya beberapa faktor, salah satunya karena efek samping yang dianggap lebih sedikit. Pada penelitian sebelumnya tahun 2019 yang dilakukan oleh di Puskesmas Mergangsan, Yogyakarta didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara persepsi pasien yang menggunakan kombinasi terapi antihipertensi dan terapi komplementer terhadap *outcomes* klinis pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, berdasarkan hasil dari studi pendahuluan dan juga penelitian terdahulu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan penggunaan herbal dalam terapi komplementer (herbal) untuk hipertensi di Kota Denpasar.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini mendeskripsikan kejadian yang terjadi pada saat sekarang, yakni pengobatan herbal dalam terapi komplementer hipertensi. Sampel dalam penelitian ini adalah masyarakat yang berdomisili Denpasar yang yang menderita Hipertensi dan yang menggunakan terapi kombinasi antihipertensi (Konvensional) dan terapi Komplementer (Herbal) untuk terapi Hipertensi, yang berusia $> 17-65$ tahun. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dimana mengikuti kriteria inklusi dan ekslusi. Hasil penelitian merupakan data deskriptif analitik berupa presentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini terkait gambaran distribusi frekuensi dari karakteristik responden. Pada bagian ini dijelaskan mengenai karakteristik responden yang menjadi sampel penelitian yaitu terdiri dari umur, jenis kelamin, tingkat Pendidikan, pekerjaan dan status perkawinan.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Penelitian

Variabel	Jumlah (N=100)	Persentase (%)
Usia		
17-25 tahun (Remaja)	0	0%
26-45 tahun (Dewasa)	34	31%
46-65 tahun (Lanjut Usia)	76	69%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	53	48%
Perempuan	57	52%
Tingkat Pendidikan		
Tidak Tamat Sekolah	0	0%
SD	19	17%
SMP	25	23%
SMA	66	60%
Perguruan Tinggi (D3/D4/S1/S2/S3)	0	0%
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	25	23%
Wirausaha/Pegawai Swasta	85	77%
PNS	0	0%
Pelajar/Mahasiswa	0	0%
Lainnya	1	1%
Status Perkawinan		
Belum Menikah	1	0%
Menikah	103	99%
Janda/Duda	6	1%

Berdasarkan dari penelitian yang sudah dilakukan, didapatkan hasil seperti pada tabel 1 mayoritas responden termasuk ke dalam rentang usia 46-65 tahun (Lanjut Usia) yaitu sebanyak 76 orang (69%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 57 orang (52%), mayoritas pendidikan responden yaitu SMA sebanyak 66 orang (60%), dengan pekerjaan mayoritas responden yaitu sebagai wirausaha atau pegawai swasta 85 orang (77%), serta mayoritas status perkawinan responden yaitu menikah 103 orang (99%). Pada penelitian ini menggunakan rentang usia minimal >17 tahun, karena menurut Estiningsih (2012) dikatakan bahwa seorang dengan usia 18-44 tahun lebih beresiko terkena hipertensi, hal tersebut juga dapat terjadi karena faktor dari IMT (*Indeks Massa Tubuh*) yang tidak normal. Sedangkan menurut Kemenkes (2017) Hipertensi banyak terjadi pada usia >45 tahun, penderita hipertensi pada Wanita menopause banyak ditemui pada usia >45-65 tahun. Perubahan hormonal setelah menopause dapat meningkatkan resiko penyakit degeneratif salah satunya yaitu Hipertensi

(Pradani, dkk, 2018). Pada tabel 1 terlihat bahwa penderita hipertensi lebih banyak terjadi pada perempuan yaitu sebesar 52%. Berdasarkan beberapa penelitian hal ini dapat terjadi karena berhubungan dengan usia penderita. Dimana penderita hipertensi perempuan berusia >45 tahun memiliki resiko lebih tinggi terkena hipertensi, karena pada usia tersebut perempuan mulai kehilangan hormon estrogen atau karena sudah memasuki masa *pre-menopause*. (Khotimah N, 2015). Menurut Yuwono, dkk alasan lain mengatakan bahwa hampir 50% penderita hipertensi adalah perempuan, hal ini terjadi karena perempuan memiliki beberapa kondisi khusus yang berhubungan dengan mengkonsumsi asupan kalsium, masa kehamilan, penggunaan kontrasepsi oral dan mengalami masa menopause. (Khotimah N, 2015 ., Yuwono, dkk 2017). Tingkat pendidikan responden mayoritas yaitu lulusan SMA (Sekolah Menengah Atas) yaitu sebesar 60%. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang terhadap sesuatu salah satunya seperti dalam memilih terapi pengobatan. Menurut Budiman dan Riyanto (2013) mengatakan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah pula dalam menerima informasi dan meningkatkan pengetahuan serta kecepatan dalam memahami dan mengolah informasi juga meningkat.

Tabel 2 Jenis Herbal yang Digunakan Sebagai Terapi Komplementer

Jenis-Jenis Terapi Komplementer Herbal Hipertensi			
JENIS	NAMA	JUMLAH	PERSENTASE
DAUN	Daun Seledri	33	30%
	Daun Salam	7	6%
	Daun Kelor	4	4%
	Daun Meniran	6	5%
BUAH	Buah Mentimun	43	39%
	Buah Semangka	2	2%
	Buah Melon	4	4%
RIMPANG	Jahe	1	1%
UMBIA	Bawang Putih/Kesuna	10	9%
Total		110	100%

Berdasarkan pada tabel 5.5 didapatkan hasil bahwa herbal yang paling banyak digunakan sebagai terapi komplementer hipertensi oleh responden yaitu

pada bagian daun paling banyak digunakan yaitu Daun Seledri (30%), Daun Salam (6%), Daun Meniran (5%) dan Daun Kelor (4%). Pada bagian Buah paling banyak digunakan yaitu Buah Mentimun (39%), Buah Melon (4%) dan Buah Semangka (2%). Selanjutnya pada bagian Rimpang yang digunakan oleh responden yaitu Jahe (1%), dan yang terakhir pada bagian Umbi responden menggunakan Bawang Putih atau Kesuna (9%).

Terapi herbal merupakan salah satu pilihan dari terapi komplementer yang dapat dimanfaatkan sebagai terapi penunjang dari terapi konvensional. Dalam memilih terapi komplementer herbal untuk hipertensi, ada banyak jenis bagian tanaman yang dapat dimanfaatkan untuk menurunkan tekanan darah seperti bagian akar, batang, buah, daun, dan sebagainya.

Terapi herbal yang digunakan dapat berfungsi sebagai vasodilator dan vasorelaksan. Vasodilator adalah kandungan zat yang dapat berfungsi untuk membantu melebarkan pembuluh darah sehingga dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot polos. Sedangkan vasorelaksan adalah zat yang dapat membantu proses dalam penurunan tekanan darah. (Putri Dafriani, 2016).

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa penggunaan buah timun memiliki persentase paling tinggi yaitu sebesar 39% (tabel 2) penderita hipertensi menggunakan buah timun sebagai terapi komplementer dalam penurun tekanan darah. Berdasarkan pada penelitian terdahulu, yang dilakukan oleh Negara, dkk (2018) dikatakan bahwa timun dapat membantu menurunkan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi. Mentimun dapat dimanfaat sebagai terapi komplementer herbal untuk hipertensi karena mentimun memiliki kandungan kalium yang tinggi sehingga dapat membantu menurunkan volume darah dan tekanan darah atau dapat berfungsi sebagai vasodilator (Lovindy dan Tatik, 2014).

Pada penelitian ini, responden yang memanfaatkan jahe sebagai terapi komplementer hipertensi hanya sebesar 1% saja. Diketahui manfaat jahe juga sebagai vasodilator, hal ini sangat disayangkan karena, menurut jurnal penelitian dari Nadia, E.A bahwa jahe ternyata memiliki manfaat dalam sistem kardiovaskular, seperti memiliki efek antioksidan yang dapat membantu mengurangi radikal bebas dan menurunkan tekanan darah. Selain itu, pada

penelitian Braga (2019), dikatakan bahwa jahe memiliki kandungan *Gingerol* dan kalium yang berfungsi untuk membantu menurunkan kontraksi otot polos sehingga akan menyebabkan tekanan darah menurun atau sebagai vasodilator. Oleh karena itu, jahe dapat dijadikan pilihan dalam terapi komplementer herbal untuk hipertensi.

SIMPULAN

Simpulan penelitian ini ialah Responden yang menjadi sampel penelitian mayoritas merupakan Perempuan, dengan rentang usia 46-65 tahun (Lansia), pekerjaan responden mayoritas sebagai pegawai swasta, pendidikan mayoritas tamat SMA (Sekolah Menengah Atas), dan yang terakhir mayoritas status perkawinan dari responden yaitu Menikah. Jenis herbal yang digunakan oleh penderita hipertensi yang menjadi responden penelitian ini yaitu bagian tanaman, seperti daun, buah, rimpang dan umbi. Bagian tanaman yang paling banyak digunakan oleh responden adalah Buah Mentimun (39%), Daun Seledri (30%) dan yang paling sedikit adalah Jahe (1%)

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi Iswahyudi Yasril, Mellissa Aprilia Putri, Ani Idahyanti, Ardakia Oktorilyani dan Riani Gori. 2020. *Pengaruh Bawang Putih (Rubah) Terhadap Penurunan Tekanan Darah di Padang Gamuak Kelurahan Tarok Dipo Tahun 2020. Empowering Society Journal*; Vol. 1, No.2; 77-88. Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Kebidanan. Universitas Fort De Kock.
- Braga, S. S. 2019. Ginger: Panacea or consumer's hype Applied Sciences (Switzerland), 9(8).
- Budiman dan Riyanto A. 2013. *Kapita Selekta Kuisioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika pp 66-69.
- Estiningsih, SH. 2012. *Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Faktor Lain dengan Kejadian Hipertensi pada Kelompok Usia 18-44 Tahun di Kelurahan Sukamaju Depok Tahun 2012*. Depok, Universitas Indonesia.
- Hidayat, S., dan Napitupulu, R. 2015. *Kitab Tumbuhan Obat*. Jakarta: Agriflo.
- Kemenkes RI. 2017. *Data dan Informasi Kesehatan Profil Kesehatan Indonesia 2016*.
- Khotimah, N. 2015. *Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan di RSUD Dr. Moewardi Surakarta*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.

- Lovindy PL, Tatik M. 2014. *Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (Cucumis sativus L.) Terhadap Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Pada Penderita Hipertensi*. Skripsi. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Dipenogoro.
- Maramis. 2009. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa Edisi 2*. Surabaya: Airlangga.
- Negara, C.K., Erna, dan Anna. 2018. *The Effect of Cucumber Juice (Cucumis sativus) Toward Hypertension of Elderly at Tresna Werdha Budi Sejahtera Social Institution of Banjarbaru South Borneo 2017*. Indonesian Journal Nursing Practices; 2 (1): 16-21.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Oktadoni, S., & Fitria, T. 2016. *Khasiat Daun Seledri Terhadap Tekanan Darah Tinggi pada Pasien Hiperkolesterolemia*. Jurnal Majority; 5(2), 120-125.
- Pradani, A.D.A., Ambar, M., dan Isna, Q., 2018. *Predictors of Hypertension in Post Menopausal Women in Surakarta, Central Java*. *Journal of Epidemiology and Public Health*; 3 (3): 312-322.
- Rakhmat, Jalaludin. 2005. *Psikologi Komunikasi. Edisi Revisi*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya
- Rizki, M.I., dan Ester, M.H. 2015. *Review: Aktivitas Farmakologis, Senyawa Aktif, dan Mekanisme Kerja Daun Salam (Syzygium polyanthum)*; 239-244. Padang, 6 -7 November 2015: Seminar Nasional & Workshop “Perkembangan Terkini Sains Farmasi & Klinik 5”.
- Yuwono, G. A., Ridwan, M., & Hanafi, M. 2017. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di Kabupaten Magelang*. Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), 55-66.