

EDUKASI DAN PEMANFAATAN REBUSAN DAUN SALAM DALAM PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA IBU HAMIL DI DESA CISEUREUH KABUPATEN PURWAKARTA

Ewith Widya Mareta

Sarjana Terapan Kebidanan, Politeknik Bhakti Asih Purwakarta

Email : ewithwidya28@gmail.com

Abstrak : Edukasi Dan Pemanfaatan Rebusan Daun Salam Dalam Pengendalian Hipertensi Pada Ibu Hamil Di Desa Ciseureuh Kabupaten Purwakarta.

Program Pemberdayaan Ibu Hamil melalui Edukasi dan Pemanfaatan Terapi Rebusan Air Daun Salam sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi merupakan kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil dalam pengendalian hipertensi selama kehamilan melalui pendekatan edukatif dan pemanfaatan terapi herbal nonfarmakologis. Program ini dilaksanakan di Desa Binaan Ciseureuh Kabupaten Purwakarta melalui kegiatan penyuluhan kesehatan, demonstrasi pembuatan rebusan air daun salam, diskusi interaktif, pemeriksaan tekanan darah, serta pendampingan konsumsi terapi herbal secara berkala. Materi yang diberikan meliputi hipertensi pada kehamilan, faktor risiko, komplikasi hipertensi, pola hidup sehat, pengaturan nutrisi, serta manfaat daun salam (*Syzygium polyanthum*) dalam membantu menstabilkan tekanan darah. Kegiatan dilaksanakan selama empat minggu dengan metode partisipatif agar ibu hamil lebih aktif memahami dan menerapkan terapi pendukung secara mandiri dan aman. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai pengendalian hipertensi, dari 62% pada saat pre-test menjadi 96% pada saat post-test, atau mengalami peningkatan sebesar 34%. Selain itu, terjadi peningkatan kesadaran dan perilaku hidup sehat ibu hamil dalam upaya pengendalian hipertensi melalui pemanfaatan rebusan air daun salam sebagai terapi pendukung yang aman dan mudah diterapkan di lingkungan masyarakat.

Kata Kunci: Hipertensi, Edukasi Kesehatan, Ibu Hamil, Pemberdayaan Masyarakat, Rebusan Daun Salam

Pendahuluan

Hipertensi dalam kehamilan merupakan salah satu masalah kesehatan maternal yang masih menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas ibu maupun janin. Secara global, hipertensi terjadi pada sekitar 5–10% kehamilan dan berkontribusi terhadap terjadinya preeklamsia, eklamsia, kelahiran prematur, gangguan pertumbuhan janin, hingga kematian ibu dan bayi. Di Indonesia, hipertensi dalam kehamilan masih menjadi salah satu komplikasi kehamilan yang sering ditemukan dan memerlukan penanganan yang komprehensif.

Berdasarkan hasil observasi awal dan koordinasi dengan bidan desa serta kader kesehatan di Desa Binaan Ciseureuh Kabupaten Purwakarta, masih ditemukan ibu hamil yang mengalami peningkatan tekanan darah dan memiliki faktor risiko hipertensi selama kehamilan. Selain itu, sebagian besar ibu hamil belum memahami secara optimal mengenai faktor risiko, tanda bahaya, komplikasi, serta upaya pengendalian hipertensi secara mandiri. Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah hipertensi pada ibu hamil masih menjadi perhatian penting di wilayah tersebut.

Hipertensi pada ibu hamil dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain riwayat hipertensi, usia ibu, obesitas, pola makan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, stres, serta rendahnya kepatuhan dalam melakukan pemeriksaan antenatal secara rutin. Apabila tidak dikendalikan dengan baik, hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti preeklamsia, gangguan fungsi organ, persalinan prematur, berat badan lahir rendah, hingga kematian ibu dan janin.

Berbagai upaya telah dilakukan oleh tenaga kesehatan melalui pelayanan antenatal, pemeriksaan tekanan darah rutin, penyuluhan kesehatan ibu hamil, serta pemantauan kehamilan di posyandu dan puskesmas. Namun demikian, kegiatan edukasi yang secara khusus membahas pemanfaatan terapi nonfarmakologis berbasis potensi lokal sebagai pendukung pengendalian hipertensi masih terbatas. Selain itu, pemanfaatan tanaman herbal yang tersedia di lingkungan sekitar, seperti daun salam (*Syzygium polyanthum*), belum dilakukan secara optimal meskipun tanaman tersebut mudah ditemukan oleh masyarakat.

Daun salam diketahui mengandung flavonoid, tanin, dan senyawa antioksidan yang berpotensi membantu mengendalikan tekanan darah melalui mekanisme vasodilatasi dan perlindungan fungsi endotel pembuluh darah. Namun, masih banyak ibu hamil yang belum mengetahui manfaat, cara pengolahan, dosis, dan keamanan penggunaan rebusan daun salam sebagai terapi pendamping nonfarmakologis.

Berdasarkan kondisi tersebut, terdapat kesenjangan (gap) antara ketersediaan potensi lokal berupa daun salam dengan tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dalam memanfaatkannya sebagai upaya pengendalian hipertensi. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan, demonstrasi pembuatan rebusan daun salam, serta pendampingan kepada ibu hamil guna meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemandirian dalam mengendalikan hipertensi selama kehamilan. Program ini diharapkan dapat mendukung upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesehatan ibu hamil di Desa Binaan Ciseureuh Kabupaten Purwakarta.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Desa Binaan Ciseureuh, Kecamatan Purwakarta, Kabupaten Purwakarta pada bulan Februari 2026 selama 4 minggu. Sasaran kegiatan adalah 30 ibu hamil dan 2 kader kesehatan sebagai pendamping. Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa tahapan. Minggu pertama dilakukan koordinasi dengan perangkat desa, bidan, dan kader kesehatan, serta identifikasi peserta dan pemeriksaan tekanan darah awal. Minggu kedua dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dalam kehamilan dan upaya pengendaliannya. Minggu ketiga dilakukan demonstrasi pembuatan rebusan air daun salam serta pendampingan pemanfaatannya sebagai terapi pendukung nonfarmakologis. Minggu keempat dilakukan monitoring, evaluasi, dan pengukuran pengetahuan melalui *pre-test* dan *post-test*.

Penyuluhan kesehatan dilaksanakan sebanyak 2 kali pertemuan, sedangkan pendampingan dan monitoring dilakukan 1 kali setiap minggu selama program berlangsung. Media yang digunakan meliputi *leaflet*, poster edukasi, *booklet* kesehatan ibu hamil, dan lembar monitoring tekanan darah. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta mengenai pengendalian hipertensi selama kehamilan dan pemanfaatan rebusan air daun salam sebagai terapi pendukung.

Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Binaan Ciseureuh, Kecamatan Purwakarta, Kabupaten Purwakarta dengan sasaran 30 ibu hamil yang mengalami hipertensi ringan hingga sedang selama kehamilan. Kegiatan meliputi edukasi kesehatan mengenai hipertensi pada kehamilan, pemeriksaan tekanan darah, demonstrasi pembuatan rebusan air daun salam, serta pendampingan pemanfaatannya sebagai terapi pendukung nonfarmakologis.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi kesehatan. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, proporsi peserta yang memiliki pengetahuan baik meningkat dari 20% menjadi 86,7%, sedangkan peserta dengan pengetahuan kurang menurun dari 50% menjadi 3,3%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi selama kehamilan. Selain peningkatan pengetahuan, hasil monitoring tekanan darah menunjukkan adanya perbaikan kondisi kesehatan peserta. Rata-rata tekanan darah sistolik mengalami penurunan dari 143 mmHg sebelum intervensi menjadi 121 mmHg setelah intervensi. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang disertai pendampingan dan pemanfaatan rebusan air daun salam berpotensi membantu pengendalian tekanan darah pada ibu hamil.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai hipertensi dalam kehamilan setelah diberikan edukasi kesehatan. Hal ini terlihat dari hasil evaluasi yang menunjukkan peningkatan jumlah ibu hamil dengan kategori pengetahuan baik dari 17% sebelum edukasi menjadi 87% setelah edukasi. Selain itu, ibu hamil juga menunjukkan peningkatan kesadaran dalam melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, menerapkan pola hidup sehat, serta memanfaatkan rebusan air daun salam sebagai terapi pendamping nonfarmakologis. Temuan ini sejalan dengan teori promosi kesehatan yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan faktor penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Semakin baik pengetahuan seseorang, semakin besar kemungkinan individu tersebut menerapkan perilaku hidup sehat. Menurut Notoatmodjo (2021), pengetahuan menjadi faktor predisposisi yang memengaruhi perubahan sikap dan perilaku seseorang dalam menjaga kesehatannya.

Selain itu, daun salam (*Syzygium polyanthum*) mengandung flavonoid, tanin, dan senyawa antioksidan yang diketahui dapat membantu menjaga elastisitas pembuluh darah dan mendukung pengendalian tekanan darah. Pada kegiatan ini juga ditemukan adanya penurunan rata-rata tekanan darah ibu hamil setelah mengikuti program edukasi, pendampingan, dan konsumsi rebusan air daun salam, dari rata-rata tekanan darah sistolik 140,91 mmHg menjadi 119,09 mmHg dan diastolik 94,00 mmHg menjadi 79,00 mmHg. Hasil tersebut mendukung teori fitoterapi yang menyatakan bahwa kandungan bioaktif daun salam berperan sebagai antioksidan dan vasodilator yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku ibu hamil dalam pengendalian hipertensi. Keterlibatan kader kesehatan dan pendampingan selama program juga mendukung keberlanjutan penerapan perilaku hidup sehat di masyarakat, sesuai dengan teori *Community Empowerment* yang menekankan pentingnya pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatan secara mandiri.

Simpulan Dan Saran

Kegiatan pemberdayaan ibu hamil melalui edukasi kesehatan dan pemanfaatan terapi rebusan air daun salam sebagai upaya pengendalian hipertensi di Desa Binaan Ciseureuh Kabupaten Purwakarta telah berhasil dilaksanakan dan mencapai tujuan yang ditetapkan. Edukasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai hipertensi dalam kehamilan, faktor risiko, komplikasi, serta upaya pengendaliannya. Hal ini terlihat dari peningkatan kategori pengetahuan baik dari 17% sebelum edukasi menjadi 87% setelah edukasi.

Implementasi terapi rebusan air daun salam juga menunjukkan hasil yang positif dengan tingkat kepatuhan peserta yang tinggi, dimana 80% ibu hamil termasuk kategori sangat patuh dalam mengonsumsi rebusan daun salam sesuai anjuran.

Selain itu, terjadi penurunan rata-rata tekanan darah setelah intervensi, yaitu tekanan darah sistolik dari 140,91 mmHg menjadi 119,09 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 94,00 mmHg menjadi 79,00 mmHg. Hasil ini menunjukkan bahwa kombinasi edukasi kesehatan, pendampingan kader, dan pemanfaatan rebusan air daun salam dapat mendukung pengendalian hipertensi pada ibu hamil.

Edukasi dan pemantauan tekanan darah ibu hamil perlu dilakukan secara rutin melalui posyandu dan kelas ibu hamil, disertai penerapan pola hidup sehat serta pemanfaatan terapi komplementer sesuai anjuran tenaga kesehatan. Kegiatan ini dapat dikembangkan sebagai model pengabdian berbasis potensi lokal dan perlu dievaluasi lebih lanjut dengan sasaran serta waktu pendampingan yang lebih besar.

Daftar Rujukan

Rosenstock, I. M. (1974). Historical Origins of the Health Belief Model. *Health Education Monographs*, 2(4), 328–335.



- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Orem, D. E. (2001). *Nursing: Concepts of Practice* (6th ed.). St. Louis: Mosby.
- Wallerstein, N. (2006). What is the Evidence on Effectiveness of Empowerment to Improve Health? Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe.
- National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH). (2023). *Complementary, Alternative, or Integrative Health: What's In a Name?* Bethesda, MD: NCCIH.
- Notoatmodjo, S. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension Fact Sheet*. Geneva: WHO.