

## PENYULUHAN PEMANFAATAN DAUN SUKUN UNTUK PENURUNAN TEKANAN DARAH DIDESA PUJIDADI BINJAI TAHUN 2023

Supardi<sup>1</sup>, Retno Windyarni<sup>2</sup>, Yesi Ariska<sup>3</sup>, M. Ferdi Pratama<sup>4</sup>, Muhammad Azim Hafizal<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

<sup>2</sup>Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

<sup>3</sup>Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

<sup>4</sup>Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

<sup>5</sup>Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

e-mail: [supardi461@gmail.com](mailto:supardi461@gmail.com), [retnowindyarni0523@gmail.com](mailto:retnowindyarni0523@gmail.com), [yesiariskaxcell@gmail.com](mailto:yesiariskaxcell@gmail.com),  
[ferdipratamadaulay@gmail.com](mailto:ferdipratamadaulay@gmail.com), [azimhafizal22@gmail.com](mailto:azimhafizal22@gmail.com),

### Abstrak

Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal secara kronis (dalam jangka waktu lama) yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolic. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh ketertarikan mahasiswa dalam mengikuti penyuluhan pemanfaatan daun sukun untuk penurunan tekanan darah didesa pujidadi Binjai . Tujuan penelitian ini adalah mampu melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan defisiensi pengetahuan tentang ketidak mampuan keluarga merawat anggota keluarga yang menderita tekanan darah tinggi di kelurahan pujidadi. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat di kelurahan pujidadi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dalam bentuk studi kasus dan teknik pengumpulan data dilakukan dengan anamnese, observasi, dan pemeriksaan fisik. Studi kasus pada keluarga Tn. A dan keluarga Tn.S dengan defisiensi pengetahuan di kelurahan pijidadi. Hasil studi kasus dengan kurangnya pengetahuan didapatkan masalah keperawatan yaitu regimen NyeriAkut berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga anggota keluarga yang sakit. Setelah dilakukan tindakan keperawatan didapatkan meningkatnya pengetahuan serta keterampilan keluarga untuk merawat anggota keluarga yang menderita Tekanan Darah Tinggi.

**Kata Kunci:** Penyuluhan, Daun Sukun, Tekanan Darah Tinggi

### Abstract

*Hypertension is a condition where a person experiences an increase in blood pressure above normal chronically (over a long period of time) which is characterized by an increase in systolic and diastolic blood pressure. This research was motivated by students' interest in taking part in counseling on the use of breadfruit leaves to reduce blood pressure in the village of Pujidadi Binjai. The aim of this research is to be able to provide family nursing care with a lack of knowledge about the family's inability to care for family members who suffer from high blood pressure in the Pujidadi sub-district. The population in this study were people in the Pujidadi sub-district. This research uses a descriptive method in the form of a case study and data collection techniques are carried out using anamnese, observation and physical examination. Case study on Mr. A and Mr.S's family with knowledge deficiency in Pijidadi sub-district. The results of the case study with a lack of knowledge showed that the nursing problem, namely the Acute Pain regimen, was related to the inability of the sick family member. After carrying out nursing actions, the family's knowledge and skills increased in caring for family members who suffer from high blood pressure.*

**Keywords:** Counseling, Breadfruit Leaves, High Blood Pressure

## 1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal secara kronis (dalam jangka waktu lama) yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolic. Manusia dikategorikan mengalami hipertensi jika tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg, sedangkan tekanan darah normal adalah tekanan darah sistolik berkisar 100-140 mmHg dan tekanan darah diastolik sekitar 60-90 mmHg .Hipertensi termasuk dalam salah satu faktor resiko yang paling berpengaruh terhadap timbulnya penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal.

Obat penurun tekanan darah tinggi yang sudah beredar di pasar bebas cukup banyak, akan tetapi masalah yang ditimbulkan adalah efektivitas terapi dan efek samping. Penggunaan obat-obat tradisional menjadi salah satu alternatif dalam pengobatan yang dinilai lebih aman dari segi efek samping dan toksisitas. Salah satu obat tradisional yang sering digunakan oleh masyarakat adalah daun sukun (*Artocarpus altilis*) yang diketahui mengandung beberapa zat aktif berkhasiat seperti flavonoid, fitosterol, polifenol, dan riboflavin. Serta senyawa turunan flavonoid daun sukun yaitu quersetin dan artoindosianin. Flavonoid merupakan salah satu golongan fenol terbesar. Secara umum flavonoid telah dipelajari lebih dari 70 tahun baik secara *in vivo* maupun *in vitro*. Efek flavonoid terhadap macam-macam organisme sangat banyak dan dapat dijelaskan mengapa tumbuhan yang mengandung flavonoid dipakai dalam pengobatan tradisional.

Daun sukun dibuat menjadi minuman untuk obat penyakit tekanan darah tinggi, jantung, dan kencing manis, karena mengandung quersetin dan kalium. Di India ramuan daun sukun dapat menurunkan tekanan darah tinggi dan meringankan asma.

Banyaknya manfaat daun sukun diatas didukung dengan jumlah tanaman sukun yang ada di Indonesia. Luas areal pohon sukun mencapai 13.359 ha yang tersebar di wilayah Jawa, Kalimantan, dan Sumatera. Tingginya produksi tanaman sukun memungkinkan adanya pemanfaatan untuk obat. Saat ini bagian tanaman sukun yang paling banyak digunakan untuk obat ialah daunnya. Quersetin yang merupakan turunan dari flavonoid memiliki khasiat antihipertensi yaitu memperlebar saluran pembuluh darah yang menyempit dan melancarkan peredaran darah.

## 2. METODE PELAKSANAAN

### 2.1 Pemilihan Responden

Responden pengabdian kepada masyarakat ini adalah Masyarakat Desa Pujidadi.

### 2.2 Alat bahan

Alat bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah :

- Spanduk
- Laptop
- Video
- Kamera
- Tripot
- Exercise Bed
- Booklet
- Poster

*–Data sekunder kondisi umum masyarakat*

### **2.3 Cara Pengumpulan Data**

Data sekunder (Data pemanfaatan daun sukun untuk penurunan tekanan darah)

### **2.4 Analisis Data**

Data yang diperoleh merupakan data penurunan tekanan darah sehingga didapat gambaran pemanfaatan daun sukun untuk penurunan tekanan darah.

## **3. LAPORAN KEGIATAN**

Laporan kegiatan ini terdiri dari ; a. persiapan, b. pelaksanaan, c. penyuntingan laporan hasil pemeriksaan kondisi masyarakat desa pujidadi : umur, jenis kelamin serta pelatihan pengolahan sampah anorganik, d. pembahasan dan pengolahan data hasil pengelohan, e. tindak lanjut kegiatan berkala dan f. luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

### **3.1 Persiapan**

Persiapan dilakukan beberapa tahap :

#### **3.1.1 Koordinasi dengan Masyarakat Desa Pujidadi**

Koordinasi dengan masyarakat desa pujidadi telah berlangsung sejak tahun 2023 dengan ditandatanganinya surat perjanjian kerjasama dalam bentuk MoU serta penugasan pengelolaan dan pembinaan masyarakat dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat (PKM) Desa Pujidadi kepada institusi Perguruan Tinggi dalam hal ini Akper Kesdam I/BB Binjai. Dalam rangka memenuhi program kerja dalam surat perjanjian kerjasama yang telah disepakati tersebut serta untuk menjaga kualitas masyarakat, maka untuk proses keberlanjutan dilaksanakan pembinaan masyarakat desa pujidadi secara berkala dan teratur, yang dilaksanakan oleh Akper Kesdam I/BB Binjai.

#### **3.1.2 Koordinasi dengan pengurus Desa Pujidadi**

- a. Tim Akper Kesdam I/BB Binjai dalam memenuhi program yang telah tertuang dalam MoU, berkoordinasi dengan Ketua dan pengurus Desa Pujidadi untuk membahas bentuk atau model pelaksanaan pada masyarakat. Berdasarkan hasil pembicaraan dalam persiapan dengan ketua dan pengurus Desa Pujidadi, maka disepakati untuk diadakan kegiatan pengolahan sampah anorganik pada masyarakat dengan cara melaksanakan demografi.
- b. Waktu yang dapat disepakati bersama untuk pelaksanaan adalah hari , pukul 09.00 WIB – 10.00 WIB.

#### **3.1.3 Persiapan tim**

Persiapan tim dilaksanakan dalam aspek akademik dan logistik. Untuk aspek logistik, masing-masing anggota mendapatkan penugasan persiapan.

#### a . Kelompok penyuluhan

Kelompok penyuluhan bertanggung jawab menyusun dan menyampaikan materi penyuluhan dan booklet yang berisi sosialisasi tentang penyuluhan pemanfaatan daun sukun untuk penurunan tekanan darah.

### 3.2 Pelaksanaan

#### 3.2.1 Penyuluhan

Penyuluhan dilaksanakan tanggal, di Desa Pujidadi. Acara di adakan pada hari Rabu Tanggal 17 November 2023 dimulai pada pukul 09.00 WIB.

#### 3.2.2 Pengumpulan data sekunder hasil pemeriksaan kondisi masyarakat Desa Pujidadi

Data tentang kondisi umum masyarakat desa pujidadi diambil berdasarkan hasil pemeriksaan rutin bulan November

### 3.3 Tindak Lanjut Kegiatan

Sesuai dengan rencana, pada tanggal, tim melakukan evaluasi hasil serta tanggapan atau respon ataupun kondisi masyarakat dari kader yang bersedia untuk mengetahui adanya perkembangan situasi dan pengaruh penyuluhan yang telah diberikan.

## 4. HASIL DAN PEMBEHASAN

Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal secara kronis (dalam jangka waktu lama) yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolic. Manusia dikategorikan mengalami hipertensi jika tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg, sedangkan tekanan darah normal adalah tekanan darah sistolik berkisar 100-140 mmHg dan tekanan darah diastolik sekitar 60-90 mmHg .Hipertensi termasuk dalam salah satu faktor resiko yang paling berpengaruh terhadap timbulnya penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal.

Daun sukun dibuat menjadi minuman untuk obat penyakit tekanan darah tinggi, jantung, dan kencing manis, karena mengandung quersetin dan kalium. Di India ramuan daun sukun dapat menurunkan tekanan darah tinggi dan meringankan asma. Banyaknya manfaat daun sukun diatas didukung dengan jumlah tanaman sukun yang ada di Indonesia. Luas areal pohon sukun mencapai 13.359 ha yang tersebar di wilayah Jawa, Kalimantan, dan Sumatera. Tingginya produksi tanaman sukun memungkinkan adanya pemanfaatan untuk obat. Saat ini bagian tanaman sukun yang paling banyak digunakan untuk obat ialah daunnya. Quersetin yang merupakan turunan dari flavonoid memiliki khasiat antihipertensi yaitu memperlebar saluran pembuluh darah yang menyempit dan melancarkan peredaran darah.



**Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat**

## 5. PENUTUP

### 5.1 Kesimpulan

1. Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dengan tema “Penyuluhan Pemanfaatan Daun Sukun Untuk Penurunan Tekanan Darah di Desa Pujidadi Binjai Selatan dapat terlaksana dengan baik.
2. Output yang diharapkan dapat tercapai dengan baik dimana terjadi peningkatan pengetahuan dari para peserta kegiatan pengabdian.

Kegiatan Pengabdian ini mendapatkan respon yang baik dari masyarakat Binjai. Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat pengolahan sampah anorganik. Sebelum diberikan penyuluhan, dari 30 orang masyarakat hanya 10 orang masyarakat yang mampu menjawab pertanyaan tentang cara melakukn penurunan tekanan darah dan setelah diberikan penyuluhan hampir semua masyarakat (75 %) sudah mengetahui tentang penyuluhan pemanfaatan daun sukun untun penurunan tekanan darah Kepada pihak masyarakat agar dapat memberikan bimbingan serta pelatiahkan kepada masyarakat agar mereka bisa memanfaatkan daun sukun yang baik dan benar.

### 5.2 Saran

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran masyarakat sebagai periode penting untuk meningkatkan pemanfaatan daun sukun untun penurunan tekanan darah.

---

## DAFTAR PUSTAKA

1. Aulia Ulfa, dkk, "Efek Antihiperglikemik Pada Daun Sukun", Jurnal Medula (November 2017). Riskesdas, (2010). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar, Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
2. Adma Adinugraha, Hamdan. dkk, Pengembangan Teknik Budidaya Sukun (*Artocarpus altilis*) (Bogor: IPP Press, 2014).
3. Dafriani, P., & Prima, B. (2019). Pendekatan Herbal Dalam Mengatasi Hipertensi. <https://doi.org/10.31227/osf.io/x6mbn>
4. Depkes RI. 2000. Parameter Standar Umum Ekstrak Tumbuhan Obat. Direktorat Jendral Pengawasan Obat dan Makanan: Jakarta
5. Aziza, L. 2007. Peran Antagonis Kalsium Dalam Penatalaksanaan Hipertensi. Majalah Kedokteran Indonesia 57(8) Agustus 2007.