

Edukasi Pembuatan Dan Penggunaan Ramuan Jamu Sainifik Untuk Penyakit Hipertensi Di Kradenan Srimulyo Piyungan Bantul

Educational Program on the Preparation and Utilization of Scientific Herbal Formulation for Hypertension in Kradenan, Srimulyo, Piyungan, Bantul

Kiki Rizki Handayani^{1*}, Fitri Yuliani²

^{1,2}Program Studi DIII Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Madani
Jl. Wonosari KM 10 Karanggayam, Sitimulyo, Piyungan Bantul, Yogyakarta, 55792, Indonesia
Email: kikirizkihandayani@gmail.com 08788007010, fitriyu.apt@gmail.com 082134403109

*Corresponding Author

Submitted : 31-10-2025

Revised: 26-01-2026

Accepted : 29-01-2026

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat pada kelompok lanjut usia dan memerlukan pendekatan penanganan komplementer berbasis bukti ilmiah. Jamu saintifik merupakan hasil pengembangan jamu tradisional yang telah teruji efektivitas dan keamanannya secara ilmiah sehingga dapat digunakan sebagai terapi pendukung pengendalian hipertensi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pembuatan dan penggunaan jamu saintifik untuk pengendalian hipertensi melalui metode ceramah interaktif dan penayangan video edukatif. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 28 Juni 2025 di Masjid Padukuhan Kradenan, Srimulyo, Piyungan, Bantul, dengan peserta sebanyak 23 orang anggota posyandu lansia. Evaluasi dilakukan menggunakan pretest dan posttest yang terdiri atas sepuluh pernyataan benar-salah terkait materi jamu saintifik dan pengelolaan hipertensi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan peserta, di mana nilai posttest menunjukkan 91,3% peserta berada pada kategori sangat baik, dibandingkan 0% pada pretest. Edukasi menggunakan media audiovisual dinilai efektif meningkatkan pemahaman lansia terhadap konsep saintifikasi jamu, cara perebusan yang benar, dan prinsip keamanan penggunaannya. Kegiatan ini berkontribusi dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat serta mendorong pemanfaatan jamu berbasis bukti ilmiah sebagai terapi pendukung yang aman dan rasional pada pengendalian hipertensi.

Kata Kunci: Jamu Sainifik; Edukasi; Hipertensi; Lansia

Abstract

Hypertension had been one of the most common non-communicable diseases whose prevalence had continued to increase among the elderly, requiring a complementary management approach based on scientific evidence. Scientific herbal medicine has been developed from traditional herbal formulations that have been scientifically tested for their efficacy and safety, making it suitable as a supportive therapy for hypertension control. This community service activity aimed to improve the knowledge of elderly participants regarding the preparation and use of scientific herbal medicine for hypertension management through interactive lectures and the screening of educational videos. The activity had been conducted on June 28, 2025, at the Mosque of Kradenan Hamlet, Srimulyo, Piyungan, Bantul, involving 23 elderly participants from the local posyandu (community health post). Evaluation was carried out using pretest and posttest methods, consisting of ten true-false statements related to scientific herbal medicine and hypertension management. The results had shown a significant improvement in participants' knowledge, where 91.3% had achieved an excellent category in the posttest compared to 0% in the pretest. The use of audiovisual media has proven effective in enhancing the elderly's understanding of the concept of scientific herbal medicine, proper boiling techniques, and safe usage principles. This activity has contributed to improving health literacy among the elderly and encouraging the evidence-based and safe use of scientific herbal formulations as supportive therapy for hypertension control.

Keywords: Scientific Herbal Medicine; Education; Hypertension; Elderly

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan angka morbiditas dan mortalitas yang tinggi di dunia. Laporan *Global Report on Hypertension* oleh WHO (World Health Organization, 2023) menyebutkan bahwa sekitar satu dari tiga orang dewasa di dunia mengalami hipertensi, dan lebih dari 75% kasus terjadi di negara berpenghasilan menengah ke bawah. Kondisi ini menjadikan hipertensi sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat global yang membutuhkan upaya pengendalian komprehensif dan berkelanjutan.

Pendekatan pengendalian hipertensi tidak hanya melalui terapi farmakologis, tetapi juga dapat didukung dengan terapi komplementer menggunakan bahan alami. Salah satu terapi yang telah mendapat perhatian adalah penggunaan jamu saintifik, yaitu ramuan tradisional yang telah terbukti efektivitas dan keamanannya melalui penelitian ilmiah sesuai dengan kebijakan *Saintifikasi Jamu* (B2P2TOOT, 2019). Hasil uji klinik yang dilakukan oleh Triyono, dkk. (Triyono et al., 2018) menunjukkan bahwa rebusan dan seduhan jamu hipertensi yang terdiri dari herba seledri (*Apium graveolens*), daun kumis kucing (*Orthosiphon stamineus*), pegagan (*Centella asiatica*), rimpang temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), rimpang kunyit (*Curcuma domestica*), dan meniran (*Phyllanthus niruri*) terbukti menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara bermakna serta meningkatkan kualitas hidup pasien tanpa efek toksik terhadap hati dan ginjal.

Hasil kegiatan PKM di Desa Bulutui, Minahasa Utara, menunjukkan bahwa pelatihan teknik pembuatan jamu saintifik hipertensi berhasil meningkatkan keterampilan masyarakat dalam mengolah tanaman obat secara benar berdasarkan

panduan *B2P2TOOT* (Sangkal, 2023). Hal yang serupa juga dilakukan oleh Handayani dan Yuliani (Handayani & Yuliani, 2024) yang melaporkan bahwa kegiatan edukasi dan pelatihan mengenai jamu saintifik di wilayah Sleman mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat secara signifikan terkait cara pembuatan dan penggunaan jamu saintifik yang benar.

Efektivitas dan keamanan bukan satu-satunya aspek yang perlu diperhatikan dalam penggunaan jamu, sebab perilaku masyarakat juga memegang peranan penting dalam menentukan manfaatnya. Akbar (Akbar, 2025) dalam penelitiannya di Bantul menemukan bahwa 86,1% lansia dengan hipertensi derajat 2 menggunakan obat tradisional, terutama seledri, kumis kucing, mentimun, dan semangka. Namun, sebagian besar belum memahami cara penggunaan yang benar serta potensi interaksi antara jamu dan obat medis. Kondisi ini menunjukkan perlunya edukasi rasional agar pemanfaatan obat tradisional dapat dilakukan dengan aman dan efektif.

Pendekatan edukatif berbasis komunitas telah terbukti efektif meningkatkan kesadaran kesehatan pada lansia. Kegiatan TERAS LANSIA (Hasanah et al., 2025) menunjukkan bahwa edukasi interaktif mengenai pemanfaatan minuman herbal dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup sehat lansia dalam pengendalian tekanan darah. Oleh karena itu, pelaksanaan kegiatan edukasi jamu saintifik berbasis posyandu lansia dinilai sangat relevan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang manfaat jamu saintifik dalam pengendalian hipertensi.

Melihat tingginya prevalensi hipertensi dan kebiasaan penggunaan jamu di masyarakat, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman lansia terhadap

pembuatan dan penggunaan jamu saintifik untuk pengendalian hipertensi. Edukasi ini diharapkan dapat mendorong pemanfaatan jamu berbasis bukti ilmiah sebagai terapi pendukung yang aman, efektif, dan selaras dengan kearifan lokal masyarakat Kradenan, Srimulyo, Piyungan, Bantul.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 28 Juni 2025 di Masjid Padukuhan Kradenan, Srimulyo, Piyungan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Sasaran kegiatan adalah peserta Posyandu Lansia Kradenan yang berjumlah 23 orang.

Metode pelaksanaan mencakup tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan edukasi, dan evaluasi. Tahap persiapan diawali dengan studi pendahuluan di lokasi pengabdian untuk mengidentifikasi kebutuhan edukasi dan kondisi umum peserta. Materi edukasi disusun berdasarkan buku *Sebelas Ramuan Jamu Sainifik: Pemanfaatan Mandiri oleh Masyarakat yang diterbitkan oleh Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional*. Fokus materi mencakup penjelasan konsep saintifikasi jamu, prinsip keamanan penggunaan, serta tata cara pembuatan ramuan jamu antihipertensi dengan bahan seledri (*Apium graveolens*), kumis kucing (*Orthosiphon stamineus*), pegagan (*Centella asiatica*), meniran (*Phyllanthus niruri*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), dan kunyit (*Curcuma domestica*).

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui kegiatan ceramah interaktif yang dipadukan dengan penayangan video edukatif mengenai proses pembuatan ramuan jamu saintifik antihipertensi. Video tersebut menampilkan tahapan mulai dari persiapan bahan, pencucian, penimbangan, hingga

perebusan dengan waktu dan suhu yang sesuai prosedur saintifikasi jamu. Penyampaian materi membahas konsep dasar hipertensi dan urgensi pengendaliannya pada kelompok lansia, serta menjelaskan prinsip saintifikasi jamu dan tata cara pembuatan ramuan antihipertensi. Untuk memperkuat pemahaman, peserta diberikan *leaflet* berisi komposisi bahan, langkah pembuatan, aturan konsumsi, serta pesan keamanan penggunaan jamu.

Tahap evaluasi dilakukan dengan pemberian pretest dan posttest menggunakan kuesioner yang sama untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta setelah edukasi. Kuesioner terdiri dari sepuluh butir pertanyaan berbentuk benar-salah yang mengukur aspek pengetahuan tentang bahan penyusun, cara perebusan, penyimpanan, serta aturan konsumsi jamu saintifik. Analisis hasil dilakukan secara deskriptif dengan menghitung persentase perubahan nilai rata-rata peserta. Selain itu, dilakukan observasi terhadap partisipasi aktif peserta selama sesi diskusi dan tanya jawab sebagai data pendukung kualitatif

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat bertema “Edukasi Pembuatan dan Penggunaan Ramuan Jamu Sainifik untuk Pengendalian Hipertensi di Kradenan, Srimulyo, Piyungan, Bantul” dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang pemanfaatan jamu saintifik sebagai terapi komplementer dalam pengendalian tekanan darah. Sebanyak 23 peserta posyandu lansia mengikuti kegiatan yang dilaksanakan melalui metode ceramah interaktif dan penayangan video edukatif tentang proses pembuatan jamu saintifik antihipertensi yang disusun berdasarkan *Sebelas Ramuan Jamu Sainifik* hasil riset Balai Besar Penelitian dan Pengembangan

Tanaman Obat dan Obat Tradisional. Dokumentasi Kegiatan dapat dilihat pada Gambar 1.



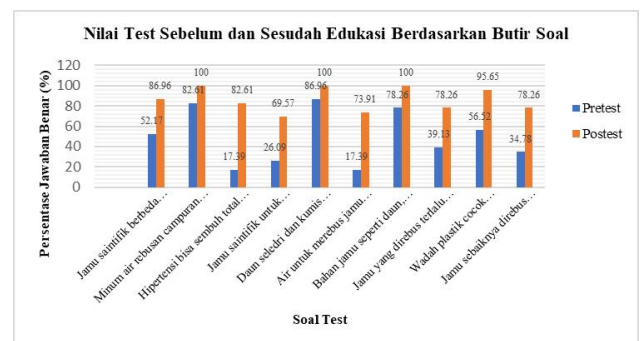
Gambar 1. Kegiatan edukasi di Garasi Dakwah

Sebelum pemaparan materi, dilakukan *pretest* untuk menilai pengetahuan awal peserta. Hasil *Pretest* dan *Posttest* dapat dilihat pada Tabel 1 dan 2. Hasil *pretest* menunjukkan sebagian besar peserta belum memahami perbedaan antara jamu tradisional dan jamu saintifik serta teknik perebusan yang benar. Setelah edukasi dan diskusi, *posttest* menunjukkan peningkatan signifikan, di mana 91,3% peserta mencapai kategori pengetahuan sangat baik (skor 80–100). Peserta juga mampu menyebutkan bahan jamu antihipertensi seperti seledri (*Apium graveolens*), kumis kucing (*Orthosiphon stamineus*), pegagan (*Centella asiatica*), meniran (*Phyllanthus niruri*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), dan kunyit (*Curcuma domestica*), serta memahami pentingnya perebusan dengan api kecil agar zat aktif tidak rusak.

Tabel 1. Tabel peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi berdasarkan butir soal (23 Partisipan)

Pertanyaan	Jawaban Benar		Peningkatan
	Pretest	Posttest	
Jamu saintifik berbeda dengan jamu biasa karena sudah diteliti manfaat dan keamanannya secara ilmiah.	52.17	86.96	34.78
Minum air rebusan campuran daun kumis kucing, meniran, seledri, temulawak, pegagan, dan kunyit bisa membantu menurunkan tekanan darah, tapi tetap perlu menjaga pola makan.	82.61	100	17.39

Hipertensi bisa sembuh total hanya dengan minum jamu setiap hari tanpa perlu gaya hidup sehat.	17.39	82.61	65.22
Jamu saintifik untuk hipertensi boleh dicampur dengan obat dokter tanpa berkonsultasi lebih dulu.	26.09	69.57	43.48
Daun seledri dan kumis kucing adalah contoh bahan alami yang sering digunakan dalam ramuan jamu hipertensi.	86.96	100	13.04
Air untuk merebus jamu boleh langsung diambil dari air mentah tanpa dimasak terlebih dahulu agar khasiatnya tidak hilang.	17.39	73.91	56.52
Bahan jamu seperti daun, rimpang, dan batang sebaiknya dicuci bersih terlebih dahulu sebelum direbus.	78.26	100	21.74
Jamu yang direbus terlalu lama bisa membuat sebagian zat aktifnya rusak.	39.13	78.26	39.13
Wadah plastik cocok digunakan untuk menyimpan jamu panas karena tidak mudah pecah.	56.52	95.65	39.13
Jamu sebaiknya direbus dengan api kecil supaya khasiatnya tidak hilang.	34.78	78.26	43.48



Gambar 2. Nilai test sebelum dan sesudah edukasi berdasarkan butir soal

Tabel 2. Tabel peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi (23 Partisipan)

Rentang Nilai	Keterangan	Nilai Partisipan	
		Pretest	Posttest
80 – 100	Sangat Baik	0	91.3
70 – 79.9	Baik	8.70	4.35
60 – 69.9	Cukup	30.43	4.35
50 – 59.9	Kurang	26.09	0
0 – 49.9	Sangat Kurang	34.78	0

Peningkatan ini sejalan dengan hasil kegiatan Yuliani dan Kautsari (Yuliani & Kautsari, 2025) di Garasi Dakwah Sleman,

yang menunjukkan bahwa edukasi saintifikasi jamu melalui pretest–posttest meningkatkan pengetahuan masyarakat hingga 57,8%. Hasil serupa dilaporkan oleh Kautsari dan Handayani (Kautsari & Handayani, 2024) dalam program edukasi jamu saintifik untuk hiperlipidemia, di mana pengetahuan peserta meningkat sebesar 59,6%. Handayani dan Yuliani (Handayani & Yuliani, 2025) juga menegaskan bahwa kegiatan edukasi tentang bumbu dapur sebagai minuman herbal meningkatkan pemahaman masyarakat dalam mengelola kesehatan dan mencegah penyakit tidak menular. Dengan demikian, metode edukatif berbasis visual dan diskusi partisipatif terbukti efektif meningkatkan literasi kesehatan dan memperkuat rasionalitas penggunaan jamu di masyarakat.

Temuan kegiatan ini juga mendukung hasil kegiatan pengabdian Kautsari dan Handayani (Kautsari & Handayani, 2025) di Dusun Kradenan yang menunjukkan peningkatan pemahaman lansia terhadap konsumsi obat sesuai anjuran medis serta penggunaan jamu sebagai terapi komplementer. Edukasi yang dilakukan melalui ceramah dan leaflet berhasil mendorong peserta memahami interaksi antara obat modern dan jamu serta pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum menggabungkan keduanya. Pendekatan ini relevan karena penggunaan jamu bersamaan dengan obat antihipertensi masih umum dilakukan tanpa bimbingan tenaga kesehatan (Akbar, 2025).

Secara ilmiah, hasil kegiatan ini memperkuat bukti empiris penggunaan jamu saintifik antihipertensi sebagaimana dijelaskan oleh Triyono, dkk (Triyono et al., 2018) bahwa ramuan jamu yang mengandung seledri, kumis kucing, pegagan, meniran, temulawak, dan kunyit menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan tanpa efek toksik. Kombinasi terapi herbal dan konvensional juga terbukti lebih efektif dan aman (Margareth et al., 2025).

Melalui kegiatan ini, masyarakat tidak hanya memahami cara pembuatan dan penggunaan jamu saintifik yang benar, tetapi juga mulai memandang jamu sebagai

bagian dari terapi komplementer yang ilmiah dan aman. Kegiatan edukasi yang melibatkan video, leaflet, dan diskusi interaktif terbukti mampu meningkatkan pemahaman kognitif sekaligus memperkuat sikap rasional terhadap penggunaan obat tradisional di tingkat komunitas lansia.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kegiatan edukasi mengenai pembuatan dan penggunaan ramuan jamu saintifik untuk pengendalian hipertensi di Padukuhan Kradenan, Srimulyo, Piyungan, Bantul terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta posyandu lansia terhadap prinsip saintifikasi jamu, cara perebusan yang benar, serta pemahaman keamanan penggunaan jamu berbasis bukti ilmiah. Peningkatan hasil posttest menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan penayangan video edukatif mampu menjembatani pengetahuan tradisional dan ilmiah, sekaligus memperkuat literasi kesehatan lansia dalam pengelolaan hipertensi melalui pendekatan berbasis kearifan lokal.

Saran

Kegiatan edukasi saintifikasi jamu perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dan diintegrasikan dalam program rutin posyandu lansia dengan melibatkan kader kesehatan sebagai pendamping. Materi edukasi dapat dikembangkan untuk penyakit degeneratif lain dengan tetap berlandaskan pada prinsip ilmiah, keamanan, dan efektivitas penggunaan jamu. Kolaborasi antara perguruan tinggi, lembaga penelitian, dan fasilitas kesehatan diharapkan dapat memperkuat implementasi edukasi berbasis bukti ilmiah di masyarakat serta mendukung upaya pengendalian penyakit tidak menular secara berkelanjutan

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Dosen dan Mahasiswa D3 Farmasi Universitas Madani, serta terima kasih kepada kader dan peserta

Posyandu lansia Dukuh Kradenan, Srimulyo, Piyungan, Bantul atas kerjasama dan fasilitas yang telah disediakan untuk kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. I. (2025). Studi Penggunaan Obat Tradisional pada Lansia dengan Hipertensi Derajat 2 di Posyandu Lansia. *Clinergy: Jurnal Public Health and Clinical Science*, 1(1), 38–47. <https://athallahpublishing.com/index.php/clinergy/index>
- B2P2TOOT. (2019). *Sebelas Ramuan Jamu Sainstifik Pemanfaatan Mandiri*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Handayani, K. R., & Yuliani, F. (2024). Edukasi Pembuatan dan Penggunaan Ramuan Jamu Sainstifik Untuk Penyakit Asam Urat di Garasi Dakwah Sleman Yogyakarta. *Abdimas Madani*, 6(2), 62–67.
- Handayani, K. R., & Yuliani, F. (2025). Sosialisasi pemanfaatan bumbu dapur sebagai minuman herbal dan pemeriksaan kesehatan gratis di Sitimulyo, Piyungan, Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Abdimas Madani*, 7(1), 22–27.
- Hasanah, A. U., Ameliya, E., Pratama, R. A., Sa'diyah, P. W., Ramadani, N. M. R., Muyassarah, Z. R., & Sultan, M. (2025). TERAS LANSIA: Edukasi Interaktif dan Pemanfaatan Minuman Herbal untuk Pengendalian Hipertensi. *Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 670–679.
- Kautsari, F. W., & Handayani, K. R. (2024). Edukasi Pembuatan Ramuan Jamu Sainstifik Untuk Hiperlipidemia Di Garasi Dakwah Sleman Yogyakarta. *Jurnal Abdimas Madani*, 6(2), 58–61.
- Kautsari, F. W., & Handayani, K. R. (2025). Peningkatan Pemahaman Lansia Dalam Konsumsi Obat Dan Peran Jamu Sebagai Terapi Komplementer Di Dusun Kradenan. *Jurnal Abdimas Madani*, 7(1), 33–37.
- Margareth, Y. M., Hafizah, E. S., Rahmadiyah, S., Sulastrri, A., & Amalia, L. (2025). The Effectiveness of Combined Herbal Therapy and Conventional Therapy on Hypertension: A Literature Review of Clinical Trials and Methodological Limitations. *Journal of Regenerative Medicine and Molecular Innovation*, 1(9), 356–364.
- Prangkal, A. (2023). Pelatihan teknik pembuatan jamu saintifik hipertensi di Desa Bulutui Kecamatan Likupang Barat Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 5(1), 106–111. <https://ejournal.unimman.ac.id/index.php/pe ngabmas106>
- Priono, A., Ridha, P., & Ardianto, D. (2018). Uji Klinik Khasiat Sediaan Rebusan Ramuan Jamu Hipertensi Dibanding Seduhan Jamu Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 16(1), 78–85.
- World Health Organization. (2023). *Global Report on Hypertension the Race Against a Silent Killer*. World Health Organization.
- Yuliani, F., & Kautsari, F. W. (2025). Edukasi pembuatan dan penggunaan ramuan jamu saintifik untuk penyakit hipertensi di Garasi Dakwah Sleman Yogyakarta. *Jurnal Abdimas Madani*. *Jurnal Abdimas Madani*, 7(1), 17–21.