

Edukasi tentang hiperkolesterolemia pada lansia serta pengobatan alami dari daun bandotan

Armini Hadriyati¹, Mairedho Alwi², Miftahul Jannah³, Zahratul Farah⁴, Eci Yestin⁵, Ratumas Shafa Muazzah Bunyamin⁶, Putri Aprilya⁷, Nadya Maryadi⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi

*e-mail: arminimuas55@gmail.com

Accepted : 21 April 2023

Revision : 14 Juni 2023

Published : 21 Juni 2023

Abstrak

Hiperkolesterolemia adalah gangguan metabolisme lemak yang ditandai dengan meningkatnya kolesterol total dalam darah melebihi nilai normal. Nilai normal kadar kolesterol total adalah < 200 mg/dl. Saat ini prevalensi hiperkolesterolemia masih tinggi. Angka prevalensi hiperkolesterolemia di dunia kira-kira sekitar 45%, di Asia Tenggara sekitar 30% dan di Indonesia 35%. Berdasarkan survey awal dengan menanyakan langsung keluhan masyarakat Desa Seleman kurangnya pengetahuan masyarakat tentang penyakit hiperkolesterolemia atau yang sering disebut kolesterol. Pemberian edukasi tentang penyakit kolesterol ini agar masyarakat dapat menghindari, mencegah ataupun melakukan pengobatan yang tepat. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hiperkolesterolemia atau yang disebut penyakit kolesterol. Metode yang digunakan yaitu penyuluhan tentang materi hiperkolesterolemia dan setelah itu dilakukan sesi tanya jawab. Dari pengabdian masyarakat yang dilakukan hasilnya agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hiperkolesterolemia yaitu mulai dari pencegahan, pengobatan maupun informasi lain mengenai penyakit hiperkolesterolemia.

Kata kunci : Hiperkolesterolemia, edukasi, daun bandotan.

Abstract

Hypercholesterolemia is a disorder of fat metabolism characterized by an increase in total cholesterol in the blood beyond normal values. The normal value for total cholesterol is <200 mg/dl. Currently the prevalence of hypercholesterolemia is still high. The prevalence of hypercholesterolemia in the world is approximately 45%, in Southeast Asia it is around 30% and in Indonesia it is 35%. Based on the initial survey by asking directly the complaints of the Seleman Village community about the lack of public knowledge about hypercholesterolemia or what is often called cholesterol. Providing education about cholesterol disease so that people can avoid, prevent or take appropriate treatment. The purpose of this service is to increase public knowledge about hypercholesterolemia or what is called cholesterol disease. The method used is counseling about hypercholesterolemia material and after this a question and answer session is carried out. From the community service that was carried out, the results were to increase public knowledge about hypercholesterolemia, starting from prevention, treatment and information about hypercholesterolemia.

Keywords: Hypercholesterolemia, education, bandotan leaves

1. PENDAHULUAN

Hiperkolesterolemia adalah gangguan metabolisme lemak yang ditandai dengan meningkatnya kolesterol total dalam darah melebihi nilai normal. Nilai normal kadar kolesterol total adalah < 200 mg/dl. Saat ini prevalensi hiperkolesterolemia masih tinggi. Angka prevalensi hiperkolesterolemia di dunia kira-kira sekitar 45%, di Asia Tenggara sekitar 30% dan di Indonesia 35% (Kemenkes RI, 2017; WHO, 2019). Proporsi hiperkolesterolemia di Indonesia pada kelompok usia 65-74 tahun sebesar 38,2% dan sedikit menurun pada kelompok usia di atas 75 tahun (32,9%) (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Saat ini hiperkolesterolemia masih menjadi masalah kesehatan di sejumlah daerah. Peningkatan kadar kolesterol diperkirakan menyebabkan 2,6 juta kematian dan 29,7 juta kecacatan per tahun. Hiperkolesterolemia merupakan salah satu faktor risiko berbagai macam terjadinya penyakit. Kadar kolesterol tinggi telah terbukti berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit jantung koroner, stroke, hipertensi dan obesitas. Hiperkolesterolemia tidak menimbulkan gejala yang spesifik. Hiperkolesterolemia hanya dapat dideteksi dengan pemeriksaan darah. Bila kadar kolesterol >200 mg/dL, maka dikatakan menderita hiperkolesterolemia (WHO, 2019).

Tumbuhan Bandotan (*Ageratum conyzoides* L.) merupakan salah satu tumbuhan yang banyak dimanfaatkan sebagai obat oleh masyarakat di Indonesia maupun di negara lain. Tumbuhan ini umumnya tumbuh pada berbagai tipe tanah dan memiliki pertumbuhan yang sangat cepat tanpa perawatan (Hilaliyah, 2021). Bandotan juga merupakan salah satu rumput-rumputan yang banyak tumbuh di perkebunan atau tanah lapang dan bisa menjadi gulma. Gulma secara sederhana dapat diartikan sebagai tumbuhan liar, tumbuhan pengganggu, atau tumbuhan yang tidak dikehendaki atau merugikan (Harefa *et al*, 2022).

Menurut hasil survey yang dilakukan di Desa Seleman Kecamatan Danau Kerinci, salah satu penyakit yang tidak menimbulkan gejala yang sering diderita masyarakat Desa Seleman yaitu hiperkolesterolemia yang terjadi pada lansia dimana lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 Tahun. Lansia mengalami berbagai perubahan baik secara fisik, mental maupun sosial dan akan terjadi penurunan kesehatan sehingga rentan terkena hiperkolesterolemia (Azizah, 2017). Dari hasil data yang didapat masyarakat yang mengalami hiperkolesterolemia di Desa Seleman yaitu 18 dari 24 orang yang didata dengan usia rata-rata diatas 60 tahun dengan kadar kolesterol diatas 200 mg/dl. Maka dari itu kami melakukan pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi tentang hiperkolesterolemia pada lansia dan pengobatan alami menggunakan daun bandotan di Desa Selaman, Kecamatan Danau Kerinci.

2. METODE

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di salah satu desa yang berada di Kecamatan Danau Kerinci yaitu yang bertempat di Desa Seleman, Kecamatan Danau Kerinci Kabupaten Kerinci. Dilakukan dengan metode penyuluhan kepada lansia pada saat posyandu lansia.

a. Melakukan survei awal

Survei awal dilakukan dengan melihat data yang didapat dari kepala Desa Seleman. Serta data yang diberikan oleh Puskesmas Sanggaran Agung serta melakukan wawancara langsung kepada masyarakat mengenai keluhan yang dialami masyarakat Desa Seleman.

b. Tahap persiapan

Tahap persiapan ini dilakukan dengan menyebarkan pengumuman kepada masyarakat Desa Selaman yang dilakukan oleh staf Desa Seleman. Lalu

menyiapkan materi leaflet yang akan dibagikan kepada masyarakat Desa Seleman serta menyiapkan produk yang akan di bagikan kepada masyarakat.

c. Tahap pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 10 Februari 2023 jam 09.00 WIB hingga selesai. Pertama-tama kegiatan diawali dengan pengecekan kadar kolesterol setelah itu memberikan edukasi terkait penyakit hiperkolesterolemia, setelah diberikan edukasi tentang penyakit hiperkolesterolemia lalu dilanjutkan dengan tanya jawab. Setelah itu diberikan informasi tentang penggunaan dan khasiat daun bandotan yang dibuat dalam bentuk sediaan teh herbal dan sirup sebagai pengobatan alami hiperkolesterolemia di Desa Seleman.

3. HASIL

Dari hasil data survei awal yang didapatkan dari kepala Desa Seleman dan Puskesmas Sanggaran Agung, terdapat beberapa lansia dengan gejala hiperkolesterolemia. Setelah itu dilakukan pengecekan kadar kolesterol yang dilakukan pada saat posyandu lansia di Desa Seleman, Kecamatan Danau Kerinci terdapat 24 peserta lansia. Setelah dilakukan pengecekan terdapat 18 peserta dengan hasil kadar kolesterol >200 mg/dl dengan kadar kolesterol yang cukup tinggi dan Sebagian besar lansia ini tidak mengalami gejala yang begitu spesifik. Serta 6 peserta lansia dengan hasil kolesterol <200 mg/dl dengan rata-rata dari 6 peserta ini kadar kolesterolnya 195 mg/dl.



Gambar 1. Cek Kesehatan dan Penyuluhan

Dalam kegiatan ini didapatkan hasil yaitu bertambahnya pengetahuan tentang hiperkolesterolemia mulai dari pencegahan, gejala serta pengobatan alami menggunakan bahan alam yang terdapat di Desa Seleman, Kecamatan Danau kerinci.



Gambar 2. Produk Teh dan Sirup Herbal Daun Bandotan

4. PEMBAHASAN

Edukasi merupakan pemberian pengetahuan tentang hal tertentu sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman masyarakat dan pengetahuan masyarakat. Pemahaman yang baik akan tercipta sebuah mindset yang baik pula setelah pemberian edukasi

(Umasugi, 2021). Salah satu upaya yang harus dilakukan untuk sosialisasi dan edukasi adalah pemberian edukasi tentang penyakit hiperkolesterolemia.

Hiperkolesterolemia merupakan suatu kondisi dimana kadar kolesterol darah di atas 200 mg/dl dimana kadar kolesterol yang tinggi dalam darah akan menyebabkan gangguan sistem pembuluh darah jantung mulai dari aterosklerosis, hipertensi, aritmia, IMA, dan berbagai macam gangguan cardiovascular (Grundy *et al*, 2019). Kondisi hiperkolesterolemia dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, adanya penyakit penyerta, dan riwayat pemberian edukasi terkait kolesterol. Adapun beberapa penyebab hiperkolesterolemia yaitu seperti asupan tinggi lemak, merokok, kurang aktivitas, dan gaya hidup yang tidak baik diduga dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan. Pengetahuan gizi dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan, dan pada akhirnya berpengaruh terhadap status kesehatan seseorang (Hidayati *et al.*, 2020).

Pemberian edukasi kepada masyarakat tentang hiperkolesterolemia terutama kepada lansia diharapkan agar meningkatkan pengetahuan tentang hiperkolesterolemia, sehingga masyarakat dapat menghindari maupun mencegah terjadinya penyakit hiperkolesterolemia dan juga diharapkan setelah pemberian edukasi ini masyarakat dapat mengkonsumsi obat yang tepat. Setelah diberikan edukasi serta tanya jawab agar dapat menambah pengetahuan masyarakat tentang penyakit hiperkolesterolemia yang tidak mereka ketahui sekaligus kami memperkenalkan produk yang dibuat dari daun bandotan sebagai pengobatan herbal untuk mengatasi hiperkolesterolemia. Daun bandotan ini banyak tumbuh di desa seleman, sebelumnya masyarakat desa seleman ini tidak tahu tentang khasiat daun bandotan ini setelah diberikan edukasi tentang khasiat daun ini sebagai pengobatan alami untuk penyakit hiperkolesterolemia masyarakat menjadi tahu dan bisa memanfaatkan daun bandotan ini.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Magfirah & Utami (2023) tentang Pembuatan Teh dan Sirup Daun Bandotan Sebagai Terapi Komplementer Hiperkolesterolemia Masyarakat Lampo Kabupaten Donggala. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa daun tumbuhan bandotan memiliki kandungan senyawa alkaloid, flavonoid, tannin, saponin, antrakuinon, mineral, vitamin serta senyawa lainnya yang memiliki aktivitas farmakologi. Secara khusus saponin, tanin dan flavonoid dapat dimanfaatkan untuk menurunkan aktivitas kolesterol darah. Tumbuhan bandotan sebagai antihiperkolesterolemia dibuat dalam bentuk sediaan teh dan sirup. Teh adalah salah satu minuman yang mengandung kafein, sebuah infusi yang dibuat dengan cara menyeduh daun, pucuk daun atau tangkai daun yang dikeringkan dari tanaman dengan tambahan air panas. Sedangkan Sirup adalah larutan oral yang mengandung sukrosa atau gula lain yang berkadar tinggi.

5. KESIMPULAN

Pemberian edukasi mengenai penyakit hiperkolesterolemia kepada masyarakat Desa Seleman dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit hiperkolesterolemia dan masyarakat dapat melakukan pengobatan tradisional dari tanaman bandotan yang tumbuh di Desa Seleman.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Harefa, S. K., Zega, U. & Bago, A. S. (2022). Pemanfaatan Daun Bandotan (*Ageratum Conyzoides* L.) Sebagai Obat Tradisional di Desa Bawoza'ua Kecamatan Telukdalam Kabupaten Nias Selatan. *Tunas: Jurnal Pendidikan Biologi*, 3(1).
- Hilaliyah, R. (2021). Pemanfaatan Tumbuhan Liar Bandotan (*Ageratum conyzoides* L.) sebagai Obat Tradisional dan Aktivitas Farmakologinya. *Bioscientiae*, 18(1), 28-36.

- Magfirah., & Utami, I. K. (2023). Pembuatan Teh dan Sirup Daun Bandotan Sebagai Terapi Komplementer Hiperkolesterolemia Masyarakat Lampo Kabupaten Donggala. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi:Pharmacare Society*, 2(1) 36–43.
- Hidayati, S., Kumalasari, M. L. F., Kusumawati, E., & Andyarini, E. N. (2020). Hubungan Kadar Kolesterol dengan Hipertensi Pada Pegawai di Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Uin Sunan Ampel. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(1), 10-15.
- Umasugi, M. T. (2021). Sosialisasi dan Edukasi Pemberian Vaksin Sebagai Upaya Trust Pada Masyarakat Kota Ambon. *Journal Of Human And Education*, 1(2), 5–7.
- Grundy, S. M., Stone, N. J., Bailey, A. L., Beam, C., Birtcher, K. K., Blumenthal, R. S. Yeboah, 2019. AHA/ACC/AACVPR/AAPA/ABC/ACPM/ADA/AGS/APhA/ASPC/NLA/PCNA Guideline on the Management of Blood Cholesterol: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. *Circulation*, 139(25).
- Global Health Observatory Data. 2019. Raised Cholesterol: Situation and Trends. World Health Organization.
- Kementerian Kesehatan. 2017. Profil Penyakit Tidak Menular Tahun 2016. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.