E-ISSN: 3026-2585

DOI: https://doi.org/10.51873/jhcs.v4i1.97
Volume 4, Nomor 1, September 2026

JHCS
Journal of Holistic Community Service

Pemberdayaan masyarakat melalui edukasi TOGA: Upaya peningkatan pengetahuan pengelolaan Hipertensi

Taufik Septiyan Hidayat [1]*, Bentita Maharani Putri [1], Yunita Savitri [1]
[1] Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Holistik
* Korespondensi: Jl. Terusan Kapten Halim, Km.09, Salammulya, Pondoksalam - Purwakarta
Email: taufikseptiyan44@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi termasuk salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat, baik di Indonesia maupun secara global, karena dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan hipertensi menyebabkan upaya pengendalian penyakit ini belum dilakukan secara optimal. Salah satu solusi alternatif yang dapat dimanfaatkan adalah Tanaman Obat Keluarga (TOGA), yang kaya akan senyawa bioaktif untuk membantu menjaga stabilitas tekanan darah.
Tujuan: Program ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait penggunaan Tanaman Obat Keluarga sebagai upaya promosi dan pencegahan dalam pengendalian hipertensi.
Metode: Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui metode penyuluhan yang disertai diskusi interaktif bertempat di Balai Desa Cibingbin., Kecamatan Bojong, Kabupaten Purwakarta, yang melibatkan anggota PKK, kader kesehatan, dan masyarakat lokal. Keberhasilan kegiatan dievaluasi dengan membandingkan hasil tes awal (pre-test) dan tes akhir (post-test) sebagai indikator peningkatan pengetahuan, serta menggunakan kuesioner berskala Likert untuk mengetahui respons dan tingkat kepuasan peserta terhadap materi yang diberikan.
Hasil: Persentase rata-rata jawaban benar meningkat pada pre-test 76,7% dan post-tes90,5%, sehingga terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 13,8%**.** Selain itu, 75% peserta menyatakan sangat setuju dan 25% setuju bahwa materi yang disampaikan jelas, bermanfaat, dan menarik, sedangkan 100% peserta menyatakan materi disampaikan secara sistematis.
Kesimpulan: Edukasi pemanfaatan TOGA terbukti efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pengobatan dan pengendalian hipertensi sebesar 13,8%, serta memperoleh respons yang sangat positif. Kegiatan ini berpotensi diterapkan secara berkelanjutan sebagai strategi promotif dan preventif hipertensi berbasis komunitas.

Kata kunci: Edukasi, Tanaman Obat Keluarga, Hipertensi

ABSTRACT

***Background**: Hypertension is a non-communicable disease that remains a significant public health issue both in Indonesia and globally due to the increased risk it poses for heart disease, stroke, and kidney failure. Limited public knowledge regarding hypertension prevention has hindered optimal disease control efforts. One alternative solution is the use of Family Medicinal Plants (TOGA), which are rich in bioactive compounds that help maintain stable blood pressure.*
***Objective**: This program was implemented to enhance public knowledge regarding the use of Family Medicinal Plants as a promotional and preventive measure for hypertension control.*
***Methods**: The community service activity was conducted through an educational session featuring interactive discussions at the Cibingbin Village Hall (Bojong District, Purwakarta Regency),*

DOI: https://doi.org/10.51873/jhcs.v4i1.97

involving PKK members, health volunteers, and local residents. Success was evaluated by comparing pre-test and post-test results to measure knowledge improvement, and by using a Likert-scale questionnaire to assess participant responses and satisfaction levels regarding the material presented.

***Results**: The average percentage of correct answers rose from 76.7% in the pre-test to 90.5% in the post-test, representing a 13.8% increase in knowledge. Furthermore, 75% of participants strongly agreed and 25% agreed that the material was clear, useful, and engaging, while 100% stated that the material was presented systematically.*

Conclusion: Education on the use of Family Medicinal Plants (TOGA) proved effective in increasing public knowledge regarding hypertension treatment and control by 13.8% and elicited a highly positive response. This activity has the potential for sustainable implementation as a community-based strategy for hypertension promotion and prevention.

Keywords: education, family medicinal plants, hypertension.

PENDAHULUAN

Hipertensi dikenal sebagai penyakit tidak menular yang masih memberikan beban yang besar terhadap kesehatan masyarakat secara global. Penyakit ini dikenal *silent killer* karena tidak disertai gejala yang spesifik, sehingga sering terlambat terdeteksi. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan berbagai komplikasi serius, antara lain penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal, apabila pengendalian tekanan darah tidak dilakukan secara optimal [1] Peningkatan kejadian hipertensi berkaitan dengan beragam faktor risiko, yang mencakup faktor yang dapat diubah maupun faktor yang tidak dapat diubah. Faktor tersebut antara lain konsumsi garam yang berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta peningkatan usia [2].

Prevalensi hipertensi Di Indonesia masih tergolong tinggi dan menjadi faktor utama yang menyebabkan meningkatnya angka kesakitan dan kematian akibat penyakit kardiovaskular. Banyak penderita hipertensi yang belum mengetahui kondisi kesehatannya, sehingga pengobatan dan pengendalian tekanan darah sering kali terlambat dilakukan. Selain itu, rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan hipertensi menyebabkan perubahan gaya hidup sehat belum diterapkan secara optimal [3].

Pemanfaatan TOGA menjadi upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan membantu mengendalikan hipertensi. Beberapa tanaman seperti kumis kucing (*Orthosiphon aristatus*), seledri (*Apium graveolens*), bawang putih (*Allium sativum*), rosela (*Hibiscus sabdariffa*), dan daun salam (*Syzygium polyanthum*) dilaporkan memiliki kandungan senyawa aktif yang berkhasiat menurunkan hipertensi melalui mekanisme antioksidan, vasodilatasi, maupun diuretic [4] [5].

Meskipun demikian, TOGA di masyarakat masih menghadapi berbagai kendala. Sebagian masyarakat belum mengetahui jenis tanaman yang berkhasiat untuk hipertensi, cara pengolahan yang benar, dosis penggunaan, serta batasan penggunaannya sebagai terapi pendukung. Informasi yang diperoleh sering kali berasal dari pengalaman turun-temurun tanpa didukung edukasi berbasis bukti ilmiah, sehingga penggunaan TOGA belum dilakukan secara optimal dan aman [5].

Edukasi mengenai pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga merupakan salah satu upaya promotif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam melakukan pengelolaan hipertensi. Melalui kegiatan edukasi, masyarakat diharapkan mampu mengenali tanaman obat yang memiliki manfaat, membudidayakan TOGA di lingkungan rumah, serta memanfaatkan tanaman tersebut secara tepat sebagai upaya promotif dan preventif yang mendukung pola hidup sehat. Dengan demikian, program edukasi

Copyright (c) 2026 Authors
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

DOI: https://doi.org/10.51873/jhcs.v4i1.97

pemanfaatan TOGA diharapkan dapat dimanfaatkan oleh masyarakat dalam menjaga kesehatan sekaligus mendukung pengendalian hipertensi secara berkelanjutan.

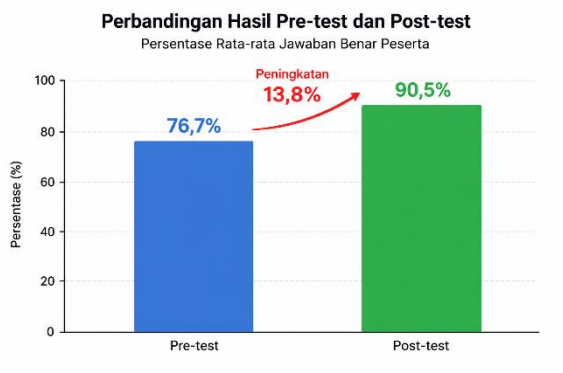
METODOLOGI PENGABDIAN

Kegiatan penyuluhan dilakukan melalui penyampaian materi mengenai hipertensi serta pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai salah satu pendekatan berbasis bahan alam dalam mendukung pencegahan dan pengendalian hipertensi di masyarakat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut [6] :

1. Peserta diberikan soal *pre-test* dan *post test*.
2. Presentasi penyampaian materi mengenai hipertensi dan pemanfaatan TOGA.
3. Diskusi dan tanya jawab dengan peserta.
4. Peserta diberikan kuesioner untuk mengevaluasi pemahaman dan respons terhadap materi yang telah disampaikan.
5. Hasil kuesioner dianalisis menggunakan *skala Likert*, kemudian disajikan dalam bentuk persentase dan dikategorikan berdasarkan tingkat respons peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi mengenai pemanfaatan TOGA sebagai salah satu pendekatan dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi diselenggarakan pada 08 Oktober 2025 di Balai Desa Cibingbin dengan melibatkan 24 peserta yang terdiri atas anggota PKK, kader kesehatan, dan masyarakat [7]. Tujuan program ini untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, serta kesadaran masyarakat mengenai peran TOGA sebagai alternatif berbasis bahan alam yang dapat dimanfaatkan dalam mendukung upaya promotif dan preventif untuk mencegah serta membantu pengendalian hipertensi.



Gambar 1. Presentasi hasil *pre-test & post-test*

Hasil evaluasi presentase rata-rata jawaban benar peserta pada *pre-test* sebesar 76,7%, sedangkan pada *post-test* meningkat menjadi 90,5%. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta sebesar 13,8% setelah mengikuti kegiatan edukasi [8]. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa peserta mampu memahami materi edukasi terkait hipertensi serta pemanfaatan TOGA sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi [9]. Melalui kegiatan penyuluhan, peserta memperoleh ilmu tentang faktor risiko hipertensi, pentingnya penerapan gaya hidup sehat, serta pemanfaatan TOGA secara tepat sebagai terapi pendukung [8]. Hasil yang diperoleh selaras dengan beberapa penelitian terdahulu yang melaporkan bahwa intervensi edukasi kesehatan efektif dalam peningkatan pengetahuan masyarakat sekaligus meningkatkan kesehatan masyarakat [10]. Kegiatan edukasi ini memberikan manfaat tidak hanya dalam peningkatkan pemahaman masyarakat, juga dalam mendorong pemanfaatan TOGA secara mandiri sebagai salah satu strategi promotif dan preventif untuk mendukung pengendalian hipertensi pada tingkat keluarga [3].

Secara umum, kegiatan Penguatan Peran Tanaman Obat Keluarga dalam Mendukung Pengelolaan Hipertensi melalui Kegiatan Edukasi Masyarakat berlangsung dengan baik dan memperoleh respons yang positif dari peserta [11]. Berdasarkan hasil kuesioner evaluasi, Mayoritas peserta menyatakan setuju hingga sangat setuju

Copyright (c) 2026 Authors
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

DOI: https://doi.org/10.51873/jhcs.v4i1.97

terhadap pelaksanaan kegiatan yang telah dilakukan. Aspek yang dievaluasi mencakup kejelasan penyampaian materi, manfaat materi bagi penerapan dalam kehidupan sehari-hari, sistematika penyajian, serta tingkat daya tarik materi yang disampaikan. [8]. Capaian tersebut mencerminkan bahwa penyampaian materi berlangsung secara efektif sehingga mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai peran TOGA dalam mendukung pencegahan serta pengendalian hipertensi[12]. Selain itu, tingginya tingkat kepuasan peserta menandakan bahwa teknik edukasi yang digunakan efektif dalam mendukung proses pembelajaran masyarakat dan mendorong partisipasi aktif selama kegiatan berlangsung [9]

Gambar 2. Dokumentaasi kegiatan

Respons masyarakat terhadap pelaksanaan kegiatan penyuluhan dievaluasi melalui penyebaran kuesioner. Jawaban yang diberikan oleh peserta diolah menggunakan analisis deskriptif berupa frekuensi dan persentase guna mengetahui pola respons terhadap masing-masing pernyataan [13]. Temuan dari pengolahan data tersebut kemudian ditampilkan dalam bentuk persentase pada Tabel 1.

Tabel 1 Sebaran Presentase Respon Peserta

Pernyataan	Presentase respon (%)	Jenis respon
Materi yang disampaikan cukup jelas	75	Sangat setuju
	25	Setuju
Materi yang disampaikan bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari	75	Sangat setuju
	25	Setuju
Materi tersusun secara sistematis	100	Setuju
Materi cukup menarik	75	Sangat setuju
	25	Setuju

Hasil evaluasi pada Tabel 1 menunjukan kegiatan edukasi pemanfaatan TOGA sebagai upaya mendukung pengelolaan hipertensi memperoleh respons yang sangat positif dari peserta. 75% peserta menjawab sangat setuju dan 25% menjawab setuju bahwa materi yang dipresentasikan jelas, dan bermanfaat, serta menarik untuk diikuti. Selain itu, seluruh peserta (100%) menyatakan setuju bahwa materi telah disampaikan secara sistematis. Tidak terdapat peserta yang memberikan penilaian netral, tidak setuju, maupun sangat tidak setuju pada seluruh aspek yang dinilai. Hasil tersebut menunjukkan bahwa materi penyuluhan telah sesuai dengan kebutuhan masyarakat, mudah dipahami, dan mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pemanfaatan TOGA sebagai upaya promotif dan preventif hipertensi [14]. Kejelasan materi dan penyampaian yang terstruktur merupakan faktor penting dalam keberhasilan edukasi kesehatan karena dapat dipahami dan masyarakat didorong

Copyright (c) 2026 Authors
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

DOI: https://doi.org/10.51873/jhcs.v4i1.97

untuk berperilaku hidup sehat dan memanfaatkan TOGA secara tepat sebagai terapi pendukung hipertensi [15].

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Kegiatan' pengabdian kepada masyarakat di Desa Cibingbin, Kec. Bojong, Kab. Purwakarta mengenai Penguatan Peran Tanaman Obat Keluarga dalam Mendukung Pengelolaan Hipertensi melalui Kegiatan Edukasi Masyarakat berhasil menaikan pemahaman masyarakat mengenai cara memanfaatkan TOGA. Hal ini dapat dilihat dengan naiknya persentase rerata jawaban benar dari pre-test 76,7% menjadi 90,5% pada post-test. Selain itu, respons masyarakat terhadap kegiatan penyuluhan sangat positif, terutama pada sistematika penyampaian materi, aspek kejelasan materi, manfaat materi dalam kegiatan sehari-hari, dan kemenarikan materi. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi masyarakat efektif dalam hal pengetahuan dan kesadaran masyarakat untuk memanfaatkan TOGA sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

SARAN

Edukasi maysrakat sebaiknya dipadukan dengan praktik budidaya, pengolahan, dan pemanfaatan TOGA untuk mendukung promotif dan prevetif hipertensi. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan masyarakat dan mendorong penerapan TOGA secara tepat serta berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. (2023). Hypertension.
2. Zhou, B., Carrillo-Larco, R. M., Danaei, G., Riley, L. M., Paciorek, C. J., Stevens, G. A., NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC). (2021). Worldwide trends in hypertension prevalence and progress in treatment and control from 1990 to 2019: A pooled analysis of 1,201 population-representative studies with 104 million participants. The Lancet, 398(10304), 957–980.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Widyawati, T., Sari, M. I., & Sari, R. P. (2021). Potential of Indonesian medicinal plants in hypertension management: A review. Pharmacognosy Journal, 13(6), 1582–1590.
5. Bibi, S., Ahmad, M., Khan, M. A., & Shah, S. (2023). Medicinal plants with antihypertensive potential: A review of pharmacological evidence and mechanisms of action. Journal of Ethnopharmacology, 318, 116856.
6. Hidayat, T. S. (2025). Penyuluhan dan edukasi pemanfaatan tanaman obat keluarga untuk terapi penyakit Diabetes Mellitus. Journal of Holistic Community Service, 3(1), 8-11.
7. Suharti, S., & Hidayat, T. S. (2025). Penyuluhan pembuatan minuman anti kolesterol dari Daun Sirih Cina (Peperomia pellucida L) dan Jeruk nipis di Desa Gardu Purwakarta. Journal of Holistic Community Service, 3(1), 12-15.
8. Notoatmodjo, S. (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
9. Ananda Y, Muliantino MR, Putri ZM, Muthmainnah, Gusdiansyah E. Health care empowerment in increasing community knowledge regarding Family Medicine Plants (TOGA) for the prevention of hypertension at Puskesmas Dadok Tunggul Hitam, Padang. Warta Pengabdian Andalas. 2024;31(2):224-232. doi:10.25077/jwa.31.2.224-232.2024.

Copyright (c) 2026 Authors
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

DOI: https://doi.org/10.51873/jhcs.v4i1.97

10. Fitriani, R., Sari, D. P., & Hidayat, A. (2022). The effect of health education on community knowledge regarding hypertension prevention. Journal of Public Health Research and Community Health Development, 6(1), 30–38.

11. Hidayat, T. S. (2025). Penyuluhan manfaat jamu untuk meningkatkan stamina dan kesehatan.

12. Ningrum, W. A., Waznah, U., Rahmasari, K. S., Slamet, S., & Balqis, F. I. (2023). Edukasi Pemanfaatan Toga Sebagai Pencegah Hipertensi. Jurnal Pengabdian Kesehatan, 6(2), 96-100.

13. World Health Organization. 2008. Advocacy, communication and social mobilization for TB control: A guide to developing knowledge, attitude and practice surveys. Geneva: World Health Organization

14. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Bahaya hipertensi, upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

15. Iqmaliyah, S., Fitriani, F., Nazwa, F., & Damayanti, R. (2026). POTENSI: Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Atasi Hipertensi di Desa Mandiangin Barat. Jurnal Medika: Medika, 1977-1983.

Copyright (c) 2026 Authors
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License