

PEMANFAATAN TUMBUHAN BERKHASIAT OBAT HIPERTENSI DI KAMPUNG AMBAN, PROPINSI PAPUA BARAT SEBAGAI BUKU REFERENSI BOTANI**Enik Maturahmah, Revisika, Wiska Baharuddin, Sigit Prafiadi, Nurul Abidin**

Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (STKIP)

Muhammadiyah Manokwari, Papua Barat, Indonesia.

Email: maturahmahenik@gmail.com, 85revisika@gmail.com, wiskab7@gmail.com,

sigitprafiadi@gmail.com, masroel86@gmail.com

Abstrak

Hipertensi adalah masalah kesehatan yang umum di masyarakat, termasuk di Distrik Amban. Pengetahuan tentang tanaman obat yang berkhasiat untuk mengobati hipertensi diharapkan dapat membantu masyarakat dalam upaya pencegahan dan pengobatan penyakit ini. Penelitian ini bertujuan untuk menggali pemanfaatan tumbuhan berkhasiat obat dalam pengobatan hipertensi di Distrik Amban, Kabupaten Manokwari, Provinsi Papua Barat, serta menyusunnya sebagai buku referensi botani. Dalam konteks ini, penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain eksploratif. Data primer diperoleh melalui wawancara dengan masyarakat setempat dan observasi langsung, sementara data sekunder diperoleh dari studi kepustakaan. Teknik pengumpulan data mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang pemanfaatan tumbuhan sebagai obat tradisional, serta menjadi referensi bagi mahasiswa dalam pembelajaran botani. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam melestarikan pengetahuan lokal tentang penggunaan tumbuhan obat tradisional, yang merupakan bagian tak terpisahkan dari warisan budaya dan kearifan lokal masyarakat Distrik Amban. Penelitian ini mengidentifikasi bahwa masyarakat Distrik Amban masih mengandalkan tumbuhan sebagai alternatif obat tradisional untuk mengobati hipertensi, karena aksesibilitas yang rendah terhadap fasilitas kesehatan modern. Pemanfaatan tumbuhan obat memberikan keuntungan bagi masyarakat dalam hal biaya dan ketersediaan, namun pengetahuan ini secara bertahap terancam punah karena minimnya perhatian dari generasi muda.

Kata Kunci: Tumbuhan Berkhasiat Obat, Hipertensi, Kampung Amban,**Abstract**

Hypertension is a common health issue in society, including in the Amban District. Knowledge about medicinal plants that are effective in treating hypertension is expected to assist the community in efforts to prevent and treat this disease. This research aims to explore the utilization of medicinal plants in the treatment of hypertension in the Amban District, Manokwari Regency, West Papua Province, and compile it into a botanical reference book. In this context, the research employs a qualitative approach with an

How to cite:	Enik Maturahmah, Revisika, Wiska Baharuddin, Sigit Prafiadi, Nurul Abidin (2024), Pemanfaatan Tumbuhan Berkhasiat Obat Hipertensi di Kampung Amban, Propinsi Papua Barat Sebagai Buku Referensi Botani, (6) 4,
E-ISSN:	2684-883X
Published by:	Ridwan Institute

exploratory design. Primary data were obtained through interviews with local communities and direct observation, while secondary data were obtained from literature studies. Data collection techniques included observation, interviews, and documentation. The results of this research are expected to provide information to the community about the utilization of plants as traditional medicine, as well as serve as a reference for students in botanical learning. This research contributes to preserving local knowledge about the use of traditional medicinal plants, which is an integral part of the cultural heritage and local wisdom of the Amban District community. This study identifies that the Amban District community still relies on plants as an alternative traditional medicine for treating hypertension due to low accessibility to modern healthcare facilities. The utilization of medicinal plants provides benefits to the community in terms of cost and availability, but this knowledge is gradually threatened with extinction due to the lack of attention from the younger generation.

Keywords: *Medicinal Plants, Hypertension, Amban Village*

PENDAHULUAN

Indonesia dengan karakteristik negara *archipleago* serta dihuni berbagai etnik suku bangsa dengan masing-masing budayanya yang khas merupakan sebuah keuntungan yang istimewa (Saranani et al., 2021). Setiap etnik menyimpan kearifan lokal yang khas sesuai dengan budaya dan adat istiadat serta tradisi turun-temurun yang diwarisi dari pendahulunya. Termasuk bagaimana setiap etnik memaknai konsep sakit, sehat dan keragaman jenis tumbuhan yang digunakan sebagai Obat Tradisional (OT) untuk menjaga kesehatan terbentuk melalui suatu proses sosialisasi yang secara turun-temurun dipercaya dan diyakini kebenarannya (Muslimin et al., 2022; Yuliatna et al., 2023).

Manokwari adalah ibu kota Provinsi Papua Barat yang terletak di Kabupaten Manokwari. Secara geografis, wilayah ini memiliki luas wilayah 125,46 km² dan memiliki penduduk kurang lebih 106.672 jiwa (2019). Kota Manokwari terdiri dari 4 distrik, 9 kelurahan dan 46 kampung. Pada tahun 2019, jumlah penduduknya mencapai 106.672 jiwa dengan luas wilayah 125,46 km² dan sebaran penduduk 52 jiwa/km². Salah satu distrik yang ada di Manokwari Barat yaitu Distrik Amban, Sebagian besar mayoritas pekerjaan masyarakat distrik Amban yaitu Bertani ke kebun dan di sekitar halaman rumah. Di sekitar lingkungan tersebut masih jauh dari jangkauan Apotik, sehingga masyarakat Sebagian besar masih menggunakan pengobatan menggunakan tumbuhan yang hidup di sekitar lingkungan rumah, hal ini saya dapat berdasarkan observasi dan wawancara singkat terhadap beberapa masyarakat yang tinggal di distrik Amban.

Kekayaan hayati yang terhimpun dalam bermacam jenis ekosistem sudah banyak dimanfaatkan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari warga tradisional dalam penuhi kebutuhan pangan, sandang, papan, obat- obatan obat oleh bermacam suku adat ataupun sekelompok warga yang tinggal di pedalaman. Tradisi serta pengetahuan warga lokal pedalaman tentang pemanfaatan tanaman obat tidak terlepas dari budaya setempat yang sudah berlangsung semenjak lama (Betan, 2014; Utomo, 2017).

Tanaman obat adalah tanaman yang dapat dimanfaatkan untuk tujuan pengobatan yang secara alami mengandung senyawa bioaktif yang dapat menyembuhkan penyakit (Berawi et al., 2019; Larasati et al., 2019; Mulyani et al., 2016). Tumbuhan obat meliputi semua bagian tanaman seperti akar, batang, daun, atau kulit batang yang secara langsung digunakan, meskipun belum teruji atau terbukti secara fisioterapi (belum teruji secara klinis). Namun, secara tradisional, tumbuhan obat telah lama digunakan sebagai bahan pengobatan (Amelia, 2017; Fujianti, 2021; Siagian, 2021).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik (TDS) rata-rata ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik rata-rata (TDD) ≥ 90 mmHg. Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol diidentifikasi sebagai rata-rata TDS ≥ 140 mmHg atau rata-rata TDD ≥ 90 mmHg. Menurut penelitian [7], gejala tekanan darah tinggi meliputi nyeri kepala berdenyut yang disertai dengan kaku kuduk atau kencang pada leher atau bahu.

Tumbuhan berkhasiat obat dipercaya oleh masyarakat dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit salah satunya *Hipertensi*. *Hipertensi* ataupun darah tinggi telah diketahui semenjak lebih kurang 2 ribu tahun yang telah lalu, dan hampir semua orang mempunyai penyakit *Hipertensi*. Penyakit ini bisa timbul biasa disebabkan karena beberapa hal, misalnya, mengkonsumsi makanan atau minuman yang bisa menyebabkan tekanan darah naik, bisa juga karena banyak pikiran sehingga menyebabkan pikiran yang tegang mengakibatkan *Hipertensi* muncul.

Tanaman obat adalah tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai pengobatan karena secara alami mengandung senyawa bioaktif yang mampu menyembuhkan berbagai jenis penyakit. Menurut Singh (2019) dalam Widaryanto & Azizah, (Widaryanto & Azizah, 2018), tanaman obat memiliki dua karakteristik utama yang berfungsi sebagai obat pencegah dan untuk pengobatan penyakit. Badan Kesehatan Dunia WHO (World Health Organization) (2003) mendefinisikan tanaman obat sebagai tanaman yang digunakan dengan tujuan pengobatan dan merupakan bahan asli dalam pembuatan obat herbal. Adapun berdasarkan SK Menteri Kesehatan RI No. 149/SK/Menkes/IV/1978, definisi tanaman obat mencakup tanaman atau bagian organ tanaman yang dimanfaatkan sebagai bahan baku untuk membuat jamu atau obat tradisional, tanaman atau bagian organ tanaman yang dimanfaatkan sebagai prekursor (bahan awal) dalam pembuatan obat, serta tanaman atau bagian organ tanaman yang diekstraksi untuk membuat obat.

Pemanfaatan tumbuhan obat memberikan keuntungan langsung bagi masyarakat karena kemudahan dalam memperolehnya dan bahan bakunya dapat ditanam di pekarangan sendiri, murah, serta dapat diramu sendiri di rumah. Penggunaan tumbuhan obat tetap besar di masyarakat karena manfaatnya secara langsung dapat dirasakan secara turun-temurun, meskipun mekanisme kerjanya secara ilmiah masih belum banyak diketahui. Selain manfaat yang dirasakan, penggunaan tumbuhan obat juga dilatar belakangi oleh sulitnya jangkauan fasilitas kesehatan, terutama di daerah-daerah pedesaan yang terpencil. Terdapat tiga kelompok masyarakat yang dapat dibedakan berdasarkan intensitas pemanfaatan tumbuhan obat menurut Aliandi dan Roemantyo (1997) dalam Rahayu (2011), yaitu kelompok masyarakat asli yang hanya menggunakan

pengobatan tradisional, kelompok masyarakat yang menggunakan pengobatan tradisional dalam skala keluarga, dan kelompok industriawan obat tradisional.

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda. Seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih tinggi dari 140/90 mmHg (Afifah, 2022). Hipertensi tidak hanya berisiko tinggi menderita penyakit jantung, tetapi juga menderita penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal, dan pembuluh darah. Hipertensi dipengaruhi oleh faktor risiko ganda, baik yang bersifat endogen seperti usia, jenis kelamin, dan genetik/keturunan, maupun yang bersifat eksogen seperti obesitas, konsumsi garam, rokok, dan kopi. Terdapat dua golongan hipertensi berdasarkan penyebabnya, yaitu hipertensi primer (esensial) dan hipertensi sekunder.

Buku referensi botani adalah sumber informasi yang menunjukkan berbagai hal yang dibutuhkan. Istilah referensi berasal dari kata kerja “to refer” yang memiliki arti menunjuk dan berasal dari bahasa Inggris “reference” yang berarti menunjuk kepada. Jenis referensi tersaji dalam berbagai bentuk di antaranya gambar, poster, jurnal, buku pembelajaran, buku saku, modul, dan lain sebagainya (Pratama, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara, masyarakat distrik Amban masih Sebagian besar masyarakat memanfaatkan tumbuhan sebagai alternatif obat tradisional untuk penyembuhan penyakit *Hipertensi*. Distrik Amban merupakan salah satu desa yang berada di pinggiran kota Manokwari, Provinsi Papua Barat. Distrik Amban daerah di dekat pantai, masih banyak tumbuhan liar yang ada disekeliling lingkungan masyarakat Amban. Masyarakat yang berada di distrik Amban, memanfaatkan tumbuhan dan menanam banyak tumbuhan disekitar pekarangan rumah, yang berkhasiat obat, salah satunya untuk pengobatan *Hipertensi*, memanfaatkan tumbuh-tumbuhan yang mereka dapatkan dari hutan. Dari beberapa tanaman yang digunakan dipercaya dapat menyembuhkan beberapa penyakit seperti *Hipertensi* yang sebagian besar memang masyarakat mempunyai keluhan penyakit tersebut, sehingga mereka memanfaatkan tumbuhan yang ada disekitar pekarangan rumah untuk pengobatan penyakit *Hipertensi* karena selain menghemat biaya, jangkauan apotik dan dokter masih jauh dari tempat tinggal masyarakat distrik Amban.

Pengetahuan yang dimiliki oleh masyarakat tradisional di Distrik Amban jarang yang dituangkan dalam bentuk tertulis, kebanyakan hanya diketahui oleh mereka yang sudah tua. Sedangkan generasi muda, terutama yang sudah berintegrasi dengan kehidupan modern, jarang yang peduli dengan pengetahuan yang dimiliki masyarakatnya. Sejak dulu orang tua rajin meminum obat tradisional yang bahannya tumbuh di pekarangan dan di sekitar hutan dan pekarangan rumah sendiri. Akan tetapi saat ini hanya orang-orang tertentu saja khususnya para orang tua yang masih melestarikan tradisi tersebut, sehingga dikhawatirkan keberadaan obat tradisional dan pemanfaatannya sedikit demi sedikit akan punah.

Dari uraian di atas peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai “Pemanfaatan Tumbuhan Berkhasiat Obat Hipertensi Di Kampung Amban, Kabupaten Manokwari, Propinsi Papua Barat Sebagai Buku Referensi Botani”.

Tujuan penelitian ini mencakup empat aspek, yakni untuk mengetahui penyebab penyakit Hipertensi menurut masyarakat Distrik Amban, cara pengobatan yang digunakan oleh mereka, jenis tumbuhan yang dimanfaatkan untuk mengatasi penyakit tersebut, serta proses peramuannya sebagai obat tradisional. Manfaat dari penelitian ini antara lain memberikan informasi kepada masyarakat tentang pemanfaatan tumbuhan sebagai bahan dasar obat, yang digunakan oleh masyarakat Distrik Amban di Kabupaten Manokwari, Provinsi Papua Barat. Selain itu, hasil penelitian ini juga disajikan dalam bentuk tulisan agar generasi muda dapat memperoleh pengetahuan mengenai tumbuhan obat yang dimanfaatkan oleh masyarakat Distrik Amban. Penelitian ini juga memberikan sumbangan berupa buku referensi kepada mahasiswa untuk pembelajaran mata kuliah Botani.

METODE PENELITIAN

a. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan jenis penelitian eksploratif. Penelitian kualitatif adalah penelitian dengan pengumpulan data pada suatu latar alamiah yang memiliki maksud menafsirkan suatu fenomena yang terjadi (Anggito & Setiawan, 2018).

Penelitian ini adalah penelitian eksploratif yaitu suatu penelitian yang berusaha menggali sebab-sebab terjadinya sesuatu. Penelitian yang bersifat eksploratif juga berusaha menggali pengetahuan baru untuk mengetahui suatu permasalahan yang sedang atau dapat terjadi (Arikunto, 2013).

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif menggunakan analisis data kualitatif. Metode kualitatif digunakan untuk mengetahui penggunaan tumbuhan sebagai obat untuk hipertensi, bersifat survei eksploratif dengan teknik pengumpulan data menggunakan proses wawancara dan pengamatan langsung atau observasi dilapangan, serta studi literatur. Data diperoleh dengan mengumpulkan sampel tanaman yang digunakan sebagai ramuan, difoto kemudian dilakukan studi literatur atau penelusuran pustaka untuk menentukan kebenaran identitas tanaman serta nama ilmiahnya. Pengetahuan empirik yang diperoleh dilakukan studi komparasi terhadap studi atau data ilmiah dari referensi yang ditemukan.

Penentuan Informan

Data informasi jenis, bagian tumbuhan yang digunakan dan cara pengolahan tumbuhan diperoleh dengan wawancara. Penentuan Informan menggunakan metode *snowball sampling*

yaitu teknik pemilihan kunci responden yang dilakukan berdasarkan rekomendasi dari responden sebelumnya. Informan ditentukan berdasarkan keterangan dari tokoh masyarakat adat, kepala suku, kepala desa dan sumber lainnya.

b. Sumber Data dan Subyek Penelitian

1. Sumber Data

Menurut Moleong, (2006) sumber data utama dalam sebuah penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan, selebihnya yaitu data tambahan seperti

dokumen dan lain sebagainya. Namun untuk melengkapi data penelitian dibutuhkan dua sumber data, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

a. Sumber Data Primer

Data primer ialah pengambilan data dengan menggunakan instrumen pengamatan, wawancara, catatan lapangan dan penggunaan. Sumber data primer merupakan data yang diperoleh langsung melalui teknik wawancara bersama informan atau sumber langsung. Sumber primer adalah sumber data yang secara langsung memberikan data kepada pengumpul data (Sugiyono, 2015). Adapun dalam penelitian ini sumber data primer adalah masyarakat distrik Amban, Kabupaten Manokwari, Propinsi Papua Barat.

b. b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data yang digunakan untuk mendukung data primer melalui studi kepustakaan, dokumentasi, buku, majalah, arsip tertulis yang berhubungan dengan objek yang akan diteliti dalam penelitian.

2. Subyek Penelitian

Menurut Amirin (1986) dalam Muh. Fitrah dan Luthfiah (2017) subyek penelitian ialah seseorang atau sesuatu yang mengenainya ingin diperoleh keterangan atau orang pada latar penelitian yang dimanfaatkan untuk memberikan sejumlah informasi megeai situasi dan kondisi latar penelitian. Adapun subyek dalam penelitian ini yaitu batra dan warga desa Samba Katung.

c. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah untuk mempermudah dalam mengkaji ataupun memperoleh informasi dari tumbuhan yang akan diteliti. Teknik dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Teknik Observasi

Pengamatan lokasi tumbuhan obat yang dilakukan di Desa Samba Katung Kecamatan Katingan Tengah, meliputi identifikasi morfologi tumbuhan. Langkah awal yang dilakukan adalah mengumpulkan informasi apakah di Desa Samba Katung Kecamatan Katingan Tengah masih menggunakan tumbuhan berkhasiat obat dalam pengobatan penyakit *Hipertensi*. Serta menggali informasi dari masyarakat setempat yang terdiri dari batra dan masyarakat umum yang menggunakan tumbuhan tersebut.

2. Teknik Wawancara

Wawancara merupakan proses berkomunikasi atau interaksi antara peneliti dengan informan atau subyek penelitian yang ingin didapatkan informasi dengan cara tanya jawab. Wawancara dilakukan dengan menggunakan teknik terstruktur dan bebas, dalam wawancara terstruktur sudah tersedia beberapa konsep yang akan digali. Sedangkan wawancara bebas merupakan wawancara tidak terstruktur atau menyesuaikan dengan situasi. Kegiatan wawancara harus memperhatikan etika berwawancara, seperti menghormati norma sosial dan budaya setempat, berpakaian rapi dan sopan, memohon ketersediaan batra untuk

diwawancarai. Menciptakan kesan dan suasana yang nyaman dan tidak canggung, menjadi pendengar yang baik, serta bersikap rendah hati dan ramah.

3. Teknik Dokumentasi

Sistem dokumentasi menggunakan foto digital dan catatan. Dokumentasi tanaman obat menggunakan foto digital. Semua hasil wawancara dan pengamatan di lokasi pengambilan spesimen tumbuhan obat dicatat dalam sebuah catatan harian.

4. 4. Deskripsi

Kegiatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah mengurai dari jenis-jenis tumbuhan berkhasiat obat *Hipertensi* dan juga mengurai dari cara kerja pemakaian tumbuhan obat ini yang digunakan oleh masyarakat distrik Amban, Kabupaten Manokwari, Propinsi Papua Barat.

5. Tahap Pengambilan Data

- a. Penentuan batra dan masyarakat yang pernah menggunakan tumbuhan obat.
- b. Mempersiapkan alat dan bahan yang digunakan untuk pengumpulan data.
- c. Melakukan wawancara dengan batra dan masyarakat yang sudah ditentukan.
- d. Pengambilan sampel tumbuhan obat .
- e. Pendokumentasian morfologi dari tumbuhan obat.
- f. Mendeskripsikan ciri-ciri morfologi dan habitat hidup tumbuhan obat yang digunakan masyarakat distrik Amban, Kabupaten Manokwari, Propinsi Papua Barat.

Ciri-ciri morfologi tumbuhan obat tersebut meliputi: Perawakan (pohon, perdu, semak, dan terna), akar (serabut dan tunggang), batang, (berkayu, basah atau berair, dan tidak berkayu), daun (tunggal dan majemuk), tangkai daun, helaian daun, permukaan daun, ujung daun, tepi daun, pertulangan daun, bunga (tunggal dan majemuk), buah (kotak dan buni), dan biji (besar, kecil, pipih, dan bulat).

6. Alat dan Bahan

a. Alat

Alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

Tabel 1. Alat

NO	Nama Alat	Jumlah
1	Alat Tulis	1 Set
2	Kamera	1 Buah

b. Bahan

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

Tabel 2. Bahan

NO	Nama Alat	Jumlah
----	-----------	--------

1	Kertas folio	secukupnya
2	Kertas binder	secukupnya

7. Teknik Keabsahan Data

Keabsahan penelitian ini diberikan kepada ahli dalam penilaian dan pengambilan keputusan meliputi instrumen wawancara, serta pendeskripsian tumbuhan.

8. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif, yaitu yang dikumpulkan berupa kata-kata yang berasal dari naskah wawancara, catatan lapangan dan dokumenasi resmi lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

Penelitian ini menggunakan 10 informan yang terdiri dari kepala kampung, tokoh adat dan para orang tua yang tinggal di kampung Amban, kabupaten Manokwari, propinsi Papua Barat. Dari hasil wawancara dan observasi diperoleh data data sebagai berikut:

- a. Daftar Tanaman Obat Hipertensi di Distrik Amban, Kabupaten Manokwari, Propinsi Papua Barat.

Tabel 3. Daftar Tanaman Obat Hipertensi di Distrik Amban

NO	PENYEBAB PENYAKIT	NAMA TUMBUHAN	CARA MENGOBATI	PROSES PERAMUAN	GAMBAR TUMBUHAN
1	Mengkonsumsi makanan yang terlalu asin	Belimbing Wuluh (Buah) (<i>Averrhoa bilimbi</i>)	Ramuan herbal (Minum setelah makan pagi 1 Gelas)	Tiga buah belimbing wuluh dicuci lalu dipotong-potong seperlunya, rebus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, minum setelah makan pagi.	
2	Mengkonsumsi makann yang terlalu manis	Seledri (Daun) (<i>Apium graveolens</i>)	Tanaman alami (Minum pagi dan malam 1 gelas)	Mengonsumsi sekitar empat batang atau satu cangkir cincang seledri setiap hari. Makanan ini bisa Anda konsumsi langsung atau dalam bentuk jus.	

3	Mengkonsumsi makanan yang berlemak	Bawang putih (<i>Allium sativum</i>)	(Minum pagi dan sore ½ Gelas air rendaman bawang putih)	bawang putih 1-2 siung digeprak atau di cincang lalu di rendam dengan air hangat.	
4	Beban pikiran yang berat	Kumis kucing (<i>Orthosiphon aristatus</i>)	(Konsumsi pagi dan malam ½ gelas air rebusan)	Daun kumis kucing. Untuk merasakan manfaatnya, Anda cukup merebus 20 lembar daun kumis kucing, 20 lembar dengan 3 gelas air sampai mendidih. Lalu minum teh daun kumis kucing satu kali sehari.	
5	Makanan yang terlalu asin dan manis	Pegagan (<i>Centella asiatica</i>)	(Minum rebusan daun pegagan 3x sehari)	Rebus 20 lembar daun pegagan segar dengan tiga gelas air. Anda rebus daun pegagan sampai mendidih dan menyisahkan ¾ air lalu saring dan dinginkan. Anda bagi air rebusan daun pegagan sama rata.	
6	Ketika banyak berfikir	Meniran (<i>Phyllanthus urinaria</i>)	Air rebusannya diminum 2x sehari, pagi dan malam	Rebus 5-8 herba segar. Cara lain, tumbuk herba meniran segar, lalu peras. Air yang terkumpul diminum.	
7	Ketika banyak masalah dalam pikiran	Jahe (<i>Zingiber officinale</i>)	Air rebusan diminum 3x sehari, pagi-siang-malam	Jahe direbus dan diminum airnya	

Pemanfaatan Tumbuhan Berkhasiat Obat Hipertensi di Kampung Amban, Propinsi Papua Barat Sebagai Buku Referensi Botani

8	Saat pekerjaan banyak pikiran berat	Ketapang (<i>Terminalia catappa</i>)	seduh dengan air panas atau direbus, minum sebagai pengganti teh.	Daun ketepeng 5 lembar dibersihkan lalu direbus, menggunakan 3 gelas air, setelah mendidih dan air menyusut, simpan dalam gelas bisa disedu menggunakan madu secukupnya.	
9	Mengonsumsi makanan yang membuat darah menjadi tinggi	Sambiloto (Daun) (<i>Andrographis paniculate</i>)	Konsumsi rendaman daun sambiloto 3x Sehari, Pagi-Siang-Malam	Daun sambiloto segar sebanyak 5-7 lembar direbus, lalu disedu selagi hangat.	
10	Mengonsumsi makanan yang membuat darah menjadi tinggi	Mentimun (<i>Cucumis sativus</i>)	Konsumsi sebanyak 2x Sehari 1 gelas untuk pengobatan dan mengatur tingkat tekanan darah.	Untuk memanfaatkan mentimun, jus mentimun harus diberikan dalam dosis terbaik yang dapat mengurangi tingkat tekanan darah. Bisa dibuat jus dan bisa dikonsumsi langsung.	

11	Mengkonsumsi makanan yang membuat darah menjadi tinggi	Daun alpokat (<i>Persea americana mill</i>)	Konsumsi 2x Sehari, pagi-malam	Direbus, dengan membuat rebusan sebanyak 5 lembar (25 gr) daun alpukat setengah tua berwarna hijau mengkilat. Direbus dengan 3 gelas air hingga air menjadi ± 2 gelas. Angkat dan saring rebusan daun alpukat, lalu dinginkan.	
12	Mengkonsumsi makanan yang membuat darah menjadi tinggi	Buah mengkudu (<i>Morinda citrifolia</i>)	Konsumsi 2x sehari ½ Gelas air rendaman mengkudu	Buah mengkudu yang sudah kering di seduh dengan air panas, diamkan selama 5 menit sampai air berubah menjadi kemerahan setelah itu dapat di konsumsi	
13	Mengkonsumsi makanan yang membuat darah menjadi tinggi	Semangka (<i>Citrullus lanatus</i>)	Konsumsi 3xSehari, pagi-Siang-Malam 1 Gelas jus semangka	Dibuat jus dan bisa di konsumsi secara langsung	
14	Mengkonsumsi makanan yang membuat darah menjadi tinggi	Daun Pandan (<i>Pandanus amaryllifolius</i>)	Di minum 2x sehari, pagi dan malam.	Daun pandan 2 lembar segar, direbus menggunakan 2 gelas air sampai mendidih, lalu diseduh selagi hangat.	

Tanaman obat tradisional dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif karena tanaman tradisional mengandung berbagai macam kandungan kimia yang memiliki efektivitas berbeda-beda.

Pengobatan dengan menggunakan bahan alami juga memiliki efek samping yang lebih kecil dan memberikan harga yang lebih murah, kecenderungan untuk memanfaatkan tanaman tradisional sebagai obat dilakukan untuk mengurangi efek samping dari penggunaan obat-obatan sintetik. Maka dari itu, akan dibahas apakah tanaman tradisional dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pasien melalui kumpulan bukti ilmiah yang ada.

Pengobatan herbal yang berasal dari tanaman menjadi alternatif dalam mengobati penyakit hipertensi. Pengobatan herbal dilakukan untuk menghindari efek samping dari obat-obat anti hipertensi konvensional. Beberapa tanaman yang telah diekstraksi dengan dosis tertentu telah terbukti memiliki aktivitas anti hipertensi.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap masyarakat yang berada di kampung Amban, ada 14 jenis tumbuhan yang mereka biasa gunakan untuk mengobati hipertensi, yang tumbuhan tersebut memang ada di sekitar lingkungan mereka. Cara memanfaatkannya juga sangat mudah, ada yang dikonsumsi secara langsung dan ada yang melalui perebusan, sehingga tidak mengeluarkan dana yang besar dan sangat mudah untuk membuat hasil ramuan. Selain ini juga sangat meminimalkan efek samping bagi yang mengkonsumsi, jadi aman dikonsumsi setiap mulai muncul keluhan hipertensi.

Bagian tumbuhan yang bisa digunakan juga berupa, akar, daun, buah, umbi hanya dengan menggunakan alat yang sederhana masyarakat bisa memanfaatkan sebagai obat *Hipertensi*.

KESIMPULAN

Di kampung Amban, masyarakat sering mengalami kambuhnya hipertensi karena beberapa faktor. Salah satunya adalah pola makan yang tidak sehat, seperti mengonsumsi makanan dan minuman yang terlalu manis atau asin. Selain itu, beban pikiran yang berlebihan dan pekerjaan yang terlalu banyak juga dapat menyebabkan ketidakstabilan mental yang berdampak pada kesehatan jantung.

Dalam upaya penyembuhan, ditemukan 14 jenis tumbuhan obat yang berpotensi mengatasi hipertensi di antaranya Belimbing wuluh, Seledri, Daun Pandan, alvokad, bawang putih, semangka, mentimun, buah mengkudu, daun sambiloto, daun pegagan, daun ketepeng buah, meniran, daun kumis kucing, dan Jahe.

Berbagai bagian dari tumbuhan tersebut digunakan untuk pengobatan hipertensi, termasuk daun, buah, akar, bunga, dan rimpang. Pengolahan tumbuhan obat dilakukan dengan merebus, menghaluskan dengan blender atau ditumbuk, kemudian tumbuhan obat tersebut diminum atau dimakan untuk memperoleh manfaatnya dalam mengurangi tekanan darah tinggi.

BIBLIOGRAFI

- Afifah, I. N. (2022). *Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Penderita Hipertensi Di Wilayah Rt 02 Pondok Aren Tangerang Selatan*.
- Amelia, S. (2017). *Inventarisasi tumbuhan obat tradisional masyarakat suku dayak bakumpai di Kelurahan Jambu Muara Teweh Kabupaten Barito Utara (Doctoral dissertation, IAIN Palangka Raya)*
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Berawi, K. N., Wahyudo, R., & Pratama, A. A. (2019). Potensi terapi Moringa oleifera (Kelor) pada penyakit degeneratif. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 3(1), 210–214.
- Betan, S. R. (2014). Pengetahuan Lokal Masyarakat Berkenaan dengan Spa Tradisional di Desa Kalukku Barat, Kabupaten Mamuju. *Universitas Hasanuddin*.
- Fujianti, H. (2021). *Pemanfaatan tanaman berkhasiat obat diabetes mellitus suku dayak ngaju di Tumbang Samba Kalimantan Tengah sebagai buku referensi botani (Doctoral dissertation, IAIN Palangka Raya)*.
- Larasati, A., Marmaini, M., & Kartika, T. (2019). Inventarisasi tumbuhan berkhasiat obat di sekitar pekarangan di kelurahan Sentosa. *Indobiosains*, 76–87.
- Moleong, L. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rosdakarya.
- Mulyani, H., Widyastuti, S. H., & Ekowati, V. I. (2016). Tumbuhan herbal sebagai jamu pengobatan tradisional terhadap penyakit dalam serat primbon jampi jawi jilid I. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 21(2), 73–91.
- Muslimin, I., Suwarni, L., Bidullah, R., Ahmad, M., Syahrir, S., Akbar, H., Chairani, M., & Widyastutik, O. (2022). *Teori Antropologi Kesehatan*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Pratama, M. I. (2022). *Pengembangan buku referensi tanaman obat (studi inventarisasi tanaman obat) khas suku dayak Bakumpai Di Kabupaten Barito Utara (Doctoral dissertation, IAIN Palangka Raya)*.
- Saranani, S., Himaniarwati, H., Yuliasri, W. O., Isrul, M., & Agusmin, A. (2021). Studi Etnomedisin Tanaman Berkhasiat Obat Hipertensi di Kecamatan Poleang Tenggara Kabupaten Bombana Sulawesi Tenggara. *Jurnal Mandala Pharmacon Indonesia*, 7(1), 60–82.
- Siagian, N. (2021). *Inventarisasi Dan Skrining Fitokimia Tumbuhan Obat Suku Batak Toba Di Desa Meranti Barat Kecamatan Silaen Kabupaten Toba (Doctoral Dissertation, Unimed)*.
- Utomo, D. H. (2017). *Etnobotani tumbuhan obat oleh perempuan suku Osing di Kecamatan Glagah Kabupaten Banyuwangi (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim)*.
- Widaryanto, E., & Azizah, N. (2018). *Perspektif tanaman obat berkhasiat: Peluang, budidaya, pengolahan hasil, dan pemanfaatan*. Universitas Brawijaya Press.
- Yuliatna, R. D., Wijayanti, I., & Syuhada, K. (2023). Kajian Etnomedisin Belian Dalam Sistem Pengobatan Masyarakat Sasak Di Desa Perampuan. *Prosiding Sensosio (Seminar Nasional Prodi Sosiologi)*, 4(1), 429–449.

Copyright Holder:

Enik Maturahmah, Revisika, Wiska Baharuddin, Sigit Prafiadi, Nurul Abidin (2024)

First publication right:

Syntax Idea

This article is licensed under:

