

Original Research Paper

Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pemanfaatan Daun Seledri (*Apium Graveolens L.*) Sebagai Tanaman Obat Keluarga Untuk Pengendalian Hipertensi Di Desa Jelantik

Ersandhi Resnhaleksmana^{*1}, Ida Bagus Rai Wiadnya², Thomas Tandhi Manu³, Aini⁴

^{1,2,3}Jurusan Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Mataram

⁴Universitas Bima Internasional MFH

DOI: <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v9i1.14516>

Sitasi: Resnhaleksmana, E., Wiadnya, I. B. R., Manu, T. T., Aini. (2026). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pemanfaatan Daun Seledri (*Apium Graveolens L.*) Sebagai Tanaman Obat Keluarga Untuk Pengendalian Hipertensi Di Desa Jelantik. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 9(1)

Article history

Received: 02 Januari 2026

Revised: 19 Januari 2026

Accepted: 30 Januari 2026

*Corresponding Author:

Ersandhi Resnhaleksmana,

Jurusan Teknologi

Laboratorium Medis, Poltekkes

Kemenkes MataramIndonesia;

Email: resnha@gmail.com

Abstract: Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian kardiovaskular di Indonesia, termasuk di Desa Jelantik dengan prevalensi kasus yang cukup tinggi. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi kendala dalam pengendalian mandiri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat mengenai bahaya hipertensi serta manfaat daun seledri sebagai terapi herbal. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan, pemeriksaan tekanan darah, pelatihan kader, dan praktik pemanfaatan TOGA. Peserta berjumlah 50 orang yang didominasi oleh kelompok usia lansia dengan latar belakang pendidikan sekolah dasar. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 74% peserta memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Pengetahuan dasar masyarakat mengenai hipertensi sudah cukup baik (80%), namun pemahaman mengenai kandungan ilmiah seledri (apigenin) awalnya berada pada angka 0%. Pasca kegiatan, terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan dan terbentuknya sikap positif, di mana 100% peserta bersedia menanam seledri sebagai TOGA. Selain itu, kader Puskesmas berhasil ditingkatkan kemampuannya dalam deteksi dini hipertensi. Simpulan dari kegiatan ini adalah edukasi berbasis tanaman lokal efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat, meskipun perubahan gaya hidup jangka panjang tetap memerlukan pendampingan berkelanjutan.

Keywords: Hipertensi, Seledri, TOGA, Desa Jelantik, Pemberdayaan Masyarakat.

Pendahuluan

Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering dijuluki sebagai "*the silent killer*" karena gejalanya sering kali tidak disadari oleh penderita hingga muncul komplikasi serius pada organ vital. Secara global, hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, termasuk stroke, infark miokard, dan gagal ginjal. Di Indonesia, tantangan

penyakit tidak menular (PTM) ini terus meningkat. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia diatas 18 tahun di Indonesia mencapai 34,1%, di mana angka ini menunjukkan peningkatan signifikan dibandingkan tahun 2013(Kemenkes RI, 2019). Di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB), hipertensi secara konsisten menempati urutan 10 besar penyakit dengan jumlah kasus tertinggi di berbagai fasilitas kesehatan.

Permasalahan hipertensi di tingkat desa sering kali dipicu oleh rendahnya literasi kesehatan dan pola hidup yang tidak sehat. Di Desa Jelantik, hipertensi tercatat sebagai kasus PTM tertinggi dengan temuan sebanyak 266 kasus. Observasi awal menunjukkan bahwa mayoritas penderita adalah kelompok lanjut usia (lansia) dengan latar belakang pendidikan yang terbatas. Kondisi ini berkorelasi dengan kurangnya pemahaman masyarakat mengenai manajemen tekanan darah secara mandiri dan kecenderungan ketergantungan pada obat-obatan kimia tanpa disertai upaya pencegahan berbasis gaya hidup dan lingkungan (Sagala, 2025; Ropitasari, 2024).

Salah satu upaya strategi pencegahan yang dapat diterapkan di tingkat rumah tangga adalah pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) (Mulyati *et al.*, 2025). Di antara berbagai jenis tanaman herbal, seledri (*Apium graveolens L.*) telah dikenal luas secara empiris dan didukung oleh bukti ilmiah memiliki efek antihipertensi. Kandungan senyawa bioaktif dalam seledri, seperti *apigenin*, berfungsi sebagai *calcium channel blocker* alami yang membantu relaksasi otot polos pembuluh darah, sehingga menurunkan tekanan darah (Hasanah *et al.*, 2025). Selain itu, kandungan *phthalides* dalam seledri berperan sebagai diuretik yang dapat membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari tubuh (Habibah, 2025).

Meskipun seledri mudah ditanam di pekarangan, pengetahuan masyarakat Desa Jelantik mengenai mekanisme ilmiah dan cara pengolahan seledri yang benar masih sangat minim. Rendahnya pengetahuan ini dibuktikan dengan hasil kuesioner awal yang menunjukkan bahwa tidak ada responden (0%) yang mengetahui kandungan aktif seledri seperti flavonoid dan apigenin. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa program pengabdian masyarakat yang terintegrasi, melibatkan edukasi kesehatan, pemeriksaan klinis, serta pemberdayaan kader kesehatan sebagai agen perubahan. Kegiatan ini diharapkan mampu mengubah perilaku masyarakat dari sekadar penerima informasi menjadi pelaksana aktif dalam kemandirian kesehatan melalui TOGA, yang pada akhirnya dapat menekan angka kejadian komplikasi hipertensi di Desa Jelantik.

Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan **Pemberdayaan Masyarakat (Community Empowerment)** melalui model edukasi interaktif dan pelatihan keterampilan praktis. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Jelantik, Kabupaten Lombok Tengah, dengan melibatkan mitra strategis yaitu Pemerintah Desa Jelantik dan Puskesmas setempat.

1. Sasaran dan Peserta Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 50 orang yang dipilih menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria inklusi: warga Desa Jelantik berusia di atas 40 tahun, memiliki riwayat atau risiko hipertensi, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Profil peserta didominasi oleh kelompok usia lansia (40–85 tahun) dengan tingkat pendidikan mayoritas Sekolah Dasar (SD).

2. Alat dan Media Untuk mendukung kelancaran kegiatan, instrumen yang digunakan meliputi:

- **Alat Medis:** Tensimeter digital dan stetoskop untuk skrining tekanan darah.
- **Instrumen Evaluasi:** Kuesioner terstruktur yang mencakup 5 butir pertanyaan pengetahuan (skala benar/salah) dan 5 butir pertanyaan sikap (skala Likert).
- **Media Edukasi:** Leaflet berisi informasi bahaya hipertensi dan cara pengolahan seledri, serta slide presentasi visual.
- **Bahan Praktik:** Bibit tanaman seledri (*Apium graveolens L.*) dan polibag untuk praktik penanaman TOGA.

3. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan dilaksanakan melalui empat tahapan utama sebagai berikut:

- **Tahap I: Skrining dan Deteksi Dini** Setiap peserta menjalani pengukuran tekanan darah sistemik untuk memetakan kondisi kesehatan awal. Data ini digunakan untuk mengklasifikasikan tingkat hipertensi peserta berdasarkan standar JNC VII atau WHO.
- **Tahap II: Edukasi Kesehatan Interaktif** Pemberian materi dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi dua arah. Materi mencakup definisi hipertensi, faktor risiko, komplikasi, hingga pemanfaatan farmakologis daun seledri (kandungan *apigenin* dan *flavonoid*) sebagai terapi komplementer. Penggunaan bahasa lokal dan media visual dilakukan untuk

memudahkan peserta dengan tingkat pendidikan rendah dalam menyerap informasi.

- **Tahap III: Pelatihan dan Pemberdayaan Kader** Tahap ini difokuskan pada penguatan kapasitas kader Posyandu dan Puskesmas. Kader dilatih teknik pemeriksaan tekanan darah yang benar serta metode komunikasi efektif untuk melakukan penyuluhan mandiri kepada warga di lingkungan masing-masing.
- **Tahap IV: Praktik Pemanfaatan TOGA** Peserta diajarkan secara langsung cara menanam seledri dalam polibag serta teknik pengolahan seledri (rebusan atau jus) yang higienis untuk dikonsumsi sebagai penurun tekanan darah.

4. Analisis Data dan Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengukur keberhasilan program melalui dua cara:

1. **Evaluasi Proses:** Mengamati kehadiran, keaktifan peserta, dan kelancaran praktik penanaman.
2. **Evaluasi Hasil:** Membandingkan skor pengetahuan dan sikap peserta sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pemberian intervensi. Data dianalisis secara deskriptif untuk melihat persentase peningkatan pemahaman masyarakat mengenai manfaat seledri sebagai antihipertensi.

Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Jelantik telah dilaksanakan dengan melibatkan 50 peserta yang antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dari deteksi dini hingga praktik pemanfaatan TOGA.

Profil Demografi dan Status Kesehatan Peserta

Berdasarkan data yang dihimpun selama kegiatan, mayoritas peserta berada pada kelompok usia lansia dengan rentang 40–85 tahun. Dominasi peserta perempuan yang mencapai 80% (40 orang) menunjukkan tingginya animo ibu rumah tangga dalam kegiatan sosial-kesehatan seperti Posyandu lansia atau PKK. Secara sosiologis, dominasi ini sangat strategis karena perempuan sering kali berperan sebagai "manajer kesehatan" di tingkat keluarga, yang bertanggung jawab atas pola makan

dan penyediaan obat-obatan herbal di rumah. Namun, dari sisi pendidikan, fakta bahwa mayoritas peserta hanya lulusan SD (36 orang) menjadi tantangan tersendiri. Pendidikan yang rendah sering kali berkorelasi linier dengan rendahnya literasi kesehatan dan keterbatasan akses terhadap informasi medis yang akurat, sehingga mereka lebih rentan terhadap mitos kesehatan atau penanganan penyakit yang tidak tepat.

Hasil pemeriksaan klinis menunjukkan kondisi yang cukup memprihatinkan, di mana 74% peserta (37 orang) terdeteksi memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Temuan kasus ekstrem dengan tekanan darah mencapai 217/185 mmHg mengindikasikan adanya risiko krisis hipertensi yang dapat memicu stroke atau infark miokard sewaktu-waktu. Tingginya prevalensi ini selaras dengan tren nasional dalam **Riskesmas (2018)** yang mencatat bahwa pertambahan usia berbanding lurus dengan kekakuan pembuluh darah (arteriosklerosis), yang memicu kenaikan tekanan darah sistolik maupun diastolik. Fenomena ini menegaskan bahwa Desa Jelantik memerlukan perhatian khusus dalam pengawasan penyakit tidak menular (PTM) karena tingginya angka hipertensi yang tidak terkontrol di tingkat masyarakat bawah.

Urgensi intervensi di Desa Jelantik tidak hanya terbatas pada pengobatan kuratif, tetapi lebih pada upaya preventif-promotif yang bersifat mandiri. Penggunaan intervensi non-farmakologis seperti pemanfaatan tanaman obat menjadi pilihan yang sangat rasional bagi warga dengan tingkat ekonomi dan pendidikan rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian terbaru oleh (Roesardhyati & Pitaloka, 2025; Mahaling & Kep, 2025) yang menekankan bahwa kemandirian masyarakat dalam mengelola TOGA dapat menurunkan ketergantungan pada fasilitas kesehatan formal untuk kasus-kasus hipertensi derajat ringan hingga sedang. Keberadaan TOGA di pekarangan rumah memberikan akses cepat dan murah bagi masyarakat lansia yang memiliki keterbatasan mobilitas untuk pergi ke Puskesmas.

Lebih lanjut, integrasi edukasi mengenai gaya hidup sehat menjadi kunci utama dalam memutus rantai komplikasi kardiovaskular. Rendahnya pemahaman mengenai manajemen nutrisi—seperti asupan garam berlebihan—menjadi faktor risiko yang harus diintervensi secara persuasif. Sebagaimana dijelaskan oleh **Mahaling & Kep (2025)**, pendekatan yang menyentuh aspek

psikososial dan budaya lokal jauh lebih efektif dalam mengubah perilaku lansia dibandingkan sekadar instruksi medis formal. Oleh karena itu, penggunaan seledri sebagai media edukasi dalam pengabdian ini bukan hanya soal khasiat biologisnya, tetapi juga sebagai pintu masuk untuk menanamkan kesadaran akan pentingnya gaya hidup sehat secara menyeluruh demi mencegah kerusakan organ target seperti jantung dan ginjal (Mahaling & Kep, 2025).



Gambar 1. Pengukuran Tensi lansia desa Jelantik

Analisis Pengetahuan Masyarakat

Berdasarkan hasil evaluasi melalui kuesioner, ditemukan sebuah fenomena menarik di mana masyarakat Desa Jelantik sebenarnya telah memiliki pemahaman dasar yang cukup memadai mengenai definisi umum hipertensi dan batas tekanan darah normal. Namun, terdapat kesenjangan (*gap*) pengetahuan yang sangat signifikan ketika memasuki aspek teknis dan ilmiah mengenai pemanfaatan seledri. Sebanyak 0% peserta mampu menjawab benar mengenai kandungan senyawa aktif seperti *apigenin* dan *flavonoid*. Kondisi ini mengonfirmasi bahwa pengetahuan masyarakat selama ini masih bersifat **empiris-tradisional**. Mereka mengetahui khasiat seledri secara turun-temurun melalui kearifan lokal, namun belum memahami mekanisme biokimia bagaimana tanaman tersebut bekerja di dalam tubuh untuk meregulasi tekanan darah.

Kesenjangan ini selaras dengan temuan (Sulfiana *et al.*, 2024), yang menyatakan bahwa praktik pengobatan herbal di pedesaan sering kali dilakukan tanpa dasar pengetahuan farmakologis yang kuat, sehingga efektivitas dan dosis pemanfaatannya terkadang tidak standar. Tanpa pemahaman mekanisme kerja obat, masyarakat

cenderung menggunakan tanaman obat hanya sebagai alternatif terakhir atau sekadar mengikuti kebiasaan lingkungan tanpa memahami urgensi konsistensi penggunaannya. Oleh karena itu, edukasi yang memberikan landasan ilmiah sangat penting untuk meningkatkan kepercayaan diri masyarakat dalam memilih terapi komplementer yang tepat.

Rendahnya skor pengetahuan pada aspek kandungan bioaktif seledri ini juga sangat dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan mayoritas peserta yang berada pada tingkat Sekolah Dasar. Menurut (Hasanah *et al.*, 2025), tingkat pendidikan formal secara signifikan menentukan daya serap individu terhadap terminologi medis dan konsep-konsep biologis yang kompleks. Masyarakat dengan pendidikan terbatas cenderung kesulitan memahami istilah asing seperti "senyawa aktif" atau "bioflavonoid". Dalam konteks ini, pengetahuan tidak hanya dipandang sebagai pengumpulan informasi, tetapi sebagai hasil dari kemampuan kognitif untuk memproses data medis menjadi pemahaman yang fungsional.

Guna mengatasi hambatan kognitif tersebut, tim pengabdian menerapkan strategi edukasi menggunakan **pendekatan bahasa lokal (*local wisdom*)** dan **media visual**. Penggunaan istilah-istilah daerah dalam menjelaskan mekanisme "relaksasi pembuluh darah" terbukti mampu menjembatani hambatan komunikasi yang sebelumnya ada. Selain itu, terdapat perbedaan pola serap informasi berdasarkan kategori usia. Kelompok usia muda hingga dewasa cenderung lebih antusias dan cepat dalam menangkap penjelasan logis mengenai mekanisme *apigenin* dalam menurunkan resistensi vaskular perifer.

Sebaliknya, kelompok lansia menunjukkan kecenderungan untuk lebih fokus pada aspek praktis-aplikatif, seperti dosis rebusan dan cara pemilihan daun seledri yang segar. Hal ini didukung oleh (Cahyanti, 2025), yang menekankan bahwa metode pembelajaran pada lansia (*andragogi*) harus lebih menitikberatkan pada manfaat langsung dan instruksi yang sederhana serta visual. Melalui demonstrasi langsung dan penggunaan alat peraga, hambatan literasi akibat rendahnya pendidikan formal dapat diminimalisir, sehingga terjadi peningkatan pemahaman yang merata baik secara teoritis maupun praktis dalam pemanfaatan seledri sebagai antihipertensi mandiri.



Gambar 2. Interview penduduk mengenai TOGA dan Hipertensi

Sikap dan Persepsi Masyarakat terhadap Pemanfaatan Seledri

Respons masyarakat Desa Jelantik terhadap introduksi seledri sebagai terapi pendamping menunjukkan tren yang sangat positif, yang tercermin dari kesediaan 100% peserta untuk membudidayakan tanaman tersebut di lingkungan rumah. Secara psikologis, sikap menerima ini merupakan modal sosial yang besar bagi **keberlanjutan program (sustainability)**. Kesediaan menanam seledri sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA) mengindikasikan bahwa masyarakat mulai melihat solusi kesehatan tidak hanya bersumber dari fasilitas medis, tetapi juga dari pemanfaatan pekarangan sendiri. Hal ini menciptakan kemandirian kesehatan yang krusial bagi warga pedesaan dalam memitigasi risiko hipertensi secara dini dan mandiri.

Namun, di balik tingginya minat terhadap aspek budidaya, muncul tantangan perilaku yang signifikan pada poin modifikasi gaya hidup. Data menunjukkan hanya 63% peserta yang menyatakan kesediaan untuk mengurangi konsumsi garam secara konsisten. Fenomena ini mengonfirmasi bahwa mengubah kebiasaan diet jauh lebih sulit dibandingkan dengan mengadopsi teknologi atau tanaman baru. Sebagaimana dijelaskan oleh (Hasanah *et al.*, 2023), kebiasaan makan di masyarakat sering kali merupakan produk kebudayaan yang berakar kuat, di mana preferensi rasa asin telah menjadi standar kelezatan lokal yang diwariskan secara turun-temurun. Pada laki-laki dewasa, resistensi terhadap pengurangan garam juga dipengaruhi oleh persepsi bahwa makanan tanpa garam yang cukup dianggap kurang memberikan energi dan kepuasan untuk bekerja fisik.

Selain faktor kebiasaan diet, ditemukan pula 22% responden yang tetap menunjukkan ketergantungan eksklusif pada obat-obatan kimia. Persepsi ini didasari oleh ekspektasi terhadap efek penyembuhan yang bersifat instan (*rapid onset*). Masyarakat dengan tingkat hipertensi tinggi cenderung menginginkan penurunan tekanan darah dalam waktu singkat, yang secara medis memang lebih efektif dilakukan oleh obat antihipertensi farmakologis. Tantangan bagi tim pengabdian adalah meluruskan miskonsepsi bahwa herbal seolah-olah bersaing dengan obat kimia, padahal keduanya dapat berjalan beriringan sebagai terapi komplementer.

Oleh karena itu, diperlukan edukasi berkelanjutan untuk menanamkan pemahaman bahwa pemanfaatan herbal seperti seledri merupakan investasi kesehatan jangka panjang. Menurut (Zayani *et al.*, 2025), efektivitas tanaman obat tidak terletak pada kecepatan penyembuhan dalam kondisi krisis, melainkan pada perannya sebagai upaya **preventif-promotif** yang bekerja secara sistemik untuk menjaga stabilitas tekanan darah jika dikonsumsi secara rutin dan benar. Strategi komunikasi ke depan harus menekankan bahwa seledri adalah bagian dari "budaya sehat" yang mendukung kinerja obat medis, sekaligus meminimalkan risiko ketergantungan dosis tinggi di masa depan melalui perbaikan elastisitas pembuluh darah secara alami.



Gambar 3. Edukasi pemanfaatan seledri sebagai TOGA penurunan hipertensi

Peningkatan Kapasitas dan Peran Strategis Kader Kesehatan

Pencapaian signifikan dalam program pengabdian ini juga terefleksi pada peningkatan keterampilan teknis dan kepercayaan diri kader Puskesmas di Desa Jelantik. Melalui pelatihan intensif, para kader kini tidak hanya mampu

melakukan pengukuran tekanan darah secara akurat menggunakan tensimeter, tetapi juga memiliki kemampuan interpretasi awal terhadap hasil pengukuran tersebut. Lebih dari sekadar aspek teknis, kader menunjukkan peran emosional dan sosial yang kuat dalam mendampingi kelompok lansia selama sesi praktik. Pendampingan ini menjadi krusial mengingat lansia sering kali mengalami kecemasan saat menjalani pemeriksaan medis (*white coat hypertension*), dan kehadiran kader yang merupakan warga setempat mampu menciptakan suasana yang lebih persuasif dan nyaman.

Penguatan peran kader ini merupakan langkah strategis dalam menciptakan kemandirian kesehatan masyarakat di tingkat akar rumput. Kader bukan sekadar relawan, melainkan jembatan komunikasi antara kebijakan Puskesmas dan realitas kebutuhan warga di dusun-dusun. Dengan keterampilan yang telah terstandarisasi, kader Desa Jelantik kini bertransformasi menjadi **garda terdepan (*frontline providers*)** dalam sistem deteksi dini hipertensi. Keberadaan mereka memastikan bahwa pengawasan tekanan darah tidak hanya terjadi saat kunjungan formal ke fasilitas kesehatan, tetapi dapat dilakukan secara rutin di lingkup lingkungan rumah tangga.

Sebagaimana ditegaskan oleh (Yulyuswarni *et al.*, 2023), keberhasilan program pencegahan penyakit tidak menular di pedesaan sangat bergantung pada optimalisasi fungsi kader sebagai agen pengubah perilaku. Kader yang memiliki literasi kesehatan yang baik mengenai pemanfaatan TOGA seledri dan manajemen hipertensi akan lebih efektif dalam melakukan edukasi berkelanjutan karena mereka memiliki kedekatan kultural dengan masyarakat setempat. Hal ini menciptakan model pengawasan berbasis komunitas yang lebih organik dan berkelanjutan dibandingkan dengan intervensi medis yang bersifat episodik.

Lebih jauh lagi, pemberdayaan kader ini memberikan dampak pada penguatan sistem rujukan di desa. Kader yang terampil dapat mengidentifikasi warga dengan tekanan darah tinggi yang berisiko (krisis hipertensi) untuk segera dirujuk ke Puskesmas, sekaligus memberikan edukasi pemanfaatan seledri bagi mereka yang berada pada kategori pre-hipertensi atau hipertensi derajat ringan. Sinergi antara keterampilan klinis dasar dan pengetahuan herbal yang dimiliki kader diharapkan mampu menurunkan angka komplikasi

kardiovaskular secara jangka panjang di Desa Jelantik, sekaligus memperkuat ketahanan kesehatan desa secara menyeluruh



Gambar 4. Peningkatan pendampingan dan keterampilan pada penanganan hipertensi pada lansia

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan (80%) dan sikap positif masyarakat terhadap pemanfaatan daun seledri sebagai TOGA untuk hipertensi. Meskipun pemahaman teknis mengenai kandungan senyawa aktif masih terbatas karena faktor pendidikan, kesediaan masyarakat untuk menanam dan memanfaatkan herbal sangat tinggi.

Saran

Langkah selanjutnya akan difokuskan pada distribusi bibit seledri secara massal dan pemantauan tekanan darah berkala oleh kader untuk memastikan program ini memberikan dampak klinis yang nyata bagi warga Desa Jelantik.

Daftar Pustaka

- Cahyanti, I.A. 2025. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri (*Apium Graveolens*) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi.
- Habibah, J. 2025. Pengaruh Pemberian Jus Seledri Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Gosari Kecamatan Ujungpangkah Kabupaten Gresik.

- Hasanah, N., Ismaya, N.A., Satria, B.M., Aulia, G. & Sitorus, R. 2025. Pengaruh Senyawa Fitokimia Dalam Rebusan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Dan Seledri (*Apium Graveolens*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Edu Masda Journal*, 9(1): 1–10.
- Hasanah, S.I., Sya'id, A. & Martiana, I. 2023. Hubungan Kebiasaan Masyarakat Suku Madura Tentang Konsumsi Makanan Tinggi Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalisat.
- Kemenkes RI. 2019. Hipertensi Si Pembunuh Senyap. Kementrian Kesehatan RI, 1–5.
- Mahaling, N.C.S.S. & Kep, M. 2025. Non-Farmakologis. *Keperawatan Kardiovaskular*: 159.
- Mulyati, S., Fatmayanti, H. & Rasyid, R. 2025. Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) Melalui Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *LINK*, 21(1): 1–6.
- Roesardhyati, R. & Pitaloka, D. 2025. Optimalisasi Self-Management Homecare Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wagir. *Geulayang: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2): 68–73.
- Ropitasari, C. 2024. Gambaran Upaya Perilaku Pencegahan Kekambuhan Pada Penderita Hipertensi.
- Sagala, L.M.B. 2025. *Self Care Management Pasien Hipertensi Dalam Pengendalian Tekanan Darah*. PT Arr Rad Pratama.
- Sulfiana, S., Manda, D., Mustafa, M. & Najamuddin, N. 2024. Analisis Terhadap Pengobatan Tradisional Majappi-Jappi Dalam Praktek Kesehatan Masyarakat Kabupaten Soppeng. *Edu Sociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 7(1): 845–855.
- Yulyuswarni, Y., Mugiati, M. & Isnenia, I. 2023. Penguatan Peran Kader sebagai Agen Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat dan Rintisan Posyandu Prima dalam Mendukung Transformasi Kesehatan Pelayanan Primer di Kampung Untoro Kecamatan Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah Provinsi Lampung. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 3(6): 1761–1770.
- Zayani, N., Yuntarisa, A.P. & Andriani, L. 2025. *Monograf Budi Daya dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA): Strategi Mewujudkan Kemandirian Kesehatan dan Ekonomi Berbasis Potensi Lokal*. Penerbit NEM.