



---

**PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL DALAM MENGATASI PENYAKIT ASAM URAT, HIPERTENSI DAN KOLESTEROL****Oleh****Fenny Mustika Piliang<sup>1</sup>, Joni Wilson Sitopu<sup>2</sup>, Ika Rosenta Purba<sup>3</sup>,****Salome Rajagukguk<sup>4</sup>, M. Komarul Huda<sup>5</sup>****1,2,3,4,5 Prodi Pendidikan Biologi FKIP Universitas Simalungun.****E-mail: [2jwsitopu@gmail.com](mailto:2jwsitopu@gmail.com)**

---

**Article History:***Received: 07-08-2022**Revised: 17-08-2022**Accepted: 25-09-2022***Keywords:***Tanaman Herbal Penyakit Asam Urat, Hipertensi Dan Kolesterol*

**Abstract:** Program pengabdian masyarakat ini dilakukan di jalan Pattimura no.32 Kelurahan Pahlawan Kecamatan Siantar Timur Pematang Siantar. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan tutorial dan workshop tentang pemanfaatan tanaman herbal dalam mengatasi penyakit Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol. Metode yang digunakan adalah demonstrasi dengan mencek kadar Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol peserta kegiatan dan tutorial serta workshop dengan memaparkan materi dengan infocus dan menunjukkan secara langsung contoh tumbuhan yang berpotensi untuk mengobati dan mencegah penyakit Asam Urat, Hipertensi, Kolesterol. Hasil dari kegiatan ini adalah bertambahnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat khususnya orang tua tentang cara pemanfaatan tanaman herbal dalam mengatasi penyakit Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol, penyebab Asam Urat, Hipertensi, Kolesterol dan cara pengecekan Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol secara mandiri serta cara membuat tanaman herbal untuk mencegah dan mengobati Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol.

---

**PENDAHULUAN**

Kelurahan Pahlawan yang terletak di jalan Pattimura no.32 Kecamatan Siantar Timur Pematang Siantar adalah salah satu kantor kelurahan di kecamatan siantar timur Pematang Siantar. Di objek tersebut ada struktur organisasi PKK kelurahan pahlawan yang disebut sebagai pengurus PKK. Didalamnya terdapat sebagai ketua, wakil ketua, sekretaris, bendahara dan pokja-pokja yang mempunyai program khusus, termasuk program PKK. Dalam rangka untuk mengobati dan mencegah penyakit, warga Kelurahan Pahlawan melalui lurah dan pengurus PKK bekerjasama dengan dosen Prodi Pendidikan Biologi FKIP USI yang berada dibawah naungan LPM USI mengadakan demonstran dengan mencek kadar Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol dan tutorial serta workshop dengan memaparkan materi kepada masyarakat Kelurahan Pahlawan. Pada Tri Dharma Perguruan Tinggi, kewajiban dosen adalah mengajar, menulis, dan melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Program kerja pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan merupakan bagian program pemerintah dalam pembangunan nasional melalui proses pengembangan



ilmu pengetahuan yang disertai dengan kerja nyata.

World Health Organization (WHO) atau badan kesehatan dunia menyatakan penderita asam urat pada tahun 2004 diperkirakan mencapai 230 juta. Peningkatan juga terjadi di negara berkembang, salah satunya di Negara Indonesia. Prevelensi penyakit asam urat di Indonesia semakin mengalami peningkatan, pada tahun 2018 menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnose tenaga kesehatan di Indonesia mengalami peningkatan 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala meningkat 24,7% (Febriyanti, 2020). Sementara dari segi usia, prevalensi asam urat di Indonesia dapat terjadi pada usia di bawah 34 tahun yaitu sebesar 32% (Fariz et al., 2018).

Jika kadar asam urat dalam darah tinggi dapat menyebabkan hiperurecemia. Keadaan hiperurecemia ini dapat menyebabkan terjadinya artritis gout yaitu peradangan pada sendi yang disebabkan penimbunan asam urat. Keadaan artritis gout dapat mengganggu aktivitas seseorang sehingga dapat menurunkan produktivitas kerja (Natasha and Fitri, 2019). Salah satu langkah awal untuk mengetahui kadar asam dalam darah melalui pengecekan rutin, pola hidup sehat dan mengkonsumsi makanan gizi seimbang. Pengobatan penyakit-penyakit yang diderita masyarakat sudah pasti dengan cara medis, namun tidak sedikit masyarakat yang tidak melakukan pengobatan medis melainkan secara tradisional. Hal ini disebabkan masyarakat Indonesia sudah sejak lama memanfaatkan tanaman untuk proses pengobatan. Dalam cabang ilmu Biologi terdapat sebuah ilmu yang mempelajari tanaman-tanaman disekitar dan dimanfaatkan oleh suku-suku tertentu, terutama untuk obat. Etnobotani adalah ilmu yang menggambarkan interaksi antara manusia dan tumbuhan yang berada di lingkungan dengan melibatkan sistem kebudayaan (Anggraeni Ria, Marina silalahi, 2016).

Warga kelurahan pahlawan kec. Siantar Timur Kota Pematangsiantar merupakan masyarakat yang multikultur/beragam budaya sehingga pengetahuan tentang tanaman obat pastinya beragam juga sesuai latar belakangnya. Maka dari itu, tim PKM dari prodi Pendidikan Biologi USI menawarkan pemeriksaan dan pengobatan secara tradisional dengan memanfaatkan tanaman sekitar untuk penyakit asam urat, hipertensi dan kolestrol.

Masalah-masalah yang timbul dalam masyarakat Kelurahan pahlawan Kec. Siantar Timur Kota Pematangsiantar antara lain:

1. Banyak warga usia setengah baya pada umumnya mengeluhkan penyakit asam urat, hipertensi dan kolestrol.
2. Berbagai latar belakang masyarakat yang cenderung lebih yakin dengan pengobatan tradisional dari pada medis
3. Faktor ekonomi juga menjadi penyebab masyarakat tak acuh akan kesehatan untuk pengecekan rutin kadar asam urat dan kolestrol serta mengecek hipertensi

Solusi yang ditawarkan oleh tim PKM Prodi pendidikan biologi FKIP USI berupa pengecekan kadar asam urat dan kolestrol dalam darah secara gratis, serta pengecekan hipertensi ke warga. Diproyeksikan warga setempat akan antusias dalam pengecekan mengingat ekonomi warga yang terdampak akibat pandemic covid 19. Selain itu, pengobatan tradisional dengan memanfaatkan tanaman sekitar menjadi alternatif pengobatan warga yang murah. Walaupun beragamnya latar belakang social budaya warga, tidak ada indikasi pengetahuan warga tentang pengobatan tradisional secara merata. Penelitian-penelitian atau pkm tentang pengobatan tradisional dengan memanfaatkan tanaman sekitar telah banyak dilakukan baik dalam bidang ilmu etnobotani maupun kesehatan khususnya dan bidang lain yang relevan pada umumnya.



Fariz et al., (2018) mereview jenis-jenis tanaman yang dapat mengurangi asam urat antara lain, Sirsak (*Annona muricata* Linn.), Mahkota Dewa (*Phaleria macrocarpa*), Suruhan (*Peperomia pellucida*), Kulit Manggis (*Garcinia mangostana* L.) Daun Tempuyung (*Sonchus arvensis*) dan Daun Salam (*Syzygium polyanthum*). Jenis tanaman yang telah dimanfaatkan oleh suku-suku yang ada di Indonesia sangat beragam, salah satunya suku Batak yang memanfaatkan biwa sebagai obat tekanan darah tinggi. Biwa (*Eriobotya japonica*), Rosaceae memiliki daging buah manis kaya asam sitrat, karoten, vitamin ABC; rendah kalori, tinggi serat, diperuntukkan dalam mengontrol tekanan darah tinggi dan pemulihan setelah sakit dengan memanfaatkan buahnya (Aswandi and Kholibrina, 2020).

Selain itu buah harimunting juga bermanfaat sebagai penurun kadar kolestrol, seperti yang dinyatakan Mohamad et al., (2014) Ekstrak buah harimunting mampu menurunkan kadar kolesterol dan meningkatkan kadar High Density Lipoprotein (HDL) dan mencegah pembentukan arteroklorosis. Harimunting (*Rodomyrtus tomentosa*) banyak ditemui tumbuh pada lahan-lahan terbuka di Tapanuli Utara dan Humbang Hasundutan. Pada padang penggembalaan, vegetasi ini mendominasi dengan kemampuan tumbuh yang cepat dan toleransi terhadap kondisi intensitas cahaya yang tinggi. Bagi masyarakat Batak, buah ini sangat familiar terutama anak-anak penggembala ternak yang memakan buah ini untuk penganjal perut. Buah berbentuk lonjong dengan panjang 1-1,5 cm. Buah muda berwarna hijau muda, namun menjelang matang, buah berubah menjadi merah kecokelatan sampai hitam. Kulit buah memiliki bulu sangat halus seperti beludru. Daging buah rasanya manis seperti anggur, namun terasa berserat dan tak terlalu mengandung air. Buah mengandung banyak biji hingga 40-45 biji (Aswandi and Kholibrina, 2020).

Banyaknya jenis tanaman yang digunakan masyarakat sebagai obat-obatan dan pangan dari berbagai suku yang ada di Indonesia, maka kami berfokus untuk menangani penyakit asam urat, hipertensi dan kolestrol dengan memanfaatkan tanaman sekitar berdasarkan sumber hasil penelitian yang ada maupun sumber pada suku-suku tertentu.

Berdasarkan latar belakang diatas maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dengan tujuan menambah pengetahuan dan keterampilan masyarakat khususnya orang tua tentang cara pemanfaatan tanaman herbal dalam mengatasi penyakit asam urat, hipertensi dan kolesterol serta mencek asam urat, tekanan darah dan kolesterol.

## **METODE PENELITIAN**

Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari dosen dan mahasiswa program studi pendidikan biologi FKIP USI, dengan melibatkan lurah dan pengurus PKK kelurahan pahlawan Kecamatan Siantar Timur Pematang Siantar dan orang tua usia diatas 40 tahun di kelurahan pahlawan. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 11 Agustus 2022, pukul 09 s/d selesai, lokasi kegiatan tutorial dan workshop berada di ruang aula kantor Kelurahan Pahlawan. Semua peserta kegiatan tutorial dan workshop yaitu orang tua usia diatas 40 tahun yang berpotensi/ tidak terkena Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol. Tim Pengabdian kepada masyarakat adalah dosen Prodi Pendidikan Biologi FKIP USI yang bekerja sama dengan mahasiswa Pendidikan Biologi FKIP USI. Pelaksanaan kegiatan tutorial dipandu oleh tim pengabdian masyarakat prodi pendidikan biologi FKIP USI, Setelah dilakukannya kegiatan tutorial maka dilanjutkan dengan kegiatan workshop, Setelah kedua kegiatan tersebut selesai dilaksanakan maka diadakanlah kegiatan simulasi



terhadap para peserta pelatihan, (Sitopu, Joni Wilson., dkk, 2021).

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat adalah:

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan di Kelurahan Pahlawan jalan Pattimura Kota Pematangsiantar ini terbagi kedalam tiga tahapan, yang pertama pengecekan tekanan darah, kolesterol dan asam urat, kemudian pemaparan materi tentang penyakit tersebut dan yang terakhir adalah penjelasan tentang solusi untuk mengatasi penyakit tersebut menggunakan tanaman herbal. Kegiatan yang akan dilakukan dengan cara mengumpulkan beberapa warga di kantor Kelurahan Pahlawan Kota Pematangsiantar yang tentunya dengan mengikuti protokol kesehatan yaitu pengecekan suhu tubuh, memakai masker, mencuci tangan dengan sabun juga hand sanitizer sebelum masuk keruangan yang sudah disediakan pihak kelurahan, dan duduk dengan jarak minimal 1 meter yang telah diatur oleh panitia. Selanjutnya melakukan ceramah dengan menampilkan powerpoint dan melakukan sesi tanya jawab setelah selesai memaparkan isi materi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah-langkah kegiatan tutorial dan workshop yang dilakukan oleh dosen Pendidikan Biologi FKIP USI Pematangsiantar di kelurahan pahlawan Kecamatan Siantar Timur Pematang Siantar dengan cara mengumpulkan masyarakat yang ada di kelurahan pahlawan Jl. Pattimura Kecamatan Siantar Timur Pematang Siantar untuk mengikuti kegiatan tutorial dan workshop pemanfaatan tanaman herbal dalam mengatasi penyakit Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol yang telah terbukti dapat digunakan untuk obat dan pemelihara kesehatan warga masyarakat.

### 1. Kegiatan tutorial dan workshop



Gambar 1. Pemberian tutorial dan workshop

### 2. Bahan tanaman herbal untuk mengatasi asam urat



Sereh



Jeruk Nipis



Madu

Gambar 2. Bahan tanaman herbal untuk mengatasi asam urat

**3. Cara Membuat dan pemanfaatan tanaman herbal untuk mengatasi asam urat**

- Iris-iris satu batang serih yang sudah di cuci terlebih dahulu
- Rendam serih tsb dengan air panas kurang lebih  $\frac{3}{4}$  gelas
- Biarkan hingga air menjadi hangat-hangat kuku
- Kemudian saring, tambahkan satu sendok madu dan juga satu buah jeruk nipis
- Apabila kadar asam urat  $> 10$  bisa diminum 2 sampai 3 kali sehari
- Bila  $< 10$  bisa diminum sehari sekali
- Resep tsb bisa diminum setiap hari untuk mengatasi dan menjaga kadar asam urat tetap stabil

**4. Bahan tanaman herbal untuk Mengatasi Hipertensi dan Kolesterol**

**Gambar 3. Bahan tanaman herbal untuk mengatasi Hipertensi dan Kolesterol**

**5. Cara Membuat dan pemanfaatan tanaman herbal untuk mengatasi Hipertensi dan Kolesterol**

- Cuci bersih seledri (daun sop) kurang lebih segenggam, ambil daunnya saja
- Dicampur dengan 1 buah apel yang sudah dicuci
- Tambahkan air kemudian di blender
- Saring dan langsung diminum
- Diminum setiap hari untuk mengatasi dan menjaga tekanan darah dan kolesterol agar tetap stabil.

**6. Demostrasi Pengecekan Asam urat, Hipertensi dan kolesterol.**

**Gambar 4. Pengecekan Asam urat, Hipertensi dan kolesterol.**



**Gambar 5. Dokumentasi dengan Peserta kegiatan tutorial dan workshop**

Setelah kegiatan tutorial dan workshop ini dilakukan, tim berharap, peserta kegiatan memperoleh pengetahuan dan keterampilan mengenai pemanfaatan tanaman herbal dalam mengatasi penyakit Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol. Tahap akhir dari kegiatan ini adalah ucapan terimakasih dari bapak kepala Kelurahan Pahlawan Kecamatan Siantar Timur Pematang Siantar kepada tim pelaksana pengabdian masyarakat dan sangat antusias akan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan.

Pada tahap pengecekan Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol dengan menggunakan alat cek semua dicek Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol. Hasil yang diharapkan dari pengecekan ini adalah agar peserta terampil mengontrol kadar Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterolnya sendiri menggunakan alat cek Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol, akibatnya dapat meningkatkan kesehatan masyarakat di mulai dari pola hidup diri sendiri.

Tahap solusi dan evaluasi yaitu sesi tanya jawab dengan para peserta kegiatan tutorial dan workshop terkait materi yang di sampaikan. Terlihat antusias peserta dalam kegiatan kegiatan tutorial dan workshop ini, banyak muncul pertanyaan yang diberikan kepada penyaji dan peserta juga antusias untuk menjawab pertanyaan dari penyaji.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berisi tentang laporan kegiatan pengabdian masyarakat yang dinarasikan secara ringkas dalam beberapa paragraf. Penjabaran hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat dibantu dengan gambar, tabel, diagram maupun grafik. Pemaparan gambar, tabel, diagram maupun grafik harus dibuat dengan sejelas mungkin, agar mudah dibaca dan dipahami.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Kesimpulan yang dapat diambil setelah kegiatan kegiatan tutorial dan workshop ini adalah bertambahnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat khususnya orang tua tentang cara pemanfaatan tanaman herbal dalam mengatasi penyakit Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol, penyebab Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol dan cara pengecekan Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol secara mandiri serta cara membuat tanaman herbal untuk mencegah dan mengobati Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol.



## DAFTAR REFERENSI

- [1] Anggraeni Ria, Marina Silalahi, N. (2016). 'Studi Etnobotani Masyarakat Subetnis Batak Toba Di Desa Peadungdung, Sumatera Utara, Indonesia', Jurnal Pro- Life, 3(2), pp. 129–142.
- [2] Aswandi, A. and Kholibrina, C. R. (2020) 'Buah Hutan Sumber Pangan dan Pengobatan di Kawasan Danau Toba, Indonesia', Seminar Nasional Lahan..., pp. 978–979. Available at:  
<http://www.conference.unsri.ac.id/index.php/lahansuboptimal/article/view/1814>.
- [3] Fariz, A. et al. (2018) 'Review: Tanaman Obat yang Berefek Sebagai Antigout', Jurnal Pharmascience, 5(1), pp. 22–31. doi: 10.20527/jps. v5i1.5782.
- [4] Febriyanti, T. (2020) 'Hubungan Kemampuan Diet Rendah Purin Dengan Kadar Asam Urat', Jurnal Ners LFebriyanti, T. (2020). Hubungan Kemampuan Diet Rendah Purin Dengan Kadar Asam Urat. Jurnal Ners LENTERA, 8(1), 72–79. ENTERA, 8(1), pp. 72–79.
- [5] LPM USI. (2020). Panduan Penulisan Pengabdian Masyarakat. USI Pematangsiantar.
- [6] Mohamad J, Maskam MF, Abdulla MA, Wasiman I. 2014. Antioxidant Activity of Rhodomyrtus tomentosa (Kemunting) Fruits and Its Effect on Lipid Profile in Induced-cholesterol New Zealand White Rabbits. Jurnal Sains Malaysiana. 43(3)
- [7] Natasha, N. and Fitri, A. D. (2019) 'Pemeriksaan Gula Darah dan Asam Urat Pada Masyarakat Umum Saat Car Free Day Di Lapangan Gubernur Jambi', Jurnal Medic: Medical Dedication, 2(1), pp. 10–13.
- [8] Sitopu, Joni Wilson.,dkk, (2021). Pelatihan Pengolahan Data Statistik Dengan Aplikasi SPSS. *Dedikasi Sains dan Teknologi Jurnal Pengabdian Masyarakat* Vol: 1, No: 2, Nopember 2021.

## Lampiran :

 **LEMBAGA PENGABDIAN MASYARAKAT**  
UNIVERSITAS SIMALUNGUN  
Bermartabat, Unggul & Profesional

SURAT PERUGASAN  
NOMOR : 00 / F.05/LPM-USI/2022

Ketua Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Simalungun (LPM-USI)

Nama : Marulam MT.Simaranta  
Jabatan : Ketua LPM-USI  
NIDN : 0112047101

Dengan ini menugaskan nama tersebut di bawah ini untuk melaksanakan Pengabdian Masyarakat:

1. Fenny Mustika Piliang, M.Pd (Ketua)	0123108802
2. M. Komarul Huda, M.Pd (Anggota)	0127038902
3. Dr. Joni Wilson Sitopu, M.Pd (Anggota)	0129056401
4. Dr. Ika Rosenta Purba, M.Si (Anggota)	0031086003
5. Dra. Salome Rajagukguk, M.Si (Anggota)	0114068703

Kegiatan : Pemanfaatan Tanaman Herbal Dalam Mengatasi Penyakit Asam Urat, Hipertensi Dan Kolesterol  
Waktu Pelaksanaan : 11 Agustus 2022  
Waktu : 9.00 Wib s/d selesai  
Tempat : Kantor Lurah Pahlawan Pematangsiantar  
Demikian surat penugasan ini kami perbuat, untuk dilaksanakan, dan membuat laporan ke LPM-USI, terima kasih.

Pematangsiantar, 10 Agustus 2022  
  
Marulam MT. Simaranta, SP, M.Si  
NIDN : 0112047101

Tembusan : - Rektor

Kantor : Jl. Singamanggara Barat Pematangsiantar, SUMUT  
Telp. (0822) 24670 Hp. 0821 6073 8538  
Email : abdimasusi@gmail.com

 **PEMERINTAH KOTA PEMATANGSIANTAR**  
KECAMATAN SIANTAR TIMUR  
**KELURAHAN PAHLAWAN**  
Jalan Pattimura No.32 Pematang Siantar

Pematangsiantar, 11 Agustus 2022  
Kepada Yth :  
Ketua Lembaga Pengabdian Masyarakat  
Universitas Simalungun  
di-  
Pematang Siantar

Nomor : 420 / 0629 / KP / VIII / 2022  
Sifat : Penting  
Lampiran : ---  
Perihal : Pelaksanaan Kegiatan

Sehubungan dengan Surat Perugasan dari Ketua Lembaga Pengabdian Masyarakat (LPM) Universitas Simalungun, Nomor : 010/F.05/ LPM-USI/2022 Tanggal 10 Agustus 2022 dengan ini kami menerangkan bahwa nama-nama dibawah ini :

1. Fenny Mustika Piliang, M.Pd (Ketua)	0123108802
2. M. Komarul Huda, M.Pd (Anggota)	0127038902
3. Dr. Joni Wilson Sitopu, M.Pd (Anggota)	0125056401
4. Dr. Ika Rosenta Purba, M.Si (Anggota)	0031086003
5. Dra. Salome Rajagukguk, M.Si (Anggota)	0114068703

Telah melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada :  
Hari/Tanggal : Rabu / 11 Agustus 2022  
Jam : 09.00 Wib s/d selesai  
Tempat : Kantor Lurah Pahlawan  
Kegiatan : Pemanfaatan Tanaman Herbal Dalam Mengatasi Penyakit Asam Urat, Hipertensi dan Kolesterol

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tembusan :  
1. Camat Siantar Timur  
2. Peringgall

  
ARIANDI ARMAS, S.Sos  
NIDN : 011011011006



HALAMAN INI SEGAJA DIKOSONGKAN