

**EDUKASI TENTANG PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL UNTUK  
MENGURANGI KADAR KOLESTEROL DILINGKUNGAN DESA KUTAAMPEL  
KECAMATAN BATUJAYA KARAWANG**

**Muhammad Choerul Huda , Dedy Frianto**

HudaFarmasi, Fakultas Farmasi

[Fm19.muhammadhuda@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:Fm19.muhammadhuda@mhs.ubpkarawang.ac.id)

dedy.frianto@ubpkarawang.ac.id

**Ringkasan**

Kolesterol merupakan bahan pembentuk sejumlah senyawa penting yang berada dalam tubuh kita selain itu kolesterol juga merupakan komponen utama dalam pembentukan sel otak dan saraf. Kelebihan kolesterol dapat mengakibatkan terjadinya penyakit jantung koroner, hal ini bila tidak tertangani dengan baik dapat mengakibatkan kematian. Aktivitas olahraga yang teratur dan konsumsi makanan yang sehat dapat mencegah terjadinya penumpukan lipid dalam tubuh sehingga terhindar dari gangguan pada jantung dan pembuluh darah. Masyarakat desa Kutaampel pada umumnya belum banyak yang peduli akan hal tersebut, dimana gejala penyakit jantung koroner antara lain keringat dingin, sakit kepala, lemas, gelisah, pegal disekitaran leher, nyeri dada (angina), mual dan bisa mengakibatkan sesak nafas serta tingkat kesadaran menurun. Konsumsi daging yang berlebihan karena pembagian dari donatur idul adha, dicurigai terjadinya potensi penyakit ini. Hal inilah yang jadi latar belakang dilakukannya pemeriksaan kesehatan dilingkungan desa Kutaampel. Adapun metode pelaksanaannya dilakukan oleh mahasiswa KKN UBP Karawang berupa pemeriksaan tekanan darah, asam urat, gula darah dan pemeriksaan kolesterol serta pemberian obat kimia. Metode lainnya adalah memberikan informasi dan menyarankan penggunaan daun kelor sebagai obat herbal penurun kolesterol dimana pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada hari Sabtu, 16 Juli 2022. Setelah dilakukan pemeriksaan dapat disimpulkan bahwa 84% masyarakat desa Kutaampel yang melakukan pemeriksaan kolesterol mendapatkan hasil ada kenaikan kolesterol diatas normal.

Kata kunci : Daun Kelor, Kolesterol, Kutaampel.

## **Pendahuluan**

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu bentuk nyata bagi para mahasiswa dalam mengimplementasikan ilmu yang didapat selama ini dibangku kuliah. Kuliah Kerja Nyata yang dilaksanakan oleh mahasiswa dan dosen pembimbing Universitas Buana Perjuangan Karawang (UBP Karawang) di desa Kutaampel Kecamatan Batujaya Karawang merupakan salah satu kewajiban dalam melaksanakan Tri-Dharma Perguruan Tinggi. Tri-Dharma yang dimaksud adalah melaksanakan Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian kepada Masyarakat sebagaimana tertuang pada Undang-Undang RI Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi. Desa Kutaampel merupakan salah satu desa yang terletak di kecamatan Batujaya Kabupaten Karawang, secara geografis letak desa Kutaampel dikelilingi oleh aliran sungai irigasi, oleh karena itu sebagian besar masyarakat desa Kutaampel berprofesi sebagai petani, namun banyak juga masyarakat yang berprofesi sebagai pekerja swasta, buruh harian lepas, buruh tani dan sebagai pengali makam di Jakarta.

Permasalahan kesehatan terkait kelebihan kolesterol yang dapat menyebabkan penyakit jantung dan pembuluh darah ini menurut data dari World Health Organization (WHO), pada tahun 2012 menyebabkan sekitar 17,5 juta atau setara dengan 31% kematian diseluruh dunia. Yang disebabkan oleh Penyakit Jantung Koroner diperkirakan 7,4 juta angka kematiannya dan 6,7 juta angka kematiannya yang disebabkan penyakit stroke (WHO,2016).

Angka kejadian penyakit jantung koroner yang didasarkan pada diagnosis dokter pada tahun 2013 di Indonesia dengan usia  $\geq 15$  tahun sebesar 0,5% atau diperkirakan sekitar 883,447 orang dan untuk diagnosis berdasarkan gejala sebesar 1,5% atau diperkirakan sekitar 2.650.340 orang. Didasarkan pada diagnosis dokter, dapat diestimasikan jumlah penderita penyakit jantung koroner paling tinggi berada pada Propinsi Jawa Barat sebanyak 160.812 orang (0,5%). Sedangkan di propinsi lainnya seperti Provinsi Sulawesi Utara yang didasarkan pada diagnose dokter terdapat sebanyak 11.892 orang (0,7%) dan untuk gejala awal sebanyak 28.880 orang (1,7%). (Depkes,2016)

Terjadinya Penyakit Jantung Koroner (PJK) tidak terlepas dari peran berlebihnya kolesterol didalam pembuluh darah arteri. Dimana akan terjadi akumulasi patologik yang diakibatkan meningkatnya kadar kolesterol dalam arteri, hal ini akan memicu timbulnya plak, dan bila plak ini terbentuk didalam arteri akan mempersempit aliran darah ke otot jantung yang akan

mempermudah terbentuknya bekuan dalam arteri dan menyebabkan terjadi penebalan dan kekakuan pada dinding arteri. Keadaan seperti ini biasa disebut dengan Aterosklerosis, dan hal inilah yang menjadi penyebab utama terjadinya penyakit jantung koroner. ( Depkes, 2016)

Perlu diketahui bawasannya kolesterol merupakan lemak netral yang dibutuhkan oleh tubuh kita untuk mensintesis senyawa – senyawa penting, seperti hormon dan asam kolat dihati. Kolesterol bebas atau dalam bentuk simpanan ini terdapat di jaringan dan plasma dan diangkut oleh lipoprotein. Adapun kelompok lipoprotein yaitu kilomikron, *Very Low Density Lipoprotein* (VLDL), *Low Density Lipoprotein* (LDL), *High Density Lipoprotein* (HDL ) mempunyai peran dan fungsi masing – masing serta dipecah dan dibuang dengan cara sedikit berbeda. (Almatsier,S. Gramedia 2004)

Riwayat keluarga dengan hiperlipidemia, obesitas, diet kaya lemak, penggunaan alkohol, merokok serta kurangnya olah raga dan aktivitas fisik merupakan faktor yang dapat meningkatkan kadar lemak tertentu. Inilah yang menjadi indicator pencetus timbulnya Penyakit Jantung Koroner (PJK). (UPT, LIPI. 2004)

Kegiatan harian berupa olah raga yang teratur dan dilakukan secara rutin dapat meningkatkan konsentrasi HDL dan bermanfaat untuk mencegah timbunan lemak di dinding pembuluh darah. Aktifitas yang ringan dan tidak teratur cenderung mengakibatkan penimbunan lemak pada arteri, dan tentunya asupan makanan sehari – hari yang tinggi mengandung kolesterol bisa mengakibatkan aterosklerosis yang merupakan factor resiko terjadinya Penyakit Jantung Koroner (PJK). Di desa Kutaampel yang dikelilingi oleh aliran sungai irigasi dan persawahan dimana masyarakat sebagian besar merokok, konsumsi makanan yang tinggi kolesterol, serta faktor riwayat keluarga seperti obesitas dan penyakit peyerta lainnya serta kurangnya aktivitas fisik yang teratur hal inilah yang menyebabkan angka kolesterol total dalam darah cenderung tinggi. Untuk meminimalisir kenaikan angka Penyakit Jantung Koroner di masyarakat Desa Kutaampel maka diperlukan perhatian khusus dan pembimbingan kearah pola hidup sehat. Dengan latar belakang hal inilah maka mahasiswa KKN UBP mengadakan pemeriksaan kesehatan dan pengedukasian terkait bahayanya Penyakit Jantung Koroner.

## Metode

Metode pelaksanaan pemeriksaan kesehatan masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa KKN UBP Karawang pada pertengahan bulan Juli 2022 di desa Kutaampel Kecamatan Batujaya Kabupaten Karawang. Kegiatan pemeriksaan kesehatan ini meliputi pengecekan tekanan darah, gula darah, asam urat, dan kolesterol total dengan tidak dipungut biaya atau gratis. Dan penyampain penggunaan daun kelor sebagai salah satu pengobatan herbal untuk anti kolesterol.

## Hasil Penelitian dan Pembahasan





**Data warga desa Kutaampel setelah melakukan pengecekan**

No	Nama	Usia	TD (Tekanan Darah)	Cholesterol	Asam Urat	Gula Darah
1	Harim	54 Tahun	146/88 mmHg	-	-	-
2	Walam	57 Tahun	208/118 mmHg	248 mg/dl	7 mg/dl	163
3	Iis	37 Tahun	149/101 mmHg	-	-	-
4	Iyum	67 Tahun	183/89 mmHg	-	8,4 mg/dl	244 mg/dl
5	Tirah	47 Tahun	163/100 mmHg	229 mg/dl	4 mg/dl	-

6	Janih	55 Tahun	170/86 mmHg	216 mg/dl	5,1 mg/dl	-
7	Nayem	64 Tahun	148/73 mmHg	184 mg/dl	8,6 mg/dl	-
8	Nursanah	42 Tahun	184/91 mmHg	204 mg/dl	4,7 mg/dl	-
9	Amih	45 Tahun	137/77 mmHg	-	-	-
10	Srinawati	37 Tahun	135/84 mmHg	237 mg/dl	5 mg/dl	-
11	Nurhayati	38 Tahun	136/91 mmHg	203 mg/dl	5,6 mg/dl	-
12	Tia	33 Tahun	137/98 mmHg	-	4,7 mg/dl	-
13	Enung	47 Tahun	131/91 mmHg	-	-	-
14	Desi	30 Tahun	118/91 mmHg	-	-	-
15	Eem	32 Tahun	125/94 mmHg	-	-	-
16	Iyah	37 Tahun	126/88 mmHg	246 mg/dl	4,6 mg/dl	-
17	Karsan	50 Tahun	120/66 mmHg	-	6 mg/dl	142
18	Ridwan	38 Tahun	126/94 mmHg	-	-	-
20	Eneng	42 Tahun	113/85 mmHg	-	5,6 mg/dl	-
21	Saroh	34 Tahun	117/73 mmHg	210 mg/dl	5 mg/dl	137
22	Sriyati	52 Tahun	126/85 mmHg	263 mg/dl	3 mg/dl	92
23	Sindi	21 Tahun	97/70 mmHg	246 mg/dl	3,8 mg/dl	60
24	Rena	21 Tahun	93/90 mmHg	180 mg/dl	4,5 mg/dl	89
25	El	21 Tahun	120/81 mmHg	201 mg/dl	4,1 mg/dl	119

Kegiatan pemeriksaan kesehatan ini dilakukan pada saat mahasiswa melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) tepatnya pada bulan Juli 2022. Dengan metode yang telah dijelaskan sebelumnya kegiatan sosial ini berupa pemeriksaan kesehatan masyarakat agar masyarakat desa Kutaampel mempunyai tingkat kesadaran yang tinggi terhadap bahayanya penyakit degeneratif khususnya Penyakit Jantung Koroner. Antusiasme dari masyarakat cukup tinggi dan respon yang positif juga ditunjukkan oleh aparat desa setempat, pemeriksaan kesehatan ini diikuti dari berbagai profesi. Masyarakat desa Kutaampel yang memiliki UMKM pun ikut melakukan pemeriksaan kesehatan dengan antusias. Hasil dari pemeriksaan kesehatan khususnya kolesterol ada sekitar 84% masyarakat desa Kutaampel yang mempunyai kandungan kolesterol tinggi atau diatas ambang batas yang ditentukan. Hasil yang didapat dari pelaksanaan edukasi dan pemeriksaan kesehatan ini cukup banyak, diantara masyarakat desa Kutaampel menjadi lebih tahu bahayanya dari penyakit degeratif khususnya kelebihan kolesterol dan masyarakat jadi mengetahui penyebab dan pemicu dari penyakit jantung koroner dan juga mengetahui bagaimana cara dan fungsi dari daun kelor sebagai anti kolesterol.

### **Kesimpulan dan Rekomendasi**

Kesimpulan yang didapat pada kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan ini dapat disimpulkan masyarakat desa Kutaampel banyak yang tidak sadar memiliki penyakit degeneratif khususnya kelebihan kolesterol, hal ini ditunjukkan dengan hasil pemeriksaan yang mencapai 84% dari masyarakat yang melakukan pemeriksian dan kurangnya kepedulian terhadap bahaya penyakit tersebut.

Harapan kedepannya untuk masyarakat desa Kutaampel agar lebih meningkatkan kembali gaya hidup sehat dan bisa memanfaatkan daun kelor yang ada disekitar pekarangan sebagai obta herbal antihipertensi.

## Daftar Pustaka

- Almatsier, S. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Umum; 2004; p.51-74.
- Bantas Risiko Hiperkolesterolemia Pada Pekerja di Kawasan Industri. [Thesis]. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. 2012.
- Departemen Kesehatan. Situasi kesehatan jantung. Available from: [www.depkes.go.id/situasijantung/](http://www.depkes.go.id/situasijantung/). 2013. Accessed on: August 29th 2016.
- Guyton AC, Hall JE. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11. Rachman LY, Hartanto H, Novrianti A, Wulandari N, alih bahasa Indonesia. Jakarta: EGC, 2006; p.882-94.
- UPT-Balai Informasi Tentang Teknologi LIPI. Kolesterol tinggi pangan dan kesehatan. 2009.
- World Health Organization. Cardiovascular Disease. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs317/en/>. 2012. Accessed on: August 29 Th 2016

