



JOURNAL OF Public Health Concerns
ISSN 2777-0826 (Print)
ISSN 2776-592X (Online)
DOI: 10.56922



INFORMASI ARTIKEL

Received: September, 6, 2025

Revised: October, 8, 2025

Available online: October, 10, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

**Kearifan lokal satu desa tiga aksi: cegah hipertensi, pola hidup sehat,
dan pemanfaatan tanaman obat keluarga**

**Tuti Suprapti*, Ade Iwan Mutiudi, Irisanna Tambunan, Raden Siti Jundiah,
Raihany Sholihatul Mukaromah**

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@bku.ac.id

Abstract

Background: Public health in Indonesia faces complex challenges, including a high prevalence of hypertension, suboptimal waste management, and low utilization of Family Medicinal Plants (FMP). Hypertension, as a non-communicable disease, requires education on healthy lifestyles, while wise waste management is crucial for preventing environmentally-related diseases. FMP offers promotive and preventive solutions based on local wisdom, but has not been optimally utilized in rural areas. In Cibeet Village, Bandung Regency, these three issues are interconnected and demonstrate the need for integrated, community-based interventions. The "One Village, Three Actions" model is proposed as a holistic approach to improving health through hypertension education, waste management, and the synergistic utilization of FMP.

Purpose: To increase public awareness of maintaining health through the adoption of a healthy lifestyle and the use of family medicinal plants for hypertension control.

Method: The activity was conducted on August 20, 2025, at the madrasah RW 07 in Cibeet Village, Ibun District, Bandung Regency, involving 39 participants using a total sampling technique. The material is delivered through lectures and demonstrations, including counseling, pre-tests, education about hypertension, clean and healthy living behavior, and the use of family medicinal plants, as well as post-tests and health checks (anthropometry, blood pressure, random blood sugar).

Results: The level of knowledge of participants regarding hypertension and Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) before education was mostly in the sufficient category (25 participants) (64.1%). After education, the majority of participants experienced an increase in knowledge, reaching the good category (35 participants) (89.8%).

Conclusion: The community service activity, which integrated the delivery of three educational themes, successfully increased participants' knowledge and awareness regarding hypertension and Clean and Healthy Living Behavior (CHLB). Education through lectures, demonstrations, and interactive practice proved effective in changing participants' behavior toward a healthy lifestyle, including the use of family medicinal plants (FMP) and the innovative RAMEKU herbal drink as an alternative for hypertension control.

Suggestion: Ongoing mentoring by health cadres is needed to maintain consistent healthy community behaviors, as well as further development of local herbal products to enhance their economic value and broader health benefits. Cross-sector collaboration, including in education and health, needs to be strengthened to support the sustainability of education and community empowerment programs based on local potential.

Kearifan lokal satu desa tiga aksi: cegah hipertensi, pola hidup sehat,
dan pemanfaatan tanaman obat keluarga

Keywords: Hypertension; Local wisdom; Waste management

Pendahuluan: Kesehatan masyarakat di Indonesia menghadapi tantangan kompleks, termasuk tingginya prevalensi hipertensi, pengelolaan sampah yang belum optimal, dan rendahnya pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Hipertensi sebagai penyakit tidak menular memerlukan edukasi gaya hidup sehat, sementara pengelolaan sampah yang bijak penting untuk mencegah penyakit berbasis lingkungan. TOGA menawarkan solusi promotif dan preventif berbasis kearifan lokal, namun belum dimanfaatkan secara maksimal di pedesaan. Di Desa Cibeet, Kabupaten Bandung, ketiga isu tersebut saling terkait dan menunjukkan perlunya intervensi terpadu berbasis masyarakat. Model “Satu Desa, Tiga Aksi” diusulkan sebagai pendekatan holistik untuk meningkatkan derajat kesehatan melalui edukasi hipertensi, pengelolaan sampah, dan pemanfaatan TOGA secara sinergis.

Tujuan: Untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan melalui penerapan gaya hidup sehat dan pemanfaatan tanaman obat keluarga untuk pengendalian hipertensi.

Metode: Kegiatan dilaksanakan pada 20 Agustus 2025 di madrasah RW 07 Desa Cibeet, Kecamatan Ibun, Kabupaten Bandung, melibatkan 39 peserta dengan teknik total sampling. Materi disampaikan melalui ceramah dan demonstrasi, mencakup penyuluhan, pre-test, edukasi tentang hipertensi, perilaku hidup bersih dan sehat, dan pemanfaatan tanaman obat keluarga, serta post-test dan pemeriksaan kesehatan (antropometri, tekanan darah, gula darah sewaktu).

Hasil: Menunjukkan tingkat pengetahuan peserta mengenai hipertensi dan PHBS sebelum edukasi sebagian besar peserta dalam kategori cukup yaitu sebanyak 25 orang (64.1%). Setelah edukasi mayoritas peserta mengalami peningkatan pengetahuan menjadi dalam kategori baik yaitu sebanyak 35 orang (89.8%).

Simpulan: Kegiatan pengabdian masyarakat dengan penyampaian tiga tema edukasi secara terpadu berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai hipertensi dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Edukasi dengan ceramah, demonstrasi, dan praktik interaktif terbukti efektif dalam mengubah perilaku peserta menuju gaya hidup sehat, termasuk pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dan inovasi minuman herbal RAMEKU sebagai alternatif pengendalian hipertensi.

Saran: Diperlukan pendampingan berkelanjutan oleh kader kesehatan untuk menjaga konsistensi perilaku sehat masyarakat, serta pengembangan lebih lanjut terhadap produk herbal lokal agar memiliki nilai ekonomi dan manfaat kesehatan yang lebih luas. Kolaborasi lintas sektor, akademisi dan kesehatan, perlu diperkuat guna mendukung keberlanjutan program edukasi dan pemberdayaan masyarakat berbasis potensi lokal.

Kata kunci: Hipertensi; Kearifan lokal; Kelola sampah

PENDAHULUAN

Kesehatan masyarakat merupakan indikator utama kualitas hidup suatu bangsa, dipengaruhi oleh faktor medis dan non-medis seperti lingkungan, perilaku, serta kearifan lokal (Dwisatyadini, 2017). Di Indonesia, peningkatan prevalensi penyakit tidak menular (PTM), salah satunya hipertensi yang menjadi perhatian global dan nasional (Lihi, Tukiman, & Waliulu, 2025). Hipertensi dikenal sebagai silent killer karena sering tanpa gejala namun berpotensi menimbulkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, hingga kematian (Ridwan, 2017).

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 30.8%, namun hanya 8.6% berdasarkan diagnosis dokter, menunjukkan rendahnya deteksi dini di masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Jawa Barat menjadi salah satu provinsi dengan prevalensi cukup tinggi, yakni 9.9% (Muhamad, 2024). Situasi ini menegaskan perlunya penguatan upaya promotif dan preventif melalui edukasi gaya hidup sehat, seperti pembatasan konsumsi garam, menjaga berat badan ideal, aktivitas fisik teratur, dan pengelolaan stres (Kuba, Nusawakan, & Putra, 2021; Ibnu, & Hidayati, 2025).

**Tuti Suprapti*, Ade Iwan Mutiudi, Irisanna Tambunan, Rade Siti Jundiah,
Raihany Sholihatul Mukaromah**

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i8.1521>

Kearifan lokal satu desa tiga aksi: cegah hipertensi, pola hidup sehat,
dan pemanfaatan tanaman obat keluarga

Kesehatan masyarakat turut dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, di mana pengelolaan sampah menjadi isu krusial seiring meningkatnya produksi sampah nasional akibat pertumbuhan penduduk dan perubahan pola konsumsi (Setiajaya, Prasetyo, & Hasiany, 2023). Indonesia menghasilkan sekitar 43.26 juta ton sampah per tahun, didominasi oleh sampah organik (52%) dan plastik (19%) (Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan Republik Indonesia, 2023). Di pedesaan, pengelolaan sampah rumah tangga yang tidak tepat seperti pembakaran atau pembuangan ke sungai menyebabkan pencemaran dan memicu penyakit berbasis lingkungan, seperti diare, demam berdarah, dan infeksi saluran pernapasan. Strategi pengelolaan yang sederhana namun efektif, seperti penerapan prinsip 3R (*Reduce, Reuse, Recycle*), diperlukan untuk menciptakan lingkungan sehat sekaligus membuka peluang manfaat ekonomi dari pengolahan sampah (Putranto, 2023; Michmidatin, & Rodiyah, 2024).

Selain isu hipertensi dan pengelolaan sampah, pemanfaatan kearifan lokal melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA) turut berperan penting dalam mendukung kesehatan masyarakat. TOGA adalah tanaman obat yang ditanam di pekarangan rumah dan digunakan untuk keperluan pengobatan sederhana dalam keluarga (Wikipedia, 2025). Penelitian menunjukkan bahwa TOGA memiliki potensi promotif dan preventif, seperti jahe dan kunyit sebagai antiinflamasi dan antioksidan, daun salam untuk menurunkan tekanan darah, serta sambaloto yang memiliki efek antihipertensi alami (Puspitasari, Sari, & Indrayati, 2021; Rahmayani, Fatikha, Azizia, Tsabita, Cahyaningsih, & Setyawan, 2023). Namun, pemanfaatannya di wilayah desa masih terbatas akibat kurangnya pengetahuan tentang budidaya dan pengolahan, serta minimnya pelatihan dan penyuluhan (Sugito, Susilowati, & Kholif, 2017). Pendekatan kesehatan masyarakat yang bersifat holistik menjadi sangat relevan untuk mengatasi permasalahan di atas. Hipertensi sebagai penyakit tidak menular dapat dicegah melalui edukasi dan perubahan gaya hidup sehat.

Pengelolaan sampah yang bijak mampu meningkatkan kualitas lingkungan serta menurunkan risiko penyakit berbasis lingkungan. Sementara TOGA menawarkan solusi alternatif berbasis kearifan lokal yang terjangkau. Ketiga aspek ini saling berkaitan dan jika diterapkan secara terpadu, berpotensi memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

Di Desa Cibeet, Kabupaten Bandung, permasalahan kesehatan masyarakat masih nyata, ditandai oleh tingginya prevalensi hipertensi pada lansia yang tidak diimbangi dengan pengetahuan memadai tentang gaya hidup sehat. Dengan tingkat pengetahuan yang baik akan lebih mudah menyerap pemahaman akan pentingnya pola hidup sehat dan cenderung memiliki dasar akan kesadaran menjaga lingkungan dengan sehat. Menjaga lingkungan tetap kondusif dan aman, akan sangat mendukung kondisi kesehatan masyarakat. Pengelolaan sampah pun masih dilakukan secara tradisional, seperti pembakaran dan pembuangan sembarangan, yang berisiko mencemari lingkungan. Sementara itu, potensi pemanfaatan TOGA cukup besar karena ketersediaan lahan pekarangan, namun belum dimanfaatkan secara optimal dalam upaya promotif dan preventif. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi komprehensif yang mencakup edukasi hipertensi, pengelolaan sampah, dan pemanfaatan TOGA secara terpadu.

Dalam konteks pengabdian masyarakat dan penelitian, fokus pada tiga isu utama—hipertensi, pengelolaan sampah, dan pemanfaatan TOGA menjadi sangat penting untuk mendorong perubahan perilaku, meningkatkan kesadaran, serta memberdayakan masyarakat dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Program berbasis masyarakat yang mengintegrasikan ketiga aspek ini, dengan pendekatan partisipatif, berpotensi menciptakan keberlanjutan dan dampak jangka panjang. Oleh karena itu, “Satu Desa, Tiga Aksi” dapat dijadikan model intervensi kesehatan masyarakat yang menyatukan dimensi medis, lingkungan, dan kearifan lokal secara holistik.

**Tuti Suprapti*, Ade Iwan Mutiudi, Irisanna Tambunan, Rade Siti Jundiah,
Raihany Sholihatul Mukaromah**

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i8.1521>

Kearifan lokal satu desa tiga aksi: cegah hipertensi, pola hidup sehat,
dan pemanfaatan tanaman obat keluarga

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2025 di Madrasah lingkungan RW 07 Desa Cibeet, Kecamatan Ibum, Kabupaten Bandung, dengan melibatkan 39 peserta. Pelaksanaan dilakukan melalui metode ceramah dan demonstrasi, bekerja sama dengan Puskesmas Ibum. Kegiatan dimulai dengan pemberian materi penyuluhan dan

pemeriksaan kesehatan, dilanjutkan dengan *pre-test* mengenai hipertensi, edukasi tentang hipertensi, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), serta edukasi pemanfaatan mentimun menjadi minuman sehat (RAMEKUH: Ramuan Mentimun Kurangi Hipertensi). Kegiatan ditutup dengan *post-test* dan pemeriksaan kesehatan meliputi antropometri, tekanan darah, dan gula darah sewaktu.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan

HASIL

Tabel 1. Tingkat pengetahuan peserta(N=39)

Variabel	Hasil	
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Tingkat pengetahuan(n/%)		
Baik	5/12.8	35/89.8
Cukup	25/64.1	2/5.1
Kurang	9/23.1	2/5.1

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta mengenai hipertensi dan PHBS sebelum edukasi sebagian besar peserta dalam kategori cukup yaitu sebanyak 25 orang (64.1%). Setelah edukasi mayoritas peserta mengalami peningkatan pengetahuan menjadi dalam kategori baik yaitu sebanyak 35 orang (89.8%).

Tuti Suprapti*, Ade Iwan Mutiudi, Irisanna Tambunan, Rade Siti Jundiah,
Raihany Sholihatul Mukaromah

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i8.1521>

Kearifan lokal satu desa tiga aksi: cegah hipertensi, pola hidup sehat,
dan pemanfaatan tanaman obat keluarga

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Cibeet menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran warga mengenai hipertensi dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sebelum edukasi, pemahaman masyarakat masih terbatas terkait faktor risiko seperti konsumsi garam berlebih, obesitas, kurang aktivitas fisik, dan stres. Melalui penyuluhan, diskusi, dan praktik interaktif, peserta menjadi lebih memahami pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik rutin, serta pemeriksaan tekanan darah secara berkala di posyandu dan posbindu, yang berkontribusi pada deteksi dini dan pencegahan hipertensi secara lebih optimal.

Sebagai bagian dari edukasi kepada penderita hipertensi, pendekatan PATUH dan CERDIK diterapkan untuk mendorong perubahan perilaku yang lebih sehat dan berkelanjutan. PATUH merupakan singkatan dari Patuh minum obat; Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur; Terapkan gaya hidup sehat; Ukur tekanan darah secara teratur; Hadiri fasilitas pelayanan kesehatan secara teratur. Sedangkan CERDIK merupakan singkatan dari Cek Kesehatan rutin; Enyahkan asap rokok; Rajin aktifitas fisik; Diet sehat dengan kalori seimbang; Kelola Stres.

Edukasi PHBS memberikan dampak positif yang signifikan terhadap perubahan perilaku peserta, yang sebelumnya masih terbatas dalam menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat seperti membuang sampah sembarangan, tidak mencuci tangan dengan sabun, dan kurang menjaga kebersihan lingkungan. Setelah intervensi, peserta mulai membiasakan mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, melakukan aktivitas fisik harian, serta menunjukkan kesadaran untuk tidak merokok di dalam rumah dan menjaga kebersihan lingkungan sebagai upaya pencegahan penyakit berbasis lingkungan.

Integrasi edukasi hipertensi dan PHBS terbukti saling melengkapi dalam mendorong perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular. Aktivitas fisik rutin, konsumsi makanan sehat, dan kebiasaan tidak merokok menjadi faktor penting yang berhasil ditanamkan melalui pendekatan ini. Edukasi terpadu tidak hanya

meningkatkan pengetahuan masyarakat, tetapi juga mengubah sikap dan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat. Pemberdayaan berbasis partisipatif ini efektif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat desa, meskipun tetap diperlukan pendampingan dan monitoring berkelanjutan oleh kader kesehatan agar dampaknya dapat dipertahankan.

Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) berkontribusi signifikan terhadap kemandirian kesehatan masyarakat, khususnya di pedesaan, di mana mayoritas perempuan berperan sebagai ibu rumah tangga atau pekerja kebun. Selain mengurangi biaya operasional rumah tangga, TOGA juga berpotensi meningkatkan pendapatan melalui penjualan produk olahan (Aslamiah, Afifah, & Mariaty, 2017; Dewi, Jundiah, Suprapti, Purwanti, & Sani, 2022). Kegiatan ini turut memperluas wawasan masyarakat mengenai pencegahan penyakit serta memperkenalkan berbagai informasi tentang tanaman obat di Indonesia, termasuk khasiat umum, prinsip kerja pengobatan, dan ragam jenis herbal yang bermanfaat.

Sebagai inovasi dari kegiatan pengabdian masyarakat, mentimun dikembangkan menjadi produk minuman herbal bernama RAMEKUH (Ramuan Mentimun Kurangi Hipertensi) yang berpotensi membantu menurunkan tekanan darah. Mentimun dikeringkan melalui proses oven hingga menjadi buah kering, kemudian diseduh dengan air panas dan dapat ditambahkan madu atau selasih, diminum hangat maupun dingin. Untuk pemanis yang lebih sehat, gula stevia digunakan sebagai alternatif.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan penyampian tiga tema edukasi secara terpadu berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai hipertensi dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Edukasi dengan ceramah, demonstrasi, dan praktik interaktif terbukti efektif dalam mengubah perilaku peserta menuju gaya hidup sehat, termasuk pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dan inovasi minuman herbal RAMEKUH sebagai alternatif pengendalian hipertensi.

**Tuti Suprapti*, Ade Iwan Mutiudi, Irisanna Tambunan, Rade Siti Jundiah,
Raihany Sholihatul Mukaromah**

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i8.1521>

Kearifan lokal satu desa tiga aksi: cegah hipertensi, pola hidup sehat,
dan pemanfaatan tanaman obat keluarga

SARAN

Diperlukan pendampingan berkelanjutan oleh kader kesehatan untuk menjaga konsistensi perilaku sehat masyarakat, serta pengembangan lebih lanjut terhadap produk herbal lokal agar memiliki nilai ekonomi dan manfaat kesehatan yang lebih luas. Kolaborasi lintas sektor, termasuk pendidikan dan kesehatan, perlu diperkuat guna mendukung keberlanjutan program edukasi dan pemberdayaan masyarakat berbasis potensi lokal.

DAFTAR PUSTAKA

- Aslamiah, S., Afitah, I., & Mariaty, M. (2017). Peningkatan Kesehatan Masyarakat melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Lahan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA): The Increasing of Community Health Through Empowerment of Women in the Utilization of the Yard With Family Medicine Plants. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 111-117.
- Dewi, H. A., Jundiah, R. S., Suprapti, T., Purwanti, P., & Sani, D. N. (2022). Mencegah Penyakit melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUPEMAS)*, 3(2), 117-123.
- Dwisatyadini, M. (2017). Pemanfaatan Tanaman Obat untuk Pencegahan dan Pengobatan Penyakit Degeneratif. Optimalisasi Peran Sains dan Teknologi untuk Mewujudkan Smart City (hal. 237-270). Universitas Terbuka.
- Ibnu, F., & Hidayati, R. N. (2025). Deteksi Faktor Risiko Hipertensi yang Dapat Dimodifikasi dalam Upaya Perilaku Pencegahan Klien Hipertensi. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Diakses dari: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski2023-dalam-angka/>
- Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan Republik Indonesia. (2023). Komposisi Sampah Nasional. Sistem Informasi Pengelolaan Sampah Nasional (SIPSN). Diakses dari: <https://sipsn.kemenvh.go.id/sipsn/public/data/komposisi>
- Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan Republik Indonesia. (2023). Timbulan Sampah Nasional. Sistem Informasi Pengelolaan Sampah Nasional (SIPSN). Diakses dari: <https://sipsn.kemenvh.go.id/sipsn/public/data/timbulan>
- Kuba, S. R., Nusawakan, A. W., & Putra, K. P. (2021). Upaya Promotif, Preventif, dan Pengendalian Hipertensi oleh Puskesmas Tegalrejo Kota Salatiga. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(2), 208-222.
- Lih, M., Tukiman, S., & Waliulu, S. H. (2025). Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Michmidatin, N., & Rodiyah, I. (2024). Strategi Pengelolaan Sampah 3R di Desa Trawas Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto. *Journal Publicuho*, 7(4), 2267-2284.
- Muhamad, N. (2024, 19 Juli). Jakarta, Provinsi dengan Kasus Hipertensi Terbanyak. Databoks. Diakses dari: <https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/669a3d30555e2/jakarta-provinsi-dengan-kasus-hipertensi-terbanyak>
- Puspitasari, I., Sari, G. N. F., & Indrayati, A. (2021). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Alternatif Pengobatan Mandiri. *Jurnal Warta LPM*, 24(3), 456-465.
- Putranto, P. (2023). Prinsip 3R: Solusi Efektif untuk Mengelola Sampah Rumah Tangga. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 8591-8605.

Tuti Suprapti*, Ade Iwan Mutiudi, Irisanna Tambunan, Rade Siti Jundiah,
Raihany Sholihatul Mukaromah

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i8.1521>

Kearifan lokal satu desa tiga aksi: cegah hipertensi, pola hidup sehat,
dan pemanfaatan tanaman obat keluarga

- Rahmayani, D., Fatikha, L. A. Y., Azizia, M. S., Tsabita, F. A., Cahyaningsih, A. P., & Setyawan, A. D. (2023). Pemanfaatan Tumbuhan pada Sistem Agroforestri Pekarangan oleh Masyarakat Desa di Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah, Indonesia: The Use of Plants on Rural Homegarden Agroforestry System by Village Communities in Karanganyar District, Central Java, Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Biodiversitas Indonesia* (Vol. 9, No. 2, hal. 91-105). Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Ridwan, M. (2017). *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer, "Hipertensi"*. Yogyakarta: Hikam Pustaka.
- Setiajaya, A., Prasetyo, B., & Hasiany, S. (2023). *Manajemen Lingkungan: Hukum dan Kebijakan, Produksi Bersih serta Kesehatan Lingkungan*. Tasikmalaya: Edu Publisher.
- Sugito, S., Susilowati, S., & Kholif, M. A. (2017). Strategi Pemanfaatan Lahan Pekarangan untuk Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Penamas Adi Buana*, 2(2), 1-8.
- Wikipedia. (2025). Tanaman Obat Keluarga. Wikipedia Indonesia. Diakses dari: https://id.wikipedia.org/wiki/Tanaman_obat_keluarga

**Tuti Suprpti*, Ade Iwan Mutiudi, Irisanna Tambunan, Rade Siti Jundiah,
Raihany Sholihatul Mukaromah**

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi penulis: Tuti Suprpti. *Email: tuti.suprpti@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i8.1521>