

**EDUKASI KESEHATAN MENGENAI PENANGANAN
HIPERTENSI MELALUI PEMANFAATAN TANAMAN
HERBAL KELOR DI SDIT CAHAYA UMMAT**

LAPORAN *PROJECT*

**Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Tugas
Akhir Berbasis *Project***



Oleh

KHALISAH IRALISTYA

NIM 22020122120003

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, JUNI 2026**

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Khalisah Iralistya
NIM : 22020122120003
Fakultas/Departemen : Kedokteran/Ilmu Keperawatan
Jenis : Tugas Akhir Berbasis *Project*
Judul : Edukasi Kesehatan mengenai Penanganan Hipertensi melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor di SDIT Cahaya Ummat

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 2 Juni 2026
Yang Menyatakan



Khalisah Iralistya
NIM. 22020122120003

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Khalisah Iralistya
Tempat/Tanggal Lahir : Semarang, 21 Juni 2003
Alamat Rumah : Jl. Gajah Mada No. 1021, Semarang
No. Telp : 0812122120003
Email : khalisahiraa@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa *project* saya yang berjudul “Edukasi Kesehatan mengenai Penanganan Hipertensi melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor di SDIT Cahaya Ummat” bebas dari plagiarisme dengan similarity index 14% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari *project* dan karya ilmiah dari hasil-hasil *project* tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 2 Juni 2026
Yang Menyatakan,



Khalisah Iralistya
NIM. 22020122120003

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa laporan *project* yang berjudul:

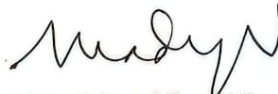
EDUKASI KESEHATAN MENGENAI PENANGANAN HIPERTENSI MELALUI PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL KELOR DI SDIT CAHAYA UMMAT

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama: Khalisah Iralistya
NIM 22020122120003

Telah disetujui sebagai usulan *project* dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk direview

Pembimbing,

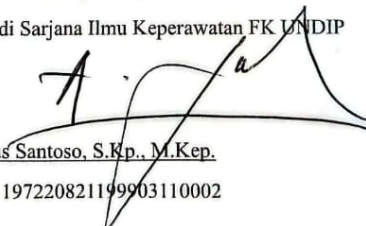


Madya Sulisno, S.Kep., M.Kes.

NIP. 197405052010121001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan FK UNIDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP. 19722082119903110002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Laporan *Project*** yang berjudul:
**EDUKASI KESEHATAN MENGENAI PENANGANAN HIPERTENSI MELALUI
PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL KELOR DI SDIT CAHAYA UMMAT**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Khalisah Iralistya

NIM : 22020122120003

Telah diuji pada 8 Juni 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



Dr. Luky Dwiantoro, S.Kp., M.Kep.

NIP. 196701201988031006

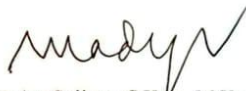
Anggota Penguji,



Ice Septriani Saragih, S.Kep., Ns, M.Kep.

NIP. 199209032024062001

Pembimbing,



Madya Sulisno, S.Kep., M.Kes.

NIP. 197405052010121001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat.

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puja dan puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas rahmat dan limpahan-Nya sehingga penulis dapat menyusun tugas akhir berbasis *project* berjudul “Edukasi Kesehatan mengenai Penanganan Hipertensi melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor di SDIT Cahaya Ummat” dengan lancar dan sebaik-baiknya.

Tugas akhir berbasis *project* ini disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang. Proses penyusunan tugas akhir berbasis *project* ini tidak lepas dari bantuan, masukan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir berbasis *project* ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak yang perlu diperbaiki. Sehingga, kritik, saran, dan masukan yang membangun sangat diharapkan untuk membantu menyempurnakan penulisan. Dengan adanya tugas akhir berbasis *project* ini, penulis berharap mampu memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, Juni 2026

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Puja dan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis mampu menyusun tugas akhir berbasis *project* berjudul “Edukasi Kesehatan mengenai Penanganan Hipertensi melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor di SDIT Cahaya Ummat” sebagai salah satu syarat menyelesaikan tugas akhir pada Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang.

Penulis ingin mengucapkan banyak rasa terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Madya Sulisno, S.Kep., M.Kes. selaku dosen pembimbing yang telah bersedia membantu memberikan bimbingan, dukungan, dan arahan agar penyusunan tugas akhir berbasis *project* ini dapat dibuat dengan lancar dan sebaik-baiknya.
2. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat. selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan yang telah memberikan izin dan fasilitas yang diperlukan dalam penyusunan tugas akhir berbasis *project* ini.
3. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan yang telah membantu memberi arahan dalam penyusunan tugas akhir berbasis *project* ini.

4. Bapak Dr. Luky Dwiantoro, S.Kp., M.Kep. dan selaku dosen penguji I yang telah memberikan masukan yang membangun bagi penyusunan tugas akhir berbasis *project*.
5. Ibu Ice Septriani Saragih, S.Kep., Ns, M.Kep. selaku dosen penguji II yang telah memberikan masukan yang membangun bagi penyusunan tugas akhir berbasis *project*.
6. Bapak Muhamad Rofi'I, S.Kp., M.Kep. selaku dosen wali yang telah senantiasa kebersamai dan membimbing selama keberjalanan perkuliahan.
7. Seluruh dosen dan staf Departemen Ilmu Keperawatan yang telah membantu dalam memberikan seluruh informasi dan pengetahuan selama menempuh pendidikan di Departemen Ilmu Keperawatan.
8. Keluarga, terkhusus orang tua yang sudah memberikan dukungan dan motivasi untuk terus berjuang mengerjakan dan menyelesaikan studi di Departemen Ilmu Keperawatan.
9. Kepada Nela, Afi, dan Zilda selaku sahabat dan orang-orang terkasih yang turut mendampingi dalam segala proses serta teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Semarang, Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Pelaksanaan <i>Project</i>	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat.....	6
1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan dan Kesehatan	6
1.4.2 Bagi Masyarakat	6
1.4.3 Bagi Tempat Pelaksanaan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Hipertensi	8
2.1.1 Pengertian dan Klasifikasi Hipertensi	8
2.1.2 Faktor Risiko Hipertensi.....	9
2.1.3 Komplikasi Hipertensi.....	10
2.1.4 Upaya Pengendalian Hipertensi.....	11
2.2 Konsep Tanaman Herbal Kelor	13
2.2.1 Deskripsi dan Morfologi Tanaman Herbal Kelor	13
2.2.2 Manfaat Tanaman Herbal Kelor	14
2.2.3 Proses Pengolahan Olahan Tanaman Herbal Kelor	16
2.2.4 Efek Samping Konsumsi Olahan Tanaman Herbal Kelor	17
2.2.5 Hubungan Tanaman Herbal Kelor untuk Mengatasi Hipertensi.....	18
2.3 Konsep Edukasi Kesehatan	19
2.3.1 Pengertian Edukasi Kesehatan.....	19
2.3.2 Tujuan Edukasi Kesehatan	19
2.3.3 Metode Edukasi Kesehatan	20
2.3.4 Media Edukasi Kesehatan	20
2.4 Konsep Dasar Pengetahuan	21
2.4.1 Pengertian Pengetahuan.....	21
2.4.2 Faktor yang Memengaruhi Pengetahuan	22

2.4.3	Kriteria Tingkat Pengetahuan	24
2.4.4	Pengetahuan mengenai Hipertensi dan Penanganannya melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor	24
2.5	Konsep Dasar Sikap	25
2.5.1	Pengertian Sikap	25
2.5.2	Komponen Sikap	25
2.5.3	Kriteria Tingkat Sikap	25
2.5.4	Sikap mengenai Hipertensi dan Penanganannya melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor.....	26
2.6	Konsep Dasar Perilaku	26
2.6.1	Pengertian Perilaku.....	26
2.6.2	Faktor yang Memengaruhi Perilaku	27
2.6.3	Kriteria Tingkat Perilaku	29
2.6.4	Perilaku mengenai Hipertensi dan Penanganannya melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor.....	29
2.7	Kerangka Kerja.....	30
BAB III METODE PELAKSANAAN		31
3.1	Jenis dan Rancangan <i>Project</i>	31
3.2	Sasaran Kegiatan	31
3.2.1	Pelaksana Kegiatan.....	31
3.2.2	Partisipan	32
3.3	Tempat dan Waktu Kegiatan.....	32
3.3.1	Tempat	32
3.3.2	Waktu	32
3.4	Sarana dan Prasarana	32
3.4.1	Media	32
3.4.2	Ruangan	33
3.4.3	Portofolio Kepatuhan Konsumsi Teh Herbal Kelor.....	33
3.4.4	Kuesioner <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	33
3.5	Prosedur Kegiatan	36
3.5.1	Persiapan.....	37
3.5.2	Pelaksanaan	37
3.5.3	Evaluasi	38
BAB IV HASIL KEGIATAN		39
4.1	Hasil Pengkajian	39
4.1.1	Hasil Pengkajian	39
4.1.2	Analisis Situasi dan Permasalahan	40
4.1.3	Perencanaan	42
4.1.4	Pelaksanaan	42
4.2	Karakteristik Demografi Guru dan Karyawan SDIT Cahaya Ummat..	43
4.3	Gambaran Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi	45
4.3.1	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi	45
4.4	Gambaran Tingkat Sikap Sebelum dan Setelah Edukasi.....	47
4.4.1	Distribusi Frekuensi Sikap Sebelum dan Setelah Edukasi	47
4.5	Gambaran Tingkat Perilaku Sebelum dan Setelah Edukasi.....	51

4.5.1	Distribusi Frekuensi Tingkat Perilaku Sebelum dan Setelah Edukasi..	51
4.5.2	Persebaran Data Tiap Pernyataan Kuesioner Perilaku	52
BAB V PEMBAHASAN		56
5.1	Analisis	56
5.1.2	Edukasi Kesehatan mengenai Penanganan Hipertensi melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor dalam Meningkatkan Sikap Partisipan	58
5.1.3	Edukasi Kesehatan mengenai Penanganan Hipertensi melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor dalam Meningkatkan Perilaku Partisipan	59
5.1.4	Edukasi Kesehatan mengenai Penanganan Hipertensi melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor dalam Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Teh Herbal Kelor pada Partisipan.....	61
5.2	Dukungan Pelaksanaan <i>Project</i>	62
5.3	Hambatan dan Keterbatasan Pelaksanaan Project	63
5.4	Keberlanjutan Project	64
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		65
6.1	Kesimpulan.....	65
6.2	Saran	66
DAFTAR PUSTAKA		68
LAMPIRAN.....		xvii

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.	Klasifikasi Tekanan Darah menurut Pedoman ACC/AHA	8
2.	Klasifikasi Tekanan Darah menurut Pedoman ESC	9
3.	Kandungan dan Manfaat Bagian Tanaman Kelor	14
4.	Kategori Pemanfaatan Tanaman Kelor	15
5.	Pemanfaatan Tanaman Kelor dalam Pengobatan	16
6.	Karakteristik Demografi Guru dan Karyawan SDIT Cahaya Ummat	43
7.	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi	45
8.	Persebaran Data Tiap Pernyataan Kuesioner Pengetahuan	46
9.	Distribusi Frekuensi Tingkat Sikap Sebelum dan Setelah Edukasi	47
10.	Persebaran Data Tiap Pernyataan Kuesioner Sikap	48
11.	Distribusi Frekuensi Tingkat Perilaku Sebelum dan Setelah Edukasi	51
12.	Persebaran Data Tiap Pernyataan Kuesioner Perilaku	52
13.	Tingkat Kepatuhan Konsumsi Teh Herbal Kelor	55

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1.	Kerangka Kerja <i>Project</i>	30
2.	Prosedur Kegiatan	36

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	Surat Izin Melaksanakan <i>Project</i> Tugas Akhir	xvi
2.	Kuesioner <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	xvii
3.	Lembar Konsultasi	xxiii
4.	Catatan Hasil Konsultasi	xxvii
5.	<i>Power Point</i> Edukasi	xxxii
6.	Leaflet Edukasi	xxxiii
7.	Portofolio Kepatuhan Konsumsi Teh Herbal Daun Kelor	xxxiv
8.	<i>Rundown</i> Edukasi	xxxv
9.	Uji Validitas dan Reliabilitas	xxxvi
10.	Bukti Turnitin Analisis Plagiarisme	xiv
11.	Dokumentasi Kegiatan	xiv

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Keedokteran
Universitas Diponegoro
Juni, 2026

ABSTRAK

Khalisah Iralistya

**Edukasi Kesehatan Berbasis Pemanfaatan Tanaman Herbal Kelor sebagai Upaya Penanganan Hipertensi di SDIT Cahaya Ummat
xv + 73 Halaman + 13 Tabel + 2 Gambar + 11 Lampiran**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang memiliki prevalensi tinggi dan berisiko menyebabkan berbagai komplikasi serius. Selain pengobatan farmakologis, hipertensi dapat ditangani melalui upaya nonfarmakologis dengan memanfaatkan tanaman herbal kelor. Namun, pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat mengenai penanganan hipertensi melalui pemanfaatan tanaman herbal kelor perlu ditingkatkan melalui edukasi kesehatan. *Project* ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, dan tingkat kepatuhan guru dan karyawan SDIT Cahaya Ummat mengenai penanganan hipertensi melalui pemanfaatan tanaman herbal kelor. *Project* menggunakan desain *pre-test* dan *post-test* yang dilaksanakan pada 30 guru dan karyawan SDIT Cahaya Ummat dengan disertai pemaparan materi edukasi kesehatan berupa definisi, faktor risiko, komplikasi, upaya pengendalian hipertensi, efek samping konsumsi olahan tanaman herbal kelor, serta proses pengolahan tanaman herbal kelor. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan kategori baik dari 73,33% menjadi 86,67%, peningkatan sikap positif dari 46,67% menjadi 83,33%, dan peningkatan perilaku positif dari 3,33% menjadi 80%. Selain itu, tingkat kepatuhan konsumsi teh herbal kelor menunjukkan bahwa 73,33% partisipan berada dalam kategori patuh. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan berbasis pemanfaatan tanaman herbal kelor mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku guru dan karyawan SDIT Cahaya Ummat mengenai upaya penanganan hipertensi. Edukasi kesehatan juga mampu meningkatkan kepatuhan partisipan dalam mengonsumsi teh herbal kelor sebagai salah satu upaya pendukung pengendalian hipertensi. Edukasi kesehatan diharapkan dapat berlanjut dengan mempertimbangkan metode edukasi yang lebih inovatif.

Kata Kunci: *edukasi kesehatan, hipertensi, tanaman herbal kelor*
Referensi: 77 (2012-2025)

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
June, 2026

ABSTRACT

Khalisah Iralistya

Health Education Based on the Use of Moringa Herbal Plants as an Effort to Manage Hypertension at SDIT Cahaya Ummat

xvi + 73 Pages + 13 Tables + 2 Pictures + 11 Attachments

Hypertension is one of the most prevalent non-communicable diseases and poses a significant risk of causing various serious complications. In addition to pharmacological treatment, hypertension can be managed through non-pharmacological approaches, including the utilization of Moringa oleifera as herbal remedy. However, public knowledge, attitudes, and behaviors regarding hypertension management through the use of Moringa oleifera need to be improved through health education. This project aimed to enhance the knowledge, attitudes, behaviors, and adherence levels of teachers and staff at SDIT Cahaya Ummat regarding hypertension management through the utilization of Moringa oleifera. The project employed a pre-test and post-test design involving 30 teachers and staff members of SDIT Cahaya Ummat. The intervention included health education sessions covering the definition of hypertension, risk factors, complications, hypertension control strategies, potential side effects of consuming Moringa oleifera products, and methods of processing Moringa oleifera. The results showed an increase in the proportion of participants with good knowledge from 73,33% to 86,67%, positive attitudes from 46,67% to 83,33%, and positive behaviors from 3,33% to 80%. In addition, adherence to consuming moringa herbal tea indicated that 73,33% of participants were categorized as adherent. Therefore, it can be concluded that health education based on the utilization of Moringa oleifera effectively improved the knowledge, attitudes, and behaviors of teachers and staff at SDIT Cahaya Ummat regarding hypertension management. Health education also enhanced participants' adherence to consuming moringa herbal tea as complementary strategy for hypertension control. Future health education programs are expected to continue by incorporating more innovative educational methods.

Keywords: health education, hypertension, Moringa oleifera

References: 77 (2012-2025)