



## **PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN ALPUKAT TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ANDALAS KOTA PADANG TAHUN 2018**

**Siti Aisyah Nur<sup>1</sup>, Siska Sakti Anggraini<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>STIKES SYEDZA SAINTIKA

(email :Sitiaisyahnurn703@gmail.com 082390631346)

### **ABSTRAK**

Penyakit hipertensi tahun demi tahun terus mengalami peningkatan, di Indonesia hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberculosis. Tingginya angka penderita hipertensi ini karena penduduknya mempunyai kebiasaan merokok yang telah menjadi budaya. Selain itu kebiasaan pola makanan yang tidak seimbang serta cenderung mengonsumsi lemak yang tinggi. Penelitian ini menggunakan rancangan Quasi Experiment dengan rancangan Non Equivalent Control Group. Tujuan Penelitian ini adalah diketahui adanya pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat dilakukan perlakuan eksperimen dengan cara membandingkan antara kelompok eksperimen yang menerima perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 302 orang dan pengambilan sampel dilakukan dengan teknik Quota Sampling yang berjumlah sebanyak 20 responden., yaitu 10 responden. kelompok eksperimen dan 10 kelompok kontrol, dimana drop out sebanyak 5 responden. Berdasarkan hasil di peroleh rata – rata tekanan darah responden sebelum dilakukan pemberian air rebusan daun alpukat pada kelompok eksperimen tekanan darah sistole adalah 156,00 mmHg, Untuk tekanan darah diastole adalah 92,00 mmHg , diperoleh rata – rata tekanan darah sesudah pemberian air rebusan daun alpukat pada kelompok eksperimen, untuk tekanan darah sistole adalah 133,00 mmHg untuk tekanan darah systole adalah 133,00 mmHg dan rata – rata tekanan darah diastole adalah 83,00 mmHg, pada kelompok eksperimen sebelum pemberian air rebusan daun alpukat di dapatkan tekanan darah systole dengan nilai p value sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) dan tekanan darah diastole dengan nilai p value sebesar 0,03 yang berarti ( $p < 0,05$ ). terdapat pengaruh sesudah pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Kepada responden hendaknya dapat terus melanjutkan pemberian air rebusan daun alpukat ini dan tetap juga mengonsumsi obat hipertensi sebagai pengobatan medisnya.

**Kata kunci: Pengaruh pemberian ; Penurunan tekanan darah; Hipertensi.**

### **ABSTRACT**

*Hypertension continues to increase year after year, in Indonesia hypertension is the third leading cause of death after stroke and tuberculosis. The high number of hypertension participants is because the population has a smoking habit which has become a culture. In addition, the habit of eating patterns is not balanced and tends to consume high fat. This research uses a Quasi Experiment design with a Non Equivalent Control Group design. The purpose of this study was to determine the effect of giving avocado leaf boiled water on reducing blood pressure in patients with hypertension. To determine the effect of giving avocado leaf boiled water, an experimental treatment was carried out by comparing the experimental group that received the treatment with the control group who did not receive the treatment. The population in this study were 302 people and the sampling was done by using the Quota Sampling technique, amounting to 20 respondents, namely 10 respondents. the experimental group and 10 control groups, where the drop out was 5 respondents. Based on the results obtained, the average blood pressure of respondents before giving avocado leaf boiled*



water in the experimental group systolic blood pressure was 156.00 mmHg, for diastolic blood pressure was 92.00 mmHg, the average blood pressure was obtained after giving avocado leaf boiled water. In the experimental group, blood pressure for systole was 133.00 mmHg, for systole blood pressure was 133.00 mmHg and the average diastolic blood pressure was 83.00 mmHg, in the experimental group before giving boiled water avocado leaves, systole blood pressure was obtained with a p value of 0.001 ( $p < 0.05$ ) and diastolic blood pressure with a p value of 0.03 which means ( $p < 0.05$ ). There is an effect after giving avocado leaf boiled water on reducing blood pressure in people with hypertension. Respondents should be able to continue giving this avocado leaf boiled water and still consume hypertension medication as a medical treatment.

**Key words:** *Effect of administration; Lowering blood pressure; Hypertension*

## PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi tahun demi tahun terus mengalami peningkatan dimana sebanyak 1 milyar orang didunia atau 1 dari 4 orang dewasa menderita penyakit ini, bahkan diperkirakan jumlah hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 milyar menjelang tahun 2025.

Kurang lebih 10-30% penduduk dewasa di hampir semua negara mengalami penyakit hipertensi dan sekitar 50-60% penduduk dewasa dapat dikategorikan sebagai mayoritas utama yang status kesehatannya akan menjadi lebih baik bila dapat dikontrol tekanan darahnya (Adib(2009)dalam Ramadi,2012).

Menurut data World health organizaion atau( WHO) (2015), persentase dari populasi yang berumur dari 18 tahun keatas pada tahun 2014 yang mengalami peningkatan tekanan darah (tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg ) yaitu 24,0 % pada laki – laki 20,5% pada wanita. Kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi sebanyak 46%. Sementara kawasan Amerika sebanyak 35%, 36% terjadi pada orang dewasa menderita hipertensi (Candra, 2013).

Data profil dinas kesehatan Sumatera Barat tahun 2016 hipertensi merupakan peringkat 2 dari 10 penyakit terbanyak dikota Padang Sumatera Barat.

Pada tahun 2015 penderita hipertensi ditemukan sebanyak 44.254 dan di tahun 2016 berjumlah 7,880 orang. Data Puskesmas Andalas Kota Padang pada bulan Maret tahun 2018 penderita hipertensi berjumlah 302 orang. Tingginya angka penderita hipertensi ini karena penduduknya

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar Indonesia (Riskesdas 2013) di Indonesia, hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni 6,7% dari populasi kematian pada semua umur, dimana prevalensi hipertensi secara nasional mencapai 31,7%. Hasil survei kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 menunjukkan bahwa 8,3% penduduk menderita hipertensi dan pada tahun 2013 mengalami peningkatan menjadi 27,5%( Kemenkes,2014). Mempunyai kebiasaan merokok yang telah menjadi budaya. Selain itu kebiasaan pola makanan yang tidak seimbang serta cenderung mengonsumsi lemak yang tinggi.

Penggunaan obat tradisional untuk hipertensi dewasa ini semakin banyak diminati sebagai terapi non-farmakologi untuk mendampingi diet hipertensi (DASH). Salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat digunakan adalah rebusan daun alpukat. Daun alpukat (*Persea Americana Mill*) adalah salah satu tanaman yang dapat



dimanfaatkan untuk menurunkan tekanan darah (Nessbit, dkk 2010).

Daun alpukat mengandung zat alkaloid, Flavonoid, sterol, saponin . Alkaloid dalam daun avokad berkhasiat sebagai diuretik. Diuretik adalah senyawa yang dapat menambah kecepatan pembentukan urine, fungsi utama deuretik adalah untuk memobilisasi cairan edema yang berarti mengubah keseimbangan cairan sedemikian rupa sehingga volume cairan ekstra sel kembali menjadi normal (Paramawati & Dumilah,2016).

Keamanan terapi herbal air rebusan daun alpukat (*Persea Americana Mill*) telah diuji oleh balai obat tradisional (BATTRA) DKI Jakarta, Yogyakarta dan Surabaya pada tahun 2013. Hasil pengujian menunjukkan bahwa terapi air rebusan daun alpukat dapat digunakan sebagai pengobatan hipertensi pada pasien tanpa alergi lateks (Santoso dan Suharjo, 2013).

Hasil penelitian Faridah (2014) di Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan tentang pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat (*Persea Americana Mill*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, menunjukkan secara keseluruhan ada hubungan yang bermakna antara sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun alpukat. Pada data pre dan post intervensi didapatkan penurunan tekanan darah dari tinggi ke sedang ke darah tinggi ringan dari darah tinggi ringan ke normal, ada perbedaan signifikan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun alpukat (*Persea Americana mill*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Penelitian lain yang dilakukan Susilawati dkk (2015) di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Selatan tentang

pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat (*Persea Americana Mill*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi, juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun alpukat. Hasil penelitian Kuncara(2016) menunjukkan adanya perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan pada pasien hipertensi dari kelompok eksperimen setelah pemberian terapi rebusan daun alpukat. Berdasarkan Survey awal yang dilakukan peneliti di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang pada tanggal 5 Januari 2018, di dapatkan 7 orang yang dilakukan pemeriksaan tekanan darah memiliki tekanan darah di atas > 140/90 mmHg berarti mengalami hipertensi, dari 7 orang pasien hipertensi diketahui 2 orang diantaranya mengatakan pernah meminum air rebusan daun alpukat dan herbal lainnya seperti mentimun dan labu siam untuk menurunkan tekanan darahnya dan 5 orang lainnya mengatakan tidak pernah meminum herbal – herbal untuk menurunkan tekanan darahnya , hanya meminum obat – obatan dari puskesmas saja.

Adapun tujuan penelitian ini adalah diketahui adanya pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2018. Tujuan Khusus dalam penelitian ini adalah:

a) Diketahui rata- rata tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun alpukat (*Persea Americana Mill*) pada kelompok eksperimen di wilayah kerja Puskesmas Andalas. b) Diketahui rata – rata tekanan darah sistolik dan diastolik penderita



hipertensi pada kelompok kontrol di wilayah Kerja Puskesmas Andalas.

c) Diketahui pengaruh air rebusan daun alpukat (*Persea Americana Mill*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Andalas.

### **BAHAN DAN METODE**

Desain penelitian ini menggunakan rancangan Quasi Experiment dengan rancangan Non Equivalent Control Group. Populasi dalam penelitian adalah seluruh penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang berjumlah 302 responden. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 responden, yaitu 10 responden kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok control.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Quasi Experiment dengan rancangan Non Equivalent Control Group. Penelitian dilakukan pada bulan pada tanggal 20 Agustus s/d 29 Agustus Tahun 2018. Dengan alat penelitian menggunakan Alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat pengukuran tekanan darah (Sphygmomanometer), stetoskop, daun alpukat, lembar hasil meramu daun alpukat menjadi sebuah minuman, dan lembar pencatatan hasil dari pengukuran tekanan darah. Data yang dianalisis menggunakan uji uji T- test independen.

### **HASIL**

Penelitian dilakukan pada tanggal 20 Agustus s/d 29 Agustus Tahun 2018. Di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang. Hasil penelitian secara univariat didapatkan bahwa hasil pengukuran tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun alpukat

tekanan darah sistole adalah 156,00 mmHg, standar deviasi 11,738 mmHg dan nilai minimum/ maksimum 140 mmHg/ 170 mmHg. Untuk tekanan darah diastole adalah 92,00 mmHg, Standar deviasi 10,328 mmHg, dan nilai minimum/ maksimum 80 mmHg/ 110 mmHg. Rata – rata tekanan darah sesudah pemberian air rebusan daun alpukat pada kelompok eksperimen, untuk tekan darah sistole adalah 133,00 mmHg, Standar deviasi 10,593 mmHg, nilai minimum/ maksimum 120 mmHg/ 150 mmHg, dan rata – rata tekanan darah diastole adalah 83,00 mmHg, Standar deviasi 9,487 mmHg, nilai minimum/ maksimum 70 mmHg/ 100 mmHg. Rata tekanan darah sebelum pada kelompok kontrol, pada tekanan darah sistole adalah 155,00 mmHg, Standar deviasi 10,801 mmHg, dan nilai minimum/ maksimum 140 mmHg/ 170 mmHg. Sedangkan tekanan darah diastole sebelum pada kelompok kontrol, Mean adalah 93,00 mmHg, Standar deviasi 9,487 mmHg, dan nilai minimum/ maksimum 80 mmHg / 110 mmHg. Sedangkan rata – rata tekanan darah sesudah pada kelompok kontrol, untuk tekanan darah sistole adalah 152,00 mmHg, Standar deviasi 10,328 mmHg, dan nilai minimum/ maksimum 140 / 170. Sedangkan tekanan darah diastole sebelum pada kelompok kontrol, Mean adalah 93,00 mmHg, Standar deviasi 9,487 mmHg, dan nilai minimum/ maksimum 80 mmHg / 110 mmHg. Sedangkan rata – rata tekanan darah sesudah pada kelompok kontrol, untuk tekanan darah sistole adalah 152,00 mmHg, Standar deviasi 10,328 mmHg, dan nilai minimum/ maksimum 140 / 170 mmHg, dan rata – rata tekanan darah diastole adalah 93,00 mmHg, Standar deviasi 9,487 mmHg, nilai minimum/ maksimum 80/ 110



mmHg, 95% CI 86,21 – 99,79 mmHg. Analisa bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh air rebusan daun alpukat (*Persea Americana Mill*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dari hasil uji statistik dengan uji independen t-test pada kelompok eksperimen sebelum pemberian air rebusan daun alpukat di dapatkan tekanan darah systole dengan nilai p value sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) dan tekanan darah diastole dengan nilai p value sebesar 0,03 yang berarti ( $p < 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  diterima yaitu terdapat pengaruh sesudah pemberian air rebusan daun alpukat.

## PEMBAHASAN

Peneliti menemukan hasil bahwa tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian air rebusan daun alpukat pada kelompok eksperimen dengan nilai rata – rata 156/ 92 mmHg dan tekanan darah terendah 140/ 80 mmHg dan tertinggi 170/110 mmHg Sedangkan rata – rata tekanan darah sesudah pemberian air rebusan daun alpukat pada kelompok eksperimen adalah 133 / 83 mmHg dan tekanan darah terendah 120/ 70 mmHg da tertinggi 150/ 100 mmHg.

Pengaruh air rebusan daun alpukat

(*Persea Americana Mill*) terhadap penurunan tekanan darah pada kelompok eksperimen adalah 156/92 mmHg sedangkan tekanan darah sesudah diberikan air rebusan daun alpukat menjadi 133/83 mmHg. Setelah di uji dengan statistik T- Test Independent didapatkan nilai sistole  $p=0,001$ , tekanan darah diastole nilai p value = 0,03 berarti,  $p < 0,05$ .

Analisa peneliti bahwa pengukuran tekanan darah pada kelompok eksperimen dan kontrol rata –

rata mengalami penurunan hal ini dapat terlihat dari Pada saat observasi kelompok eksperimen dan kontrol di dapatkan dari 20 orang penderita diketahui bahwa 100 % penderita berumur  $>40$  tahun.

Menurut asumsi peneliti terapi farmakologi akan lebih efektif jika diiringi dengan perubahan gaya hidup, kurangi konsumsi garam berlebih, kurangi stres berlebihan, olahraga, tidak mengkonsumsi alkohol dan rokok karena zat kimia dalam tembakau dapat merusak lapisan dalam dinding arteri lebih rentan terhadap penumpukan plak serta nikotin dalam tembakau dapat membuat jantung bekerja lebih keras karena terjadi penyempitan pembuluh darah selain itu meningkatkan frekuensi denyut jantung serta meningkatkan tekanan darah dan penggunaan terapi non farmakologi seperti penggunaan air rebusan daun alpukat yang dapat menurunkan tekanan darah.

Penelitian yang dilakukan oleh Camalia dkk, (2017) tentang pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara, ditemukan adapengaruh air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi dengan nilai  $p=0,001$  yang berarti lebih kecil dari ( $p=0,05$ ).

Hipertensi merupakan penyakit yang timbul akibat adanya interaksi berbagai faktor resiko yang dimiliki seseorang. Faktor pemicu hipertensi dibedakan menjadi yang tidak dapat dikontrol seperti riwayat keluarga, jenis kelamin, dan umur. Faktor yang dapat dikontrol seperti obesitas, kurangnya aktivitas fisik, perilaku merokok, pola makan yang mengandung natrium dan



lemak jenuh( Susilo dan Ari,2011). Hal ini sejalan dengan penelitian Faridah (2014), tentang rebusan daun alpukat (*Persea Americana Mill*) dapat menurunkan tekanan darah sistole dan diastole pada penderita hipertensi usia 45- 59 Tahun Di Desa Turi Kec. Turi Lamongan, didapatkan nilai rata – rata tekanan darah sebelum 140/90 mmHg – 200/ 119 mmHg, dan setelah diberikan 120/70 mmHg – 179/100 mmHg. Daun alpukat mengandung senyawa flavonoid yang dapat bersifat vasodilator sehingga melapangkan pembuluh darah yang berdampak kepada berkurangnya tekanan darah (Dafriani, 2016)

Daun alpukat dapat digunakan sebagai herbal pendamping obat bagi pasien hipertensi. Petugas kesehatan dapat memberikan penyuluhan kepada pasien hipertensi tentang perawatan hipertensi dan pemanfaatan herbal di sekitar lingkungan dalam penatalaksanaan hipertensi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association (AHA). 2011. *Hearth International Cardiovascular Disease Statistic*.
- Camalia, dkk. 2017. Pengaruh Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara
- Dinas Kesehatan Kota Padang. 2016. *10 Penyakit Terbesar di Dinas Kesehatan Kota Padang*. Kota Padang
- Dafriani, P. (2016). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzigium Polyanthum Wight Walp*) Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Sungai Bungkal, Kerinci 2016. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 7(2).
- Faridah, Virggianti N. 2014. Rebusan Daun Alpukat (*Persea Americana Mill*) Dapat Menurunkan Tekanan Darah Sistole Dan Diastol Pada Penderita Hipertensi Usia 45- 59 Tahun Di Desa Turi Kecamatan Turi Lamongan
- Hariana, Arief. 2009. *Tumbuhan Obat Dan Khasiatnya*. Jakarta : Penebar Swadaya
- Hidayat A. 2008. *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Edisi 2. Jakarta : Selemba Medika
- Junaedi, Dkk. 2013. *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta : Fmedia
- Kuncara, Pamungkas. 2016. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Banguntapan Bantul.
- Margowati, dkk. 2016. Efektifitas Penggunaan Air Rebusan Daun Alpukat Dengan Rebusan Daun Salam Dalam Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Srumbung
- Notoatmodjo S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2007. *Kosep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Selemba Medika
- Paramawati & Dumilah. 2016. *Khasiat Ajaib Daun Avokad*. Jakarta : Penebar Swadaya
- Puskesmas Andalas Kota Padang. 2017. *10 Penyakit Terbesar Di Puskesmas Andalas Kota Padang*. Kota Padang
- RISKESDAS. 2013. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*. Kementerian Kesehatan : RI



- Rohmah, N. 2012. Pengaruh Seduhan Daun Alpukat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Dusun Jetak Mutihan Gantiwarno Klaten. *Skripsi Dipublikasikan*, STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta.
- Santoso, S. 2013. Obat tradisional untuk penyakit tekanan darah dari pengobatan tradisional (BATTRA) DI DKI Jakarta, Di Yogyakarta dan Surabaya. *Media Litbang Kesehatan* 13 (1): 6-18
- Sari, Yanita Nur Indah. 2017. *Berdamai dengan hipertensi*. Jakarta : Bumi Medika
- Setiawan, Andi. 2014. Pengaruh Seduhan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Di Desa Sedati Kecamatan Ngoro Kabupaten Mojokerto.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikans*. Bandung : Alfabeta
- Supranto, J. 2007. Teknik Sampling Untuk Survey & Eksperimen. Jakarta : Rineka Cipta
- Susilawati, dkk. 2015. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat (*Persea Americana Mill*) Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Selatan
- Susilo & Wulandari. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta : Andi
- Tim Bumi Medika. 2017. *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta : Bumi Medika
- Wijaya & Putri. 2013. *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta : Nuha Medika
- World Health Organization. 2015. *Global Health Indicators*. Part II. Diakses dari [http:// who.int](http://who.int)