



PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN SIRSAK TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTO BARU KOTA SUNGAI PENUH

THE EFFECT OF SOURSOP LEAF BOILED WATER ON BLOOD PRESSURE IN ELDERLY HYPERTENSION PATIENTS IN THE KOTO BARU HEALTH CENTER WORK AREA SUNGAI PENUH CITY

**Siska Sakti Angraini^{1*}, Honesty Diana Morika², Rahma Kurnia Ilahi³, Ade
Nurhasanah Amir⁴, Silvie Permata Sari⁵**
Universitas Syedza Saintika Padang

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang banyak dialami oleh lansia dan dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti stroke, gagal jantung, serta penyakit ginjal kronis. Berdasarkan data WHO, prevalensi hipertensi pada lansia di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya, dengan angka kejadian tertinggi pada kelompok usia di atas 60 tahun. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah adalah pemberian air rebusan daun sirsak, yang mengandung senyawa aktif seperti acetogenins, alkaloid, dan flavonoid yang berfungsi sebagai vasodilator alami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun sirsak terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Baru Kota Sungai Penuh. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik Paired T-Test. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi lansia berusia lebih dari 60 tahun dengan jumlah sampel sebanyak 16 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum intervensi adalah 170,63 mmHg dan setelah intervensi menurun menjadi 146,81 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik sebelum intervensi adalah 101,13 mmHg dan setelah intervensi menurun menjadi 89,00 mmHg. Hasil uji statistik menunjukkan adanya pengaruh signifikan pemberian air rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p \leq 0,05$). Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis bagi lansia dan keluarga dalam membantu menurunkan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Baru Kota Sungai Penuh.

Kata kunci: Air Rebusan daun sirsak, tekanan darah, hipertensi, lansias

ABSTRACT

Hypertension is one of the degenerative diseases commonly experienced by the elderly and can increase the risk of complications such as stroke, heart failure, and chronic kidney disease. According to WHO data, the prevalence of hypertension among the elderly in Indonesia continues to increase every year, with the highest incidence found in individuals over 60 years of age. One non-pharmacological therapy that can help reduce blood pressure is the administration of soursop leaf decoction, which contains active compounds such as acetogenins, alkaloids, and flavonoids that function as natural vasodilators. This study aimed to determine the effect of soursop leaf decoction on blood pressure among elderly patients with hypertension in the working area of Koto Baru Public Health Center, Sungai Penuh City. Data analysis was performed using univariate and bivariate analyses with the Paired T-Test statistical method. The population in this study consisted of elderly patients aged over 60 years with a total sample of 16 respondents. The results showed that the average systolic blood pressure before the intervention was



170.63 mmHg and decreased to 146.81 mmHg after the intervention. The average diastolic blood pressure before the intervention was 101.13 mmHg and decreased to 89.00 mmHg after the intervention. Statistical test results indicated a significant effect of soursop leaf decoction on the reduction of blood pressure, with a p -value = 0.000 ($p \leq 0.05$). The results of this study are expected to serve as an alternative non-pharmacological therapy for the elderly and their families in helping to lower blood pressure in the working area of Koto Baru Public Health Center, Sungai Penuh City.

Keywords: Soursop leaf decoction, blood pressure, hypertension, elderly

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak dialami oleh lanjut usia (lansia) dan menjadi masalah kesehatan utama di seluruh dunia. Hipertensi ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara persisten di atas batas normal, yaitu tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg (Kemenkes RI, 2020). Kondisi ini dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, penyakit ginjal kronis, dan gangguan pembuluh darah perifer apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat (Wulandari, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO, 2021), hipertensi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia, dengan prevalensi mencapai sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun. Dari jumlah tersebut, sekitar dua pertiga kasus terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah, termasuk Indonesia. Data Riskesdas (2023) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya. Pada kelompok usia lanjut (>60 tahun), angka kejadian hipertensi mencapai lebih dari 63%. Di Provinsi Jambi, hipertensi termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak yang diderita oleh masyarakat, terutama pada kelompok lansia.

Penyakit hipertensi termasuk dalam 10 penyakit terbesar di kota sungai penuh dengan menempati urutan ke-3 dalam tiga tahun

terakhir. Pada tahun 2021, tercatat 1.826 kasus hipertensi atau 13,49%. Pada tahun 2022, tercatat 2.323 kasus atau 15,72%. Pada tahun 2023, tercatat 2.285 kasus hipertensi atau 16,25%, dengan kejadian tertinggi terdapat di Puskesmas Desa Gedang dengan 585 kejadian dan kejadian terendah terdapat di Puskesmas Tanjung dengan 22 kejadian, sementara Puskesmas Koto Baru berada di urutan kedua daftar kejadian hipertensi di Kota Sungai Penuh dengan 575 kejadian.

Data pasien hipertensi Puskesmas Koto Baru pada tahun 2021, berjumlah 530 kunjungan pasien dengan rincian 280 jumlah pasien laki-laki dan 280 jumlah pasien perempuan. Pada tahun 2022 terdapat lonjakan jumlah kunjungan pasien hipertensi dengan jumlah 595 kunjungan pasien dengan rincian 310 jumlah pasien laki-laki dan 285 jumlah pasien perempuan. Pada tahun 2023, terdapat penurunan jumlah kunjungan pasien ke puskesmas dengan jumlah 575 kunjungan pasien hipertensi dengan rincian 300 jumlah pasien laki-laki dan 275 jumlah pasien perempuan.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Sungai Penuh tahun 2023, jumlah penderita hipertensi lansia di wilayah kerja Puskesmas Koto Baru terus mengalami peningkatan. Banyak di antara mereka yang menjalani pengobatan secara rutin, namun masih mengalami tekanan darah tinggi meskipun telah menggunakan obat antihipertensi. Hal ini menunjukkan perlunya alternatif terapi



pendukung nonfarmakologis yang dapat membantu menurunkan tekanan darah tanpa menimbulkan efek samping jangka panjang.

Salah satu terapi non farmakologis digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah adalah pemberian air rebusan daun sirsak (*Annona muricata* L.). Daun sirsak mengandung berbagai senyawa aktif seperti acetogenins, alkaloid, flavonoid, dan tanin yang memiliki efek vasodilator, antioksidan dan diuretik alami (Yuliani, 2020). Kandungan flavonoid pada daun sirsak berfungsi untuk melancarkan peredaran darah dan menurunkan tekanan darah dengan cara melebarkan pembuluh darah serta meningkatkan elastisitas dinding arteri (Putri & Astuti, 2021). Selain itu, efek diuretik dari senyawa alkaloid dapat membantu mengeluarkan kelebihan natrium dan air dari tubuh, yang juga berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah (Rahmawati, 2022).

Penggunaan bahan herbal seperti daun sirsak dianggap lebih aman dan terjangkau dibandingkan terapi farmakologis jangka panjang yang dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan fungsi ginjal, gangguan elektrolit, dan hipotensi berat (Handayani, 2021). Dengan demikian, pemberian air rebusan daun sirsak dapat menjadi salah satu upaya nonfarmakologis yang efektif, alami, dan mudah diterapkan oleh lansia di rumah.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Quasi eksperimen (quasi experiment) dengan rancangan one group pretest-posttest design yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun sirsak terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi lansia. Desain ini digunakan untuk membandingkan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian

air rebusan daun sirsak pada kelompok intervensi.

Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Baru Kota Sungai Penuh. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang menderita hipertensi dan menjalani rawat jalan di wilayah kerja Puskesmas Koto Baru Kota Sungai Penuh. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 16 responden. Pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu lansia berusia 60 tahun ke atas yang didiagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan, bersedia menjadi responden, tidak sedang mengonsumsi obat herbal lain yang dapat memengaruhi tekanan darah, serta memiliki tekanan darah dalam kategori hipertensi ringan sampai sedang. Sedangkan kriteria eksklusi adalah lansia dengan riwayat penyakit ginjal kronik, diabetes melitus, atau gagal jantung, serta responden yang tidak mengikuti intervensi secara lengkap.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian air rebusan daun sirsak, sedangkan variabel dependen adalah tekanan darah pada pasien hipertensi lansia. Air rebusan daun sirsak yang diberikan merupakan hasil perebusan 10 lembar daun sirsak segar dalam 400 ml air hingga tersisa sekitar 200 ml, dan diberikan dua kali sehari, pagi dan sore, selama tujuh hari berturut-turut. Pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan tensimeter digital yang telah dikalibrasi, setelah responden duduk tenang selama lima menit. Pengukuran tekanan darah dilakukan dua kali, yaitu sebelum pemberian intervensi (pretest) dan sesudah intervensi (posttest).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi tekanan darah dan alat ukur tensimeter digital. Data yang



terkumpul kemudian dianalisis menggunakan dua tahap analisis, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji Paired Sample T-Test untuk mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah

intervensi pada masing-masing kelompok, serta uji Independent T-Test. Hasil dianggap bermakna secara statistik apabila diperoleh nilai $p\text{-value} < 0,05$, yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan pemberian air rebusan daun sirsak terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi lansia.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan menunjukkan bahwa rata rata tekanan darah sistolik responden (pretest) mean 170,63 mmHg standar deviasi 6,722mmHg. Tekanan darah sistolik tertinggi adalah 180 mmHg dan terendah 160 mmHg dan

rata rata tekanan darah diastolik responden (pretest) mean 101,13 mmHg dengan standar deviasi 8,115 mmHg. Tekanan darah diastolik pasien tertinggi adalah 110 mmHg. Dan terendah 90 mmHg.

Tabel 1
Rata-rata Tekanan darah pada Pesein Hipertensi lansia Sebelum Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak

Pre test	N	min	max	Mean	Standar deviasi
Sistolik pretest	16	160	180	170,63	6,722
Diastolik pretest	16	90	110	101,13	8,115

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata rata tekanan darah sistolik responden (posttest) 146,81 mmHg dengan standar deviasi 6,156 mmHg. Tekanan darah sistolik pasien tertinggi adalah 160 mmHg dan terendah 140 mmHg dan rata rata tekanan darah diastolik responden

(posttest) 89,00 mmHg dengan standard deviasi 5,112 mmHg. Tekanan darah diastolik pasien tertinggi adalah 100 mmHg dan terendah 90 mmHg.

Tabel 2
Rata-rata Tekanan darah pada Pesein Hipertensi lansia Sesudah Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak

Post test	N	Min	Max	Mean	Standar deviasi
Sistolik posttest	16	140	160	146,81	6,156
Distolik posttest	16	90	100	89,00	5,112

Tabel 3 menunjukkan bahwa perbedaan rata rata tekanan darah sistolik pretest penderita hipertensi mean 170,63, dengan standar deviasi 6,722. Sistolik posttest mean 146,81 dengan standar deviasi 6,156, distolik pretest mean 101,13, dengan standar deviasi 8,115, dan distolik post test mean 89,00, dengan standar

deviasi 5,112. Hasil uji statistik di dapatkan tekanan darah sistolik p Value 0,005. dan tekanan darah diastolik p Value 0,002 berarti ada perbedaan antara tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi pre-post diberikan air rebusan daun sirsak.

Tabel 3.
Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak Terhadap Tekanan Darah Sistolik Dan Distolik Sebelum Dan Sesudah Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak

Tekanan darah sistolik distolik pretest-posttest	Min-maks	Mean	Standar deviasi (SD)	P Value
Sistolik pre test	160-180	170,63	6,722	0,005
Sistolik post test	140-160	146,81	6,156	
Distolik pre test	90-110	101,13	8,115	0,002
Distolik post test	90-100	89,00	5,112	

PEMBAHASAN

Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Distolik Pada Pasien Hipertensi Lansia Sebelum Diberikan Air Rebusan Daun Sirsak

Berdasarkan hasil penelitian pengukuran tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum di berikan air rebusan daun sirsak kepada 16 responden didapatkan bahwa rata rata tekanan darah sistolik pretest responden 170,63 mmHg, dan rata-rata tekanan darah diastolik pretest responden 101,13 mmHg.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Safruddin (2017), tentang "Efektivitas daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Balibo Kabupaten Bulukumba". adalah menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum pemberian air rebusan daun sirsak adalah 162 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum diberikan air rebusan daun sirsak adalah 90 mmHg.

Hipertensi merupakan kelainan yang sulit diketahui oleh tubuh, satu satunya cara untuk mengetahui hipertensi adalah dengan cara mengukur tekanan darah kita secara teratur. Diketahui 9 dari 10 orang yang menderita hipertensi tidak dapat di indentifikasi penyebab penyakit nya. Seseorang baru merasakan dampak yang gawat dari hipertensi ketika telah terjadi komplikasi. itulah sebab nya hipertensi disebut dengan "*silent killer*" atau pembunuh diam diam yang terjadi tanpa gejala, saat gejala timbul, hipertensi sudah menjadi penyakit yang harus diterapi seumur hidup (Junaedi, 2013).

Pada seiring bertambahnya usia pada lansia, hal ini ada pencetus yang dapat beresiko menjadi tekanan darah tinggi meningkat, yang mengakibatkan perubahan struktur darah, seperti perluasan lumen, pengerasan pembuluh darah, berkurangnya fleksibilitas, dan peningkatan tekanan peredaran darah. Hasil

analisa yang terkait tujuan berupa adanya hubungan dengan karakteristik umur terdapat banyak faktor beberapa resiko terjadinya hipertensi diantaranya usia, jenis kelamin, merokok, obesitas, dan keturunan (Tria, 2014).

Menurut asumsi peneliti berdasarkan dari hasil wawancara dengan masyarakat berkaitan kenaikan tekanan darah adalah masyarakat di Kecamatan Koto Baru gemar memakan makanan tinggi kolesterol dan berminyak seperti makanan yang bersantan yaitu gulai-gulai, rendang, nasi uduk, gulai lontong dan gorengan, bergadang, merokok, dan jarang melakukan melakukan olahraga karena tidak ada tim penggerak untuk melaksanakan senam lansia. Masyarakat juga sudah mengetahui khasiat dari daun sirsak tapi tidak melakukan pengobatan menggunakan rebusan daun sirsak untuk hipertensi dengan alasan tidak memiliki pohonnya.

Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Distolik Pada Pasien Hipertensi Lansia Sesudah Diberikan Air Rebusan Daun Sirsak

Berdasarkan hasil penelitian pengukuran tekanan darah sistolik dan diastolik setelah diberikan air rebusan daun sirsak kepada 16 responden didapatkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik posttest responden 146, 81 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik posttest responden 89,00 mmHg.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Juli Andri (2022) tentang “Penggunaan rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi”, peneliti membuktikan rebusan daun sirsak dapat menurunkan tekanan darah penderita pada penderita hipertensi didapatkan nilai rata-rata tekanan darah sistolik setelah pemberian air rebusan daun sirsak adalah 140,13 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik setelah pemberian air rebusan daun sirsak adalah 80,93 mmHg.

Sirsak (*Annona Murica L.*) merupakan tanaman obat tradisional yang digunakan sebagai

terapi hipertensi. Bagian yang digunakan sebagai obat herbal pada sirsak adalah buah, daun, dan biji. Daun sirsak mengandung senyawa flavonoid, tannin, alkaloid, kuinon, polifenolat, dan mineral seperti magnesium, kalsium, dan kalium (Hamdan & Musniati, 2021). Daun sirsak akhir-akhir ini sering digunakan sebagai pengobatan alternative hipertensi. Secara teoritis daun sirsak memiliki antioksidan yang menangkal radikal bebas, sama halnya bahan alami lainnya, antioksidan ini dapat melenturkan dan melebarkan pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah (Joe, 2013). Hipertensi faktor lain yang berpengaruh dan turut menentukan keberhasilan kestabilan tekanan darah adalah perubahan gaya hidup sehat antara lain yaitu olahraga rutin dan mengatur pola makan (Festi, 2018).

Berdasarkan asumsi peneliti benar tekanan darah sistolik dan diastolik mengalami penurunan tekanan darah dengan diberikan air rebusan daun sirsak secara rutin, dibarengi melakukan gaya hidup yang sehat antara lain yaitu seperti menjaga pola makan yang sehat, berolahraga ringan secara rutin seperti jalan santai, menyiram tanaman pada pagi hari atau sore hari, berhenti merokok dan minum minuman keras.

Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak Terhadap Pasien Hipertensi

Pengaruh Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Sebelum Dan Sesudah Diberikan air rebusan daun sirsak terhadap 16 responden Didapatkan rata-rata tekanan darah sistolik pretest adalah mean 170,63 dengan standar deviasi 6,722 pretest distolik mean 101,13 dengan standar deviasi 8,115, dan post test sistolik mean 146,81 dengan standar deviasi 6,156, dan diastolik posttest mean 89,00 dengan standar deviasi 5,112. Dengan uji statistik T-Test paired didapatkan *p-value* 0,005 berarti ada pengaruh antara tekanan darah sistolik penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun sirsak. Hasil penelitian ini di dapat

nilai p sistol dan diastole sebelum dan sesudah perlakuan ialah $p = 0.005$ berarti ada pengaruh pemberian air rebusan daun sirsak terhadap penurunan hipertensi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh safruddin (2017) tentang “efektivitas daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Balibo Kabupaten Bulukumba”, peneliti membuktikan rebusan daun sirsak dapat menurunkan tekanan darah penderita pada penderita hipertensi didapatkan nilai presistol 162 mmHg dan prediastol 90 mmHg dan possistolik 140 mmHg dan post diastolik 80 mmHg. Dapat disimpulkan bahwa, ada efektivitas daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan nilai tekanan darah sistol $p < \alpha$ ($p = < 0,001$) dan tekanan darah diastol $p < \alpha$ ($p = < 0,002$).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari suatu periode. Hal ini terjadi bila *arteriole-arteriole berkontraksi*. Kontraksi *arteriole* membuat darah sulit mengalir dan meningkatkan tekanan melawan dinding arteri. Hipertensi menambah beban kerja jantung dan arteri yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah (Safruddin, 2017).

Secara teoritis daun sirsak memiliki antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas, sama halnya bahan alami lainnya, antioksidan ini dapat melenturkan dan melebarkan pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah. Selain antioksidan, kandungan daun sirsak yang diperkirakan dapat menurunkan tekanan darah adalah kalium. Ion kalium adalah cairan ekstrasel akan menyebabkan jantung relaksasi dan juga membuat frekuensi denyut jantung menjadi lambat. Selain itu kalium juga bisa mengatur keseimbangan cairan tubuh bersama natrium, menghambat pengeluaran renin, berperan dalam vasodilatasi arteriole, dan mengurangi respon vasokontraksi endogen, sehingga tekanan darah menurun (Joe, 2012).

Pengaturan primer tekanan arteri dipengaruhi oleh *baroreseptor* pada *sinus karotikus* dan *adkus aorta* yang menyampaikan implus kepusat saraf simpatis dimedula. Implus tersebut akan menghambat stimulasi sistem saraf simpatis, Bila tekanan arteri meningkat, maka ujung-ujung *baroreseptor* agar tegang. Sehingga bangkit dan menghambat sifat simpatis hal ini akan menurunkan tegangan pusat simpatis, akibatnya frekuensi jantung akan menurun arterio mengalami dilatasi, dan tekanan arteri akan kembali kelevel awal, sehingga terjadi penurunan tekanan darah (Dalimartha, dkk 2008).

Selain karena efek farmakologis dari daun sirsak, penurunan tekanan darah pada lansia juga dapat dipengaruhi oleh faktor gaya hidup selama proses intervensi. Lansia yang menjaga pola makan rendah garam, rutin beristirahat, dan menghindari stres cenderung menunjukkan penurunan tekanan darah yang lebih baik dibandingkan dengan yang tidak memperhatikan pola hidup sehat. Faktor usia juga berpengaruh terhadap tekanan darah, di mana semakin bertambahnya umur menyebabkan elastisitas pembuluh darah berkurang dan risiko hipertensi meningkat. Oleh karena itu, intervensi dengan bahan alami seperti air rebusan daun sirsak menjadi alternatif terapi non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan dalam upaya pengendalian tekanan darah pada lansia.

Analisa penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan mengkonsumsi air rebusan daun sirsak secara rutin sangat bagus untuk menurunkan tekanan darah secara perlahan-lahan tanpa efek samping. Hal ini terlihat dari 16 responden yang mengalami penurunan tekanan darah dengan mengkonsumsi obat herbal salah satunya rebusan daun sirsak karena memiliki khasiat yang banyak. Apalagi dibarengi dengan melakukan aktivitas fisik seperti jalan santai, senam lansia, menyiram tanaman dan melakukan gaya hidup sehat. Sehingga kerja jantung meningkat dan pembuluh darah melebar



mengakibatkan tekanan darah menjadi turun dan tubuh terasa lebih bugar.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pemberian air rebusan daun sirsak berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan rata-rata tekanan darah setelah diberikan intervensi berupa air rebusan daun sirsak, yang menandakan bahwa terapi ini efektif sebagai upaya nonfarmakologis dalam mengontrol tekanan darah. Efek tersebut diduga berasal dari kandungan senyawa aktif seperti flavonoid, tanin, dan acetogenin yang terdapat pada daun sirsak, yang berperan dalam melancarkan peredaran darah, menurunkan resistensi pembuluh darah perifer, serta memberikan efek diuretik alami. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian air rebusan daun sirsak mampu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dan dapat dijadikan alternatif pendukung terapi farmakologis dalam perawatan pasien hipertensi.

Tenaga kesehatan khususnya perawat untuk dapat memanfaatkan terapi nonfarmakologis seperti air rebusan daun sirsak sebagai salah satu tindakan mandiri keperawatan dalam membantu menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Selain itu, perawat juga dapat memberikan edukasi kepada keluarga pasien mengenai cara pengolahan dan pemberian air rebusan daun sirsak agar intervensi ini dapat dilakukan secara mandiri di rumah dengan tetap memperhatikan dosis dan aturan pemakaian yang tepat. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah responden yang lebih besar serta memperhatikan faktor-

faktor lain yang dapat memengaruhi tekanan darah, seperti pola makan, aktivitas fisik, dan tingkat stres, sehingga hasil penelitian menjadi lebih akurat dan dapat dijadikan acuan dalam praktik keperawatan berbasis bukti.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Zaini, A., Sulaiman, R., & Yunita, A. (2023). Kompres serai hangat dapat menurunkan nyeri akut gout arthritis: Studi kasus. **Jurnal Kesehatan**, *5*(3).
- Alan. (2015). Gout: An old disease in new perspective – A review. **Journal**, *8*(23), 76–96.
- Amilia, R. (2013). Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri artritis gout pada lanjut usia. **Jurnal Kesehatan**, 4.
- Andriani, M. (2016). Pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri artritis rheumatoid pada lanjut usia. **Jurnal Ipteks Terapan**, *10*(1).
- Arlinda, P. S., Putri, C., & Nurwidyaningtyas, W. (2021). Pengaruh terapi kompres hangat terhadap tingkat nyeri pasien artritis gout. **Jurnal Ilmiah Media Husada**, *10*(1), 28–33.
- Aktarina, D. (2018). **Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Surakarta**. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Dela Gita Rosalina, T. N., Ghina N. N., Dedi S., Elis N., & Jajuk K. (2024). Impact of soursop leaf decoction on blood pressure in individuals with hypertension: A systematic literature review. **Genius Journal of Health Sciences**, *6*(1), 241–



259. (https://doi.org/10.51143/jksi.v10i2.918)
https://genius.inspira.or.id/index.php/gj/article/view/530

Kurniawan, W. E., & Dianto, W. (2024). Pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, *6*(5).
https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/2736

Swastini, N. (2021). The effectiveness of soursop leaves (*Annona muricata Linn*) on lowering blood pressure in hypertension. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, *10*(2), 413–415.
https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.618

Siagian, M., Hulu, V. T., Ginting, R., Manalu, P., Sijabat, V. H. L., & Tarigan, N. K. (2024). Blood pressure reduction in patients with hypertension through soursop leaf tea consumption. *Althea Medical Journal*, *11*(4).
https://doi.org/10.15850/amj.v11n4.3342

Nugraha, F. S., Sukmawaty, M. N., Pusparina, I., & Raziansyah, R. (2025). Soursop (*Annona muricata Linn*) leaf decoction as an adjunctive therapy for lowering blood pressure in hypertensive women of reproductive age: A quasi-experimental study. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*, *10*(2), 236–246.
[https://doi.org/10.51143/jksi.v10i2.918]