

**PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN ALPUKAT
TERHADAP TEKANAN DARAH LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Tugas Akhir
Dalam Rangka Menyelesaikan Pendidikan
Program Studi DIII Keperawatan**



Oleh :

SUCI CHOTIMAH
NIM: 2016012002

**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN
PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN ALPUKAT TERHADAP TEKANAN DARAH LANSIA PENDERITA HIPERTENSI

Suci Chotimah¹, Ida Untari², Siti Sarifah³

Latar Belakang : Menua adalah keadaan yang terjadi didalam hidup manusia yang melewati proses sepanjang hidup yang dibagi menjadi tiga tahap kehidupan yaitu anak,dewasa dan tua. Hipertensi yaitu suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah sistol >140 sedangkan diastol >90 mmHg. Daun alpukat memiliki kandungan zat querstin, zat polifenol, zat flavonoid, dimana zat flavonoid bersifat diuretik.

Tujuan : Untuk menganalisa pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah lansia penderita hipertensi.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*Quasi Experiment*). Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 12 responden dengan teknik pengambilan sampel *purposive simple*

Hasil : Ada pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi

Kesimpulan : Perhitungan uji normalitas *wicoxon signed ranks test* diperoleh nilai $p < 0,002$ ($0,000 < 0.002$) yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi.

Kata kunci : hipertensi, tekanan darah, daun alpukat

-
1. Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta
 2. Dosen Pembimbing I Program DIII Keperawatan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta
 3. Dosen Pembimbing II Program DIII Keperawatan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

ABSTRACT

EFFECT OF GIVING AVOCADO LEAVES AGAINST ELDERLY BLOOD PRESSURE HYPERTENSION PATIENTS

Suci Chotimah¹, Ida Untari², Siti Sarifah³

Background: Aging is a condition that occurs in human life that goes through a life-long process that is divided into three stages of life, namely children, adults and old people. Hypertension is a condition where there is an increase in systolic blood pressure > 140 while diastole > 90mmHg. Avocado leaves contain querstin, a polyphenol, a flavonoid, where flavonoids are diuretics.

Objective: To analyze the effect of avocado leaf decoction on reducing blood pressure in elderly people with hypertension.

Research Methods: This research is a type of quantitative research with quasi-experimental methods (Quasi Experiment). The number of samples taken in this study were 12 respondents with purposive sampling technique

Results: There is an effect of giving avocado leaf decoction to the blood pressure of elderly people with hypertension

Conclusion: Calculation of wicoxon signed ranks test normality test obtained value $p < 0.002$ ($0,000 < 0.002$) which means H_a is accepted and H_o rejected means that there is an effect of giving avocado leaf decoction to the blood pressure of elderly people with hypertension.

Keywords: hypertension, blood pressure, avocado leaves

2. First Counselor Lecturer of Nursing Diploma III at ITS PKU Muhammadiyah Surakarta
3. Second Counselor Lecturer of Nursing Diploma III at ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi didalam hidup manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari waktu tertentu, tetapi dimulai sejak pemulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamia, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan yaitu anak, dewasa, dan tua.

Data WHO, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata, 2016). Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi. Dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65,74% dan 63,8% pada usia ≥ 75 tahun (Infodatin Kemenkes RI, 2016). Pusat Data dan Informasi (Pusdatin) Kementerian Kesehatan RI (2017) menyatakan jumlah penderita hipertensi yang berusia di atas 18 tahun pada tahun 2016 mencapai 27,4% dari jumlah penduduk Indonesia

Penanganan hipertensi secara umum yaitu secara farmakologis dan Non farmakologis. Penanganan secara farmakologi terdiri dari pengobatan yang bersifat diuretik, simpatik, betabloke dan vasodilator yang memperhatikan tempat, mekanisme kerja dan tingkat kepatuhan. Penanganan non farmakologis meliputi penurunan berat badan, olahraga teratur, diet rendah garam, diet rendah lemak, dan terapi komplementer. Penanganan secara Non farmakologis

diminati oleh masyarakat karena sangat mudah di praktikkan dan tidak mengeluarkan biaya yang terlalu banyak. Penanganan non farmakologis juga tidak memiliki efek samping yang berbahaya tidak seperti penanganan farmakologis, sehingga masyarakat lebih menyukai Non farmakologis (Ramadi, 2013).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan desain penelitian studi penelitian eksperimen semu (*Quasi Experiment*). Desain penelitian studi penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest posttest desain* yaitu dalam penelitian tidak menggunakan kelompok perbandingan (kontrol). Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan pretest (pengamatan awal) sebelum dilakukan perlakuan, setelah dilakukan perlakuan kemudian dilakukan posttest (pengamatan akhir) (Notoatmodjo, 2012).

Penelitian ini dilakukan di pos yandu lansia kampung di pos yandu lansia kampung Soropadan kelurahan Karangasem, kecamatan Lawean kota Surakarta dengan waktu penelitian pada Bulan April 2019

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Deskriptif tentang umur

Responden

Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

No	Umur	Frekuensi	Prosentase (%)
1	55-64	7	58,33
2	>65	5	41,67
Total		12	100

Berdasarkan tabel 4.1. diketahui pembagian responden berdasarkan umur, ada 7 responden (58,33%) yang berumur 55-64 tahun. Ada 5 responden (41,67%) yang berumur >65 tahun.

a. Deskripsi tentang jenis kelamin Distribusi berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.2. Deskripsi tentang jenis kelamin

No	Jenis kelamin	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Laki-laki	2	16,7
2	Perempuan	10	83,3
Total		12	100

Berdasarkan tabel 4.2. di ketahui bahwa responden berdasarkan jenis kelamin. Ada 2 responden (16,7%) yang berjenis kelamin laki – laki. Ada 10 responden (83,3%) yang berjenis kelamin perempuan.

a. Deskripsi tekanan darah sebelum diberi rebusan daun alpukat

Distribusi berdasarkan tekanan darah sebelum diberi rebusan daun alpukat dapat dilihat pada tabel tabel 4.3. Deskripsi tekanan darah sebelum diberi rebusan daun alpukat

Hasil Perhitungan	Mean	Median	Modus
Sistol	155.00	155.00	160
Diastol	94.17	90.00	90

Berdasarkan tabel 4.3. diketahui tekanan darah sebelum dilakukan pemberian rebusan daun alpukat nilai rata-rata 155.00 dengan nilai modus 160, sedangkan nilai diastol rata-rata 94.17 dengan nilai modus 90.

b. Deskripsi tekanan darah sesudah diberi rebusan daun alpukat

Distribusi berdasarkan tekanan darah sesudah diberi rebusan daun alpukat dapat dilihat pada tabel berikut

Hasil Perhitungan	Mean	Median	Modus
Sistol	120.00	120.00	120
Diastol	75.83	80.00	80

Berdasarkan tabel 4.4. diketahui tekanan darah sesudah dilakukan pemberian rebusan daun alpukat nilai rata-rata 120.00 dengan nilai modus 120, sedangkan nilai diastol rata-rata 75.83 dengan nilai modus 80.

1. Uji Prasyarat Analisis

Perbandingan tekanan darah sebelum diberi rebusan daun alpukat (*pretest*) dan sesudah diberi rebusan daun alpukat (*posttest*) dilakukan dengan metode non parametrik. Oleh karena itu, sebelum dilakukan analisis, data harus melalui uji prasyarat yaitu normalitas. Uji normalitas data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *Shapiro Wilk*

Tabel 4.5. Uji Normalitas Data Shapiro-Wilk

Shapiro-Wilk		2. Analisa Bivariat	
Variaber	Statistik	Df	P
Sistol	Pre	650	12
	Post	774	12
Diastol	Pre	640	12
	Post	640	12

Tabel 4.7. memperlihatkan hasil perhitungan uji normalitas data sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) tekanan darah. Uji normalitas data tekanan darah sistol sebelum (*pretest*) menghasilkan nilai probabilitas (*p-value*) sebesar 0.000 sedangkan tekanan darah diastol sebelum (*pretest*) menghasilkan nilai probabilitas (*p-value*) sebesar 0.000. Uji normalitas data tekanan darah sistol sesudah (*posttest*) menghasilkan nilai probabilitas (*p-value*) sebesar 0.005 sedangkan tekanan darah diastol sebelum (*pretest*) menghasilkan nilai probabilitas (*p-value*) sebesar 0.000. Nilai probabilitas sebelum (*pretest*) kurang dari taraf kesalahan (α) sebesar 0,05 dan nilai probabilitas sesudah (*posttest*) kurang dari taraf kesalahan (α) sebesar 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) berdistribusi tidak normal. Dengan demikian metode parametrik yaitu *T-test paired* tidak dapat digunakan untuk analisis, sehingga uji parametrik

yang akan digunakan harus diganti dengan *uji wilcoxon signed ranks test*.

Analisa bivariat dalam penelitian ini dilakukan dengan membandingkan nilai sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*). Pemberian rebusan daun alpukat dikatakan berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah apabila rata-rata penurunan (selisih positif) yang signifikan. Uji perbedaan dilakukan dengan metode parametrik. Oleh karena itu data diuji berupa sampel berpasangan maka teknik yang digunakan adalah *wilcoxon signed ranks test*

Tabel 4.6. Uji Normalitas Data *wilcoxon signed ranks test*

	N	Media n (min-max)	Nilai p
Sistol sebelum perlakuan	12	155.00 (150-160)	.002
Sistol sesudah perlakuan	12	120.00 (110-130)	
Distol sebelum perlakuan	12	90.00 (90-100)	.002
Distol sesudah perlakuan	12	80.00 (70-80)	

Berdasarkan tabel 4.6. perhitungan *wilcoxon signed ranks test* menghasilkan berjumlah 12, sistol sebelum di beri perlakuan didapatkan median 155.00 dengan nilai $p = .002$,

setelah diberi perlakuan didapatkan median 120.00 dengan nilai $p = .002$. Sedangkan diastol sebelum diberi perlakuan didapatkan median 90.00 dengan nilai $p = .002$ dan diastol sesudah diberi perlakuan mediannya 80.00 dengan nilai $p = .002$. Berdasarkan data tersebut maka hipotesis berbunyi ada pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi diterima artinya rebusan daun alpukat mempunyai pengaruh terhadap tekan darah.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Umur Responden

Hasil penelitian diketahui responden yang mengalami hipertensi berdasarkan umur ada 7 responden (58,33%) yang berumur 55-64 tahun. Ada 5 responden (41,67%) yang berumur >65 tahun.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Diketahui jumlah responden ada 12, yang memiliki jenis kelamin laki-laki 2 responden sedangkan yang memiliki jenis kelamin perempuan terdiri dari 10 responden dapat diketahui bahwa responden laki-laki lebih sedikit dibanding responden perempuan.

3. Deskripsi tekanan darah sebelum diberi rebusan daun alpukat

Diketahui tekanan darah sistol 150-160 dengan rerata 155.00 sedangkan tekanan darah diastol 90-100 dengan rerata 94.17. dilihat dari tekanan responden merupakan hipertensi tingkat 1 (satu).

4. Pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan angka kesakitan dan angka kematian (Kushariyadi, 2008).

Hasil penelitian responden yang mengalami hipertensi berdasarkan umur ada 7 responden (58,33%) yang berumur 55-64 tahun. Ada 5 responden (41,67%) yang berumur >65 tahun.

Hasil penelitian responden dengan jenis kelamin perempuan (83.33%) lebih tinggi dibanding laki-laki (16.67%) hal ini terjadi karena perempuan mengalami menopause yang menyebabkan terjadi penurunan hormonal, sehingga hipertensi lebih banyak dijumpai pada seorang perempuan (Jurnaedi, 2013).

Pengobatan hipertensi ada 2 cara, yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Beberapa terapi non farmakologi meliputi akupresure, pengobatan herbal dari cina, terapi jus,

ramuan tradisional, pijat, yoga, aromaterapi, pernafasan dan relaksasi, pengobatan pada pikiran dan tubuh, meditasi, hypnosis, perawatan di rumah (Sudoyo, 2013). Pada penelitian ini menggunakan pengobatan non farmakologis yaitu dengan menggunakan ramuan tradisional dengan memanfaatkan daun alpukat yang direbus diberikan pada responden selama 6 hari berturut-turut sebanyak 200ml diberikan 1 (satu) kali sehari disore hari jam 16.00.

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah dari 12 responden sebelum diberi rebusan daun alpukat rata-rata sistol yaitu 155.00 sedangkan rata-rata diastol 94.17. Sedangkan rata-rata sistol setelah diberi rebusan daun alpukat 120.00 dan rata-rata diastol 75.82 dilihat dari rata-rata sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun alpukat selisih sistol yaitu 35.00 sedangkan diastol memiliki selisih 18.38 hasil ini menunjukan bahwa pemberian rebusan daun alpukat mempengaruhi tekanan darah.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa, rebusan daun alpukat (*Persea Americana* Mill) dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Berdasarkan pernyataan sebagian responden setelah mengkonsumsi rebusan daun alpukat

terjadi peningkatan frekwensi buang air kecil, sehingga peneliti berpendapat bahwa dengan meningkatnya frekuensi buang air kecil maka toksik dalam tubuh yang mengganggu metabolisme dalam tubuh akan berkurang sehingga membantu penurunan tekanan darah. Hal tersebut sesuai dengan teori Utami (2008), bahwa senyawa flavonoid yang terkandung dalam daun alpukat bersifat diuretik yang salah satu kerjanya yaitu dengan mengeluarkan sejumlah cairan dan elektrolit maupun zat-zat yang bersifat toksik. Dengan berkurangnya jumlah air dan garam dalam tubuh maka pembuluh darah akan longgar sehingga tekanan darah perlahan-lahan mengalami penurunan. Berdasarkan uraian diatas maka hipotesis yang menyatakan ada pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah.

KESIMPULAN

1. Karakteristik umurnya terdapat 7 responden (58,33%) yang berumur 55-64 tahun. Ada 5 responden (41,67%) yang berumur >65 dan jika dilihat dari jenis kelamin. Ada 2 responden (16,7%) yang berjenis kelamin laki – laki. Ada 10 responden (83,3%) yang berjenis kelamin perempuan

2. Tekanan darah sebelum dilakukan pemberian rebusan daun alpukat nilai minimum sistol 150 dan nilai maximum sistol 160 dengan nilai rata-rata 155.00, untuk nilai minimum diastol 90 dan nilai maximum diastol 100 dengan nilai rata-rata 94.17. Diketahui tekanan darah sesudah dilakukan pemberian rebusan daun alpukat nilai minimum sistol 110, sedangkan nilai maximum sistol 130 dengan nilai rata-rata 120.00, untuk nilai minimum diastol 70 dan nilai maximum diastol 80 dengan nilai rata-rata 75.82.
3. Selisih sistol yaitu 35.00 sedangkan diastol memiliki selisih 18.38 hasil ini menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun alpukat mempengaruhi tekanan darah.
4. Rebusan daun alpukat mempengaruhi penurunan tekanan darah lansia penderita hipertensi.
5. Ada pengaruh rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi dengan nilai $p = .002$

DAFTAR PUSTAKA

Anonim. 2013. Pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap Tekanan darah pasien penderita hipertensi. *Skripsi*. Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Kesehatan Asiyah Yogyakarta

Asnanti, Pizon. 2010. *Awas STROK! Pengertian, Gejala, Tindakan keperawatan*. Jakarta : CV Andi Offset

Aspiani. 2013. *Asuhan Keperawatan Gerontik jilid 1*. Jakarta: Trans Infomedia

Darmawan dkk. 2008. *Care your self hipertensi*. Jakarta: Pebar Plus

Dinkes Jawa Tengah (2013). Penderita hipertensi. <http://perpustakaanDinkes.go.id/81.8/btztream/12346789/2138/2322/13339.PDF> Diakses tanggal 22 September 2018

Herlene. H. 2015. *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC

Kemenkes Jawa Tengah (2017). Pedoman teknik penemuan hipertensi. http://perpustakaan_Kemenkes.go.id/81.8/btztream/12346789/2138/2332/13928.PDF Diakses tanggal 22 september 2018

Kowala J, Williams W. *Buku Ajaran Patofisiologis*. Jakarta: EGC

Kushariyadi. 2008. *Buku Keperawatan kardiovaskuler*. Jakarta: salemba Sadika

Merlene Hurst. 2015. *Belajar Mudah Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: ECG

Nototmodjosoekidjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Pamungkas Cahaya Kuncara. 2016. Pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah di Bangutapan. *Skripsi*. Program Studi Ilmu

Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta.

Alfabeta

Rahmadi, A. 2013. Pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pasien hipertensi laki-laki perokok diwilayah pukesmas Padang Pasir. *Skripsi*. Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatra Utara

Sujaweni. 2014. *Metodelogis Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta : Gava Grup

Reni Yuli,A. 2013. *Asuhan Keperawatan Gerontik Jilid 1*. Jakarta: Trans Impormedia

Untari, I. 2018. *Buku Ajaran Keperawatan Gerontik Terapi Bicara Dan Senam Pikun*. Jakarta : EGC

Santoso , Sutiarjo. 2013. Pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pasien hipertensi laki-laki perokok diwilayah pukesmas Padang Pasir. *Skripsi*. Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatra Utara

Utami. 2014. Efektivitas Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Skripsi*. Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Magelang

Sudoyo. 2013. *Buku Ajaran Ilmu Penyakit Dalam*. Yogyakarta: Quntamizan Pustaka

Yonata, A., Satria, A. 2016. Hipertensi Sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Strok. *Majority* Vol. 5 No. 3

Sutijohadi. 2013. *Buku Ajaran Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Interna Publsling

Wahjudi, N. 2008. *Keperawatan Gerontik dan Geriatik*. Jakarta : EGC

Sugioyono. 2013. *Cara Mudah Menyusun Skripsi Tesis dan Disertasi*. Bandung: