

Efektivitas Pemberian Seduhan Daun Salam Dengan Daun Alpukat Untuk Tekanan Darah Penderita Hipertensi Pada Puskesmas Purwantoro 1

Indah Erawati¹⁾ Deoni Vioneery²⁾ Saelan³⁾

1) Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

2) Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Universitas Kusuma Husada Surakarta

3) Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

indaherw@gmail.com

ABSTRAK

Merupakan gangguan peredaran darah sistemik, hipertensi dapat meningkatkan tekanan darah melebihi normal, yaitu di atas 140/90 mmHg. Alkaloid, flavonoid, dan saponin yang terdapat pada infus alpukat dan daun salam memiliki kemampuan untuk menurunkan tekanan darah.

Tujuan Penelitian: Tujuan penelitian ini adalah untuk membandingkan pengaruh seduhan alpukat dan daun salam terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Metode Penelitian: Jenis penelitian *Quasy experimental two group experiment* dengan pendekatan *prepost test design without control group*. Pengambilan sampel ini menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol signifikan secara statistik responden eksperimen rebusan daun salam berjumlah 15 orang dan kelompok rebusan air daun alpukat berjumlah 15 orang. Responden dalam penelitian ini adalah 30 orang. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan *Wilcoxon*.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menggunakan uji *Wilcoxon* pada pemberian seduhan daun salam dengan daun alpukat didapatkan nilai $p = (<0,05)$. Maka terdapat pengaruh efektifitas sebelum dan sesudah diberikan intervensi pemberian seduhan daun salam dengan daun alpukat untuk tekanan darah pada orang penderita hipertensi.

Kesimpulan: Ada pengaruh pemberian rebusan daun salam dan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Seduhan daun salam, Seduhan daun alpukat
Daftar Pustaka : 12 (2012-2022)

THE EFFECTIVENESS OF BAY LEAF AND AVOCADO LEAF INFUSIONS ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE PATIENTS AT PUSKESMAS PURWANTORO 1

Indah Erawati¹⁾ Deoni Vioneery²⁾ Saelan³⁾

¹⁾ Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

²⁾ Lecturer of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

³⁾ Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

Email: indaherw@gmail.com

ABSTRACT

A systemic blood circulation disorder, hypertension can increase blood pressure beyond normal, namely above 140/90 mmHg. The alkaloids, flavonoids and saponins found in avocado infusion and bay leaves have the ability to lower blood pressure.

Research Objective: The aim of this study was to compare the effect of infusion of avocado and bay leaves on blood pressure in hypertension sufferers.

Research Method: Quasy experimental two group experiment type of research with a prepost test design approach without control group. This sampling used an experimental group and a statistically significant control group, namely 15 bay leaf boiled experimental respondents and 15 people in the avocado leaf boiled water group. The respondents in this study were 30 people. Statistical tests in this study used Wilcoxon.

Research Results: The results of the study using the Wilcoxon test on infusion of bay leaves with avocado leaves obtained a value of $p = (<0.05)$. So there was an effect of effectiveness before and after the intervention of infusion of bay leaves with avocado leaves for blood pressure in people with hypertension .

Conclusion: There is an effect of giving decoction of bay leaves and avocado leaves to reduce blood pressure in hypertension sufferers.

Keywords: Hypertension, Bay Leaf Infusion, Avocado Leaf Infusion

References: 12 (2012-2022)

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Karena hipertensi tidak dapat menular dari orang ke orang, maka penyakit ini dianggap sebagai penyakit tidak menular (Riskesdas, 2018). Hipertensi bisa disebabkan oleh penyakit gangguan emosi, berat badan berlebih, konsumsi minuman keras yang berlebihan, konsumsi kopi yang berlebihan, rokok, pola makan yang tidak sehat, namun penyakit ini dipengaruhi oleh faktor keturunan. Hipertensi lebih sering menyerang wanita dibandingkan pria (Smeltzer dan Bare, 2013).

Menurut perkiraan WHO pada tahun 2021, 1,28 miliar orang di seluruh dunia menderita tekanan darah tinggi. Mayoritas kasus berasal dari negara-negara kelas menengah ke bawah. Sebaliknya, 39,9% penduduk di Asia Tenggara menderita hipertensi pada tahun 2020. Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat, dan 1,5 miliar orang di seluruh dunia diperkirakan menderita hipertensi pada tahun 2025. Menurut data Kementerian Kesehatan, penyakit jantung seperti: hipertensi menyumbang lebih dari 33% dari seluruh penyebab kematian, dengan hipertensi menempati peringkat kedua di dunia setelah stroke. Diperkirakan 9,4 juta kematian di seluruh dunia disebabkan oleh hipertensi dan konsekuensinya setiap tahunnya. Dari 972 juta penderita hipertensi, 333 juta tinggal di negara makmur, sedangkan 166 juta sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Laurenasia, 2022).

Berdasarkan Riskesdas 2018, persentase penduduk berusia di atas 18 tahun yang memeriksakan tekanan darahnya ke tenaga medis sebesar 9,4%, namun persentase penduduk yang menjalani pengobatan hipertensi sebesar 9,5%. Dengan demikian, 0,1% penduduk belum pernah mendapat diagnosis hipertensi.

pekerja kesehatan namun meminimum obat hipertensi. Menurut perkiraan, 34,11% penduduk Indonesia yang berusia di atas 18 tahun menderita hipertensi; Angka tertinggi terjadi di Kalimantan Selatan sebesar 44,13%, Jawa Barat sebesar 39,60%, Kalimantan Timur sebesar 39,30%, dan Kalimantan Barat sebesar 29,4%. Informasi penyakit tidak menular (PTM) yang baru dianalisis pada tahun 2017 mencakup 1.593.931 kasus, dimana prevalensi hipertensi sebesar 64,83%. Hasil perkiraan tekanan darah menunjukkan bahwa tingkat hipertensi pada wanita adalah 13,10% dibandingkan pada pria, tepatnya 13,16%. Hasil yang diperoleh di Jawa Tengah pada tahun 2018, frekuensi hipertensi sebesar 57% dari seluruh penduduk berusia diatas 18 tahun, tahun 2019 sebesar 60,1%, tahun 2020 sebesar 68,61%, tahun 2021 sebesar 72,02%, dan tahun 2022. 71,61% (Dinkes Jateng, 2022). Berdasarkan data dari Puskesmas Purwantoro 1 Wonogiri, jumlah penderita hipertensi tahun 2023 bulan Mei tercatat sebanyak 98 orang penderita hipertensi.

Usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga adalah beberapa karakteristik yang tidak dapat diubah yang berkontribusi terhadap hipertensi; Sedangkan yang dapat dimodifikasi antara lain kelebihan berat badan atau obesitas, tidak berolahraga, merokok, dan mengonsumsi garam berlebihan. konsumsi minuman beralkohol secara berlebihan. Selain itu, faktor lain yang tidak bisa diubah adalah konsumsi lemak berlebih, kafein, stres dan penggunaan pil pencegah kehamilan (Susanto, 2022).

Pasien dengan hipertensi mungkin mengalami sakit kepala, gangguan penglihatan, mudah tersinggung, sulit tidur, rasa tidak nyaman pada leher dan dada, dan denyut nadi cepat tidak teratur. Indikasi dan gejala semacam ini dapat mengakibatkan dampak fisik, mental, sosial spiritual yang terjadi pada lansia dan mempengaruhi kualitas

hidup lansia (Pratiwi dan Mumpuni, 2017). Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan kerusakan organ dan serangan jantung, stroke, masalah ginjal, dan gangguan penglihatan (Widiana dan Ani, 2017).

Ada dua macam pengobatan yang digunakan untuk mengatasi hipertensi, yaitu pengobatan khusus farmakologi dan pengobatan non farmakologi. Perawatan farmakologis melibatkan penggunaan obat antihipertensi, yang terbukti menurunkan tekanan darah; pengobatan nonfarmakologis yang disebut juga modifikasi gaya hidup antara lain berhenti merokok, menurunkan berat badan berlebih, tidak mengonsumsi alkohol, mengubah pola makan, dan menerima pengobatan kesehatan mental. Mengurangi stres, olahraga, dan istirahat. Pengobatan non farmakologi lainnya adalah merendam daun salam dan merendam daun alpukat (Rohmah, 2012).

Hasil penelitian dari Rahmalia (2021), Pemanfaatan rempah-rempah untuk menurunkan tekanan darah merupakan salah satu metode pengobatan hipertensi nonfarmakologis. Daun salam termasuk tanaman alami yang terbukti berhasil menurunkan tekanan darah. Khususnya flavonoid yang terdapat pada daun salam, zat ini bersifat aktif dan dapat menurunkan tekanan darah. Tubuh menggunakan flavonoid yang terdapat pada daun salam sebagai zat aktif. Karena flavonoid adalah antioksidan, mereka dapat menghentikan oksidasi dalam sel-sel tubuh. Risiko seseorang terkena hipertensi meningkat seiring dengan jumlah antioksidan sel dalam tubuhnya. Karena flavonoid menghasilkan vasodilatasi dan mempunyai efek pada sintesis enzim pengonversi angiotensin (ACE), yang dapat membatasi konversi angiotensin I menjadi angiotensin II, maka flavonoid berpotensi menurunkan resistensi pembuluh darah sistemik (SVR).

Dampak *vasodilatasi dan inhibitor ACE* dapat menurunkan tekanan darah.

Daun salam dengan demikian dapat digunakan untuk mengurangi tekanan darah. Berbagai bahan kimia, antara lain lakton, fenol, triterpen, flavonoid, tanin, alkaloid minyak atsiri, seskuiterpen, dan saponin, terdapat dalam komposisi kimia daun salam (Nurhayati dan Lubis, 2018). Menurut Dewi dan Syukrowardi (2019), kandungan flavonoid berfungsi sebagai ACE inhibitor yang mencegah angiotensin I berdiferensiasi menjadi angiotensin II sehingga menurunkan pelepasan hormon antidiuretik (ADH) yang mengakibatkan peningkatan buang air kecil (antidiuresis). Menurut penelitian Kuncafra (2017), merendam daun alpukat dapat menurunkan tekanan darah baik pada tingkat sistolik maupun diastolik.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Purwanto 1 pada bulan Mei 2023. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada pihak puskesmas Purwanto 1 terdapat 98 orang yang menderita hipertensi, angka tersebut tergolong masih tinggi. Warga yang mengalami hipertensi disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat, stress, merokok dan tidak melakukan olahraga. Hasil wawancara dengan pihak puskesmas Purwanto pasien yang menderita hipertensi juga tidak mengontrolkan kesehatan ke puskesmas maupun tempat pelayanan kesehatan.

Dari hasil wawancara 10 pasien hipertensi pada Puskesmas Purwanto 1 mereka mengatakan yang dilakukan oleh penderita dalam menurunkan tekanan darah adalah mengonsumsi obat dari puskesmas, penelitian ini juga menanyakan terkait terapi pemberian seduhan daun alpukat dan daun salam, hasil dari 10 orang tersebut semua nya belum ada yang pernah mendapatkan

terapi seduhan daun salam dan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk mempelajari bagaimana pengaruh perebusan daun salam dan daun alpukat terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Purwantoro 1 Wonogiri.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian menggunakan kuantitatif metode penelitian yang digunakan adalah Jenis penelitian *Quasy experimental two group experiment* dengan pendekatan *prepost test design without control group*. Pengambilan sampel ini menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol signifikan secara statistik responden eksperimen rebusan daun salam berjumlah 15 orang dan kelompok rebusan air daun alpukat berjumlah 15 orang. Responden dalam penelitian ini adalah 30 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Karakteristik responden berdasarkan usia

No	Usia	Nilai			
		Daun Salam		Daun Alpukat	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1.	61-70	2	46,7	6	40,0
2.	41-50	3	20,0	3	20,0
3.	51-60	2	13,3	3	20,0
4.	30-40	2	13,3	1	6,7
5.	71-80	1	6,7	2	13,3
Total		15	100,0	15	100,0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan mayoritas responden usia terbanyak penderita hipertensi di puskesmas purwantoro 1 yaitu usia 61-70 tahun sebanyak 7 orang (46,7%) pada responden seduhan daun salam & 6 orang (40,0%) pada responden seduhan daun alpukat. Disebabkan faktor penurunan fungsi tubuh, karena semakin bertambahnya usia

akan mengakibatkan penurunan fungsi tubuh sehingga ketahanan tubuh semakin melemah dan rentan mengalami hipertensi.

Berkurangnya kemampuan tubuh karena bertambahnya usia, serta kurangnya aktivitas, sehingga dapat meningkatkan tekanan darah. Sebab itu, hipertensi sering kali ditemukan pada orang lanjut usia (fadlilah *et al*, 2020).

Penelitian ini diperkuat dari penelitian Hasanudin *et al.*, (2018), bahwa usia dapat mempengaruhi tekanan darah. Orang dewasa dan lanjut usia akan lebih rentan terhadap risiko hipertensi. Meski demikian, hipertensi bisa diantisipasi sedari dini dengan terus melakukan hidup sehat, dan juga terus mengecek tekanan darah secara rutin.

Berdasarkan analisa peneliti, terjadi penurunan fungsi tubuh dan proses degenerasi sel dan organ pada tubuh karena pertambahan usia, sehingga ketahanan tubuh semakin melemah, karena itu menjadi penyakit yang paling banyak diderita pada lansia.

Tabel 2 Distribusi Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis Kelamin	Nilai			
		Daun Salam		Daun Alpukat	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1.	Perempuan	10	66,7	9	60,0
2.	Laki	5	33,3	6	40,0
Total		15	100,0	15	100,0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan jenis kelamin paling dominan pada responden penelitian penderita hipertensi di puskesmas purwantoro 1 yaitu 10 orang (66,7%) perempuan dengan seduhan daun salam dan 9 orang (60,0%) perempuan pada responden seduhan daun alpukat. Disebabkan oleh perubahan

hormon estrogen, karena menurunnya hormon estrogen pemicu utama meningkatkan hipertensi pada perempuan.

Hal ini resiko hipertensi karena adanya perubahan hormon estrogen, yang menimbulkan dampak metabolik berbeda, salah satunya adalah menjaga struktur pembuluh darah. Berkurangnya produksi estrogen dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan menjaga struktur pembuluh darah, sehingga membuat wanita cenderung mengalami hipertensi (Nainggolan *et al.*, 2012).

Kumar *et al.*, (2014), Estrogen adalah hormon yang secara bertahap hilang pada wanita dan membantu melindungi pembuluh darah dari bahaya. Sampai jumlah estrogen menurun seiring bertambahnya usia, siklus ini akan terus berlanjut.

Menurut penelitian, penelitian ini mendukung penelitian Kusumawaty *et al.* (2016). menunjukkan hubungan antara kejadian hipertensi pada lansia dan jenis kelamin. Karena faktor hormonal, wanita lebih rentan terkena hipertensi dibandingkan pria, wanita di atas usia 40 tahun sudah memasuki masa tidak subur (Smeltzer & Bare, 2010).

Berdasarkan dari analisa dari peneliti kebanyakan responden dalam penelitian ini ialah perempuan. Dimana wanita yang sudah mengalami menopause kadar estrogen akan berkurang sehingga bakal berakibat menyempitnya pembuluh darah dampak dari kadar HDL berkurang sehingga terjadi penyempitan pembuluh darah yang mengakibatkan tekanan darah meningkat.

Tabel 3 Distribusi Karakteristik responden tingkat pendidikan

No	Pendi dikan	Nilai			
		Daun Salam		Daun Alpukat	
		Frekue nsi	%	Frekue nsi	%
1.	SD	6	40,0	6	40,0
2.	SMP	4	26,7	4	26,7
3	SMA	5	33,3	5	33,3
Total		15	100,	15	100,
			0		0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan penelitian tingkat pendidikan terbanyak pada responden penelitian penderita hipertensi di puskesmas purwanto 1 yaitu SD terbanyak 6 orang (40,0%), pada responden seduhan daun salam dan SD terbanyak 6 orang (40,0%), pada responden seduhan daun alpukat. Disebabkan oleh tingkat pengetahuan, karena tingkat pendidikan mempengaruhi tingkat pengetahuan dimana semakin rendah pendidikan seseorang maka tingkat pengetahuan akan semakin rendah.

Seseorang yang memiliki pendidikan yang rendah karena tidak tahu akan kesehatan maka akan mengalami kesulitan dalam memperoleh informasi, misalnya penyuluhan tentang hipertensi dan resiko hipertensi serta penanggulangannya, sehingga mempengaruhi cara berperilaku atau gaya hidup yang baik (Anggara, 2013).

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Siska (2021), hasil penelitian paling banyak responden tingkat pendidikan mayoritas ialah SD. Bahwa tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam memperoleh dan memproses yang diperoleh, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan individu, khususnya pada penderita hipertensi.

Menurut peneliti bahwa kurang pengetahuan menjadi pemicu terkena hipertensi. Tingkat pendidikan yang rendah sebagian besar SD bahwa masyarakat kurang mengenal hipertensi, risiko dan kesulitannya, cara pencegahannya, pola kesehatan yang baik, dan berbagai hal menjadi penyebab terkena tekanan darah tinggi. Pendidikan rendah akan menghasilkan pengetahuan rendah.

Tabel 4 Distribusi Karakteristik berdasarkan tekanan darah sebelum diberikan seduhan daun salam (n = 15)

No	Tekanan darah	Nilai	
		Frekuensi	%
1.	Derajat I	5	33,3

	> 140/90 mmHg		
	Derajat II	10	66,7
2.	> 160/100 mmHg		
	<u>Total</u>	15	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan tekanan darah pada responden hipertensi di puskesmas purwantoro 1 sebelum diberikan pemberian seduhan daun salam terbanyak terdapat kelompok pada tekanan darah derajat II >160/100 mmHg 10 orang (66,7%). Hasil penelitian ini berdasarkan tekanan darah derajat II dapat disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat seperti kurang olahraga dan mengkonsumsi kadar garam berlebih kemudian terjadi peningkatan tekanan darah.

Metode pengobatan hipertensi baik farmasi maupun non-farmakologis dapat digunakan untuk menghentikan kenaikan tekanan darah. Wahdah (2011) menyatakan terapi non farmakologi meliputi pengobatan, olahraga, mengurangi garam dalam makanan, berhenti merokok, mengelola stres, dan penurunan berat badan. Beberapa diuretik, penghambat simpatis, penghambat beta, vasodilator, penghambat enzim pengonversi angiotensin, antagonis kalsium, dan penghambat reseptor angiotensin II adalah beberapa kelompok obat yang digunakan untuk mengobati hipertensi. Alang-alang, mengkudu, jeruk nipis, kumis kucing, ciplukan, kunyit, selada air, dan daun salam termasuk rempah-rempah yang sering digunakan untuk mengobati hipertensi.

Berdasarkan hipotesis peneliti bahwa penggunaan infus daun salam sebagai metode non farmakologi penurunan tekanan darah dapat tercapai karena daun salam mempunyai kandungan flavonoid yang memiliki khasiat tersebut.

Tabel 5 Distribusi Karakteristik berdasarkan tekanan alpukat sebelum diberikan seduhan daun alpukat (n = 15)

No	Tekanan darah	Nilai Frekuensi	%
----	---------------	-----------------	---

	Derajat I	4	26,7
1.	> 140/90 mmHg		
	Derajat II	11	73,3
2.	> 160/100 mmHg		
	<u>Total</u>	15	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan kategori tekanan darah pada responden hipertensi di puskesmas purwantoro 1 sebelum diberikan pemberian seduhan daun alpukat terbanyak terdapat pada kelompok tekanan tekanan darah derajat II >160/100 mmHg 11 orang (7,33%). Hasil penelitian ini berdasarkan tekanan darah derajat II lebih banyak dipengaruhi oleh gaya hidup tidak sehat seperti kurangnya olahraga dan mengkonsumsi kadar garam berlebih sehingga terjadi peningkatan tekanan darah.

Pendekatan farmasi dan non-farmakologis (herbal) dapat digunakan untuk mengobati hipertensi. Pengobatan herbal dan pola hidup sehat merupakan contoh terapi nonfarmakologis. Pohon herbal digunakan dalam pengobatan herbal. Penduduk setempat menyukai terapi non-farmakologis. Selain menguntungkan, tidak memiliki efek samping negatif dibandingkan terapi kimia. Salah satu tanaman obat yang mempunyai khasiat untuk mengobati hipertensi adalah daun alpukat (Sari, 2017).

Berdasarkan peneliti bahwa penatalaksanaan non farmakologi penggunaan seduhan daun alpukat bisa membuat tekanan darah turun dikarenakan daun alpukat ada zat flavonoid yang dapat menurunkan tekanan darah.

Tabel 6 Distribusi Karakteristik responden berdasarkan tekanan darah setelah diberikan seduhan daun salam (n = 15)

No	Tekanan darah	Nilai Frekuensi	%
	Derajat I	14	93,3
1.	> 140/90 mmHg		
2.	Derajat II	1	6,7

> 160/100 mmHg		
Total	15	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan setelah diberikan intervensi seduhan daun salam terbanyak terdapat di kelompok tekanan darah derajat I >140/90 mmHg sebanyak 14 orang (93,3 %). Berdasarkan hasil penelitian ini hasil tertinggi setelah minum seduhan daun salam yaitu pada kelompok tekanan darah derajat I, hal ini menunjukkan daun salam ada zat flavonoid yang membuat turun tekanan darah. Dengan pemberian seduhan daun salam diberikan sebanyak 250ml, 2x sehari selama 7 hari.

Menurut Margowati (2016), dalam pengukuran tekanan darah (*pre-test*) kepada responden, apabila diketahui tekanan darah pada golongan hipertensi maka akan diberikan obat daun salam. Pengobatannya diberikan 250ml dua kali sehari selama 1 minggu. Setelah diberikan terapi, peneliti akan menilai atau mengukur tekanan darah setelah 1 minggu pemberian implantasi (*post test*). Hal ini sama dengan penelitian dari Andoko (2016), bahwa meminum air seduhan daun salam secara signifikan terdapat pengaruh pada turunnya tekanan darah pada penderita hipertensi.

Menurut penelitian, minum air yang terbuat dari daun salam dapat menurunkan tekanan darah karena kandungan flavonoid dalam daun salam dapat memperlebar pembuluh darah dan mengurangi ketegangan pada dinding arteri, yang pada akhirnya menurunkan tekanan darah.

Tabel 4. 7 Distribusi Karakteristik responden berdasarkan tekanan darah setelah diberikan seduhan daun alpukat (n = 15)

No	Tekanan darah	Nilai	
		Frekuensi	%
1.	Derajat I > 140/90 mmHg	14	93,3
2.	Derajat II	1	6,7

> 160/100 mmHg		
Total	15	100

Berdasarkan dari hasil penelitian setelah diberikan intervensi seduhan daun alpukat terbanyak terdapat di kelompok tekanan darah derajat I >140/90 mmHg sebanyak 14 orang (93,3 %). Berdasarkan hasil penelitian ini hasil tertinggi setelah memberis seduhan daun alpukat yaitu di kelompok tekanan darah derajat I, karena didalam daun alpukat mengandung flavonoid yang membuat penurunan tekanan darah. Seduhan daun alpukat diberikan sebanyak 250ml, 2x sehari selama 7 hari.

Menurut Margowati (2016), dalam melakukan pengukurantekanan darah (*pre-test*) kepada responden, jika tekanan darah tinggi masuk golongan hipertensi maka akan diberikan seduhan daun alpukat. Perlakuan ini diberikan 250ml dua kali sehari selama 1 minggu. Setelah diberikan pengobatan, peneliti akan melakukan penilaian atau pengecekan tekanan darah setelah 1 minggu pemberian seduhan daun alpukat (*post test*). Hal tersebut diperkuat oleh Nur dan Anggraini (2018), bahwa terdapat pengaruh setelah memberikan seduhan air daun alpukat untuk penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan analisis peneliti bahwa diberikan seduhan daun alpukat bisa menurunkan tekanan darah, sebab daun alpukat ada senyawa flavonoid yaitu senyawa yang dapat mejadikan lebar pembuluh darah dan membuat turun tekanan pada dinding arteri jadi tekanan darah dapat mengalami penurunan.

Tabel 5.0 Hasil analisa uji Wilcoxon efektivitas pemberian seduhan daun salam untuk tekanan darah penderita hipertensi

Tingkat Keterampilan	Sig (2-tailed)
Pre test & Post test	0.03

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan hasil uji *wilcoxon* menunjukkan nilai $p=0.03 (<0,05)$, jadi dapat disimpulkan ada

pengaruh efektifitas sebelum dan setelah diberikan tindakan pemberian seduhan daun salam pada tekanan darah penderita hipertensi. Daun salam bisa membuat turun tekanan darah karena di dalam daun salam mengandung flavonoid alkaloid, sterol, saponin, dan antihipertensi yang mampu berfungsi sebagai antioksidan yang mampu membuat turun tekanan darah.

Hal ini diperkuat dengan penelitian Nainggolan (2020), dapat menunjukkan turunnya tekanan darah sesudah diberi seduhan daun salam selama tujuh hari. Menurut Widiasari (2018), flavonoid merupakan kumpulan zat alami dengan struktur fenolik bervariasi yang dapat ada ditumbuhan.

Tabel 5.1 Hasil analisa uji Wilcoxon efektivitas pemberian seduhan daun alpukat untuk tekanan darah penderita hipertensi

Tingkat Keterampilan	Sig (2-tailed)
Pre test & Post test	0.02

Berdasarkan dari hasil penelitian menggunakan uji *wilcoxon* menunjukkan nilai $p=0.02 (<0,05)$,

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tekanan darah penderita hipertensi dipengaruhi oleh viabilitas sebelum mendapat infus daun alpukat. Kandungan di dalam daun alpukat ada flavonoid (seperti quercetin), alkaloid, sterol, saponin, serta senyawa lain yang jumlahnya sedikit. Daun alpukat bisa berfungsi menjadi antioksidan sehingga dapat membuat tekanan darah turun.

Penelitian Lestari dkk pada tahun 2022 yang menemukan adanya perbedaan tekanan darah pada hipertensi sebelum dan sesudah mendapat infus daun alpukat dan nilai p value 0,000 ($<0,05$), mendukung penelitian tersebut dengan menunjukkan bahwa rebusan daun alpukat dapat menurunkan darah. tekanan pada hipertensi.

Berdasarkan hasil uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa hipertensi

dapat dicegah agar tidak menjadi hipertensi berat dengan menggunakan daun alpukat sebanyak yang diberikan 2x perhari selama 1 minggu sebanyak 250ml untuk menurunkan tekanan darah.

SARAN DAN KESIMPULAN

Temuan penelitian menunjukkan efek menguntungkan dari pemberian infus daun salam pada pasien hipertensi terhadap tekanan darah mereka sebelum dan sesudah infus. Hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,03 (<0,05)$. Temuan uji Wilcoxon sebelum dan sesudah uji menunjukkan adanya efek menguntungkan pemberian seduhan daun alpukat terhadap tekanan darah pasien hipertensi (p value = 0,02 ($<0,05$)). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa seduhan alpukat dan daun salam sama-sama mempengaruhi darah. Berdasarkan temuan penelitian ini, hal ini dimaksudkan agar:

1. Bagi responden
Responden yang mengonsumsi alpukat dan daun salam setiap hari diyakini dapat menurunkan tekanan darah penderita hipertensi.
2. Bagi Tempat Penelitian
Untuk menjadikan temuan penelitian tentang pengaruh seduhan alpukat dan daun salam terhadap tekanan darah hipertensi sebagai dasar kebijakan pengobatan non farmakologi, Puskesmas Purwantoro 1 menerima informasi tersebut.
3. Bagi masyarakat
Diharapkan bagi responden untuk meningkatkan pola hidup sehat dan bagi penderita hipertensi bisa meminum seduhan daun salam dan daun alpukat digunakan menurunkan tekanan darah pada hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggara, F. H. D., P. Nanang. 2013. Faktor yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi Di

- Puskesmas Telaga Murni Cikarang Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 5 (1), 20-25
- Anggraini, N. (2018). Pengaruh Pemberian rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.
- Dinkes, Jateng. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Surakarta: Dinkes Jateng.
- Dewi, W. K., & Syukrowardi, D. A. (2019). Perbandingan Pengaruh Antara Rebusan Air Daun Salam Dan Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Kelompok Pre-Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gembong, Serang. *Chmk Health Journal*, 3(2), 12–18. <https://www.neliti.com/id/publications/316327>
- Fadlilah, S., Rahil, N. H., & Lanni, F. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (Spo2). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 11(1), 21–30. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.408>
- Hasanudin, H., Adriyani, V. M., & Perwiraningtyas, P. (2018). Hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada masyarakat penderita hipertensi di Wilayah Tlogosuryo Kelurahan Tlogomas kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Journal Nursing News*, 3(1), 787–799. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php>
- Lestari, Wiwis, Et Al. (2018). Pengaruh rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Volume 3, Nomor 2, Juni 2022 Issn : 2774-5848 (Online) Issn : 2774-0524 (Cetak) *Jurnal Kesehatan Tambusai* 267 Putriekasugiarti@gmail.com
- Kusumawaty, J, Hidayat N., Ginanjar E. (2016). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Intensitas Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lakbok Kabupaten Ciamis . *Mutiara Medika*, Vol. 16 No 2: 46-51.
- Margowati ,S, Priyanto, S, Wiharyani (2016). Efektivitas Penggunaan Rebusan Daun Alpukat Dengan Rebusan Daun Salam Dalam Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. *Universty Research Coloquium 2016*, Issn 2407-9189.
- Nainggolan Dkk. (2012). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Dan Keteraturan Kontrol Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Poliklinik Rsud Tugurejo Semarang.
- Smeltzer, Bare. &. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner Dan Suddarth*. Jakarta: Egc, Ed,8 Vol.2.