

**PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN ALPUKAT
TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN
HIPERTENSI DI BANGUNTAPAN
BANTUL**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan di
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta



Disusun Oleh :
PAMUNGKAS CAHYA KUNCARA
201210201053

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH
YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN ALPUKAT
TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI BANGUNTAPAN BANTUL**

**EFFECT OF AVOCADO LEAVES DECOCTION TOWARD
BLOOD PRESSURE OF HYPERTENSIVE PATIENTS IN
BANGUNTAPAN BANTUL**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh:

PAMUNGKAS CAHYA KUNCARA

201210201053

Telah Disetujui pada tanggal : Senin, 8 Agustus 2016

Pembimbing



Ns. Ruhiana, MAN.

**PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN ALPUKAT TERHADAP
TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI
BANGUNTAPAN BANTUL**

**EFFECT OF AVOCADO LEAVES DECOCTION TOWARD BLOOD
PRESSURE OF HYPERTENSIVE PATIENTS IN
BANGUNTAPAN BANTUL**

Pamungkas Cahya Kuncara, Ruhyana
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Aisyiyah Yogyakarta
Email: pamungkascahya@gmail.com

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah mempelajari pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Banguntapan Bantul. Penelitian ini menggunakan rancangan *quasi experiment design with two groups* dengan intervensi pemberian rebusan daun alpukat sebanyak 250cc selama 7 hari berturut-turut. Penelitian melibatkan 23 responden yang diambil dengan teknik *consecutive sampling*. Data *pretest-posttest* tekanan darah dari kelompok kontrol dan eksperimen dianalisis dengan teknik *Independent T-Test* dan *Paired T-Test*. Hasil penelitian menyimpulkan adanya pengaruh signifikan dari pemberian rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi di Banguntapan Bantul ($p < 0,05$).

Kata Kunci : hipertensi, tekanan darah, daun alpukat
Kepustakaan : 5 buku, 2 jurnal
Halaman : 8 halaman

Abstract : This research aim is to studied the effect of avocado leaves decoction toward blood pressure of hypertensive patients in Banguntapan Bantul. The study was quasi experiment design with two groups design with intervention of 250 cc avocado leaves decoction for 7 consecutive days. This study included 23 respondents taken by consecutive sampling. Pretest-posttest data of blood pressure was analyzed using Independent T-Test dan Paired T-Test. Research conclude that there was a significant effect of avocado leaves decoction toward blood pressure of hypertensive patients in Banguntapan Bantul ($p < 0,05$).

Keywords : hypertension, blood pressure, avocado leaves
Bibilography : 5 books, 2 journals
Number of pages : 8 pages

LATAR BELAKANG

Hasil Riskesdas Indonesia pada tahun 2013 menempatkan hipertensi sebagai peringkat ketiga penyebab kematian semua umur dengan proporsi kematian sebesar 6,8%. DIY termasuk satu dari lima besar provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi dengan persentase kasus pada penduduk berusia 18 tahun di atas rata-rata nasional sebesar 25,7% (Kemenkes RI, 2013).

Kasus hipertensi tertinggi di DIY ada di Kabupaten Bantul di mana hipertensi menempati peringkat kedua di seluruh Puskesmas di Kabupaten Bantul pada tahun 2011 dengan jumlah kasus hipertensi 26.117 kasus. Data tersebut belum termasuk penyakit kardiovaskular lain yang menjadi faktor resiko dari hipertensi seperti jantung koroner, gagal jantung, gagal ginjal, stroke dan kerusakan pembuluh darah otak (Dinkes Bantul, 2012).

Dusun Donoloyo di Kecamatan Banguntapan memiliki prevalensi hipertensi yang tinggi. Penderita hipertensi pada usia 25-50 tahun di Dusun Donoloyo adalah sebanyak 77 orang.

Saat ini berbagai metode pengobatan untuk hipertensi telah dikembangkan.

Pengobatan hipertensi pada dasarnya dapat dilakukan secara farmakologi dan non-farmakologi. Teknik farmakologi dilakukan dengan obat anti-hipertensi seperti diuretik, *beta blocker*, *vasodilator*, *inhibitor saraf simpatik*, *alpha blocker*. Pengobatan non-farmakologi dilakukan dengan pola hidup sehat seperti berhenti merokok, penurunan berat badan, penurunan diet garam dan penggunaan obat tradisional (World, 2008 dalam Rohmah 2012).

Penggunaan obat tradisional untuk hipertensi dewasa ini semakin banyak diminati sebagai terapi non-farmakologi untuk mendampingi diet hipertensi (DASH). Salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan adalah rebusan daun alpukat.

Daun alpukat mengandung zat flavonoid yang bersifat diuretik dan salah satu cara kerjanya yaitu dengan mengeluarkan sejumlah cairan, 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 menurun (Utami dalam Faridah 2014).

Keamanan terapi herbal air rebusan daun alpukat 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).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Dusun Donoloyo Tamanan Banguntapan Bantul, dari 20 pasien yang diwawancarai, sebanyak 18 pasien mengeluhkan kesulitan dalam mengontrol tekanan darah dan memenuhi program diet. Alasannya adalah karena banyaknya makanan dengan kadar garam dan gula tinggi di luar rumah dan kesehariannya mereka lebih banyak beraktivitas di luar rumah.

Melihat kondisi tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa pasien hipertensi di Dusun Donoloyo membutuhkan intervensi tambahan untuk mendampingi program diet seperti rebusan daun alpukat. Terlebih lagi di wilayah tersebut pohon alpukat mudah dijumpai di pekarangan warga sehingga daun alpukat merupakan bahan terapi yang murah dan penyajiannya mudah. Daun alpukat juga dapat dipanen sepanjang

tahun. Atas dasar tersebut maka peneliti melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Banguntapan Bantul.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti melakukan penelitian tentang Pengaruh “Pemberian Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Banguntapan Bantul”.

TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Diketahuinya pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Banguntapan Bantul.

2. Tujuan Khusus

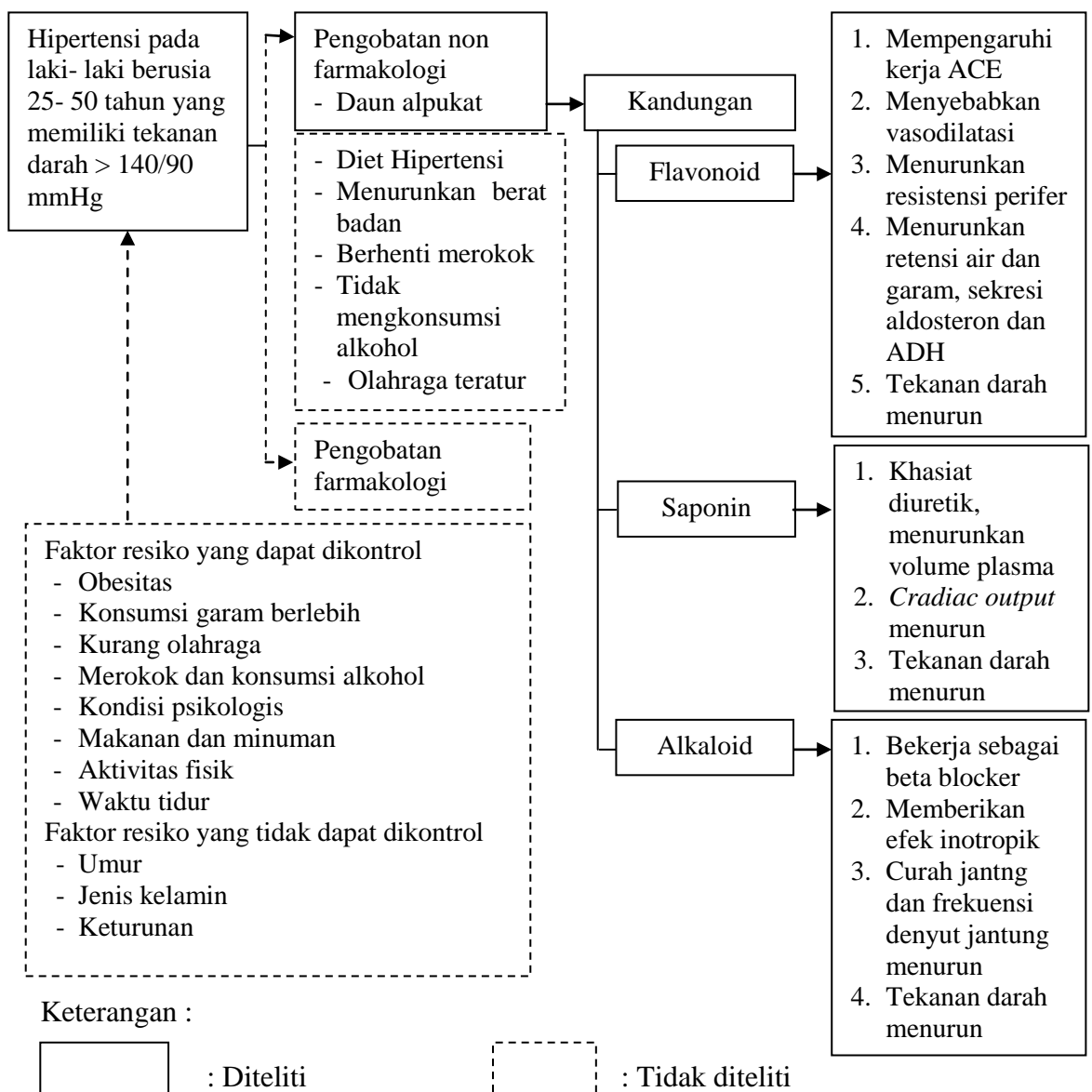
a. Diketahuinya tekanan darah responden sebelum dan setelah diberikan rebusan daun alpukat pada kelompok eksperimen pasien hipertensi di Banguntapan Bantul.

b. Diketahuinya tekanan darah responden sebelum dan setelah diberikan rebusan daun alpukat pada kelompok kontrol pasien hipertensi di Banguntapan Bantul.

c. Diketuainya perbedaan tekanan darah responden sebelum diberikan rebusan daun alpukat pada kelompok kontrol dan eksperimen pasien hipertensi di Banguntapan Bantul.

d. Diketuainya perbedaan tekanan darah responden setelah diberikan rebusan daun alpukat pada kelompok kontrol dan eksperimen pasien hipertensi di Banguntapan Bantul.

KERANGKA KONSEP



Gambar 1. Kerangka Konsep

Hipertensi adalah penyakit degeneratif yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah >140/90 mmHg. Penelitian ini menggunakan responden laki-laki berusia 25 sampai 50 tahun. Hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor resiko yang dapat dikontrol dan tidak dapat dikontrol. Faktor resiko yang dapat dikontrol yaitu obesitas dan konsumsi. Sedangkan faktor yang tidak dapat dikontrol yaitu umur, jenis kelamin dan keturunan.

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu pengobatan farmakologi dan pengobatan non farmakologi. Pengobatan non farmakologi dilakukan dengan cara diet hipertensi (DASH), mengurangi berat badan, berhenti merokok, tidak mengkonsumsi alkohol, melakukan olahraga secara teratur dan pengobatan dengan obat-obatan tradisional. Salah satu obat tradisional yang dapat digunakan adalah daun alpukat.

Daun alpukat dapat menurunkan tekanan darah pada responden penelitian karena dalam daun alpukat mengandung zat flavonoid, saponin dan alkaloid. Zat flavonoid mempengaruhi kerja dari *Angiotensin Converting Enzym (ACE)* yang menyebabkan vasodilatasi

sehingga tahanan resistensi perifer menurun dan dapat menurunkan tekanan darah. Efek lain flavonoid adalah menurunkan retensi air dan garam oleh ginjal, sekresi aldosteron dan *anti diuretic Hormone (ADH)* oleh kelenjar hipopituitari. Sekresi aldosteron yang menurun berefek terhadap penurunan retensi air dan garam oleh ginjal, sedangkan penurunan sekresi ADH menyebabkan penurunan absorpsi air. Penurunan retensi air menyebabkan volume darah menurun, sehingga tekanan darah menurun.

Saponin memiliki khasiat diuretik yang dapat menurunkan volume plasma sehingga *cardiac output* menurun dan menurunkan tekanan darah. Sementara itu alkaloid merupakan *beta blocker* yang memiliki efek inotropik dan konotropik negatif terhadap jantung sehingga curah jantung dan frekuensi denyut jantung berkurang yang menyebabkan tekanan darah menurun.

HIPOTESIS

Ada penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang diberikan rebusan daun alpukat di Dusun Donoloyo Tamanan Banguntapan Bantul.

HASIL PENELITIAN

Pengukuran tekanan darah sistolik dari kedua kelompok perlakuan dan diastolic saat *pretest* dan *posttest* mendapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Tekanan Darah Sistolik Responden

Kelompok	Rata-rata Tekanan Darah (mmHg)			
	Sistolik		Diastolik	
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Eksperimen	138,58	132,50	96,50	91,00
Kontrol	137,82	143,54	91,91	95,45

Pada tabel 1 terlihat bahwa saat *pretest*, rata-rata tekanan darah sistolik kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Akan tetapi saat *posttest*, rata-rata tekanan darah sistolik kelompok eksperimen justru lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol karena tekanan darah sistolik kelompok eksperimen justru menurun dan sebaliknya tekanan darah sistolik kelompok kontrol justru meningkat dari saat *pretest* ke *posttest*.

Pada saat *pretest*, rata-rata tekanan darah diastolik kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok

kontrol. Akan tetapi saat *posttest*, rata-rata tekanan darah diastolik kelompok eksperimen justru lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol karena tekanan darah diastolik kelompok eksperimen justru menurun dan sebaliknya tekanan darah diastolik kelompok kontrol justru meningkat dari saat *pretest* ke *posttest*.

Selanjutnya data *pretest* dan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kontrol dibandingkan melalui pengujian *Independent T-Test*. Hasil pengujian *Independent T-Test* selengkapnya adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Pengujian *Independent T-Test*

Data	Selisih Rata-rata (mmHg)	Signifikansi (p)	Keterangan
<i>Pretest</i>	Sistolik	0,765	Tidak ada beda
	Diastolik	4,591	Tidak ada beda
<i>Posttest</i>	Sistolik	-11,045	Ada beda
	Diastolik	-4,454	Ada beda

Hasil pengujian pada tabel 2 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara data

pretest sistolik maupun diastolik antara kelompok kontrol dengan eksperimen ($p > 0,05$). Sementara itu diketahui ada

perbedaan yang signifikan antara data *posttest* sistolik dan diastolik antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol ($p < 0,05$).

Setelah diketahui perbandingan data *pretest* dan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kontrol. Tahap terakhir adalah membandingkan data *pretest* dan *posttest* pada masing-masing kelompok.

Tabel 3 Hasil Pengujian *Paired T-Test*

Data		Selisih Rata-rata (mmHg)	Signifikansi (p)	Keterangan
Eksperimen	Sistolik	6,083	0,000	Ada beda
	Diastolik	5,500	0,001	Ada beda
Kontrol	Sistolik	-5,727	0,042	Ada beda
	Diastolik	-3,545	0,001	Ada beda

Hasil pengujian pada tabel 3 menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan pemberian terapi air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik responden pada kelompok eksperimen ($p < 0,05$). Tekanan darah sistolik responden kelompok eksperimen rata-rata turun 6,667 mmHg dan tekanan darah diastoliknya rata-rata turun 5,5mmHg. Pada kelompok kontrol, diketahui adanya peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik dari saat *pretest* ke *posttest* yang menandakan kegagalan diet atau kontrol hipertensi responden. Tekanan darah sistolik responden kelompok kontrol rata-rata naik 5,727 mmHg dan tekanan darah diastoliknya rata-rata naik 3,545 mmHg.

Rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok

eksperimen karena pemberian terapi air rebusan daun alpukat pada penelitian ini berada di bawah rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik Faridah (2014) dengan teknik intervensi yang sama. Rata-rata penurunan tekanan darah pada penelitian Faridah (2014) untuk sistolik dan diastolik masing-masing adalah sebesar 20mmHg.

Efektivitas yang lebih rendah ini disebabkan karena adanya peranan faktor pola konsumsi yang tidak dikendalikan, gaya hidup dan jenis hipertensi. Pada penelitian ini rata-rata tekanan darah sistolik kelompok eksperimen (138,58mmHg) dan kelompok kontrol (132,50 mmHg) menunjukkan bahwa rata-rata responden tekanan darah sistoliknya berada pada rentang pre-hipertensi. Sementara itu rata-rata tekanan darah diastolik

kelompok eksperimen (96,50 mmHg) dan kelompok kontrol (91,91 mmHg) menunjukkan bahwa rata-rata responden tekanan darah diastolik berada pada rentang hipertensi stadium 1. Nilai rata-rata kategori tekanan darah diastolik yang lebih tinggi dari rata-rata kategori tekanan darah sistolik tersebut menunjukkan bahwa rata-rata responden mengalami hipertensi diastolik. Dalam pengobatannya, hipertensi diastolik lebih sulit diturunkan dibandingkan hipertensi sistolik karenanya tekanan darah diastolik paling penting untuk diwaspadai karena dapat menyebabkan gagal jantung dan stroke (Black dan Elliott, 2007).

Selain jenis hipertensi, faktor gaya hidup terkait dengan tingginya paparan asap rokok juga dapat berpengaruh. Meskipun seluruh responden bukanlah perokok, akan tetapi paparan asap rokok di wilayah Dusun Donoloyo cukup

tinggi sebab mayoritas warga adalah perokok aktif.

Asap sampingan yang dihisap perokok pasif 2 kali lebih banyak dibandingkan asap utama dengan kadar karbon monoksida sekitar 2-4 kali lebih tinggi, kadar nikotin 2-3 kali lebih tinggi dan kadar nitrosamine 50 kali lebih tinggi. Nikotin merangsang zat kimia di otak yang mengakibatkan kecanduan dan merangsang kelenjar adrenalin untuk memproduksi hormon yang mengganggu jantung, akibatnya tekanan darah dan denyut jantung meningkat. (Kemenkes RI, 2011). Jadi meskipun responden mendapatkan terapi rebusan daun alpukat untuk mengontrol tekanan darah, mereka tetap tidak terlepas dari paparan asap rokok karena tinggal dan bekerja di wilayah Banguntapan dengan cakupan perokok aktif mencapai 80%. Hal ini tentunya berpengaruh pada efektivitas terapi daun alpukat.

JALANNYA PENELITIAN

Pada pelaksanaannya penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena tidak dapat mengendalikan variabel pengganggu pada kedua kelompok penelitian seperti variabel stres, gaya hidup, waktu tidur dan obesitas.

Variabel-variabel pengganggu tersebut menyebabkan adanya penurunan efektivitas dari terapi air rebusan daun alpukat karena intervensinya yang bersifat melemahkan sehingga hasil penelitian ini menjadi kurang maksimal.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Hasil *Paired T-Test* menunjukkan adanya pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi di Banguntapan Bantul.
2. Pasien hipertensi di Banguntapan Bantul dari kelompok eksperimen mengalami penurunan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik setelah pemberian terapi rebusan daun alpukat.
3. Pasien hipertensi di Banguntapan Bantul dari kelompok kontrol mengalami peningkatan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik setelah pemberian terapi rebusan daun alpukat.
4. Hasil *Independent T-Test* menunjukkan tidak adanya perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan pada pasien hipertensi di Banguntapan Bantul dari kelompok kontrol dan

eksperimen sebelum pemberian terapi rebusan daun alpukat.

5. Hasil *Independent T-Test* menunjukkan adanya perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan pada pasien hipertensi di Banguntapan Bantul dari kelompok kontrol dan eksperimen setelah pemberian terapi rebusan daun alpukat.

Saran

1. Bagi responden penelitian dan pasien hipertensi pada umumnya Responden penelitian dan pasien hipertensi pada umumnya disarankan untuk menjadikan terapi rebusan daun alpukat sebagai terapi alternatif pendamping diet hipertensi.
2. Bagi peneliti selanjutnya Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengendalikan variabel-variabel pengganggu yang belum dikendalikan pada penelitian ini (obesitas, waktu tidur, pola makan) untuk meningkatkan hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Black, H.R.; Elliot, W.J. (2007). *Hypertension: A Companion to Braunwald's Heart Disease*. Elsevier Health Sciences, Philadelphia.
- Dinkes Bantul, (2012). *Profil Kesehatan Kabupaten Bantul*. Dinas Kesehatan Bantul, Bantul.
- Faridah, V.N. (2014). Rebusan Daun Alpukat (*Persea Americana Mill*) Dapat Menurunkan Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Penderita Hipertensi Usia 45-59 Tahun Di Desa Turi Kec. Turi Lamongan, *Jurnal Surya* 01(17): 64-74.
- Kemenkes RI. (2011). *Penanggulangan Masalah Merokok Melalui Radio*. Pusat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Kemenkes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Rohmah, N. (2012). Pengaruh Pemberian 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. S.; Suharjo. (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.