

**PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN ALPUKAT
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI BPLU SENJA CERAH
PROVINSI SULAWESI UTARA**

**Iin Fitah Camalia
Franly Onibala
Vandri D. Kallo**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran

Universitas Sam Ratulangi Manado

Email : Fitahcamalia05@gmail.com

Abstract *The elderly are groups of people undergoing a gradual process of change over a period of decades. Hypertension is a condition when the pressure in the blood vessel increases chronically. Peripheral vascular resistance increases in the hard and inelastic veins. **The purpose** this is to know the effect of water decoction of avocado leaves to decrease blood pressure in elderly in BPLU Senja Cerah North Sulawesi Province. **The Design study** This research uses Pre Experiment design One group Pretest Posttest approach where the selected intervention group then done pre (before) and post (before). Sampling technique using systematic random sampling with the number **The sample** 15 person. Result of Wilcoxon Sign Rank Test statistic with 95% confidence level ($\alpha = 0,05$) and obtained p value $0,04 < 0,05$. **The conclusion** that there is Influence of water decoction of avocado leaves to decrease blood pressure in elderly with hypertension in BPLU Senja Cerah North Sulawesi Province **The recommendation** Adding references or literature for further researchers to be able to examine also about matters relating to the influence of water decoction of avocado leaves on the elderly. **Keywords** : giving avocado leaf water to decrease blood pressure*

Abstrak Usia lanjut adalah kelompok orang yang sedang mengalami suatu proses perubahan yang bertahap dalam jangka waktu beberapa dekat. Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan di pembuluh darah meningkat secara kronis.. **Tujuan** ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara. **Desain Penelitian** ini menggunakan *desain Pre Experimen* dengan *One group Pretest Posttest* dimana dipilih kelompok intervensi kemudian dilakukan pre (sebelum) dan post (sebelum). **Sampel** menggunakan *systematic random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang. **Hasil penelitian** statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) dan diperoleh p value $0,04 < 0,05$. **Kesimpulan** terdapat Pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara. **Saran** Menambah referensi atau pustaka bagi peneliti selanjutnya agar dapat meneliti juga tentang hal yang berkaitan dengan pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat pada lansia. **Kata kunci** :Pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) lanjut usia (lansia) adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih. Secara global pada tahun 2013 proporsi dari populasi penduduk berusia lebih dari 60 tahun adalah 11,7% dari total populasi dunia dan diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Data *WHO* menunjukkan pada tahun 2000 usia harapan hidup orang di dunia adalah 66 tahun, pada tahun 2012 naik menjadi 70 tahun dan pada tahun 2013 menjadi 71 tahun. Jumlah proporsi lansia di Indonesia juga bertambah setiap tahunnya. Data *WHO* pada tahun 2009 menunjukkan lansia berjumlah 7,49% dari total populasi, tahun 2011 menjadi 7,69% dan pada tahun 2013 didapatkan proporsi lansia sebesar 8,1% dari total populasi (*WHO*, 2015)

Pertama di Sulawesi utara dengan jumlah kasus sebanyak 15,0 % 4 pada tahun 2013, jumlah kasus hipertensi di kotamobagu sebesar 6.591 kasus, angka ini mengalami penurunan dari tahun sebelumnya sebanyak 8.234 kasus. Walaupun terjadi penurunan angka kejadian hipertensi, tetapi hipertensi tetap menempati posisi kedua penyakit yang paling sering diderita oleh masyarakat kotamobagu (Sulut, 2013).

Lanjut usia (lansia) adalah usianya 60 tahun ke atas, lansia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap selanjutnya dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis, kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kesepakatan secara individual (Effendi, 2009).

Sekitar 25% orang dewasa di United State menderita penyakit hipertensi pada tahun 2011-2012. Tidak ada perbedaan prevalensi antara laki-laki dan wanita tetapi

prevalensi terus meningkat berdasarkan usia: 5% usia 20-39 tahun, 26% usia 40-59 tahun, dan 59,6% untuk usia 60 tahun ke atas (Aoki dkk, 2014). Hipertensi di masyarakat belum terdiagnosis. Hal ini terlihat dari hasil pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas ditemukan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 31,7%, dimana hanya 7,2% penduduk yang sudah mengetahui memiliki hipertensi dan hanya 0,4% kasus yang minum obat hipertensi. Hal ini menunjukkan, 76% kasus hipertensi di masyarakat belum terdiagnosis atau 76% masyarakat belum mengetahui bahwa mereka menderita hipertensi (Yoga, 2012). Daun Alpukat berperan sebagai diuretik karena daun alpukat dipercaya menambah volume urine yang dihasilkan saat urinasi. Efek penambahan volume urine adalah mengurangi tekanan darah dan masalah batu ginjal. Diuretik diakui sebagai cara ampuh menangani hipertensi dan batu ginjal yang disarankan oleh WHO pada tahun 2003 dan Japan Nuclear Cycle Development Institute (JNC) VII. Ekstrak daun alpukat berguna untuk meningkatkan pengeluaran jumlah urine. Dosisnya adalah 100 mg ekstrak daun alpukat/ kg berat badan. Daun ini juga bisa digunakan sebagai peluruh kencing dan antibakteri (*Staphylococcus, Sp., pseudomonas, Sp., Escherichia, Sp*) (Wardany, 2015). Daun Alpukat ini secara empiris dipercayai sebagai diuretik yaitu menambah volume urin yang dihasilkan saat urinasi untuk mengurangi tekanan darah. Kandungan kimia daun alpukat diantaranya *saponin, tanin, phlobatanin, flavanoid, alkaloid, dan polisakarida. Flavonoid* pada daun alpukat memiliki fungsi menurunkan tekanan darah (Anna, 2011). Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu fungsi organ-organ lain, terutama organ-organ vital seperti jantung dan ginjal.

Seseorang dinyatakan hipertensi bila tekanan sistolnya mencapai diatas 140 mmhg dan tekanan diastolik diatas 90 mmhg. Faktor – faktor yang berperan penting sebagai penyebab hipertensi antara lain perubahan gaya hidup seperti merokok, minum alcohol, pola makan tidak seimbang dan kurangnya aktifitas fisik Martha, (2013).

Hasil penelitian di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara menunjukkan bahwa sebelum melakukan pengukuran tekanan darah pada sistol sebelum terdapat pra hipertensi 6 lansia, normal 6 lansia, dan hipertensi derajat 1 3 lansia. Dan setelah dilakukan pemberian air rebusan daun alpukat terdapat normal 10 lansia dan prahipertensi 5

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis Pre-Experimen dengan rancangan penelitian one group pretest-posttest. Pada desain penelitian ini sudah dilakukan observasi pertama (pretest) sehingga peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan, tetapi dalam desain ini tidak ada kelompok. Tempat dan waktu penelitian dilaksanakan di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara. Pada Bulan April sampai 10 September 2017. Populasi yang di ambil 15 orang.

HASIL dan PEMBAHASAN

1. Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara

Umur	n	%
≤75tahun	5	33,3
≥75tahun	10	66,7
Total	15	100

Sumber data primer 2017

Berdasarkan data tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berusia rata-rata ≥ 75 tahun (66,7) dan lebih kecil ≤ 75 tahun (33,3).

2. Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	5	33,3
Perempuan	10	66,7
Total	15	100

Sumber data primer 2017

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan jenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu 10 orang (66,7) dan laki-laki lebih sedikit yaitu 5 orang (33,3).

Kartika, (2013) hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden yang menderita hipertensi berjenis kelamin perempuan. Perbandingan antara responden laki-laki dan perempuan pada penelitian ini, ternyata lebih banyak perempuan yang menderita hipertensi dibandingkan responden perempuan.

3. Agama

Tabel 3. Distribusi Frekuensi berdasarkan Agama Responden di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi utara.

Agama	n	%
Kristen Protestan	13	86,7
Katolik	2	13,3
Total	15	100

Sumber data primer 2017

Berdasarkan data tabel 3 menunjukkan bahwa karakteristik responden yang beragama Kristen protestan lebih banyak yaitu 13 orang (86,7), dan lebih sedikit agama katolik yaitu 2 orang (13,3).

Menurut peneliti (Margowati, 2016). bahwa kebutuhan rohani diberikan sesuai agama yang dianut oleh lansia. Untuk yang beragama Kristen melakukan ibadah bersama diaula yang ada dipanti tersebut setiap hari rabu pagi. Begitu juga dengan agama katolik juga seperti itu.

4. Pendidikan Terakhir

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara

Pendidikan terakhir	n	%
SD	11	73,3
SMP	4	26,7
Total	15	100

Sumber data primer 2017

Berdasarkan data tabel 4 pendidikan terakhir lansia menunjukkan bahwa lansia yang berpendidikan terakhir SD lebih banyak yaitu 11 orang (73,3), dan SMP lebih sedikit yaitu 4 orang (26,7).

Hasil peneliti sebelumnya tingkat pendidikan subjek yang terbanyak yaitu kategori tingkat pendidikan dasar yaitu sebanyak rata-rata tingkat pendidikan dalam penelitian ini yaitu (kategori SD) dan SMP Ningtyas, (2014).

5. Tekanan Darah Sebelum Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat

Tabel. 5. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sebelum Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Pada Lansia Dengan Hipertensi Di BPLU Senja Cerah Manado Provinsi Sulawesi Utara.

Tekanan Darah	n	%
Normal	6	40,0
Prahipertensi	6	40,0
Hipertensi derajat 1	3	20,0
Total	15	100

Sumber data primer 2017

Pengukuran sebelumnya terdapat prahipertensi 6 orang (40,0) dan normal 6 orang (40,0) dan terdapat juga hipertensi derajat 1 3 orang (20,0).

6. Tekanan Darah Sesudah Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sesudah Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Pada Lansia Dengan Hipertensi Di BPLU Senja Cerah Manado Provinsi Sulawesi Utara

Tekanan Darah	n	%
Normal	10	66,7
Prahipertensi	5	33,7
Total	15	100

Sumber data primer 2017

Berdasarkan tabel 6 di atas menunjukkan bahwa tekanan darah normal sebanyak 10 orang (66,7%) dan prahipertensi sebanyak 5 orang (33,7%).

7. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Pada Lansia Dengan Hipertensi.

Tabel 7. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Pada Lansia Dengan Hipertensi Di BPLU Senja Cerah Manado Provinsi Sulawesi Utara.

Variabel	n	p-value
Tekanan darah		
Negative Ranks		
Sesudah –Tekanan	15	0,001
Positive Ranks		
Darah Sebelum		
Ties		
Total	15	100

Sumber data primer 2017

Hasil penelitian berdasarkan tabel 7 di atas menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun alpukat terhadap lansia dengan menggunakan uji statistic *Wilcoxon (signed Rank Test)* diperoleh nilai 0,001 yang berarti lebih kecil dari ($\alpha = 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat pada lansia dengan hipertensi di BPLU Senja Cerah Manado Provinsi

Sulawesi Utara. Dengan demikian Ha diterima dan Ho ditolak.

Hasil penelitian oleh Kuncoro, (2013) yang berjudul Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Banguntapan Bantul menyatakan ada pengaruh yang signifikan dalam pemberian terapi air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik dan tekanan darah diastolik terkontrol diketahui adanya peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik dan saat pretest dan posttest yang menandakan kegagalan diet atau kontrol hipertensi dan tekanan darah diastolik rata-rata naik rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok perbedaan yang signifikan antara data posttest sistolik dan diastolik.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara pada bulan april sampai 10 september 2017

1. Sebagian besar responden teridentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum diberikan air rebusan daun alpukat
2. Sebagian besar lansia yang tinggal di BPLU Senja Cerah sesudah diberikan air rebusan daun alpukat maka tekanan darah pada lansia dengan hipertensi memiliki tekanan darah yang normal.
3. Ada pengaruh air rebusan daun alpukat terhadap lansia dengan hipertensi di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara.

DAFTAR PUSTAKA

Anna, M. (2011). Efek Seduhan Daun Alpukat (Persea American Mill) Terhadap Tekanan Darah. <http://repositori.unand.ac.id/17830/> Diakses Pada Tanggal 12 Januari 2014.

Aoki. Dkk, (2014). Tekanan Darah Pada Lansia Dipanti Sosial Tresna

Wherdah. Skripsi Dari Kampus Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

Depkes, (2003). Jurnal keperawatan Pengertian Lansia.

Katika, M.R. (2014). Pengaruh Pemberian Seduhan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Dukuh Peniten Sinom Karanganyam. Diakses Pada Tanggal 13 Febuari 2014.

Kuncoro, C.H. (2015) “ Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Banguntapan Bantul” Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Jogjakarta Diakses Pada Tanggal 8 Agustus 2015.

Margowati, S. (2015). Efektivitas Pengguna Rebusan Alpukat Dalam Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang. Diakses Pada Bulan Febuari 2016.

Potter, PA. Perry, A.G. Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Sulut, 2013 Hipertensi Di Kotamobagu.

Wahdah, N. (2011). Menaklukan Hipertensi Dan Diabetes, Umbulharjo. Yogyakarta: Multipress Jl. Veteran No.97 A.

Wardany, H. K. (2015). Sehat Tanpa Obat Dengan Alpukat (Ed. 2).

Yogyakarta: Rapha Publishing

WHO, (2015). Pengertian Lansia, Skripsi Dari Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

Yoga, T. (2012). Masalah Hipertensi Diindonesia. <http://www.depkes.go.id/index.wv=2&id=1909> Diakses Pada Tanggal 04 Desember 2013.