

Pengaruh Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita

The Effect of Boiled Avocado Leaf Water on Reducing Blood Pressure in Elderly People with Hypertension at the Harapan Kita Social Home

¹Selamat Parmin, ²Pradya Putri Carisma, ³Yazika Rimbawati, ⁴Serli Wulan Safitri

¹²³⁴Universitas Kader Bangsa, Indonesia

Email : Serlisafitri124@gmail.com

Submisi:1 Mei 2025; Penerimaan:15 Juni 2025; Publikasi 30 Juni 2025

Abstrak

Pendahuluan: Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah meningkatnya tekanan darah diatas normal yaitu 140/90 mmHg dan dapat mengalami resiko kesakitan bahkan kematian. Banyak cara untuk menurunkan tekanan darah salah satunya dengan menggunakan air rebusan daun alpukat. Tujuan: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Palembang tahun 2024. Metode: Penelitian ini menggunakan desain two group pre test post test design quasy eskperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Palembang sebanyak 40 lansia. Sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik total sampling. Penelitian ini dilakukan selama 7 hari. Hasil: Hasil analisa dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test pada kelompok intervensi sistolik dan diastolik diperoleh nilai p-value 0,000 (<0,05), sedangkan pada kelompok kontrol sistolik p-value 0,657 dan diastolik p-value 0,351 (>0,05), , analisa dengan uji Mann-Whitney U Test diperoleh nilai p-value 0,000 <0,05, Kesimpulan: adanya pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Palembang.

Kata kunci : Daun alpukat, lansia, hipertensi

Abstract

Introduction: Hypertension or high blood pressure is an increase in blood pressure above normal, namely 140/90 mmHg and can result in a risk of illness and even death. There are many ways to lower blood pressure, one of which is by using boiled avocado leaf water. Objective: The aim of this research is to determine the effect of giving water boiled with avocado leaves on reducing blood pressure in elderly people with hypertension at the Harapan Kita Social Home in Palembang in 2024. Method: This research uses a two group pre test post test design quasi experiment. The population in this study was 40 elderly people suffering from hypertension at the Harapan Kita Social Home in Palembang. The sample in this study used a total sampling technique. This research was conducted for 7 days. Results: The results of analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test in the systolic and diastolic intervention groups obtained a p-value of 0.000 (<0.05), while in the control group the systolic p-value was 0.657 and the diastolic p-value was 0.351 (>0.05), , analysis using the Mann-Whitney U Test obtained a p-value of 0.000 < 0.05. Conclusion: there is an effect of giving boiled avocado leaf water on reducing blood pressure in elderly people with hypertension at the Harapan Kita Social Home in Palembang.

Keywords : Avocado leaves, Ederly, Hypertension

Pendahuluan

Proses alami yang tak terelakan, terjadi sepanjang hidup dan berlangsung terus menerus dikenal sebagai penuaan. Penuaan menyebabkan perubahan pada struktur fisiologi, biokimia, dan tubuh, yang pada akhirnya mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Muliani & Jumaidi Sapwal, 2022). Lanjut usia (Lansia) adalah suatu proses di mana jaringan secara bertahap kehilangan kemampuan untuk memperbaiki atau memperbaharui diri, serta mempertahankan struktur dan fungsi normalnya. Penurunan struktur dan fungsi organ juga mempengaruhi sistem kardiovaskular, di mana dinding arteri menebal dan mengeras akibat *ateriosclerosis*. Salah satu penyakit kardiovaskular yang sering menyerang lansia adalah hipertensi, hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi medis seseorang mengalami peningkatan tekanan darah yang lebih tinggi dari biasanya (Astuti *et al.*, 2021). hipertensi merupakan penyakit kardiovaskular yang menghadapi tantangan besar di Indonesia, mencapai 25,8%. Kondisi ini dapat menimbulkan sejumlah komplikasi yaitu jantung koroner, gagal jantung, stroke, penyakit ginjal kronis, kerusakan retina mata, dan penyakit vascular perifer lainnya (Ramdaniah Putri *et al.*, 2023). Menurut data *World Health Organization* (WHO), prevelensi hipertensi di dunia diperkirakan mencapai 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun, 1,56 miliar pada tahun 2020, dan 1,13 miliar pada tahun 2019. Sekitar dua pertiga kasus hipertensi terjadi di negara-negara dengan penghasilan menengah ke bawah. Jumlah ini akan terus meningkat setiap tahunnya dan diperkirakan mencapai 1,5 miliar kasus pada tahun 2025, sedangkan angka kematian akibat hipertensi dan komplikasinya mencapai 9,4 juta orang setiap tahunnya (Astuti *et al.*, 2021).

Hipertensi menempati urutan ke 3 sebagai salah satu pembunuh tertinggi di Indonesia setelah stroke dan tuberkulosis

sebesar 6,8 % dari proporsi penyebab kematian pada semua umur (Firman *et al.*, 2020). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Sumatera Selatan menyatakan bahwa jumlah kasus hipertensi tahun 2019 sebanyak 28,3390 jiwa, pada tahun 2020 sebanyak 64,5104 jiwa, dan terjadi peningkatan pada tahun 2021 sebanyak 98,7 295 jiwa, dan pada tahun 2022 berjumlah 14,97736 jiwa (Aryani Novy *et al.*, 2023). Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2022, Kota Palembang menyumbang angka tertinggi sebesar 411.518 penderita hipertensi. Sedangkan. Kota Prabumulih menjadi wilayah dengan penderita hipertensi terendah, yaitu sebanyak 16.105 jiwa. Dari jumlah estimasi penderita hipertensi tersebut hanya 74,9% (1.482.243 penderita) yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Persentase ini mengalami peningkatan dari tahun 2021 yaitu 49,5% 987.295 penderita (Dinkes Sumatera Selatan, 2022). Berdasarkan *study* pendahuluan dan data, yang dilakukan di Panti Sosial Harapan Kita Palembang hipertensi merupakan penyakit tertinggi nomor 1. Saat ini, berbagai metode telah dikembangkan untuk mengatasi hipertensi. Pengobatan hipertensi pada dasarnya dapat dilakukan dengan metode farmakologis dan non farmakologis. Teknik farmakologi dilakukan dengan obat antihipertensi seperti *deuretik*, *beta blocker*, *vasodilator*, *inhibitor saraf simpatik*, *alpha blocker*. Pengobatan non farmakologi untuk hipertensi mencakup perubahan pola hidup sehat seperti berhenti merokok, menurunkan berat badan, mengurangi konsumsi garam, dan penggunaan obat tradisional. Selain itu, terapi non-farmakologi yang dapat diterapkan pada penderita hipertensi adalah daun alpukat (Wiwis *et al.*, 2022). Daun alpukat berfungsi sebagai diuretik karena dapat meningkatkan volume urine. Peningkatan volume urine ini dapat membantu menurunkan tekanan darah dan mengatasi masalah batu ginjal. Diuretik dikenal

sebagai metode efektif untuk mengatasi hipertensi dan batu ginjal sesuai rekomendasi WHO dan *Japan Institute For Nuclear Cycle Development* (JNC) VII pada tahun 2013 (Wijaya L & Simaibang A, 2024).

Hipertensi merupakan penyakit dengan angka kejadian tinggi yang rentan menyerang kelompok berisiko seperti lansia. Penerapan terapi non farmakologi yang berbahan dasar herbal, murah, dan mudah di dapat membantu permasalahan penurunan tekanan darah pada lansia. Daun alpukat yang mengandung alkaloid, flavonoid, sterol, kalium, dan juga saponin. Alkaloid mempunyai khasiat seperti β -blocker, flavonoid berfungsi untuk melancarkan peredaran darah dan mencegah terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah, sterol berfungsi mengurangi kadar kolesterol dan menjaga struktur fungsi membran, kalium berfungsi untuk keseimbangan elektrolit dan mengontrol tekanan darah, dan saponin berfungsi sebagai diuretik dengan cara mengeluarkan air dan elektrolit terutama natrium. Sehingga air rebusan daun alpukat mampu menurunkan tekanan darah, maka dari itu air rebusan daun alpukat sangat direkomendasikan sebagai obat nonfarmakologi hipertensi karena murah, mudah, dan dapat mengurangi efek samping obat farmakologi bagi lansia. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Leni Wijaya & Aulia Simaibang, (2024) yang berjudul Pemberian Terapi Komplementer Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Pembantu Desa Bumi Pratama Mandira. pada hasil sebelum diberikan pengobatan komplementer dengan rebusan daun alpukat, rata-rata tekanan darah sistolik adalah 143/90 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik adalah 92/20 mmHg, sedangkan setelah diberikan terapi komplementer dengan rebusan daun alpukat, diperoleh rerata tekanan darah diastolik 132/00 mmHg dan diastolik 82/33 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa

terapi komplementer dengan rebusan daun alpukat merupakan pengobatan alternatif non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Indrawati *et al.*, (2023) yang berjudul Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Naumbai. Sebelum diberikan 4 lembar daun alpukat yang direbus (200cc) selama kurang lebih 7 hari tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia penderita hipertensi adalah 168/53 mmHg dan 95/00 mmHg. Lalu, setelah diberikan 4 lembar daun alpukat yang direbus (200cc) rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik 7 hari untuk orang dewasa dan lanjut usia pasien hipertensi adalah 156/73 mmHg. Ada pengaruh setelah diberikan 4 lembar daun alpukat (200cc) sehari sekali selama 7 hari. Hal ini terbukti mengurangi tekanan darah pada lansia dengan hipertensi melalui uji *T* test dependen dengan *p Value* 0,00 ($p < 0,05$). Penelitian yang dilakukan oleh Wiwis Lestari *et al.*, (2022) yang berjudul Pengaruh Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. Hasil penelitian pada hipertensi menunjukkan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi sebelum pemberian rebusan daun alpukat adalah 142/92 mmHg, sedangkan rerata tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi setelah pemberian rebusan daun alpukat 120/80 mmHg. Berdasarkan uji statistik terdapat perbedaan sebesar 0,000 ($<0,05$) tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun alpukat. Yang berarti rebusan daun alpukat mempunyai efek menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Kuok, Kabupaten Kempar.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, desain yang digunakan adalah *quasy eksperimen* dengan rancangan *two group pre test post test design*. Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Harapan Kita Palembang pada bulan Juni 2024. Populasi pada penelitian ini berjumlah 40 lansia yang menderita hipertensi. Pengambilan sampel menggunakan *tehnik total sampling* yang di bagi menjadi 2 kelompok intervensi dan kontrol masing-masing 20 responden. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Penelitian ini dilakukan selama 7 hari, tahapan yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada lansia sebelum intervensi, kemudian diberikan terapi komplementer air rebusan daun alpukat yang dibuat menggunakan 5 lembar daun alpukat dan air sebanyak 200ml setiap pagi, setelah hari ke-7 dilakukan pengukuran tekanan darah kembali yang bertujuan untuk melihat adanya penurunan ataupun peningkatan.

Data terdistribusi tidak normal menggunakan uji *Shapiro-Wilk*, dan dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui pengaruh, setelah itu dilanjutkan dengan melakukan uji *Man Whitney U Test* untuk mengetahui perbandingan dua kelompok. Etika penelitian menggunakan *informed consent*, responden yang bersedia telah mengisi dan menandatangani lembar persetujuan.

Hasil dan Pembahasan

Pelitan ini melibatkan 40 responden yang berada di Panti Sosial Harapan Kita Palembang. Dalam bab ini akan disampaikan hasil penelitian dalam dua bentuk, yaitu analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden penelitian dan analisis bivariat untuk mengetahui perbedaan tekanan darah responden hipertensi sebelum dan sesudah pemberian intervensi, dan perbandingan dua kelompok dalam bentuk table distribusi. Pengumpulan data diambil menggunakan lembar observasi

Tabel 1 Karakteristik Responden di Panti Sosial Harapan Kita

No	Karakteristik Responden	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		N	%	N	%
1	Usia				
	45-54 tahun	5	25%	0	0%
	55-65 tahun	7	35%	11	55%
	66-74 tahun	4	20%	5	25%
	75-90 tahun	2	10%	4	20%
	>90 tahun	2	10%	0	0%
	Total	40			
2	Jenis Kelamin				
	Laki-laki	9	45%	7	40%
	Perempuan	11	55%	13	60%
	Total	40			

3	Pendidikan				
	Sarjana	0	0%	0	0%
	SMA	11	55%	8	40%
	SMP	4	20%	3	15%
	SD	1	5%	4	20%
	TS	4	20%	5	25%
Total		40			

Berdasarkan tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok dibagi menjadi lima kelompok yaitu rentang usia 45-54 tahun, 55-65 tahun, 66-74 tahun, 75-90 tahun, dan >90 tahun. Dari 20 responden pada kelompok intervensi karakteristik usia paling banyak adalah 55-65 tahun berjumlah tujuh lansia. Sedangkan dari 20 responden pada kelompok kontrol karakteristik usia paling banyak adalah 55-65 tahun berjumlah sebelas lansia. Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian jenis kelamin dibagi menjadi dua kelompok yaitu laki-laki dan Perempuan. Pada kelompok intervensi

jenis kelamin terbanyak adalah Perempuan berjumlah sebelas responden, sedangkan pada kelompok kontrol karakteristik usia terbanyak adalah perempuan berjumlah tiga belas responden.

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian karakteristik Pendidikan dibagi menjadi lima macam yaitu: Sarjana, SMA, SMP, SD, dan tidak sekolah (TS). Pada kelompok intervensi karakteristik Pendidikan paling banyak adalah SMA berjumlah sebelas responden, sedangkan pada kelompok kontrol karakteristik pendidikan terbanyak adalah SMA berjumlah delapan responden.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Rata-rata Tekanan Darah Pretest Posttest Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol

Tekanan darah	Kelompok	Mean	Median	Standar Deviasi	Min-Max
Sistolik <i>pre</i>	Intervensi	165,85	157	20,785	143-202
Sistolik <i>Post</i>		134,45	135	4,370	127-140
Diastolik <i>pre</i>		94,55	92	8,178	83-109
Diastolik <i>Post</i>		78,05	80	3,486	70-80
Sistolik <i>pre</i>	Kontrol	151,45	150	7,229	143-167
Sistolik <i>post</i>		151,95	150	8,512	142-170
Diastolik <i>pre</i>		89,7	90	6,44	80-109
Diastolik <i>post</i>		91,35	90	6,627	80-100

Tekanan darah sistolik adalah angka teratas dan merujuk pada jumlah tekanan yang dialami oleh arteri saat jantung berdetak (Fogoros N, 2023). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada empat puluh responden yang ada di Panti Sosial Harapan Kita Palembang tahun 2024 didapatkan distribusi rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi

pre-test sebelum diberikan air rebusan daun alpukat pada kelompok intervensi adalah 165,85 mmHg yaitu hipertensi kategori derajat tiga. Sedangkan nilai rata-rata tekanan darah sistolik kelompok kontrol pada awal pengukuran adalah 151,85 mmHg yaitu hipertensi kategori derajat satu. Sedangkan nilai rata-rata *post-test* tekanan darah sistolik setelah 7

hari diberikan air rebusan daun alpukat didapatkan nilai 134,45 mmHg pada kelompok intervensi, sedangkan nilai rata-rata *post test* pada kelompok kontrol pengukuran hari ketujuh didapatkan hasil 151,95 mmHg. Tekanan darah diastolik adalah angka terendah dan merujuk pada jumlah tekanan dalam arteri saat jantung sedang beristirahat di antara detak jantung (Fogoros N,2023). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada empat puluh responden yang ada di Panti Sosial Harapan Kita Palembang tahun 2024 didapatkan rata-rata tekanan darah diastolik pada kelompok intervensi sebelum diberikan air rebusan daun alpukat adalah 94,55 mmHg, sedangkan pada kelompok kontrol awal pengukuran tekanan darah diastolik didapatkan hasil 89,7 mmHg.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan nilai rata-rata tekanan darah diastolik *post-test* setelah diberikan

air rebusan daun alpukat didapatkan hasil 78,5 mmHg, sedangkan nilai rata-rata diastolik *post -test* kelompok kontrol pada pengukuran hari ketujuh didapatkan hasil 91,35 mmHg. Nilai maksimum pada kelompok intervensi diastolik (*post-test*) setelah diberikan air rebusan daun alpukat adalah 80 mmHg. Maka peneliti berasumsi bahwa adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok intervensi yang diberikan air rebusan daun alpukat selama tujuh hari di Panti Sosial Harapan Kita Palembang tahun 2024. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata tekanan darah *pre-test* dan *post-test* yang mengalami penurunan. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan air rebusan daun alpukat selama tujuh hari tidak mengalami penurunan tekanan darah sistolik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata tekanan darah pada *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol yang tidak mengalami penurunan

Tabel 3 Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi

Tekanan darah	Kelompok	Mean	P-Value
Intervensi	Sistolik <i>Pre</i>	165,85	0,000
	Sistolik <i>Post</i>	134,45	
	Diastolik <i>Pre</i>	94,55	0,000
	Diastolik <i>Post</i>	78,05	
Kontrol	Sistolik <i>Pre</i>	151, 45	0,657
	Sistolik <i>Post</i>	151,95	
	Diastolik <i>Pre</i>	89,7	0,351
	Diastolik <i>Post</i>	91,35	

Berdasarkan hasil penelitian pada table 3 yang telah dilakukan, pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Palembang tahun 2024 telah dilakukan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun alpukat. Dua puluh responden yang diberikan air rebusan daun alpukat mengalami penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik dengan hasil

Asymp.Sig.(2-tailed) *P-Value* 0,000 lebih kecil dari pada $<0,05$ hal ini menyatakan adanya pengaruh yang signifikan setelah diberikan air rebusan daun alpukat selama tujuh hari. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada penurunan tekanan darah yang signifikan. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Palembang tahun 2024.

Peneliti berasumsi bahwa, kandungan daun alpukat yang mengandung alkaloid, flavonoid, sterol, kalium, dan juga saponin. Alkaloid mempunyai khasiat seperti β -blocker, flavonoid berfungsi untuk melancarkan peredaran darah dan mencegah terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah, sterol berfungsi mengurangi kadar kolesterol dan menjaga struktur fungsi membran, kalium berfungsi untuk keseimbangan elektrolit

dan mengontrol tekanan darah, dan saponin berfungsi sebagai diuretik dengan cara mengeluarkan air dan elektrolit terutama natrium. Sehingga air rebusan daun alpukat mampu menurunkan tekanan darah, maka dari itu air rebusan daun alpukat sangat direkomendasikan sebagai obat nonfarmakologi hipertensi karena murah, mudah, dan dapat mengurangi efek samping obat farmakologi bagi lansia.

Tabel 4 Perbedaan Tekanan Darah Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Dengan Olah Data Uji *Man Whitney U Test*

Tekanan darah	Mean	Sum Of Ranks	P-Value
Sistolik Intervensi	10,50	210,00	0,000
Sistolik Kontrol	30,50	610,00	
Diastolik Intervensi	11,20	224,00	0,000
Diastolik Kontrol	29,80	596,00	

Berdasarkan hasil penelitian adanya perbedaan yang signifikan terhadap tekanan darah pada kelompok intervensi dan kontrol dengan menggunakan uji *Mann Whitney U Test* didapatkan hasil nilai *p-value* (Asymp. Sig 2-tailed) 0,000 ($<0,05$). Berdasarkan Analisa data bahwa rata-rata tekanan darah dengan air rebusan daun alpukat 10,50 untuk sistolik dan 11,20 untuk diastolik, sedangkan nilai rata-rata tekanan darah kelompok yang tidak diberikan air rebusan daun alpukat 30,50 untuk sistolik dan 29,80 untuk diastolik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa air rebusan daun alpukat mempunyai kontribusi yang lebih besar untuk menurunkan tekanan darah. Peneliti berasumsi pemberian air rebusan daun alpukat memiliki pengaruh yang baik untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Adanya perbedaan efektivitas yang signifikan diantara dua kelompok intervensi dan kontrol yang di uji secara statistik menggunakan uji *Mann Whitney U Test* dengan hasil *p-value* (Asymp. sig 2-tailed) $0,000 < 0,05$.

Kesimpulan dan saran

Berdasarkan hasil analisis pembahasan tentang pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Palembang tahun 2024 yang telah diuraikan sebelumnya. Dan dapat ditarik Kesimpulan sebagai berikut: Hasil penelitian karakteristik responden, mayoritas responden paling banyak pada usia 55-65 tahun yaitu 17 responden. Penderita hipertensi terbanyak adalah Perempuan berjumlah 24 responden. Karakteristik Pendidikan terbanyak adalah SMA berjumlah 19 responden. Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum pemberian air rebusan daun alpukat 165,85 mmHg dan 94,55 mmHg dan sesudah pemberian air rebusan daun alpukat 134,45 mmHg dan 78,05 mmHg. Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah pada kelompok kontrol pada awal pengukuran 151,45 mmHg dan 89,7 mmHg dan pada akhir pengukuran 151,95 mmHg dan 91,35 mmHg. Adanya pengaruh pemberian air

rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Palembang tahun 2024 dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai p Asymp sig. (2 tailed) $0,000 < 0,05$. Artinya ada pengaruh yang signifikan pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah. Adanya perbedaan yang signifikan terhadap dua kelompok intervensi dan kontrol dengan menggunakan uji *Mann Whitney U Test* diperoleh hasil p -value (Asymp. sig 2-tailed) $0,000 < 0,05$.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada dosen pembimbing, Panti Sosial Harapan Kita Palembang, Orang tua dan saudara penulis, serta semua pihak yang telah berperan dalam penelitian.

Referensi

- Aryani, N., Harokan, A., & Gustina, E. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sukarami Kecamatan Sungai Rotan Kabupaten Muara Enim. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*, 6(2), 323–330.
- Astuti, V. W., Tasman, T., & Amri, L. F. (2021). Prevelensi Dan Analisis Faktor Risiko Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia)*, 9(1), 1–9.
- Aulia Risna. (2023) Efektivitas Simplisa Daun Alpukat (Persea Americana Mill) Dan Simplisa Biji Jintan Hitam (Nigelia Sativa) Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan*.
- Deny Ramadhan. (2020). Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Alpukat Dan Air Perasan Buah Mengkudu Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Gemarang Kecamatan Kedunggalar Kabupaten Ngawi, 63-72.
- Dika Lukitaningtyas & Eko Agus Cahyono. (2023). *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*. *Journal lppmdianhusada*, 2(2)
- Dinas Sosial Pemerintahan Provinsi Sumatra Selatan. (2024). *Profil Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang*
- Dinkes Sumatera Selatan. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2022*.
- Djerol, I. (2022). Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru Tahun 2022 Nama Npm : Inggriyati Djerol Ambon. *Skripsi Peminatan Epidemiologi Ptoqram Studi Kesehatan Masyarakat*, 8–33.
- Evayanti Yulistiana. (2023). Pengaruh Pemberian Seduhan Daun Alpukat (Persea Americana Mill) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi.
- Fida Afra (2023) Perbedaan Jenis Kelamin Dan Gender.
- Firman, Ridwan Amiruddin, I. D. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar. *Hasanuddin Journal of Public Health*, 1(2), 122–131.
- Richard N. Fogoros, MD. (2023). Tekanan darah Sistolik VS Diastolik.
- Husnul Abdi (2023). Pendidikan Adalah Proses Pengubahan Sikap.

- Indrawati, Adelia N, Delza O. (2023) Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Naumbai. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*.2(1) 329-336.
- Intanasih. (2020) Perbedaan Efektivitas Rebusan Daun Belimbing Wuluh San Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Klinik dr.Rindang Desa Teguhan Kecamatan Jiwan Kabupaten Madiun, 1(93), 59-65.
- Ishak, F., Surya Indah Nurdin, S, M. (2022). The Indonesian Journal of Health Promotion The Effect of Giving Avocado Leaf Boiled Water on Lowering Blood Pressure in the Elderly with Hypertension in the Work Area Tilango Health Center. & Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia 5(5).
- Jabani, A. S., Kusnan, A., & B, I. M. C. (2021). Prevalensi dan Faktor Risiko Hipertensi Derajat 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(4), 31–42.
- Juli, A., Padila., & Ramadhan T, S. (2023) Pemberian Terapi Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampri*.
- Kartika Herleni. (2022). Pemeriksaan Penunjang. Kemenkes Kesehatan.
- Khilwa Maulidah, Neni Neni & Sri Maywati. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2), 5613-1543.
- Krisma Prihatini, & Ns. Ainnur Rahmanti. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Autogenic Terhadap Penurunan Insomnia Pada Pasien Hipertensi Di Kota Semarang. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(3), 45–54.
- Lestari Ayu Cindy. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Hutaimabaru Padang sidimpun . 5, 1-12.
- Lestari Wiwis, A. A. P. E. S. (2022). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Paien Hipertensi.
- Mailani, N. F., & Kep, M. (2023). Terapi Komplementer Dalam Keperawatan Penerbit CV.EUREKA MEDIA AKSARA, 91.
- Muliani, T. M., & Jumaidi Sapwal, M. (2022). Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Hijau dan Rebusan Daun Alpukat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi STIKes Hamzar Lombok Timur. *ProHealth Journal (PHJ)*, 19(1), 2961–9076.
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). Hipertensi : Pembunuh Terselubung Di Indonesia. In Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., Budianto, A., (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia.. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1).
- Putra, I. P. W. (2020). Pengaruh Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan

- Darah Pada Penderita Hipertensi Primer Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Rendang Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Medika Bali Denpasar 2020. Skripsi
- Putri Ramdaniah, Depi Yuliana, Atri Sri Ulandari, & Lelie Amalia T. (2023). Perbedaan Pengaruh Air Rebusan Daun Alpukat (*Persea americana* Mill) dengan Sari Mentimun (*Curcumis sativus* L) pada Penderita Hipertensi di Jerneng Terong Tawah Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 11(1), 343–349.
- Qarib Fatachi. (2019). Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Manfaat Daun Alpukat Untuk Menurunkan Darah Tinggi. Desa Semanding, Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Kesehatan Umpo*.
- Sali, H. N. A. (2020). Pengaruh Usia dan Masa Kerja Terhadap Produktivitas Kerja karyawan pada PT.Maruki Internasional Indonesia. *Repository Politeknik ATI Makasar*, 1(2), 68.
- Santiya. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Benigna Prostat Hiperlasia Poli Klinik Bedah RSUD Bayung Lencir Tahun 2021.
- Sari Permata Pevi. (2022). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja RS Pembantu DKT Kabupaten Muara Enim Tahun 2022.
- Sianturi Joice L1, Anggraini2, D., & Yamin, M. (2021) Pengaruh Pemberian Rebusan, Penurunan Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. Akper Kesdam 2/Sriwijaya Palembang. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 10, Issue 1).
- Sigit Priyanto & Robiul Fitri Masitoh. (2021). Eektivitas Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. 677-1349-1.
- Sugestina N. (2023). Hubungan Pengetahuan Penderita Hipertensi Dengan Pengendalian Tekanan Darah. 1-93.
- Sugiyono. (2021). *Statistika Untuk Penelitian*. Alfa Beta.
- Triyanto, E. 2021. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Wijaya, L., & Simaibang, A. (2024). Pemberian Terapi Komplementer Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Pembantu Desa Bumi Pratama Mandira. In *Communnity Development Journal* (Vol. 5, Issue 1).
- Wulandari, S. R., Winarsih, W., & Istichomah, I. (2023). Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Di Dusun Mrisi Yogyakarta. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, 2(2), 58–61.
- World Health Organization. (2023, March). Tanda Dan Gejala Hipertensi. WHO 2023.