

**PENGARUH REBUSAN DAUN SIRSAK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIPAKU DESA
MEKARSARI KABUPATEN CIAMIS**

**1. Dwi Risty A.G, 2.Daniel Akbar Wibowo,
S.Kep.,Ners.,M.Kep.3. Nina Rosdian, S.Kp.,M.Kep.**

ABSTRAK

Sistem kardiovaskuler massa jantung bertambah pada lansia karena perubahan pada jaringan ikat dan penumpukan *lipofusin* dan tekanan darah meninggi menjadi Hipertensi 140/90 mmhg. Daun sirsak juga memiliki antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas, sama halnya dengan bahan alami lainnya, antioksidan ini dapat menurunkan tekanan.

Rancangan penelitian tersebut ini menggunakan pre eksperimen melibatkan 2 kelompok kontrol dan intervensi. Populasi pada penelitian yang akan diobservasi adalah lansia hipertensi sebanyak 85 orang. sampel dengan cara pemilihan purposive. Penelitian ini akan menggunakan Uji *Man Whitney*.

Hasil penelitian tekanan darah pada lansia hipertensi tingkat 2 kelompok control 53,3% dan intervensi hipertensi tingkat 2 sebanyak 66,6 %. Setelah pemberian air rebusan yang mengalami hipertensi tingkat 2 lebih banyak 66,7% dan intervensi lansia mengalami hipertensi tingkat 1 sebanyak 73,3%.

Uji statistik man whitney $P < \alpha = 0,05$ maka H_1 yang berarti diterima. Kesimpulan penelitian ini ada pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cipaku Desa Mekarsari Kabupaten Ciamis.

Kata kunci : lansia, hipertensi, daun sirsak

literature : (17, 2008 – 2019)

ABSTRACT

Cardiovascular system increases heart mass in the elderly due to changes in connective tissue and accumulation of lipofucine and blood pressure increases to 140/90 mmhg Hypertension. Soursop leaves also have antioxidants that can ward off free radicals, as well as other natural ingredients, these antioxidants can reduce pressure.

The research design used a pre-experiment involving 2 control and intervention groups. The population in the study to be observed was 85 hypertensive elderly people. sampel by means of purposive selection. This study will use the Man Whitney Test.

The results of the study of blood pressure in the elderly with hypertension level 2 control group 53.3% and level 2 hypertension intervention was 66.6%. After giving boiled water, the level 2 hypertension was 66.7% and the elderly intervention experienced hypertension level 1 was 73.3%.

Man Whitney statistical test $P < \alpha = 0.05$, then H_1 which means accepted. The conclusion of this study is that there is an effect of soursop leaf decoction on blood pressure reduction in hypertensive elderly in the Cipaku Community Health Center, Mekarsari Village, Ciamis Regency.

Key words: elderly, hypertension, soursop leave.

Referensi : (17, 2008 – 2019)

PENDAHULUAN

lanjut usia biasanya mempunyai masalah kesehatan pada dirinya yaitu beberapa penyakit degenerative yang menyerang lansia seperti diabetes, kencing manis, jantung dan Hipertensi. Berdasarkan dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, angka diabetes melitus mencapai 8,5 %, kemudian angka hipertensi tertinggi yakni 34,1 %. (Riskesdas,2018) Hipertensi atau yang biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (WHO, 2013; Ferri, 2017).

Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah salah satu jenis penyakit yang mematikan di dunia dan faktor risiko paling utama terjadinya hipertensi yaitu faktor usia sehingga tidak heran penyakit hipertensi sering dijumpai pada usia senja/ usia lanjut (Fauzi, 2014), hipertensi merupakan tanda klinis ketidakseimbangan hemodinamik suatu sistem kardiovaskular, di mana penyebab terjadinya disebabkan oleh beberapa

faktor/ multi faktor sehingga tidak bisa terdiagnosis dengan hanya satu faktor tunggal (Setiati, 2015).Klasifikasi tekanan darah menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016) :

Kategori	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik (mmHg)
Normal	120-129	80-89
Normal tinggi	130-139	89
Hipertensi derajat 1	140-159	90-99
Hipertensi derajat 2	≥ 160	≥ 100
Hipertensi derajat 3	> 180	> 110

Menurut Smeltzer (2013), berdasarkan penyebab terjadinya, hipertensi terbagi atas dua bagian, yaitu :

Hipertensi Esensial sering terjadi pada populasi dewasa antara 90% - 95%. Hipertensi primer tidak memiliki penyebab klinis yang dapat diidentifikasi dan juga kemungkinan kondisi ini bersifat multifaktor (Smeltzer, 2013; Lewis, Dirksen, Heitkemper, & Bucher, 2014).

Hipertensi Sekunder

memiliki ciri dengan peningkatan tekanan darah dan disertai penyebab yang spesifik, seperti penyempitan arteri renalis, kehamilan, dan karena penyebab lainnya. Hipertensi sekunder juga bisa bersifat menjadi akut, yang menandakan bahwa adanya perubahan pada curah jantung (Ignatavicius, Workman, & Rebar, 2017).

Hipertensi sulit dideteksi oleh seseorang sebab hipertensi tidak memiliki tanda/ gejala khusus. Gejala-gejala yang mudah untuk diamati seperti terjadi pada gejala ringan yaitu pusing atau sakit kepala, cemas, wajah tampak kemerahan, tengkuk terasa pegal, cepat marah, telinga berdengung, sulit tidur, sesak napas, rasa berat di tengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang, mimisan (keluar darah di hidung) (Fauzi, 2014; Ignatavicius, Workman, & Rebar, 2017).

Terapi herbal

banyak tanaman obat atau herbal yang berpotensi dimanfaatkan sebagai obat hipertensi yaitu rebusan daun sirsak tanaman sirsak (*Annona Muricata* Linn) Nama ilmiah dari daun sirsak adalah

Annona Muricata. Daun sirsak mengandung senyawa monotetrahidrofuran asetogenin, seperti anomurisin A dan B, gigantetrosin A, annonasin-10-one, murikatosin A dan B, annonasin, dan goniotalamisin. Khasiat senyawa-senyawa ini untuk pengobatan berbagai penyakit (Nesti, 2011). Daun sirsak memiliki antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas, sama halnya dengan bahan alami lainnya, antioksidan ini dapat melenturkan dan melebarkan pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah. Seperti yang dikutip dari "solopos.com menggunakan daun sirsak daun sirsak akhir akhir ini digunakan untuk pengobatan hipertensi daun sirsak biasanya diolah dalam bentuk kapsul dan daun sirsak ternyata mengandung sebuah nutrisi bagi kesehatan. (Onyechi, 2012).

Pada saat studi pendahuluan di Desa Mekarsari Cipaku Kabupaten Ciamis dengan wawancara pada 10 lansia yang mengalami hipertensi, pada saat diwawancara 7 orang hanya makan obat dari apotek dan warung tidak mengetahui

pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dan 3 orang tahu manfaat rebusan daun sirsak untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi tapi tidak mengetahui cara penggunaannya oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas Cipaku Desa Mekarsari kabupaten Ciamis 2020.

METODE

Rancangan penelitian tersebut ini menggunakan pre eksperimen ,yaitu dengan ciri dari tipe penelitian ini untuk mengungkapkan sebab dan akibat dengan cara melibatkan 2 kelompok control yang tidak di berikan rebusan daun sirsak hanya diperiksa tekanan darah dan intervensi yang diberikan daun sirsak masing masing kelompok akan di observasi terlebih dahulu sebelum dilakukannya intervensi akan di observasi lagi setelah dilakukan intervensi.(Nursalam, 2017).

Populasi pada penelitian yang akan

diobservasi adalah lansia hipertensi di posbila wilayah kerja puskesmas Cipaku Desa Mekarsari Kabupaten ciamis, Data yang diambil adalah penderita hipertensi pada lansia sebanyak 85 orang.

Sempel yang menjadi 15 sempel lansia yang mengalami hipertensi pada kelompok intervensi dan kelompok control dan total jumlah 30.

Tehnik pengambilan sempel dengan cara pemilihan purposive menggunakan kriteria yang telah dipilih oleh peneliti dalam memilih sampel.

Pada penelitian ini instrument yang digunakan adalah pengukuran tekanan darah pada lansia penderita hipertensi dengan spignomanometer dan stetoskop dan juga lembar observasi pada responden sebelum dan setelah pemberian air rebusan daun sirsak pada kelompok intervensi dan pada kelompok kontrol hanya diperiksa tekanan darah.

penelitian yang dimuat *jurnal kesehatan panrita husada Vol 2 no 2, 2017* “Cara merebus rebusan daun sirsak yaitu siapkan 7 sampai 10 lembar daun sirsak kering dan siapkan 2 gelas air dan gelas

(250 ml), masukkan air ke panci hingga mendidih, masukkan daun dengan api kecil, rebus sampai menjadi 1 gelas, setelah itu biarkan dingin, kemudian minum rebusan daun sirsak tersebut setelah 30 menit periksa kembali tekanan darah tersebut menggunakan sphygmomanometer". dan di minum air rebusan daun sirsak 3x dalam seminggu (Admin, 2013)

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya, Variabel-variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel Independen dan variable Dependent (Sugiyono 2014).

HASIL

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang telah diobservasi tekanan darah, hampir sebagian lansia mengalami hipertensi tingkat 1 yaitu sebanyak 7 orang (46,7%), dan lebih dari sebagian lansia mengalami hipertensi tingkat 2 yaitu sebanyak 8 orang (53,3%).

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang telah diobservasi tekanan darah, hampir sebagian lansia mengalami hipertensi tingkat 1 yaitu sebanyak 5 orang (33,3%), dan lebih dari sebagian lansia mengalami hipertensi tingkat 2 yaitu sebanyak 10 orang (66,7%).

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang telah diobservasi tekanan darah, hampir sebagian lansia mengalami hipertensi tingkat 1 yaitu sebanyak 5 orang (33,3%), dan lebih dari sebagian lansia mengalami hipertensi tingkat 2 yaitu sebanyak 10 orang (66,7%).

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang telah diobservasi tekanan darah, lebih dari sebagian lansia mengalami hipertensi tingkat 1 yaitu sebanyak 11 orang (73,3%), dan sebagian kecil lansia mengalami hipertensi tingkat 2 yaitu sebanyak 4 orang (26,7%).

Berdasarkan tabel 4.6 diatas menunjukan bahwa Hasil uji statistik t-test menunjukkan nilai p value sebesar 0,000

($p < 0,05$) dengan demikian nilai p value lebih kecil dari nilai 0,05 sehingga H_0 diterima disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cipaku Desa Mekarsari Kabupaten Ciamis.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata tekanan darah sebelum diberikan intervensi berupa rebusan daun sirsak adalah sebesar 160,27 dan sesudah diberikan intervensi berupa rebusan air jahe adalah 153,80. Penurunan nilai rata-rata tekanan darah pada responden sebelum dan sesudah sebesar 6,47, sehingga dapat disimpulkan terjadi penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Pada responden kelompok kontrol pada pre test yang mengalami hipertensi tingkat 1 sebanyak 46,7%, hipertensi

tingkat 2 sebanyak 53,3% dan pada saat post test responden kelompok kontrol yang mengalami hipertensi tingkat 1 berkurang menjadi 33,3%, hipertensi tingkat 2 bertambah menjadi 66,7%.

Tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sedang bertambah disebabkan karena responden tersebut memiliki kebiasaan makan yang buruk dimana jarang mengkonsumsi buah-buahan, tidak sering mengkonsumsi sayur dan kadang-kadang mengkonsumsi gorengan. Meningkatkan konsumsi buah dan sayur, mengurangi asupan garam dan makanan yang menyebabkan kolesterol dianjurkan kepada penderita hipertensi (Aspiani, 2015).

Sedangkan penambahan hipertensi tingkat 2 hasil wawancara ditemukan bahwa responden tersebut mengalami keadaan emosional yang tidak stabil (stres) karena terdapat masalah keluarga. Keadaan emosional (stres) dapat memicu peningkatan hormon adrenalin dimana hormon tersebut akan mengakibatkan jantung memompa darah lebih cepat

sehingga terjadi peningkatan tekanan darah (Nuraini, 2015).

Pada kelompok kasus atau intervensi pada saat pre test yang mengalami hipertensi tingkat 1 sebanyak 33,3%, hipertensi tingkat 2 sebanyak 66,7%, dan pada saat post test yang mengalami hipertensi tingkat 1 bertambah menjadi 73,3%, hipertensi tingkat 2 berkurang menjadi 26,7%. Penurunan tekanan darah terjadi karena daun sirsak mempunyai kandungan senyawa monotetrahidrofurani asetogenin, seperti anemurisin A dan B, gigantetosin A, annonasin-10-one, murikatosin A dan B, annonasin, dan goniotalamisin. Khasiat senyawa-senyawa ini untuk pengobatan berbagai penyakit (Herliana, 2011)

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah

kerja Puskesmas Cipaku Desa Mekarsari Kabupaten Ciamis, maka kesimpulan yang dapat diambil sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh pemberian air rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada nilai rata-rata tekanan darah sebelum diberikan intervensi berupa rebusan daun sirsak adalah sebesar 160,27 dan sesudah diberikan intervensi berupa rebusan daun sirsak adalah, yang berarti menunjukkan bahwa. analisa tersebut Ha diterima penurunan nilai rata-rata tekanan darah pada responden sebelum dan sesudah sebesar 6,47 yang berarti Ada pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cipaku Desa Mekarsari Kabupaten Ciamis.
2. Lebih dari sebagian lansia (53,3%) pada kelompok control mengalami hipertensi tingkat 2 dan lebih dari sebagian lansia (66,6%) mengalami hipertensi tingkat 2 sebelum pemberian air rebusan daun sirsak sebesar 160,27
3. Lebih dari sebagian lansia (66,7%) pada

kelompok control mengalami hipertensi tingkat 2 dan Lebih dari sebagian lansia (73,3%) pada kelompok intervensi mengalami hipertensi tingkat 1 sesudah pemberian air rebusan daun sirsak sebesar 153

Berdasarkan manfaat yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka saran yang dapat diberikan kepada

1. Bagi Peneliti

Dapat mengembangkan terapi nonfarmakologis dengan mengaplikasikan hasil penelitian dengan cara membuat uji lab untuk manfaat daun sirsak untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Bagi pembaca

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah pengetahuan pembaca tentang terapi nonfarmakologis dan dapat di aplikasikan hasil penelitian tersebut yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

3. Bagi penelitian berikutnya

Hasil penelitian dapat menjadi masukan sebagai bahan informasi bagi penelitian sejenis dan bisa dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dengan mengaplikasikan hasil manfaat daun sirsak untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi

4. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi dan dapat di aplikasikan oleh masyarakat bahwa rebusan daun sirsak adalah terapi nonfarmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

WHO. 2017.retrieved from

www.who.int/gho.ncd/.

Departement Kesehatan Republik

Indonesia. 2007. Masalah Hipertensi di Indonesia.

<http://www.depkes.go.id/index.php/berita/press-release/1909-masalahhipertensi-di-indonesia.html>. 6 Mei 2012. 3.

Onyechi *et al.* 2012.*Nutrient,*

Phytochemical Composition and Sensory

- Evaluation Of Soursop (Annona muricata) Pulp and Drink in South Eastern Nigeria.* International Journal of Basic & Applied Sciences IJBAS-IJENS Vol:12 No:06. 124006-8787- IJBAS-IJENS @ December 2012 IJENS
- Azizah, Lilik Ma'rifatul (2011). *Keperawatan Lanjut Usia.* Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Eka Hasnawati. 2012. *Keajaiban Sirsak Menumpas 7 Penyakit.* Yogyakarta: easymedia
- [Annona muricata information from NPGS/GRIN](#)". www.ars-grin.gov. Diakses tanggal 2008-03-03.
- [Sirsak & Srikaya](#). hlm. 18. [ISBN 979-4899-03-8](#). id: qNb_oZ3248wC.
- Lina Mardiana , Juwita Ratnasari. [Ramuan dan Khasiat Sirsak](#). hlm. 21-23. [ISBN 979-002-475-4](#). id: Bh96CgAAQBAJ.
- Wibowo, A. 2017. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada.* Volume 17 Nomor hal 47.
- Safrudin.2017.*jurnal kesehatan panrita Husada.* Volume 02 nomer 02 hal.14.
- Nursalam.2017.*Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan : pendekatan praktis.* Jakarta : Salemba Medika.
- Natoadmodjo,S.2010, *Metodelogi Penelitian Kesehatan .* Jakarta :Rineka Cipta.
- Dewi,delly.2019.*CHMK Healt Journal .*Volume Nomer 2 .
- Dharma.2011. *Metodologi Penelitian Keperwatan (Pedoman Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penelitian).* Trans Info Media :Jakarta
- zizah, Lilik M. (2011). *Perawatan Lanjut Usia.* Surabaya: Graha Ilmu.
- KemenKes.2017. *Analisis Lansia Di Indonesia.* Pusat Data dan Informasi :Jakarta
- Herlando.2017.*Profil Lansia Provinsi Jawa Barat.*Bidang Statistik sosial : Bandung.\ Arikunto, S. (2010). *Metodologi Penelitian.* Jakarta: Rineka Cipta.