

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

Yulida Anggraini¹, Rita Ayu Yolandia², Gaidha Khusnul Pangestu³

^{1,2,3} Universitas Indonesia Maju

Email: ¹yulidaanggraini@gmail.com, ²rita.kebidanan@gmail.com, ³gaidhawork@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: yulidaanggraini@gmail.com

Article History:

Received Mar 17th, 2026

Accepted Apr 28th, 2026

Publish May 21st, 2026

Abstrak

Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas nilai normal, yaitu melebihi 140/90 mmHg. Gejala-gejala akibat hipertensi, seperti pusing, gangguan penglihatan, sakit kepala, seringkali terjadi pada usia lanjut. Kandungan zat aktif yang terdapat dalam daun alpukat (*Persea Americana miller*) adalah flavonoid dan quersetin. Mekanisme kerja dari flavonoid untuk melancarkan peredaran darah dan mencegah terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah, sehingga darah dapat mengalir dengan normal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. hasil asuhan kebidanan ada pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi setelah dilakukan intervensi selama 7 hari. Ada perbedaan penurunan tekanan darah, pada responden yang diberikan intervensi dan yang tidak diberikan intervensi, pada lansia yang diberikan intervensi air rebusan daun alpukat mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 20 mmHg, sedangkan pada responden yang tidak diberikan intervensi mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 10 mmHg. Diharapkan dapat menambah wawasan klien tentang cara menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Daun Alpukat

Abstract

*Hypertension is a circulatory system disorder that causes the rise of blood pressure above the normal value which is 140/90 mmHg. Symptoms due to hypertension, such as dizziness, visual disturbance, and headache often occur in the old age. The active substances contained in avocado leaf (*Persea Americana miller*) are flavonoids and quercetin. The mechanism of flavonoids is to improve blood circulation and prevent blockages in blood vessels, so that blood can flow normally. The aim of this study was to find out the effect of giving boiled avocado leaves on reducing blood pressure in elderly with hypertension. The research method applied was qualitative research method with a case study approach. The results of midwifery care showed that there was effect of giving boiled avocado leaves on reducing blood pressure in elderly with hypertension after intervention for 7 days. There was a difference in blood pressure reduction, in respondents who were given the intervention and those who were not given the intervention, the elderly who were given the boiled avocado leaves intervention experienced a decrease in blood pressure of 20 mmHg, while the respondents who were not given the intervention experienced a decrease in blood pressure of 10 mmHg. It is expected that results of the study can increase clients' insight into how to lower blood pressure in elderly who experience hypertension*

Keywords: Hypertension, elderly, avocado leaves.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal, yaitu melebihi 140/90 mmHg. Hipertensi disebut sebagai *silent killer* (pembunuh siluman) karena sering kali penderita hipertensi bertahun-tahun tanpa merasakan suatu gangguan atau gejala. Gejala-gejala akibat hipertensi, seperti pusing, gangguan penglihatan, dan sakit kepala, sering kali terjadi pada usia lanjut (1).

Data World Health Organization tahun 2023 memperkirakan bahwa 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dan sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Kurang dari separuh orang dewasa (42%) penderita hipertensi didiagnosis dan diobati, sedangkan hanya sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi yang dapat mengendalikan penyakitnya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Menurut Riskeudas dalam (2), prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskeudas tahun 2013 sebesar 25,8%. Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 18 tahun di Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2021 adalah sebanyak 278.342 jiwa, yang terdiri dari 135.453 jiwa penderita laki-laki dan 142.889 jiwa penderita perempuan (3). Data hipertensi di Kabupaten Sumbawa tahun 2021 menunjukkan sebanyak 28.512 jiwa mengalami hipertensi dan sebagian besar dialami oleh laki-laki berusia ≥ 18 tahun (4).

Hipertensi pada lansia merupakan kondisi yang sering ditemukan karena sebagian besar orang paruh baya atau lansia berisiko terkena hipertensi. Hipertensi pada lansia disebabkan oleh penurunan elastisitas dinding aorta, penebalan katup jantung yang menyebabkan kekakuan katup, menurunnya kemampuan jantung memompa darah, hilangnya elastisitas pembuluh darah perifer, dan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer. Faktor lain yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada lansia adalah gaya hidup, seperti konsumsi *junk food*, rokok, alkohol, dan kurangnya aktivitas olahraga (5).

Pengobatan hipertensi terdiri dari terapi nonfarmakologis dan farmakologis. Terapi nonfarmakologis merupakan pelengkap terapi farmakologis untuk mendapatkan efek pengobatan yang lebih baik serta sebagai media untuk menunda pendekatan farmakologis pada hipertensi ringan. Pengobatan hipertensi secara herbal yang banyak digunakan adalah buah-buahan, sayur-sayuran, daun-daunan, dan akar-akaran yang mengandung kalium, potasium, kalsium, serta zat-zat penting lainnya. Oleh karena itu, mengonsumsi buah dan sayur yang mengandung kalium, potasium, dan kalsium merupakan salah satu cara yang tepat untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi, salah satunya adalah tanaman daun alpukat. Tanaman alpukat merupakan salah satu tanaman yang memiliki manfaat sebagai obat tradisional (6).

Daun alpukat juga mengandung zat aktif berupa flavonoid dan quercetin. Flavonoid berkhasiat sebagai diuretik, yang salah satu mekanismenya adalah membantu mengeluarkan sejumlah cairan, elektrolit, maupun zat-zat yang bersifat toksik (7). Dengan berkurangnya jumlah air dan garam dalam tubuh, pembuluh darah akan menjadi lebih rileks sehingga tekanan darah perlahan mengalami penurunan. Kandungan quercetin membantu melemaskan otot-otot pembuluh darah arteri dan membantu menormalkan penyempitan pembuluh darah arteri sehingga tekanan darah menurun (8).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 5 pasien hipertensi yang berkunjung ke Klinik Alsakha Medica, didapatkan keterangan bahwa seluruh pasien hipertensi tersebut menyatakan selama ini upaya yang mereka lakukan untuk mengatasi hipertensi hanya menggunakan pengobatan farmakologis. Namun, pemberian rebusan daun alpukat sendiri belum

pernah dilakukan, dan pasien juga tidak mengetahui bahwa daun alpukat dapat membantu menurunkan tekanan darah.

Hipertensi pada lansia merupakan kondisi yang sering ditemukan karena sebagian besar orang paruh baya atau lansia berisiko terkena hipertensi. Hipertensi yang tidak teratasi dapat menimbulkan komplikasi berbahaya, seperti gagal jantung, stroke, kerusakan ginjal, gangguan penglihatan, hingga kerusakan otak.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

2. METODOLOGI PENELITIAN

1) Tahapan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bersifat deskriptif, yaitu menggambarkan fenomena atau fakta yang terjadi secara sistematis dan mendalam sesuai dengan kondisi yang sebenarnya. Pendekatan studi kasus dilakukan melalui proses penyelidikan atau pemeriksaan secara mendalam, terperinci, dan detail terhadap suatu peristiwa atau kasus tertentu dalam batasan tempat dan waktu tertentu (9).

Dalam penelitian ini, studi kasus dibatasi pada 2 responden lansia yang mengalami hipertensi di Klinik Alsakha Medica tahun 2024. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Alsakha Medica mulai tanggal 14 sampai dengan 20 Januari 2024.

Jenis penelitian kualitatif deskriptif merupakan penelitian dengan metode atau pendekatan studi kasus (*case study*). Penelitian yang dilakukan penulis dengan judul "*Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi*" merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus.

2) Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang menderita hipertensi di Klinik Alsakha Medica tahun 2024 sebanyak ± 15 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi yang memenuhi kriteria inklusi, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 1–2 orang sesuai dengan pendekatan studi kasus.

3) Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Alsakha Medica pada tanggal 14 sampai dengan 20 Januari 2024. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada tingginya angka kejadian hipertensi pada lansia di wilayah tersebut.

4) Teknik Sampling

Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. *Purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan karakteristik khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian (10). Teknik ini digunakan karena penelitian berfokus pada lansia yang mengalami hipertensi.

Pemilihan responden dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan sebelumnya, sehingga sampel yang diambil sesuai dengan tujuan penelitian dan mampu memberikan gambaran yang mendalam mengenai pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

5) Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Pertimbangan tertentu dalam teknik *purposive sampling* pada penelitian ini didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti. Adapun kriteria tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

- a) Lansia berusia ≥ 60 tahun
- b) Menderita hipertensi (tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg)
- c) Terdaftar sebagai pasien di Klinik Alsakha Medica
- d) Dalam kondisi sadar dan dapat berkomunikasi dengan baik
- e) Bersedia menjadi responden (menandatangani informed consent)
- f) Tidak sedang menjalani terapi herbal lain untuk hipertensi
- g) Bersedia mengikuti intervensi pemberian air rebusan daun alpukat selama penelitian

b. Kriteria Eksklusi

- a) Lansia dengan komplikasi berat (misalnya stroke, gagal ginjal, atau penyakit jantung berat)
- b) Lansia yang tidak kooperatif atau mengalami gangguan komunikasi
- c) Lansia yang sedang mengonsumsi obat herbal lain yang dapat mempengaruhi tekanan darah
- d) Lansia yang mengalami alergi terhadap bahan herbal (daun alpukat)
- e) Responden yang tidak mengikuti intervensi secara lengkap (drop out)
- f) Kondisi kesehatan memburuk selama penelitian berlangsung

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Tabel 1 Hasil Asuhan Kebidanan Responden 1

Responden 1 (Diberikan Intervensi Air Rebusan Daun Alpukat)	Kunjungan Awal		Evaluasi hari ke-3		Evaluasi hari ke-7	
	Tekanan Darah	Klasifikasi Hipertensi	Tekanan Darah	Klasifikasi Hipertensi	Tekanan Darah	Klasifikasi Hipertensi
	180/100 mmHg	Hipertensi derajat 2	160/90 mmHg	Hipertensi derajat 2	140/90 mmHg	Hipertensi derajat 1

Tabel 2 Hasil Asuhan Kebidanan Responden 2

Responden 2 (Tidak diberikan Intervensi Air Rebusan Daun Alpukat)	Kunjungan Awal		Evaluasi hari ke-3		Evaluasi hari ke-7	
	Tekanan Darah	Klasifikasi Hipertensi	Tekanan Darah	Klasifikasi Hipertensi	Tekanan Darah	Klasifikasi Hipertensi
	160/90 mmHg	Hipertensi derajat 2	150/90 mmHg	Hipertensi derajat 1	150/90 mmHg	Hipertensi derajat 1

Studi kasus asuhan kebidanan pada lansia dengan hipertensi derajat 2 terbukti menunjukkan adanya perbedaan penurunan tekanan darah pada responden yang diberikan intervensi air rebusan daun alpukat dibandingkan dengan yang tidak diberikan intervensi air rebusan daun alpukat. Pada responden 1 diperoleh diagnosis hipertensi pada kunjungan awal dengan tekanan darah 180/100 mmHg. Pada evaluasi hari ke-3 didapatkan tekanan darah 160/90 mmHg, sehingga mengalami penurunan tekanan darah sistolik sebanyak 20 mmHg dan diastolik sebanyak 10 mmHg. Sedangkan pada evaluasi hari ke-7, responden 1 mengalami hipertensi derajat 1 karena didapatkan tekanan darah 140/90 mmHg, turun dibandingkan awal kunjungan yaitu 180/100 mmHg dan berada pada kategori hipertensi derajat 1.

Pada responden 2 diperoleh diagnosis hipertensi pada kunjungan awal dengan tekanan darah 160/90 mmHg. Pada evaluasi hari ke-3 didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg sehingga mengalami penurunan tekanan darah sistolik sebanyak 10 mmHg. Sedangkan pada evaluasi hari ke-7, responden 2 didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg, turun dibandingkan awal kunjungan yaitu 160/90 mmHg

dan berada pada kategori hipertensi derajat 1. Kedua responden sudah berada pada hipertensi derajat 1 setelah diberikan rebusan air daun alpukat.

Persamaan pada studi kasus ini yaitu kedua responden yang diberikan intervensi sudah berada pada hipertensi derajat 1. Begitu juga dengan responden yang tidak diberikan intervensi dan hanya menggunakan obat antihipertensi, juga berada pada hipertensi derajat 1. Perbedaan penurunan tekanan darah yang lebih banyak terdapat pada responden yang diberikan intervensi air rebusan daun alpukat, yaitu mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 20 mmHg, dibandingkan dengan responden yang hanya menggunakan obat antihipertensi yang mengalami penurunan sebanyak 10 mmHg.

2) Pembahasan

a. Responden 1 Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Air Rebusan Daun Alpukat Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Alsakha Medica

Diperoleh dari pengkajian data subjektif pada responden 1 dengan keluhan pusing. Hal ini sesuai dengan teori menurut Ramadhan D (2019) bahwa gejala-gejala akibat hipertensi, seperti pusing, gangguan penglihatan, dan sakit kepala sering terjadi pada usia lanjut. Responden 1 mengalami salah satu tanda hipertensi menurut Ramadhan D (2019), sehingga terdapat kesesuaian antara teori dengan keluhan yang dialami responden 1.

Pada data objektif responden 1, pemeriksaan fisik diperoleh tekanan darah tinggi yaitu 180/100 mmHg. Hal ini sejalan dengan teori Ramadhan D (2019) yang menyatakan bahwa hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal, yaitu melebihi 140/90 mmHg. Hipertensi merupakan tekanan dari aliran darah dalam pembuluh arteri. Saat jantung berdetak, lazimnya 60–70 kali per menit dalam kondisi istirahat (duduk atau berbaring), darah dipompa melalui arteri. Tekanan darah tertinggi terjadi ketika jantung berdetak atau berkontraksi memompa darah yang disebut tekanan sistolik, sedangkan tekanan darah menurun saat jantung relaksasi di antara dua denyut nadi yang disebut tekanan diastolik. Berdasarkan hal tersebut, dinyatakan tidak terdapat kesenjangan antara teori dan hasil pemeriksaan fisik pada responden 1.

Analisa data diperoleh berdasarkan hasil anamnesa data subjektif dan data objektif pada responden 1 sehingga diperoleh diagnosis hipertensi pada kunjungan awal dengan tekanan darah 180/100 mmHg. Pada evaluasi hari ke-3 didapatkan tekanan darah 160/90 mmHg sehingga mengalami penurunan tekanan darah sistolik sebanyak 20 mmHg dan diastolik sebanyak 10 mmHg. Sedangkan pada evaluasi hari ke-7, responden 1 mengalami hipertensi derajat 1 karena didapatkan tekanan darah 140/90 mmHg, turun dibandingkan dari awal kunjungan yaitu 180/100 mmHg dan berada pada kategori hipertensi derajat 1.

Studi kasus asuhan kebidanan pada lansia dengan hipertensi derajat 2 terbukti menunjukkan adanya perbedaan penurunan tekanan darah pada responden yang diberikan intervensi air rebusan daun alpukat dibandingkan dengan yang tidak diberikan intervensi air rebusan daun alpukat. Pada responden 1 diperoleh diagnosis hipertensi pada kunjungan awal dengan tekanan darah 180/100 mmHg. Pada evaluasi hari ke-3 didapatkan tekanan darah 160/90 mmHg, sehingga mengalami penurunan tekanan darah sistolik sebanyak 20 mmHg dan diastolik sebanyak 10 mmHg. Sedangkan pada evaluasi hari ke-7, responden 1 mengalami hipertensi derajat 1 karena didapatkan tekanan darah 140/90 mmHg, turun dibandingkan awal kunjungan yaitu 180/100 mmHg dan berada pada kategori hipertensi derajat 1.

Pada responden 2 diperoleh diagnosis hipertensi pada kunjungan awal dengan tekanan darah 160/90 mmHg. Pada evaluasi hari ke-3 didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg sehingga mengalami penurunan tekanan darah sistolik sebanyak 10 mmHg. Sedangkan pada evaluasi hari ke-7, responden 2 didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg, turun dibandingkan awal kunjungan yaitu 160/90 mmHg

dan berada pada kategori hipertensi derajat 1. Kedua responden sudah berada pada hipertensi derajat 1 setelah diberikan rebusan air daun alpukat.

Persamaan pada studi kasus ini yaitu kedua responden yang diberikan intervensi sudah berada pada hipertensi derajat 1. Begitu juga dengan responden yang tidak diberikan intervensi dan hanya menggunakan obat antihipertensi, juga berada pada hipertensi derajat 1. Perbedaan penurunan tekanan darah yang lebih banyak terdapat pada responden yang diberikan intervensi air rebusan daun alpukat, yaitu mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 20 mmHg dibandingkan dengan responden yang hanya menggunakan obat antihipertensi yang mengalami penurunan sebanyak 10 mmHg.

b. Responden 2 Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Air Rebusan Daun Alpukat Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Alsakha Medica

Diperoleh dari pengkajian data subjektif pada responden 2 dengan keluhan pusing. Hal ini sesuai dengan teori menurut Ramadhan D (2019) bahwa gejala-gejala akibat hipertensi, seperti pusing, gangguan penglihatan, dan sakit kepala, sering kali terjadi pada usia lanjut. Responden 2 mengalami salah satu tanda hipertensi menurut Ramadhan D (2019), sehingga terdapat kesesuaian antara teori dengan keluhan yang dialami responden 2.

Pada data objektif responden 2, pemeriksaan fisik diperoleh tekanan darah tinggi yaitu 160/90 mmHg. Hal ini sejalan dengan teori Ramadhan D (2019) yang menyatakan bahwa hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal, yaitu melebihi 140/90 mmHg. Hipertensi merupakan tekanan dari aliran darah dalam pembuluh arteri. Saat jantung berdetak, lazimnya 60–70 kali per menit dalam kondisi istirahat (duduk atau berbaring), darah dipompa melalui arteri. Tekanan darah tertinggi terjadi ketika jantung berdetak atau berkontraksi memompa darah yang disebut tekanan sistolik, sedangkan tekanan darah menurun saat jantung relaksasi di antara dua denyut nadi yang disebut tekanan diastolik. Maka dapat dinyatakan bahwa tidak terdapat kesenjangan antara teori dan hasil pemeriksaan fisik pada responden 2.

Analisa data diperoleh berdasarkan hasil anamnesa data subjektif dan data objektif pada responden 2 sehingga diperoleh diagnosis hipertensi pada kunjungan awal dengan tekanan darah 160/90 mmHg. Pada evaluasi hari ke-3 didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg sehingga mengalami penurunan tekanan darah sistolik sebanyak 10 mmHg. Sedangkan pada evaluasi hari ke-7, responden 2 didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg, turun dibandingkan dari awal kunjungan yaitu 160/90 mmHg dan berada pada kategori hipertensi derajat 1.

Penatalaksanaan yang dilakukan sesuai dengan diagnosis yang ditegakkan pada analisa data. Penatalaksanaan lansia pada responden 2 dilakukan sebagai upaya untuk menurunkan tekanan darah dengan terapi farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi dilakukan dengan memperhatikan tingkat kepatuhan dan mekanisme kerja obat, yang terdiri dari obat diuretik, hidrokortison, vasodilator, simpatetik, dan beta blocker.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Khaer dan Oentarini Tjandra dengan hasil studi yang menunjukkan bahwa jenis obat antihipertensi yang digunakan di Puskesmas Kecamatan Pulogadung adalah penghambat enzim konversi angiotensin (ACE inhibitor), antagonis kalsium, dan diuretik tiazid. Persentase penggunaan obat antihipertensi yaitu golongan ACE inhibitor (Captopril) sebanyak 19 pasien (19,8%), antagonis kalsium (Amlodipin) sebanyak 65 pasien (67,7%), dan diuretik tiazid (Hidroklorotiazid) sebanyak 12 pasien (12,5%). Pola penggunaan rasionalitas pengobatan pasien hipertensi yang memenuhi tepat indikasi sebesar 100%, tepat obat sebanyak 55 pasien (57,2%), dan tepat dosis sebanyak 94 pasien (97,9%). Secara keseluruhan, pengobatan yang memenuhi tiga kriteria persepsian rasional didapatkan sebanyak 54 pasien (56,3%).

Dengan demikian, antara hasil penelitian yang dilakukan penulis dengan penelitian sebelumnya terdapat kesesuaian hasil setelah dilakukan intervensi. Peneliti telah melakukan pengkajian data subjektif, pengumpulan data objektif, membuat analisa data, serta melakukan penatalaksanaan yang sesuai dengan teori dan penelitian sebelumnya.

4. KESIMPULAN

Adanya pengaruh penurunan tekanan darah pada lansia yang diberikan intervensi air rebusan daun alpukat, pada hari ke 3 mengalami penurunan sebanyak 20 mmHg dan pada hari ke 7 penurunan tekanan darah sebanyak 20 mmHg yaitu dari tekanan darah awal 180/90 mmHg (hipertensi derajat 2) menjadi 140/90 mmHg (hipertensi derajat 1). Adanya pengaruh penurunan tekanan darah pada lansia yang menggunakan obat antihipertensi, pada hari ke 3 mengalami penurunan sebanyak 10 mmHg dan pada hari ke 7 penurunan tekanan darah masih sama seperti evaluasi pada hari ke 3, yaitu dari tekanan darah 160/90 mmHg (Hipertensi derajat 2) menjadi 150/90 mmHg (hipertensi derajat 1). Ada perbedaan penurunan tekanan darah pada responden yang diberikan intervensi air rebusan daun alpukat penurunan tekanan darah sistolik 20 mmHg dengan yang menggunakan obat antihipertensi penurunan tekanan darah sistolik 10 mmHg.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Klinik Alsakha Medica yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitasi selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Tidak lupa, penulis menyampaikan penghargaan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penyusunan laporan ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penelitian dan penyusunan laporan ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ramadhan D. Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Alpukat dan Air Perasan Buah Mengkudu terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Desa Gemarang Kecamatan Kedunggalar Kabupaten Ngawi. Madiun: Stikes Bhakti Husada Mulia; 2019.
2. Mellinda C. Penerapan Terapi Rebusan Air Daun Alpukat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RT 005 RW 012 Desa Karangnunggal. Tasikmalaya: Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya; 2022.
3. [World Health Organization \(WHO\)](#). Hypertension; 2023.
4. Apriliani S Z. Gambaran Peningkatan Pengetahuan tentang Penggunaan Obat Hipertensi melalui Video Edukasi pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Gunung Tanjung. Tasikmalaya: Politeknik Kesehatan Tasikmalaya; 2022.
5. Dinas Kesehatan Provinsi NTB. Seksi Penyakit Tidak Menular, Jiwa dan Napza, Dinas Kesehatan Provinsi NTB 2022. NTB: Dinas Kesehatan Provinsi NTB; 2022.

6. Dewi A B. Gambaran Sikap Keluarga terhadap Lansia dengan Hipertensi di Desa Tirtonirmolo Kasihan Bantul. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta; 2019.
7. Fandinata S dan Ernawati. Management Terapi pada Penyakit Degeneratif (Diabetes Mellitus dan Hipertensi): Mengenal, Mencegah dan Mengatasi Penyakit Degeneratif. Gresik: Graniti; 2020.
8. Ishak F. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tilango. Indonesian Journal of Health Promotion. 2022;5(5).
9. Laoli M K. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Usia Lanjut dengan Hipertensi. Jurnal Penelitian Perawat Profesional. 2021;3(2).
10. Yusri V. Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Alpukat (*Persea americana* Mill) terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Primer di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo. Menara Ilmu. 2019;XIII(5).
11. Wardani D N K. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Avokad dan Melati terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Derajat 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Tlanakan Kabupaten Pamekasan. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan. 2022;5(1).
12. Mulsakkar dan Djafar T. Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi. CV. Pena Persada; 2021.
13. Ramadhan D. Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Alpukat dan Air Perasan Buah Mengkudu terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Desa Gemarang Kecamatan Kedunggalar Kabupaten Ngawi. Madiun: Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun; 2019.
14. Salma. Tetap Sehat Setelah Usia 40: 100 Artikel Kesehatan Pilihan. Jakarta: Gema Insani; 2020.
15. Ernawati I. Buku Referensi: Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi: Pengukuran dan Cara Meningkatkan Kepatuhan. Gresik: Graniti; 2020.
16. Yuniandari N P E. Gambaran Status Gizi pada Pasien Hipertensi di Desa Subamia Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan Tahun 2021. Denpasar: Poltekkes Kemenkes Denpasar; 2021.
17. Arrosyid M N. Identifikasi Dukungan Keluarga dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 pada Lansia di Wilayah RW 04 Kelurahan Sambikerep Surabaya. Surabaya: Universitas Muhammadiyah Surabaya; 2020.
18. Lestari C A. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Hutaimbaru Padangsidimpuan. Padangsidimpuan: Universitas Aufa Royhan; 2021.
19. Muljabar A Y. Rancang Bangun Prototype Precision Irrigation pada Perkebunan Alpukat Berbasis Internet of Things (IoT). Bandung: Universitas Komputer Indonesia; 2022.
20. Notoatmodjo. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: EGC; 2021.