

Penerapan Perebusan Daun Sirsak Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Presak Desa Danger Kecamatan Masbagik

Husununnizam¹, Muh. Jumaidi Sapwal²

^{1,2} Program Studi Provesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar, Lombok Timur, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Maret 12, 2025
Revised Maret 25, 2025
Accepted Mei 01, 2025

Keywords:

Rebusan Daun Sirsak
Hipertensi
Lansia

Keywords:

*Soursop Leaf Decoction
Hypertension
Elderly*

ABSTRAK

Hipertensi ialah termasuk dalam masalah kesehatan yang sangat mematikan di kancah global. Hipertensi atau meningkatnya tekanan darah ialah kondisi medis yang berarti dimana secara khusus mampu menyebabkan resiko jantung, otak, ginjal, dan masalah kesehatan lainnya. WHO mencatat sekitar 972 juta orang atau 26,4% penduduk di seluruh dunia menderita hipertensi pada tahun 2019. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui "Penerapan Perebusan Daun Sirsak Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Presak Desa Danger Kecamatan Masbagik". Studi Kasus Asuhan keperawatan Penerapan Perebusan Daun Sirsak Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia. setelah dilakukan pemberian rebusan daun sirsak selama 3 kali 24 jam didapatkan hasil terdapat penurunan tekanan darah pada Ny. Penerapan Perebusan Daun Sirsak dapat Menurunkan Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Presak Desa Danger Kecamatan Masbagik.

ABSTRACT

Hypertension is one of the most deadly health problems in the global arena. Hypertension or high blood pressure is a significant medical condition which can specifically cause the risk of heart, brain, kidney, and other health problems. WHO noted that around 972 million people or 26.4% of the world's population suffered from hypertension in 2019. This case study aims to determine "The Application of Soursop Leaf Boiling to Reduce Hypertension in the Elderly in Presak Hamlet, Danger Village, Masbagik District". Case Study of Nursing Care for the Application of Soursop Leaf Boiling to Reduce Hypertension in the Elderly. after giving soursop leaf decoction for 3 times 24 hours, the results showed a decrease in blood pressure in Mrs. The Application of Soursop Leaf Boiling Can Reduce Hypertension in the Elderly in Presak Hamlet, Danger Village, Masbagik District.

This is an open access article under the [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan sebuah kondisi masalah kesehatan yang bisa menjangkit siapapun baik usia muda maupun tua. Hipertensi ialah termasuk dalam masalah kesehatan yang sangat mematikan di kancah global. Hipertensi atau meningkatnya tekanan darah ialah kondisi medis yang berarti dimana secara khusus mampu menyebabkan resiko jantung, otak, ginjal, dan masalah kesehatan lainnya[1].

Menurut WHO tahun 2019 adas ekitar satu milyar orang di duniayang mengalami hipertensi dan berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah-sedang sebesar dua per-tiganya. Jika tidak dilakukan pencegahan jumlah ini akan terus meningkat, dandi prediksi

tahun 2025 akan menjadi 29 % atau 1,6 miliar orang di seluruh dunia yang mengalami hipertensi. WHO mencatat sekitar 972 juta orang atau 26,4% penduduk di seluruh dunia menderita hipertensi pada tahun 2019. Tahun 2022 menunjuk kansekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Berdasarkan data di Kemenkes (2019) prevalensi kejadian hipertensi pada lansia di Indonesia sebesar 45,9% pada umur 55–64 tahun, 57,6% umur 65–74 tahun dan 63,8% umur >75 tahun. Berdasarkan pengukuran tekanan darah prevalensi hipertensi di Indonesia pada umur ≥ 18 tahun adalah sebesar 25,8%. Tertinggi di Provinsi Bangka Belitung sebesar 30,9%, kedua Provinsi Kalimantan Selatan sebesar 30,8%, dan ketiga di Provinsi Kalimantan Timur sebesar 29,6% (Kemenkes RI, 2019)

Meningginya tekanan darah dapat mengakibatkan terjadinya pembesaran jantung ataupun sumbatan aliran pembuluh darah koroner, apabila tidak diatasi dengan baik maka bisa mengakibatkan resiko masalah kesehatan koroner dan pada akhirnya mengakibatkan kematian. Apabila dengan terus meningkatnya faktor-faktor yang menyertai penyandang hipertensi, oleh sebab itu akan terus membesar pula kemungkinan terjadinya kelainan jantung[2]

Berdasarkan Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB). Penyakit hipertensi menduduki peringkat kedua jumlah penyakit terbanyak yang tersebar di Provinsi NTB pada tahun 2020 dengan jumlah penderita berusia ≥ 18 tahun mencapai 772.490 jiwa. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Nusa Tenggara Barat (Dinkes NTB), terdapat beberapa kabupaten dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi diantaranya Lombok Timur, Lombok Tengah, dan Lombok Barat[3].

Hipertensi diklasifikasikan menjadi dua yaitu hipertensi primer dan sekunder. Hipertensi primer ditandai dengan adanya dua faktor yakni faktor resiko yang mampu untuk diubah dan faktor resiko yang tidak mampu untuk diubah. Faktor resiko yang dapat dimodifikasi antara lain diet atau pola makan tidak sehat (konsumsi natrium berlebih, diet dengan jumlah lemak jenuh dan lemak trans yang tinggi, kurangnya konsumsi buah dan sayuran), kurang terpenuhinya aktivitas fisik, mengkonsumsi tembakau dan alkohol, dan melebihi berat badan atau obesitas[4]. Sedangkan untuk faktor pemicu yang tidak mampu untuk diubah yaitu termasuk riwayat penyakit keluarga hipertensi, usia diatas 65 tahun dan penyakit bawaan lainnya seperti diabetes mellitus dan penyakit ginjal. Sedangkan hipertensi sekunder disebabkan oleh suatu penyakit ginjal, reaksi terhadap obat-obatan dan mempunyai kelainan hormonal[5].

Pengobatan pada pasien hipertensi bisa dilakukan melalui 2 cara yaitu farmakologi dan nonfarmakologi, pengobatan farmakologi biasa dengan pemberian obat-obatan Diuretik, seperti chlorothiazide, chlorthalidone, indapamide, metolazone, bumetanide, furosemide, torsemide, amilorid, dan triamterene namun pengobatan hipertensi melalui farmakologi mampu menimbulkan kontraindikasi bila dikonsumsi dalam kurun waktu tertentu. Terapi pengobatan secara non farmakologis dapat dengan mengkonsumsi tanaman herbal salah satunya yaitu dengan rebusan daun sirsak[6].

Daun Sirsak (*Annona muricata* Linn) memiliki kandungan zat monotetrahidrofuran asetogenin, diantaranya anomurisin A dan B, gigantetrosin A, annonasin 10 one, murikotasin A dan B, annonasin, dan goniotalamisin dan ion kalium. Manfaat dari kandungan senyawa tersebut ialah untuk pengobatan bermacam penyakit. Kandungan senyawa pada daun sirsak

yang lain yaitu kalsium, fosfor, karbohidrat, vitamin A, vitamin B, vitamin C, tannin, fitosterol, kalsium oksalat, dan alkaloid. Daun sirsak mempunyai anti oksidan yang bisa untuk menangkal radikal bebas dan juga bisa mengelastikan serta merenggangkan pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah[7].

Hasil intervensi setelah diberikan rebusan daun sirsak yakni terdapat tekanan darah sistolik dan diastolic menjadi menurun. Flavonoid merupakan salah satu kandungan yang terdapat dalam daun sirsak yang memiliki efek flavonoid yang dihasilkan terhadap tekanan darah sehingga memberikan efek vasodilatasi dan diuretik yang memberikan efek menurunkan tekanan darah. Flavonoid sendiri memiliki efek inhibilisi terhadap aktivitas Angiotensin-Converting-Enzim (ACE) yang menyebabkan pembentukan angiotensin II dari angiotensin I berkurang sehingga terjadi vasodilatasi, kemudian penurunan curah jantung dan akhirnya tekanan darah menurun, ada spoin berperan dalam menghibisi renin (RAA system) di ginjal sehingga mengurangi pembentukan angiotensin II yang merupakan vasokonstriktor. Angiotensin II juga dapat merangsang sekresi aldosterone yang menyebabkan penurunan ekskresi garam dan air oleh ginjal sehingga terjadi peningkatan curah jantung. Hal tersebut dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Penurunan pembentukan angiotensin II dapat menurunkan tekanan darah[8].

Pemberian air rebusan daun sirsak pada penelitian ini dikerjakan dengan merebus daun sirsak berjumlah 10 lembar dengan air 1500 cc kemudian direbus selama 15 menit dan diminum sebanyak 200 cc. Berdasarkan wawancara dengan 2 lansia penderita hipertensi di Dusun Preseka Desa Danger Kecamatan Masbagek pada tanggal 29 Juli 2024 mengatakan belum mengetahui alternatif pengobatan hipertensi seperti rebusan daun sirsak da biasanya hanya mengkonsumsi obat obat anti deuretik seperti salah satunya cattopril.

2. METODE

menggunakan deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Penelitian dilakukan di Bulan Juli 2024 di Dusun Presak Desa Danger Kecamatan Masbagek. Instrumen penelitian adalah peneliti sendiri dengan alat bantu tensi meter untuk melihat tanda-tekanan darah pada resmponden

Proses pengambilan data selama tiga hari yaitu hari pertama difokuskan pada pengkajian keperawatan, penegakkan prioritas diagnosis keperawatan, membuat perencanaan keperawatan, pelaksanaan keperawatan, serta evaluasi keperawatan

Hari kedua dan ketiga difokuskan pada pelaksanaan dan evaluasi keperawatan. Fokus utama pengkajian keperawatan yaitu menilai tekanan darah pada pasien dengan riwayat hipertensi. Perencanaan keperawatan disusun berdasarkan prioritas diagnosis keperawatan dengan intervensi mandiri dan kolaborasi. Pelaksanaan dilakukan berdasarkan intervensi yang telah disusun. Evaluasi keperawatan dilakukan dengan menyusun hasil dari pelaksanaan keperawatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Pengkajian

Ny. N berusia 56 tahun menderita hipertensi sejak berusia 40 tahun, klien mengatakan sering mengalami sakit kepala, mudah lelah dan jantung seperti berdebar. Hasil pemeriksaan

Keadaan umum baik, kesadaran compos mentis, turgor kulit kering, mata ikterik, tekanan darah 165/90 MmHg, Nadi 83 x/menit, Suhu 36.5oC, RR 21 x/menit. Klien bekerja sebagai ibu rumah tangga, klien mengatakan memiliki riwayat hipertensi turunan dari ayahnya yang juga memiliki riwayat hipertensi.

b. Diagnosa Masalah

Dari masalah keperawatan diatas masalah keperawatan yang muncul berdasarkan SDKI (2018) yaitu nyeri akut akut b.d peningkatan vaskuler serebral
Data Subjektif

Ny. N sakit kepala, mudah lelah

P : Nyeri sering terasa saat beraktivitas

Q : Nyeri terasa seperti ditusuk tusuk

R : Nyeri pada area kepala menjalara dan leher

S : Sekala 6

T : Nyeri hilang timbul

O :

Tampak meringis

TTV

TD : 165/90

Nadi : 83 x/menit

Suhu : 36.5oC,

RR : 21 x/menit

A : Masalah belum teratasi

P : Intervensi dilanjutkan dengan pemberian rebusan daun sirsak seara rutin setiap hari dan jantung seperti berdebar

Data Objektif

1. Klien tampak mringis

2. TD 165/90 tekanan darah 165/90 MmHg, Nadi 83 x/menit, Suhu 36.5oC, RR 21 x/menit

Intervensi

Label luaran yang digunakan berdasarkan kasus dan diagnose adalah nyeri menurun (L.08066) (SDKI, 2018). Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3 x 24 jam, maka tingkat nyeri yang dialami klien menurun .

Label intervensi keperawatan yang ditegakan adalah manajemen nyeri (I.08238), salah satu intervensi yang dilakukan oleh peneliti berdasarkan Standar Intervensi keperawatan (SIKI) adalah Pemberian Perebusan Daun Sirsak

c. Implementasi

Tindakan yang sudah di lakukan oleh peneliti untuk mengurangi nyeri yang dialami oleh klien di antaranya adalah pemantauan tanda-tanda nyeri dengan cara mengukur tempat, karakter, durasi, frekuensi, kualitas, keparahan nyeri dan faktor pemicu nyeri, selain itu peneliti juga melakukan Pemberian Perebusan Daun Sirsak kepada klien karena merupakan tehnik integrasi sensoris yang mempengaruhi aktivitas sistem syaraf otonom yang dapat mengurangi sensasi nyeri.

Peneliti dan pasien bersepakat untuk membuat jadwal kegiatan melakukan Pemberian Perebusan Daun Sirsak selama 3 hari. Saat proses pembelajaran berlangsung pasien sangat

kooperatif dan mampu melakukan tindakan Pemberian Perebusan Daun Sirsak secara mandiri sehingga tidak ada kendala dalam melakukan tindakan.

d. Evaluasi

Dari hasil implementasi yang sudah dilakukan peneliti pada Ny. M Selama 3 hari dapat di Evaluasi:

1) Hari I

Ny. N sakit kepala, mudah lelah

P : Nyeri sering terasa saat beraktifitas

Q : Nyeri terasa seperti ditusuk tusuk

R : Nyeri pada area kepala menjalara dan leher

S : Sekala 6

T : Nyeri hilang timbul

O :

Tampak meringis

TTV

TD : 165/90

Nadi : 83 x/menit

Suhu : 36.5oC,

RR : 21 x/menit

A : Masalah belum teratasi

P : Intervensi dilanjutkan dengan pemberian rebusan daun sirsak seara rutin setiap hari dan jantung seperti berdebar

2) Hari II

S: Ny. N Mengatakan Masih merasa nyeri

P : Nyeri saat beraktifitas

Q : Nyeri terasa seperti ditusuk tusuk

R : Nyeri pada area kepala menjalar ke leher

S : Sekala 5

T : Nyeri hilang timbul

O :

Tampak meringis

TTV

TD : 150/80

Nadi : 80 x/menit

Suhu : 36.5oC,

RR : 20 x/menit

A : Masalah belum teratasi

P : Intervensi dilanjutkan dengan pemberian rebusan daun sirsak seara rutin setiap hari

3) Hari III

S: Ny. N nyeri berkurang

P : Nyeri saat beraktifitas

Q : Nyeri terasa seperti ditusuk tusuk

R : Nyeri pada area kepala menjalar ke leher

S : Sekala 5

T : Nyeri hilang timbul

O :

Tampak meringis

TTV

TD : 135/70

Nadi : 80 x/menit

Suhu : 36.2oC,

RR : 20 x/menit

A : Masala teratasi

P : Lanjutkan intervensi pemberian rebusan daun sirsak jika TD meningkat.

Dari Hasil evaluasi yang sudah dilakukan peneliti pada Ny. N, Evaluasi akhir didapatkan data bahwa Tekanan Darah pada klien sudah menurun setelah dilakukan tindakan pemberian rebusan daun sirsak selama 3 hari berturut turut. Rencana keperawatan tindak lanjut mengatasi masalah ini adalah dengan menganjurkan klien banyak istirahat dan membiasakan diri melakukan rebusan daun sirsak jika tekanan darah meningkat

Berdasarkan hasil dari asuhan keperawatan yang telah diberikan selama 1 minggu, didapatkan bahwa penerapan perebusan daun sirsak dapat menurunkan tekanan darah yang hasilnya menyatakan ada pengaruh konsumsi air rebusan daun sirsak terhadap tekanan darah pada lansia di wilayah Puskesmas Miangas Kabupaten Kepulauan Talaud Provinsi Sulawesi Utara

Tekanan darah merupakan suatu gaya tekanan aliran darah dalam pembuluh nadi (arteri), yang mana curah jantung dan resistensi pembuluh darah memiliki pengaruh terhadap tekanan ini. Hipertensi ialah suatu masalah gangguan sistem tekanan darah yang menyebabkan tekanan darah berada diatas jumlah yang normal. Tekanan darah tinggi dapat ditangani dengan memanfaatkan tumbuhan herbal seperti dengan mengkonsumsi air rebusan daun sirsak.

Sirsak (*Annona muricata* L) merupakan tanaman obat tradisional yang digunakan sebagai terapi hipertensi. Bagian yang digunakan sebagai obat herbal pada sirsak adalah buah, daun, dan biji. Daun sirsak mengandung senyawa flavonoid, tannin, alkaloid, kuinon, polifenolat, dan mineral seperti magnesium, kalsium, dan kalium. Flavonoid bekerja sebagai ACE inhibitor yang akan menghambat perubahan AIR menjadi AIR sehingga menurunkan sekresi hormon antidiuretik (ADH), akibatnya sangat banyak urin yang diekskresikan keluar tubuh (antidiuresis). Sekresi aldosteron dari korteks adrenal dihambat, sehingga menambah ekskresi NaCl (garam) yang pada akhirnya mengakibatkan penurunan tekanan darah, dan memodulasi pengeluaran nitric oxide sebagai vasodilator sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah.

Peneliti berasumsi Daun sirsak memiliki kandungan antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas, sama halnya dengan bahan alami lainnya, antioksidan dapat melenturkan dan melebarkan pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah.. Kadar kalium yang tinggi dapat meningkatkan ekskresi natrium, sehingga dapat menurunkan volume darah dan tekanan darah. Selain itu kalium juga mengatur keseimbangan cairan tubuh bersama natrium, menghambat pengeluaran renin, berperan dalam vasodilatasi arteriol, dan mengurangi respon vasokonstriksi endogen, sehingga tekanan darah turun dan Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular yang bersifat kronis dan dapat menimbulkan komplikasi pada organ tubuh seperti jantung, ginjal, otak, dan mata. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa rebusan daun sirsak efektif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia, hal ini disebabkan karena kandungan kadar kalium yang tinggi yang ada pada daun sirsak dapat menurunkan volume darah dan tekanan darah.

4. KESIMPULAN

Asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah Hipertensi setelah diberikan intervensi rebusan daun sirsak selama 3 x 24 jam dapat menurunkan tekanan darah pada pasien dan memperbaiki kualitas hidupnya, dari hasil diatas dapat disimpulkan penerapan perebusan daun sirsak dapat menurunkan hipertensi pada lansia di dusun presak desa danger kecamatan masbagik

REFERENSI

- [1] Hamdan, H., & Musniati, N. (2020). Ekstrak Daun Sirsak terhadap Tekanan Darah pada Hipertensi. *Journal of Holistic and Traditional Medicine*, 5(02), 439-447.
- [2] HARDIKA, S. N. Q. M. (2023). ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN SIRSAK UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI DESA JATIJAJAR (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG).
- [3] Musa, E. C. (2022). Status Gizi Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kinilow Tomohon. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 060-065.
- [4] Rahmayanti, U. R., Ayu, I. G., Danuyanti, N., & Zaetun, S. (2022). Pemanfaatan Teh Daun Sirsak (*Annona muricata* L .) Terhadap Kadar Kolesterol Total ,Trigliserida Dan Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Dengan Hipertensi. 8(2), 119–133
- [5] Ristyaning, P. et al. (2017) ‘Efektivitas Teh Daun Sirsak (*Annona muricata* Linn) Terhadap Hipertensi The Effectivity Soursop Leaf (*Annona muricata* Linn) Tea of Hypertension’, 6(2), pp. 50–55.
- [6] Rukmini, R., & Oktarina, O. (2020). Inovasi Program Pelayanan Kesehatan Tradisional pada Lansia di Puskesmas Made Kota Surabaya. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 23(2), 135-144.
- [7] Supriyadi, S., Pade, H., & Putri, R. M. (2023). PENGARUH KONSUMSI AIR REBUSAN DAUN SIRSAK (*Annona muricata* linn) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH DESA MIANGAS KABUPATEN KEPULAUAN TALAUD PROVINSI SULAWESI UTARA. *Journal of Nursing Care and Biomolecular*, 8(1), 54-62.
- [8] Swastini, N. (2021). Efektivitas daun sirsak (*Annona muricata* Linn) terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 413-415.
- [9] Yano, L., & Keswara, U. R. (2021). Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Di Pesisir Barat Lampung. *Jurnal Kreatifitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(5), 1216-1220.
- [10] Yolanda, F. S., Fitri, N. L., & Ludiana, L. (2024). PENERAPAN REBUSAN DAUN SELEDRI (*APIUM GRAVEOLENS* L) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI UPTD PUSKESMAS YOSOMULYO KECAMATAN METRO PUSAT. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(2), 228-237.