

PENGARUH PEMBERIAN CINCAU HIJAU TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI RINGAN

Dewi Woro Astuti¹⁾, Mega Ambarwati²⁾

¹Program Studi Keperawatan, Universitas Mitra Indonesia

²Puskesmas Sritejokencono Lampung Tengah

e-mail: dewiworo@umitra.ac.id, megaambar13@gmail.com

Abstract

Hypertension or "high blood pressure" disease is a condition in which a person experiences a gentle or sudden (acute) increase in blood pressure. Persistent hypertension (high blood pressure that does not decrease) is a risk factor for stroke, coronary heart disease (CHD), heart failure, kidney failure, and arterial aneurysms (blood vessel disease). The purpose of this study was to determine the effect of giving green grass jelly on changes in blood pressure in hypertensive patients at the Sritejokencono Village Health Center, Kotagajah District, Central Lampung Regency in 2019. This study used pre experimental designs. The form of design used is one group pretest posttest. The number of samples in this study were 52 respondents, the sampling technique used in this study was Purposive Sampling. The independent variable in this study was the provision of green grass jelly. The dependent variable is a decrease in blood pressure. Data analysis was performed using a two unpaired non-parametric statistical test, namely the matched pair Wilcoxon test. The results of the Wilcoxon matched pair rank test with a p-value of 0.0001 <0.05, this indicates that Ho is rejected. So that it can be concluded that there is a difference in the average pre-test and post-test diastolic blood pressure in PKM Sritejokencono, Kota Gajah, Central Lampung District. It is hoped that the community can take advantage of plants found around their homes, such as green grass jelly leaves to reduce high blood pressure.

Keywords: *Blood Pressure, Hypertension Patients, Green Cincau*

Abstrak

Hipertensi atau penyakit "darah tinggi" merupakan kondisi seseorang mengalami kenaikan tekanan darah baik secara lembut atau mendadak (akut). Hipertensi menetap (tekanan darah tinggi yang tidak menurun) merupakan faktor risiko terjadinya stroke, penyakit jantung koroner (PJK), gagal jantung, gagal ginjal, dan aneurisma arteri (penyakit pembuluh darah). Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian cincau hijau terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Desa Sritejokencono Kecamatan Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2019. Penelitian ini menggunakan *pre experiment designs*. Bentuk desain yang di pakai adalah *one group pretest posttest*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 52 responden, teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Purposive Sampling*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian cincau hijau. Variabel terikat adalah Penurunan Tekanan Darah. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik non parametik dua kelompok tidak berpasangan yaitu uji *Wilcoxon matched pair*. Hasil uji *Wilcoxon matched pair rank test* dengan nilai *p-value* 0,0001 < 0,05, hal ini menunjukkan Ho ditolak. Sehingga disimpulkan ada perbedaan rata-rata tekanan darah diastole pre-test dan post-test di PKM Sritejokencono Kecamatan Kota Gajah Lampung Tengah. di harapkan masyarakat dapat memanfaatkan tanaman yang terdapat disekitar tempat tinggal, seperti daun cincau hijau untuk menurunkan tekanan darah tinggi.

Kata Kunci : *Tekanan Darah, Penderita Hipertensi, Cincau Hijau*

I. PENDAHULUAN

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Menurut Word

Health Organization (WHO) diperkirakan 7,5 juta kematian disebabkan oleh tekanan darah tinggi.

Menurut *World Health Organization* (WHO) diperkirakan 7,5 juta kematian disebabkan oleh tekanan darah tinggi. Pada tahun 1980 jumlah orang dengan hipertensi ditemukan sebanyak 600 juta dan mengalami peningkatan menjadi hampir 1 milyar pada tahun 2008 (WHO,2013). Indonesia sendiri,berdasarkan hasil riset kesehatan tahun 2007 diketahui bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia sangat tinggi,yaitu rata-rata 3,17% dari total penduduk dewasa. Angka kejadian hipertensi di Provinsi Lampung berdasarkan dari data Dinas Kesehatan Provinsi Lampung menunjukkan bahwa catata

n terakhir pada tahun 2018 untuk kasus hipertensi tertinggi yaitu di Dinas Lampung Tengah yaitu mencapai 2.171 kasus,tertinggi kedua berada di Kabupaten Lampung Selatan 1.382 kasus,dan ketiga adalah Lampung Timur 1.258 kasus (Profil Kesehatan Provinsi Lampung).

Pemakaian obat herbal tradisional sebagai langkah promotif-preventif pengelolaan hipertensi kini telah banyak dikembangkan. Pemerintah mendukung penelitian dan pengembangan obat tradisional. Undang-Undang RI No.23 tahun 1992,Sistem Kesehatan Nasional, Resolusi World Health Assembly,dan Surat Keputusan Menteri Kesehatan RI No.0584/MENKES/SK/VI/1995 tentang Sentra Pengembangan dan Penerapan Pengobatan Tradisional (Sentra P3T).

Cincau hijau selain mengandung karbohidrat,lemak dan protein juga mengandung kalsium,vitamin,mineral dan beberapa senyawa bioaktif seperti klorofil,polifenol dan flavonoid (Nurdin,2007). Kandungan senyawa bioaktif tersebut bersifat antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas. Berbagai penelitian menunjukkan efek positif ekstrak cincau hijau terhadap kesehatan diantaranya kandungan antioksidan berupa flavonoid pada cincau dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Sundari *et al*,2014).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari segi usia responden,persentase tertinggi didominasi oleh responden yang berusia 51-60 tahun sebanyak 10 orang (71,4%) dan responden dengan usia terendah yaitu berusia 40-50 tahun sebanyak orang (28,6%). Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Lany (2007),bahwa secara alami tekanan darah cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia,hal ini disebabkan karena pada usia setelah 40 tahun terjadi penebalan dan kekakuan pada dinding arteri karena adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot,sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku. Selain itu,pada usia 50 tahun telah terjadi pengapuran atau penyumbatan pada pembuluh darah sehingga kerja jantung lebih keras untuk memompa darah dan akibatnya tekanan darah menjadi naik. Sudoyo,dkk (2007).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Cincau Hijau Terhadap Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Ringan Di Puskesmas Desa Sritejokencono Kecamatan Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2019”.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *pre experiment designs*. Bentuk desain yang di pakai adalah *one group pretest posttest*. Dalam rancangan ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol),tetapi dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (program). Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif, yaitu yang datanya berupa angka-angka (score,nilai) atau pernyataan yang dianggakan dan dianalisis dengan analisis statistik.Studi yang digunakan adalah studi eksperimen atau percobaan (*eksperimen researcch*). jumlah sampel

dalam penelitian ini adalah 52 responden yaitu untuk penderita hipertensi di Puskesmas Sritejokencono Kecamatan Kota Gajah Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2019.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1) Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Berdasarkan hasil penelitian frekuensi usia yaitu 41-50 tahun 12 responden 23,7%, usia 51-60 tahun 18 responden 34,6% dan usia 60-70 22 responden 42,3%.

Umur	Frekuensi	%
41 - 50 tahun	12	23,0
51 - 60 tahun	18	34,6
60 – 70 tahun	22	42,3
Jumlah	52	100

2) Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 2 Distribusi Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Berdasarkan hasil dapat dilihat bahwa sebgaaian besar responden berpendidikan SD yaitu 14 responden (26,9%).

Kategori	Frekuensi	%
Tidak Tamat SD	13	25,0
SD	14	26,9
SMP	7	13,5
SMA	11	21,1
Sarjana	7	13,5
Jumlah	52	100

3) Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 3 Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu 36 reponden (69,2%).

Jenis Kelami	Frekuensi	%
Laki - Laki	16	30,8
Perempuan	36	69,2
Jumlah	52	100

4) Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4 Distribusi Berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa responden bekerja sebagai petani 17 responden (32,7%), petani dan swasta masing-masing 10 responden (19,2%), tidak bekerja 8 responden (15,4%), dan PNS 7 responden (13,5%).

Pekerjaan	Frekuensi	%
Tidak Bekerja	8	15,4
Petani	17	32,7

Swasta	10	19,2
Wiraswasta	10	19,2
PNS	7	13,5
Jumlah	52	100

5) Tekanan Darah Sistolik Awal (*Pre-Test*)Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sistole Awal (*Pre-Test*)

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa distribusi nilai tekanan darah sistolik awal (*pre-test*) responden dengan tekanan darah 140 mmHg 11 responden (21,2%), 135 mmHg 19 responden dan 160 mmHg 22 responden (42,3%).

Tekanan Darah Sistole Pre Test (mmHg)	Frekuensi	%
140	11	21,2
150	19	36,5
160	22	42,3
Jumlah	52	100

6) Tekanan Darah Diastolik Awal (*Pre-Test*)Tabel 6 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Diastole Awal (*Pre-Test*)

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa distribusi nilai tekanan darah diastolik awal (*pre-test*) dengan tekanan darah diastole 90 mmHg didapat 33 responden (57,7%) dan responden dengan tekanan darah 95 mmHg 19 responden (42,3%).

Tekanan Darah Diastole Pre Test (mmHg)	Frekuensi	%
90	33	57,7
95	19	42,3
Jumlah	52	100

7) Tekanan Darah Sistole (*Post-Tes*) Setelah diberi cincau HijauTabel 7 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sistole (*Pos-Tes*)

Berdasarkan hasil Penelitian diketahui adanya perubahan jumlah penurunan tekanan darah systole pada responden sesudah diberikan cincau hijau didapatkan responden dengan tekanan darah 140mmHg terdapat 18 responden (34,6%), responden dengan tekanan systole 150mmHg dan 160mmHg terdapat masing – masing di dapat 17 responden (32,7%).

Tekanan Darah Sistole (mmHg) (Post-Test)	Frekuensi	%
140	18	34,6
150	17	32,7
160	17	32,7
Jumlah	52	100

8) Tekanan Darah Diastole (*Post-Tes*) Setelah diberi cincau Hijau

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Diastole (*Pos-Tes*)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui adanya perubahan jumlah penurunan tekanan darah diastole pada reponden sesudah diberikan cincau hijau didapatkan responden dengan tekanan darah 90mmHg terdapat 28 responden (53,8%), responden dengan tekanan systole 95mmHg dan di dapat 24 responden (46,2%).

Tekanan Darah Diastole (mmHg) (<i>Post-Test</i>)	Frekuensi	%
90	28	53,8
95	24	46,2
Jumlah	52	100

9) Uji Normalita Data

Tabel 9 Uji Normalitas Data Tekanan Darah Sistole dan Diastole (*Pre-tes* dan *Post Test*)

Berdasarkan uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk* dapat dilihat tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan cincau hijau mempunyai nilai signifikan masing-masing (0,048 dan 0,000) yang nilainya lebih dari 0,05 sehingga data tidak terdistribusi normal. Dari data tekanan darah diastole sebelum dan sesudah diberikan cincau hijau mempunyai nilai signifikan 0,089 yang berarti data berdistribusi normal namun pada data sesudah perlakuan di dapat 0,000 yang nilainya lebih dari 0,05 sehingga data tidak berdistribusi normal. Karena data tidak terdistribusi normal maka pengujian hipotesis yang digunakan dengan analisis *Wilcoxon matched pair*.

Kelompok	Z	p value	Normalitas Data
Tekanan Sistole (<i>Pre-Test</i>)	0,939	0,048	Tidak Normal
Tekanan Sistole (<i>Post-Test</i>)	0,826	0,000	Tidak Normal
Tekanan Diastole (<i>Pre-Test</i>)	0,945	0,089	Normal
Tekanan Diastole (<i>Pre-Test</i>)	0,849	0,000	Tidak Normal

10) Tekanan Darah Sistole

Tabel 10 Tekanan Darah Sistole (*Pre-Tes* dan *Post-Test*)

Hasil uji *paired simple t-test* pada PKM Sritejokencono sebelum diberikan cincau hijau p-value = 0,000 < 0,05, hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak, sehingga disimpulkan ada perbedaan rata-rata tekanan sistolik *pre-test* dan *post test* pada responden PKM Sritejokencono Kecamatan Kota Gajah Lampung Tengah.

Tekanan Darah	Mean	t-test	p value
Tekanan Sistole (<i>Pre-Test</i>)	170,74	9,120	0,000
Tekanan Sistole (<i>Post-Test</i>)	153,38		

11) Tekanan Darah Sistole

Tabel 11 Tekanan Darah Diastole (Pre-Tes dan Post-Test)

hasil uji *paired simple t-test* pada PKM Sritejokencono sebelum diberikan cincau hijau $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak, sehingga disimpulkan ada perbedaan rata-rata tekanan diastole *pre-test* dan *post test* pada responden PKM Sritejokencono Kecamatan Kota Gajah Lampung Tengah.

Tekanan Darah	Mean	t-test	p value
Tekanan Diastole (<i>Pre-Test</i>)	94,41	5,104	0,000
Tekanan Diastole (<i>Post-Test</i>)	89,26		

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil Penelitian dapat disimpulkan

1. Karakteristik responden, sebagian besar responden berumur 51-60 tahun adalah 22 responden (42,3%), responden sebagian besar berpendidikan SD 14 responden (26,9%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 36 responden (69,2%) dan bekerja sebagai petani 17 responden (32,7%).
2. Hasil pengukuran darah systole sebelum di beri cincau hijau di dapat rata-rata 140 mmHg yaitu 22 responden (42,3%). Dan rata-rata tekanan darah diastole sebelum perlakuan 90 mmHg yaitu 33 responden (57,7%).
3. Hasil pengukuran darah systole sesudah di beri cincau hijau di dapat 130 mmHg 18 responden (34,6), 135 mmHg dan 140 mmHg yaitu 17 responden (32,7%). Dan rata-rata tekanan darah diastole sesudah perlakuan 90 mmHg 28 responden (53,8%) dan 95 mmHg 24 responden (46,2%).
4. Terdapat pengaruh yang signifikan pengaruh pemberian cincau hijau terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan di PKM Sritejokencono kec. Kota Gajah Lampung Tengah.

V. SARAN

1. Bagi Tempat Penelitian Dapat memanfaatkan tanaman yang terdapat disekitar tempat tinggal, seperti daun cincau hijau yang hanya umum digunakan sebagai es cincau, dan supaya tidak ragu mencoba hal baru dalam pengobatan alami yang tentunya telah dipelajari dan terbukti memiliki manfaat.
2. Bagi Institusi Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia agar dapat menambah bahan-bahan kepustakaan sebagai sarana memperkaya ilmu pengetahuan pembaca mengenai pemanfaatan bahan alami missal daun cincau hijau untuk mengontrol tekanan darah tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisah.C., U.Sholeha. 2012. Gambaran Pola Makan Pada Penderita Hipertensi Yang Menjalani Rawat Inap di IRNA RSUD.Syarifah Ambami Rato Ebu Kabupaten Bangkalan Madura. *Jurnal Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yasri Surabaya*.
- Kadir.S. 2019. Pola Makan dan Kejadian Hipertensi. *Jambura Health And Sport Journal.Vol.1 No 2. Agustus 2019. P-ISSN: 2654-718X, e-ISSN: 2656-2863*.
- Kemendes RI. 2016. *Tekanan Darah Tinggi Hipertensi*. Mediacastore.com
- Khusuma.A., A.P.Roselyn., A.Agata. 2018. Evaluasi Pemberian Buah Pisang Ambon (Musa Paradisiaca Var Sapientum Linn) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tambah Subur Kec. Way Bungur Lampung Timur. *Jurnal Analis Medika Bio Sains. Vol 5 No. 2 September 2018. Pp, 59-67. ISSN: 2656-2456 (online). ISSN: 2356-4075 (print)*.
- Krisnanda.M.Y. 2017. *Laporan Penelitian Hipertensi*. Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Muhadi. 2016. JNC 8: Evidence-Based Guideline Penanganan Pasien Hipertensi DEwasa. Analisis. *CDK-236/Vol.43 No.1, Tahun 2016*.
- Ningrat.R.W., B.Santoso. 2012. Pemilihan Diet Nutrient Bagi Penderita Hipertensi Menggunakan Metode Klarifikasi Decision Tree (Studi Kasus: RSUD Syarifah Ambami Rato Ebu Bangkalan). *Jurnal Teknik ITS Vol 1 No. 1 (Sept. 2012) ISSN 2301-9271*.
- Prakosa.M.A., B.Wicaksono., K.E. Damayanti. 2014. Hubungan Frekuensi Konsumsi Buah dan Sayur Dengan Hipertensi Pada Lansia di Desa Bolon Colomadu Karanganyar. *Nexus Kedokteran Komunitas Vol 3No. 2 Desember 2014*.
- Rawasiah.A.B., Wahiduddin., Rismayanti. 2014. Hubungan Faktor Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Pattingalloang. *Jurnal Kesehatan. Bagian Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin*.
- Susulo & Wulandari. 2013. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: Andi.