

Research Articles

Pengaruh Edukasi Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak pada Penderita Hipertensi di RSUD Labuang Baji Makassar*The Educational Effect of Giving Soursop Leaves Boiled Water to Hypertension Sufferers at Labuang Baji Regional Hospital, Makassar***Kartika Sari Wijyaningsih¹, Indah Restika BN², Selviana Tawil³
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin****Alamat korespondensi : Email : kartika@stikesnh.ac.id
(Received December 12, 2024; Accepted December 28, 2024)***Abstrak**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global, termasuk di Indonesia. Terapi alternatif seperti penggunaan air rebusan daun sirsak mulai banyak digunakan untuk menurunkan tekanan darah, namun efektivitasnya masih perlu dievaluasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh edukasi mengenai pemberian air rebusan daun sirsak terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD Labuang Baji Makassar. Studi ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan melibatkan 100 responden yang dibagi menjadi kelompok kontrol dan intervensi. Hasil menunjukkan adanya penurunan signifikan tekanan darah pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol setelah diberikan edukasi dan konsumsi air rebusan daun sirsak selama 4 minggu. Studi ini menyarankan penggunaan terapi alternatif ini sebagai bagian dari program manajemen hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, daun sirsak, edukasi kesehatan, terapi alternatif

Pendahuluan

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi kronis yang sering kali asimtomatik namun berpotensi menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (WHO, 2020). Menurut data Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%, menunjukkan perlunya strategi pengelolaan yang efektif dan inovatif.

Pengobatan hipertensi secara konvensional melibatkan penggunaan obat antihipertensi, perubahan gaya hidup, dan edukasi pasien. Namun, berbagai keterbatasan seperti efek samping obat, biaya, dan kepatuhan pasien sering menjadi hambatan. Dalam konteks ini, terapi herbal seperti penggunaan daun sirsak (*Annona muricata*) mendapatkan perhatian sebagai pendekatan komplementer.

Daun sirsak dikenal mengandung senyawa acetogenin, flavonoid, dan tanin yang memiliki sifat antihipertensi dan antioksidan (Bandiola, 2019). Namun, efektivitas penggunaannya sebagai terapi penunjang hipertensi di Indonesia, khususnya di RSUD Labuang Baji Makassar, masih minim dieksplorasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dampak edukasi pemberian air rebusan daun sirsak terhadap tekanan darah penderita hipertensi di fasilitas tersebut.

Edukasi kesehatan merupakan intervensi penting dalam manajemen hipertensi karena meningkatkan kesadaran dan kepatuhan pasien terhadap pengobatan (Khatib et al., 2021). Pendekatan ini melibatkan komunikasi aktif antara petugas kesehatan dan pasien untuk mengubah perilaku yang mendukung kesehatan.

Penelitian menunjukkan bahwa daun sirsak memiliki efek antihipertensi melalui mekanisme relaksasi otot polos pembuluh darah dan inhibisi enzim angiotensin-converting enzyme (ACE) (Rodríguez et al., 2020). Sebuah studi oleh Adel et al. (2021) menyebutkan bahwa konsumsi ekstrak daun sirsak dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan pada hewan uji.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan pretest dan posttest pada dua kelompok: kontrol dan intervensi. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi di RSUD Labuang Baji Makassar. Sampel terdiri dari 100 pasien yang dipilih secara purposif, dengan kriteria inklusi, penderita hipertensi grade 1 dan 2, Usia 40-60 tahun, tidak memiliki riwayat penyakit ginjal atau jantung. Kelompok intervensi diberikan edukasi mengenai manfaat daun sirsak dan cara mengonsumsi air rebusannya. Mereka diminta mengonsumsi 200 ml air rebusan daun sirsak dua kali sehari selama 4 minggu. Kelompok kontrol hanya menerima pengobatan standar dan Pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan tensimeter digital sebelum dan setelah intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan uji t independen dan paired t-test.

Hasil

Karakteristik Responden

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kelompok Intervensi (n=50)	Kelompok Kontrol (n=50)	Total (n=100)	P- value
Jenis Kelamin				
- Laki-laki	20%	18%	19%	0.764
- Perempuan	80%	82%	81%	
Usia (tahun)				
- 40-49	30%	28%	29%	0.853
- 50-60	70%	72%	71%	
Tingkat Pendidikan				
- Pendidikan Rendah	34%	32%	33%	0.821
- Pendidikan Menengah	56%	58%	57%	
- Pendidikan Tinggi	10%	10%	10%	

Sumber : SPSS 27, 2024

Tabel 1 menyajikan karakteristik demografi responden, yang penting untuk memastikan bahwa kedua kelompok memiliki karakteristik serupa sehingga hasil penelitian dapat dianggap valid.

Jenis Kelamin

Mayoritas responden adalah perempuan (80% di kelompok intervensi dan 82% di kelompok kontrol). *P-value* sebesar 0.764 menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan antara jenis kelamin kedua kelompok. Hal ini mengindikasikan distribusi yang merata dalam hal gender.

Usia

Sebagian besar responden berada pada rentang usia 50-60 tahun (70% di kelompok intervensi dan 72% di kelompok kontrol). *P-value* 0.853 menunjukkan distribusi usia yang seimbang antara kedua kelompok, sehingga hasil penelitian tidak dipengaruhi oleh faktor usia.

Tingkat Pendidikan

Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah (56% di kelompok intervensi dan 58% di kelompok kontrol). Tidak ada perbedaan signifikan dalam tingkat pendidikan (*p-value* > 0.05), menunjukkan homogenitas dalam aspek ini. Hal ini penting karena tingkat pendidikan dapat memengaruhi pemahaman dan kepatuhan terhadap intervensi.

Perubahan Tekanan Darah

Tabel 2.
Pengaruh Edukasi dan Konsumsi Air Rebusan Daun Sirsak terhadap Tekanan Darah

Parameter	Kelompok Intervensi (n=50)	Kelompok Kontrol (n=50)	P-value	Keterangan
Tekanan Darah Awal (mmHg)	150/95 ± 8.4	148/94 ± 7.9	0.435	Tidak signifikan
Tekanan Darah Akhir (mmHg)	130/85 ± 6.3	145/92 ± 7.1	< 0.001	Signifikan
Penurunan Tekanan Darah (%)	13.3%	2.0%	< 0.001	Signifikan
Kepatuhan Konsumsi (%)	92%	Tidak diterapkan	-	Tinggi pada kelompok intervensi
Gangguan Pencernaan (%)	8%	0%	0.052	Tidak signifikan
Efek Samping Lainnya	Tidak ada	Tidak ada	-	Tidak ada efek samping signifikan

Tabel 2 menunjukkan hasil pengaruh edukasi dan konsumsi air rebusan daun sirsak terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Labuang Baji Makassar.

Tekanan Darah Awal (mmHg)

Tekanan darah awal pada kelompok intervensi (150/95 ± 8.4 mmHg) dan kontrol (148/94 ± 7.9 mmHg) menunjukkan nilai yang tidak jauh berbeda. *P-value* sebesar 0.435 menandakan tidak ada perbedaan signifikan antara kedua kelompok pada awal penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa kedua kelompok memiliki kondisi hipertensi yang sebanding, sehingga valid untuk dibandingkan.

Tekanan Darah Akhir (mmHg)

Setelah intervensi, kelompok intervensi mengalami penurunan tekanan darah menjadi $130/85 \pm 6.3$ mmHg, sedangkan kelompok kontrol tetap relatif tinggi di $145/92 \pm 7.1$ mmHg. *P-value* < 0.001 menunjukkan bahwa penurunan tekanan darah pada kelompok intervensi signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Hal ini mengindikasikan efektivitas pemberian air rebusan daun sirsak dalam menurunkan tekanan darah.

Penurunan Tekanan Darah (%)

Kelompok intervensi mencatat penurunan tekanan darah sebesar 13.3%, jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya 2.0%. Perbedaan yang signifikan ini mendukung efektivitas air rebusan daun sirsak sebagai terapi tambahan untuk hipertensi.

Kepatuhan Konsumsi (%)

Sebanyak 92% responden di kelompok intervensi mematuhi konsumsi air rebusan daun sirsak sesuai arahan. Hal ini menunjukkan tingkat penerimaan dan kepercayaan pasien terhadap terapi herbal.

Gangguan Pencernaan (%) dan Efek Samping Lainnya

Sebagian kecil responden di kelompok intervensi (8%) mengalami gangguan pencernaan ringan, tetapi tidak ada efek samping serius yang dilaporkan. Tidak adanya efek samping signifikan mendukung keamanan penggunaan air rebusan daun sirsak sebagai terapi alternatif.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi pemberian air rebusan daun sirsak secara signifikan menurunkan tekanan darah pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebesar 13.3% pada kelompok intervensi menunjukkan efektivitas terapi herbal ini sebagai bagian dari manajemen hipertensi. Hal ini sejalan dengan mekanisme biologis daun sirsak, yang diketahui mengandung senyawa aktif seperti acetogenin, flavonoid, dan tanin yang berfungsi sebagai vasodilator melalui relaksasi otot polos pembuluh darah dan inhibisi enzim angiotensin-converting enzyme (ACE).

Peningkatan kepatuhan konsumsi sebesar 92% pada kelompok intervensi mencerminkan penerimaan pasien terhadap penggunaan air rebusan daun sirsak, yang diperkuat oleh edukasi yang diberikan. Sebaliknya, rendahnya tingkat penurunan tekanan darah pada kelompok kontrol (2.0%) menunjukkan perlunya intervensi tambahan di luar terapi medis standar untuk mencapai hasil yang optimal.

Gangguan pencernaan ringan pada sebagian kecil responden (8%) di kelompok intervensi tidak signifikan secara statistik ($p = 0.052$), menunjukkan bahwa air rebusan daun sirsak relatif aman untuk dikonsumsi dalam dosis yang dianjurkan. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang mengidentifikasi potensi daun sirsak dalam menurunkan tekanan darah, namun dengan konteks aplikasi yang berbeda dengan Adel et al. (2021) Penelitian ini menunjukkan bahwa ekstrak daun sirsak menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada hewan uji melalui mekanisme penghambatan ACE. Penelitian ini mendukung mekanisme yang ditemukan dalam

penelitian ini, di mana konsumsi air rebusan daun sirsak juga memberikan hasil yang signifikan pada manusia. Perbedaannya pada Studi Adel dilakukan pada model hewan, sedangkan penelitian ini melibatkan manusia, memberikan bukti klinis yang lebih relevan.

Menurut Bandiola (2019) Studi ini menyoroti kandungan bioaktif daun sirsak seperti flavonoid yang memiliki sifat antioksidan dan antihipertensi. Penelitian ini mendukung hasil kami bahwa senyawa aktif dalam daun sirsak memainkan peran penting dalam menurunkan tekanan darah. Memiliki Kesamaan yaitu Kedua studi menyimpulkan bahwa senyawa aktif memiliki peran langsung dalam relaksasi pembuluh darah.

Menurut Rodríguez et al. (2020) Penelitian ini menyebutkan bahwa konsumsi ekstrak daun sirsak secara teratur dapat mengurangi tekanan darah pada pasien dengan hipertensi ringan hingga sedang. Perbedaan penelitian ini yaitu Studi Rodríguez menggunakan ekstrak daun dalam bentuk kapsul, sedangkan penelitian ini menggunakan air rebusan, yang lebih sederhana dan dapat diterapkan dalam komunitas.

Menurut Khatib et al. (2021) Penelitian ini menyoroti pentingnya edukasi kesehatan dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan. Dalam studi kami, edukasi memainkan peran penting dalam mendorong responden untuk mematuhi konsumsi air rebusan daun sirsak, menghasilkan efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Penelitian ini memiliki kesamaan yaitu kedua penelitian menemukan bahwa edukasi meningkatkan kesadaran dan penerimaan pasien terhadap intervensi kesehatan.

Integrasi dengan Teori dan Praktik

Hasil ini mengintegrasikan dua elemen penting dalam manajemen hipertensi, intervensi berbasis herbal dan edukasi kesehatan. Daun sirsak yang murah dan mudah diakses memberikan solusi yang layak untuk diterapkan pada masyarakat dengan keterbatasan ekonomi. Selain itu, edukasi kesehatan yang efektif terbukti mampu meningkatkan kesadaran pasien tentang terapi alternatif ini, mengatasi hambatan seperti kurangnya informasi dan ketidakpercayaan terhadap pengobatan herbal. Namun, hasil ini juga menunjukkan pentingnya kontrol terhadap variabel eksternal seperti pola makan, aktivitas fisik, dan faktor psikologis yang dapat memengaruhi tekanan darah. Keberhasilan intervensi ini bergantung pada kombinasi terapi medis standar dan pendekatan komplementer.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tidak mengontrol asupan makanan dan aktivitas fisik selama intervensi, yang dapat memengaruhi hasil. Sampel berasal dari satu lokasi (RSUD Labuang Baji Makassar), sehingga hasilnya mungkin tidak dapat digeneralisasikan untuk populasi yang lebih luas.

Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan bahwa edukasi mengenai pemberian air rebusan daun sirsak memiliki pengaruh signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Labuang Baji Makassar. Penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebesar 13.3% pada kelompok intervensi dibandingkan dengan 2.0% pada kelompok kontrol menegaskan efektivitas intervensi ini sebagai terapi komplementer. Efektivitas terapi herbal ini didukung oleh kandungan bioaktif daun sirsak seperti acetogenin, flavonoid, dan tanin, yang berperan sebagai vasodilator dan

inhibitor ACE. Selain itu, edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan kepatuhan pasien terhadap konsumsi air rebusan daun sirsak hingga 92%, menandakan keberhasilan intervensi dalam mendorong perubahan perilaku kesehatan.

Saran

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa konsumsi air rebusan daun sirsak aman, dengan gangguan pencernaan ringan sebagai efek samping yang tidak signifikan secara statistik. Hal ini menandakan potensi penggunaannya sebagai alternatif yang murah dan mudah diakses untuk manajemen hipertensi, terutama di masyarakat dengan keterbatasan ekonomi.

Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik berkat dukungan dan kontribusi dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- 1) Direktur RSUD Labuang Baji Makassar, yang telah memberikan izin dan dukungan penuh untuk pelaksanaan penelitian ini di lingkungan rumah sakit.
- 2) Seluruh pasien hipertensi di RSUD Labuang Baji Makassar, yang dengan antusias berpartisipasi sebagai responden, sehingga penelitian ini dapat memberikan hasil yang bermanfaat.
- 3) Tim medis dan staf kesehatan RSUD Labuang Baji Makassar, yang telah membantu dalam proses pengambilan data, pemantauan, dan edukasi kepada pasien selama penelitian berlangsung.
- 4) Seluruh rekan sejawat yang telah memberikan arahan, masukan, dan kritik konstruktif dalam menyempurnakan penelitian ini.
- 5) Keluarga dan rekan-rekan, atas dukungan moral dan material yang telah membantu penulis menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, masukan dan kritik yang membangun sangat diharapkan untuk pengembangan penelitian ini di masa mendatang. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi dunia kesehatan dan masyarakat, khususnya dalam upaya mengelola hipertensi secara holistik.

Referensi

- Adel, E. M., Osei, W., & Mensah, J. (2021). Antihypertensive properties of *Annona muricata* in animal models. *Journal of Ethnopharmacology*, 284, 114844. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2021.114844>
- Bandiola, T. M. (2019). Bioactive compounds of *Annona muricata* and their therapeutic benefits. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, 9(8), 376-381. <https://doi.org/10.4103/2221-1691.261829>
- Barcellos, T., & Lima, E. (2020). Flavonoids in soursop leaves and their role in hypertension management. *Phytotherapy Research*, 34(5), 1212-1220. <https://doi.org/10.1002/ptr.6608>
- Chavan, U. S., & Singhal, R. S. (2019). Antioxidant and antihypertensive potential of herbal extracts. *International Journal of Food Science & Technology*, 54(7), 2192-2200. <https://doi.org/10.1111/ijfs.14168>

- Cuevas, S., & Vargas, M. A. (2021). Patient education and adherence to hypertension therapy: A systematic review. *Hypertension Research*, 44(6), 1234-1245. <https://doi.org/10.1038/s41593-021-00987-8>
- Dutta, R., & Sen, M. (2018). Antihypertensive properties of plant-derived compounds: Focus on *Annona muricata*. *Journal of Medicinal Plants Research*, 12(5), 96-104. <https://doi.org/10.5897/JMPR2018.6583>
- González, S. P., & Ortega, L. (2022). The effectiveness of herbal therapies in controlling hypertension: A meta-analysis. *Fitoterapia*, 159, 105076. <https://doi.org/10.1016/j.fitote.2022.105076>
- Gupta, K., & Chatterjee, S. (2020). Role of polyphenols in vascular health: Evidence from *Annona muricata*. *Journal of Cardiovascular Pharmacology*, 75(4), 389-398. <https://doi.org/10.1097/FJC.0000000000000846>
- Khatib, R., Schwalm, J. D., Yusuf, S., Haynes, R., & McKee, M. (2021). Effectiveness of patient education in hypertension management: A comprehensive review. *Hypertension Research*, 44(2), 123-130. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-92087-y>
- Kumar, M., & Reddy, A. (2020). Soursop leaves and their antihypertensive properties: A literature review. *Asian Journal of Pharmaceutical Research and Development*, 8(2), 45-51. <https://doi.org/10.22270/ajprd.v8i2.615>
- Mehta, P., & Sharma, K. (2019). Medicinal plants and their therapeutic potential in hypertension. *Journal of Herbal Medicine*, 17, 100266. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2019.100266>
- Nohara, T., & Moriyama, Y. (2018). *Annona muricata* and its traditional uses in hypertension management. *Traditional Medicine Journal*, 10(3), 45-56. <https://doi.org/10.1016/j.tramed.2018.04.005>
- Omole, A. O., & Ajiboye, O. O. (2018). Therapeutic effects of soursop tea on blood pressure. *Nigerian Journal of Natural Products and Medicine*, 22(1), 56-63. <https://doi.org/10.4314/njnpm.v22i1.7>
- Pandey, P., & Verma, R. (2021). Impact of flavonoids in managing hypertension: An experimental study on *Annona muricata*. *Pharmacognosy Research*, 13(1), 23-29. https://doi.org/10.4103/pr.pr_123_21
- Rahmawati, Y., & Santoso, R. A. (2022). Penggunaan rebusan daun sirsak dalam pengelolaan tekanan darah: Studi pada pasien hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(1), 25-34. <https://doi.org/10.1080/jkmi.2022.25.34>