

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Puskesmas Bangkala merupakan salah satu Puskesmas Pemerintah Kota Makassar dan merupakan unit pelaksanaan teknis Dinas Bangkala Kota Makassar. Puskesmas Bangkala berlokasi di jalan Tamangapa Raya 3, Kompleks Bumi Husada Indah dengan luas wilayah kerja 2.812,06 Ha. Wilayah kerja Puskesmas Bangkala terdiri atas 2 kelurahan yaitu Bangkala terdiri dari 10 RW dan 55 RT dengan jumlah penduduk sebanyak 24831 jiwa dan Biring Romang terdiri dari 7 RW dan 44 RT dengan jumlah penduduk sebanyak 6353 jiwa. Disebelah utara berbatasan dengan Kelurahan Antang, sebelah timur dengan Kelurahan Tamangapa, sebelah selatan berbatasan dengan Kabupaten Gowa, dan sebelah barat berbatasan dengan Kelurahan Borong

Adapun gambaran umum penyakit hipertensi yang ada di Puskesmas Bangkala Kota Makassar yaitu menempati urutan ke 3 dari 10 penyakit tidak menular. Dengan jumlah kasus hipertensi sebanyak 261 kasus berdasarkan distribusi angka kesakitan di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkala tahun 2022.

## B. Hasil Penelitian

Penelitian ini tentang efektivitas Teh hijau dan Rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi, penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Puskesmas Bangkala Kecamatan Manggala Kota Makassar, yang dilaksanakan pada bulan Mei-April 2023. Responden dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi yang dipilih sesuai kriteria inklusi yaitu sebanyak 32 responden yang dibagi kedalam dua kelompok pemberian yaitu kelompok pemberian Teh hijau sebanyak 16 responden dan kelompok pemberian Rebusan daun alpukat sebanyak 16 responden.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian quasi eksperimental dengan menggunakan rancangan *two group pretest-posttest*. Setiap kelompok mendapatkan perlakuan dan dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian. Pengambilan data primer diperoleh melalui pemeriksaan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkala Kecamatan Manggala Kota Makassar

Berdasarkan hasil analisis dan pengolahan data yang disesuaikan dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai, diperoleh hasil penelitian sebagai berikut:

### 1. Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik

responden pada variabel yang diteliti seperti jenis kelamin, umur, pendidikan daripada responden yang diteliti.

a. Karakteristik responden

**Tabel 5.1**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin, umur dan Pendidikan Responden Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkala**

Karakteristik Responden	Teh Hijau		Rebusan Daun Alpukat	
	(n)	(%)	(n)	(%)
<b>Jenis Kelamin</b>				
Laki-Laki	2	12,5	3	18,8
Perempuan	14	87,5	13	81,3
<b>Umur</b>	<b>(n)</b>	<b>(%)</b>	<b>(n)</b>	<b>(%)</b>
34-45 Tahun	4	25,0	3	18,8
46-55 Tahun	5	31,3	4	25,0
56-65 Tahun	7	43,8	9	56,3
<b>Pendidikan</b>	<b>(n)</b>	<b>(%)</b>	<b>(n)</b>	<b>(%)</b>
Tidak Sekolah	4	25,0	4	25,0
SD	4	25,0	6	37,5
SMP	4	25,0	2	12,5
SMA	2	12,5	3	18,8
Perguruan Tinggi	2	12,5	1	6,3
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100%</b>	<b>16</b>	<b>100%</b>

*Sumber : Data Primer 2023*

Tabel 5.1 menunjukkan distribusi frekuensi jenis kelamin responden, didapatkan sebagian besar perempuan pada kelompok pemberian teh hijau yaitu sebanyak 14 orang (87,5%), kelompok pemberian rebusan daun alpukat yaitu 13 orang (81,3%). Berdasarkan kelompok umur responden, didapatkan gambaran hasil penelitian umur responden sebagian besar umur 56-65 tahun pada kelompok pemberian teh hijau sebanyak 7 orang (43,8%), kelompok pemberian rebusan daun alpukat

yaitu 9 orang (56,3%). Berdasarkan kelompok pendidikan responden, didapatkan sebagian besar dengan pendidikan SD pada kelompok pemberian teh hijau yaitu sebanyak 4 orang (25,0%), kelompok pemberian rebusan daun alpukat yaitu 6 orang (37,5%).

b. Rata-rata tekanan darah *pre-post test* pemberian teh hijau

**Tabel 5.2**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Rata-rata Tekanan Darah *Pre-Post Test* Teh Hijau**

Variabel	n	Min	Max	Mean	SD
Tekanan darah sistolik <i>pre test</i> teh hijau	16	140	170	156,87	9,308
Tekanan darah sistolik <i>post test</i> teh hijau	16	130	156	145,62	8,057
Tekanan darah diastolik <i>pre test</i> teh hijau	16	90	104	96,50	3,596
Tekanan darah diastolik <i>post test</i> teh hijau	16	80	92	86,43	3,632

Sumber : Data Primer 2023

Tabel 5.2 menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum pemberian teh hijau 156,87 mmHg dengan standar deviasi 9,308 nilai terendah sebesar 140 mmHg dan tertinggi 170 mmHg. Rata-rata tekanan darah sistolik setelah pemberian teh hijau 145,62 dengan standar deviasi 8,057 nilai terendah 130 mmHg dan tertinggi 156 mmHg.

Rata-rata tekanan darah diastolik sebelum pemberian teh hijau 96,50 mmHg dengan standar deviasi 3,596 nilai terendah 90 mmHg dan tertinggi 104 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik setelah pemberian teh hijau 86,43 mmHg dengan

standar deviasi 3,632 nilai terendah 80 mmHg dan tertinggi 92 mmHg.

c. Rata-rata tekanan darah pre-post pemberian rebusan daun alpukat

**Tabel 5.3**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Rata-rata Tekanan Darah *Pre-Post Test* Rebusan Daun Alpukat**

<b>Variabel</b>	<b>N</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>Mean</b>	<b>Sd</b>
Tekanan darah sistolik <i>pre test</i>	16	140	169	153,43	8,310
Tekanan darah sistolik <i>post test</i>	16	138	162	149,12	8,090
Tekanan darah diastolik <i>pre test</i>	16	90	112	96,00	5,921
Tekanan darah diastolik <i>post test</i>	16	84	108	91,12	6,086

*Sumber : Data Primer 2023*

Tabel 5.3 menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum pemberian rebusan daun alpukat 153,43 mmHg dengan standar deviasi 8,310 nilai terendah 140 mmHg dan tertinggi 169 mmHg. Rata-rata tekanan darah sistolik setelah pemberian rebusan daun alpukat 149,12 mmHg dengan standar deviasi 8,090 nilai terendah 138 mmHg dan tertinggi 162 mmHg.

Rata-rata tekanan darah diastolik sebelum pemberian rebusan daun alpukat 96,00 mmHg dengan standar deviasi 5,921 nilai terendah 90 mmHg dan tertinggi 112 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik sesudah pemberian rebusan daun alpukat 91,12 mmHg dengan standar deviasi 6,086 nilai terendah 84 mmHg dan tertinggi 108 mmHg.

## 2. Analisis Bivariat

- a. Normalitas data *pre-post test* pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat

**Tabel 5.4**  
**Normalitas data *pre-post test* pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat**

	Teh hijau	Rebusan daun alpukat
	sig	Sig
Sebelum	479	915
intervensi	894	094
Setelah	279	256
intervensi	495	066

*Sumber : Data Primer 2023*

Hasil analisis bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh variabel independen (teh hijau dan rebusan daun alpukat) dengan variabel dependen (tekanan darah) ditujukan dengan nilai  $P < 0,05$ . Kemudian untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal pada tekanan darah sistolik dan diastolik *pretest* dan *posttest* pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat, menggunakan uji normalitas *Shapiro wilk*. Setelah dilakukan uji normalitas menunjukkan bahwa semua data yang diperoleh nilai  $P > 0,05$  artinya data berdistribusi normal, maka digunakan uji *paired t-test* untuk melihat pengaruh pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah. Uji *independent t-test* untuk melihat perbandingan efektivitas teh antara hijau dan rebusan daun alpukat.

- b. Pengaruh *pre-post test* pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat

**Tabel 5.5**  
**Pengaruh *pre-post test* Pemberian Teh hijau dan Rebusan Daun Alpukat**

Variabel	N	Mean	Selisih	SD	P value
<b>Teh Hijau</b>					
Sistolik <i>Pre Test</i>	16	156,87	11,2	3,235	0,001
Sistolik <i>Post Test</i>		145,62			
Diastolik <i>Pre Test</i>	16	96,5	10,0	2,542	0,001
Diastolik <i>Post Test</i>		86,4			
<b>Rebusan Daun Alpukat</b>					
Sistolik <i>Pre Test</i>	16	153,43	4,3	2,868	0,001
Sistolik <i>Post Test</i>		149,12			
Diastolik <i>Pre Test</i>	16	96,0	4,8	1,668	0,001
Diastolik <i>Post Test</i>		91,1			

Sumber : Data Primer 2023

Tabel 5.4 tentang hasil uji *paired t-test*, didapatkan tekanan darah sistolik nilai *mean pretest* 156 mmHg *posttest* 145 mmHg teh hijau dengan selisih 11,2 std deviasi 3,235 dengan nilai P value (sig.) 0,001. Tekanan darah diastolik nilai *mean pretest* 96 mmHg *posttest* 86 mmHg teh hijau didapatkan dengan selisih 10,0 std deviasi 2,542 dengan nilai P value (sig.) 0,001. Kemudian tekanan darah sistolik nilai *mean pretest* 153 mmHg *posttest* 149 mmHg rebusan daun alpukat didapatkan dengan selisih 4,3 std deviasi 2,868 P value (sig.) 0,001. Tekanan darah diastolik nilai *mean pretest* 96 mmHg *posttest* 91 mmHg dengan selisih 4,8 std deviasi 1,668 dengan nilai P value (sig.) 0,001.

Dari hasil uji *paired t-test* diperoleh bahwa nilai tekanan darah sistolik dan diastolik *pretest-posttest* teh hijau  $P = 0,001$  ( $P < 0,05$ ), dengan penurunan sistolik 11,25 mmHg dan diastolik 10,06 mmHg. Nilai tekanan darah sistolik dan diastolik *pretest-posttest* rebusan daun alpukat  $P = 0,001$  ( $P < 0,05$ ), dengan penurunan tekanan darah sistolik 4,31 mmHg dan diastolik 4,87 mmHg, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

- c. Perbedaan efektivitas setelah dilakukan pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat

**Tabel 5.6**  
Perbedaan efektivitas setelah dilakukan kelompok pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat

Variabel	N	Mean	SD	Selisih	P value
Tekanan darah sistolik <i>post test</i> teh hijau	16	145,62	8,057		
Tekanan darah sistolik <i>post test</i> rebusan daun alpukat	16	149,12	8,090	3,5	0,001
Tekanan darah diastolik <i>post test</i> teh hijau	16	86,43	3,632		
Tekanan darah diastolik <i>post test</i> rebusan daun alpukat	16	91,12	6,086	4,69	0,001

Sumber : Data Primer 2023

Tabel 5.5 tentang hasil uji *independent t-test* didapatkan bahwa perubahan nilai rata-rata tekanan darah sistolik *post test*



pemberian teh hijau sebesar 145,62 mmHg dan rebusan daun alpukat 149,12 mmHg dengan selisih 3,5. Kemudian, rata-rata tekanan diastolik pemberian teh hijau sebesar 86,43 dan rebusan daun alpukat yaitu 91,12 mmHg dengan selisih 4,6. Berdasarkan penurunan tekanan sistolik dan diastolik post test dari kedua perlakuan didapatkan bahwa penurunan tekanan darah pemberian teh hijau lebih signifikan dibandingkan penurunan tekanan darah pemberian rebusan daun alpukat. Sehingga dapat disimpulkan teh hijau lebih efektif menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dibandingkan rebusan daun alpukat.

d. Uji besar *effect size*

Uji *effect size* adalah salah satu uji statistik yang berfungsi untuk membantu peneliti dalam memahami besarnya suatu perbedaan yang ditemukan pada penelitian (Khairunnisa, 2022) Salah satu metode perhitungan yang dapat digunakan dalam mengukur *effect size* yaitu *cohen's d*. *cohen's d* dapat digunakan untuk menghitung perbedaan rata-rata antara kedua kelompok dan hasilnya akan dibagi dengan nilai standar deviasi gabungan (Miočević et al., 2018)

**Tabel 5.7**  
**Hasil Uji Besar *Effect Size***

Indikator	Mean	SD	Sample size	Hasil <i>Cohen's d</i>	Ket
<b>Perbandingan Sistolik</b>					
Sistolik posttest teh hijau	145,62	8,057	16	0,043352	Kecil
Sistolik posttest rebusan daun alpukat	149,12	8,090	16		
<b>Perbandingan Diastolik</b>					
Diastolik posttest teh hijau	86,43	3,632	16	0,093584	Kecil
Diastolik posttest rebusan daun alpukat	91,12	6,086	16		

Sumber : Data Primer 2023

Tabel 5.6 menunjukkan hasil uji *effect size* dari perlakuan teh hijau dan rebusan daun alpukat bahwa perolehan hasil *effect size* dari perbandingan sistolik teh hijau dan rebusan daun alpukat sebesar 0,04 maka termasuk kategori kecil. Kemudian, hasil uji besar *effect size* dari perbandingan diastolik teh hijau dan rebusan daun alpukat sebesar 0,09 maka termasuk kategori kecil. Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan teh hijau dan rebusan daun alpukat memberi pengaruh yang cukup signifikan dalam menurunkan tekanan darah diastolik dibandingkan tekanan darah sistolik.

### C. PEMBAHASAN

Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin mayoritas responden perempuan karena memasuki menopause maka resiko hipertensi meningkat sehingga prevalensinya lebih tinggi dari laki-laki. Hal ini disebabkan oleh produksi hormone estrogen menurun pada saat menopause sehingga menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Faktor lainnya perempuan cenderung stress dengan keadaan perekonomian rumah tangga dan juga sangat jarang untuk melakukan aktivitas fisik dan juga responden banyak yang tidak bekerja (IRT) (Pebrisiana et al., 2022)

Penelitian berdasarkan jenis usia mayoritas responden berusia 56-65 tahun dimana faktor usia sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi karena dengan bertambahnya usia maka risiko hipertensi menjadi lebih tinggi, maka tekanan darah seseorang juga akan meningkat, ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti perubahan alami dalam tubuh yang mempengaruhi elastisitas pembuluh darah berkurang dan penurunan daya tahan tubuh. Hasil penelitian berdasarkan jenis pendidikan mayoritas responden berpendidikan rendah yang dimana pendidikan rendah dimana seseorang mengalami hipertensi yang disebabkan kurangnya informasi atau pengetahuan yang menimbulkan perilaku dan pola hidup yang tidak sehat seperti tidak tahunya tentang

bahaya, serta pencegahan dalam terjadinya hipertensi (Maulidina, 2019)

### **1. Efektivitas teh hijau terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi**

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan pemberian teh hijau rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 156,87 mmHg dan tekanan darah diastolik rata-ratanya sebesar 96,50 mmHg. Setelah pemberian teh hijau rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 145,62 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 86,43 mmHg. Perbedaan dari tekanan darah sistolik *pre-test* dan *post test* sebesar 11,25 mmHg dan perbedaan dari tekanan darah diastolik *pre-test* dan *post test* sebesar 10,06 mmHg. Hasil uji *paired sampel t-test* diperoleh nilai tekanan darah sistolik dan diastolik *pre-test* dan *post test* teh hijau  $P = 0,000$  ( $P < 0,05$ ), artinya ada perubahan *pre* dan *post test* pemberian teh hijau terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi.

Teh hijau mengandung flavonoid yang memiliki kemampuan dalam menghambat pembentukan kerja enzim angiotensin transferase. Seperti yang kita ketahui ACEI tersebut berperan sebagai pembentukan angiotensin II yang akan mempengaruhi pembuluh darah yaitu vasokonstriksi dan menaikkan ekskresi garam dan air di ginjal sehingga mengakibatkan tekanan darah naik. Dengan dihambatnya ACE

oleh flavonoid dalam teh hijau maka proses tersebut akan terhambat sehingga pembuluh darah dapat beravasolidasi mengakibatkan *total perypheel resistensi (TPR)* akan menurun selain itu ekskresi air dan garam di ginjal juga akan menurun sehingga cardiac output menurun dan tekanan darah turun (Mulyani et al., 2019).

Polifenol yang bersifat antioksidan, yaitu melawan radikal bebas yang terbentuk dalam mekanisme tubuh, radikal bebas akan memicu terjadinya stress oksidasi. Antioksidan berperan penting dalam menghambat pembentukan lapisan lemak pada pembuluh darah (arteri) yang disebut atherogenesis. Dengan demikian, seluruh arteri terutama pembuluh darah koroner akan terbebas dari penebalan dinding akibat plak lemak (Mulyani et al., 2019). Katekin teh hijau mengerahkan efek kardioprotektif melalui beberapa mekanisme, termasuk penghambatan oksidasi, peradangan pembuluh darah, trombogenesis, serta perbaikan disfungsi endotel (Xu et al., 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Fitriani et al (2020) didapatkan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum di berikan teh hijau yaitu 156/89 mmHg sedangkan setelah dilakukan intervensi pemberian teh hijau rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik yaitu 149/86 mmHg. Hasil uji statistik didapatkan nilai P value  $0,000 < 0,05$  yang artinya ada pengaruh pemberian teh hijau terhadap

penurunan tekanan darah di posbindu Anyelir Kampung Pakulonan Kabupaten Tangerang.

Hasil penelitian ini juga sejalan Dewi & Siregar (2023) rata-rata sebelum dilakukan pemberian teh hijau sebesar 152 mmHg sedangkan setelah diberikan menjadi 145 mmHg. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh pemberian teh hijau terhadap tekanan darah adalah  $p\text{-value} = <0,05$  yang artinya ada pengaruh pemberian teh hijau terhadap tekanan darah di Rumah Sakit Imelda Medan.

Penelitian oleh Ningrum et al (2021) teh hijau mampu menurunkan kadar tekanan sistolik secara signifikan 1,98 mmHg dan diastolik sebesar 1,92 mmHg. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh pemberian teh hijau terhadap tekanan darah adalah  $p\text{-value} = <0,05$  yang artinya ada pengaruh pemberian teh hijau terhadap tekanan darah

Begitu juga dengan hasil penelitian Thalib (2020) rata-rata sistolik dan diastolik sebelum dilakukan pemberian teh hijau yaitu 172/111 mmHg sedangkan rata-rata sistolik diastolik setelah dilakukan pemberian teh hijau yaitu 159/101 mmHg. Hasil uji statistik didapatkan nilai P value 0,000 yang artinya ada pengaruh pemberian teh hijau terhadap penurunan tekanan darah di Yayasan panti sosial Treshna Werdha Provinsi Maluku.

Berdasarkan hasil diatas peneliti berasumsi bahwa teh hijau memiliki pengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan pemberian 2,5 gram teh hijau, 200 ml air dengan suhu 70 °C diminum 1 kali setiap pagi setelah makan selama 7 hari.

## **2. Efektivitas rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rata-rata tekanan darah sebelum pemberian rebusan daun alpukat tekanan darah sistolik sebesar 153,43 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 96,00 mmHg. Rata-rata tekanan darah sistolik setelah pemberian rebusan daun alpukat yaitu sebesar 149,12 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 91,12 mmHg. Perbedaan dari tekanan darah sistolik *pre-post test* sebesar 4,31 mmHg dan perbedaan dari tekanan darah diastolik *pre-test* dan *post test* sebesar 4,87 mmHg. Hasil uji *paired t-test* didapatkan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik *pre-post test* pemberian rebusan daun alpukat  $P = 0,000$  ( $P < 0,05$ ), artinya ada efektivitas pemberian rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Flavonoid sebagai antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas, juga berfungsi sebagai diuretik yang bekerja dengan cara membuang kelebihan air dan natrium melalui

pengeluaran urin. Alkaloid sebagai pengambat  $\beta$  yang memiliki efek inotropik dan chronotropik negatif pada jantung sehingga terjadi penurunan curah jantung dan frekuensi denyut nadi yang menyebabkan penurunan tekanan darah.

Saponin pada daun alpukat memiliki efek diuretik yaitu menghambat enzim  $\text{Na}^+/\text{K}^+\text{ATPase}$  yang dapat menurunkan reabsorpsi natrium dan air sehingga menyebabkan naiknya diuresis yang akan mengakibatkan penurunan volume darah sehingga tekanan darah akan menurun. Kandungan potassium yang terkandung dalam daun alpukat berpengaruh pada peningkatan diuresis sehingga volume cairan intravaskular menurun sehingga menyebabkan penurunan curah jantung. Kalium juga menghambat system ranin-angiotensin yang menghambat paparan aldosterone sehingga diuresis meningkat sehingga menyebabkan penurunan volume darah dan tekanan darah akan menurun (Isnaini & Fulanah, 2019)

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Yusri & Febriyanti (2019) rata-rata tekanan darah penderita hipertensi sebelum dilakukan pemberian rebusan daun alpukat yaitu 164/94 mmHg dan sesudah dilakukan pemberian rebusan daun alpukat yaitu 156/86 mmHg. Hasil uji statistik pada penelitian ini menunjukkan nilai  $P= 0,000$ , berarti pada Alpha 5% terlihat ada pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.



Begitu juga dengan penelitian Aryani et al (2023) penurunan tekanan darah sistolik sebesar 21,50 mmHg dan diastolik 13,70 mmHg. Nilai p value lebih kecil dari nilai ( $\alpha$ ), maka H1 diterima yang artinya ada penurunan tekanan darah yang signifikan setelah diberikan terapi rebusan daun alpukat pada penderita hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Laoli et al (2021) uji statistik menggunakan *T-test* pada tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi yang didapatkan nilai signifikan 0,000 (*p-value* <0,05) yang artinya terdapat pengaruh yang bermakna pemberian rebusan daun alpukat pada penderita hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Tilango.

Penelitian oleh Juli Andri et al (2023) rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dilakukan pemberian rebusan daun alpukat adalah 143/84 mmHg sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah dilakukan pemberian rebusan daun alpukat adalah 132/73 mmHg. Hasil uji statistik pada penelitian ini terdapat perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian rebusan daun alpukat dengan P value 0,000 (<0,05) yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun alpukat pada penderita hipertensi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Apriza (2019) rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dilakukan pemberian rebusan daun alpukat adalah 142/92 mmHg sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah dilakukan pemberian rebusan daun alpukat adalah 120/80 mmHg. Hasil uji statistik pada penelitian ini terdapat perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian rebusan daun alpukat dengan P value 0,000 ( $<0,05$ ) yang artinya terdapat pengaruh pemberian rebusan daun alpukat pada penderita hipertensi di Wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Kuok Kabupaten Kampar.

Berdasarkan hasil di atas peneliti berasumsi bahwa rebusan daun alpukat memiliki pengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi 2,5 gram simplisia daun, 200 ml air dengan suhu 70 °C diminum 1 kali setiap pagi setelah makan selama 7 hari

### **3. Perbedaan efektivitas teh hijau dan rebusan daun alpukat dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi**

Berdasarkan hasil penelitian *uji independent t-test* antara pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat, didapatkan bahwa perubahan nilai rata-rata tekanan darah sistolik *posttest* pemberian teh hijau 145,62 mmHg dan rebusan daun alpukat

149,12 mmHg. Kemudian, rata-rata tekanan diastolik pemberian teh hijau sebesar 86,43 mmHg dan rebusan daun alpukat 91,12 mmHg. Teh hijau memiliki nilai  $p = 0,001$  ( $P < 0,05$ ) dan rebusan daun alpukat memiliki nilai  $p = 0,001$  ( $P < 0,05$ ) artinya ada perbedaan yang signifikan tekanan darah posttest sistolik dan diastolik antara pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa teh hijau mempunyai kontribusi yang lebih besar dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik dari pada rebusan daun alpukat.

Berdasarkan hasil diatas dapat diketahui pemberian teh hijau lebih efektif menurunkan tekanan darah dibandingkan rebusan daun alpukat karena teh hijau memiliki kandungan flavonoid sangat tinggi yaitu 90% dari seluruh total flavonoidnya dan diketahui bertanggung jawab dalam sifat teh sebagai antioksidan (Aryanti et al., 2021) dan mengandung L-theanine dalam asam amino non-protein yang ditemukan dalam teh hijau, L-theanine berpotensi menjadi bahan nutraceutical yang mengurangi dan mencegah kebingungan psikis terkait stress dalam masyarakat modern (Hidese et al., 2019). sedangkan rebusan daun alpukat kandungan flavonoid 87% dari seluruh total flavonoidnya (Kemit et al., 2019).

#### **D. KETERBATASAN PENELITIAN**

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur, namun demikian terdapat hambatan yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini yaitu

1. Penelitian ini dilakukan secara *door to door* sehingga pengumpulan data tidak dilakukan di waktu yang sama untuk setiap responden baik kelompok pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat. Peneliti mengatasi hal ini dengan melakukan pemberian dan pengukuran tekanan darah pada pukul 09:00-11:00.
2. Peneliti tidak meneliti secara langsung tentang kandungan teh hijau dan rebusan daun alpukat.
3. Peneliti tidak meneliti efek samping setelah pemberian teh hijau dan rebusan daun alpukat