

**PENERAPAN PEMBERIAN SEDUHAN DAUN ALPUKAT TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI UPT
PUSKESMAS GATAK SUKOHARJO**

Puput Mutiara Nuralam

puputmutiara247@gmail.com

STIKES 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi atau yang biasa disebut tekanan darah tinggi adalah salah satu faktor risiko penyebab kematian yang cukup tinggi dan dapat menyebabkan kelainan pada sistem sirkulasi darah, terutama pada organ jantung. Hipertensi juga penyakit yang dikategorikan sebagai pembunuh diam-diam karena penderita tidak mengalami kesakitan. Cara penatalaksanaan tekanan darah tinggi seperti farmakologi dan non farmakologi, salah satu penatalaksanaan non farmakologi yang mudah dilakukan yaitu dengan pemberian seduhan daun alpukat. **Tujuan :** Untuk mengetahui hasil penerapan pemberian seduhan daun alpukat terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di UPT Puskesmas Gatak Sukoharjo. **Metode Penelitian :** Menggunakan metode observasional dengan menggunakan lembar observasi. **Hasil :** Setelah dilakukan penerapan pemberian seduhan daun alpukat selama 7 hari berturut-turut pada siang hari dengan durasi waktu 30 menit, terdapat penurunan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik pada kedua responden. **Kesimpulan :** Penerapan pemberian seduhan daun alpukat terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi meliputi tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik, semakin rutin meminum seduhan daun alpukat maka tekanan darah akan stabil.

Kunci Kata : *Hipertensi, Rebusan Daun Alpukat, Tekanan Darah*