

# REBUSAN DAUN ALPUKAT SEBAGAI UPAYA DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH TINGGI MELALUI MEDIA VIDEO

Chindy Nur Cahyani

[chindynurcahyani020.aisyiyah@gmail.com](mailto:chindynurcahyani020.aisyiyah@gmail.com)

Universitas Aisyiyah Surakarta

## INTISARI

**Latar belakang:** Hipertensi merupakan suatu masalah kesehatan yang sering ditemui dikalangan masyarakat. Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi itu sendiri yaitu suatu keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg. Prevelensi hipertensi di dunia sudah mencapai 1,13 milyar orang dan di indonesia sudah mencapai angka 34,1 % sedangkan di jawa tengah sebanyak 12,98%. Penanganan hipertensi terdiri dari terapi farmakologi dan non-farmakologi, penanganan secara non-farmakologi bisa dengan cara penurunan berat badan dan juga terapi konvensional yang direkomendasikan oleh penyelenggara pelayanan kesehatan individu. Sedangkan untuk terapi farmakologisnya bisa dengan pemberian obat *diuretik*, *beta blocker*, *calcium chennel blocker*. **Metode:** dengan media berupa poster ““ atasi hipertensi dengan rebusan daun alpukat ”” dipilih sebagai media komunikasi dalam memberikan informasi dan pengetahuan kesehatan kepada masyarakat khususnya penderita hipertensi **Hasil:** media poster ““ atasi hipertensi dengan rebusan daun alpukat ”” diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat dan dapat diimplementasikan oleh masyarakat. **Kesimpulan:** Media poster dapat digunakan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan memberikan informasi yang lebih spesifik, dapat disimpulkan bahwa media poster ini dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang bagaimana cara menurunkan hipertensi dengan rebusan daun alpukat.

**Kata kunci:** Rebusan daun alpukat, hipertensi, pengaruh pemberian.