

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 3 No. 1	Edition: November 2022 – April 2023
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R	
Received: 19 September 2022	Revised: 17 Oktober 2022	Accepted: 26 Oktober 2022

**PENGARUH PEMBERIAN JUS ALPUKAT TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL DI KELURAHAN DENAI
KECAMATAN DENAI KOTA MEDAN
TAHUN 2022**

Putri Ayu Yessy Ariescha
Deli Husada Deli Tua Health Institute
e-mail : yezikatwin@gmail.com

Abstract

Hypertension in pregnancy is hypertension described by circulatory strain 140/90 mmHg following 20 weeks of growth, joined by proteinuria 300 mg/24 hours. Hypertension in pregnancy is a significant reason for maternal and fetal dismalmess and mortality. Hypertension happens in 5-10% of pregnancies. 2 different ways of treating hypertension are pharmacological and non-pharmacological. This examination was directed in Denai Town, Medan City from February to June 2022. This sort of examination is a semi explore utilizing a one gathering pretest-posttest. Still up in the air in this study were pregnant ladies with hypertension who were kept in Denai Town. The quantity of accessible examples is 16 examples taken by purposive inspecting from the populace. The consequences of the bivariate examination of the impact of giving avocado juice on diminishing circulatory strain got p-upsides of systolic (0.000) and diastolic (0.000). From the aftereffects of the bivariate examination with p-esteem < (0.05), can be reasoned that there is the arrangement of avocado juice on decreasing circulatory strain of pregnant ladies in Denai Town, Medan Denai Area, Medan City in 2022. It is prescribed for pregnant ladies to exploit non-pharmacological treatments, for example, utilization of avocado juice to bring down circulatory strain and lessen the utilization of clinical medications that can cause incidental effects.

Keywords : Hypertension, Avocado Juice, Pregnant Women

1. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara agraris. Angka kematian ibu di Indonesia masih tinggi, ini merupakan kondisi medis yang belum sepenuhnya terselesaikan. Berdasarkan informasi dari Kementerian Kesehatan pada tahun 2020, angka kematian ibu meningkat sebesar 10,25% dari tahun 2019. Angka Kematian Ibu (AKI) pada tahun

2020 sebesar 98,6/100.000 kelahiran hidup (4.627 kasus), meningkat berbanding terbalik dengan AKI pada tahun 2019 sebesar 76,93. /100.000 Kelahiran Hidup (4197 kasus) (Kemenkes, 2020).

Pemicu utama kematian ibu di Indonesia pada 2018-2021 adalah perdarahan 31%, hipertensi dalam kehamilan (HDK) 26%, kontaminasi 6%, masalah sistem drainase 6,9%,

masalah metabolisme 1,33%, dan lain-lain 28,4%. Alasan kematian ibu dapat dikurangi dengan asumsi sifat ANC dijalankan dengan tepat. Kondisi yang dapat menyebabkan keadaan yang tidak menguntungkan bagi ibu hamil antara lain mengatasi bingung, pucat, ibu hamil mengalami diabetes, hipertensi, sakit usus, dan empat terlalu muda (35 tahun terlalu muda, 2 tahun terlalu dekat dan banyak anak >3) (Kemenkes, 2021).

Hipertensi sering terjadi pada saat kehamilan, dan merupakan salah satu dari 3 yang menjadi penyebab kematian pada ibu hamil, hipertensi yang diderita ibu hamil dapat mengakibatkan komplikasi pada 2-3 % kehamilan. Komplikasi yang terjadi antara lain kekurangan cairan plasma, sindrom HELLP (Haemolysis Elevated Liver Enzymes and Low Platelet) gangguan hematologis, gangguan ginjal, serta gangguan pada janin yaitu kelahiran prematur atau kematian dalam rahim (Sirait, 2017).

Hipertensi dalam kehamilan merupakan alasan yang signifikan untuk kesakitan dan kematian ibu dan janin. Hipertensi terjadi pada 5-10% kehamilan. Isu utama yang terlihat di Indonesia dan negara-negara non-industri adalah tingginya angka kematian perinatal dan ibu. Hipertensi dalam kehamilan dikenang karena kesulitan kehamilan, sebagai salah satu istilah kebingungan selain pengeringan dan kontaminasi.

Sekitar 10-15% kehamilan yang terganggu oleh hipertensi (toksemia) berkontribusi signifikan terhadap kematian dan kematian bayi dan ibu (Plaat dan Krishnachetty, 2018).

Berdasarkan Data Ditjen Kesehatan Masyarakat Kemenkes RI tahun 2021, prevalensi kematian ibu yang disebabkan oleh hipertensi dalam kehamilan pada tahun 2017 sebesar 21,5%. Tahun 2018 kematian ibu yang disebabkan oleh hipertensi dalam kehamilan meningkat menjadi 24,7%, tahun 2019 meningkat lagi menjadi 26,9% dan terakhir pada tahun 2020 prevalensi kematian ibu yang disebabkan oleh hipertensi dalam kehamilan tercatat sebesar 27,1% (Kemenkes, 2021).

Kasus paling besar hipertensi terjadi pada seluruh wilayah Sumatera Utara dengan jumlah 554.771 kasus (67,57%) sampai tahun 2021. Kasus ini juga termasuk hipertensi dalam kehamilan (preeklampsia). Jumlah komplikasi pada kehamilan sebanyak 126.806. di Sumatera Utara jumlah kematian ibu mencapai angka 328 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab kematian terbanyak menurut Sample Registration System (SRS) adalah hipertensi dalam kehamilan 33,7%, perdarahan obstetri 27,3%, komplikasi non obstetrik 15,7% dan komplikasi obstetrik lainnya 12,04%. (Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2021).

Dua cara yang berbeda untuk mengobati hipertensi adalah

farmakologis dan non-farmakologis. Pengobatan farmakologis adalah pengobatan yang menggunakan obat antihipertensi untuk mengurangi ketegangan peredaran darah, termasuk penghambat hub, diuretik, kalsium, dan vasodilator. Saat menggunakan obat-obatan ini, efek samping dapat menyebabkan ketergantungan, pengeluaran yang signifikan, dan masalah lain. Obat pengobatan nonfarmakologis dapat digunakan tanpa obat dan dapat mengurangi denyut nadi dibandingkan dengan pengobatan farmakologis saja (Marliani dan Tantan, 2017).

Alpukat dapat menurunkan denyut nadi karena kandungan potasium dan flavonoid dalam alpukat. Kalium dapat mengurangi ketegangan melingkar dengan memperluas pelepasan natrium, menahan emanasi renin yang menyebabkan dilatasi arteriol dan mengurangi respons vasokonstriktor endogen. Sementara itu, flavonoid bertindak sebagai inhibitor Angiotensin Changing Over Enzym (Pro) dengan menghambat kemajuan angiotensin II dari angiotensin I. Dengan penurunan jumlah angiotensin II, efek vasokonstriksi dan kedatangan aldosteron berkurang untuk reabsorpsi natrium dan air. Pada akhirnya ketukan akan berkurang. (Nurrahmani, 2018).

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat analitik yaitu suatu penelitian untuk menganalisis pemberian jus alpukat

terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil di Kelurahan denai Kota Medan tahun 2022. Desain penelitian dengan menggunakan quasy experiment dengan pendekatan one group pretest-posttest yang artinya membandingkan keadaan sebelum dengan sesudah diberikan perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil penderita hipertensi yang tercatat di Kelurahan Denai Kecamatan Medan Denai yaitu 30 orang. Sampel diambil dengan menggunakan *purposive sampling*.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

No	Karakteristik	f	%
Usia			
1	<21 tahun	6	37,5
2	>35 tahun	10	62,5
	Total	16	100
Paritas			
1	Primipara	4	25,0
3	Multipara	12	75,0
	Total	16	100
Pendidikan			
1	Pendidikan menengah (SMP,SMA)	10	62,5
2	Pendidikan tinggi (D3,S1,S2)	6	37,5
	Total	16	100
Pekerjaan			
1	PNS	2	12,5
2	Pegawai swasta	5	31,3
3	Wirausaha	9	56,3
	Total	16	100

Berdasarkan tabel karakteristik responden diatas, karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan hasil

mayoritas responden adalah usia 30-39 tahun yaitu 8 responden (50,0%). Karakteristik responden berdasarkan paritas didapatkan hasil mayoritas responden adalah paritas multipara yaitu 12 responden (75,0%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan didapatkan hasil mayoritas responden adalah pendidikan menengah yaitu 10 orang (62,5%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan didapatkan hasil mayoritas responden adalah pekerjaan wirausaha yaitu 9 orang (56,3%).

Tabel 2. Tekanan Darah Pretest

No	Tekanan Darah	f	%
1	Hipertensi derajat I	12	75,0
2	Hipertensi derajat II	4	25,0
Total		16	100,0

Berdasarkan distribusi frekuensi analisis univariat diatas, tekanan darah responden sebelum pemberian jus alpukat (*pretest*) pada hari ke-1 didapatkan hasil mayoritas responden berada pada kategori hipertensi derajat I yaitu 12 responden (75,0%).

Tabel 3. Tekanan Darah Posttest

No	Tekanan Darah	f	%
1	Normal	4	25,0
2	Prehipertensi	12	75,0
Total		16	100,0

Berdasarkan distribusi frekuensi analisis univariat diatas, tekanan darah ibu hamil sesudah pemberian jus alpukat (*posttest*) pada hari ke-4 didapatkan hasil

mayoritas responden berada pada kategori prehipertensi yaitu 12 responden (75,0%).

Tabel 4. Hasil Uji Paired Sample T-test

Tekanan Darah		Mean	t	p
Sistol	Pretes t	152,75	14,786	0,000
	Postes t	125,63		
Diastol	Pretes t	95,75	9,538	0,000
	Postes t	80,88		

Berdasarkan tabel analisis bivariat diatas, analisis bivariat untuk pengukuran tekanan darah sistol sebelum pemberian jus alpukat (*pretest*) yaitu 152,75 dan sesudah pemberian jus alpukat (*posttest*) yaitu 125,63. Perbandingan mean tekanan darah sistol sebelum dan sesudah pemberian jus alpukat diperoleh 27,125 dan selisih perbedaan tersebut diantara 23,215 sampai 31,035. Dari hasil uji dengan Paired sample T-Test diperoleh p-value (0,000) dan t-hitung (14,786). Analisis bivariat untuk pengukuran tekanan darah diastol sebelum pemberian jus alpukat (*pretest*) yaitu 95,75 dan sesudah pemberian jus alpukat (*posttest*) yaitu 80,88. Perbandingan mean tekanan darah diastol sebelum dan sesudah pemberian jus alpukat diperoleh 14,875 dan selisih perbedaan tersebut diantara 11,551 sampai 18,199. Dari hasil analisis dengan uji Paired sample T-Test diperoleh p-value (0,000) dan t-hitung (9,538).

4. PEMBAHASAN

Tekanan darah responden sebelum pemberian jus alpukat

Hasil analisis univariat menunjukkan ketegangan peredaran darah ibu hamil sebelum memberikan jus alpukat. Dari tabel tersebut terlihat bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki hipertensi derajat I, khususnya 12 orang (75,0%) dan minoritas adalah hipertensi derajat II, yaitu 5 orang (25,0%). Hasil ini sesuai dengan perkiraan yang dibuat oleh para ilmuwan pada regangan peredaran darah sistolik dan denyut nadi diastolik di mana regangan sirkulasi khas dari 16 responden adalah 152,75/95,75 mmHg. Angka ini benar-benar tinggi di mana regangan sirkulasi sistolik dan diastolik tipikal adalah 90-119/60-79 mmHg. Upaya pengobatan hipertensi yang dilakukan ibu hamil antara lain menggunakan obat antihipertensi. Mengonsumsi obat hipertensi secara terus menerus seringkali tidak disukai oleh sebagian besar responden, responden mengatakan merasa lelah untuk minum obat terus menerus sehingga tidak konsisten minum obat.

Tekanan darah responden sesudah pemberian jus alpukat

Hasil penelitian univariat menunjukkan tekanan darah ibu hamil setelah pemberian jus alpukat. Dari tabel tersebut terlihat bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami prehipertensi yaitu 12 orang (75,0%) dan sebagian kecil tipikal yaitu 4 orang (25,0%). Dari

hasil perhitungan tekanan darah ini, terlihat bahwa tidak hanya denyut nadi ibu hamil yang mulai normal tetapi juga mempengaruhi tekanan darah ibu hamil. Hasil ini sesuai dengan perkiraan yang dibuat oleh spesialis nadi sistolik dan tekanan peredaran darah diastolik di mana tekanan sirkulasi khas dari 16 responden mengalami penurunan kritis menjadi 125,63/80,88 mmHg. Dalam meminum jus alpukat, responden sangat menyukainya karena mereka tidak merasakan efek samping dari meminum jus alpukat. Mereka juga memahami bahwa jus alpukat memiliki kandungan gula yang rendah sehingga ada alasan kuat untuk mempertimbangkan akibat dari berbagai infeksi seperti kolesterol, diabetes, dan sebagainya.

Pengaruh pemberian jus alpukat terhadap penurunan tekanan darah responden

Dari hasil analisis tekanan darah sistol dan diastol sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pemberian jus alpukat dengan uji Paired sample T-Test diperoleh p-value sistol (0,000) dan t-hitung sistol (14,481) dan p-value diastol (0,000) dan t-hitung diastol (9,187) dengan p-value (0,000) < α (0,05) dan t hitung > t tabel (2,131) maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata tekanan darah ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian jus alpukat yang artinya ada pengaruh pemberian jus alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil di Kelurahan Denai

Kecamatan Medan Denai Kota Medan tahun 2022.

Kalium dalam alpukat dapat membantu menurunkan hipertensi. Kalium sangat membantu untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan menekan masuknya renin sehingga terjadi peningkatan pelepasan dan tekanan natrium, penggunaan garam yang berlebihan, air. Angiotensin II mungkin dapat meningkatkan denyut nadi karena bekerja sebagai vasokonstriktor dan dapat meningkatkan pelepasan aldosteron. Aldosteron meningkatkan ketegangan sirkulasi melalui pemeliharaan natrium. Pemeliharaan natrium dan air berkurang dengan adanya kalium, menyebabkan penurunan volume plasma, curah jantung, denyut nadi, dan tekanan tepi. Peningkatan kadar kalium dalam darah dapat mengatur kadar natrium sekaligus dapat menurunkan kadar natrium yang dikeluarkan melalui kencing sehingga dapat mencegah peningkatan tekanan peredaran darah pada ibu hamil. Selain potasium, alpukat juga mengandung magnesium dan asam L-askorbat. Magnesium akan menggerakkan film sel yang menyedot natrium keluar dan kalium ke dalam sel sehingga denyut nadi berkurang. (Fahriza, 2018).

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang didapatkan oleh Binaiyati (2017), dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan regangan

sirkulasi sistolik dan diastolik saat diberikan jus alpukat. Sehingga diduga ada pengaruh jus alpukat terhadap gangguan peredaran darah pada ibu hamil dengan hipertensi di Mejing Wetan Gamping Sleman Yogyakarta.

Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dipimpin oleh Nurhayati (2017), bahwa terdapat perbedaan yang sangat besar pada tekanan peredaran darah (baik sistolik maupun diastolik) pada ibu hamil dengan hipertensi saat diberikan jus alpukat di Desa Gogik Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. , dengan p-an insentif untuk sistolik dan diastolik $0,000 < p (0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa setelah pemberian jus alpukat selama 5 hari, ketegangan peredaran darah ibu hamil dalam kelompok mediasi secara umum akan berkurang.

5. KESIMPULAN

1. Distribusi tekanan darah sebelum pemberian jus alpukat (pretest) pada ibu hamil di Kelurahan Denai Kecamatan Medan Denai Kota Medan tahun 2022 adalah hipertensi derajat I yaitu 12 responden (75%) dan hipertensi derajat II yaitu 4 responden (25%). Rata-rata tekanan darah sistol dan diastol 152,75/95,75 mmHg.
2. Distribusi tekanan darah sesudah pemberian jus alpukat (posttest) pada ibu hamil di Kelurahan Denai Kecamatan Medan Denai Kota Medan tahun 2022 adalah prehipertensi yaitu 12 responden

(75%) dan normal yaitu 4 responden (25%). Rata-rata tekanan darah sistol dan diastol 125,63/80,88 mmHg.

3. Ada pengaruh pemberian jus alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil di Kelurahan Denai Kecamatan Medan Denai Kota Medan tahun 2022. Dengan uji Paired sample T-test didapatkan p-value sistol dan diastol (0,000) dan t-hitung sistol (14,481) t-hitung diastol (9,187).

6. DAFTAR PUSTAKA

- Sirait. (2017). Prevalensi Hipertensi Pada Kehamilan di Indonesia dan Berbagai Faktor yang Berhubungan dengan (Riset Kesehatan Dasar 2018). Buletin Penelitian Sistem Kesehatan. Vol. 15 No. 2 April 2017: 103–109.
- Plaat, F., Krishnachetty, B. (2018), Management of Hypertensive Disorders of Pregnancy, World federation of Societies of Anaesthesiologists. United of Kingdom. 1-13.
- Marliani, L., Tantan, S. (2017). 100 Questions & Answer Hipertensi. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Nurrahmani, U. (2017). Stop Hipertensi. Yogyakarta : Familia.
- Fahriza, (2018). Pengaruh Terapi Herbal Jus Alpukat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Penderita Hipertensi di Puskesmas Kecamatan Bandar Kabupaten Batang. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.
- Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JIKK).
- Nurhayati, H. (2017). Pengaruh Jus Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Penderita Hipertensi Di Desa Gogik Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. Fakultas Keperawatan Semarang.
- Ariecha, P., Monalisa, L., Ariani, P., Purba, T., & Sari, N. (2020). PENGARUH KEBIASAAN MINUM TEH SETELAH MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS TEBING SYAHBANDAR. *JURNAL KEBIDANAN KESTRA (JKK)*, 3(1), 75-81.
<https://doi.org/10.35451/jkk.v3i1.507>