

# EFEKTIVITAS KONSUMSI PISANG AMBON TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS 7 ULU KOTA PALEMBANG

Yora Nopriani<sup>1\*</sup>, Didi Surya<sup>2</sup>

Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang<sup>1,2</sup>

\*Corresponding Author: yoranopriani90@gmail.com

## ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang sering menyerang pada lansia disebabkan karena pengaturan metabolisme zat kapur (kalium) di dalam tubuh terganggu sehingga terjadi arteriosclerotis. Penderita hipertensi perlu mendapatkan terapi obat hipertensi untuk mencegah arteriosclerosis. Untuk menekan angka kematian dan kejadian hipertensi dapat digunakan pengobatan non farmakologi, salah satunya adalah tanaman herbal yang dapat menurunkan tekanan darah, salah satunya adalah buah pisang ambon. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi khususnya pada lansia. Metode jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode quasi eksperimen dengan rancangan one group system pre test dan post test pengambilan sample menggunakan Teknik total sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di puskesmas 7 ulu Palembang yaitu total responden sebanyak 56 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dengan metode diberikan terapi menunjukkan P. Value 0,000, artinya pisang ambon dapat menurunkan tekanan darah diastolik dan sistolik secara signifikan pada penderita hipertensi pemberian pisang ambon sebelum makan pada penderita hipertensi dapat menurunkan tekanan darah. Hasil yang di dapat setelah dilakukan intervensi pemberian pisang ambon selama 1 minggu dengan waktu pelaksanaan 1 hari sekali sebanyak 1 buah pisang ambon setiap sebelum makan. Terjadi penurunan tekanan darah. Therapy non farmakologi, pemberian pisang ambon secara rutin mampu menurunkan tekanan darah. Kesimpulan diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai refrensi dan digunakan bagi mahasiswa dalam bidang Kesehatan yaitu pemberian terapi alternatif konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah bagi penderita hipertensi

**Kata kunci** : hipertensi, pisang Ambon, tekanan darah

## ABSTRACT

*Hypertension is a disease that often attacks the elderly because the regulation of lime (potassium) metabolism in the body is disturbed, resulting in arteriosclerosis. To reduce the death rate and incidence of hypertension, non-pharmacological treatments can be used, one of which is herbal plants that can lower blood pressure, one of which is Ambon banana. \ of this research is to determine the effect of consuming Ambon bananas on reducing blood pressure in hypertension sufferers, especially in the elderly. Method: This type of research is quantitative using a quasi-experimental method with a one group system design, pre test and post test, taking samples using total sampling technique. The population in this study were all hypertensive patients at the 7 Ulu Palembang community health center, namely a total of 56 respondents. Data collection using observation sheets with the method of giving therapy showed a P. Value of 0.000, meaning that Ambon bananas can significantly reduce diastolic and systolic blood pressure in hypertension sufferers. Giving Ambon bananas before meals to hypertension sufferers can reduce blood pressure. Results: obtained after the intervention of giving Ambon bananas for 1 week with implementation time once a day, 1 Ambon banana before every meal. There is a decrease in blood pressure. Non-pharmacological therapy, regular administration of Ambon bananas can lower blood pressure. Conclusion: it is hoped that this research can be used as a reference and used for students in the health sector, namely providing alternative therapy for consuming Ambon bananas to reduce blood pressure for hypertension sufferers*

**Keywords** : Ambon banana, blood pressure, hypertension

## PENDAHULUAN

Kardiovaskuler berasal dari kata *cardio* dan *vaskuler*. *Cardio* artinya jantung dan *vaskuler* artinya pembuluh darah. Sistem kardiovaskuler adalah suatu sistem organ yang berfungsi untuk memindahkan zat ke dan dari sel. Sistem kardiovaskuler terdiri dari jantung, darah, dan pembuluh darah. Jika terjadi gangguan pada sistem kardiovaskuler yang merupakan bagian vital dari tubuh kita, maka akan sangat membahayakan kesehatan. Gangguan kardiovaskuler sangat banyak ditemukan dan banyak diderita oleh hampir semua masyarakat di dunia. Penyakit kardiovaskuler ini pun bermacam-macam seperti: jantung koroner, jantung bawaan, stroke, hipertensi, aneurisma, dan lain-lain. Salah satu jenis penyakit kardiovaskuler yang banyak diderita oleh masyarakat atau penyakit yang mendunia yaitu hipertensi (Underwood,2019).

Hipertensi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri atau merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekana diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran selang waktu lima menit dalam keadaan cukup tenang. Hipertensi sering kali disebut dengan Silent Killer karena termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai dengan gejala-gejalanya terlebih dahulu sebagai peringatan bagi penderitanya. Hipertensi sekarang jadi masalah utama kita semua, tidak hanya di Indonesia tapi di dunia, karena hipertensi merupakan salah satu pintu masuk atau faktor resiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes dan stroke (Kemenkes RI, 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 terdapat 1,13 Miliar orang diseluruh dunia yang menderita penyakit hipertensi, sebgai besar 2/3 tinggal di negara berpenghasilan rendah dan mengah. 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita menderita hipertensi. Sementara itu, hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di dunia. Salah satu taret global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 25% pada tahun 2025. (Risikesdas, 2018)

Menurut *American Heart Association* (AHA), penduduk amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Diperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terutama terjadi di negara berkembang pada tahun 2025, dari jumlah 639 juta kasus ditahun 2000. Jumlah ini diperkirakan meningkat menjadi 1,15 miliar kasus di tahun 2025. (Wahyuni Leni Tri,2019)

Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7% dari populasi penduduk berusia 18 tahun keatas. Fenomena ini disebabkan karena adanya perubahan gaya hidup masyarakat secara global seperti semakin mudahnya mengonsumsi garam yang berlebihan, berlemak, gula, kalori yang berlebihan sehingga berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian hipertensi (Nurlaili Baiq Subli, dkk, 2021)

Hasil Survei Indikator Kesehatan Nasional (SIRKESNAS) tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan sistem informasi penyakit tidak menular (PTM) berbasis web, jumlah kunjungan di fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP) mencapai 283.695 kunjungan. Dari jumlah tersebut, yang didiagnosis Hipertensi di fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP) sebanyak 166.511 dan terbesar pada perempuan yaitu 114.546 sedangkan pada laki-laki yaitu 51.695 (SIRKESNAS, 2018).

Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan menunjukkan bahwa angka penderita hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 35.820 orang, dengan prevalensi sebesar (53,36%) dan proporsi (36,66%). Angka penderita hipertensi pada tiga tahun terakhir mengalami peningkatan. Penderita hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 40.966 orang. Sedangkan pada tahun 2020 mengalami peningkatan sebesar 79.287 orang. Dan pada tahun 2021 penderita hipertensi meningkat sebanyak 79.699 orang. (Dinkes Kota Palembang, 2021)

Perjalanan penyakit hipertensi sangat perlahan dan tidak menunjukkan gejala selama bertahun-tahun. Gejala umum yang dialami penderita hipertensi pada umumnya yang sering kali memiliki keluhan pusing, mudah lelah, jantung berdebar-debar, sulit bernafas setelah bekerja keras, mudah marah, tengkuk terasa tegang/nyeri leher, sukar tidur, dan sebagainya (Sheps, 2018). Adanya kelemahan atau keterbatasan kemampuan dan keluhan lain akibat hipertensi tersebut, penderita akan mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhannya baik kebutuhan fisiologis dan kebutuhan rasa nyamannya yang menyebabkan penderita hipertensi tidak dapat menjalankan rutinitas pekerjaan (Sheps, 2018).

Seseorang yang telah didiagnosis menderita hipertensi atau mengalami peningkatan tekanan darah yang persisten harus segera mencari pengobatan untuk mengontrol tekanan darah, mencegah terjadinya komplikasi, dan mengurangi atau mengatasi tanda dan gejala yang muncul seperti pusing, sakit kepala, tengkuk terasa pegal, mudah marah, sulit bernapas, pandangan kabur, dan lain-lain. Pada umumnya ketika seseorang yang menderita hipertensi akan terjadi peningkatan tekanan darah yang lebih dari normal dan biasanya akan muncul tanda dan gejala yaitu salah satu tengkuk terasa pegal. Tengkuk terasa pegal atau kekakuan pada otot tengkuk diakibatkan karena terjadi peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher sehingga aliran darah menjadi tidak lancar, dan hasil akhir dari metabolisme di daerah leher akibat kekurangan O<sub>2</sub> dan nutrisi tertimbun dan menimbulkan peradangan pada daerah perlekatan otot dan tulang sehingga muncul rasa nyeri (Sheps, 2018).

Nyeri yang dirasakan disebabkan karena kerusakan vaskuler akibat dari hipertensi tampak jelas pada seluruh pembuluh perifer. Perubahan struktur dalam arteri-arteri kecil dan arteriola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah. Bila pembuluh darah menyempit maka aliran arteri akan terganggu. Pada jaringan yang terganggu akan terjadi penurunan O<sub>2</sub> (oksigen) dan peningkatan CO<sub>2</sub> (karbondioksida) kemudian terjadi metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak (Sari, 2021).

Penatalaksanaan pasien hipertensi dapat dilakukan dengan dua pendekatan yaitu secara farmakologi dan nonfarmakologi. Penatalaksanaan farmakologi untuk hipertensi dilakukan dengan pemberian antihipertensi dengan tujuan mencegah komplikasi hipertensi yang efek samping sekecil mungkin. Jenis obat anti hipertensi yang sering digunakan antara lain diuretic, alpa-blocker, betablocker, vasodilator, antagonis kalsium, ACE-Inhibitor, angiotensin-II-Blocker (Nurlaili Baiq Subli, dkk, 2021)

Dinding arteri akan mengalami penebalan karena adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku. Untuk mengetahui adanya pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, maka dilakukan penelitian quasi eksperimen dengan desain pretest dan posttest with control group design. Berdasarkan uji statistik uji test wilcoxon hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah mengonsumsi pisang ambon. Hal ini menunjukkan bahwa ada perubahan yang signifikan terhadap tekanan darah setelah mengonsumsi pisang ambon sehingga H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>a</sub> diterima (Nurlaili Baiq Subli, dkk, 2021)

Sedangkan menurut penelitian Wahyuni leni tri (2019), Badan Kesehatan Dunia (WHO) hampir 1 milyar orang diseluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Angka propotional Mortality Rate akibat hipertensi diseluruh dunia adalah 13% atau sekitar 7.1 juta kematian. Di tahun 2020 sekitar 1,56 milyar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Untuk menekan angka kematian dan kejadian hipertensi dapat digunakan pengobatan non farmakologi salah satunya adalah tanaman herbal yang dapat menurunkan tekanan darah adalah tanaman pisang ambon, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi pisang ambon (Musa

Paradisiaca) terhadap penurunan tekanan darah. Jenis penelitian ini menggunakan Quasi Experiment dengan desain penelitian one group pretest-posttest. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, terdiri dari 1 kelompok perlakuan dengan cara memberikan pisang ambon terhadap kelompok perlakuan tersebut pada pagi dan sore hari. Alat yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah tensimeter, stetoskop, timbangan dan lembar observasi. Berdasarkan hasil yang didapatkan ada pengaruh mengonsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik. Dan pisang ambon memberikan perbedaan bermakna terhadap penurunan tekanan darah, sehingga disarankan kepada penderita hipertensi untuk mengurangi menggunakan obat-obatan farmakologi salah satunya pisang ambon (wahyuni, 2019)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 September 2023 di puskesmas 7 ulu didapatkan data penderita hipertensi sebanyak 127 orang. Penderita hipertensi tersebut biasanya melakukan kunjungan ke puskesmas 7 ulu kota Palembang jika sakit muncul, lalu mendapatkan obat hipertensi dari puskesmas. Proses tersebut dirasakan oleh peneliti sebagai masalah karena para penderita masih jarang untuk memeriksakan kondisi kesehatannya sehingga masih beresiko menimbulkan komplikasi dari hipertensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi khususnya pada lansia.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan penelitian Quasi experimental dengan rancangan one group pre-test and post-test untuk mengetahui pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah. Penelitian ini dilaksanakan di puskesmas 7 ulu kota Palembang pada bulan Januari-Oktober 2023. Populasi pada penelitian ini adalah 127 orang penderita hipertensi yang datang ke unit pelayanan puskesmas 7 ulu kota Palembang. Sampel dalam penelitian ini penderita hipertensi yang datang ke unit pelayanan puskesmas 7 ulu kota Palembang sebanyak 56 responden.

Pengumpulan data dalam penelitian ini mengukur responden sebelum dan sesudah perlakuan sehingga diperoleh dua hasil pengukuran (*pre test* dan *post test*). Data primer penelitian ini didapatkan dengan lembar pengisian.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas 7 Ulu Palembang Tahun 2024**

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1.	Laki-laki	23	35,8
2.	Perempuan	33	64,2
	<b>Jumlah</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

Berdasarkan diketahui bahwa distribusi frekuensi sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 23 responden (35,8%) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 33 responden (64,2%)

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Puskesmas 7 Ulu Palembang Tahun 2024**

No	Umur	Jumlah	Persentase (%)
1.	40 - 60 tahun	33	64,2
2.	61- 70 tahun	23	35,8
	<b>Jumlah</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

Berdasarkan diketahui bahwa distribusi frekuensi sebagian besar responden berusia antara 40-60 tahun sebanyak 33 responden (64,2%), usia 61-70 tahun sebanyak 23 responden (35,8%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sistolik Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Mengonsumsi Pisang Ambon di Wilayah Kerja Puskesmas 7 Ulu Palembang**

Tekanan Darah Sistolik Pada Pasien Hipertensi	Pretest		Post test	
	F	%	F	%
Normal	0	0	0	0
Pre Hipertensi	0	0	28	50
Hipertensi stadium 1	33	64,2	22	39,2
Hipertensi stadium 2	23	35,8	6	10,8
Hipertensi stadium 3	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi tekanan darah sistolik responden sebelum mengonsumsi pisang ambon sebagian besar mengalami hipertensi stadium 1 sebanyak 33 responden (64,2%), hipertensi stadium 2 sebanyak 23 responden (35,8%) dan tidak terdapat responden yang memiliki tekanan darah normal, pre hipertensi dan hipertensi stadium 3. Sedangkan tekanan darah sistolik responden setelah mengonsumsi pisang ambon sebagian besar mengalami pre hipertensi sebanyak 28 responden (50%), sedangkan yang mengalami hipertensi stadium 1 sebanyak 22 responden (39,2%) dan yang mengalami hipertensi stadium 2 sebanyak 6 responden (10,8%). Tekanan Darah Diastolik Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Mengonsumsi Pisang Ambon,

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Diastolik Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Mengonsumsi Pisang Ambon di Wilayah Kerja Puskesmas 7 Ulu Palembang**

Tekanan Darah Diastolik Pada Pasien Hipertensi	Pretest		Post test	
	F	%	F	%
Normal	0	0	0	0
Pre Hipertensi	0	0	28	50
Hipertensi stadium 1	33	64,2	22	39,2
Hipertensi stadium 2	23	35,8	6	10,8
Hipertensi stadium 3	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

**Tabel 5. Uji Normalitas Shapiro-Wilk**

No	Kelompok	Shapiro-Wilk		Keterangan
		Statistic	P.Value	
	Tekanan darah sistolik pretest	0,951	0,151	Normal
	Tekanan darah sistolik posttest	0,963	0,329	Normal
	Tekanan darah diastolik pretest	0,946	0,107	Normal
	Tekanan darah diastolik posttest	0,957	0,225	Normal

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi tekanan darah diastolik responden sebelum mengonsumsi pisang ambon sebagian besar mengalami hipertensi stadium 1 sebanyak 33 responden (64,2%), hipertensi stadium 2 sebanyak 23 responden (35,8%), dan tidak terdapat responden yang memiliki tekanan darah normal, pre hipertensi dan hipertensi stadium 3. Sedangkan tekanan darah diastolik responden setelah mengonsumsi pisang ambon sebagian besar mengalami pre hipertensi sebanyak 28

responden (50%), sedangkan yang mengalami hipertensi stadium 1 sebanyak 22 responden (39,2%) dan yang mengalami hipertensi stadium 2 sebanyak 6 responden (10,8%).

Berdasarkan tabel di ketahui bahwa nilai signifikansi tekanan darah sistolik sebelum dilakukan mengkonsumsi pisang ambon 0,151 dan tekanan darah sistolik setelah mengkonsumsi pisang ambon sebesar 0,329. Sedangkan tekanan darah diastolik sebelum mengkonsumsi pisang ambon sebesar 0,107 dan tekanan darah diastolik setelah mengkonsumsi pisang ambon sebesar 0,225. Berhubung data tersebut diatas semuanya  $> 0,05$  maka dapat disimpulkan data tersebut berdistribusi normal semuanya.

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Rata-Rata Tekanan Darah Penderita Hipertensi Sebelum dan Setelah Mengkonsumsi Pisang Ambon di Wilayah Kerja Puskesmas 7 Ulu Palembang**

Variabel	Mean	Min	Max	P value	N
Tekanan darah sistolik pretest	155,63	142	178	0,000	56
Tekanan darah sistolik posttest	141,75	120	162		
Tekanan darah diastolik pretest	97,66	85	109	0,000	56
Tekanan darah diastolik posttest	88,94	80	101		

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum mengkonsumsi pisang ambon sebesar 155,63 dan setelah mengkonsumsi pisang ambon mengalami penurunan menjadi 141,75. Sedangkan tekanan darah diastolik sebelum mengkonsumsi pisang ambon sebesar 97,66 dan setelah mengkonsumsi pisang ambon mengalami penurunan menjadi 88,94.

Hasil uji statistik menggunakan uji paired sample t test diperoleh nilai signifikan untuk tekanan darah sistolik sebelum dan setelah mengkonsumsi pisang ambon sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai signifikan untuk tekanan darah diastolik sebelum dan setelah mengkonsumsi pisang ambon sebesar  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas 7 Ulu Palembang.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis univariat diketahui bahwa distribusi frekuensi tekanan darah sistolik responden sebelum mengkonsumsi pisang ambon sebagian besar mengalami hipertensi stadium 1 sebanyak 33 responden (64,2%). Sedangkan tekanan darah sistolik responden setelah mengkonsumsi pisang ambon sebagian besar mengalami pre hipertensi sebanyak 23 responden (35,8%).

Sedangkan untuk tekanan darah diastolik responden sebelum mengkonsumsi pisang ambon sebagian besar mengalami hipertensi stadium 1 sebanyak 33 responden (64,2%) dan setelah mengkonsumsi pisang ambon sebagian besar mengalami pre hipertensi sebanyak 23 responden (35,8%).

Berdasarkan hasil analisis bivariat diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum mengkonsumsi pisang ambon sebesar 155,63 dan setelah mengkonsumsi pisang ambon mengalami penurunan menjadi 141,75. Sedangkan tekanan darah diastolik sebelum mengkonsumsi pisang ambon sebesar 97,66 dan setelah mengkonsumsi Pisang Ambon mengalami penurunan menjadi 88,94.

Hasil uji statistik menggunakan uji paired sample t test diperoleh nilai signifikan untuk tekanan darah sistolik sebelum dan setelah mengkonsumsi rebusan daun sirsak (*annona muricata linn*) sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai signifikan untuk tekanan darah diastolik sebelum dan setelah mengkonsumsi pisang ambon sebesar  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah pada pasien

hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas 7 Ulu Palembang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yulianti Indra, 2018) dari hasil penelitian menunjukkan bahwa 31 responden sebelum diberikan pisang ambon tidak ada yang mempunyai tekanan darah normal akan tetapi setelah dilakukan pemberian pisang ambon terdapat 11 responden yang mempunyai tekanan darah normal, sedangkan pada penderita hipertensi sedang sebelum pemberian pisang ambon terdapat 23 responden dan setelah pemberian pisang ambon terdapat 4 penderita hipertensi sedang. Artinya terdapat pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah pada lansia.

Hal ini sesuai dengan pernyataan (Nurlaili, Baiq Subli, 2021) berdasarkan uji statistic uji test Wilcoxon hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah mengkonsumsi pisang ambon yakni nilai p untuk tekanan darah systole pada kelompok eksperimen yaitu 0,001 ( $p < 0,05$ ) dan nilai p untuk tekanan darah diastole yaitu 0,021 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa pada perubahan yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah setelah mengkonsumsi pisang ambon. Dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi alternatif pisang ambon memiliki nilai yang signifikan dapat membantu penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi terutama pada lansia.

Lebih lanjut menurut (Amelia Fitra, 2022). Yang berjudul adanya pengaruh pemberian konsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi, hasil penelitian ini ditemui adanya pengaruh terhadap pemberian buah pisang ambon pada lansia hipertensi. Pada tekanan darah sistolik setelah di berikan 2 buah pisang ambon sehari selama 1 minggu yang berarti ada pengaruh pemberian buah pisang ambon pada tekanan darah diastolic.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh (Manurung, Br Yanti Putri, 2022) Dimana hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa pemberian buah pisang ambon sebanyak 2 buah/hari dapat menjadi jawaban untuk mengontrol ketegangan peredaran darah dan menurunkan Tingkat hipertensi pada lansia serta menu pola makan untuk mengontrol denyut nadi pada lansia. Explorasi semacam ini diarahkan dengan rencana uji coba untuk memutuskan kelayakan pemberian buah pisang ambon terhadap hipertensi pada lama dengan rencana *one-bunch pre-test* dan *post-test*.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia Fitra, Andinitirta (2022). Pengaruh konsumsi buah pisang ambon terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi di panti bhakti kasih siti nna kota pangkap pinang tahun 2018. Jurnal kesehatan jompa.
- Junaidi Hermawan & Rachmawati Kurnia (2021). Pemberian pisang ambon pada Ny.S dengan hipertensi di desa sungai rangas ulu kecamatan martapura barat. Jurnal Nerspedia
- Manurung Br Putri Yanti, dkk (2022). Efektivitas konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Jurnal penelitian perawat profesional
- Novianda kurnia, sagala lam murni (2022). Pengaruh pisang ambon pada pasien hipertensi terhadap menurunkan tekanan darah di ruang rawat inap rumah sakit aminah kota tanggerang. Jurnal multidisiplin ilmu
- Nugroho Taufan, dkk. (2018). Teori Asuhan Keperawatan Gawat Darurat. Yogyakarta : Nuha Medika.

- Nurarif, Amin Huda. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Nanda Nic Noc Jilid 2. Yogyakarta : Media Action.
- Nurlaili Baiq Subli (2021). Pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas wanasaba. Artikel akses terbuka dengan lisensi CC BY
- Ratnawati Emmelia. (2022). Buku Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: PT.Pustaka Baru.
- Rubaya Agus Kharmayana. (2023). Metodologi Penelitian Untuk Tenaga Kesehatan. yogyakarta : PT. Thema Publishing
- Susanto Edi Slamet,dkk (2022). Effectiveness Of giving deep relaxation to reduce pain in hypertension patients in edelweis room down,kardinah tegal hospital. Jurnal inovasi penelitian
- Wahyuni leni tri (2019). Pengaruh konsumsi pisang ambon (Musa Paradisiaca.S) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di kelurahan kubu marapalam wilayah kerja puskesmas andalas padang. Jurnal.ensiklopediaku.org