

**PENGARUH PEMBERIAN DAUN SAMBUNG NYAWATERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI USIA 46-55 TAHUN DI DESA KUAPAN
WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMBANG**

Ridha Hidayat

Dosen Prodi Sarjana Keperawatan FIK Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

ABSTRAK

Hipertensi dapat menyerang hampir semua golongan masyarakat di seluruh dunia. Jumlah penderita hipertensi terus bertambah dari tahun ke tahun. Data dari WHO (2010) menyatakan bahwa hipertensi merupakan penyakit nomor sebelas penyebab kematian tertinggi di dunia yaitu sebanyak 1.153.308 jiwa. Tujuan penelitian ini adalah untuk pengaruh pemberian daun sambung nyawaterhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi usia 45-59 tahun di desa kuapan wilayah kerja puskesmas tambang tahun 2016. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang mengakibatkan peningkatan angka morbiditas dan angka kematian. Jenis penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*quasi exsperimen*) dengan rancangan *non- equivalent pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang menderita hipertensi di Desa Kuapan sebanyak 136 orang dengan jumlah sampel 20 orang, adapun teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian didapatkan rata-rata tekanan darah sebelum diberikan daun sambung nyawasistolik 150,67 mmhg, sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik setelah diberikan daun sambung nyawa 136,33 mmhg dan rata-rata tekanan darah sesudah diberikan daun sambung nyawadiastolik 97,67 mmhg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik setelah diberikan daun sambung nyawa 87,67 mmhg. Diharapkan pada responden untuk dapat mengontrol tekanan darah pada puskesmas secara rutin dan mengkonsumsi makanan yang tinggi serat serta mengupayakan mengkonsumsi obat herbal sebagai pengobatan hipertensi untuk jangka panjang sesuai dengan dosis toleransi tubuh.

Daftar Bacaan : 29 (2008 – 2015)

Kata Kunci : Hipertensi, Daun sambung nyawa

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia Cinta Sehat merupakan cermin sikap dan perilaku segenap bangsa

Indonesia yang mencintai kesehatan dirinya, keluarganya, dan lingkungannya. Hal itu adalah kunci keberhasilan bagi terwujudnya masyarakat sehat yang mandiri. Salah satu program

jaminan kesehatan semesta pada tahun 2020, seluruh penduduk Indonesia mempunyai jaminan kesehatan. Ini berarti bahwa masyarakat Indonesia diharapkan dapat memperoleh pelayanan kesehatan yang komprehensif dan bermutu dengan semakin meningkatnya kesejahteraan masyarakat di negara berkembang tingkat kejadian berbagai penyakit degeneratif semakin meningkat salah satunya Hipertensi (Profil Kemenkes RI, 2012).

Hipertensi atau lebih dikenal dengan penyakit tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang ditunjukkan oleh angka sistolik (bagian atas) dan diastolik (bagian bawah) pada pemeriksaan tekanan darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa *cuff* air raksa (*sphygmomanometer*) ataupun alat digital lainnya (Shadine, 2010).

Data di Provinsi Riau periode 2013 – 2014 tercatat masih tinggi, yaitu mencapai 24%. Padahal tahun 2010 – 2011 dapat diturunkan 7,9%, tapi justru terjadi peningkatan tahun 2012 menjadi 11,4% dan tahun 2013 terus meningkat menjadi 24%. Hal ini menyebabkan semakin meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas setiap tahun akibat penyakit hipertensi terutama jika penyakit ini tidak dapat dikontrol secara teratur (Profil Kesehatan Riau, 2012).

Data penderita hipertensi di Kabupaten Kampar tahun 2015 penderita hipertensi diseluruh wilayah Kabupaten Kampar Puskesmas Tambang berada pada urutan pertama kasus hipertensi yaitu 4.504 (20,0%). Urutan kedua kasus hipertensi yaitu Puskesmas Kampar dengan kasus hipertensi 2.286 (10,1%) dan urutan ke tiga Puskesmas Kampar Timur dengan kasus hipertensi 1.740 (7,72%). Sedangkan untuk data kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambang tahun 2015 berada di Desa Kuapan 136 orang dengan golongan umur yaitu pada umur 45-59 tahun. Obat-obat hipertensi sekarang ini masih belum sepenuhnya memberikan jawaban atau solusi untuk para penderita. Selain harganya yang cukup mahal banyak efek samping yang ditimbulkan pada pemakaian obat-obatan ini. Hal inilah yang menyebabkan masyarakat mulai mencari alternatif pengobatan yang lain salah satunya melalui terapi herbal (Utami, 2013).

Terapi herbal adalah pengobatan dengan menggunakan tanaman yang berkhasiat obat. Indonesia merupakan negara yang sangat kaya akan ragam floranya. Keadaan ini sangat menguntungkan bagi masyarakat kita dalam melakukan terapi herbal. Terapi dengan menggunakan tanaman obat ini sangat populer pada masyarakat kita dewasa ini, karena efek

sampingnya sedikit, murah dan mudah didapat. Salah satu tanaman obat yang dapat digunakan sebagai obat herbal hipertensi adalah tanaman sambung nyawa (Samsudin, 2014).

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan di Puskesmas Tambang tahun 2016 dari 15 orang penderita hipertensi, 2 orang mengatakan pernah mencoba daun sambung nyawa sebagai obat herbal penurun tekanan darah, 3 orang mengatakan bahwa mereka hanya mengetahui tanaman daun sambung nyawa, sedangkan 10 orang lainnya mengatakan bahwa mereka belum mengetahui tentang daun sambung nyawa, cara mengkonsumsi serta manfaat dari tanaman sambung nyawa tersebut. Selama ini masyarakat penderita hipertensi hanya mengkonsumsi obat-obat kimia untuk mengatasi hipertensi mereka yang tinggi tanpa memikirkan efek samping dari obat kimia tersebut.

Berdasarkan latar masalah dan fenomena yang terjadi diatas, maka peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh Pemberian Daun Sambung Nyawa (*Gynura Procumbens*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Kuapan Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Tahun 2016”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :“ Apakah ada pengaruh pemberian daun sambung nyawa (*Gynura procumbens*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa Kuapan wilayah kerja Puskesmas Tambang tahun 2016?”

C. Tujuan penelitian

Tujuan umum : untuk menganalisis pengaruh pemberian daun sambung nyawa (*Gynura procumbens*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa Kuapan wilayah kerja Puskesmas Tambang

D. Manfaat Penelitian

1. Aspek Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu masukan untuk teori serta dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan bahan bacaan dalam meningkatkan pengetahuan mahasiswa khususnya jurusan keperawatan tentang pengaruh konsumsi daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menyusun hipotesis baru

dalam merancang penelitian selanjutnya.

2. Aspek Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan responden khususnya penderita hipertensi tentang manfaat mengkonsumsi daun sambung nyawa secara teratur untuk menurunkan tekanan darah.

diabetes melitus, darah tinggi, dan lainnya yang diperoleh dari berbagai sumber (Sudarjo, 2014).



Gambar 2.1 : *Gynura procumbens*

TINJAUAN TEORITIS

1. Daun Sambung Nyawa

a. Definisi Daun Sambung Nyawa

Tanaman Sambung Nyawa (*Gynura procumbens*) atau yang biasa disebut ngokilo (bahasa Jawa). Berasal dari daerah Afrika yang beriklim tropis, dan menyebar ke Srilangka, Sumatera dan Jawa. Tumbuh liar di pekarangan, ladang, semak, selokan dan tempat-tempat lain. Tumbuh dengan baik sampai ketinggian 500 m di atas permukaan laut.

Sambung nyawa (*Gynura procumbens*) merupakan nama tanaman berkhasiat obat. Khasiat daun yang juga disebut sebagai daun ngokilo terhadap diabetes sudah diuji di sejumlah penelitian di luar negeri. Berikut cara pemanfaatan daun sambung nyawa untuk pengobatan berbagai penyakit seperti

b. Kandungan Kimia

Daun Sambung Nyawa mengandung flavonoid, glikosida, kuersetin, asam fenolat (terdiri dari asam kafeat, asam P-kumarat, asam P-hidroksi benzoat, asam vanilat), triterpenoid, saponin, steroid, dan minyak atsiri. Kandungan zat aktif yang dominan dari daun sambung nyawa adalah flavonoid yang bekerja dengan meningkatkan konsentrasi serum NO (Nitrite Oxide). NO merupakan molekul kecil yang berfungsi sebagai vasodilator dan menyebabkan tekanan darah menurun.

c. Manfaat

Daun sambung nyawa (*Gynura procumbens*) berkhasiat sebagai diuretik, antipiretik, hipotensi, hipoglikemik (menurunkan kadar gula darah), mencegah dan meluruhkan batu ginjal dan batu

kandung kemih, antihiperlipidemia (menurunkan kolesterol dan trigliserida), anti bakteri, sitostatik (menghambat pertumbuhan sel kanker) dan mencegah serta memperbaiki kerusakan sel-sel jaringan ginjal (Winarto, 2003).

d. Cara Mengonsumsi Daun Sambung Nyawa

- 1) Sediakan 7 lembar daun sambung nyawa (600 mg) yang masih segar
 - 2) Cuci bersih dengan air matang
 - 3) Makan sebagai lalapan, bisa juga ditumis atau dikukus sebentar sebelum dimakan atau dibuat jus
 - 4) Lakukan sehari sekali dengan rutin selama 6 hari pada siang hari
- Tanaman daun sambung nyawa lebih banyak di konsumsi sebagai lalapan dari pada direbus. Karena dikhawatirkan kandungan zat berkhasiatnya akan berkurang (Sudarjo, 2014).

2. Konsep Dasar Hipertensi

a. Definisi Hipertensi

Penyakit hipertensi merupakan penyakit kelainan jantung yang ditandai oleh meningkatnya tekanan darah dalam tubuh. Seseorang yang terjangkit penyakit ini biasanya berpotensi mengalami penyakit-penyakit lain seperti stroke,

dan penyakit jantung (Nurlaela, 2009).

Hipertensi adalah kondisi medis ketika seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal. Secara umum seseorang dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik/diastoliknya melebihi 140/90 mmHg (Sudarmoko, 2010).

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan peningkatan angka morbiditas dan angka kematian (mortalitas) (Indrayani, 2009).

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

1. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan rancangan *non-equivalent pretest-posttest*. Hidayat (2012) menjelaskan bahwa metode *quasi eksperimen (non-equivalent pretest-posttest design)*

B. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang menderita hipertensi di Desa Kuapan sebanyak 136 orang. Sampel yang di gunakan ialah masyarakat menderita hipertensi yang ada di Desa Kuapan sebanyak 58

masyarakat dan 20 orang yang memenuhi kriteria inklusi. dengan metode *purposive sampling* atau *judgement sampling*,

C. Prosedur Pengumpulan Data

Untuk keperluan analisa data, peneliti memerlukan sejumlah data pendukung yang berasal dari dalam dan luar lapangan. Untuk itu peneliti menggunakan dua macam cara pengumpulan data, yaitu sebagai berikut :

1. Data Primer

Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti dengan

melakukan anamnesa berdasarkan keluhan yang dirasakan penderita, serta melakukan pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* dan tujuannya disesuaikan dengan keperluan peneliti.

D. Defenisi Operasional

Defenisi operasional adalah uraian tentang batasan variable yang di maksud atau tentang apa yang diukur oleh variable yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2010).

Tabel 3.1 : Defenisi Operasional

No	Variabel	Defenisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1	Independen				
	Pengaruh pemberian komsumsi daun sambung nyawa	Pemberian daun sambung nyawa yang dikonsumsi 7 lembar (600 mg) setiap hari sebagai lalapan selama 6 hari di siang hari pada masyarakat di Desa Kuapan	1. Daun sambung nyawa 2. Lembar <i>cheklish</i>	Nominal	0= Berpengaruh: Terjadi penurunan tekanan darah 1= Tidak Berpengaruh: Tidak terjadi penurunan tekanan darah
2	Dependen				
	Tekanan darah pada masyarakat	Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan setelah di lakukan intervensi terapi daun sambung nyawa pada masyarakat di Desa Kuapan	1. Sphygmomano meter. 2. Stetoskop 3. Lembar <i>cheklish</i> .	Interval	Sistol:120-160 mmHg Diastol: 80-100 mmHg

E. Analisa Data

Data yang diperoleh dari hasil penelitian diolah dengan menggunakan komputerisasi, disajikan dalam bentuk distribusi

frekuensi. Analisa data di lakukan dengan analisa univariat dan analisa bivariat :

1) Analisa Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau

mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2010). Dalam penelitian ini penulis menganalisa data secara univariat yaitu analisis yang hanya meliputi satu variabel yang disajikan dalam bentuk perhitungan mean, standar deviasi, nilai minimal dan maksimal hasil yang akan digunakan sebagai tolak ukur dalam pembahasan dan kesimpulan dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

P = Persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah seluruh observasi(Sudyono, 2010)

2) Analisa Bivariat

Analisa bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang di duga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010). Dalam penelitian ini analisa bivariat digunakan untuk menganalisa perbedaan tekanan darah lansia penderita hipertensi sebelum dan setelah diberikan daun sambung nyawa. Sehingga dalam analisis ini dapat digunakan uji statistik uji T-test atau Paired T-test yaitu uji dua mean dependen. Uji dua mean dependen digunakan untuk menguji perbedaan mean antara dua kelompok data yang dependen (Kholilatul, 2009).

Dasar pengambilan keputusan yaitu melihat hasil

analisa pada *P value*. jika *p value* $\leq 0,05$ maka artinya ada konsumsi daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Kuapan dan sebaliknya, jika *p value* $\geq 0,05$ maka artinya tidak ada pengaruh terapi diet daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Kuapan wilayah kerja Puskesmas Tambang.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 01 sampai 14 Mei 2016 di Desa Kuapan wilayah kerja Puskesmas Tambang dengan judul “Pengaruh daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah pada usia 45-59 tahun di Desa Kuapan ”.Analisa data yang ditampilkan dalam penelitian ini berupa analisa univariat dan bivariat yaitu sebagai berikut :

A. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk melihat distribusi karakteristik responden seperti umur, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan. Adapun analisa univariat dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
45 Tahun	3	15

46 Tahun	5	25
47 Tahun	9	45
48 Tahun	2	10
49 Tahun	1	5
Jumlah	20	100%
Jenis Kelamin		
Perempuan	20	100
Jumlah	20	100%
Pendidikan		
SD	5	25
SMP	8	40
SMA	5	25
Perguruan Tinggi	2	10
Jumlah	20	100
Pekerjaan		
IRT	9	45
Petani	6	30
PNS	5	25
Jumlah	20	100

Seperti disajikan pada tabel 4.1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 47 tahun (45%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (100%), sebagian besar tingkat pendidikan SMP (46,7%), serta pekerjaan responden sebagai besar IRT (60%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum Mengonsumsi daun sambung nyawa pada Penderita Hipertensi

Variabel	Mean	Min-Maks	SD	C1 95%
Tekanan Darah Sistolik	150,50	140-160	5,826	147,77

Sebelum				
Tekanan Darah Diastolik Sebelum	97,00	85-105	5,477	94,44

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebelum mengonsumsi daun sambung nyawa rata-rata tekanan darah sistolik 150,50 mmhg, sedangkan rerata tekanan darah diastolik 97,00 mmhg.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sesudah mengonsumsi daun sambung nyawa Pada Penderita Hipertensi

Variabel	Mean	Min-Maks	SD	C1 95%
Tekanan Darah Sistolik Setelah	131,25	120-145	7,048	127,95
Tekanan Darah Diastolik Setelah	87,25	75-95	5,730	84,57

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa sesudah daun sambung nyawa, rerata tekanan darah sistolik 131,25 mmhg, sedangkan rerata tekanan darah diastolik 87,25 mmhg.

B. Analisa Bivariat

Dalam penelitian ini, analisa bivariat digunakan untuk menganalisa perbedaan tekanan darah responden sebelum dan sesudah konsumsi daun sambung nyawa dengan menggunakan uji *Paired t Test*. Adapun syarat uji ini adalah satu

sampel (setiap elemen ada 2 pengamatan), data kuantitatif (interval-rasio) dan berasal dari populasi yang berdistribusi normal (Purnomo, 2006). Perbedaan tekanan darah responden sebelum dan sesudah konsumsi daun sambung nyawapeneliti sajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut

Tabel 4.4 Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi daun sambung nyawa Penderita Hipertensi

Variabel	Selisih Mean	Std. Deviation	P value
Sistolik sebelum sesudah	19,250	4,667	,0001
Diastolik sebelum sesudah	9,750	4,128	,0001

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa secara statistik terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah responden sebelum dan sesudah minum daun sambung nyawa dengan selisih mean tekanan darah sistolik sebesar 19,250 dan diastolik sebesar 9,750. Berdasarkan uji *Shapiro-Wilk* diperoleh nilai $> 0,05$ yaitu nilai sistol sebelum diberikan konsumsi daun sambung nyawa adalah 0,064, sistol sesudah diberikan konsumsi daun sambung nyawa adalah 0,20, diastol sebelum diberikan konsumsi

daun sambung nyawa adalah 0,085, diastol sesudah diberikan konsumsi daun sambung nyawa adalah 0,89, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Hal ini dibuktikan dengan p value 0,0001 dengan demikian terdapat pengaruh pemberian daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum minum daun sambung nyawa rata-rata tekanan darah sistolik 160,67 mmhg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik 97,67 mmhg. Sedangkan setelah diberikan konsumsi daun sambung nyawa rata-rata tekanan darah sistolik 136,33 mmhg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik 87,67 mmhg. Hal ini terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah responden sebelum dan sesudah daun sambung nyawa dengan selisih mean tekanan darah sistolik sebesar 14,333 dan diastolik sebesar 10,00. Hal ini dibuktikan dengan p value 0,0001 dengan demikian terdapat pengaruh konsumsi daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Setiawan (2009) yang mengatakan bahwa tanaman sambung nyawa mempunyai kandungan seperti minyak asiri, saponin dan flavonoida. Selain itu sambung nyawa memiliki sifat dingin, netral, antitoktik, bersifat hipotensif (menurunkan tekanan darah), anti kanker dan anti radang.

Kandungan flavonoid itu dapat melancarkan darah, menyembuhkan dan mengobati penyakit hipertensi

Penelitian ini sesuai dengan Ariestha (2010) yang menyatakan bahwa zat flavonoid di dalam sambung nyawa berfungsi sebagai diuretik yang bekerja dengan cara membuang kelebihan air dan natrium melalui pengeluaran urine. Flavonoid akan memengaruhi kerja dari *Angiotensin Converting Enzym* (ACE). Penghambatan ACE akan menghambat perubahan angiotensin I menjadi angiotensin II yang menyebabkan vasodilatasi sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Ariestha, 2010).

Menurut asumsi peneliti flavonoid yang terkandung pada daun sambung nyawa berfungsi sebagai diuretik yang salah satu kerjanya yaitu dengan mengeluarkan zat racun di dalam tubuh dan mengeluarkan jumlah garam yang berlebih di dalam darah sehingga tekanan darah mengalami penurunan. Selain diuretik, selain berfungsi sebagai diuretik, flavonoid juga bersifat sebagai antioksidan dengan cara menangkap radikal bebas, sehingga sangat penting dalam mempertahankan keseimbangan antara oksidan dengan antioksidan di dalam tubuh.

PENUTUP

Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan dengan judul pengaruh pemberian daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Kuapan wilayah kerja

Puskesmas Tambang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata tekanan darah sebelum diberikan daun sambung nyawa sistolik 150,67 mmhg, sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik setelah diberikan daun sambung nyawa 136,33 mmhg.
2. Rata-rata tekanan darah sebelum diberikan daun sambung nyawa diastolik 97,67 mmhg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik setelah diberikan daun sambung nyawa 87,67 mmhg.
3. Ada pengaruh pemberian daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi usia 45-59 tahun di Desa Kuapan Wilayah kerja Puskesmas Tambang tahun 2016.

Saran

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan pada responden untuk dapat mengontrol tekanan darah pada puskesmas secara rutin dan mengkonsumsi makanan yang tinggi serat serta mengupayakan mengkonsumsi obat herbal sebagai pengobatan hipertensi untuk jangka panjang sesuai dengan dosis toleransi tubuh.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat menambah kelompok kontrol pada variabel penelitian sehingga dapat diketahui perbedaan konsumsi daun sambung

nyawa antara kelompok kasus dengan kelompok kontrol dan dapat dijadikan bahan acuan dalam menyusun hipotesis baru dalam penelitian berikutnya

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Kabupaten Kampar. (2015). *Penyakit Hipertensi di Kabupaten Kampar*.
- Depkes RI. (2012). *Kejadian Hipertensi di Indonesia*. Diperoleh tanggal 02 Januari 2016 dari [http://kejadianhipertensi di Indonesia.undip.ac.id](http://kejadianhipertensi.diindonesia.undip.ac.id)
- Hidayat, A.A. (2012). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Hidayat, A.A. (2012). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Hendra. (2012). *Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi di Puskesmas Ngawen I Kabupaten Gunung Kidul Provinsi D.I.Y.* Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Indrayani. (2009). *Asuhan Keperawatan Pasien dengan Hipertensi*. Jakarta : Penebar Plus
- Iskandar. (2010). *Analisis Data Penelitian*. Jakarta: Penerbit Andi.
- Kasjono & Yasril. (2009). *Teknik Sampling Untuk Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Kemenkes RI. (2012). *Mewujudkan Indonesia Cinta Sehat 2020*. Diperoleh tanggal 15 Januari 2016 dari [http://id.adobe reader/pdf/kemenkes RI/indonesia-cinta-sehat-2020](http://id.adobe.reader/pdf/kemenkesRI/indonesia-cinta-sehat-2020)
- Nurlaela. (2009). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Buana Pustaka
- Puskesmas Tambang (2015). *Penyakit hipertensi di Puskesmas Tambang*.
- Nurachmah. (2009). *Penatalaksanaan penyakit dengan Hipertensi*. Diperoleh pada tanggal 10 Januari 2016 dari [Http:// nurachmah.blogspot.com](http://nurachmah.blogspot.com)
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2008). *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Palmer. (2007). *Hipertensi*. Jakarta : PT.Gramedia Pustaka Utama

- Putra. (2013). *Efek penurunan tekanan darah dan gula darah dari fraksi air daun sambung nyawa pada tikus hipertensi dan diabetes*. Diperoleh tanggal 01 Maret 2016-04-16. Departemen Kardiologi, Rs Premier Jatinegara
- Rahmad. (2013). *Analisa penatalaksanaan penyakit hipertensi Di RS Dr. Soetomo Surabaya*. Skripsi : Malang. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Brawijaya
- Shadine. (2010). *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Salemba Medika
- Susilo, dkk.(2012). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Desa Sigaol Simbolon Kabupaten Samosir Tahun 2012*. Skripsi Mahasiswa FKM USU
- Samsudin. (2014). *Terapi herbal untuk masyarakat dengan penyakit hipertensi*. Yogyakarta :Erlangga
- Setiawan. (2009). (2009). *Daun Sambung Nyawa untuk Penurunantakanan Darah Pada Penderita hipertensi*. Jakarta: Salemba Medika
- Sudarjo. (2014). *Daun sambung nyawa sebagai terapi herbal hipertensi*. http://www.depkes.go.id/download/publikasi_ditjen (diakses padatanggal 12 Januari 2016
- Sudarmoko.(2010). *Tata Laksana Hipertensi*. Jakarta :
- Sani. (2008). *Menu Sehat Penakluk Hipertensi*. Jakarta : Demedia Pustaka
- Setiawan. (2009). *Tanaman herbal sambung nyawa* . Yogyakarta:Salemba Medika
- Sudyono. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi 3. Yogyakarta:Mitra Cendekia Press.
- Utami.(2013). *Terapi Herbal Untuk Diabetes Mellitus Tipe II*. Jakarta : Agro Media Pustaka
- Winarto. (2003). *Daun Sambung Nyawa Untuk Kesehatan*. Jakarta : Erlangga
- Zamzami. (2014). *Pengaruh daun sambung nyawa terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Air Dingin Kecamatan Kota Tengah Kota Padang*. Diperoleh tanggal 13 Mei 2016