Pengaruh Pemberian Pisang Ambon (*Musa Acuminata Cavendish. S*) terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu

Rani Safitri¹, Elifa Ihda Rahmayanti², Sintong H. Hutabarat³

^{1,2,3} Ilmu Keperawatan, Universitas Widya Nusantara

e-mail: rsfttri@gmail.com¹, rahma.elifa@gmail.com², sintonghutabarat@uwn.ac.id³

Abstrak

Hipertensi merupakan naiknya tekanan darah melebihi batas normal yaitu ≥ 140 mmHg dan diastolik mencapai ≥ 90 . Pisang ambon merupakan salah satu buah-buahan dengan kandungan kalium yang cukup tinggi, cara kerja buah ini yaitu dengan membantu menurunkan dan menstabilkan tekanan darah, asupan pada kalium pada seseorang dapat mempengaruhi tekanan darah. Tujuan dari penelitian ini yaitu dibuktikan pengaruh pemberian pisang ambon (*musa acuminata cavendish. S*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu. Jenis penelitian kuantitatif dengan metode *True Experimental* dan desain *pretest-posttest control group design*. Jumlah populasi penelitian ini yaitu 66 orang dengan jumlah sampel 15 orang, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan dari 15 responden, sebagian besar mempunyai tekanan darah pada kategori Grade 2 sebanyak 6 responden (40%) dan setelah diberikan perlakuan sebagian besar mempunyai tekanan darah pada kategori Grade I sebanyak 11 responden (73,3%). Hasil penelitian dari 15 responden pada kelompok perlakuan menggunakan *Paired Sample t-Test* dan hasil didapatkan nilai $p=0,000$ ($p \leq 0,05$). Ada pengaruh pemberian pisang ambon (*musa acuminata cavendish. S*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu. Bagi Desa Pakava agar dapat memanfaatkan pisang ambon ini untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: *Tekanan Darah, Hipertensi, Pisang Ambon.*

Abstract

Hypertension is an increasing of blood pressure above than normal limits, which systole ≥ 140 mmHg and diastolic reaches > 90 mmHg. Ambon banana is one of the fruits with a high potassium content and the way this fruit works is by helping to lower and stabilize blood pressure because potassium intake can affect the blood pressure. The purpose of this study is to prove the impact of feeding Ambon banana (*musa acuminata cavendish. S*) on blood pressure toward hypertensive patients in Pakava Village, Pasangkayu Sub-District. This is quantitative research with True Experimental method and pretest-posttest control group design. The total of population of this study was 66 people, and sample was 15 respondents that taken by using Purposive Sampling techniques. The results showed that before being given treatment for 15 respondents, about 6 respondents (40%) had blood pressure in the Grade 2 category, and after being given treatment about 11 respondents (73.3%) had blood pressure in the Grade 1 category. The results of the study of 15 respondents in the treatment group by using Paired Sample t-Test obtained that a p-value = 0.000 ($p < 0.05$). There is an impact of feeding Ambon banana (*musa acuminata cavendish. S*) on blood pressure toward hypertensive patients in Pakava Village, Pasangkayu Sub-District. For Pakava Village to be able to consume the Ambon banana in reducing the blood pressure toward hypertensive patients.

Keywords: *Blood Pressure, Hypertension, Ambon Banana.*

PENDAHULUAN

Hipertensi biasa disebut sebagai "*silent killer*" ini dikarenakan rata-rata penderita hipertensi tidak merasakan gejala apapun sehingga mereka tidak mengetahui bahwa telah mengalami hipertensi (Riu, S. D., 2023). Seseorang dapat dikatakan hipertensi saat tekanan darah di atas batas normal dengan tekanan darah mencapai ≥ 140 mmHg dan diastolik mencapai ≥ 90 setelah pemeriksaan yang berulang kali (Unger, T., Borghi, C., Charchar, F.J., Khan, N.A., Poulter, N.R., Prabhakaran, D., Ramirez, A.J., Schlaich, M.P., Stergiou, G.S., Tomaszewski, M., Wainford, R.D., Williams, B., dan Schutte, A.E., 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2021), hipertensi menjadi penyebab utama kematian dini secara global, dengan perkiraan jumlah orang dewasa berusia 30-79 tahun yang menderita hipertensi sebanyak 1,28 miliar di seluruh dunia. Selain itu, diperkirakan bahwa 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Sekitar 42% penderita hipertensi yang telah didiagnosis dan diobati, sementara itu hanya 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengontrol pola hidup mereka.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2023 mencapai 37.77% diberbagai kabupaten/kota. Persentase penderita hipertensi tertinggi terdapat di kabupaten Polewali Mandar sebanyak 9.15% jiwa, diikuti oleh kabupaten Mamuju sebanyak 7.46%, Kabupaten Mamuju Tengah sebanyak 6.84% jiwa, Kabupaten Pasangkayu sebesar 5.84% jiwa, kabupaten Majene sebanyak 5.17% jiwa, dan kabupaten Mamasa sebanyak 3.29% jiwa (Dinkes Provinsi Sulawesi Barat 2023).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pasangkayu, kasus Hipertensi mengalami peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2021, terdapat 5350 penderita Hipertensi, kemudian meningkat menjadi 5400 pada tahun 2022, dan pada tahun 2023 jumlahnya meningkat signifikan menjadi 5848 jiwa (Dinkes Kabupaten Pasangkayu, 2023). Berdasarkan data yang didapatkan dari Puskesmas Pasangkayu 2 penderita hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu sejumlah 66 penderita hipertensi pada tahun 2023.

Setiap tahun jumlah orang yang menderita tekanan darah tinggi terus bertambah karena beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, riwayat keluarga pola makan, kebiasaan merokok, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, stres, dan konsumsi garam berlebihan (Kemenkes, 2019). Tingginya tingkat kejadian hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk faktor risiko yang dapat diubah dan tidak dapat diubah. Oleh karena itu, pengobatan yang teratur dan terus-menerus sangatlah penting. Selain merubah pola hidup yang sehat, hipertensi dapat diobati dengan dua cara, yakni melalui pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi (Verma, N., Rastogi, S., Chia, Y.C., Siddique, S., Turana, Y., Cheng, H. Tay, J.C., Teo, B. W., Wang, T. D., Tsoi, K. K. F., dan Kario, K., 2021). Penanganan non farmakologi hipertensi dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan yang kaya akan kalium dan rendah natrium, seperti buah-buahan contohnya pisang Ambon, sebagai alternatif penanganan non farmakologi. Memakan pisang ambon dapat membantu orang yang menderita tekanan darah tinggi dalam menurunkan tekanan darah mereka (Agustianingrum, P., Cholifah, S., Chasanah, S., Sari, R. P., dan Yatsi, S., 2020).

Pisang Ambon merupakan salah satu buah buahan dengan kandungan kalium yang cukup tinggi. Dalam 100 gr buah pisang ambon, terdapat 435 mg kandungan dan hanya mengandung 18 mg natrium, dengan berat rata-rata 140 gr perbuah (Luthbis dan Ratna sari, 2020). Pisang Ambon mengandung kalium yang dapat membantu menurunkan dan menstabilkan tekanan darah dengan bekerja sama dengan obat anti hipertensi dalam tubuh. Asupan kalium pada seseorang dapat mempengaruhi tekanan darah. Asupan kalium yang rendah akan mengakibatkan peningkatan tekanan darah sedangkan asupan kalium yang tinggi akan mengakibatkan penurunan tekanan darah. Peningkatan asupan kalium dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic dikarenakan adanya penurunan *resistensi vaskular* (Agustianingrum *et al.*, 2020).

Menurut hasil observasi dan wawancara saat pengumpulan data awal pada tanggal 23 Januari 2024, peneliti menemukan bahwa ada 66 orang di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu yang menderita hipertensi. Saat melakukan wawancara dan observasi terhadap 5 orang yang mengalami hipertensi tentang seberapa efektifnya obat anti hipertensi dalam mengobati kondisi mereka, setiap orang memiliki pendapat yang berbeda tentang pengobatan tersebut.

Saat diwawancara tentang pengobatan hipertensi, 2 orang mengungkapkan bahwa pengobatan dengan obat anti hipertensi bisa menimbulkan gejala seperti mual, pusing, dan bengkak kaki. Mereka juga mengatakan bahwa pengobatan dengan obat anti hipertensi harus tepat waktu dan diminum secara rutin setiap hari, yang membuat mereka merasa bosan untuk melakukan pengobatan hipertensi. 3 diantaranya mengatakan keinginan untuk menjalani pengobatan hipertensi selain pengobatan obat anti hipertensi. Maka dari uraian masalah diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “pengaruh pemberian pisang ambon (*Musa Acuminata Cavendish. S*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu”.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *True Experimental* menggunakan desain *pretest-posttest control group design*. Desain ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Pada kelompok eksperimen adalah kelompok yang mendapatkan perlakuan berupa pemberian pisang ambon sedangkan kelompok kontrol adalah kelompok pengendali yaitu kelompok yang tidak akan mendapat perlakuan (Handani, 2022). Penelitian ini terlaksana di Desa Pakava pada tanggal 19 juli – 25 juli 2024. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah metode pemilihan sampel dimana peneliti menentukan jumlah sampel berdasarkan pertimbangan tertentu, sesuai dengan elemen-elemen yang relevan dalam penelitian (Hutagalung, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

- a. Karakteristik responden dalam penelitian ini dikategorikan berdasarkan umur, jenis kelamin, pekerjaan, lama menderita hipertensi, riwayat hipertensi, dan konsumsi garam. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 15 responden kelompok perlakuan dan 15 responden kelompok kontrol di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu maka dapat dilihat pada karakteristik di bawah ini:

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden kelompok perlakuan dan kelompok kontrol di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu (f=30)^a

Karakteristik Responden	Perlakuan		Kontrol	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur				
17-25 tahun	1	6,7	0	0
26-35 tahun	1	6,7	1	6,7
36-45 tahun	6	40,0	1	6,7
46-55 tahun	2	13,3	5	33,3
56-65 tahun	1	6,7	4	26,7
>65 tahun	4	26,7	4	26,7
Jenis Kelamin				
Perempuan	9	60,0	10	66,7
Laki-laki	6	40,0	5	33,3
Pekerjaan				
Pedagang	4	26,7	3	20,0
Petani	6	40,0	5	33,3
Tidak bekerja	1	6,7	2	13,3
Lainnya	4	26,7	5	33,3
LM HT				
<5 Tahun	11	73,3	14	93,3
5-10 Tahun	4	26,7	1	6,7
>10 Tahun	0	0	0	0
Riwayat hipertensi				

Memiliki riwayat TM riwayat	11	73,3	12	80,0
Konsumsi garam berlebih	4	26,7	3	20,0
Ya	8	53,3	7	46,7
Tidak	7	46,7	8	53,3

^aTotal sampel keseluruhan. Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan pada kelompok perlakuan bahwa sebagian besar responden berumur 36-45 tahun sebanyak 6 responden (40%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden berumur 46-55 tahun sebanyak 5 responden (33,3%). Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 9 responden (60%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 10 responden (66,7%). Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sebagian besar responden mempunyai pekerjaan sebagai petani sebanyak 6 responden (40%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden bekerja sebagai petani dan lainnya masing-masing 5 responden (33,3%). Distribusi frekuensi berdasarkan lama menderita hipertensi menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sebagian besar lama menderita hipertensi responden yaitu <5 tahun sebanyak 11 responden (73,3%). Pada kelompok kontrol sebagian besar lama menderita hipertensi responden yaitu <5 tahun sebanyak 14 responden (93,3%). Distribusi frekuensi berdasarkan riwayat hipertensi, menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sebagian besar responden memiliki riwayat hipertensi yaitu sebanyak 11 responden (73,3%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden memiliki riwayat hipertensi yaitu sebanyak 12 responden (80%). Distribusi frekuensi berdasarkan konsumsi garam berlebih, menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sebagian besar responden mempunyai kebiasaan konsumsi garam berlebih yaitu sebanyak 8 responden (53,3%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden tidak mempunyai kebiasaan mengkonsumsi garam berlebih sebanyak 8 responden (53,3%).

b. Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap variabel penelitian dengan mendeskripsikan hasil penelitian dalam bentuk distribusi frekuensi. Hasil analisis univariat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi tekanan darah responden sebelum diberikan pisang ambon (*musa acuminata cavendish. S*) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi tekanan darah responden sebelum diberikan pisang ambon (*musa acuminata cavendish. S*) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu (f=15)^a

Tekanan Darah	Perlakuan		Kontrol	
	F	%	f	%
Normal	0	0	0	0
Grade I	4	26,7	4	26,7
Grade II	6	40	5	33,3
Grade III	5	33,3	6	40

^aTotal Sampel Keseluruhan. Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan hampir sebagian responden mempunyai tekanan darah pada kategori Grade II yaitu sebanyak 6 responden (40%), kategori Grade III sebanyak 5 responden (33,3%) dan pada kategori Grade I sebanyak 4 responden (26,7%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden mempunyai tekanan darah pada kategori Grade III sebanyak 6 responden

- (40%), pada kategori Grade II sebanyak 5 responden (33,3%) dan pada kategori Grade I sebanyak 4 responden (26,7%).
2. Distribusi frekuensi tekanan darah sesudah diberikan pisang ambon pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi tekanan darah responden sesudah diberikan pisang ambon di Desa Pakava Kecamatan pasangkayu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (f=15)

Tekanan Darah	Perlakuan		Kontrol	
	F	%	f	%
Normal	0	0	0	0
Grade I	11	73,3	3	20
Grade II	4	26,7	6	40
Grade III	0	0	6	40

^aTotal Sampel Keseluruhan. Sumber: Data Primer (2024).

Berdasarkan tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah sesudah diberikan pisang ambon. Pada kelompok perlakuan sebagian besar tekanan darah responden pada kategori Grade I sebanyak 11 responden (73,3%) dan pada kategori Grade II sebanyak 4 responden (26,7%). Pada kelompok kontrol sebagian besar tekanan darah responden pada kategori Grade II dan Grade III yaitu sebanyak 6 responden (40%) dan pada kategori Grade I sebanyak 3 responden (20%).

c. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh antara variable dependen dengan variabel independent.

Tabel 4.4 Pengaruh pemberian pisang ambon (*musa acuminata cavendish. S*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di desa pakava kecamatan pasangkayu

Tekanan Darah	Mean	SD	SE	N	P Value
Kelompok Perlakuan					
<i>Pretest Sistol-Postes Sistol</i>	17,733	14,134	3,649	15	0,000
<i>Pretest Diastol-Postes Diastol</i>	2,067	1,624	0,419	15	0,000
Kelompok Kontrol					
<i>Pretes Sistol-Postes Sistol</i>	-1,467	5,449	1,407	15	0,315
<i>Postes Diastol-Postes Diastol</i>	-1,400	5,302	1,369	15	0,324

^aTotal Sampel Keseluruhan. ^b*Paired Sample t-Test*. Signifikan. Sumber: Data Primer (2024).

Pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa hasil test statistik Paired Sample t-Test (uji-tingkat berpasangan) tingkat rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan pemberian pisang ambon pada kelompok perlakuan sistol adalah 17,733 dan standar deviasi berjumlah 14,134 Sedangkan hasil tingkat rata-rata sebelum dan setelah dilakukan pemberian pisang ambon diastole adalah 2,067 dan standar deviasi berjumlah 1,624. Pada kelompok kontrol tingkat rata-rata sebelum dan sesudah diberikan perlakuan sistol adalah -1,467 dan standar deviasi berjumlah 5,449 sedangkan hasil tingkat rata-rata sebelum dan sesudah diberikan pisang ambon diastole adalah -1,400 dan standar deviasi berjumlah 5,302. Hasil uji statistik pada kelompok perlakuan sistol dan diastole didapatkan P Value yaitu 0,000, pada kelompok kontrol sistol didapatkan p Value yaitu 0,315 dan kelompok kontrol diastole 0,324. Dari hasil uji statistik tersebut maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pemberian pisang ambon (*musa acuminata cavendish. S*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di

Desa Pakava Kecamatan pasangkayu pada kelompok perlakuan, dan tidak ada pengaruh sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.

Pembahasan

Pengaruh pemberian Pisang Ambon (*Musa Acuminata cavendish. S*) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu pada kelompok perlakuan dan kontrol

Setelah dilakukan *Paired Sample T-test* dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan pisang ambon diperoleh nilai $P=0,000$ atau $P\leq 0,05$. Nilai *P Value* lebih kecil dari 0,05 maka dapat dikatakan secara statistik bahwa ada pengaruh pemberian pisang ambon (*Musa acuminata cavendish. S*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu pada kelompok perlakuan.

Setelah dilakukan *Paired Sample T-test* dapat disimpulkan bahwa tekanan darah pada kelompok kontrol setelah dilakukan uji statistik didapatkan nilai $P>0,05$ yang berarti tidak ada pengaruh yang terjadi pada kelompok kontrol.

Menurut asumsi peneliti bahwa tindakan pemberian pisang ambon terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu pada kelompok perlakuan disebabkan karena kandungan dari pisang ambon yaitu kalium yang cukup tinggi yang digunakan untuk menetralkan natrium dalam darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah.

Hal ini menunjukkan bahwa secara teori Sugiarsih, U., dan Solihah, E. (2021), menyatakan bahwa peran kalium telah banyak diteliti dalam kaitannya dengan regulasi tekanan darah, konsumsi kalium yang banyak akan meningkatkan konsentrasinya di dalam cairan ekstraseluler sehingga cenderung menarik cairan dari bagian ekstraseluler dan menurunkan tekanan darah.

Peneliti berasumsi bahwa pada kelompok kontrol yang menyebabkan tekanan darah menjadi meningkat disebabkan karena prosedur dari pemberhentian obat antihipertensi responden, dimana selama peneliti memberikan pisang ambon kepada perlakuan selama itu pun responden pada kelompok kontrol tidak diberikan obat untuk antihipertensi, oleh karena itu responden pada kelompok kontrol tekanan darahnya menjadi meningkat.

Hal ini menunjukkan secara teori Ariyani, H (2021), menyatakan bahwa ketidakpatuhan dalam minum obat hipertensi juga bisa memicu *Rebound* artinya tekanan darah yang sudah turun saat diobati tiba-tiba bisa melonjak lebih tinggi saat obat dihentikan. Kalau hanya sekali tidak minum obat karena lupa, mungkin efeknya tidak akan terlalu signifikan. Pasien yang dikatakan tidak patuh dan berisiko tinggi mengalami *Rebound* jika terlalu sering menghentikan pengobatan saat merasa tubuhnya baik-baik saja kalau memang gejalanya berkurang, dokter akan menurunkan dosisnya dan tidak menghentikan pengobatan sama sekali.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustianingrum, P., Chasanah, S., dan Sari, R. (2020) dengan judul "Pengaruh pemberian pisang ambon (*musa paradisiaca* Var. *Sapientum linnaeus*) terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi". menyatakan bahwa pada kelompok hipertensi *P-Value* (0,000) $<0,05$ maka H_0 ditolak yang artinya ada perbedaan tekanan darah sistolik *pre test dan post test* sehingga ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Perumahan Villa Balaraja.

Hasil penelitian ini dibuktikan dengan *Paired Sample t-Test* dengan hasil didapatkan *P Value*=0,000 ($P<0,05$), sehingga H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh pemberian pisang ambon (*Musa Acuminata cavendish. S*) terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu mengenai pengaruh pemberian pisang ambon (*musa acuminata cavendish. S*) terhadap tekanan darah penderita hipertensi, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar responden memiliki tekanan darah pada kategori Grade II pada saat pengukuran sebelum diberikan pisang ambon di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu.

2. Sebagian besar responden mengalami penurunan tekanan darah setelah pemberian pisang ambon di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu.
3. Ada pengaruh pemberian pisang ambon (*musa acuminata cavendish. S*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Pakava Kecamatan Pasangkayu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih bagi semua pihak yang sudah berkontribusi pada studi ini, besar harapan pada studi penelitian ini guna bisa bermanfaat bagi masyarakat serta peneliti selanjutnya

DAFTAR PUSTAKA

- Agustianingrum, P., Cholifah, S., Chasanah, S., Sari, R. P., dan Yatsi, S., 2020. Pengaruh Pemberian Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca* Var. *Sapientum* Linnaeus) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan* 9 (2), 63–72. Dinas Kesehatan Kabupaten Pasangkayu. 2021. *Angka Kejadian Hipertensi Di Kabupaten Pasangkayu*. 24 Januari 2024. Pasangkayu.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat. 2023. *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Hutagalung, R., 2019. *Perbudakan Modern Anak Buah Kapal Ikan (ABKI) Asal Indonesia, Cetakan Pertama*. LKPS, Depok.
- Luthbis, A. A., dan Ratnasari, F. 2020. Pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah.
- Riu, S. D. 2023. Pengaruh Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Perawatan Penyakit Dalam Rumah Sakit Robert Wolter Mongisidi Kota Manado. *Klabat Journal Of Nursing*, 5 (2), 49.
- Sugiarsih, U., & Solihah, E. (2021). Mengendalikan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi dengan Konsumsi Pisang. Penerbit NEM.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F. J., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A. J., Schlaich, M. P., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, Hypertensionaha.
- Verma, N., Rastogi, S., Chia, Y. C., Siddique, S., Turana, Y., Cheng, H. min, Sogunuru, G. P., Tay, J. C., Teo, B. W., Wang, T. D., Tsoi, K. K. F., dan Kario, K. 2021. Non-pharmacological management of hypertension. *Journal of clinical Hypertension*, 23 (7)
- World Health Organization, (WHO). 2021. *Hypertension*.