

SKRIPSI

**EFETIFITAS PEMBERIAN JUS PEPAYA DENGAN JUS SEMANGKA
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA MELATI KARANGASEM**

Di Susun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Dalam Program Studi Keperawatan
Universitas Sahid Surakarta



Disusun Oleh :

Heljemi Ningsih
2017121004

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA
2021**

**SURAT PERNYATAAN
ORISINILITAS KARYA ILMIAH**

Saya mahasiswa Program Studi : Keperawatan, Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta, yang bertanda tangan di bawah ini.

Nama : Heljemi Ningsih

NIM : 2017121004

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir/Skripsi dengan judul **“EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS PEPAYA DENGAN SEMANGKA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA MELATI KARANGASEM”** adalah benar-benar karya saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin/atau meniru tulisan/ karya orang lain seolah-olah hal pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima saksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, Juli 2021
Yang Menyatakan

Heljemi Ningsih
NIM : 2017121004

**SURAT PERNYATAAN
ORISINILITAS KARYA ILMIAH**

Saya mahasiswa Program Studi : Keperawatan, Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta, yang bertanda tangan di bawah ini.

Nama : Heljemi Ningsih

NIM : 2017121004

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir/Skripsi dengan judul **“EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS PEPAYA DENGAN SEMANGKA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA MELATI KARANGASEM”** adalah benar-benar karya saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin/atau meniru tulisan/ karya orang lain seolah-olah hal pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima saksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, Juli 2021

Yang Menyatakan



Heljemi Ningsih

NIM : 2017121004

LEMBAR PERSETUJUAN
EFEKTIVITAS PEMBERIAN JUS PEPAYA DENGAN JUS SEMANGKA
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI
DI POSYANDU LANSIA MELATI KARANGASEM

Di Susun Oleh :

Heljemi Ningsih

2017121004

Tugas Akhir ini telah diterima dan disahkan oleh dosen penguji Tugas Akhir

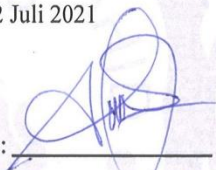

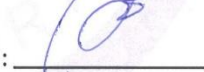
Program Studi Keperawatan

Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan

Universitas Sahid Surakarta

Pada : Senin, 12 Juli 2021

Dewan Penguji :

1. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., M.KM : 
2. Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep : 
3. Indriyanti, S.Kep., Ns., M.Psi : 

Mengetahui,

Ketua

Program Studi Keperawatan



Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., M.KM
NIDN : 0608088804

LEMBAR PENGESAHAN
EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS PEPAYA DENGAN JUS SEMANGKA
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI
DI POSYANDU LANSIA MELATI KARANGASEM

Di Susun Oleh :

Heljemi Ningsih

2017121004

Tugas Akhir ini telah diterima dan disahkan oleh dosen penguji Tugas Akhir
Program Studi Keperawatan
Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta

Pada : Senin, 12 Juli 2021

Dewan Penguji :

1. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., M.KM : _____
2. Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep : _____
3. Indriyanti, S.Kep., Ns., M.Psi : _____

Mengetahui,

Ketua

Program Studi Keperawatan

Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., M.KM
NIDN : 0608088804

Dekan

Fakultas Sains, Teknologi Dan Kesehatan

Firdhaus Hari Saputro Al Haris, S.T., M.Eng
NIDN : 0614068201

**FAKULTAS
SAINS, TEKNOLOGI DAN
KESEHATAN**

MOTTO

Akrodhene jayet krodham asadhun sadhuna jayet ,jayet kadaryam danena jayet sathyena canrtam. (Udyogaparwa 38. 73-74)

“Taklukkanlah kemarahan orang lain tanpa kemarahan, taklukanlah penjahat dengan kebaikan, taklukkanlah orang yang kikir dengan sifat saling memberi, taklukkan lah kebohongan dengan kebenaran”.

Hidup ini seperti sepeda, agar tetap seimbang kau harus tetap bergerak.

“hiduplah dengan seimbang, jangan hanya berdiam diri tanpa melakukan apapun yang bermanfaat. Saat kamu memiliki harapan hidup yang tinggi, maka jangan hanya berharap dan berdiam diri saja, segera lakukan gerakan yang akan membantu mengubah hidupmu”.

PERSEMBAHAN

Om Swastiastu, Puji Syukur Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan karunia dan hidayahNya, serta kemudahan hingga karya sederhana ini dapat diselesaikan. Akan saya persembahkan karya sederhana ini kepada :

1. Bapakku Haris dan ibuku Paris yang telah meberikan Supportnya, Do'a serta kasih sayang yang tiada terhingga. Hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata persembahan semoga ini langkah awal untuk membuat bapak dan ibu bahagia. Saya tau banyak yang telah bapak dan ibu korbakan demi memenuhi kebutuhanku selama di Tanah Rantau ini. Saya hanya bisa mengucapkan terima kasih kepada bapak dan ibu, hanya Ida Syang Widhi Wasa yang mampu membalas kemuliaan hati bapak dan ibu.
2. Bapak Fajar Alam Putra, S.kep.,Ns.,MKM dan Bapak Widiyono, S.Kep.,Ns.,M.kep yang tiada bosan dan lelahnya dalam membimbing dan mengarahkan serta memberi ilmu pengalaman yang luar biasa sehingga saya dapat menyelesaikan karya sederhana ini.
3. Teman-teman seperjuangan dan seluruh teman di Universitas Sahid Surakarta serta teman-temanku yang tak mungkin penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas dukungan serta bantuannya selama ini.
4. Kepada keluarga besarku yang selalu memberi semangat serta Do'a dan dukungan selama proses pengerjaan Proposal Skripsi ini sampai selesai.

PRAKATA

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan dan hidayah-Nya sehingga Skripsi dengan judul “EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS PEPAYA DENGAN SEMANGKA TERHADAPPENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA METATI KARANGASEM”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu sya

rat untuk memperoleh kelulusan Sarjana Keperawatan Universitas Sahid Surakarta. Banyak kendala yang dihadapi dalam penyusunan Skripsi ini, namun berkat bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, akhirnya semua kendala dan hambatan dapat terselesaikan. Untuk ini tidak lupa saya ucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Mohammad Harisudin, M.si., selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk studi Universitas Sahid Surakarta
2. Sri Huning anwarriningsih, ST.,M.Kom., selaku Wakil Rektor II Bidang Akademik, Kemahasiswaan, Alumni dan Kerjasama yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta.
3. Ir. Dahlan Susilo, M.Kom., Wakil Rektor III Bidang Sumberdaya, Keuangan dan Pengerbangan yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta
4. Firdaus Hari Saputro Al Haris, S.T.,M.Eng., Dekan Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta yang telah berkontribusi dalam memberikan izin untuk melakukan penelitian.
5. Fajar Alam Putra, S.kep.,Ns.,MKM., Selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta, selaku Pembimbing Akademik dan Pembimbing I yang membimbing dalam perkuliahan selama ini.

6. Widiyono, S.Kep.,Ns.,M.kep., Selaku Pembimbing II yang dalam kesibukannya telah memberikan kritik dan saran dengan sabar demi kesempurnaan Skripsi ini
7. Indriyanti,S.Kep.,Ns.,M.Psi Selaku Penguji tamu yang dalam kesibukannya telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan Skripsi ini
8. Para Dosen, Staf dan Karyawan di Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan Program studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
9. Seluruh responden yang bersedia menjadi responden penelitian ini, terimakasih atas bantuan dan atensinya.
10. Bapak dan Ibu yang telah meberikan doa, motivasi dan dukungan baik Moril maupunSpriritual selama ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan dorongan kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu hingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.

Penulis menyadari masih ada kekurangan dalam penyusunan Skripsi ini. Oleh karena itu, saran dan kritik membangun selalu penulis harapkan dari pembaca, dan semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada khhususnya dunia kesehatan.

Surakarta,..... 2021

Heljemi Ningsih

NIM : 2017121004

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadiran Tuhan atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi yang berjudul ; **“EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS PEPAYA DENGAN JUS SEMANGKA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA MELATI KARANGASEM”** ini dengan sebaik-baiknya. Penulis mengucapkan syukur kepada Ida Sang Hyang Widi Wasa atas limpahan sehatnya-Nya, baik itu berupa fisik maupun akal pikiran, sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan pembuatan Proposal Skripsi sebagai memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Penulis tentu menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak terdapat kekurangan didalamnya. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik serta saran dari pembaca untuk Proposal skripsi ini, supaya Proposal skripsi ini nantinya dapat menjadi Proposal Skripsi yang lebih baik lagi. Demikian dan apabila terdapat banyak kesalahan pada Proposal Skripsi Ini penulis memohon maaf sebesar-besarnya.

Demikian, semoga Proposal Skripsi ini dapat bermanfaat.

Terima kasih.

Surakarta,..... 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS KARYA ILMIAH	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
PRAKATA	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
HALAMAN INTISARI	xiv
HALAMAN ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Manfaat Penelitian	7
D. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
A. Landasan Teori	14
1. Tekanan Darah	14
2. Hipertensi	19
3. Terapi Farmakologi	35
4. Jenis-jenis Obat Hipertensi	35

5. Terapi Non Farmakologi	38
6. Terapi Hipertensi Dengan Herbal	40
7. Jus Pepaya	42
8. Jus Semangka	44
9. Lansia	48
B. Kerangka Teori	55
C. Kerangka Konsep	56
D. Hipotesis	56
BAB III METODE PENELITIAN	58
A. Desain Penelitian	58
B. Tempat dan Waktu Penelitian	59
C. Populasi, Teknik Sampling, Sampel	59
D. Variabel Penelitian	62
E. Definisi Operasional	63
F. Instrumen Penelitian	64
G. Pengolahan Data dan Analisis data	65
H. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	69
I. Jalannya Penelitian	69
J. Etika Penelitian	73
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	74
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	74
B. Hasil Penelitian	75
C. Pembahasan	86
D. Keterbatasan Penelitian	97
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	98
A. Kesimpulan	98
B. Saran	99
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 2.1 Klarifikasi Tekanan Darah	16
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi	25
Tabel 2.3 Pengelompokan resiko dan terapi non farmakologi.....	40
Tabel 2.4 Komposisi Buah Semangka	46
Tabel 2.5 Kerangka Teori	55
Tabel 3.1 Kerangka Pemikiran	58
Tabel 3.2 Definisi Operasional	63
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden menurut jenis kelamin pada pasien hipertensi di posyandu lansia melati karangasem	75
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi karakteristik responden menurut umur pada pasien hipertensi di posyandu lansia melati karangasem	76
Tabel 4.3 Distribusi deskriptif tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi sebelum dan sesudah pemberian jus pepaya	77
Tabel 4.4 Distribusi deskriptif tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi sebelum dan sesudah pemberian jus semangka	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Hipertensi	33
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3 Lembar Hasil Pengukuran Hipertensi

Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur Terapi Herbal Jus Pepaya

Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur Terapi Herbal Jus Semangka

Lampiran 6 Cheklist Kepatuhan Minum Jus Pepaya

Lampiran 7 Cheklist Kepatuhan Minum Jus Semangka

Lampiran 8 Lembar Screening Responden Penelitian

Lampiran 9 Dokumen Penelitian

Lampiran 10 Hasil uji SPSS

Lampiran 11 Lembar Pengukuran Tekanan Darah Pemberian Jus Pepaya

Lampiran 12 Lembar Pengukuran Tekanan Darah Pemberian Jus Semangka

Lampiran 13 Surat Studi Pendahuluan Dari Kampus

Lampiran 14 Bukti Studi Pendahuluan Dari Tempat Penelitian

Lampiran 15 Sertifikat Kalibrasi

Lampiran 16 Jadwal Penelitian