

**EFEKTIFITAS JUS BELIMBING (*AVERHOACARAMBOLA LINN*) DAN JUS
SEMANGKA (*CITRULLUS LANATUS*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DI DUSUN JIREKAN DESA BALUNGTAWUN
KECAMATAN SUKODADI KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI



OLEH:

LUKVIAN LINGGA ANGGARA
NIM: 14.02.01.1412

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2018**

**EFEKTIFITAS JUS BELIMBING (*AVERHOACARAMBOLA LINN*) DAN JUS
SEMANGKA (*CITRULLUS LANATUS*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADALANSIA DI DUSUN JIREKAN DESA BALUNGTAWUN
KECAMATAN SUKODADI KABUPATENLAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan**

**LUKVIAN LINGGA ANGGARA
NIM: 14.02.01.1412**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN**

2018

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : LUKVIAN LINGGA ANGGARA
NIM : 14.02.01.1412
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 05 JULI 1994
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMUKESEHATAN
(STIKES)
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul : “Efektifitas Jus Belimbing (*Averhoacarambola Linn*) Dan Jus Semangka (*Citrullus Lanatus*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan.” adalah bukan skripsiorang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.



LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : LUKVIAN LINGGA ANGGARA
NIM : 14.02.01.1412
Judul : EFEKTIFITAS JUS BELIMBING
(*AVERHOACARAMBOLA LINN*) DAN JUS
SEMANGKA (*CITRULLUS LANATUS*) TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI
DUSUN JIREKAN DESA BALUNGTAWUN
KECAMATAN SUKODADI KABUPATEN
LAMONGAN.


Telah disetujui untuk diujikan dihadapkan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal: 30 April 2018

Mengetahui :

Pembimbing I


Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes
NIK. 1978 08 21 2005 09 1 013

Pembimbing II


Dian Nurafifah, S.SiT., M.Kes
NIK. 1985 08 14 2007 026

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi
Di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 30 April 2018

PANITIA PENGUJI

Tanda tangan

Ketua : H. Alifin, SKM., M.Kes

Anggota : 1. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes

2. Dian Nurafifah, S.SiT., M.Kes

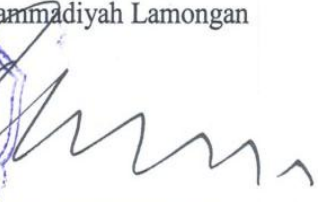


Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan




Dr. H. Budi Utomo, Amd. Kep, M.Kes
NBM. 936.665

CURICULUM VITAE

Nama : LUKVIAN LINGGA ANGGARA

Tempat Tgl. Lahir : LAMONGAN, 05 JULI 1994

Alamat Rumah : Dsn. Jirekan Ds. Balungtawun Kec. Sukodadi Kab.
Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat Pendidikan :

1. TK Balungtawun Lulus Tahun 2000
2. SDN Balungtawun Lulus Tahun 2006
3. SMP Negeri 1 Sukodadi Lulus Tahun 2009
4. SMA Pancamarga 1 Lamongan Lulus Tahun 2012
5. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan pada tahun 2014 sampai 2018

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Sesungguhnya bersama kesukaran itu ada keringanan. Karena itu bila kau sudah selesai (mengerjakan yang lain). Dan berharaplah kepada Tuhanmu. (Q.S Al Insyirah : 6-8)

KUPERSEMBAHKAN SKRIPSI INI UNTUK:

1. Ibu dan om saya, yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada kata seindah lantunan do'a dan tiada do'a yang paling khusuk selain do'a yang terucap dari orang tua. Ucapan terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan orang tua, karena itu terimalah persembaha bakti dan cinta ku untuk kalian bapak ibuku.
2. Bapak dan Ibu Dosen pembimbing, penguji dan pengajar, yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik. Terimakasih banyak Bapak dan Ibu dosen, jasa kalian akan selalu terpatri di hati.

ABSTRAK

Lukvian, Lingga Anggara, 2018. **Efektifitas Jus Belimbing (*Averhoacarambola Linn*) Dan Jus Semangka (*Citrullus Lanatus*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan**. Skripsi S1 Keperawatan. Pembimbing: (1) Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes. (2) Dian Nurafifah, S.SiT., M.Kes

Lanjut usia merupakan suatu proses terjadinya kemunduran sel-sel karena proses penuaan yang berakibat berakibat pada kelemahan organ, kemunduran fisik, timbulnya berbagai macam penyakit degeneratif. Hal ini akan menimbulkan berbagai macam masalah kesehatan, sosial, ekonomi, psikologis. Tujuan penelitian ini untuk Untuk mengetahui adanya perbedaan efektifitas jus belimbing (*Averhoacarambola Linn*) dan jus semangka (*Citrullus Lanatus*) terhadap penurunantekanan darah pada lansia di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan.

Desain penelitian menggunakan metode *Quasi eksperimen* dengan rancangan *static group comparism*. Populasi Seluruh lansia penderita hipertensi di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan 30 orang dengan teknik *total sampling*. Instrument penelitian ini adalah lembar observasi dan SOP, pengumpulan data kemudian dilakukan *editing, coding, tabulating, scoring*, dan dianalisis menggunakan uji *paired t-test* dan *Mann Whitney* dengan taraf signifikan $\alpha=0.05$.

Hasil uji *paired t-test* menunjukkan tekanan darah pada kelompok eksperimen pemberian jus belimbing dan pada kelompok eksperimen pemberian jus semangka didapatkan nilai p value 0,009 dan 0,019 dengan nilai signifikansi $p<0,05$. Nilai p value 0,009 dan 0,019 lebih kecil dari 0,05 (0,009 dan 0,019 < 0,05) maka H_1 diterima sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh yang antara pemberian jus semangka dan jus belimbing terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan

Dapat disimpulkan bahwa jus belimbing dan jus semangka sama-sama efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

Kata Kunci: Jus Belimbing, Jus Semangka, Hipertensi pada Lansia.

ABSTRACT

Lukvian, Lingga Anggara, 2018. **Effectivity Of Star Fruit Juice Of *Averhoacarambola Linn*) And Watermelon Juice (Ciburullus Lanatus) To The Decrease Of Blood Pressure In Elderly In Jirekan Village Balungtawun Village Sukodadi Subdistrict Of Lamongan Regency.** Thesis of Nursing. Conselor: (1) Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes. (2) Dian Nurafifah, S.SiT., M.Kes

Elderly is a process of decline of cells due to pro-aging process which resulted in organ weakness, physical decline affect of various degenerative diseases this will cause various health problems. social. economy. psychological. The purpose of this research is to know the difference of effectivity of star fruit juice of *Averhoacarambola Linn*) and watermelon juice (Ciburullus Lanatus) to the decrease of blood pressure in elderly in Jirekan Village Balungtawun Village Sukodadi Subdistrict of Lamongan Regency.

Design research use Quasi eksperimen method with group comparism. Population whole elderly penenta hypertension in Dusun Jurekan Balungtawun Village Sukodadi District Lamongan regency 30 people with total sampling technique. this research is SOP observation sheet, data collection then editing, coding, tabulating, scoring, and analyzed using paired t-test and Mann Whitney with significant level 0.05

The result of paired t-test shows blood pressure in expansion group of star fruit juice and on experimental group of watermelon juice obtained p value 0,009 and 0,019 with value significant $p < 0,05$. P value 0,009 and 0.019 smaller than 0.05 (0.009 and 0.019 0.05) then H_0 is accepted so it is concluded that there is influence between giving watermelon juice and star fruit juice to Blood Pressure Lowering in Elderly in Jirekan Balungtawun Village Sukodadi District Lamongan Regency.

It can be concluded that starfruit juice and watermelon juice are equally effective for lowering blood pressure in patients with hypertension.

Keywords: Star fruit juice, watermelon juice, hypertension in the elderly

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan SkripsiSkripsi yang berjudul “Efektifitas Jus Belimbing (*Averhoacarambola Linn*) dan Jus Semangka (*Citrullus Lanatus*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Dusun Jirekan Desa Balungawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan.” sesuai waktu yang ditentukan.

SkripsiSkripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatan di Sekolah Tinggi ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak / Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep. M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S.Kep.,Ns. M.Kes selaku Kaprodi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan dan selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.
3. Dian Nurafifah, S.SiT, M.Kes. selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.

4. Kepada Ibu Kepala Desa Balungawun Ibu Mucholifah yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk melakukan penelitian.
5. Ibu Hartiningsih tercinta yang telah memberikan dukungan baik berupa material maupun spiritual selama menempuh pendidikan di Stikes Muhammadiyah Lamongan.
6. Saudara saya yang telah memberi dukungan moril dan material demi terselesaikannya Skripsi ini.
7. Teman-temanku semuanya yang senantiasa memberiku semangat dan do'a selama penyusunan Skripsi ini.
8. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaikannya Skripsi ini.
9. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan Skripsi ini.

Semoga Allah SWT, memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang di berikan. Penulis menyadari Skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun semangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga Skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, April 2018

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>CURICULUM VITAE</i>	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Dasar Buah Belimbing.....	9
2.2 Konsep Dasar Buah Semangka.....	12
2.3 Konsep Dasar Hipertensi	15
2.4 Konsep Dasar Lansia	38
2.5 Kerangka Konsep	42
2.6 Hipotesis	44
BAB 3 METODE PENELITIAN	46
3.1 Desain Penelitian	46
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	47
3.3 Kerangka Kerja	47
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	49
3.5 Populasi, Sampel dan Sampling Desain.....	51
3.6 Pengumpulan Data dan Analisa Data	52
3.7 Etika Penelitian	56

BAB 4 HASIL PENELITIAN	58
4.1 Hasil Penelitian	58
4.2 Pembahasan.....	66
BAB 5 PENUTUP	79
5.1 Kesimpulan	79
5.2 Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN-LAMPIRAN	83

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kandungan Buah Belimbing	10
Tabel 2.2 Kandungan Buah Semangka	12
Tabel.2.3 Klasifikasi tekanandarah menurut JNC7 (<i>Joint National Committee</i>)	16
Tabel.2.4 Hipertensi menurut umur	16
Tabel 3.1 Disain Penelitian Efektifitas Jus Belimbing (<i>Averhoacarambola Linn</i>) Dan Jus Semangka (<i>CitrullusLanatus</i>) Terhadap PenurunanTekanan Darah Pada Lansia di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan.	46
Tabel 3.2 Definisi operasional Efektifitas Jus Blimbing (<i>Averhoacarambola Linn</i>) Dan Jus Semangka (<i>CitrullusLanatus</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan.	50
Tabel 4.1 Karakteristik Jenis Kelamin Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018.....	59
Tabel 4.2 Karakteristik Umur Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018.....	59
Tabel 4.3 Karakteristik Pendidikan Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018.....	60

Tabel 4.4	Karakteristik Pekerjaan Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018.....	60
Tabel 4.5	Karakteristik Tekanan Darah Sebelum diberikan Jus Belimbing (<i>Averhoacarambila linn</i>).Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018.....	61
Tabel 4.6	Karakteristik Tekanan Darah Sesudah diberikan Jus Belimbing (<i>Averhoacarambila linn</i>).Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018.....	61
Tabel 4.7	Karakteristik Tekanan Darah pre dan post diberikan Jus Belimbing (<i>Averhoacarambila linn</i>).Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018	62
Tabel 4.8	Karakteristik Tekanan Darah Sebelum diberikan Jus Semangka (<i>Citrullus Lanatus</i>).Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018.....	63
Tabel 4.9	Karakteristik Tekanan Darah Sesudah diberikan Jus Semangka (<i>Citrullus Lanatus</i>).Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018.....	63
Tabel 4.10	Karakteristik Tekanan Darah pre dan postdiberikan Jus semangka (<i>Citrullus Lanatus</i>). Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan Tahun 2018	64
Tabel 4.11	Tabel Efektifitas Jus Belimbing (<i>Averhoacarambola Linn</i>) Dan Jus Semangka (<i>Citrullus Lanatus</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan	65

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Efektifitas Jus Belimbing (<i>Averhoacarambol Linn</i>) Dan Jus Semangka (<i>CitrullusLanatus</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan.....	43
Gambar 3.1 Kerangka kerja Efektifitas Jus Belimbing (<i>Averhoacarambola Linn</i>) Dan Jus Semangka (<i>CitrullusLanatus</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Dusun Jirekan Desa Balungtawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Jadwal Penyusunan	83
Lampiran 2	: Surat Survei Awal dari STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	84
Lampiran 3	: Surat Balasan Survei Awal dari Kepala Desa Balungtawun	85
Lampiran 4	: Surat Penelitian dari STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	86
Lampiran 5	: Surat Balasan KESBANGPOL	87
Lampiran 6	: Surat Balasan Dari Kecamatan Sukodadi.....	89
Lampiran 7	: Surat Balasan Dari Desa Balungtawun	90
Lampiran 8	: Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	91
Lampiran 9	: Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	92
Lampiran 10	: Lembar SOP	93
Lampiran 11	: Lembar Observasi.....	95
Lampiran 12	: Tabulasi Data.....	97
Lampiran 13	: Hasil SPSS.....	99
Lampiran 14	: Lembar Konsultasi	103