

SKRIPSI

**PENGARUH AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Di Desa Sragi Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo



Oleh:

RAMADHANI INDRA PUSPITASARI

NIM. 17631632

PRODI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2021

SKRIPSI

**PENGARUH AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Di Desa Sragi Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo

SKRIPSI

Untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh:

RAMADHANI INDRA PUSPITASARI

NIM. 17631632

PRODI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2021

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi Manapun.

Ponorogo, 1 Agustus 2021

Yang Menyatakan



Nama : Ramadhani Indra Puspitasari

NIM : 17631632

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Ramadhani Indra Puspitasari

Skripsi Ini Telah Disetujui Pada Tanggal 09 Agustus 2021

Oleh:

Pembimbing I



Siti Munawaroh, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 0717107001

Pembimbing II



Lina Ema Purwanti, S.Kep.Ns., M.Kep.,
NIDN. 0730017702

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes.
NIDN. 07-1512-7903






Dipindai dengan CamScanner

PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Skripsi di Program
Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Ponorogo Pada tanggal 12 Agustus 2021

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep.Ns.,M.Kes., ()
Anggota : 1. Ririn Nasriati, S.Kep.Ns.,M.Kep., ()
2. Siti Munawaroh, S.Kep.Ns., M.Kep., ()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistvo Andarmoyo, S.Kep.Ns.M.Kes
NIDN/ 07-1512-7903

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT saya panjatkan atas segala rahmat dan hidayah-Nya. Sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”. Shalawat serta salam tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW sebagai suritauladan bai yang membawa umatnya menuju jaman yang penuh dengan kebaikan ini.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam menyusun skripsi penelitian ini tidak akan terlaksana tanpa dukungan dari semua pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, dan motivasi. Bersamaan dengan ini perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
2. Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns.M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan ijin dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
3. Saiful Nurhidayat, S.Kep.Ns.M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan arahan dan kemudahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Siti Munawaroh, S.Kep.Ns.M.Kep selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan masukan yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.

5. Lina Ema Purwanti, S.Kep.Ns.M.Kep selaku Pembimbing II yang juga telah membantu banyak memberikan kritik dan saran serta masukan dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.
6. Orangtua tercinta Bapak Amir dan Ibu Sundari yang telah memberikan dukungan dan memberikan doa sepanjang harinya sehingga terselesaikan skripsi ini.
7. Teman-temanku dan sahabat-sahabatku yang tercinta, yang selalu ada, yang mau direpotkan, dan yang telah memberikan motivasi semangat dalam penyusunan skripsi ini.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Ponorogo, 1 Agustus 2021

Penulis

Ramadhani Indra Puspitasari
NIM. 17631632

ABSTRAK

Pengaruh Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi

Oleh : **Ramadhani Indra Puspitasari**

Hipertensi atau disebut juga dengan *The Silent Killer* karena biasanya tidak menimbulkan gejala sampai pada tahap lanjut penyakit. Faktor yang menyebabkan hipertensi adalah keturunan, jenis kelamin, ras, usia, pola hidup, pola makan, pekerjaan, kadar kalium rendah. Salah satu pengobatan non farmakologi untuk hipertensi dengan mengkonsumsi air kelapa muda. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Sragi wilayah kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo.

Penelitian ini menggunakan desain *quasy experiment* dengan rancangan kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 30 responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 15 responden sebagai kelompok eksperimen dan 15 responden sebagai kelompok kontrol. Pengumpulan data dengan lembar observasi dan analisa data menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil uji Wilcoxon pada tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan nilai *p-value* sebesar $<0,05$. Mengonsumsi air kelapa muda sebanyak 250 ml 2 kali sehari pagi dan sore selama 7 hari dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi sehingga disimpulkan terdapat pengaruh air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Sragi wilayah kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo.

Kata kunci : Hipertensi, Air Kelapa Muda, Tekanan Darah

ABSTRACT

The Effect of Young Coconut Water on Lowering Blood Pressure in Hypertensive Patients

By: Ramadhani Indra Puspitasari

Hypertension or also called The Silent Killer because it usually does not cause symptoms until the advanced stage of the disease. Factors that cause hypertension are heredity, gender, race, age, lifestyle, diet, occupation, low potassium levels. One of the non-pharmacological treatments for hypertension is by consuming young coconut water. The purpose of this study was to determine the effect of young coconut water on reducing blood pressure in patients with hypertension in Sragi Village, the working area of Sukorejo Health Center, Ponorogo Regency.

This study used a quasi-experimental design with a control group design and an intervention group design. The sampling technique used was purposive sampling technique with a sample of 30 respondents who were divided into 2 groups, namely 15 respondents as the experimental group and 15 respondents as the control group. Data collection with observation sheets and data analysis using the Wilcoxon test.

Wilcoxon test results on systolic and diastolic blood pressure before and after treatment in the experimental group and control group obtained p-value <0.05. Consuming 250 ml of young coconut water 2 times a day in the morning and evening for 7 days can reduce blood pressure in people with hypertension.

Keywords : *Hypertension, Young Coconut Water, Blood Pressure*

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| SURAT PERNYATAAN..... | iii |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING | iv |
| HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| ABSTRAK..... | viii |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR TABEL..... | xiv |
| DAFTAR GAMBAR | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvi |
| DAFTAR SINGKATAN | xvii |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 5 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 5 |
| 1.4 Manfaat | 6 |
| 1.5 Keaslian Penelitian | 7 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA | 9 |
| 2.1 Konsep Tekanan Darah | 9 |
| 2.1.1 Pengertian | 9 |
| 2.1.2 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Tekanan Darah | 9 |
| 2.1.3 Klasifikasi Tekanan Darah | 9 |
| 2.2 Konsep Hipertensi | 10 |
| 2.2.1 Pengertian | 10 |
| 2.2.2 Klasifikasi Hipertensi | 10 |
| 2.2.3 Faktor Hipertensi | 11 |
| 2.3 Konsep Air Kelapa Muda | 13 |
| 2.3.1 Pengertian | 13 |
| 2.4 Kerangka Teori | 16 |
| BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS | 17 |
| 3.1 Kerangka Konsep | 17 |

| | |
|---|-----------|
| 3.2 Hipotesis | 18 |
| BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN | 19 |
| 4.1 Desain Penelitian | 19 |
| 4.2 Kerangka Operasional | 20 |
| 4.3 Populasi, Sampel, Sampling | 21 |
| 4.3.1 Populasi | 21 |
| 4.3.2 Sampel | 21 |
| 4.3.3 Sampling | 22 |
| 4.4 Variabel Penelitian | 22 |
| 4.5 Definisi Operasional | 23 |
| 4.6 Instrumen Penelitian | 25 |
| 4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian | 25 |
| 4.8 Prosedur Pengumpulan dan Analisa Data | 25 |
| 4.8.1 Prosedur Pengumpulan data | 25 |
| 4.8.2 Pengolahan Data | 26 |
| 4.8.3 Analisa Data | 27 |
| 4.9 Etika Penelitian | 29 |
| BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN..... | 30 |
| 5.1 Gambaran Lokasi Penelitian..... | 30 |
| 5.2 Keterbatasan Peneliti | 31 |
| 5.3 Hasil Penelitian..... | 31 |
| 5.3.1 Data Umum | 31 |
| 5.3.2 Data Khusus..... | 33 |
| 5.4 Pembahasan..... | 34 |
| 5.4.1 Mengidentifikasi Tekanan Darah Sebelum Diberikan Air Kelapa Muda Pada Pasien Hipertensi Di Desa Sragi Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo..... | 34 |
| 5.4.2 Mengidentifikasi Tekanan Darah Sesudah Diberikan Air Kelapa Muda Pada Pasien Hipertensi di Desa Sragi Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo..... | 37 |

| | |
|--|----|
| 5.4.3 Menganalisis Pengaruh Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Desa Sragi Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo | 40 |
| BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN..... | 43 |
| 6.1 Kesimpulan | 43 |
| 6.2 Saran | 44 |
| DAFTAR PUSTAKA | 45 |



DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan darah menurut <i>National Heart, Lung, and Blood Institute of Health, 2013</i> | 9 |
| Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi menurut JNC VIII (2013) | 10 |
| Tabel 4.1 Definisi Operasional penelitian Pengaruh Air Kelapa Muda terhadap Penurunan Tekana darah pada Pasien Hipertensi di Desa Sragi wilayah kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo..... | 24 |
| Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur di Desa Sragi wilayah kerja Puskesmas Sukorejo, Juli 2021 | 31 |
| Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di Desa Sragi wilayah kerja Puskesmas Sukorejo, Juli 2021 | 32 |
| Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan di Desa Sragi wilayah kerja Puskesmas Sukorejo, Juli 2021 | 33 |
| Tabel 5.4 Distribusi pengaruh air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Sragi wilayah kerja Puskesmas Sukorejo, Juli 2021 | 34 |



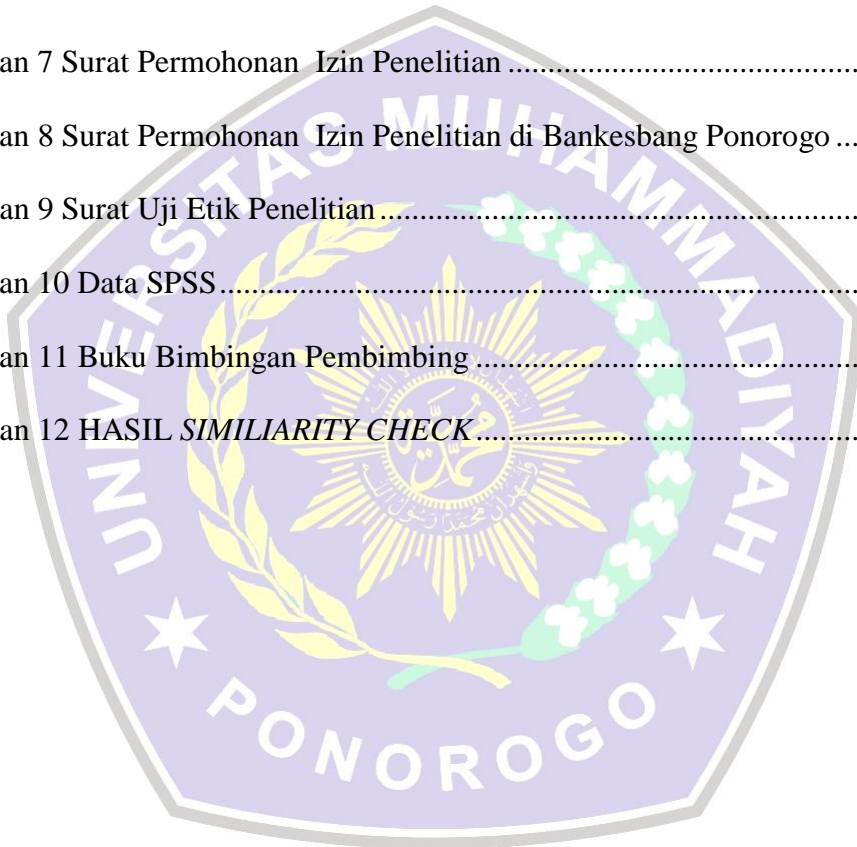
DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2.1 Kerangka teori Penelitian Pengaruh Air Kelapa Muda terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi 16
- Gambar 3.1 Kerangka konsep Penelitian Air Kelapa Muda terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi..... 17
- Gambar 4.1 Kerangka Operasional Penelitian Pengaruh Air Kelapa Muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Sragi wilayah kerja Puskesmas Sukorejoo kabupaten Ponorogo.....20



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|----|
| Lampiran 1 Tabulasi Data..... | 47 |
| Lampiran 2 Informed Consent | 49 |
| Lampiran 3 SOP Tekanan Darah | 50 |
| Lampiran 4 SOP Pemberian Air Kelapa Muda..... | 52 |
| Lampiran 5 Surat Permohonan Data Awal | 53 |
| Lampiran 6 Surat Permohonan data awal di Puskesmas..... | 54 |
| Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian | 55 |
| Lampiran 8 Surat Permohonan Izin Penelitian di Bankesbang Ponorogo | 56 |
| Lampiran 9 Surat Uji Etik Penelitian | 58 |
| Lampiran 10 Data SPSS..... | 59 |
| Lampiran 11 Buku Bimbingan Pembimbing | 62 |
| Lampiran 12 HASIL <i>SIMILIARITY CHECK</i> | 66 |



DAFTAR SINGKATAN

| | |
|---------------|--|
| WHO | : <i>World Health Organization</i> |
| RAA | : <i>Renin Angiotensin Aldosteron</i> |
| CES | : <i>Caira Ekstra Seluler</i> |
| JNC | : <i>The Joint National Community</i> |
| ACE-Inhibitor | : <i>Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor</i> |
| ARB | : <i>Angiotensin-II-Receptor Blocker</i> |
| PIH | : <i>Pregnancy-Incuded Hypertension</i> |
| SOP | : <i>Standar Operasional Prosedur</i> |
| SPSS | : <i>Statistical Product and Service Soluio</i> |

