

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN JUS PEPAYA TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DIPOSYANDU LANSIA DUSUN BERAN
KABUPATEN NGAWI**



**Oleh :
FENNY ANGGALIA FLORENTINA
NIM : 201902017**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2023**

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN JUS PEPAYA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DIPOSYANDU LANSIA DUSUN BERAN KABUPATEN NGAWI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)



Oleh :
FENNY ANGGALIA FLORENTINA
NIM : 201902017

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2023

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fenny Anggalia Florentina

NIM : 201902017

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar Sarjana di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun yang belum/tidak dipublikasikan, sebelumnya dijelaskan dalam tulisan daftar pustaka

Madiun, 24 Agustus 2023

Penulis,



Fenny Anggalia Florentina

NIM. 201902017

MOTTO

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah itu benar”
(QS. Ar-Rahman : 60)

“sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)”
(QS. Al-Insyirah : 6-7)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu”
(Umar bin Khattab)

“selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan.”
(Boy Chandra)

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh :
Nama : Fenny Anggalia Florentina
NIM : 201902017
Program Studi : Keperawatan
Judul : Pengaruh Pemberian Jus Pepaya Terhadap Perubahan Tekanan
Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dusun Beran Kabupaten
Ngawi

**Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal 16 Agustus 2023**

Menyetujui
Pembimbing I



Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0725108201

Menyetujui
Pembimbing II



Sagita Haryati, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 8880940017

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan



Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0701068901

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :
Nama : Fenny Anggalia Florentina
NIM : 201902017
Program Studi : Keperawatan
Judul : Pengaruh Pemberian Jus Pepaya Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dusun Beran Kabupaten Ngawi.

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal : 31 Agustus 2023

Ketua : Devita Anugrah A., S.Kep., Ns., M.Kep :
NIDN. 0704129702

Penguji I : Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes :
NIDN. 0725108201

Penguji II : Sagita Haryati, S.Kep., Ns., M.Kes :
NIDK. 8880940017

Mengesahkan,
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun



Zachal Abdur, S.Kep., Ns., M.Kes (Epid)
NIDN. 0217097601

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Fenny Anggalia Florentina
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat dan Tanggal Lahir : Surabaya, 18 Agustus 2002
Agama : Islam
Alamat : Griya Lawu Indah Gg 7 No. 3 Ds.Beran
Kab. Ngawi
Email : fennyanggalia18@gmail.com
Riwayat Pendidikan :

1. TK AT-Toyibah 2005 - 2007
2. SD Negeri Margomulyo 02 2007 - 2013
3. SMP Negeri 1 Ngawi 2013 - 2016
4. SMA Negeri 1 Kedunggalar Ngawi 2016 - 2019
5. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun 2019 - 2023

ABSTRAK

PENGARUH PEMEBERIAN JUS PEPAYA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA DUSUN BERAN KABUPATEN NGAWI

Fenny Anggalia Florentina

Tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen atau nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Tekanan darah tinggi jika tidak terkontrol berpotensi menimbulkan komplikasi yang berbahaya seperti pada jantung dan pembuluh darah yaitu arteriosklerosis, penyakit pada arteri koronaria, hipertrofi pada bilik kiri jantung, gagal jantung dan gagal ginjal. Alternatif untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan pemberian jus pepaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus pepaya terhadap perubahan tekanan darah pada lansia di posyandu lansia Dusun Beran Kabupaten Ngawi.

Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperimen (One Group Pre-Post Test Design)* Dalam pemilihan sampel menggunakan metode purposive sampling dan didapatkan sampel 32 responden

Hasil penelitian dengan uji parametrik *Wilcoxon sign rank* didapatkan nilai mean pre sistolik 172,50 dan pre diastolik 106,88 sedangkan mean post sistolik 154,38 dan post diastolik 92,81 dengan nilai $p\text{-Value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Analisa dari hasil penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian jus pepaya terhadap perubahan tekanan darah pada lansia. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian jus pepaya terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Untuk itu perlu adanya keberlanjutan penggunaan pepaya sebagai terapi herbal untuk lansia dalam mengontrol hipertensi.

Kata kunci : Jus Pepaya, Tekanan Darah

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF GIVING PAPAYA JUICE ON CHANGES IN BLOOD PRESSURE IN THE ELDERLY IN BERAN HILLAGE POSYANDU, NGAWI DISTRICT

Fenny Anggalia Florentina

High blood pressure (hypertension) is a disorder of the blood vessels which results in the supply of oxygen or nutrients carried by the blood being hampered from reaching the body tissues that need it. If uncontrolled, high blood pressure has the potential to cause dangerous complications in the heart and blood vessels, namely arteriosclerosis, coronary artery disease, hypertrophy of the left ventricle of the heart, heart failure and kidney failure. An alternative to lowering blood pressure is by giving papaya juice. This study aims to determine the effect of giving papaya juice on changes in blood pressure in the elderly at the elderly posyandu in Beran Hamlet, Ngawi Regency.

This research uses a Quasi Experimental method (One Group Pre-Post Test Design). In selecting samples using a purposive sampling method and a sample of 32 respondents was obtained.

The results of research using the parametric Wilcoxon sign rank test showed that the mean pre-systolic value was 172.50 and pre-diastolic 106.88, while the mean post-systolic was 154.38 and post-diastolic 92.81 with a $p\text{-value} = 0.000 < \alpha = 0.05$, so H_0 rejected and H_1 accepted.

Analysis of the results of this study shows that there is an effect of giving papaya juice on changes in blood pressure in the elderly. These results show that there is an effect of giving papaya juice on changes in blood pressure in elderly people with hypertension. For this reason, it is necessary to continue using papaya as a herbal therapy for the elderly to control hypertension.

Keywords : *Papaya Juice, Blood Pressure*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Jus Pepaya Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dusun Beran Kabupaten Ngawi”.

Adapun maksud penulis menyusun skripsi ini adalah sebagai persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Sarjana Keperawatan di Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.

Penulis sadar bahwa skripsi ini dapat terselesaikan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis dengan setulus hati mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Kepala Puskesmas Beran Dr. Siti Romlah yang telah memberikan izin untuk penelitian ini.
2. Zaenal Abidin, S.KM., M.Kes (Epid) selaku ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin untuk penelitain.
3. Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
4. Devita Anugrah A., S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan saran serta masukan dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing 1 dalam penyusunan skripsi ini dan yang telah merelakan waktunya dan sabar untuk membimbing penulis.
6. Sagita Haryati, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah merelakan waktunya dan sabar untuk membimbing penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan doa.
8. Keluarga tercinta yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

9. Teman-teman kelas 8A Keperawatan dan semua pihak yang banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu saran dan kritik yang membangun dari pembaca sangat kami harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Madiun, 28 Agustus 2023



Fenny Anggalia Florentina
NIM : 201902017

DAFTAR ISI

Sampul Depan	i
Sampul Dalam.....	ii
Halaman Pernyataan	iii
Motto.....	iv
Lembar Persetujuan	v
Lembar Pengesahan	vi
Daftar Riwayat Hidup	vii
Abstrak.....	viii
<i>Abstract</i>	ix
Kata Pengantar	x
Daftar Isi	xii
Daftar Tabel	xiv
Daftar Gambar	xv
Daftar Lampiran	xvi
Daftar Singkatan Dan Istilah	xvii
 BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoris	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Jus Pepaya	7
2.1.1 Definisi Pepaya	7
2.1.2 Kandungan Dan Khasiat Pepaya	7
2.1.3 Fungsi Pepaya Dalam Menurunkan Tekanan Darah	8
2.1.4 Cara Pembuatan Dan Pemberian Jus Pepaya	9
2.2 Konsep Hipertensi	9
2.2.1 Definisi Hipertensi	9
2.2.2 Klasifikasi Hipertensi	9
2.2.3 Faktor Resiko Hipertensi	10
2.2.4 Penatalaksanaan	12
2.2.5 Komplikasi	13
2.3 Konsep Dasar Lansia	14
2.3.1 Definisi Lansia	14
2.3.2 Klasifikasi Lansia	14
2.3.3 Perubahan yang Terjadi Pada Lansia	15
2.3.4 Konsep Dasar Posyandu Lansia	16
2.3.5 Tujuan Posyandu Lansia	17

2.3.6	Faktor Yang Mempengaruhi Kunjungan ke Posyandu Lansia	20
2.3.7	Kerangka Teori Pepaya	26
 BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESA PENELITIAN		
3.1	Kerangka Konseptual	27
3.2	Hipotesa Penelitian.....	28
 BAB 4 METODE PENELITIAN		
4.1	Desain Penelitian.....	29
4.2	Populasi dan Sampel	30
4.2.1	Populasi	30
4.2.2	Sampel	30
4.2.3	Kriteria Sampel	32
4.3	Teknik Sampling	32
4.4	Kerangka Kerja Penelitian.....	34
4.5	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	35
4.5.1	Identifikasi Variabel	35
4.5.2	Definisi Operasional Variabel	35
4.6	Instrumen Penelitian	36
4.7	Lokasi dan Waktu Penelitian	37
4.7.1.	Lokasi Penelitian	37
4.7.2.	Waktu Penelitian	37
4.8	Prosedur Pengumpulan Data	37
4.8.1	Pengumpulan Data.....	37
4.8.2	Pengolahan Data	39
4.9	Teknik Analisa Data	41
4.9.1	Analisa Univariat.....	41
4.9.2	Analisa Bivariat.....	41
4.10	Etika Penelitian	42
 BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
5.1	Gambaran dan Lokasi Penelitian.....	44
5.2	Karakteristik Responden	44
5.3	Hasil Penelitian.....	45
5.3.1	Data Umum	45
5.3.2	Data Khusus.....	47
5.4	Pembahasan	49
5.4.1	Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Sebelum Diberikan Jus Pepaya di Dusun Beran Kabupaten Ngawi	49
5.4.2	Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Sesudah Diberikan Jus Pepaya di Dusun Beran Kabupaten Ngawi	51
5.4.3	Menganalisa Pengaruh pemberian jus pepaya terhadap perubahan tekanan darah pada lansia di Dusun Beran Kabupaten Ngawi	54
5.5	Keterbatasan Penelitian	55

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan.....	56
6.2 Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	61

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kandungan Gizi Pepaya dalam 100 Gram.....	7
Tabel 2.2	Nilai Tekanan Darah untuk Usia Dewasa 18 Tahun dan Lansia ...	10
Tabel 4.1	Definisi Operasional Variabel	36
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada pada lansia di Dusun Beran Kabupaten Ngawi Bulan Juni 2023	45
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Lansia di Dusun Beran Kabupaten Ngawi Bulan Juni 2023	45
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Pada Lansia di di Dusun Beran Kabupaten Ngawi Bulan Juni 2023	46
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Pada Lansia di Dusun Beran Kabupaten Ngawi Bulan Juni 2023	46
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi Pada Lansia di Dusun Beran Kabupaten Ngawi Bulan Juni 2023	47
Tabel 5.6	Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum Diberikan Jus Pepaya.....	47
Tabel 5.7	Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sesudah Diberikan Jus Pepaya.....	47
Tabel 5.8	Tabulasi Silang Pengaruh pemberian jus pepaya terhadap perubahan tekanan darah pada lansia di Dusun Beran Kabupaten Ngawi	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Pepaya	26
Gambar 3.1	Kerangka Pengaruh Pemberian Jus Pepaya Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dusun Beran Kabupaten Ngawi	27
Gambar 4.1	Desain Penelitian Eksperimen dengan <i>one group pre-post test design</i>	29
Gambar 4.2	Kerangka Kerja Penelitian Tentang Pengaruh pemberian jus pepaya terhadap hipertensi pada lansia di Dusun Beran Kabupaten Ngawi	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Pengambilan Data Awal	61
Lampiran 2	Surat Keterangan Layak Etik	62
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian	63
Lampiran 4	Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	64
Lampiran 5	Lembar Permohonan Menjadi Responden	65
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Menjadi Responden	66
Lampiran 7	Data Demografi Responden Dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Dusun Beran Kabupaten Ngawi	67
Lampiran 8	SOP Pengukuran Tekanan Darah	68
Lampiran 9	SOP Tekanan Darah Drop/Hipotensi	70
Lampiran 10	SOP Terapi Jus Pepaya	72
Lampiran 11	Lembar Observasi Responden Pre Tes dan Post Test	74
Lampiran 12	Tabulasi Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia di Posyandu Lansia Dusun Beran Kabupaten Ngawi	76
Lampiran 13	Hasil Uji SPSS	78
Lampiran 14	Jadwal Kegiatan	83
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian.....	84
Lampiran 13	Lembar Konsultasi Bimbingan.....	85

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

ACE	: <i>Angiotensin Converting Enzyme</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
KMS	: Kartu Menuju Sehat
LSM	: Lembaga Swadaya Masyarakat
RAS	: <i>Renin-Angiotensin System</i>
TDS	: Tekanan Darah Sistolik
TDD	: Tekanan Darah Diastolik
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR ISTILAH

<i>Coding</i>	: Pengkodean
<i>Cleaning</i>	: Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidak lengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau korelasi.
<i>Data Entry</i>	: Memasukkan Data
<i>Elderly</i>	: Lanjut usia
<i>Editing</i>	: Penyuntingan Data
<i>Endothelial</i>	: Meningkatkan produksi
<i>Nitric Oxid</i>	
<i>Informed Consent</i>	: Lembar Persetujuan
<i>Middle Age</i>	: Usia pertengahan
<i>Old</i>	: Lanjut usia tua
<i>Purposive Sampling</i>	: Suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampe di antara populasi sesuai yang dikehendaki peneliti.
<i>Pre test</i>	: Sebelum dilakukan tes
<i>Post rest</i>	: Sesudah dilakukan tes
<i>Software</i>	: Pengolahan Data
<i>Tabulating</i>	: Tabulasi
<i>Very Old</i>	: Usia sangat tua