

**PENGARUH MENGKONSUMSI JUS PISANG AMBON TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SAMUDERA ACEH UTARA TAHUN 2022**

Skripsi

Disusun Oleh :

MAIDA YUNITA
1812210015



**UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA (UBBG)
FAKULTAS SAINS TEKNOLOGI DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
BANDA ACEH T.A 2021/2022**

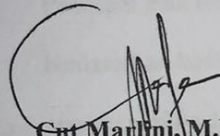
LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH MENGONSUMSI JUS PISANG AMBON TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SAMUDERA ACEH UTARA TAHUN 2022**

Skripsi Ini Telah Selesai Disetujui, Untuk Di Pertahankan Di Hadapan Tim
Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Sains Teknologi Dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

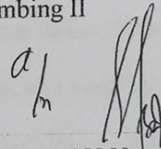
Banda Aceh, 14 September 2022
Menyetujui

Pembimbing I



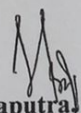
Cut Marlina, M.Pd
NIDN : 1327088024

Pembimbing II



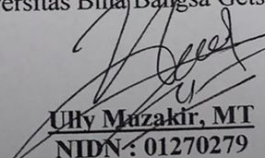
Ns. Herlina AN Nasution, S.Kep., M.KM
NIDN : 1321118701

Menyetujui,
Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan



Mahruri Saputra, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 1309028203

Mengetahui,
Dekan Fakultas Sains, Teknologi Dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Uhy Mazakir, MT
NIDN : 01270279

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penulisan.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Kajian Teori	8
2.2 Kerangka Teori	33
2.3 Kerangka Konsep	34
2.4 Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	35
3.3 Populasi dan Sampel	35
3.4 Variabel Penelitian	37
3.5 Defenisi Operasional	38
3.6 Instrumen Penelitian	39
3.7 Validitas dan Reliabelitas	40
3.8 Prosudur Pengumpulan Data	41
3.9 Pengelolahan Data dan Analisa Data	43
3.10 Etika Penelitian	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
4.1 Hasil Penelitian	47

4.2 Pembahasan	51
4.3 Keterbatasan Penelitian	57

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	58
51. Kesimpulan	58
52. Saran	58

DAFTAR PUSTAKA
DAFTAR LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia atau yang sering disebut lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan. Masalah tersebut semakin bertambah ketika seseorang bertambah dalam usianya. Pertambahan usia yang dialami lansia mengakibatkan semua sistem dan fungsi mengalami penurunan. Salah satu fungsi yang mengalami penurunan adalah fungsi fisiologis. Penurunan fungsi tersebut memunculkan penyakit tidak menular dan menular. Penyakit tidak menular yang dialami oleh lansia beberapa diantaranya adalah hipertensi, artritis, stroke, dan diabetes mellitus (Sari, Margiyati dan Rahmanti, 2020).

Tekanan darah tinggi merupakan suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Secara umum, hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, di mana tekanan yang abnormal tinggi di dalam arteri menyebabkan meningkatnya terhadap stroke, aneurisma, gagal jantung serangan jantung, dan kerusakan jantung (Mustofa, dkk, 2021)

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5

Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes, 2019).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan laporan Riskesdas pada bulan Maret 2018 menyatakan bahwa hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, dengan provinsi tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (0,7%).

Berdasarkan Profil Kesehatan tahun (2019), jumlah penderita hipertensi di Aceh yang mendapat pelayanan kesehatan sesuai standar sebanyak 283,910 atau 25%. Terdapat 4 kabupaten/kota yang cakupannya mencapai 100%, yaitu Simeulue, Aceh Jaya, Aceh Barat Daya dan Kota Banda Aceh sedangkan jumlah penderita hipertensi di Aceh Utara sebanyak 102,023 orang. Berdasarkan data dari puskesmas Samudera Kabupaten Aceh Utara tahun 2022 jumlah penderita hipertensi sebanyak 193 kasus

Komplikasi akibat hipertensi yang diderita seperti, gagal jantung, infark miokard, angina pectoris, stroke dan Cerebral Vascular Accident (CVA). Adapun upaya pencegahan serta penanganan awal hipertensi masih belum diketahui oleh masyarakat tersebut. Tindakan pencegahan berupa promotif dan preventif saat ini menjadi prioritas. Adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai penyakit hipertensi diharapkan dapat menurunkan angka morbiditas dan mortalitas penyakit hipertensi. Dengan

tetap menjaga pola makan, berolahraga dan melakukan pemeriksaan Kesehatan secara rutin (Suswitha, Rury, Arindari, 2021)

Pengobatan hipertensi selain menggunakan obat-obatan kimiawi, dapat juga menggunakan pengobatan herbal. Saat ini, pengobatan herbal lebih diminati oleh masyarakat karena praktis, mudah didapat serta efek sampingnya yang sedikit. Salah satu pengobatan herbal untuk hipertensi yaitu dengan mengkonsumsi buah-buahan yang mengandung kalium tinggi seperti pisang. Pisang merupakan buah yang tinggi kalium yang dapat berfungsi untuk vasodilatasi, mengatur denyut jantung serta mengatur keseimbangan cairan dalam tubuh sehingga dapat membantu menurunkan tekanan darah (Tina, Ulfianti & Yunawati, 2018)

Buah pisang terutama pisang ambon hampir tidak mengandung natrium, tetapi banyak mengandung kalium serta B6, C, dan E. Vitamin E dan kalium berkhasiat menurunkan tekanan darah dan menjaga kecantikan. Selain itu, kandungan kalium dalam buah ini berfungsi untuk menyeimbangkan kadar air dalam tubuh, menurunkan tekanan darah dan membantu membawa oksigen ke otak. Hemiselulosa pada pisang membantu proses pembuangan lemak dalam darah. Pisang ambon juga banyak mengandung serat, sehingga kalium, magnesium dan kalsium yang terkandung dalam pisang ambon dapat di serap baik sehingga mampu menurunkan tekanan darah (Silalahi & Harahap, 2018).

Penelitian ini di dukung oleh penelitian Sutria dan Insani (2017) menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah penderita hipertensi sebelum

diberikan terapi buah pisang ambon adalah 139/89 mmHg, sedangkan setelah pemberian buah pisang ambon 3 buah ukuran sedang selama 5 hari rata-rata tekanan darah terjadi penurunan menjadi 120/77 mmHg. Pada hasil uji wilcoxon signed ranks test didapatkan nilai signifikansi untuk tekanan darah sistolik adalah p-value 0,018 dan diastolic p-value 0,004, dengan demikian maka disimpulkan bahwa buah pisang ambon terbukti berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Alini (2015) menunjukkan bahwa konsumsi buah pisang ambon (3 buah ukuran sedang $\pm$ 420 gr) perhari selama 7 hari mampu menurunkan tekanan darah sistolik 14 mmHg dan diastolic 10 mmHg. Pada hasil uji T-test dependent terbukti buah pisang ambon efektif menurunkan tekanan darah lansia penderita hipertensi, dengan p-value 0,000 ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 08 maret 2022 yang dilakukan di puskesmas Samudrah Kabupaten Aceh Utara dari hasil wawancara dengan 10 responden (100%), 5 responden (50%) mengatakan bahwa selalu mengkonsumsi obat-obatan untuk menurunkan tekanan darahnya, 3 responden (30%) mengatakan yang mengkonsumsi obat-obatan dan mengkonsumsi minuman untuk menurunkan tekanan darahnya, dan 2 responden (20%) mengatakan bahwa mengkonsumsi obat-obatan dan selalu menjaga pola makannya agar tekanan darahnya tidak meningkat.

Berdarkan latar belakang diatas penulis tertarik meneliti pengaruh mengkonsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah pada lansia penderita

hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Samudera Kabupaten Aceh Utara, karena penulis ingin melihat pengaruh mengkonsumsi jus pisang ambon terhadap tekanan darah.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah “bagaimanakah pengaruh mengkonsumsi jus pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Samudera Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022”?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Pengaruh mengkonsumsi jus pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Samudera Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi tekanan darah sebelum diberikan jus pisang ambon di Wilayah Kerja Puskesmas Samudera Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022
- b. Untuk mengidentifikasi tekanan darah sesudah diberikan jus pisang ambon di Wilayah Kerja Puskesmas Samudera Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

- c. Untuk mengidentifikasi perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan jus pisang ambon di Wilayah Kerja Puskesmas Samudera Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai masukan atau penambahan wawasan yang nantinya dapat dipraktikan sendiri oleh perawat mengenai Pengaruh mengkonsumsi jus pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

2. Bagi Institusi Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena

Agar dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan informasi tambahan khususnya bagi mahasiswa Universitas Bina Bangsa Getsempena tentang Pengaruh mengkonsumsi jus pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

3. Bagi Responden

Dapat menambah pengetahuan bagi responden tentang Pengaruh mengkonsumsi jus pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

4. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian mengenai Pengaruh mengkonsumsi jus pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi dan bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian tentang Pengaruh mengkonsumsi jus pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, yang nantinya penelitian ini dapat lebih dikembangkan lagi.