

**PENGARUH PEMBERIAN LABU SIAM DAN MENTIMUM
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
PUSKESMAS CIMANGGU KABUPATEN
PANDEGLANG BANTEN**

SKRIPSI



**Oleh:
SRI PERTIWI PUJI LESTARI
214201446157**

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
JAKARTA
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN LABU SIAM DAN MENTIMUM
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
PUSKESMAS CIMANGGU KABUPATEN
PANDEGLANG BANTEN**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh:

**SRI PERTIWI PUJI LESTARI
214201446157**

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
JAKARTA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Labu Siam dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten

Nama Mahasiswa : Sri Pertiwi Puji Lestari

NPM : 214201446157



LEMBAR PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Labu Siam Dan Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Diwilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang BANTEN

Nama Mahasiswa : Sri Pertiwi Puji Lestari

NIM : 21420144617

Menyetujui,

Penguji 1 : **Ns. Dayan Hisni, S. Kep, MNS**

Penguji 2 : **Ns. Milla Evelianti Saputri, S. Kep, M.KM**

Penguji 3 : **Dr. Retno widowati, M. Si**



(*[Signature]*)

(*[Signature]*)

(*[Signature]*)

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH PEMBERIAN LABU SIAM DAN MENTIMUN
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
PUSKESMAS CIMANGGU KABUPATEN
PANDEGLANG BANTEN**

Oleh:

SRI PERTIWI PUJI LESTARI
214201446157

Telah dipertahankan di hadapan Penguji Skripsi
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal Januari 2023

Pembimbing I

Pembimbing II


Ns Milla Evelianti Saputri, M.KM


Dr. Retno Widowati, M.Si

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan




(Dr. Retno Widowati, M.Si)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Sri Pertiwi Puji Lestari
NMP : 214201446157
Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Labu Siam dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, Januari 2023

(Sri Pertiwi Puji Lestari)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim.

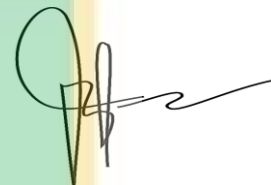
Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah Swt. atas ridanya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Adapun judul skripsi yang saya ajukan adalah “Pengaruh Pemberian Labu Siam dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten”

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan mata kuliah Skripsi di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Nasional Jakarta. Tidak dapat disangkal bahwa butuh usaha yang keras dalam penyelesaian pengerjaan skripsi ini. Namun, karya ini tidak akan selesai tanpa orang-orang tercinta di sekeliling saya yang mendukung dan membantu. Terima kasih saya sampaikan kepada:

1. Ibu Dr. Retno Widowati, M.Si selaku Dekan Universitas Nasional sekaligus sebagai Dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan dan berbagai pengalaman kepada penulis.
2. Ibu Ns Milla Evelianti Saputri, M.KM selaku Dosen pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dan berbagai pengalaman kepada penulis
3. Segenap Dosen Fakultas Universitas Nasional yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah dan seluruh staf yang selalu sabar melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.
4. Keluarga dan semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapat berkah dari Allah Swt. dan akhirnya saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan ilmu yang saya miliki. Untuk itu saya dengan kerendahan hati mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dari semua pihak demi membangun laporan penelitian ini.

Jakarta, Januari 2023



Sri Pertiwi Puji Lestari



ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN LABU SIAM DAN MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS CIMANGGU KABUPATEN PANDEGLANG BANTEN

Sri Pertiwi Puji Lestari, Milla Evelianti Saputri, Retno Widowati

Latar Belakang: Hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, Kabupaten Pandeglang merupakan kabupatèn dengan presentasi hipertensi tertinggi dengan jumlah 622.060 kasus. Kejadian hipertensi di Puskesmas Cimanggu setiap tahunnya mengalami peningkatan. Salah satu cara diet yang baik dengan mengurangi asupan garam dan memperbanyak asupan kalium. Pemberian jus labu siam dan jus mentimun memiliki kalium yang tinggi yang dapat menurunkan tekanan darah.

Tujuan: untuk mengetahui perbandingan pemberian labu siam dan mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang.

Metodologi: *quasy experimental design* dengan rancangan *pretest-posttest with control group design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 56 dengan masing-masing kelompok sebanyak 28 responden dengan teknik *purposive sampling*, analisa data menggunakan menggunakan *paired sample t-test* dan *T-Test Independent* yang sebelumnya dilakukan uji normalitas dan homogenitas.

Hasil Penelitian: selisih nilai rata-rata tekanan darah pemberian labu siam pada sistole 26,43 mmHg dan diastole 27,79 mmHg, selisih nilai rata-rata tekanan darah pemberian mentimun pada sistole 15,96 mmHg dan diastole 16,47 mmHg. Pemberian labu siam lebih efektifitas terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dibandingkan mentimun dengan nilai p value posttest sistole 0,007 dan diastole 0,000.

Simpulan dan Saran: Pemberian labu siam lebih efektifitas terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dibandingkan mentimun. Diharapkan penderita hipertensi selain dengan menggunakan obat-obatan dari dokter bisa juga dengan menggunakan jus labu siam atau jus mentimun.

Kata kunci : Pemberian Labu Siam, Mentimun, Penurunan Tekanan Darah.

Kepustakaan: 53 (2016-2022)

Abstract

THE EFFECT OF CHAYOTE AND CUCUMBER ON DECREASING OF BLOOD PRESSURE IN PATIENT WITH HYPERTENSION IN CIMANGGU PUBLIC HEALTH CENTER PANDEGLANG DISTRICT BANTEN

Sri Pertiwi Puji Lestari, Milla Evelianti Saputri, Retno Widowati

Background: Hypertension continues to increase every year, Pandeglang Regency is the regency with the highest presentation of hypertension with a total of 622,060 cases. The incidence of hypertension in Cimanggu Health Center has increased every year. One good diet is to reduce salt intake and increase potassium intake. Giving chayote juice and cucumber juice has high potassium which can reduce blood pressure.

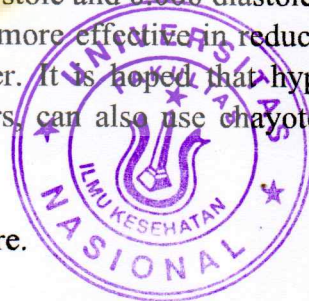
Aim: To examine the effect of chayote and cucumber on decreasing of blood pressure in patient with hypertension in Cimanggu Public Health Center Pandeglang District Banten.

Methodology: A quasy experimental design with pretest-posttest design with control group design. The sample in this study amounted to 56 with each group of 28 respondents with purposive sampling technique, data analysis using paired sample t-test and Independent T-Test which previously tested normality and homogeneity.

Results: The difference in the mean value of blood pressure giving chayote at systole 26.43 mmHg and diastole 27.79 mmHg, the difference in the mean value of blood pressure giving cucumber at systole 15.96 mmHg and diastole 16.47 mmHg. Giving chayote is more effective in reducing blood pressure in hypertensive patients than cucumber with a posttest p value of 0.007 systole and 0.000 diastole.

Conclusion and suggestion: Giving chayote is more effective in reducing blood pressure in hypertensive patients than cucumber. It is hoped that hypertensive patients, in addition to using drugs from doctors, can also use chayote juice or cucumber juice..

Keywords : chayote, cucumber, blood pressure.



DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
<i>Abstract</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kajian Teori.....	9
2.1.1 Hipertensi.....	9
2.1.2 Labu Siam	21
2.1.3 Mentimun.....	28
2.2 Kerangka Teori.....	37
2.3 Kerangka Konsep	37
2.4 Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	39
3.1 Desain Penelitian.....	39
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	40

3.2.1	Populasi Penelitian.....	40
3.2.2	Sampel Penelitian	40
3.3	Lokasi Penelitian	42
3.4	Waktu Penelitian	42
3.5	Variabel Penelitian	42
3.4.1	Variabel Bebas (Independen).....	42
3.4.2	Variabel Terikat (Dependen)	43
3.6	Definisi Operasional Penelitian.....	43
3.7	Instrumen Penelitian.....	44
3.8	Prosedur Pengumpulan Data	45
3.9	Analisis Data	49
3.9.1	Analisis Univariat.....	49
3.9.2	Analisis Bivariat	50
3.10	Etika Penelitian	53
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	63
4.1	Hasil Penelitian	63
4.1.1	Hasil Analisis Univariat.....	63
4.1.2	Hasil Uji Normalitas dan Uji Homogenitas.....	65
4.1.3	Hasil Uji Hipotesis.....	67
4.2	Pembahasan.....	70
4.2.1	Analisis Univariat	70
4.2.2	Analisis Bivariat	75
4.3	Keterbatasan Peneltian	82
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	83
5.1	Kesimpulan.....	83
5.2	Saran.....	84
	DAFTAR PUSTAKA	86

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi	15
Tabel 2.2	Kandungan Gizi Buah Labu Siam.....	22
Tabel 2.3	Kandungan Gizi Buah Mentimun	31
Tabel 3.1	Definisi Operasional Penelitian.....	43
Tabel 4.1	Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Pemberian Labu Siam di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten.....	63
Tabel 4.2	Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Pemberian Mentimun di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten.....	64
Tabel 4.3	Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i>	66
Tabel 4.4	Hasil Uji Homogenitas	67
Tabel 4.5	Pengaruh Pemberian Labu Siam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten.....	67
Tabel 4.5	Pengaruh Pemberian Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten.....	68
Tabel 4.6	Pengaruh Pemberian Labu Siam dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten	69

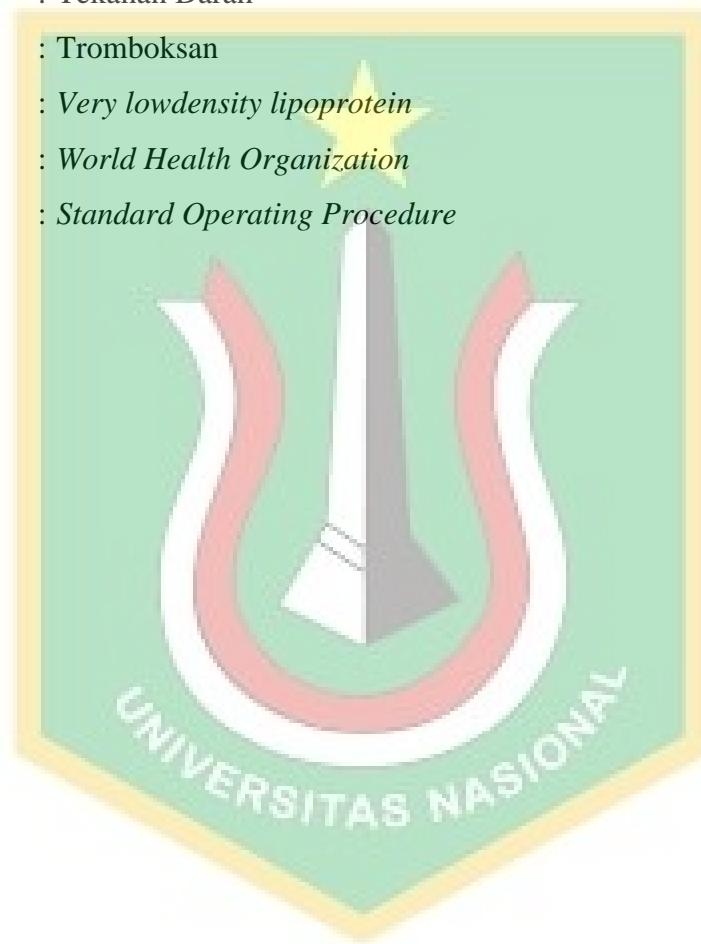
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Labu Siam	21
Gambar 2.2 Mentimun	29
Gambar 2.3 Kerangka Teori.....	37
Gambar 2.4 Kerangka Konsep	37



DAFTAR SINGKATAN

ACE	: <i>Angiotensin Converting Enzym</i>
LDL	: <i>Low density lipoprotein</i>
NK	: <i>Natural killer cell</i>
NOS	: <i>Nitrit Oxide Synthase</i>
PGE2	: <i>Prostasiklin E</i>
TD	: <i>Tekanan Darah</i>
TXA2	: <i>Tromboksen</i>
VLDL	: <i>Very lowdensity lipoprotein</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SOP	: <i>Standard Operating Procedure</i>



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Lembar Konsultasi / Bimbingan Skripsi	91
Lampiran 2.	Surat Izin Penelitian	93
Lampiran 3.	Surat Balasan Penelitian.....	94
Lampiran 4.	Surat Permohonan menjadi Responden	95
Lampiran 5.	Surat Pernyataan Bersedia menjadi Responden.....	96
Lampiran 6.	SOP Pemberian Jus Labu Siam Pada Penderita Hipertensi	97
Lampiran 7.	Lembar Observasi	100
Lampiran 8.	Master Tabel.....	104
Lampiran 9.	Hasil Analisis	106
Lampiran 10.	Dokumentasi Penelitian	112
Lampiran 11.	Biodata Penulis.....	119



PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Sri Pertiwi Puji Lestari
NMP : 214201446157
Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Labu Siam dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, Januari 2023

(Sri Pertiwi Puji Lestari)