

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2021**



Oleh:

PUTU PEBY DEWA YANTHI
NIM.P07120217030

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
DI UPTD PUSKESMAS 1 DENPASAR SELATAN
TAHUN 2021**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

PUTU PEBY DEWA YANTHI

NIM. P07120217030

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

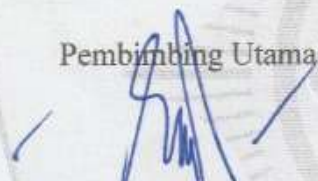
LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI UPTD PUSKESMAS 1 DENPASAR SELATAN TAHUN 2021

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama


V.M. Endang S.P. Rahayu, SKp., M.Pd
NIP. 195812191985032005

Pembimbing Pendamping


I Made Mertha, SKp., M.Kep
NIP. 196910151993031015

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar



✚ Ners. I Made Sukarja, S. Kep., M.Kep
NIP. 196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

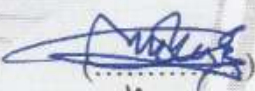
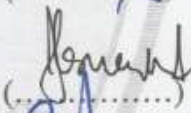
PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI UPTD PUSKESMAS 1 DENPASAR SELATAN TAHUN 2021

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI:

PADA HARI: SENIN

TANGGAL : 24 MEI 2021

TIM PENGUJI :

1. Ns. Ni Made Wedri, A.Per.Pen., S.Kep., M.Kes (Ketua) 
NIP. 19610624 1987032002
2. I Ketut Suardana, S.Kp., M.Kes (Anggota) 
NIP. 196509131989031002
3. V.M. Endang S.P. Rahayu, SKp., M.Pd (Anggota) 
NIP. 195812191985032005

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar



Ners. I Made Sukarja, S. Kep., M.Kep
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Putu Peby Dewa Yanthi

NIM : P07120217030

Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2021

Alamat : Dusun Seming Desa Ped, Nusa Penida, Klungkung

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2021

Yang membuat pernyataan



Putu Peby Dewa Yanthi

NIM. P07120217030

**THE EFFECT OF YOUNG COCONUT WATER ON BLOOD PRESSURE
IN HYPERTENSION PATIENTS AT UPTD
PUSKESMAS 1 SOUTH DENPASAR IN 2021**

ABSTRACT

Hypertension is often called the “silent killer”. Hypertension is a condition when blood pressure in blood vessels continues to increase chronically where systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. Hypertension can be controlled with non pharmacological treatment, one of them is young coconut water, because the content of potassium contained in young coconut water is very useful to reduce systolic and diastolic blood pressure. This study aims to determine the effect of giving young coconut water against blood pressure in hypertension patients at UPTD Puskesmas 1 South Denpasar 2021. The type of this research was pre-experimental design with one group pretest-post test design using non probability sampling with purposive sampling. The number of samples were 11 people. The study was conducted on April 2021. The result showed the mean systolic blood pressure and diastole before treatment 149,45/95,73 mmHg and after treatment 140,73/89,45 mmHg. Hypothesis testing used paired t-test with a value of systole and diastole $p=0,000 < 0,05$. It can be concluded that there is the effect of giving young coconut water on blood pressure in hypertension patients at UPTD Puskesmas 1 South Denpasar.

Keywords: *young coconut water, blood pressure, hypertension*

**PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2021**

ABSTRAK

Hipertensi sering disebut juga “*silent killer*”. Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan di pembuluh darah terus-menerus mengalami peningkatan secara kronis dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Penyakit hipertensi dapat dikendalikan dengan pengobatan non farmakologis salah satunya air kelapa muda, karena kandungan kalium yang terdapat dalam air kelapa muda sangat bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-post test design* menggunakan *non probability sampling* dengan *purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 11 orang. Penelitian dilakukan pada bulan April 2021. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sistole dan diastole sebelum perlakuan 149,45/95,73 mmHg dan setelah perlakuan 140,73/89,45 mmHg. Uji hipotesis menggunakan uji *paired t-test* dengan nilai sistole dan diastole $p=0,000 < 0,05$. Kesimpulan penelitian ini terdapat pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan.

Kata kunci : air kelapa muda, tekanan darah, hipertensi

RINGKASAN PENELITIAN

Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021

Oleh : Putu Peby Dewa Yanthi

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah terus-menerus mengalami peningkatan secara kronis. Semakin tinggi tekanan, semakin sulit jantung memompa (Kemenkes.RI, 2014). Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu fungsi organ-organ lain, terutama organ-organ vital (Kemenkes RI, 2013). Berdasarkan data dari *WHO* tahun 2014, didapatkan yaitu jumlah penduduk dunia yang mengidap hipertensi sekitar 24,0% untuk pria dan sekitar 20,5% untuk wanita, diperkirakan jumlahnya akan semakin meningkat pada tahun 2025 dengan jumlah 29,2%. Peningkatan tekanan darah ini diperkirakan telah menyebabkan kematian sebanyak 9,4 juta setiap tahunnya di seluruh dunia (Kemenkes RI, 2012).

Menurut *WHO* tahun 2014 banyak faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan prevalensi hipertensi seperti makan makanan yang mengandung banyak garam dan lemak, kurangnya konsumsi sayur dan buah, obesitas, penggunaan alkohol berlebihan, aktivitas yang kurang, stress, dan akses yang kurang memadai ke pelayanan kesehatan. Banyak pasien hipertensi dengan tekanan darah tidak terkontrol dan jumlahnya terus meningkat. Oleh karena itu diperlukan penanganan yang memadai khususnya oleh diri sendiri untuk mengontrol dan menstabilkan tekanan darah.

Tujuan pengobatan hipertensi adalah untuk mencegah morbiditas dan mortalitas akibat tekanan darah tinggi serta sangatlah penting karena dapat mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh seperti jantung, otak dan ginjal. Pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan cara pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Salah satu bentuk pengobatan non-farmakologi dalam mengatasi hipertensi dengan pengobatan herbal yaitu dengan minum air

kelapa muda.

WHO merekomendasikan peningkatan konsumsi kalium untuk menurunkan tekanan darah yaitu minimal 90 mmol/hari (3510 mg/hari) untuk dewasa (conditional recommendation). Namun, sebagian besar populasi di seluruh dunia mengkonsumsi kurang dari tingkat kalium yang direkomendasikan. Data dari *Joint World Health Organization/Food and Agriculture Organization of the United Nations (WHO/FAO) Expert Consultation* menunjukkan bahwa populasi konsumsi kalium rata-rata di banyak negara tercatat di bawah 70-80mmol/ hari (WHO, 2012).

Air kelapa muda mengandung sejumlah mineral yaitu fosfor, nitrogen, kalium, magnesium, klorin, sulfur dan besi dengan kandungan terbanyak ialah mineral kalium. Kandungan didalam air kelapa muda yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah ialah kalium dan magnesium. Kalium inilah yang bekerja dengan cara menjaga keseimbangan tekanan darah. Kalium (potasium) merupakan ion utama didalam cairan intraseluler. Mengkonsumsi kalium akan meningkatkan konsentrasinya di intraseluler, sehingga cenderung menarik cairan dari bagian ekstraseluler dan menurunkan tekanan darah. Mineral magnesium juga bermanfaat melancarkan aliran darah dan menenangkan saraf (Andika¹ et al., 2018).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-post test design* menggunakan *non probability sampling* dengan *purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 11 orang. Penelitian dilakukan tanggal 20 April sampai 29 April 2021. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur tekanan darah sebelum perlakuan dengan sphigmomanometer.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan responden hipertensi paling banyak adalah usia 60 tahun (45,5%). Berdasarkan jenis kelamin didapatkan besar responden berjenis kelamin laki-laki (54,5%) dan berdasarkan pekerjaan didapatkan bahwa sebagian besar responden pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga (45,5%). Rata-rata tekanan darah sistole dan diastole responden sebelum pemberian air kelapa

muda sebesar 149,45 mmHg dan 95,73 mmHg. Rata-rata tekanan darah sistole dan diastole responden setelah pemberian air kelapa muda sebesar 140,73 mmHg dan 89,45 mmHg.

Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan peneliti kepada 11 responden didapatkan rata-rata selisih tekanan darah sistole baik sebelum dan setelah perlakuan adalah sebesar 53,727 mmHg dengan standar deviasi 7,837. Sedangkan rata-rata selisih tekanan darah diastole baik sebelum dan setelah perlakuan adalah sebesar 51,273 mmHg dengan standar deviasi 4,585. Hasil uji statistik parametrik analisis *paired t-test* pada sistole dan diastole diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000. Karena nilai $p < \alpha$ (0,05), maka H_0 gagal diterima. Hal ini berarti terdapat pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. Dengan memberikan air kelapa muda secara rutin dan teratur dapat menurunkan tekanan darah baik tekanan darah sistole maupun tekanan darah diastole. Berdasarkan hal tersebut, diharapkan mengkonsumsi air kelapa muda dapat diterapkan dalam terapi non farmakologi untuk mengontrol tekanan darah sistole dan diastole pada pasien hipertensi. Mengkonsumsi air kelapa muda dilakukan secara rutin dan teratur agar mendapatkan hasil yang maksimal dalam mengontrol tekanan darah sistole dan diastole.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas berkat asung kerta wara nugraha-nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan”** tepat waktu.

Dalam penulisan proposal ini, penulis menerima banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan optimal. Untuk itu melalui kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, S.P, MPH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja, S. Kep., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu N.L.K.Sulisna dewi, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.An selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu V.M. Endang S.P. Rahayu, S.Kp., M.Pd selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak I Made Mertha, SKp., M.Kep selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu pembimbing mata ajar keperawatan Riset yang telah memberikan ilmu yang dapat digunakan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada seluruh keluarga besar terutama orang tua yang telah memberikan dorongan moral maupun material dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Mahasiswa angkatan V Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Denpasar yang banyak memberikan masukan dan dorongan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini.

Denpasar, Mei 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
ABSTRAK	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
1. Tujuan umum	7
2. Tujuan khusus	8
D. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat teoritis	8
2. Manfaat praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Konsep Hipertensi	10
1. Definisi hipertensi	10
2. Klasifikasi hipertensi	11
3. Etiologi hipertensi	12
4. Patofisiologi hipertensi	12
5. Manifestasi klinis hipertensi	14
6. Penatalaksanaan hipertensi	15
7. Komplikasi hipertensi	17
B. Konsep Tekanan Darah	18

1. Pengertian tekanan darah.....	18
2. Klasifikasi tekanan darah.....	18
3. Faktor yang mempengaruhi tekanan darah	19
4. Alat ukur tekanan darah.....	20
5. Tekanan darah pada pasien hipertensi	21
C. Konsep Air Kelapa Muda	22
3. Pengertian air kelapa muda	22
4. Komposisi air kelapa.....	23
5. Manfaat air kelapa muda	24
4. Prosedur pemberian air kelapa muda pada pasien hipertensi.....	25
5. Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap tekanan darah	25
BAB III KERANGKA KONSEP	28
A. Kerangka Konsep Penelitian	28
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	29
1. Variabel penelitian	29
2. Definisi operasional variabel.....	29
C. Hipotesis	30
BAB IV METODE PENELITIAN	43
A. Jenis Penelitian	43
B. Alur Penelitian	44
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	45
D. Populasi dan Sampel	45
1. Populasi penelitian	45
2. Sampel penelitian.	45
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	47
1. Jenis data yang dikumpulkan	47
2. Teknik pengumpulan data	47
3. Instrument pengumpulan data	49
F. Pengolahan dan Analisis Data	49
1. Teknik pengolahan data.....	49
2. Teknik analisis data.....	51
G. Etika Penelitian	53
1. <i>Autonomy</i> / menghormati harkat dan martabat manusia.....	53
2. <i>Confidentiality</i> / kerahasiaan	53
3. <i>Justice</i> / keadilan	53
4. <i>Beneficience and non maleficience</i>	54

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Hasil Penelitian	55
1. Gambaran umum lokasi penelitian	55
2. Karakteristik subyek penelitian	56
3. Hasil pengukuran terhadap subyek penelitian dengan variabel penelitian	58
B. Pembahasan Hasil Penelitian	61
1. Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan pekerjaan	61
2. Tekanan darah sebelum diberikan air kelapa muda	64
3. Tekanan darah setelah diberikan air kelapa muda	66
4. Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan	68
C. Kelemahan Penelitian	71
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	60
A. Simpulan	60
B. Saran	61
1. Bagi perawat di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan	61
2. Bagi peneliti selanjutnya	61
DAFTAR PUSTAKA	62

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2	Klasifikasi Tekanan Darah	19
Tabel 3	Definisi Operasional Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021	30
Tabel 4	Karakteristik Responden berdasarkan Usia di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021	56
Tabel 5	Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021	57
Tabel 6	Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021	57
Tabel 7	Nilai Pre Test Tekanan Darah Sebelum Perlakuan pada pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021	58
Tabel 8	Nilai Post Test Tekanan Darah Setelah Perlakuan pada pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021	59
Tabel 9	Perbedaan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2021	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi.....	28
Gambar 2 Rancangan Penelitian Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan tahun 2021	43
Gambar 3 Bagan Alur Penelitian Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan tahun 2021	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan Penelitian
Lampiran 2	Realisasi Anggaran Biaya Penelitian
Lampiran 3	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Responden
Lampiran 5	Lembar Pengumpulan Data
Lampiran 6	Standar Prosedur Operasional Mengukur Tekanan Darah
Lampiran 7	Prosedur Pemberian Air Kelapa Muda
Lampiran 8	Master Tabel
Lampiran 9	Hasil Uji Statistik Data