

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH BIT (BETA VULGARIS L)
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI BANJAR PANDE MENGWI**



KETUT RAHAYU

PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN

BINA USADA BALI

2024

**PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH BIT (BETA VULGARIS L)
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI BANJAR PANDE MENGWI**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Bina Usada Bali**

**Diajukan Oleh
KETUT RAHAYU
C1120049**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH BIT (BETA VULGARIS L)
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI BANJAR PANDE MENGWI**

Diajukan Oleh
KETUT RAHAYU
C1120049

Mangupura, 30 July 2024


Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



(Ns. Komang Yogi Triana.M.Kep..Sp.Kep.An)
NIDN: 0825118901

Pembimbing II



(Ns. Ni Made Iwi Ayu Martini. S.Kep..M.Kes)
NIDN: 0801038802

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



(Ns. I Putu Artha Wijaya. S.Kep..M.Kep)
NIDN: 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DIDEPAN DEWA
PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal: 09 Agustus 2024

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



(Ns. I Made Artana, S.ST., S.Kep., M.Kes)

NIDN: 8916610021

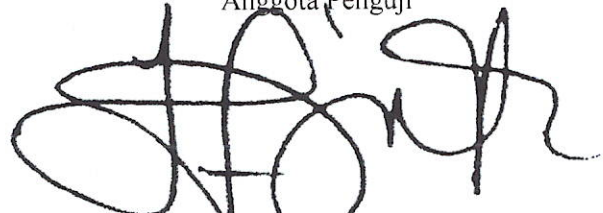
Sekretaris Penguji



(Ns. Komang Yogi Triana, M.Kep., Sp.Kep.An)

NIDN: 0825118901

Anggota Penguji



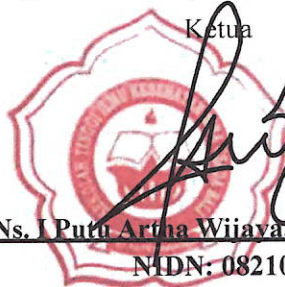
(Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep., M.Kes)

NIDN: 0801038802

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua

(Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep)

NIDN: 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**
Skripsi, Juli 2024

Ketut Rahayu

Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit (*Beta Vulgaris L*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Banjar Pande Mengwi

Xiii + 70 halaman + 10 tabel + 2 skema + 12 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi adalah salah satu penyakit yang paling sering diderita oleh lansia karena faktor usia. Salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah menggunakan terapi non farmakologis adalah mengkonsumsi jus buah bit. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian jus buah bit (*Beta vulgaris L*) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Banjar Pande Mengwi.

Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimental dengan desain *one group pre-test post-test with control grup* dengan sampel 30 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi tekanan darah, tensimeter manual, stetoskop merk *One Med* dan SOP pemberian jus buah bit. Data diuji menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test* dan *Mann Whitney U Test* ($p\text{-value} \leq 0,05$).

Hasil uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* menunjukkan perubahan signifikan pada tekanan darah sistolik $p\text{-value} 0,001 < 0,05$ dan diastolik $p\text{-value} 0,004 < 0,05$ di kelompok perlakuan, tetapi tidak signifikan di kelompok kontrol dengan tekanan darah sistolik $p\text{-value} 0,055 > 0,05$ dan diastolik $p\text{-value} 0,222 > 0,05$. Uji statistik *Mann Whitney U Test* mengonfirmasi adanya perbedaan signifikan penurunan tekanan darah antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan $p\text{-value} 0,030 < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa pemberian jus buah bit memiliki pengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Banjar Pande Mengwi. Diharapkan masyarakat khususnya lansia penderita hipertensi dapat menerapkan konsumsi jus buah bit dalam usaha menurunkan tekanan darah tinggi.

Kata Kunci: Hipertensi, Jus Buah Bit, Lansia.

Daftar Pustaka: 54 (2014-2023)

HEALTH INSTITUTION

BINA USADA BALI BACHELOR DRGREE OF NURSING PROGRAM

Thesis, July 2024

Ketut Rahayu

The Effect Of Beetroot Juice (*Beta Vulgaris L*) On Reducing Blood Pressure In Elderly Individuals With Hypertension In Banjar Pande Mengwi

Xiii + 70 halaman + 10 tabel + 2 skema + 12 lampiran

ABSTRACT

Hypertension is one of the diseases most often suffered by the elderly due to age. One way to lower blood pressure using non-pharmacological therapy is to consume beetroot juice. This study aims to determine the effect of giving beetroot (*Beta vulgaris L*) juice on reducing blood pressure in elderly people with hypertension in Banjar Pande Mengwi.

This research used an experimental design with a one group pre-test post-test with control group design with a sample of 30 respondents selected through a purposive sampling technique. The instruments used were blood pressure observation sheets, manual blood pressure monitors, One Med brand stethoscopes and SOPs for administering beetroot juice. Data were tested using the Wilcoxon Sign Rank Test and Mann Whitney U Test ($p\text{-value} \leq 0.05$).

The results of the Wilcoxon Sign Rank Test statistical test showed significant changes in systolic blood pressure $p\text{-value} 0.001 < 0.05$ and diastolic $p\text{-value} 0.004 < 0.05$ in the treatment group, but not significant in the control group with systolic blood pressure $p\text{-value} 0.055 > 0.05$ and diastolic $p\text{-value} 0.222 > 0.05$. The Mann Whitney U Test statistical test confirmed that there was a significant difference in blood pressure reduction between the treatment group and the control group with a $p\text{-value}$ of $0.030 < 0.05$. It can be concluded that giving beetroot juice has a significant effect on reducing blood pressure in elderly people with hypertension in Banjar Pande Mengwi. It is hoped that the public, especially elderly people with hypertension, can consume beetroot juice in an effort to reduce high blood pressure.

Keywords: Hypertension, Beetroot Juice, Elderly.

Bibliography: 54 (2014-2023)

KATA PENGANTAR

Puji syukur panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberin Jus Buah Bit (*Beta Vulgaris L*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dengan Hipertensi Pada Lansia di Banjar Pande Mengwi” sesuai dengan waktu yang telah direncanakan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di STIKES Bina Usaha Bali. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan Program Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan Program Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
3. Ns. Komang Yogi Triana, M.Kep., Sp.Kep.An selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta bimbingan dalam penyusunan tugas akhir ini.
4. Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam penyusunan tugas akhir ini.

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

NAMA : Ketut Rahayu

NIM : C1120049

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberin Jus Buah Bit (Beta Vulgaris L)
Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dengan Hipertensi
Pada Lansia di Banjar Pande Mengwi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah sail joplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 28 Juli 2024



(Ketut Rahayu)

5. Kepada Bapak I Ketut Sudibya, selaku ayah saya yang telah memberikan banyak dukungan, selalu meyakinkan putrinya bahwa bisa menyelesaikan proses penyusunan tugas akhir ini.
6. Kepada almh ibu saya Ni Kadek Sekarini, kini akhirnya penulis sudah berada ditahap ini menyelesaikan tugas akhir sebagai perwujudan permintaan terakhir sebelum engkau benar-benar pergi. Terimakasih semasa ibu hidup selalu menyemangati, selalu menjadi tempat untuk mengeluhkan semua permasalahan kuliah penulis.
7. Kepada kakak kandung saya, Komang Arinanda yang selalu memberikan semangat kepada saya, dan selalu memotivasi bahwa saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini tepat waktu.
8. Kepada sahabat saya, Ajeng, Aqssa dan Catharina yang selalu memberikan dukungan disaat saya merasa *down* serta motivasi kepada saya dalam penyelesaian penyusunan tugas akhir ini.
9. *Last but not least*, terimakasih untuk diri saya sendiri karena telah mampu berjuang sejauh ini. Terimakasih sudah tetap memutuskan untuk bertahan meskipun banyak masalah yang harus dilalui, mulai dari hilang semangat, merasa tidak bisa menyelesaikan tepat waktu, dihantui rasa takut tapi akhirnya bisa sampai dititik ini menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin. Ini merupakan pencapaian yang perlu dibanggakan untuk diri saya sendiri.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka penyempurnaan skripsi penelitian ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca ini.

Badung, 28 Juli 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR SKEMA	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Lansia Dengan Hipertensi.....	10
1. Definisi Lansia	10
2. Definisi Hipertensi	11

3. Perubahan Pada Lansia	11
4. Pengaruh Penuaan Pada Sistem Kardiovaskular	12
B. Konsep Tekanan Darah Pada Lansia	13
1. Definisi Tekanan Darah	13
2. Klasifikasi	14
3. Faktor Resiko Hipertensi.....	14
4. Tanda dan Gejala Hipertensi	16
5. Patofisiologi Hipertensi.....	17
6. Penatalaksanaan Hipertensi	18
7. Mengukur Tekanan Darah Lansia	18
C. Konsep Jus Buah Bit.....	20
1. Definisi Jus Buah Bit	20
2. Kandungan Buah Bit	21
3. Manfaat Buah Bit	22
4. Indikasi Pemberian Jus Buah Bit	23
5. Kontraindikasi Pemberian Jus Buah Bit.....	24
6. Prosedur Pembuatan Jus Buah Bit.....	24
D. Kerangka Teori	26
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	27
A. Kerangka Konsep	27
B. Hipotesis Penelitian.....	28
C. Definisi Operasional	29
BAB IV METODE PENELITIAN	31
A. Rancangan Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel	32

C. Tempat Penelitian	34
D. Waktu Penelitian	34
E. Etika Penelitian.....	35
1. Nilai Sosial dan/atau Nilai Kllinis.....	35
2. Nilai Ilmiah (Desain Ilmiah)	35
3. Pemerataan Beban & Manfaat.....	36
4. Potensi Risiko dan Manfaat	36
5. Bujukan (Inducements), Keuntungan Finansial, dan Biaya Pengganti..	37
6. Perlindungan Privasi dan Kerahasiaan	37
7. Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP) atau <i>Informen Consent</i> (IC) ..	37
F. Alat Penggumpulan Data	38
1. Instrumen Penelitian.....	38
2. Validasi dan Reliabilitas	38
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	39
1. Prosedur Administrasi.....	39
2. Prosedur Teknis.....	39
H. Pengolahan Data	41
1. Editing.....	41
2. Coding.....	41
3. Data Entry	42
4. Cleaning Data.....	42
I. Rencana Analisis.....	42
1. Analisis Univariat.....	42
2. Analisis Bivariat.....	42
BAB V HASIL PENELITIAN	42
A. Tempat dan Waktu Penelitian	42
B. Analisis Univariat	42
1. Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian.....	42

2. Identifikasi Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Pande Sebelum dan Sesudah diberikan Jus Buah Bit (<i>Beta Vulgaris L</i>) pada Kelompok Perlakuan	43
3. Identifikasi Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Pande Pada Kelompok Kontrol.....	44
C. Analisis Bivariat.....	44
1. Uji Normalitas Data	44
2. Analisis Perubahan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Pande Mengwi pada Kelompok Perlakuan.....	45
3. Analisis Perubahan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Pande Mengwi pada Kelompok Kontrol.....	46
4. Analisis Perbedaan Perubahan Tekanan Darah Lansia pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan di Banjar Pande Mengwi	47
BAB VI PEMBAHASAN.....	48
A. Interpretasi Penelitian	48
1. Identifikasi Karakteristik Responden.....	48
2. Identifikasi Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Pande Mengwi Sebelum dan Sesudah Diberikan Jus Buah Bit pada Kelompok Perlakuan.....	51
3. Identifikasi Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Pande Mengwi saat Pengukuran awal dan Akhir pada Kelompok Kontrol	54
4. Analisis Perubahan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Pande Mengwi Sebelum dan Sesudah Diberikan Jus Buah Bit pada Kelompok Perlakuan	56
5. Analisis Perubahan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Pande Mengwi saat Pengukuran awal dan Akhir pada Kelompok Kontrol.....	57
6. Analisis Perbedaan Perubahan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Antara Kelompok Perlakuan yang Diberikan Jus Buah Bit dan	

Kelompok Kontrol di Banjar Pande Mengwi	59
B. Keterbatasan Penelitian	60
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	60
BAB VII PENUTUP.....	62
A. Simpulan.....	62
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	12
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	29
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Usia	39
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	40
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sebelum dan sesudah Diberikan Jus Buah Bit Kelompok Perlakuan	40
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Pengukuran Awal dan Akhir Kelompok Kontrol	41
Tabel 5.5 Uji Normalitas	41
Tabel 5.6 Analisis Perubahan Tekanan Darah Kelompok Perlakuan	42
Tabel 5.7 Analisis Perubahan Tekanan Darah Kelompok Kontrol	43
Tabel 5.8 Analisis Perbedaan Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol....	44

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori	23
Skema 3.1 Kerangka Konsep.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan

Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan

Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian

Lampiran 5 *Ethical Approval*

Lampiran 6 Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 7 Mater Tabel

Lampiran 8 Standar Operasional Prosedur

Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian

Lampiran 10 *Output SPSS*

Lampiran 11 Rencana Penelitian

Lampiran 12 Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Afwina, H. T., Inahab, N., & Surya, L. (2016). Efektifitas Beta Vulgris L. Sebagai Suplemen Penurunan Tekanan Drah Lansia Hipertensi di Pantau Wredha Harapan Ibu Semarang. In *Jurnal BIMIKI* (Vol. 4, Issue 2, pp. 1–11).
- Agustina, S., Sari, S. M., & Savita, R. (2014). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 Tahun. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(4), 180–186. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol2.iss4.70>
- Aristoteles. (2018). Korelasi Umur Dan Jenis Kelamin Dengan Penyakit Hipertensi. *Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1), 9–16. <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/ijp/article/view/576/409>
- Azizah, K. (2018). Pengaruh Permainan Kartu Bergambar Terhadap Perilaku Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesehatan*, VIII, 10. <http://repository.unair.ac.id/77534/>
- AZMI, E. H., Patroni, R., Sumaryono, D., Ismiati, I., & ... (2021). *Pengaruh Media Lembar Balik Terhadap Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Karang Tinggi*. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/id/eprint/843>
- Akbar F, Nur H, Humaerah. (2020). *Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics Of Hypertension In The Elderly)*. UI, Keperawatan A, Wonomulyo Y, Gatot Subroto J. Vol 5.
- Alizar, G. U. A. (2020). Daya Guna Buah Bit (Beta vulgaris L) Sebagai Terapi Antihipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 817–823. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.420>
- Alvaredo MK, Triyoso T, Zainaro MA. (2022). Efektifitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dannmassage Pada Klien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri. *J Kreat Pengabd Kpd Masy*. 5(6):1945-1950. doi:10.33024/jkpm.v5i6.4734
- Amalia E, Putri NNG, Fatrullah SP, Jauhari PJ, Wulandari H. (2022). Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan Umum, Mata, serta Jiwa pada Lansia di Panti Sosial Lanjut Usia Mandalika. *J Pengabd Magister Pendidik IPA*. 5(4):468-473. doi:10.29303/jpmpi.v5i4.2701
- Aryanto SD, Rahmat I, Kustanti A. (2018). Pengetahuan Dan Stigma Perawat Terkait Orang Dengan Hiv/Aids (Odha). *J Persat Perawat Nas Indones*.

3(2):98. doi:10.32419/jppni.v3i2.107

- Avin Maria. (2020). Literature Review: Intervensi dalam Mengatasi Stigma-Diri pada Pasien HIV/AIDS. *I Care J Keperawatan STIKes Panti Rapih*. 1(1):71-80. doi:10.46668/jurkes.v1i1.40
- Cahyadi, A., Mufidah, W., Susilowati, T., Susanti, H., & Dwi Angraini, W. (2022). Menjaga Kesehatan Fisik Dan Mental Lanjut Usia Melalui Program Posyandu Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, 1(1), 52–60.
- Cahyani. (2018). Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Dan Terapi Dzikir Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pra Lansia Penderita Hipertensi. *Skripsi*. <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/id/eprint/4928>
- Christine, M., Ivana, T., & Martini, M. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di PSTW Sinta Rangkang Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 6(1), 53–58.
- Dewita D, Veri N. (2022) Kebidanan Langsa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh P. *Pengaruh Minum Jus Bit Merah (Beta Vulgaris L) Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Ibu Perimenopause*. Vol 13.; 2022.
- Dedefwin. (2021). KARYA TULIS ILMIAH PEMANFAATAN BUAH BIT (Beta vulgaris) SEBAGAI ALTERNATIF PENGGANTI PADA PEWARNAAN GRAM Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mendapatkan Gelar Ahli Madya Analisis Kesehatan (A . Md . AK) DEDEFWIN PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA ANALIS KESEHATA. *Karya Tulis Ilmiah*.
- Dewayani, B. M. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Masyarakat Awam Tentang Kanker Ovarium Di Kecamatan Ujung Berung Kota Bandung. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(10), 828–831. <http://journal.unpad.ac.id/pkm/article/view/20353>
- Dewi, D. P., & Astriana, K. (2019). Efektifitas Pemberian Jus Buah Bit (Beta Vulgaris. L) Sebagai Minuman Fungsional Penurun Tekanan Darah pada Lansia. *JRST (Jurnal Riset Sains Dan Teknologi)*, 3(1), 35. <https://doi.org/10.30595/jrst.v3i1.3596>
- Dewita, D., & Veri, N. (2022). Pengaruh Minum Jus Bit Merah (Beta Vulgaris L) Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Ibu Perimenopause. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(2), 469–473.

<https://doi.org/10.26751/jikk.v13i2.1450>

- Dewi, D. P., & Astriana, K. (2019). Jurnal Riset Sains dan Teknologi Efektifitas Pemberian Jus Buah Bit (Beta Vulgaris. L) Sebagai Minuman Fungsional Penurun Tekanan Darah pada Lansia Effectiveness of Beet Juice (Beta Vulgaris. L) as a Functional Drink of Blood Pressure in Elderly. *Jurnal Riset Sains Dan Teknologi*, 3(1), 35–40.
- Dwi Nandani A, Mira Sofyaningsih. (2019). The effect of beet juice consuming to the tension of hypertension patients. *ARGIPA 2019*. 4(1):1-10.
- Elisanti AD, Efri TA. (2020). Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif Bidang Kesehatan. 1-184.
- Fadila E, Solihah ES. (2022). Literature Review Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Malahayati Nurs J*. 5(2):462-474. doi:10.33024/mnj.v5i2.6032
- Febe Immanuela J, Eka Noveyani A, Meikalynda A, *et al.* (2023). SEHATRAKYAT (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Epidemiologi Deskriptif Hipertensi di Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember. 2(1):148-159. doi:10.54259/sehatrakyat.v2i1.1509
- Girsang R, Keperawatan F, Kesehatan I, Husada D. (2021). *Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Buah Bit Dan Nanas Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Vol 4.
- Ghozi, A. (2020). Pengaruh Masase Teknik Effleurage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Prahipertensi Di Posyandu Dusun Penanggalan Kabupaten Jombang. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(1), 67–74.
- Hardani, Auliya NH, Andriani H, *et al.* (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif*. (Abadi H, ed.). Penerbit Pustaka Ilmu.
- Hardani, Nur Hikmatul Auliya, Helmina Andriani, Roushandy Asri Fardani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, Dhika Juliana Sukmana, R. R. I. (2022). Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. In LP2M UST Jogja (Issue March).

Hidayat CT, Laksono SB, Adi K H, Eko W N, Zuhri I. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Hipertensi Dengan Program Cerdik Pada Lansia Di Desa Kasiyan RW 12 dan 13 Kabupaten Jember. *J Penelit Ilmu Sos dan Eksakta*.1(2):108-115. doi:10.47134/trilogi.v1i2.26

Insani, S. D., Natalia, K., Tinambunan, T. R., Nasution, N., & Gultom, N. I. A. (2023). Penyuluhan Pemanfaatan Buah Bit Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau*, 3(2), 39–42.

Kanda, R. L., & Tanggo, W. D. (2022). *Program studi sarjana keperawatan dan ners sekolah tinggi kesehatan stella maris makassar 2022*. 10–80.

Khoiriyyah, A., & Ediati, A. (2015). Pengaruh buku harian untuk meningkatkan kepatuhan pada pasien hipertensi: studi kuasi eksperimen pada pasien hipertensi. *Empati*, 4(1), 35–42.

Kurniasari, L. (2020). Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta. *Ilmu Keperawatan STIKes Aisyiyah Yogyakarta*, 2(5), 1–11.

KEPKBinusa. (2019). *Buku Panduan Penyusunan Protokol Etik Penelitian Kesehatan*.

Komisi Etik Penelitian Kesehatan.

Kurniawan AW, Puspitaningtyas Z. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. 1st ed. Pandiva Buku.

Lorna Lolo L, Tetap STIKes Kurnia Jaya Persada Alamat Korespondensi D, Meranti J, Balandai K, Bara K, Palopo K. (2018). *Jurnal Voice Of Midwifery Effect Education Of Hypertension Based Luwu Culture On Knowledge Of Hypertension Patients*. Vol 08.

Munawaroh M, Kapulogo No J, Pajang Laweyan Surakarta G. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia Winarni Universitas 'Aisyiyah Surakarta;1(4):248-260. doi:10.59680/anestesi.v1i4.554

- Manembu, M., Rumampuk, J., & Danes, V. R. (2015). Pengaruh Posisi Duduk Dan Berdiri Terhadap Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Pegawai Negeri Sipilkabupaten Minahasa Utara. *Jurnal E-Biomedik*, 3(3).
- Manembu, M., Rumampuk, J., & Danes, V. R. (2015). Pengaruh Posisi Duduk Dan Berdiri Terhadap Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Pegawai Negeri Sipilkabupaten Minahasa Utara. *Jurnal E-Biomedik*, 3(3). <https://doi.org/10.35790/ebm.3.3.2015.10150>
- Muthoharoh, & Azzuhri, M. S. (2023). Efektivitas Pemberian Jus Buah Bit Dalam Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Puskesmas Cakranegara Kota Mataram. *Repository.Unmuhjember.Ac.Id*, 1–16. <http://repository.unmuhjember.ac.id/5808/12/12>. [Artikel ilmiah.pdf](#)
- Nabila, F., & Srimati, M. (2024). Effects of beetroot-pineapple juice on hypertensive elderly in Depok. *Arsip Keilmuan Gizi (AKG)*, 1(1), 13–22. <https://doi.org/10.36590/akg.v1i1.812>
- Nandani, S. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Bit Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Argipa*. 2019, 4(1), 1–10.
- Nila Eza Fitria, Ria Desnita, Asriwan Guci, *et al.* (2023). Pendekatan Terapi Komplementer Untuk Penatalaksanaan Hipertensi. *J Abdi Mercusuar*;3(1):060-068. doi:10.36984/jam.v3i1.391
- Novita H, Nurhayati N, Haris VSD. (2022). Optimalisasi Penyuluhan Dan Pemberian Buah Bit Dalam Menurunkan Anemia Pada Ibu Hamil. *GEMAKES J Pengabdian Kpd Masyarakat*;2(2):135-140. doi:10.36082/gemakes.v2i2.692
- Nursalam. (2015) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 4. (Lestari PP, ed.).Salemba Medika.
- Pramessti, K. M. B., Agustini, K., & Santyadiputra, G. S. (2019). Dampak Menerapkan Media Pembelajaran Interaktif Calisbar terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(2), 132–140. <https://doi.org/10.21831/jpa.v8i2.29098>
- Priadi, P. A. (2016). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di PSTW Budi Mulia 03 Margaguna Jakarta Selatan. In *Skripsi*.
- Raditya G. (2022). *Pengaruh Pemberian Ekstrak Ubi Jalar Ungu Dan Ekstrak*

*Buah Bit Terhadap Kadar Kolesterol Pada Tikus Wistar Yang Diberi Diet Tinggi Lemak. Studi Sarjana Kedokteran dan Profesi Dokter P.;*11(4). doi:10.24843.MU.2021.V11.i06.P02

Roza, A., Nalaratih, N., & Febrianita, Y. (2020). Effectiveness of Coconut Water Against Blood Pressure Reduction for Hypertension Patients. *Collaborative Medical Journal (CMJ)*, 3(2), 82–90. <https://doi.org/10.36341/cmj.v3i2.1362>

Studi, P., Keperawatan, I., Sarjana, P., & Royhan, U. A. (2019). *Pengaruh jus buah mengkudu terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi.*

Sayekti, F. D. J., Destiana Septianingrum, Magdalena Budi Verena P, Nindiya Putri Damayanti, & Zidhan Hanafi. (2023). Pemanfaatan Buah Bit Merah (Beta Vulgaris L.) Sebagai Penurun Hipertensi Dalam Bentuk Olahan Makanan. *Jurnal Pengemas Kesehatan*, 2(1), 26–32.

Sugiyono. (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D.* Alfabeta. Swarjana. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Alizar, G. U. A. (2020). Daya Guna Buah Bit (Beta vulgaris L) Sebagai Terapi Antihipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 817–823. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.420>

Saragih, H., Ginting, A. A. Y., Barus, M., & Sitepu, D. F. H. (2023). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Riwayat Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 1487–1496.