

**KOMPARASI DOSIS JUS SEMANGKA TERHADAP
HIPERTENSI PADA LANSIA DI BANJAR
MEDAHAN BLAHBATUH GIANYAR**



SKRIPSI

LUH PUTU MIRA KARINA

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2021**

**KOMPARASI DOSIS JUS SEMANGKA TERHADAP
HIPERTENSI PADA LANSIA DI BANJAR
MEDAHAN BLAHBATUH GIANYAR**

SKRIPSI

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

Oleh :

**LUH PUTU MIRA KARINA
NIM. C1117001**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
TAHUN 2021**

HALAMAN PERSETUJUAN
KOMPARASI DOSIS JUS SEMANGKA TERHADAP
HIPERTENSI PADA LANSIA DI BANJAR
MEDAHAN BLAHBATUH GIANYAR

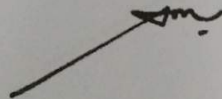
Diajukan Oleh :

LUH PUTU MIRA KARINA
NIM. C1117001

Badung, 9 Mei 2021

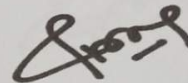
Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Dr. dr. I Wawan Artana, SH., M.Biomed (AAM)
NIDN: 0812016602

Pembimbing II



A.A Kompiang Ngurah Darmawan, SE.,MM
NIDN : 0807108001

Mengetahui

Program Studi S1 Keperawatan

Ketua

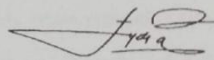


Ns. I Putu Ariha Wilaya, S.Kep.,M.Kep
NIDN : 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal: 28 Mei 2021

Yang Terdiri Dari :

Ketua Penguji



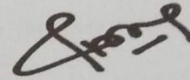
Dr. dr. Ni Putu Mirah Lydiawati, MM.,AAK
NIDN: 8996610021

Sekretaris Penguji



Dr. dr. I Wawan Artana, SH., M.Biomed (AAM)
NIDN: 0812016602

Anggota Penguji



A.A Kompiang Ngurah Darmawan, SE.,MM
NIDN : 0807108001

Mengetahui

Program Studi S1 Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wilaya, S.Kep.,M.Kep
NIDN : 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Luh Putu Mira Karina

Nim : C1117001

Jurusan : S1 Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilan dari tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri, apabila kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 9 Mei 2021



Luh Putu Mira Karina

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

Skripsi, April 2021

Luh Putu Mira Karina

Komparasi Dosis Jus Semangka Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di Banjar Medahan Blahbatuh Gianyar

xvi + 59 + 16 tabel + 2 skema + 13 lampiran

ABSTRAK

Penyakit hipertensi jumlahnya setiap tahun semakin meningkat, dilihat dari prevalensinya (Riskesdas, 2013) sebesar 25,8%, (Riskesdas, 2018) sebesar 34,1%, (Provinsi Bali 2018) sebesar 41,9%, (Kabupaten Gianyar) sebesar 30,50%, dan di Banjar Medahan, Blahbatuh Gianyar sebesar 25,6%. Tekanan darah pada hipertensi lebih baik diturunkan dengan menggunakan obat konvensional medis yang dikombinasikan dengan jus buah semangka.

Penelitian ini membandingkan keefektifan dosis jus semangka terhadap hipertensi pada lansia di Banjar Medahan, Blahbatuh Gianyar. Penelitiannya kuantitatif *pre eksperimental* dengan rancangan komparasi membandingkan pemberian jus semangka 200 ml diberikan satu kali sehari dan 200 ml diberikan dua kali sehari.

Pada pemberian jus semangka 200 ml satu kali sehari rata-rata tekanan darah sistoliknya 143,53 mmHg dan diastoliknya 95,00 mmHg. Sedangkan, pada pemberian jus semangka 200 ml dua kali sehari rata-rata tekanan darah sistoliknya 110,00 mmHg dan diastoliknya 78,00 mmHg. Secara empiris tekanan darah sistolik dan diastolik lansia pada pemberian 200 ml jus semangka dua kali sehari lebih menurunkan dibandingkan pemberian 200 ml jus semangka satu kali sehari. Akan tetapi, secara statistik pemberian 200 ml jus semangka dua kali sehari kemampuannya sama dengan pemberian 200 ml jus semangka satu kali sehari ($p > 0,05$).

Lansia di Banjar Medahan Blahbatuh Gianyar sebaiknya rutin minum obat konvensional medis dan dikombinasikan dengan jus semangka 200 ml.

Kata kunci: Lansia, Jus semangka, Komparasi dosis

Daftar pustaka 49 (2014-2020)

**HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, April 2021

Luh Putu Mira Karina

Dosage Comparison of Watermelon Juice on Hypertension Experienced by Elderly in Banjar Medahan Blahbatuh Gianyar

xvi + 59 + 16 tables + 2 schema + 13 appendixes

ABSTRACT

The number of hypertension diseases is increasing every year, seen from the prevalence (Riskesdas, 2013) of 25.8%, (Riskesdas, 2018) of 34.1%, (Bali Province 2018) of 41.9%, (Gianyar Regency) of 30.50%, and in Banjar Medahan, Blahbatuh Gianyar it was 25.6%. Blood pressure in hypertension is better lowered by using conventional medical drugs in combination with watermelon juice.

This study compared the effectiveness of watermelon juice doses on hypertension in the elderly in Banjar Medan, Blahbatuh Gianyar. The research was quantitative pre-experimental with a comparative design comparing 200 ml of watermelon juice given once a day and 200 ml given twice a day.

On giving 200 ml of watermelon juice once a day, the average systolic blood pressure was 143.53 mmHg and the diastolic blood pressure was 95.00 mmHg. Meanwhile, given 200 ml of watermelon juice twice a day, the average systolic blood pressure was 110.00 mmHg and diastolic blood pressure was 78.00 mmHg. Empirically, the systolic and diastolic blood pressure of the elderly with the administration of 200 ml of watermelon juice twice a day was lower than the administration of 200 ml of watermelon juice once a day. However, statistically, giving 200 ml of watermelon juice twice a day was the same as giving 200 ml of watermelon juice once a day ($p 0.55 > \alpha 0.05$).

Elderly people in Banjar Medan, Blahbatuh, Gianyar, should routinely take conventional medical medicine in combination with 200 ml of watermelon juice.

Key words : Elderly, Watermelon juice, Dosage comparison

Bibliography : 49 (2014-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat *Asung Kerta Wara Nugraha Nya* peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini yang berjudul “Komparasi Dosis Jus Semangka Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di Banjar Medahan Blahbatuh Gianyar”.

Tugas akhir skripsi ini disusun dalam rangka untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES Bina Usada Bali. Penyelesaian tugas akhir skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku ketua program studi ilmu keperawatan di STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan masukan, dan bimbingan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
3. Kepala UPTD Puskesmas Blahbatuh 1 Gianyar yang telah memberikan ijin dalam menyelenggarakan penelitian.
4. Dr. dr. I Wayan Artana, SH., M.Biomed (AAM) selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabaran

dalam memberi pengetahuan, masukan dan bimbingan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

5. A.A KOMPIANG NGURAH DARMAWAN, SE., MM selaku pembimbing II yang telah membantu dalam memberikan masukan, dan saran di dalam penyelesaian tugas akhir skripsi ini.
6. I Wayan Buana selaku kepala desa Banjar Medahan Blabatuh Gianyar yang telah memberikan ijin dalam menyelenggarakan penelitian.
7. I Gusti Made Alit Ardana SP selaku kelian Banjar Medahan Blabatuh Gianyar yang telah memberikan ijin dalam menyelenggarakan penelitian.
8. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan selama proses penyusunan tugas akhir skripsi ini.
9. Teman-teman *Aorta Team* yang telah memberi dukungan dan membantu dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini.
10. Kepada seluruh pihak yang turut serta membantu dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini, peneliti mengucapkan terimakasih.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan tugas akhir skripsi ini. Semoga tugas akhir skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Mangupura, 10 Mei 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB I : PENDAHULUAN	
A...Latar Belakang.....	1
B... Rumusan Masalah.....	2
C... Tujuan.....	3
1.... Tujuan Umum.....	3
2.... Tujuan Khusus.....	3
D...Manfaat Penelitian.....	3
1...Manfaat Bagi Pelayanan Kesehatan.....	3
2...Manfaat Bagi Masyarakat.....	4
3...Manfaat Bagi Institusi Pendidikan.....	4
4...Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	
A...Pemahaman Konsep Lansia.....	7
B... Hipertensi.....	7
1....Pemahaman Hipertensi.....	7

2...Faktor Risiko Hipertensi.....	8
3...Penanganan Hipertensi.....	11
C... Jus Semangka.....	11
D...Pembuatan Jus Semangka	12
E... Mekanisme Jus Semangka Menurunkan Tekanan Darah	13
F... Kerangka Teori Penelitian	14
BAB III : KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	
A... Kerangka Konsep.....	15
B... Hipotesis.....	16
C... Variabel Penelitian.....	16
D...Definisi Operasional.....	17
BAB IV: METODE PENELITIAN	
A...Desain Penelitian.....	19
B...Populasi dan Sampel.....	20
1...Populasi Penelitian.....	20
2...Sampel Penelitian.....	21
C... Tempat Penelitian.....	22
D... Waktu Penelitian.....	22
E... Etika Penelitian.....	22
F... Alat Pengumpulan Data.....	23
1...Instrumen Penelitian.....	23
a.... Instrumen Jus Semangka	23
b....Instrumen Untuk Mengukur Tekanan Darah	23
2... Validitas dan Reliabilitas.....	23
G...Prosedur Pengumpulan Data.....	23
1...Cara Pengumpulan Data.....	23
H...Analisis Data.....	24
1...Analisis Deskriptif Karakteristik Responden	24
2...Analisis Univariat	25
3...Analisis Bivariat	25

BAB V: HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	27
B. Karakteristik Sampel Penelitian	27
C. Analisa Data	30
1. Analisis Univariat	30
2. Hasil Uji Bivariat	35

BAB VI: PEMBAHASAN

A... Interpretasi Penelitian	42
B... Tekanan Darah Sistolik	42
C... Tekanan Darah Diastolik	49
D... Keterbatasan Penelitian	55
E... Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	55
1.. Pelayanan Keperawatan	55
2.. Pendidikan Keperawatan	55
3.. Penelitian Keperawatan	55

BAB VII: PENUTUP

A... Simpulan	57
B... Saran	58
1....Bagi Pelayanan Keperawatan	58
2....Bagi Pendidikan Keperawatan	58
3....Bagi Peneliti Selanjutnya	59
4....Bagi Masyarakat	59

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian	18
Tabel 5.1 Karakteristik Subjek Penelitian	29
Tabel 5.2 Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Lansia Sebelum Diberikan Jus Semangka 200 ml Satu Kali Sehari	30
Tabel 5.3 Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Lansia Setelah Diberikan Jus Semangka 200 ml Satu Kali Sehari	31
Tabel 5.4 Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Lansia Sebelum Diberikan Jus Semangka 200 ml Dua Kali Sehari	31
Tabel 5.5 Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Lansia Setelah Diberikan Jus Semangka 200 ml Dua Kali Sehari	32
Tabel 5.6 Perbedaan Rata-Rata Tekanan Darah Antara Sebelum Dengan Setelah Diberikan Jus Semangka 200 ml Satu Kali Dan Dua Kali Sehari	33
Tabel 5.7 Uji Normalitas Tekanan Darah Sebelum Dan Setelah Diberikan Perlakuan	34
Tabel 5.8 Komparasi Tekanan Darah Sistolik Sebelum Diberikan Jus Semangka 200 ml Satu Dan Dua Kali Sehari	35
Tabel 5.9 Komparasi Tekanan Darah Sistolik Setelah Diberikan Jus Semangka 200 ml Satu Kali Dan Dua Kali Sehari	36
Tabel 5.10 Komparasi Tekanan Darah Diastolik Sebelum Diberikan Jus Semangka 200 ml Satu Kali Dan Dua Kali	

Sehari
.... 37

Tabel 5.11 Komparasi Tekanan Darah Diastolik Setelah Diberikan Jus Semangka
200 ml Satu Kali Dan Dua Kali
Sehari
.... 37

Tabel 5.12 Komparasi Tekanan Darah Sistolik Sebelum Dan Setelah Diberikan
Jus Semangka 200 ml Satu Kali
Sehari
.. 38

Tabel 5.13 Komparasi Tekanan Darah Sistolik Sebelum Dan Setelah Diberikan
Jus Semangka 200 ml Dua Kali
Sehari
39

Tabel 5.14 Komparasi Tekanan Darah Diastolik Sebelum Dan Setelah Diberikan
Jus Semangka 200 ml Satu Kali Sehari
40

Tabel 5.15 Komparasi Tekanan Darah Diastolik Sebelum Dan Setelah Diberikan
Jus Semangka 200 ml Dua Kali
Sehari
40

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori	14
Skema 3.1 Kerangka Konsep	15

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Form ACC Pengajuan Judul
- Lampiran 2. Form Bimbingan
- Lampiran 3. Jadwal Kegiatan
- Lampiran 4. Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 5. Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 6. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Riwayat Hidup
- Lampiran 9. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 10. Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 11. Keterangan Lulus Kaji Etik
- Lampiran 12. Hasil Analisis
- Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian

DAFTAR SINGKATAN

APD	: Alat Pelindung Diri
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
LANSIA	: Lanjut Usia
mmHg	: Milimeter Merkuri Hydrargyrum
NO	: Nitrit Oksida
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrachim, R., Hariyawati, I., & Suryani, N. (2016). *Hubungan Asupan Natrium, Frekuensi Dan Durasi Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Dan Bina Laras Budi Luhur Kota Banjar baru, Kalimantan Selatan*. *Journal of the Indonesian Nutrition Association*, 39(1), 37–48. https://www.persagi.org/ejournal/index.php/Gizi_Indon/article/view/209. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Adibah, Y., Indrayani, T., & Rifiana, A. J. (2018). *Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. *Carolus Journal of Nursing*, 3(1), 33–43. <http://ejournal.stik-sintcarolus.ac.id/index.php/CJON/article/view/49>. Di Akses Pada Tanggal 17 Maret 2021.
- Agustina, R., & Raharjo, B. B. (2015). *Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif*. (25-54). *Unnes Journal of Public Health*, 4(4), 146–158. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph/article/view/9690>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Alfiana, N., Bintanah, S., & Kusuma, H. S. (2014). *Hubungan Asupan Kalsium dan Natrium Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Penderita Hipertensi Rawat Inap Di RS Tugurejo Semarang*. *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang*, 3(April), 8–15. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/view/1322>. Di Akses Pada Tanggal 17 Maret 2021.
- Apriza. (2020). *Perbedaan efektifitas konsumsi jus semangka dan jus belimbing wuluh terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas bangkinang kota*. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 4(23), 21–28. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/714>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Arifin, M. H. B. M., Weta, I. W., & Ratnawati, N. L. K. A. (2016). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Petang I Kabupaten Badung Tahun 2016*. *E-Jurnal Medika*, 5(7), 1–10. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/21559>. Di Akses Pada Tanggal 17 Maret 2021.

- Artana, I. W. (2020). *Watermelon , Kalium , and Kidney Health : A Review Literature*. 11(6), 1001–1007. <http://www.sysrevpharm.org/fulltext/196-1594117973.pdf?1598084124>. Diakses pada 17 juli 2020
- Batin, W. O. S. B., Tina, L. T., & Saptaputra, S. K. (2017). *Pengaruh Pemberian Jus Mentimun + Pepaya + Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Liya Kabupaten Wakatobi*. *Jimkesmas*, 2(6), 0–11. <https://media.neliti.com/media/publications/185554-ID-none.pdf>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Caturwati, I., Bintanah, S., & Kusuma, H. S. (2015). *Pengaruh Variasi Dosis Semangka Kuning (Citrullus Vulgaris Schard) Terhadap Tekanan Darah Lansia Di Panti Wredha Bala Keselamatan Bugangan Semarang*. *Jurnal Kesehatan*, 1(1), 1–8. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/view/1757>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Cici, A. Y., & Muliati, R. (2019). *Pengaruh Pemberian Jus Semangka Merah dan Kuning Terhadap Tekanan Darah Lansia Menderita Hipertensi*. *Jurnal Endurance*, 4(2), 411. <http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1027415&val=13715&title>. Diakses pada 30 Mei 2020
- Fadilah, M. (2016). *Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dipanti Tresna Werdha Teratai Palembang*. *Jik- Jurnal Ilmu Kesehatan kesehatan*, 3(2), 2528–3022. <https://ejournal.stikesmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/177/147>. Diakses pada 1 juli 2020
- Fikriana, R. (2016). *Faktor – faktor yang diduga menjadi prediktor terjadinya peningkatan tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi*. *J.K.Mesencephalon*, 2(4), 285–300. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/view/1757>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Iswahyuni, S. (2017). *Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Hipertensi Pada Lansia*. *Profesi*, 14(2), 1–10. https://www.researchgate.net/publication/319171385_Hubungan_Antara_Aktifitas_Fisik_Dan_Hipertensi_Pada_Lansia. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.

- K Akbar, F., Syamsidar, & Nengsih, W. (2020). *Karakteristik Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Desa Banua Baru*. 2, 6–8. <https://ejurnal.biges.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/141/92>. Diakses pada 28 Mei 2020
- Lastri, Dwipayanti, & Pinzon. (2017). *Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi (The Effect Of Giving The Juice Of Water Melon To The Change Of Blood Pressure For Hypertensive)* 3(2). <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikep/article/view/99/97>. Diakses pada 28 Mei 2020
- Lavintang, M., Erwin, & Dewi, Y. I. (2018). *Pengaruh Jus Semangka (Citrullus Vulgaris Schrad) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. Jom FKp*, 5(2), 287–300. [https://www.google.com/search?q=LavintangErwinDewi\(2018\).+Pengaruh+Jus+Semangka+\(Citrullus+Vulgaris+Schrads\)+Terhadap+Tekanan+Darah+Pada+Penderita+Hipertensi+Primer.+Jom+FKp](https://www.google.com/search?q=LavintangErwinDewi(2018).+Pengaruh+Jus+Semangka+(Citrullus+Vulgaris+Schrads)+Terhadap+Tekanan+Darah+Pada+Penderita+Hipertensi+Primer.+Jom+FKp). Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Lebalado, L. P., & Mulyati, T. (2014). *Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (Cucumis Sativus L.) Terhadap Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Penderita Hipertensi. Jurnal Kesehatan*, 1(1), 1–40. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/6602>. Di Akses Pada Tanggal 17 Maret 2021.
- Lutfiasari, A., Noviyanti, R., Rahmawati, T., & Kunci, K. (2017). *Efektivitas Pemberian Kombinasi Melon (Cucumis melo L) Semangka (Citrullus vulgaris) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kadipiro Surakarta. PROFESI (Profesional Islam)*, 15(1), 79–90. <https://www.researchgate.net/publication/333113394>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Manurung, W. P., & Wibowo, A. (2016). *Pengaruh Konsumsi Semangka (Citrullus vulgaris) untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi*. 5, 102. <https://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/932/765>. Diakses pada 16 Juli 2020
- Manno, F. A., Soputri, N., & Simbolon, I. (2016). *Efektivitas Buah Semangka Merah (Citrullus Vulgaris Schard) Terhadap Tekanan Darah. Jurnal Skolastik Keperawatan*, 2(2), 182–186. <https://jurnal.unai.edu/index.php/jsk/article/view/561>. Di Akses Pada Tanggal 16 Maret 2021.

- Manurung, W. P., & Wibowo, A. (2016). *Pengaruh Konsumsi Semangka (Citrullus vulgaris) untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi The Effect of Consuming Watermelon (Citrullus vulgaris) on the Blood Pressure of Patient with Hypertension*. Majority, 5(5), 102–107. <http://juku.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/932>. Di Akses Pada Tanggal 19 Maret 2021.
- Marvia, E., Astuti, F. A., & Jannah, N. (2018). *Efektifitas Pemberian Jus Mentimun Dan Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Al-Liqok Wilayah Kerja Puskesmas Korleko Lombok Timur*. Prima, 4(1), 59–65. <http://id.stikes-mataram.ac.id/e-journal/index.php/JPRI/article/view/97>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Novitaningtyas, T. (2014). *Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo*. Jurnal Keperawatan, 1(2), 1–14. http://eprints.ums.ac.id/29084/9/02._Naskah_Publikasi.pdf. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Nurleny. (2019). *Pengaruh Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo*. Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 8(1), 40. <http://jab.stikba.ac.id/index.php/jab/article/view/101/73>. Diakses pada 2 Juli 2020
- Nursalam. (2015). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Edisi 3. Jakarta : Salema Medika.
- Nursalam. (2016). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Edisi.4. Jakarta : Salemba Medika.
- Pangkahila, W. (2011). *Anti-Aging. Tetap Muda dan Sehat*. Jakarta. PT. Kompas Media Nusantara.
- PERHI. (2019). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi*. Jakarta : Indonesian Society Of Hypertension.
- PERKI. (2015). *Pedoman Tata Laksana Gagal Jantung*. Jakarta :National Cardiovascular Center.

Pardede, R., Sari, I. K., & Simandalahi, T. S. (2019). *Pengaruh Pemberian Jus Semangka (Citrullus Lanatus) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Diwilayah Kerja Pukesmas Hiang Kabupaten Kerinci Tahun 2019*. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 2(1), 21–27. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/417>. Di Akses Pada Tanggal 17 Maret 2021.

Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Apri, B. (2020). *Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Salt Consumption Pattern With Hypertension In Elderly*. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 12–20. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/wacana/article/view/120>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.

Puspita, N. L. M., & Dewi, R. K. (2020). *Perbedaan Efektivitas Pemberian Jus Semangka Dan Jus Apel Manalagi Terhadap Tekanan Darah Pada Menopause Penderita Hipertensi*. *Jurnal Bidan Pintar*, 1(1), 29–40. <http://ojs.unik-kediri.ac.id/index.php/jubitar/article/view/724>. Di Akses Pada Tanggal 17 Maret 2021.

Rebbi, S. P., Ledia, R., & Marsia, P. Y. (2017). *Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2017*. *Jik- Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 79–86. <http://jik.stikesalifah.ac.id/index.php/jurnalkes/article/view/32/pdf>. Diakses Pada 2 Juli 2020

Rihiantoro, T., & Widodo, M. (2017). *Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di kabupaten tulang bawang*. *Jurnal Keperawatan*, XIII(2), 159–167. <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/924>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.

Rusdiawan, A., & Habibi, I. (2020). *Efek pemberian jus semangka kuning terhadap tekanan darah, kadar asam laktat, dan daya tahan anaerobik setelah aktivitas anaerobik*. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(2), 316–331. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/article/view/13712>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.

Kemenkes. (2013). *Kementrian Kesehatan RI 2013*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kemenkes. (2018). *Kementrian Kesehatan RI*. Jakarta : Kemenkes RI.

- Santosa. (2014). *Perbedaan Efektivitas Rebusan Ketumbar dengan Rebusan Kunyit terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi*. 676–687. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/707/690>. Diakses Pada 16 Juli 2020
- Santosa. (2020). *Gambaran Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kademangan Kabupaten Cianjur*. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 6(1), 64. <http://journal.stikep-ppnijabar.ac.id/index.php/jkk/article/view/177/134>. Diakses Pada 17 Juli 2020
- Santosa. (2020). *Gambaran Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kademangan Kabupaten Cianjur*. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 6(1), 64. <https://journal.stikep-ppnijabar.ac.id/index.php/jkk/article/view/177>. Di Akses Pada Tanggal 17 Maret 2021.
- Sari, R. P., Restipa, L., & Putri, M. Y. (2017). *Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2017*. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK)*, 1(1), 79–86. <https://jik.stikesalifah.ac.id/index.php/jurnalkes/article/view/32>. Di Akses Pada Tanggal 18 Maret 2021.
- Shanti, N. M., & Zuraida, R. (2016). *Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia*. *Majority*, 5, 117–123. <http://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/viewFile/896/804>. Diakses Pada 2 Juli 2020
- Sigarlaki, H. J. O. (2016). *Karakteristik Dan Faktor Berhubungan Dengan Hipertensi Di Desa Bocor, Kecamatan Bulus Pesantren, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah, Tahun 2006*. *Makara, Kesehatan*, 10(2), 78–88. <http://journal.ui.ac.id/index.php/health/article/download/187/183>. Di Akses Pada Tanggal 19 Maret 2021.
- Sugiono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sulung, N., & Poluan, D. P. (2018). *Watermelon Fruit (Citrullus Vulgaris) Against Blood Pressure for Elderly With Hypertension*. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (Injec)*, 2(2), 268. <https://injec.aipni-ainec.org/index.php/INJEC/article/view/42/42>. Diakses

Pada 2 Juli 2020

- Suviani, N. W., Artana, I. W., & Putra, P. W. K. (2014). *Pengaruh pemberian aroma terapi lavender (lavandula angustifolia) terhadap penurunan hipertensi pada lansia di Desa Cemagi, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung*. *Jurnal Keperawatan*, 3(1), 31–35. https://www.academia.edu/27941808/Pengaruh_Pemberian_Aroma_Terapi_Lavender_Lavandula_Angustifolia_Terhadap_Penurunan_Hipertensi_Pada_Lansia_Di_Desa_Cemagi_Kecamatan_Mengwi_Kabupaten_Badung. Diakses Pada 17 Juli 2020
- Syahputra, T. M. R., Ichwan, M., & Sufitni. (2019). *Efek Jus Semangka Terhadap Jumlah dan Motilitas Spermatozoa Tikus Wistar Yang Dipapari MSG*. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 43–50. <https://www.google.com/search?q=Syahputra%2C+T.+M.+R.%2C+Ichwan%2C+M.%2C+%26+Sufitni.+%282019%29.+Efek+Jus+Semangka+Terhadap+Jumlah+dan+Motilitas+Spermatozoa+Tikus+Wistar+Yang+Dipapari+MSG.+Jurnal+Kesehatan>. Diakses Pada 05 September 2020
- Sylvestris, A. (2014). *Hipertensi Dan Retinopati Hipertensi*. *Saintika Medika*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.22219/sm.v10i1.4142>. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/sainmed/article/view/4142/4515>. Diakses Pada 17 Juli 2020
- Tamamilang, C. D., Kandou, G. D., & Nelwan, J. E. (2018). *Hubungan Antara Umur Dan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Di Kota Bitung Sulawesi Utara*. *Jurnal Kesmas*, 7(5), 1–10. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/22132> Di Akses Pada Tanggal 16 Maret 2021.