

**PENGARUH JUS BELIMBING TERHADAP  
HIPERTENSI PADA LANSIA DI BANJAR  
PONGGANG, PUHU, PAYANGAN, GIANYAR**



**SKRIPSI**

**OLEH :**

**NI MADE SUSIANA APRILIANTI**

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

**PENGARUH JUS BELIMBING TERHADAP  
HIPERTENSI PADA LANSIA DI BANJAR  
PONGGANG, PUHU, PAYANGAN, GIANYAR**

**SKRIPSI**

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

**Oleh:  
NI MADE SUSIANA APRILIANTI  
C1117038**

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

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Made Susiana Aprilianti

NIM : C1117038

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Jus Belimbing Terhadap Hipertensi Pada Lansia di  
Banjar Ponggang, Puhu, Payangan, Gianyar

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 hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 26 Juni 2021



(Ni Made Susiana Aprilianti)

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH JUS BELIMBING TERHADAP HIPERTENSI PADA LANSIA DI  
BANJAR PONGGANG, PUHU, PAYANGAN, GIANYAR**

**Diajukan Oleh :**

**NI MADE SUSIANA APRILIANTI  
NIM. C1117038**

**Mangupura, 26 Juni 2021**

**Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing**

Pembimbing I



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

Pembimbing II



**Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.Sit., M.Keb**  
NIDN : 16.03.0084

Mengetahui,

Program Studi S1 Keperawatan

Ketua


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

**HALAMAN PENGESAHAN**

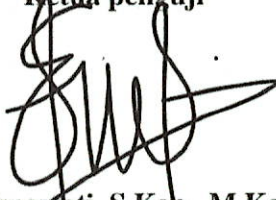
**PENGARUH JUS BELIMBING TERHADAP HIPERTENSI PADA  
LANSIA DIBANJAR PONGGANG, PUHU, PAYANGAN, GIANYAR**

**Diajukan Oleh :  
Ni Made Susiana Aprilianti  
C1117038**

**Tanggal : 2 Juli 2021**

Yang terdiri dari :

**Ketua penguji**



**Ns. Nyoman Eta Risnawati, S.Kep., M.Kep, Sp. Kep.MB**  
**NIDN :8806290019**

**Sekretaris Penguji**



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

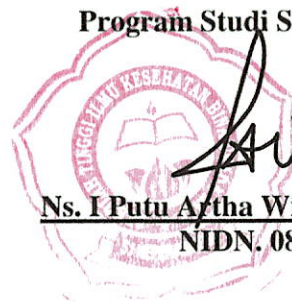
**Anggota Penguji**



**Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.Sit., M.Keb**  
**NIK: 16.03.0084**

**Mengetahui,**

**Program Studi S1 Keperawatan**

  
**Ns. I Putu Aytha Wijaya, S.Kep., M.Kep**  
**NIDN. 0821058603**

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

Skripsi, Juni 2021

NI MADE SUSIANA APRILIANTI

Pengaruh Jus Belimbing Terhadap Hipertensi Pada Lansia di Banjar Ponggang Puhu Payangan Gianyar.

xv + 52 + 13 tabel + 2 gambar + 11 lampiran

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan penyakit yang menyebabkan tingginya kematian di Indonesia yaitu 427.218 atau sebanyak 0,67 % dari keseluruhan total penderita hipertensi di Indonesia. Dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik lebih besar atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan diastolik lebih besar atau sama dengan 90 mmhg. Berdasarkan prevalensi kejadian tekanan darah tinggi di Kabupaten Gianyar 29,3% sedangkan di Banjar Ponggang terdapat 32 orang lansia (8,3%) terdapat 21% perbandingan antara prevalensi kejadian tekanan darah tinggi di Kabupaten Gianyar dengan di Banjar Ponggang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh jus belimbing terhadap hipertensi pada lansia di banjar tersebut.

Menggunakan jenis penelitian kuantitatif metodenya pra eksperimental dan desainnya *one group pretest-posttest design*. Sampel dipilih secara *total sampling* berjumlah 32 lansia. Data dianalisis menggunakan *T dependent test*.

Rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diberikan jus belimbing 156,25 mmHg dan 139,06 mmHg dengan nilai *p-value* 0,004. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum dan setelah diberikan jus belimbing 90,00 mmHg dan 82,19 mmHg dengan nilai *p-value* 0,001. Secara statistik jus belimbing menurunkan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik secara bermakna *p* sistolik ( $0,004 < 0,05$ ) dan *p* diastolik ( $0,001 < 0,05$ )

Lansia yang mengalami hipertensi di Banjar Ponggang, Puhu, Payangan, Gianyar sebaiknya rutin minum obat anti hipertensi dikombinasikan dengan jus belimbing 200 ml 2x dalam sehari.

Kata kunci: Jus belimbing Tekanan Darah

Daftar Pustaka 49 (2003-2019)

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

Undergraduate thesis, June 2021

NI MADE SUSIANA APRILIANI

The Effect of Starfruit Juice on Hypertension in the Elderly in Banjar Ponggang Puhu Payangan, Gianyar.

xv + 52 + 13 tables + 2 images + 11 attachments

**ABSTRACT**

Hypertension is a disease that causes high mortality in Indonesia, namely 427,218 or as much as 0.67% of the total hypertension sufferers in Indonesia. It is said to be hypertension if the systolic blood pressure is greater than or equal to 140 mmHg and/or the diastolic pressure is greater than or equal to 90 mmHg. Based on the prevalence of high blood pressure in Gianyar Regency 29.3% while in Banjar Ponggang there are 32 elderly people (8.3%) there is a 21% comparison between the prevalence of high blood pressure in Gianyar Regency and Banjar Ponggang. This study aims to determine the effect of star fruit juice on hypertension in the elderly in the banjar.

Using quantitative research, the method is pre-experimental and the design is one group pretest-posttest design. The sample was selected with a total sampling of 32 elderly people. Data were analyzed using T dependent test.

The average systolic blood pressure before and after being given star fruit juice was 156.25 mmHg and 139.06 mmHg with a p-value of 0.004. While the average diastolic blood pressure before and after star fruit juice was given 90.00 mmHg and 82.19 mmHg with a p-value of 0.001. Statistically, star fruit juice significantly reduced the mean systolic and diastolic blood pressure, p systolic ( $0.004 < 0.05$ ) and p diastolic ( $0.001 < 0.05$ ).

Elderly people with hypertension in Banjar Ponggang, Puhu, Payangan, Gianyar should routinely take antihypertensive drugs combined with 200 ml star fruit juice twice a day

Keywords: Starfruit juice Blood Pressure  
Bibliography 49 (2003-2019)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur dipersembahkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “pengaruh jus belimbing terhadap hipertensi pada lansia di Banjar Ponggang, Puhu, Payangan, Gianyar 2021” dengan tujuan untuk memenuhi tugas akhir penulis.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada STIKES Bina Usaha Bali. Selanjutnya penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program Sarjana Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta bimbingan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
3. Dr. dr. I Wayan Artana, SH., M.Biomed (AMM) selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta membimbing dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.Sit., M.Keb selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.

5. Kepala Desa Puhu yang telah memberikan ijin dalam menyelenggarakan penelitian ini.
6. Teman-teman dan berbagai pihak yang telah memberikan dukungan dan masukan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan masukan dan saran dari pembaca untuk menyempurnakan hasil tulisan ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk pembaca semuanya.

Mangupura, 26 Juni 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II : KAJIAN TEORI	
A. Konsep Lansia .....	7
1. Pengertian Lansia.....	7
2. Perubahan Anatomis dan Fisiologis Pada Lansia .....	8

B. Hipertensi .....	9
1. Pemahaman Hipertensi.....	9
2. Klasifikasi Hipertensi.....	10
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi.....	11
C. Jus Belimbing.....	14
1. Kandungan Gizi Buah Belimbing .....	14
2. Kandungan Dalam Buah Belimbing Untuk Menurunkan Tekanan Darah.....	17
3. Pengertian Jus Belimbing.....	19
D. Pengaruh Jus Belimbing Terhadap Hipertensi.....	19
E. Kerangka Teori.....	21

### BAB III : KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI

#### OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep.....	22
1. Variabel Penelitian .....	23
B. Hipotesis.....	23
C. Definisi Operasional.....	24

### BAB IV : METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian .....	25
B. Populasi dan Sampel .....	26
C. Tempat Penelitian.....	27

D. Waktu Penelitian .....	27
E. Etika Penelitian .....	27
F. Alat Pengumpulan Data .....	27
1. Instrumen Penelitian.....	27
2. Validitas dan Reliabilitas .....	28
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	28
1. Prosedur Administrasi.....	28
2. Prosedur Teknis.....	28
H. Pengolahan Data .....	29
I. Analisis Data .....	29
1. Analisis Univariat.....	29
2. Analisis Bivariat.....	29
<b>BAB V : HASIL PENELITIAN</b>	
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	31
B. Karakteristik Responden .....	31
C. Analisis Data .....	36
D. Analisis Bivariat.....	37
<b>BAB VI : PEMBAHASAN</b>	
A. Interpretasi Penelitian.....	40
B. Keterbatasan Penelitian .....	48
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....	48

BAB VII : SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan .....	50
B. Saran.....	51

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	24
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	31
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .	32
Tabel 5.3	Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Pendidikan .....	32
Tabel 5.4	Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Pekerjaan .....	33
Tabel 5.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Merokok .....	33
Tabel 5.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Mengonsumsi Garam .....	34
Tabel 5.7	Karakteristik Responden Berdasarkan Obesitas .....	34
Tabel 5.8	Karakteristik Responden Berdasarkan Genetik .....	35
Tabel 5.9	Karakteristik Responden Berdasarkan Aktifitas Olahraga .....	35
Tabel 5.10	Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Lansia Sebelum dan Setelah diberikan Jus Belimbing 200 ml Dua Kali Sehari .....	36
Tabel 5.11	Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Lansia Setelah diberikan Jus Belimbing 200 ml Dua Kali Sehari .....	37
Tabel 5.12	Uji Normalitas Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Diberikan Jus Belimbing .....	38
Tabel 5.13	Komparasi Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik dengan Pemberian Jus Belimbing 200 ml .....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	21
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	22

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Skripsi

- Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 5 *Etichal Approve* Lolos Kaji Etik
- Lampiran 6 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Jadwal Penelitian
- Lampiran 8 Hasil Tabulasi
- Lampiran 9 Lembar Bimbingan
- Lampiran 10 Dokumentasi
- Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*.
- Ardiyanto, I., Nuraeni, A., & Supriyono, M. (2014). Efektifitas Jus Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Tawangmas Baru Kecamatan Semarang Barat. *Jurnal Ilmi Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*.
- Adriani, A., & Sari, M. (2019). Efektifitas Pemberian Jus Belimbing Manis Dan Mentimun Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*. <https://doi.org/10.35730/jk.v0i0.439>
- Arumi, S. (2011). Menstabilkan Darah Tinggi dan Darah Rendah. Paduan Hidup Sehat dengan Tekanan Darah Normal. Yogyakarta: Araska Pinang Merah Residence.
- ADDIN Mendeley Bibliography CSL\_BIBLIOGRAPHY Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bangun, A. V., & Ahmad, L. N. (2019). Pengaruh Terapi Jus Belimbing Manis (Averhoa Carambola Linn) Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi. *Keperawatan*, 2.
- Berawi, K. N., & Pasya, A. V. (2016). Pengaruh Pemberian Jus Belimbing Manis (Averrhoacarambola L) untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Majority*.
- BPJS. (2017). BPJS Kesehatan. <https://doi.org/10.1103/PhysRevB.67.125406>
- Cholifah, N., Suyatno, S., & Hartinah, D. (2018). Pengaruh Juice Belimbing Manis (Averrhoa Carambola Linn) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Lemah Putih Kec. Brati Kab. Grobogan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*. <https://doi.org/10.26751/jikk.v9i2.462>
- Cresweel, john w. (2015). Penelitian Kualitatif Dan Desain Riset. *International Journal of Physiology*. Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): the indonesian journal of health promotion*.
- Elfandari, S. (2015). Efektifitas Jus Belimbing Manis dan Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kampung Bangka Kecamatan Pontianak Tenggara. *Jurnal ProNers*, 3(1).

- Fatmah. (2010). Pengertian lanjut usia. *Lanjut Usia*.
- Fatichasari, H. D. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Buah Belimbing Wuluh (Averrhoa Bilimbi L.) Terhadap Kadar Trigliserida Darah Tikus Putih (Rattus Norvegicus) Jantan Galur Wistar Yang Diberi Diet Tinggi Lemak. *Medical and Health Science Journal*.
- Handayani, D., & Wahyuni, . (2012). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Lansia Dalam Mengikuti Posyandu Lansia Di Posyandu Lansia Jetis Desa Krajan Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo. *Gaster / Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Herbie, T. (2015). *Kitab Tanaman Berkhasiat Obat*. Yogyakarta: Octopus Publishing
- Hermayanti, D., Syafitri, F., & Devi Iralawati, A. (2017). Jus Belimbing Manis (Averrhoa Carambola L.) Sebagai Hepatoprotektor Pada Tikus Putih (Rattus Novergicus Strain Wistar) Yang Diinduksi Antituberkulosis Rifampisin Dan Isoniazid. *Saintika Medika*.
- Kemendes RI. (2014). Hipertensi. *Infodatin Pusat Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Kementrian Riset dan Teknologi Republik Indonesia (KEMENRISTEK RI). (2010). *Teknologi Pangan dan Agroindustri*. <http://www.warintek.ristek.go.id>. Diakses tanggal 27 Mei 2021.
- Kholifah, S. N. (2016). Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan: Keperawatan Gerontik. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kuntoro, K., Wirjatmadi, B., & Muniroh, L. (2007). Pengaruh Pemberian Jus Buah Belimbing dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health*.
- Layli, A. N., & Purwaningsih, E. (2018). Pengaruh Jus Belimbing (Averrhoa Carambola Linn) Terhadap Tekanan Darahpenderita Hipertensi Di Posyandulansia Bahagia Puskesmas Mulyorejo. *Jurnal Info Kesehatan* .
- Lexy J. Moleong, D. M. A. (2019). Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi). *PT. Remaja Rosda Karya*. <https://doi.org/10.1016/j.carbpol.2013.02.055>
- Mariyati, M., & Wahyuningsih, W. (2017). Keefektifan Pemberian Jus Belimbing Pada Lansia Dalam Menurunkan Tekanan Darah Di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 1(1), 44-54.
- Moleong, L. J. (2017). Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi). In *PT. Remaja Rosda Karya*.

- Muniroh, L., & Wirjatmadi, B. (2003). Pengaruh Pemberian Jus Buah Belimbing dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Penderita Hipertensi. *The Indonesian Journal of Public Health*.
- Nathalia, V. (2017). *Pengaruh Pemberian Jus Buah Belimbing Terhadap Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Panti Jompo Effect Of Carambola Fruit Juice Of Changes In Blood Pressure Patients With Hypertension In Nursing Homes*. 201–216.
- Novia, V. R., Herlina, A. M., & Sartiwi, W. (2018). Pengaruh Pemberian Jus Belimbing (Averrhoa Carambola Linn) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory, 1*.
- Nur Rohmah, A. I. (2012). Kualitas Hidup Lanjut Usia. *Jurnal Keperawatan*.
- Nurhamidah, N., & Malfita, M. (2018). Pengaruh Pemberian Jus Belimbing (Averrhoa Carambola) Dan Buah Naga (Hylocereus Undatus) Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Interne Rsud Padang Panjang Tahun 2017. *Sainstek : Jurnal Sains Dan Teknologi*.
- Nurmauli Diana, Dian Nurafifah, A. A. (2013). Pengaruh Pemberian Sari Buah Belimbing Manis (Averrhoa Carambola) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di Desa Botoputih Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan. *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Nursalam. (2013). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika. *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Jakarta : Salemba Medika*.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pasya, A. V., & Berawi, K. N. (2016). Pengaruh Pemberian Jus Belimbing Manis (Averrhoa carambola L) untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Majority*.
- PERHI. (2019). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. Indonesian Society Hipertensi Indonesia*.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskuler Indonesia. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Hipertensi*. In *Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskuler*.
- Prof. Dr. Suryana, Ms. (2012). *Metodologi Penelitian : Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. *Universitas Pendidikan Indonesia*. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Rahma, D., Suhaema, S., Luthfiah, F., & Darawati, M. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Campuran Belimbing (Averrhoa Carambola Linn) Dan

Mentimun (*Cucumis Sativus* Linn) Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Rawat Jalan Di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Mataram. *Jurnal Gizi Prima*.

Ramayulis, R. (2016). *Super Jus Tumpas Penyakit & Awet Muda Berdasarkan Fakta Ilmiah & Riset Akademis*. Jakarta Timur: Penebar Plus.

Setiadi. (2013a). *Konsep Dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan (Ed2)*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Setiadi. (2013b). *Konsep Dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan (2nd ed)*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sekaran, U. (2014). *Research Methods For Businnes* ((Edisi 4)). Jakarta: Salemba Empat.

Sri Yulianti, T., Setyaningsih, R., & Suryaningsih, M. (2015). Pengaruh Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dukuh Jangkung Rejo Nogosari Boyolali. *Kosala : Jurnal Ilmu Kesehatan*. <https://doi.org/10.37831/jik.v2i2.13>

Suardiman, S. P. (2011). Psikologi usia lanjut. *Gajah Mada University Press*.

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suryana. (2012). Metodologi Penelitian : Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. In *Universitas Pendidikan Indonesia*. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>

Syahrum., S. (2014). Metodologi Penelitian Kuantitatif. *Komunikasi Penelitian Kuantitatif Program Studi Jurnalistik & Humas*.

Wayunita, V. D & Fitrah. (2010). *Memahami Kesehatan Pada Lansia*. Jakarta: TIM.

Yanita, S. (2017). *Berdamai Dengan Hipertensi* (S. Yanita, ed.). Jakarta.

Zahroh, R., & Khasanah, N. (2016). Jus Belimbing Manis (*Averrhoa Carambola*) Kombinasi Wortel (*Daucus Carota*) Menurunkan Tekanan Darah (Effect of Sweet Star Fruit Juice-Carrot Combination to Decrease Blood pressure). *Journals of Ners Community*, 7(1), 15-20.