

**PENGARUH PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI  
BANJAR SENGANAN KANGINAN KECAMATAN  
PNEBEL KABUPATEN TABANAN**



**SKRIPSI**

**OLEH :**

**NI MADE MITA DARMAYANTI**

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

**2021**

**PENGARUH PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI BANJAR  
SENGANAN KANGINAN KECAMATAN PENEHEL  
KABUPATEN TABANAN**

**Skripsi**

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

**Oleh :**

**Ni Made Mita Darmayanti  
C1117035**

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

## LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI BANJAR SENGANAN KANGINAN  
KECAMATAN PENEHEL KABUPATEN TABANAN**

**Diajukan oleh :**

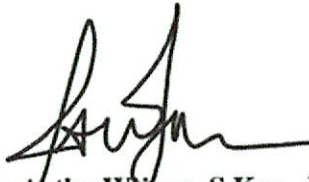
**NI MADE MITA DARMAYANTI**

**NIM. C1117035**

**Mangupura, 30 Juli 2021**

**Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing**

Pembimbing I



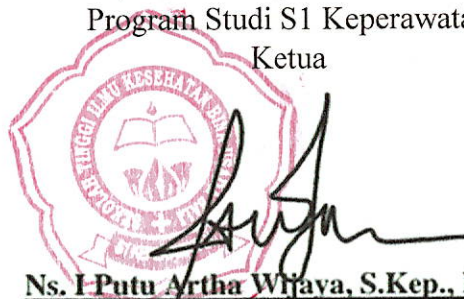
Ns. I Putu Artha Wirava, S.Kep., M.Kep  
NIDN : 0821058603

Pembimbing II



I Gede Wirajaya, SE., MM  
NIDN. 0821099001

Mengetahui  
Program Studi S1 Keperawatan  
Ketua



Ns. I Putu Artha Wirava, 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:

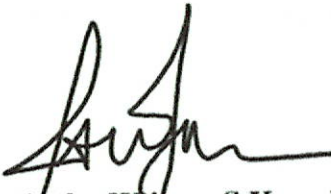
Yang Terdiri Dari :

Ketua Penguji



Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes  
NIDN : 0801038801

Sekretaris Penguji



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

Anggota Penguji



I Gede Wirajaya, SE., MM  
NIDN. 0821099001

Mengetahui

Program Studi S1 Keperawatan

Ketua



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

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Made Mita Darmayanti

NIM : C1117035

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Banjar Senganan Kanginan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar - benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan 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.

Badung, 30 Juli 2021



( Ni Made Mita Darmayanti )

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

Skripsi, Juni 2021

Ni Made Mita Darmayanti

Pengaruh Pemberian Jus Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia di Banjar Senganan Kanginan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan

x + 47 + 9 tabel + 2 gambar + 23 lampiran

**ABSTRAK**

Seiring bertambahnya usia, para lansia sering mengalami masalah kesehatan yang disebabkan karena terjadinya perubahan dalam struktur, fungsi sel, jaringan serta sistem organ. Salah satu penyakit yang sangat rentan dialami oleh lansia adalah penyakit hipertensi. Data Kemenkes RI tahun 2018 menyebutkan bahwa prevalensi penderita hipertensi semakin meningkat, sehingga memerlukan penanganan yang komprehensif. Secara farmakologis terapi tersebut ditangani dengan obat medis, yang dapat dilakukan dengan terapi non farmakologis yaitu dengan jus mentimun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Banjar Senganan Kanginan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan.

Desain penelitian ini adalah *one group pre-post test* dengan jumlah sampel 32 orang yang dipilih melalui teknik *total sampling*. Uji statistik yang digunakan yaitu *wilcoxon rank test* ( $p\text{ value} < \alpha$ ,  $\alpha = 0,05$ ). Hasil uji statistik diperoleh  $p\text{ value}$   $0,000 < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Banjar Senganan Kanginan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan dapat dijadikan acuan sebagai pengobatan tradisional komplementer terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi serta dijadikan tambahan literatur.

Kata kunci: Lansia, Hipertensi, Jus Mentimun

Daftar Pustaka 36 (2010-2019)

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

Undergraduate thesis, June 2021

Ni Made Mita Darmayanti

The Effect of Cucumber Juice on Lowering Blood Pressure in the Elderly in Banjar Senganan Kanginan, Penebel District, Tabanan Regency

x + 47 + 9 tables + 2 pictures + 13 appendixes

**ABSTRACT**

With age, the elderly often experience health problems caused by changes in the structure, the function of cells, tissues, and organ systems. One of the diseases that are very vulnerable to be experienced by the elderly is hypertension. Data from the Indonesian Ministry of Health in 2018 states that the prevalence of hypertension sufferers is increasing, thus requiring comprehensive treatment. Pharmacologically the therapy is treated with medical drugs, treatment is done by non-pharmacological therapy, namely cucumber juice. This study aimed at determine the effect of consuming cucumber juice on reducing blood pressure in the elderly in Banjar Senganan Kanginan, Penebel District, Tabanan Regency.

The design of this study was a one group pre-post test with a sample of 32 people selected through total sampling technique. The statistical test used was the Wilcoxon rank test ( $p$  value  $< \alpha$ , = 0.05). Statistical test results obtained  $p$  value 0.000  $< 0.05$ . So it can be concluded that there is an effect of consuming cucumber juice on reducing blood pressure in the elderly in Banjar Senganan Kanginan, Penebel District, Tabanan Regency.

Based on the results of this study, it is suggested that it can be used as a reference as a complementary traditional treatment for non-pharmacological therapy to reduce blood pressure in the elderly with hypertension and be used as an addition to the literature.

Keywords: Elderly, Hypertension, Cucumber Juice  
Bibliography 36 (2010-2019)

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Puja dan Puji Syukur atas Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan laporan akhir skripsi ini dengan judul “Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Banjar Senganan Kanginan, Kecamatan Penebel, Kabupaten Tabanan tahun 2020” dengan tujuan untuk memenuhi Tugas Akhir penulis.

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

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program Sarjana Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bina Usada Bali serta Pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta bimbingan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
3. I Gede Wirajaya, SE., MM selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
4. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan selama proses penyusunan tugas akhir skripsi ini.

5. 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 kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk menyempurnakan hasil tulisan yang akan datang. Semoga tugas akhir skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk pembaca semuanya.

Mangupura, 30 Juli 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAM JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Pelayanan Keperawatan.....	6
2. Masyarakat .....	6
3. Institusi Pendidikan .....	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan.....	6

E. Keaslian Penelitian .....	6
------------------------------	---

## BAB II : KAJIAN TEORI

A. Konsep Lansia .....	8
1. Definisi .....	8
2. Perubahan anatomis dan fisiologi pada lansia.....	9
B. Hipertensi .....	11
1. Pemahaman hipertensi .....	11
2. Klasifikasi hipertensi .....	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi .....	13
C. Jus Mentimun .....	15
1. Pengertian jus mentimun .....	15
2. Kandungan gizi jus mentimun .....	16
D. Pengaruh jus mentimun terhadap hipertensi .....	16
E. Kerangka Teori .....	18

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

A. Kerangka Konsep .....	19
B. Hipotesis.....	20
C. Definisi Operasional .....	20

## BAB IV : METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian.....	22
B. Populasi dan Sampel .....	23
C. Tempat penelitian .....	24
D. Waktu Penelitian .....	24
E. Etika Penelitian .....	24
F. Alat Pengumpulan Data .....	25

1. Instrumen penelitian .....	25
2. Uji validitas .....	26
3. Uji reabilitas .....	26
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	26
1. Prosedur Administrasi .....	26
2. Prosedur Teknis .....	26
H. Pengolahan Data .....	27
1. Editing .....	27
2. Coding .....	27
3. Data Entry.....	28
4. Data Cleaning .....	28
I. Rencana Analisis Data.....	28
1. Analisis Univariat .....	28
2. Analisis Bivariat .....	29

## BAB V : HASIL PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
B. Hasil Analisis Data .....	30
1. Hasil Uji Univariat .....	30
2. Hasil Uji Bivariat .....	33

## BAB VI : PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian .....	35
1. Gambaran Karakteristik Responden.....	35
2. Tekanan Darah Sebelum Diberikan Jus Mentimun .....	37
3. Tekanan Darah Setelah Diberikan Jus Mentimun .....	38
4. Analisis Pengaruh Pemberian Jus Mentimun .....	40
B. Keterbatasan Penelitian.....	43

C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian .....	43
1. Pelayanan Keperawatan .....	43
2. Pendidikan Keperawatan.....	43
3. Penelitian Keperawatan.....	44

## BAB VII : SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan .....	45
B. Saran .....	46
1. Layanan Keperawatan.....	46
2. Masyarakat.....	46
3. Institusi Pendidikan.....	47
4. Perkembangan Ilmu Keperawatan.....	47

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah.....	12
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	22
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	31
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	32
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan .....	32
Tabel 5.4 Identifikasi Tekanan Darah Pada Lansia Sebelum Meminum Jus .....	33
Tabel 5.5 Identifikasi Tekanan Darah Pada Lansia Setelah Meminum Jus.....	33
Tabel 5.6 Hasil Analisis Uji <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	34
Tabel 5.7 Hasil Analisis Pengaruh Pemberian Jus Mentimun.....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	19
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	20

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Observasi
- Lampiran 8 Lembar SOP
- Lampiran 9 Hasil Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 11 Lembar Bimbingan
- Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 13 Surat Keterangan Lolos Kaji Etik

## DAFTAR PUSTAKA

- A, Aziz, Hidayat. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Agus Santoso. (2010). Studi Deskriptif *Effect Size* Penelitian-Penelitian Di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. *Jurnal Penelitian*. 14 (I). Hlm. 1-17.
- Andy Wiraputra. (2013). Stres Pada Penduduk Lanjut Usia Yang Menderita Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Tabanan Ii Kabupaten Tabanan Periode September - Oktober 2013. *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Ardiyanto, I., Nuraeni, A., & Supriyono, M. (2014). Efektifitas Jus Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Tawangmas Baru Kecamatan Semarang Barat. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*.
- Azizah, L.M. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Graha ilmu: Yogyakarta.
- Bustan, M. Nadjib. (2015). *Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular*: Cetakan I. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Cici Lavenia dan Nurdin. (2012). Pemberian *Juice* Campuran Tomat Dan Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Kepada Penderita Hipertensi.
- Dewi.S & Familia. D. (2010). *Hidup Bahagia Dengan Hipertensi*. Yogyakarta : A Plus.
- Ferayanti, N. M. (2017). Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah. *Jurnal Keperawatan dan Pemikiran*, tahun 2017.
- Hariada, L. (2011). Pengaruh Jus Mentimun (*Cucumis Sativus Linn*) Pada Tekanan Darah Perempuan Dan Laki-Laki Dewasa. Universitas Kristen Maranatha. <http://repository.maranatha.edu>.
- Herawati, Wiwi Sartika., (2011). Terkontrolnya Tekanan Darah Penderita Hipertensi Berdasarkan Pola Diet dan Kebiasaan Olah Raga di Padang Tahun 2011. *Poltekkes Kemkes Padang*.

- Kemenkes RI. (2014). Kesehatan Indonesia. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kusnul dan Munir. (2012). Efek Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah. Diakses pada tanggal 12 Desember 2015 [www.journal.unipdu.ac.id/index.php/seminas/article/download](http://www.journal.unipdu.ac.id/index.php/seminas/article/download).
- Muhith, A. and Siyoto, S. (2016) Pendidikan Keperawatan Gerontik. Edited by P. Christian. Yogyakarta: ANDI.
- 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.
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo,S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nur Syaroh. (2019). Pengaruh Rebusan Daun Sambung Nyawa (*Gynura Procumbens*) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Borobudur Tahun 2019. Muhammadiyah Magelang.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI). (2015). Pedoman Tatalaksana Dislipidemia di Indonesia. Edisi 1. Jakarta: Centra Communication.
- Ponggohong, C. E., Rompas, S. S. J., & Ismanto, Y. (2015). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Tolombukan Kec. Pasan Kab. Minahasa Tenggara Tahun 2015. *EJournal Keperawatan (EKp)*, 3, 10–17.
- Prakoso, A, Agusman, F & Sonhaji. (2014). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Di Kabupaten Demak. *Stikes Karya Husada Semarang*.
- Putriastuti, L. (2016). Analisis Hubungan Antara Kebiasaan Olahraga dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Usia 45 Tahun keatas. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(2), 225–236.
- Rayhani. (2013). Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang Berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang. Pekanbaru Riau: Faculty of Medicine – University of Riau.
- R. Akbar Tukan. (2018). Efektifitas Jus Mentimun Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.

- Sekaran, U. (2014). *Research Methods For Businnes* ((Edisi 4)). Jakarta: Salemba Empat.
- Smeltzer, S.C, Bare, B.G. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth Vol. 2*. Jakarta: ECG.
- Sudarmoko, A. (2015). *Sehat Tanpa Hipertensi*. Yogyakarta: Cahya Atma Pustaka.
- Sugiyono. (2012). *Memahami Penelitian Kualitatif?*. Bandung : ALFABETA
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tjiptaningrum & Stevi Erhadestria, (2015). *Manfaat Jus Mentimun (Cucumis Sativus L.) sebagai Terapi untuk Hipertensi* Agustyas.
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Umbas, I. M. (2019). *Hubungan Antara Merokok Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan*. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Wayunita, V. D & Fitrah. (2010). *Memahami Kesehatan Pada Lansia*. Jakarta: TIM.
- WHO. (2015). *A Global Brief on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis*
- Yossi Fitriana. (2011). *Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Jorong Balerong Bunta Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Tarab 1 Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar Tahun 2013*. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Yanita, S. (2017). *Berdamai Dengan Hipertensi* (S. Yanita, ed.). Jakarta.