

**PENGARUH PEMBERIAN PISANG KEPOK TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ASTAMBUL**

SKRIPSI

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh derajat Sarjana Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Oleh
Risna Hafizah
2110913120022



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BANJARBARU**

Juli, 2024

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

PENGARUH PEMBERIAN PISANG KEPOK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ASTAMBUL

Dipersiapkan dan disusun oleh

Risna Hafizah

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 25 Juli 2024

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Windy Yuliana Budianto, Ns., M.Biomed

Anggota Dewan Penguji Lain



Hery Wibowo, Ns., M.Kep

Pembimbing Pendamping



Maulidya Septiany, Ns., M.Kep



Herry Setiawan, Ns., M.Kep

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D.
Koordinator Program Studi Keperawatan

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah robbiil'alamin, segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah Subhanallah Wa Ta'ala karena atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini.

Terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Kedua orang tua saya (Sahrudin dan Lailan Supinah). Terima kasih atas semua cinta, kasih sayang, doa, dan pengorbanan yang mengiringi setiap langkah untuk menyelesaikan pendidikan ini. Semoga Allah SWT senantiasa menjaga kalian sampai melihat saya berhasil. Hiduplah lebih lama.
2. Kakak-kakak saya (M. Rezki Elfani dan Rezka Annisa). Terima kasih atas dukungan secara moril maupun material, terima kasih juga atas segala motivasi yang diberikan kepada saya sehingga saya mampu menyelesaikan pendidikan ini.
3. Dosen pembimbing (Ns. Windy Yuliana Budianto dan Ns. Maulidya Septiany). Terima kasih atas kebaikan dan kesabarannya dalam membimbing dan mengarahkan saya selama ini.
4. Dosen penguji (Ns. Hery Wibowo dan Ns. Herry Setiawan) yang membuat saya semangat dan berusaha untuk menyelesaikan skripsi ini semaksimal mungkin.
5. Sahabat saya (Norwaqiah, Ika Aisyah Caesarria, Cintya Putri Anugrahni, Lia Safitri). Terima kasih sudah menjadi teman, sahabat, dan saudara yang selalu menguatkan saya. Semoga sama-sama dilancarkan sampai akhir perjuangan.

6. Asisten penelitian (Fitriati Noor, Lia Safitri, Ika Aisyah Caesarria, Cintya Putri Anugrahni). Terima kasih sudah mengambil peran penting dibalik layar, kebersamai, dan tidak pernah mengeluh ketika direpotkan.
7. Diri saya sendiri (Risna Hafizah). Terima kasih sudah bertahan sampai saat ini atas banyaknya harapan dan impian yang harus diwujudkan. Terima kasih untuk selalu percaya bahwa segala niat baik dan harapan akan selalu diberikan kemudahan. Selamat bergelar sarjana, S.Kep.

Semoga Allah Subhanallah Wa Ta'ala memberikan balasan yang terbaik untuk kalian dan semoga Karya Tulis Ilmiah ini menjadi manfaat bagi masyarakat, instansi kesehatan, institusi pendidikan, dan lainnya.

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 25 Juli 2024



Risna Hafizah

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul “Pengaruh Pemberian Pisang Kepok terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul” tepat pada waktunya.

Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd, FISPH, FISCM yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.

Kedua dosen pembimbing Ns. Windy Yuliana Budianto, S. Kep., M. Biomed dan Ns. Maulidya Septiany, S. Kep., M. Kep yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

Kedua dosen penguji Ns. Hery Wibowo, S. Kep., M. Kep dan Ns. Herry Setiawan, S. Kep., M. Kep yang memberi kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik.

Kepala Puskesmas dan masyarakat yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul yang telah mengizinkan dan memberi kesempatan melakukan penelitian sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan.

Rekan penelitian, serta semua pihak atas sumbangan pikiran dan bantuan yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, 25 Juli 2024

Penulis

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN PISANG KEPOK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ASTAMBUL

Hafizah, Risna

Latar belakang: Pada lansia akan terjadi berbagai kemunduran pada organ tubuh sehingga mudah sekali terkena penyakit salah satunya hipertensi. Hipertensi yang tidak diobati akan memengaruhi semua sistem organ dan akhirnya memperpendek harapan hidup sebesar 10-20 tahun. Salah satu terapi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah yaitu pisang kepok.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pisang kepok terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan metode *quasi experiment* melalui pendekatan *pre test-post test only control group design*. Populasi pada penelitian ini adalah lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul. Data didapat menggunakan kuesioner karakteristik, lembar observasi, sphygmomanometer manual, stetoskop, timbangan makanan digital, dan SOP.

Hasil: Hasil analisis data menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan *p-value* 0,0001 pada tekanan darah sistolik dan *p-value* 0,002 pada tekanan darah diastolik yang berarti terdapat pengaruh pemberian pisang kepok terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul.

Diskusi: Pisang kepok memiliki pengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Untuk itu dapat disarankan sebagai penunjang obat farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia.

Kata kunci: Lansia, Hipertensi, Pisang Kepok

ABSTRACK

The Effect of Giving Kepok Banana to Reduce Blood Pressure in Elderly Hypertension Patients in The Working Area of Astambul Health Center

Hafizah, Risna

Backgrounds: *In the elderly, various disorders occurred in the body's organs, making it very easy for them to get diseases, one of which was hypertension. Untreated hypertension affected all organ systems and ultimately shortened life expectancy by 10-20 years. One of the therapies used to lower blood pressure was kepok bananas.*

Objectives: *This research aimed to determine the effect of giving kepok banana to reduce blood pressure in elderly hypertension patients in the working area of Astambul Health Center.*

Method: *The research used a quantitative approach with a quasi-experimental method and a pre-test-post-test only control group design. The population in this research consisted of elderly hypertension patients in the working area of the Astambul Health Center. Data were obtained using a characteristic questionnaire, observation sheets, a manual sphygmomanometer, a stethoscope, a digital food scale, and an SOP.*

Results: *The results of the data analysis using the Mann-Whitney test showed a p-value of 0.0001 for systolic blood pressure and a p-value of 0.002 for diastolic blood pressure, which meant that there was an effect of giving kepok banana to reduce blood pressure in elderly hypertension patients in the working area of the Astambul Health Center.*

Discussion: *Kepok bananas had an effect in reducing blood pressure in elderly people with hypertension. For this reason, they could be recommended as a support for pharmacological drugs to lower blood pressure in the elderly.*

Keywords: *Elderly, Hypertension, Kepok Banana*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti	5
1.4.2 Manfaat Bagi Responden.....	6
1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan.....	6
1.4.4 Manfaat Bagi Institusi Kesehatan	6
1.4.5 Manfaat Bagi Peneliti Lain.....	6
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Lansia.....	8
2.1.1 Pengertian Lansia	8
2.1.2 Proses Menua	8
2.1.3 Klasifikasi Lansia.....	9
2.1.4 Perubahan Lansia	10
2.2 Konsep Hipertensi	12

2.2.1	Pengertian Hipertensi	12
2.2.2	Etiologi Hipertensi	12
2.2.3	Klasifikasi Hipertensi	15
2.2.4	Manifestasi Klinis Hipertensi.....	16
2.2.5	Patofisiologi Hipertensi.....	17
2.2.6	Komplikasi Hipertensi.....	18
2.2.7	Pencegahan Hipertensi	19
2.2.8	Penatalaksanaan Hipertensi.....	20
2.3	Konsep Pisang Kepok	25
2.3.1	Pengertian Pisang Kepok.....	25
2.3.2	Klasifikasi Pisang Kepok	26
2.3.3	Kandungan Gizi Pisang Kepok.....	27
2.3.4	Manfaat Pisang Kepok	27
2.3.5	Waktu Anjuran Mengonsumsi Pisang Kepok.....	28
2.3.6	Dosis dan Durasi Waktu Pemberian Pisang Kepok pada Penderita Hipertensi.....	29
2.4	Mekanisme Penurunan Tekanan Darah Menggunakan Pisang Kepok	30
2.5	Kerangka Teori.....	31
	BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS.....	32
3.1	Kerangka Konsep	32
3.2	Hipotesis.....	35
	BAB 4 METODE PENELITIAN.....	36
4.1	Rancangan Penelitian.....	36
4.2	Populasi dan Sampel.....	37
4.2.1	Populasi	37
4.2.2	Sampel.....	37
4.3	Instrumen Penelitian	40
4.4	Variabel Penelitian.....	41
4.4.1	Variabel Bebas (Independen).....	41
4.4.2	Variabel Terikat (Dependen)	41
4.5	Definisi Operasional.....	42
4.6	Prosedur Penelitian	43
4.6.1	Tahap Persiapan.....	43
4.6.2	Tahap Pelaksanaan	44

4.7	Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	46
4.7.1	Teknik Pengumpulan Data	46
4.7.2	Teknik Pengolahan Data	47
4.8	Cara Analisis Data	48
4.8.1	Analisis Univariat.....	48
4.8.2	Analisis Bivariat.....	48
4.9	Tempat dan Waktu Penelitian.....	49
4.10	Etika Penelitian.....	49
	BAB 5 HASIL PENELITIAN	52
5.1	Karakteristik Responden.....	52
5.1.1	Karakteristik Usia Responden	52
5.1.2	Karakteristik Jenis Kelamin Responden	53
5.1.3	Karakteristik Pendidikan Responden	53
5.1.4	Karakteristik Pekerjaan Responden	54
5.2	Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Minum Obat pada Kelompok Kontrol Lansia Penderita Hipertensi.....	55
5.2.1	Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Minum Obat pada Kelompok Kontrol Lansia Penderita Hipertensi.....	55
5.2.2	Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Minum Obat pada Kelompok Kontrol Lansia Penderita Hipertensi.....	56
5.3	Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Pemberian Pisang Kepok pada Kelompok Intervensi Lansia Penderita Hipertensi.....	57
5.3.1	Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Pemberian Pisang Kepok pada Kelompok Intervensi Lansia Penderita Hipertensi.....	57
5.3.2	Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Pemberian Pisang Kepok pada Kelompok Intervensi Lansia Penderita Hipertensi.....	58
5.4	Analisis Pengaruh Pemberian Pisang Kepok terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi	59
5.4.1	Analisis Pengaruh Pemberian Pisang Kepok terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik pada Lansia Penderita Hipertensi	59
5.4.2	Analisis Pengaruh Pemberian Pisang Kepok terhadap Penurunan Tekanan Darah Diastolik pada Lansia Penderita Hipertensi.....	59
	BAB 6 PEMBAHASAN	61
6.1	Karakteristik Responden.....	61
6.1.1	Usia.....	61
6.1.2	Jenis Kelamin.....	62

6.1.3 Pendidikan	63
6.1.4 Pekerjaan.....	64
6.2 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Minum Obat pada Kelompok Kontrol Lansia Penderita Hipertensi.....	65
6.3 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Pemberian Pisang Kepok pada Kelompok Intervensi Lansia Penderita Hipertensi.....	66
6.4 Pengaruh Pemberian Pisang Kepok terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi.....	68
6.5 Keterbatasan Penelitian.....	70
BAB 7 PENUTUP.....	71
7.1 Simpulan	71
7.2 Saran.....	71
7.2.1 Saran Bagi Peneliti.....	71
7.2.2 Saran Bagi Responden	72
7.2.3 Saran Bagi Institusi Pendidikan	72
7.2.4 Saran Bagi Institusi Kesehatan.....	72
7.2.5 Saran Bagi Peneliti Lain	72

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

2.1	Klasifikasi Tekanan Darah Menurut JNC VII.....	15
2.2	Klasifikasi Tekanan Darah Menurut ESC.....	16
2.3	Kandungan Nilai Gizi Per 100 gr Pisang Kepok.....	27
4.1	Rancangan Penelitian	36
4.2	Definisi Operasional	42
4.3	Penyajian Data Hasil	48
5.1	Distribusi Karakteristik Usia Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=30).....	52
5.2	Distribusi Karakteristik Jenis Kelamin Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=30).....	53
5.3	Distribusi Karakteristik Pendidikan Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=30).....	53
5.4	Distribusi Karakteristik Pekerjaan Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=30).....	54
5.5	Analisis Uji <i>Mann Whitney</i> Tekanan Darah Sistolik pada Kelompok Kontrol dan Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=30)....	59
5.6	Analisis Uji <i>Mann Whitney</i> Tekanan Darah Diastolik pada Kelompok Kontrol dan Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=30)....	59

DAFTAR GAMBAR

2.1	Gambar Pisang Kepok	25
2.2	Kerangka Teori.....	31
3.1	Kerangka Konsep.....	34
5.1	Grafik tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah minum obat pada kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=15).....	55
5.2	Grafik tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah minum obat pada kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=15)	56
5.3	Grafik tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian pisang kepok pada kelompok intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=15).....	57
5.4	Grafik tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah pemberian pisang kepok pada kelompok intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul (n=15)	58

DAFTAR SINGKATAN

ACE	:	<i>Angiotensin Converting Enzyme</i>
Cm	:	<i>Centimeter</i>
Depkes	:	Departemen Kesehatan
Dinkes	:	Dinas Kesehatan
DPD	:	Dewan Perwakilan Daerah
ESC	:	European Society of Cardiology
FDA	:	Food and Drug Administration
gr	:	Gram
HDL	:	<i>High Density Lipoprotein</i>
JNC	:	Joint National Committee
Kemenkes	:	Kementerian Kesehatan
KTI	:	Karya Tulis Ilmiah
Min	:	<i>Minimum</i>
Max	:	<i>Maximum</i>
Mg	:	<i>Miligram</i>
mmHg	:	<i>Milimeter Merkuri Hydrargyrum</i>
NaCl	:	<i>Natrium Chloride</i>
PNS	:	Pegawai Negeri Sipil
POLRI	:	Kepolisian Republik Indonesia
PPNI	:	Persatuan Perawat Nasional Indonesia
RAA	:	<i>Renin Angiotensin Aldosteron</i>
RCS	:	<i>Renin Angiotensin System</i>
RI	:	Republik Indonesia
SD	:	Sekolah Dasar

SKI	:	Survei Kesehatan Indonesia
SMA	:	Sekolah Menengah Atas
SMP	:	Sekolah Menengah Pertama
SOP	:	<i>Standard Operating Procedure</i>
TD	:	Tekanan Darah
TNI	:	Tentara Nasional Indonesia
UPT	:	Unit Pelaksana Teknis
WHO	:	World Health Organization
WITA	:	Waktu Indonesia Tengah

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Biodata Peneliti
Lampiran 2	Lembar Surat Keterangan Laik Etik Penelitian
Lampiran 3	Lembar Surat Izin Penelitian Program Studi Keperawatan
Lampiran 4	Lembar Surat Persetujuan Penelitian di Puskesmas Astambul
Lampiran 5	Lembar Informasi (<i>Information Sheet</i>)
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 7	Kuesioner A (Karakteristik Responden)
Lampiran 8	SOP Pemberian Pisang Kepok
Lampiran 9	Lembar Observasi
Lampiran 10	Tabulasi Data Karakteristik Responden
Lampiran 11	Hasil Uji Statistik Karakteristik Responden
Lampiran 12	Hasil Uji Statistik Normalitas
Lampiran 13	Hasil Uji Statistik <i>Mann Whitney</i>
Lampiran 14	Lembar Konsultasi
Lampiran 15	Dokumentasi Kegiatan
Lampiran 16	Hasil Uji Turnitin dan Uji Typo