

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NANAS (*ANANAS COMOSUS L, MERR*) DALAM  
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA  
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA  
KOTO PERAMBAHAN WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS KAMPAR TIMUR  
TAHUN 2020**



**NAMA : SYAIBATUL ISLAMIA**  
**NIM : 1614201056**

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS PAHLAWAN**  
**TUANKU TAMBUSAI**  
**RIAU**  
**2020**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI RIAU**

**Laporan Penelitian, september 2020**

**SYAIBATUL ISLAMIA  
NIM 1614-201056**

**PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NANAS TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI  
USIA 35-45 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAMPAR  
TIMUR KOTA PEKANBARU TAHUN 2020**

**x+ 66 halaman + 11 tabel + 4 skema + 9 lampiran**

**ABSTRAK**

Hipertensi adalah adalah suatu kondisi dimana tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg. Adapun salah satu upaya untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan terapi alternatif jus buah nanas. Terapi jus buah nanas adalah 500 gram buah nanas yang diblender tanpa air dan diminum setelah sarapan selama empat hari, tujuannya agar jantung dapat bekerja normal dan tekanan darah menjadi seimbang. Buah nanas adalah buah yang kaya akan vitamin C, kalium serat dan rendah natrium. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi jus buah nanas terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan usia 35-45 tahun di Desa Koto Perambahan Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Timur Kabupaten Kampar Tahun 2020. Desain penelitian ini adalah *Pre-Experimental* dengan *One Group Pretest-Posttest* dengan metode pengambilan sampel *total sampling*. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 24 orang dengan jumlah sampel sebanyak 24 orang. Alat ukur yang digunakan adalah *sfigmomanometer*, *stetoskop* dan lembar observasi. Analisa yang digunakan adalah *univariat* dan *bivariat* menggunakan uji *T-test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus buah nanas terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ), dengan rata-rata penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi jus buah nanas adalah sebesar 12,21 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 9,63 mmHg untuk tekanan darah diastolik. Diharapkan kepada penderita hipertensi untuk menggunakan jus buah nanas sebagai salah satu terapi alternatif untuk menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi, Penurunan tekanan darah, Jus buah nanas.

Daftar Pustaka : 28 ( 2011 – 2019).

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT, dimana berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat memperoleh kemampuan dalam menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Jus Buah Nanas Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Koto Perambahan Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kampar Timur Tahun 2020” .

Penelitian ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan SI Keperawatan di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dalam penulisan proposal penelitian ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Amir Luthfi selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai sekaligus pembimbing I yang telah membimbing penulis hingga penulisan proposal penelitian ini terselesaikan tepat pada waktunya.
2. Ibu Dewi Anggraini Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
3. Ibu Ns. Alini, M.Kep selaku ketua prodi SI Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
4. Ibu Ns. Apriza M.Kep selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu dalam membimbing penulis hingga penulisan proposal penelitian ini terselesaikan tepat pada waktunya.
5. Ibu Ns. Yenny Safitri M.Kep selaku Narasumber 1 yang telah memberikan kritik dan saran dalam perbaikan laporan penelitian ini.

6. Ibu Ns.Ema Kusumayanti M.Kep selaku Narasumber II yang telah memberikan kritik dan saran dalam perbaikan laporan penelitian ini.
7. Beribu terimakasih penulis ucapkan kepada ayah dan dan ibunda tercinta atas dorongan serta kasih sayang yang diberikan selama ini.
8. Terimakasih kepada abang Bripda M.Rifky, kakak ipar Purnama sari Br sinaga amd, Keb, kakak Ns.Siti Rahamah S,Kep dan Adik Briptu Ahmad Fakhriil Aslam atas semangat serta kasih sayang yang diberikan selama ini.
9. Kepada rekan SI Keperawatan 2016 yang telah memberi motivasi dan saran kepada penulis dalam menggerakkan proposal penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal penelitian ini masih belum sempurna, sehingga penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun.

Bangkinang , September 2020

Syaibatul Islamia  
1614201056

## DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR JUDUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR SKEMA.....	ix
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	10
BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN .....	11
A. Tinjaun Teoritis	
1. Konsep Dasar Hipertensi	
a. Definisi Hipertensi.....	11
b. Etiologi Hipertensi.....	12
c. Klasifikasi Hipertensi .....	16
d. Tanda dan Gejala Hipertensi .....	17
e. Patofisiologi Hipertensi .....	18
f. komplikasi Hipertensi .....	21
g. Penatalaksanaan Hipertensi .....	24
2. Konsep Dasar Buah Nanas .....	27
a. Defenisi Nanas .....	27
b. Marfologi Nanas.....	28
c. Taksonomi Buah Nanas .....	30
d. Kandungan Zat Gizi nanas dan Manfaatnya .....	30
e. Porsi dan Efek samping Konsumsi Buah Nanas .....	31
f. Kandungan nutrisi nanas dalam 100 gram .....	32
g. Pengaruh Kalium Terhadap Penurunan Tekanan Darah.....	32
h. Pengaruh Serat Terhadap Penurunan Tekanan Darah....	33
i. Jus Buah Nanas .....	34
j. Penelitian Terkait .....	34

B. Kerangka Teori .....	35
C. Kerangka Konsep .....	36
D. Hipotesis .....	37
BAB III : METODOLOGI PENELITIAN .....	38
A. Desain Penelitian .....	38
1. Rancangan Penelitian .....	38
2. Alur Penelitian .....	39
3. Prosedur Penelitian .....	40
4. Variabel Penelitian .....	41
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	42
C. Populasi dan sampel .....	42
D. Etika Penelitian .....	44
E. Alat pengumpulan data .....	45
F. Prosedur Pengumpulan Data .....	47
G. Depenisi Operasional .....	47
H. Rencana Analisa Data .....	48
BAB IV :HASIL PENELITIAN .....	52
A. Analisis Univariat .....	53
B. Analisis Bivariat .....	55
BAB V : PEMBAHSAN .....	57
A. Kadar Tekanan Darah Pre Test Dan Post Test Pemberian Jus Buah Nanas .....	57
B. Pengaruh Pemberian Jus Buah Nanas Terhadap Penurunan Kadar Tekanan Darah .....	59
C. Analisis Perbandingan .....	60
D. Keterbatasan Penelitian .....	62
BAB VI : PENUTUP .....	
A. Kesimpulan .....	63
B. Saran .....	64

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1: Data Kasus Hipertensi di Puskesmas Kab Kampar 2019 .....	3
Tabel 1.2: Jumlah Penderita Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kampar Timur Tahun 2019 .....	4
Tabel 1.3: Jumlah Penderita Hipertensi Usia 35-45 Tahun Yang Berkunjung ke Puskesmas Kampar Timur Pada Bulan Maret Tahun 2020 .....	4
Tabel 2.1: Klasifikasi Hipertensi.....	17
Tabel 2.2: Kandungan nutrisi nanas dalam 100 g porsi buah nanas.....	32
Tabel 3.1: Defenisi Operasional.....	50
Tabel 4.1: Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....	54
Tabel 4.2: Rata-rata Kadar Tekanan Darah Sebelum Diberikan Terapi .....	54
Tabel 4.3: Rata-rata Kadar Tekanan Darah Setelah Diberikan Terapi .....	55
Tabel 4.4: Perbandingan Kadar Tekanan Darah pre dan post terapi.....	56
Tabel 5.1: Klasifikasi Tekanan Darah Usia $\geq$ 18 Tahun Menurut JNC VII .	60

## DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 : Patofisiologi Hipertensi.....	21
Skema 2.2 : Kerangka teori.....	27
Skema 3.1 : Rancangan Penelitian .....	39
Skema 3.2 : Alur Penelitian .....	40



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Format Pengajuan Judul Penelitian

Lampiran 2 : Izin Pengambilan Data

Lampiran 3 : Izin Penelitian

Lampiran 4 : Lembar Konsultasi

Lampiran 5 : Output Spss

Lampiran 6 : Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 8 : Lembar Observasi

Lampiran 9 : Dokumentasi