

**STUDI KOMPARASI PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH
APEL DAN JUS BUAH MELON TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA
YOGYAKARTA**

Naskah Publikasi

**Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan 'Aisyiyah Yogyakarta**



**Disusun Oleh :
SEPTYANA ZENADA FAHDAH
201210201195**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2014**

HALAMAN PENGESAHAN

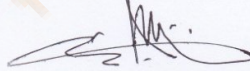
**STUDI KOMPARASI PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH
APEL DAN JUS BUAH MELON TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA
YOGYAKARTA**



Disusun Oleh :
SEPTYANA ZENADA FAHDAH
201210201195

Telah Disetujui Oleh Tim Pembimbing
Pada Tanggal 1 Februari 2014

Pembimbing



Drs. Sugiyanto, M.Kes.

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Alhamdulillah rabbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kenikmatan, rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Studi Komparasi Pengaruh Pemberian Jus Buah Apel dan Jus Buah Melon Terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta"

Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Keperawatan Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Maka perkenankanlah pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Warsiti, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat. selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta yang telah memberikan motivasi kepada penulis.
2. Ery Khusnal, MNS. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta yang telah memberikan inspirasi kepada penulis.
3. Widaryati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen penguji skripsi yang telah memberikan masukan kepada penulis.
4. Drs. Sugiyanto, M.Kes. selaku dosen pembimbing yang telah sabar membimbing penulis.
5. Kedua orang tua, suamiku dan adikku yang telah memberikan do'a, kasih sayang, kepercayaan dan motivasi untuk penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Besar harapan penulis bahwa skripsi ini dapat memberikan banyak manfaat bagi pembaca sekalian.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Yogyakarta, 30 Januari 2014

Penulis

STUDI KOMPARASI PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH APEL DAN JUS BUAH MELON TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA YOGYAKARTA¹

Septyana Zenada Fahdah², Sugiyanto³

INTISARI

Latar Belakang : Tekanan darah yang cenderung meningkat pada lansia merupakan masalah umum yang dihadapi oleh lansia. Salah satu usaha untuk mengontrol tekanan darah adalah dengan memberikan beberapa jus buah seperti apel dan melon. Namun pemberian jus mana yang lebih efektif antara jus apel dan jus melon masih diperdebatkan.

Tujuan Penelitian : Diketuainya perbedaan pengaruh pemberian jus buah apel dan jus buah melon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Metode Penelitian : Jenis penelitian *Quasy experiment* dengan menggunakan pendekatan *Non Equivalent Control Group*. Sampel diambil dengan teknik *total sampling* yaitu lansia yang menderita hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta sebanyak 20 orang. Instrumen penelitian adalah lembar observasi dan hasil penelitian dianalisis dengan rumus *paired sampel t-test* dan *independent sample t-test*.

Hasil penelitian : Berdasarkan uji *paired sample t-test* pada jus buah apel hasil sistolik diperoleh *p-value* (0,000) < 0,05 dan diastolik diperoleh *p-value* (0,010) < 0,05, dan pada jus buah melon sistolik diperoleh *p-value* (0,000) < 0,05 dan diastolik diperoleh *p-value* (0,007) < 0,05. Sehingga ada pengaruh pemberian jus buah apel dan melon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Kemudian uji *Independent t-test* hasil yang didapat jus buah apel dan jus buah melon memiliki efektivitas yang sama terhadap tekanan darah yakni dari hasil perhitungan tekanan darah sistolik $p=0,140$ dan tekanan darah diastolik didapatkan hasil $p=0,492$.

Kesimpulan : Ada pengaruh pemberian jus buah apel dan jus buah melon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi namun tidak terdapat perbedaan efektivitas jus buah apel dengan jus buah melon terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi.

Saran : Diharapkan responden meminum jus buah apel atau jus buah melon jika tekanan darah meningkat.

Kata kunci : Jus buah apel, Jus buah melon, Hipertensi.

Kepustakaan : 37 Buku (2000-2013), 15 Hasil Penelitian, 15 Internet, 1Jurnal

Halaman : i-xiii, 76 halaman, 8 Tabel, 1 Gambar, 19 Lampiran

¹ Judul Skripsi

² Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

³ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

COMPARISON STUDY OF THE INFLUENCE OF DRINKING APPLE JUICE AND MELONE JUICE ON BLOOD PRESSURE OF THE ELDERLY WITH HYPERTENSION IN YOGYAKARTA BUDHI DHARMA NURSING HOME¹

Septyana Zenada Fahdah², Sugiyanto³

ABSTRACT

Background : Blood pressure tends to increase in the elderly is a common problem faced by the elderly. One of attempt to control blood pressure is to give some fruit juices such as apple and melon. But which juice is more effective between apple juice and melon juice is still debateable.

Research Purpose : To examine the difference in the influence of drinking apple juice and melon juice on the blood pressure of elderly with hypertension.

Research Method : Research type was Quasy experiment using pendekatan Non Equivalent Control Group approach. The sample was collected using total sampling technique, i.e. 20 elderly with hypertension in Yogyakarta Budhi Dharma Nursing Home. Study instrument was observation sheets and reach results were analyzed using paired sampel t-test and independent sample t-test.

Research Results : Based on paired sample t-test on apple juice the systolic result has p-value of (0,000) < 0,05 and diastolic has p-value of (0,010) < 0,05, and on melon juice systolic result has p-value of (0,000) < 0,05 and diastolic has p-value of (0,007) < 0,05. So that there was influence of drinking apple juice and melon juice on the blood pressure of elderly with hypertension. Independent t-test result showed that apple juice and melon juice had the same effectiveness on blood pressure, which was based on the calculation of systolic blood pressure p=0,140 and diastolic blood pressure p=0,492.

Conclusion : There was influence of drinking apple juice and melon juice on the blood pressure of elderly with hypertension, however there is no difference in the effectiveness of drinking apple juice and melon juice on the blood pressure of elderly with hypertension.

Suggestion : Respondents should drink apple juice or melon juice when their blood pressure increases.

Keywords : Apple juice, Melon juice, Hypertension.

Bibliography : 37 Books (2000-2013), 15 Research, 15 Internet, 1 Journal

Pages : i-xiii, 76 pages, 8 Tables, 1 Pictures, 19 Appendices

¹ Thesis title.

² Student of School of Nursing 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta.

³ Lecturer of School of Nursing 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Pada kesempatan perayaan Hari Kesehatan Dunia pada 7 April 2013 dengan tema hipertensi, Organisasi Kesehatan Dunia menyerukan upaya lebih besar guna mencegah dan mengendalikan penyakit itu, yang juga dikenal dengan nama darah tinggi. Hipertensi diperkirakan mempengaruhi lebih dari satu dari tiga orang dewasa yang berusia 25 tahun ke atas, atau sekitar satu miliar orang di seluruh dunia. Dua per tiga diantaranya berada dinegara berkembang yang berpenghasilan rendah dan sedang.

Nurrahmani (2012) menjelaskan bahwa hipertensi berbahaya karena berhubungan dengan kardiovaskuler, yaitu sistem peredaran darah yang berfungsi memberikan dan mengalirkan suplai oksigen dan nutrisi ke seluruh jaringan dan organ tubuh yang diperlukan dalam proses metabolisme. Sementara itu komponen kardiovaskuler yaitu jantung sebagai organ pemompa, komponen darah sebagai pembawa materi oksigen serta nutrisi dan pembuluh darah yang mengalirkan komponen darah.

Seiring dengan bertambahnya umur dan berbagai macam faktor seperti genetik, pola makan, kurang beraktivitas dapat menyebabkan pembuluh darah yang tadinya lentur dan elastis akan menjadi mengeras dan kaku. Pengembangan dan pengerutan pembuluh darah tidak lagi memadai untuk memasok kebutuhan aliran darah bagi masing-masing organ. Proses tersebut berkembang sehingga menjadi bertambah parah tanpa disadari. Kondisi ini menyebabkan umumnya orang yang lanjut usia terkena berbagai macam penyakit, salah satunya adalah hipertensi (Nurrahmani, 2012).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2012 menunjukkan, sebaran pasien hipertensi di Indonesia yang melebihi 1,6% penduduk ada di Provinsi Sumatera Utara, Jawa Tengah, dan Sulawesi Utara. Menurut dokter spesialis penyakit dalam Budiman Darmowidjojo dalam acara *press conference* Jakarta Endokrin Meeting di Jakarta, hal itu terkait dengan gaya hidup dan pola makan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa jumlah penderita hipertensi di Yogyakarta untuk tahun 2012 sudah 29.564 orang (Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta 2013).

Pengobatan hipertensi terdiri dari farmakologi dan non farmakologi. Akan tetapi pengobatan farmakologi selalu memberikan efek samping seperti meningkatkan kerja pada ginjal dan semakin lama akan memperburuk keadaan ginjal. Oleh karena itu akan lebih baik jika pengobatan hipertensi yang diberikan adalah non farmakologi seperti memakan buah – buahan yang dapat menggantikan fungsi vasodilatasi pada pengobatan farmakologi bahkan tanpa efek samping seperti buah apel dan melon yang mengandung kalium yang berfungsi sebagai vasodilatasi (Amran, 2010). Konsumsi buah dan sayur dalam jumlah banyak sulit dilakukan, karena volumenya besar sementara kapasitas lambung sangat terbatas. Untuk memperbesar daya terima lambung dan meningkatkan asupan zat-zat yang terkandung dalam sayur dan buah, dapat dilakukan dengan membuat jus serta dengan cepat akan diserap oleh tubuh (Astawan, 2008). Sehingga pada penelitian ini peneliti akan menyediakan buah apel dan melon dalam bentuk jus.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti tanggal 10 Juni 2013 pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta didapatkan data dari pemeriksaan tensi pada 39 lansia yang terkena hipertensi sebanyak 20 orang. Kondisi ini tidak dapat diabaikan mengingat individu yang memiliki tekanan darah tinggi menyebabkan jantungnya bekerja ekstra keras, akhirnya kondisi ini berakibat terjadinya kerusakan pada pembuluh darah jantung, ginjal, dan otak. Mardiana (2013) menjelaskan bahwa hipertensi apabila diabaikan dapat menyebabkan terjadinya stroke dan serangan jantung (*heart attack*).

Latar belakang di atas membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Studi Komparasi Pengaruh Pemberian Jus Buah Apel dan Jus Buah Melon terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta”. Penelitian ini penting dilakukan diketahui buah mana yang lebih efektif dalam mengatasi hipertensi serta agar lansia terhindar dari penyakit tersebut.

TUJUAN PENELITIAN

Diketuinya perbandingan pengaruh pemberian jus buah apel dan jus buah melon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

METODE DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian “*Quasy experiment*” yaitu jenis penelitian eksperimen yang belum atau memiliki ciri-ciri rancangan eksperimen yang sebenarnya, karena variabel-variabel yang seharusnya dikontrol atau dimanipulasi (Notoatmojo, 2002). Pada penelitian ini dipilih pendekatan *Non Equivalent Control Group*, yaitu untuk mengetahui perbedaan dua kelompok yang masing-masing mendapatkan perlakuan berbeda yaitu kelompok orang yang hipertensi dengan mendapatkan perlakuan mengkonsumsi jus buah apel dan kelompok orang yang hipertensi dengan mendapatkan perlakuan mengkonsumsi jus buah melon. Pengukuran dilakukan sebelum diberikan treatment (*pretest*) dan setelah diberikan treatment (*posttest*).

Populasi dari penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta yaitu sebanyak 20 orang. Pada penelitian ini menggunakan total *sampling*. Yaitu seluruh populasi lansia yang menderita hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. Kemudian untuk membagi 2 kelompok perlakuan yang berbeda digunakan *random sampling* atau acak sederhana. Yaitu 10 orang kelompok A diberikan perlakuan jus buah apel dan 10 orang kelompok B diberikan perlakuan jus buah melon.

Alat yang digunakan dalam pengambilan data adalah daftar pertanyaan untuk mengetahui data umum responden dan untuk menentukan subyek yang sesuai dengan kriteria penelitian, kemudian Spigmomanometer atau tensimeter dan stetoskop dengan merk ONEMED untuk mengukur tekanan darah penderita hipertensi yang telah dilakukan uji kalibrasi. Hasil pengukuran tekanan darah dikategorikan dengan skala interval dan lembar catatan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

Sebelum dilakukan analisis data, dilakukan uji normalitas data. Uji yang dilakukan menggunakan uji one sampel kolmogorov-smirnov. Sugiyono (2009) menjelaskan bahwa jika nilai menggunakan taraf signifikansi 0,05. Hasil uji normalitas data pada penelitian ini adalah tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok yang diberikan jus buah apel dan jus buah melon baik *pretest* maupun *posttest* didapatkan nilai *p-value* > 0,05, berarti data berdistribusi normal, maka uji statistik yang digunakan adalah uji parametric yaitu *paired sampel t-test* untuk sampel berpasangan. Sedangkan uji yang digunakan mengetahui perbedaan nilai rata – rata antara satu kelompok dengan kelompok yang lain, dimana antara satu kelompok dengan kelompok lainnya tidak saling berhubungan adalah *t-test independent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta yang terletak di Jalan Gogalan B1 UH-7/103 Giwangan Umbulharjo Kota Yogyakarta. Panti ini dikelola oleh pemerintah Kota Yogyakarta. Jumlah lansia yang tinggal di panti sebanyak 52 orang, dengan persentasi laki – laki 19 orang dan perempuan 33 orang dan yang menderita hipertensi sebanyak 21 orang yang mana dari 21 orang tersebut lebih dari 60% menderita hipertensi derajat II atau tinggi. Jumlah penderita hipertensi derajat II ini sangat memprihatinkan.

Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta memberikan pelayanan kesehatan yang dilakukan oleh perawat sebagai petugas kesehatan yang berjumlah 6 orang. Belum tersedia dokter di Panti ini. Pelayanan kesehatan berupa observasi pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan fisik jika lansia mengeluhkan sakit. Tidak ada pemeriksaan kesehatan lengkap yang rutin, dikarenakan kurangnya tenaga kesehatan, fasilitas dan dana di Panti ini. Sehingga jika lansia yang sakit diberikan penanganan berupa obat – obatan sementara dan jika dalam 1 hari tidak ada perubahan lansia tersebut segera dirujuk ke Puskesmas terdekat. Sebagai upaya untuk menjaga kesehatan lansia, di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta juga telah dilakukan senam lansia setiap hari Rabu 1 kali dalam seminggu. Sedangkan untuk diet khusus penderita hipertensi belum dilakukan oleh pengelola panti seperti pembatasan pemberian garam, selama ini pemberian makanan semua disamakan untuk semua lansia di panti tanpa kecuali lansia penderita hipertensi.

2. Karakteristik Responden

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Konsumsi Obat Anti Hipertensi, Merokok, Konsumsi Alkohol, BMI dan Riwayat Kesehatan Lansia yang Menderita hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta Bulan Desember Tahun 2013

Karakteristik	Kelompok jus buah apel		Kelompok jus melon		Total	
	f	%	f	%	f	%
	Jenis kelamin					
Laki-laki	1	10,0	2	20,0	3	15,0
Perempuan	9	90,0	8	80,0	17	75,0
Umur						
55 - 64 tahun	0	0	3	30,0	3	15,0
65 - 75 tahun	8	80,0	5	50,0	13	65,0
> 75 tahun	2	20,0	2	20,0	4	20,0
Pendidikan						
Tidak sekolah	3	30	3	30,0	6	30,0
SD	7	70	7	70,0	14	70,0
Konsumsi obat anti hipertensi						
Ya	0	0	0	0	0	0
Tidak	1	100	1	100	20	100
Merokok						
Ya	1	10,0	0	0	1	5,0
Tidak	9	90,0	1	100	19	95,0
Konsumsi alkohol						
Ya	0	0	0	0	0	0
Tidak	1	100	1	100	20	100
Olahraga teratur						
Ya	1	100	1	100	20	100
Tidak	0	0	0	0	0	0
BMI						
Kurang	7	70	4	40	11	55
Normal	2	20	4	40	6	30
BB Lebih	1	10	2	20	3	15
Riwayat Kesehatan						
Gagal ginjal	0	0	0	0	0	0
DM	0	0	1	10,0	1	5,0
Gagal jantung	0	0	0	0	0	0
Hiperkalemia	0	0	0	0	0	0
Lain-lain	0	0	0	0	0	0
Tidak ada	1	100	9	90,0	19	95,0

Sumber : Data primer 2013

Hasil penelitian terhadap jenis kelamin responden menunjukkan sebagian besar lansia dengan hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta berjenis kelamin perempuan (75%). Usia lansia dengan hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta sebagian besar adalah 65-75 tahun (65%). Sebagian besar responden dalam penelitian ini tidak merokok (95%). Berdasarkan hasil pengukuran BMI pada penelitian ini di dapatkan bahwa

responden paling banyak memiliki BMI kurang yaitu sebanyak 11 orang (55%), sedangkan responden yang memiliki berat badan yang normal sebanyak 6 orang (30%), dan responden yang memiliki berat badan lebih sebanyak 3 orang (15%). Sebagian besar responden dalam penelitian ini tidak memiliki riwayat penyakit (95%).

3. Pengaruh Pemberian Jus Buah Apel dan Jus Buah Melon Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi

Tabel 4.3. Distribusi Hasil Uji Statistik Pengaruh Pemberian Jus Buah Apel dan Jus Buah Melon terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Bulan Desember Tahun 2013

Kelompok	Tekanan darah	Keterangan	Nilai Mean	Selisih	p-value
Jus buah apel	Sistolik	Pretest	166	29	0,000
		Posttest	137		
	Diastolik	Pretest	88	9	0,010
		Posttest	79		
Jus buah melon	Sistolik	Pretest	161	22	0,000
		Posttest	139		
	Diastolik	Pretest	95	11	0,007
		Posttest	84		

Sumber: Data primer, 2013.

Sebelum diberikan perlakuan rata-rata tekanan darah sistolik kelompok yang diberikan jus buah apel sebesar 166, sedangkan rata-rata tekanan darah kelompok yang diberikan jus buah melon sebesar 161. Rata-rata tekanan darah diastolik kelompok yang diberikan jus buah apel sebesar 88, sedangkan rata-rata tekanan darah kelompok yang diberikan jus buah melon sebesar 95. Sesudah diberikan perlakuan rata-rata tekanan darah sistolik kelompok yang diberikan jus buah apel sebesar 137, sedangkan rata-rata tekanan darah kelompok yang diberikan jus buah melon sebesar 139. Rata-rata tekanan darah diastolik kelompok yang diberikan jus buah apel sebesar 79, sedangkan rata-rata tekanan darah kelompok yang diberikan jus buah melon sebesar 84.

Hasil uji paired *sampel t-test* pengaruh pemberian jus buah apel terhadap tekanan darah sistolik pada lansia penderita hipertensi diperoleh *p-value* (0,000) < 0,05 sedangkan pada tekanan darah diastolik diperoleh *p-value* (0,010) < 0,05. Artinya ada pengaruh pemberian jus buah apel terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Hasil uji *paired sampel t-test* pengaruh pemberian jus buah melon terhadap tekanan darah sistolik pada lansia penderita hipertensi diperoleh *p-value* (0,000) < 0,05 sedangkan pada tekanan darah diastolik diperoleh *p-value* (0,007) < 0,05. Artinya ada pengaruh pemberian jus buah melon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Penulis menyimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jus buah apel dan jus melon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Dimana jus apel dan jus melon banyak mengandung kalium yang bisa mempengaruhi system renin angiotensin, dimana kalium menghambat

pengeluaran Renin yang seharusnya mengubah angiotensinogen menjadi angiotensin I, karena adanya blok pada system ini maka pembuluh darah akan mengalami vasodilatasi sehingga akan terjadi relaksasi pada dinding pembuluh darah yang akhirnya akan menurunkan tekanan darah, selain itu kalium juga menurunkan pengeluaran aldosteron, sehingga ekskresi natrium dan air oleh ginjal meningkat, sehingga cairan atau volume intravaskuler menurun, maka tekanan darah akan ikut menurun pula (Guyton, 2008).

4. Perbandingan Pengaruh Pemberian Jus Buah Apel dan Jus Buah Melon Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi

Tabel 4.4. Distribusi Hasil Uji Statistik Perbandingan Pengaruh Pemberian Jus Buah Apel dan Jus Buah Melon terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Bulan Desember Tahun 2013

Kategori	N	Mean	Mean Diff.	t-test	
				t	Sig.
Sistolik jus buah apel	10	29	7	1,544	0,140
Sistolik jus buah melon	10	22			
Diastolik jus buah apel	10	9	-3	-0,701	0,492
Diastolik jus buah melon	10	12			

Sumber: data primer tahun 2013

Hasil uji *independent sample t-test* perbedaan tekanan darah sistolik diperoleh *p-value* (0,140) > 0,05, artinya tidak ada perbedaan yang signifikan penurunan tekanan darah sistolik antara kelompok yang diberikan jus buah apel dengan jus buah melon. Pada pengujian tekanan darah diastolik diperoleh *p-value* (0,492) > 0,05, artinya tidak ada perbedaan yang signifikan penurunan tekanan darah diastolik antara kelompok yang diberikan jus buah apel dengan jus buah melon. Hal ini menunjukkan tidak terdapat perbedaan efektivitas pemberian jus buah apel dengan jus buah melon terhadap tekanan daerah penderita hipertensi. Dapat disimpulkan bahwa tidak adanya perbedaan efektivitas jus buah melon dengan jus buah apel dikarenakan kadar kalium yang sama dalam buah apel dan melon, dimana diantara kalium, kalsium dan magnesium yang lebih berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah adalah kalium. Kalium salah satu jenis mineral yang terbaik didalam menurunkan tekanan darah. Dengan penambahan kalium akan membuat natrium intrasel menjadi menurun, dengan mengaktivasi Na-K-ATP-Ase pump dan akan menurunkan efek hipertensi dari asupan natrium yang berlebihan (krisdiana, 2011).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dapat ditarik simpulan:

1. Ada pengaruh pemberian jus buah apel terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.
2. Ada pengaruh pemberian jus buah melon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.
3. Tidak terdapat perbedaan efektivitas jus buah apel dengan jus buah melon dalam menurunkan tekanan darah lansia penderita hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

Saran yang dapat diberikan peneliti sebagai berikut:

1. Bagi Responden
Responden hendaknya saat tekanan darahnya meningkat dapat meminum jus apel atau jus melon secara rutin sampai tekanan darahnya normal.
2. Bagi Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta
Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta hendaknya memberikan jus buah apel dan jus buah melon pada lansia hipertensi agar tekanan darah lansia tetap normal.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Peneliti yang akan datang hendaknya mengembangkan hasil penelitian ini dengan menghubungkan dengan faktor-faktor lain yang mempengaruhi tekanan darah yaitu faktor genetis, garam dapur, merokok dan stres. Dan juga bisa mencoba buah lain selain apel dan melon untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan segala ketulusan, peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Drs.Sugiyanto, M.Kes. selaku pembimbing utama dan atas bimbingan, waktu dan sarannya.
2. Ibu Widaryati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku penguji penelitian dan atas bimbingan, saran, koreksi serta diskusinya.

KEPUSTAKAAN

Amran Y, (2010). *Pengaruh Tambahan Asupan Kalium Dari Diet Terhadap Penurunan Hipertensi Sistolik dan Diastolik Tingkat Sedang Pada Lanjut Usia*. Artikel Penelitian: Universitas Islam Negeri Syarif Hasanuddin Jakarta.

Dinkes DIY. 2013. *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*. www.depkes.go.id/.../14_Profil_Kes.Prov.DIYogyakarta_2012. Diakses tanggal 10 Juni 2013

Guyton, A. C., dan Hall, J. E., 2008, *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran edisi 11*. EGC, Jakarta.

Krisdiana. 2011. *Diet Bagi Penderita Hipertensi*. www.scribd.com. Diakses tanggal 2 februari 2014

Mardiana, L. 2013. *Ramuan dan Khasiat Kulit Manggis*. Penebar Swadaya, Jakarta.

Notoatmojo, S. 2002. *Metodologi : Penelitian Kesehatan, Edisi Revisi*. Rineka Cipta, Jakarta.

Nurrahmani, U. 2012. *Stop! Hipertensi*. Familia, Yogyakarta.

Sugiyono. 2009. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta, Bandung.

Wikipedia. 2010. *Hari Lanjut Usia Nasional*. www.wikipedia.com. Diakses tanggal 3 November 2013.