

**PENERAPAN PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA DESA
KARANGTALUN KIDUL**



KARYA TULIS ILMIAH

KHAERUNNISA RASTIKA PUTRI

2011010041

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN D3
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO**

2023

**PENERAPAN PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA DESA
KARANGTALUN KIDUL**



KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan D3

KHAERUNNISA RASTIKA PUTRI

2011010041

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN D3
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2023**

HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Khaerunnisa Rastika Putri
Nim : 2011010041
Program Studi : Keperawatan D3
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhamadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dan karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia bertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 26 Januari 2023

Yang membuat pernyataan



Khaerunnisa Rastika Putri

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah yang diajukan oleh :

Nama : Khaerunnisa Rastika Putri

Nim : 2011010041

Program Studi : Keperawatan D3

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhamadiyah Purwokerto

Judul : Penerapan Pemberian Pisang Ambon Terhadap Perubahan

Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di

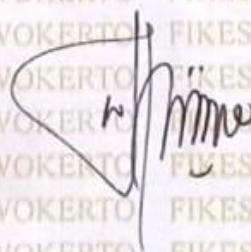
Posyandu Lansia Desa Karangtalun Kidul



Telah diterima dan disetujui

Purwokerto, 18 April 2023

PEMBIMBING



Ns. Wahyu Rianingrum, S.Kep., M.Kep.

NIK 2160779

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah yang diajukan oleh:

Nama : Khaerunnisa Rastika Putri

NIM : 2011010041

Program Studi : Keperawatan D3

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Penerapan Pemberian Pisang Ambon Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Karangtalun Kidul

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan D3 pada Program Studi Keperawatan D3, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

DEWAN PENGUJI :

Penguji 1 : Kris Linggardini, S.Kp., M.Kep

Penguji 2 : Ns. Wahyu Riyaningrum, S.Kep., M.Kep

Ditetapkan di : Purwokerto

Tanggal : 07 Juni 2023

Mengetahui:

Dekan FIKes

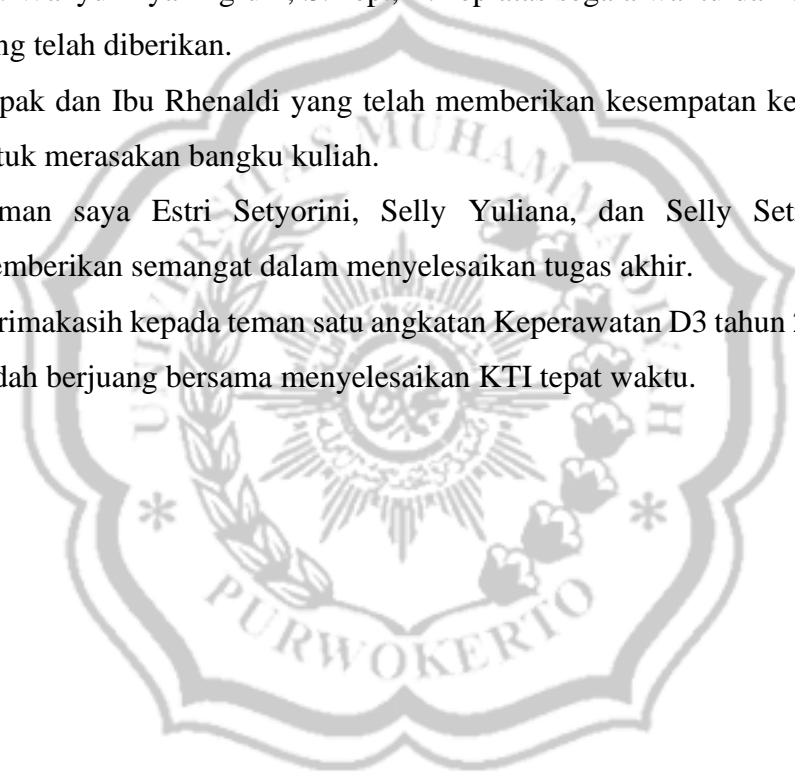
Assoc. Prof. Dr. Ns. Umi Solikhah

NIK. 2160188

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur Alhamdulillah, Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan untuk orang-orang yang saya sayangi:

1. Bapak, Ibu, Nenek, Kakak, dan Adik tercinta yang selalu memberi motivasi terbesar dalam hidup, selalu memberikan do'a dan dukungan serta kerja keras yang tiada habisnya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan tepat waktu.
2. Ns. Wahyu Riyaningrum, S.Kep.,M.Kep atas segala waktu dan bimbingan yang telah diberikan.
3. Bapak dan Ibu Rhenaldi yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk merasakan bangku kuliah.
4. Teman saya Estri Setyorini, Selly Yuliana, dan Selly Setiani yang memberikan semangat dalam menyelesaikan tugas akhir.
5. Terimakasih kepada teman satu angkatan Keperawatan D3 tahun 2020 yang sudah berjuang bersama menyelesaikan KTI tepat waktu.



MOTTO

“Kepintaran adalah sebuah kekayaan, namun ia memerlukan kekuatan penyeimbang yang bernama kebijaksanaan”

Gede Prama



KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Penerapan Pemberian Pisang Ambon Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Karangtalun Kidul”. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Diploma pada Program Studi Keperawatan D3 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Assoc. Prof. Dr. Jebul Suroso, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto
2. Assoc. Prof. Dr. Ns. Umi Solikhah, selaku Dekan Fikes yang telah memberi berbagai informasi dan bimbingan tentang tata laksana penyusunan Karya Tulis Ilmiah;
3. Ns. Endiyono, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Keperawatan D3 yang telah memberi berbagai informasi dan bimbingan tentang tata laksana penyusunan Karya Tulis Ilmiah;
4. Ns. Wahyu Riyaningrum, S.Kep., M.Kep., selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah;
5. Kris Linggardini, S.Kp., M.Kep., yang telah memberi berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan sebagai Ahli Madya Keperawatan D3;
6. Bapak dan ibu serta saudara tercinta yang telah memberi dukungan baik material maupun moral;
7. Teman – teman seperjuangan prodi D3 keperawatan yang telah menjadi keluarga bagi saya, serta
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis menyadari bahwa penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini dan semoga Allah SWT. Memberikan balasan atas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

Purwokerto, 18 Januari 2023

Penulis



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai aktivitas akademik Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Khaerunnisa Rastika Putri
NIM : 2011010041
Prodi : Keperawatan D3
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalty Noneklusif (*Non-Eclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas KTI saya yang berjudul "Penerapan Pemberian Pisang Ambon Terhadap Perubahan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Karangtalun Kidul"

Dengan Hak Bebas Royalty Noneklusif ini, Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengalih media/mengalih informasikan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan KTI saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Purwokerto, 13 Januari 2023



Khaerunnisa Rastika Putri

**PENERAPAN PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA DESA KARANGTALUN KIDUL**

Khaerunnisa Rastika Putri ¹, Wahyu Riyaningrum ²

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit pembuluh darah yang dikenal sebagai silent killer karena seringkali tidak menimbulkan gejala. Hipertensi dapat diatasi dengan terapi non farmakologi salah satunya yaitu dengan mengonsumsi sayur dan buah yang mengandung kalium tinggi dan natrium rendah seperti buah pisang ambon. Pada 100 gr pisang ambon terdapat 435 mg kandungan kalium serta rendah natrium 18 mg dengan berat rata-rata 140 gr untuk perbuah.

Tujuan Penelitian: Mengetahui pengaruh penerapan pemberian pisang ambon pada lansia dengan hipertensi.

Metode Penelitian: Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan cara wawancara dan observasi pada lansia yang menderita hipertensi di posyandu lansia Desa Karangtalun Kidul.

Hasil Penelitian: Pada responden 1 tekanan darah sebelum perlakuan 155/90 mmHg, setelah perlakuan menjadi 145/80 mmHg. Pada responden 2 tekanan darah sebelum perlakuan 160/100 mmHg, setelah perlakuan hasil tekanan darah tetap sama yaitu 160/100 mmHg. Pada responden 3 tekanan darah sebelum perlakuan 160/100 mmHg, setelah perlakuan menjadi 130/80 mmHg. Pada responden 4 tekanan darah sebelum perlakuan 160/90 mmHg, setelah perlakuan menjadi 140/80 mmHg. Pada responden 5 tekanan darah sebelum perlakuan 150/100 mmHg, setelah perlakuan menjadi 140/90 mmHg.

Kesimpulan: Pemberian pisang ambon berpengaruh menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Kata Kunci: *Hipertensi, Tekanan Darah, Pisang Ambon, dan Lansia*

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

²Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**THE IMPLEMENTATION OF AMBON BANANA CONSUMPTION ON
BLOOD PRESSURE CHANGES IN ELDERLY WITH HYPERTENSION
AT THE ELDERLY INTEGRATED HEALTH POST IN KARANGTALUN
KIDUL VILLAGE**

Khaerunnisa Rastika Putri ¹, Wahyu Riyaningrum ²

ABSTRACT

Background: Hypertension is a cardiovascular disease often referred to as a silent killer because it often presents no noticeable symptoms. Hypertension can be managed through non-pharmacological therapies, including consuming vegetables and fruits with high potassium and low sodium, such as Ambon banana. Pisang ambon contains 435 mg of potassium and only 18 mg of sodium per 100 grams, with an average weight of 140 grams per fruit.

Research Objective: To determine the effect of ambon banana consumption on the elderly with hypertension.

Research Method: The data were collected through interviews and observations conducted at the Elderly Integrated Health Post in Karangtalun Kidul Village among the elderly with hypertension.

Research Results: The blood pressure before and after the intervention in Respondents 1, 2, 3, 4, and 5 were 155/90 mmHg and 145/80 mmHg, 160/100 mmHg, and it remained the same, 160 /00 and 130 80 mmHg, 160/90 mmHg and 140/80 mmHg, 150/100 mmHg and 140/90 mmHg, respectively.

Conclusion: Consuming ambon banana has a significant effect in lowering blood pressure in the elderly with hypertension.

Keywords: Hypertension, Blood Pressure, Ambon banana, Elderly.

¹Student of Nursing Diploma III University of Muhammadiyah Purwokerto

²Lecture of Nursing Diploma III University Muhammadiyah Purwokerto

DAFTAR ISI

| | |
|--|------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| MOTTO | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH..... | ix |
| ABSTRAK | x |
| DAFTAR ISI..... | xii |
| DAFTAR TABEL | xiv |
| DAFTAR GRAFIK | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvi |
| BAB I: PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 4 |
| C. Tujuan Penelitian | 5 |
| D. Manfaat Penelitian | 5 |
| BAB II: TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| A. Lansia | 7 |
| 1. Pengertian Lansia | 7 |
| 2. Faktor yang Mempengaruhi Ketuaan..... | 7 |
| 3. Klasifikasi Lansia..... | 7 |
| 4. Perubahan Pada Lansia | 8 |
| 5. Penggolongan Penyakit yang Menyertai Lansia | 10 |
| B. Hipertensi | 11 |
| 1. Pengertian Hipertensi | 11 |
| 2. Etiologi Hipertensi | 11 |
| 3. Klasifikasi Hipertensi..... | 12 |
| 4. Patofisiologi Hipertensi..... | 12 |
| 5. Manifestasi Klinis Hipertensi..... | 13 |
| 6. Komplikasi Hipertensi | 14 |
| 7. Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi..... | 14 |
| 8. Pemeriksaan Penunjang | 18 |
| 9. Penatalaksanaan Hipertensi..... | 19 |
| C. Pisang Ambon | 20 |
| 1. Pengertian Pisang Ambon | 20 |
| 2. Manfaat Pisang Ambon..... | 20 |
| 3. Kandungan Gizi Pisang Ambon..... | 22 |
| 4. Standar Operasional Prosedur (SOP)..... | 23 |
| BAB III: METODE PENELITIAN..... | 25 |
| A. Rancangan Studi Kasus..... | 25 |
| B. Lokasi dan Waktu Studi | 25 |
| C. Subjek Studi Kasus | 25 |

| | |
|--|-----------|
| D. Sampel Studi Kasus | 26 |
| E. Variabel dan Definisi Operasional | 26 |
| F. Instrument Studi Kasus | 27 |
| G. Metode Pengumpulan Data | 27 |
| H. Analisa Data dan Penyajian Data | 27 |
| I. Etika Studi Kasus | 28 |
| BAB IV: HASIL dan PEMBAHASAN | 29 |
| A. Hasil Penelitian | 29 |
| 1. Karakteristik Responden | 29 |
| 2. Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Pemberian Pisang Ambon .. | 30 |
| 3. Pengukuran Tekanan Darah Setelah Pemberian Pisang Ambon..... | 31 |
| 4. Tingkatan Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Pemberian Pisang Ambon | 31 |
| B. Pembahasan..... | 37 |
| 1. Karakteristik Responden | 37 |
| 2. Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Pemberian Pisang Ambon .. | 38 |
| 3. Pengukuran Tekanan Darah Setelah Pemberian Pisang Ambon..... | 38 |
| 4. Tingkatan Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Pemberian Pisang Ambon | 39 |
| C. Keterbatasan..... | 43 |
| BAB V: KESIMPULAN dan SARAN | 44 |
| A. Kesimpulan | 44 |
| B. Saran | 45 |
| DAFTAR PUSTAKA | 47 |
| LAMPIRAN..... | 49 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2.1 Klasifikasi tekanan darah menurut JNC VII | 12 |
| Tabel 2.2 Kandungan Zat Gizi dalam 100 gram Pisang Ambon..... | 22 |
| Tabel 2.3 SOP Pemberian Pisang Ambon..... | 23 |
| Tabel 3.1 Variabel dan Definisi Operasional | 26 |
| Tabel 4.1 Karakteristik Responden | 29 |
| Tabel 4.2 Pengukuran Tekanan Darah Sebelum | 30 |
| Tabel 4.3 Pengukuran Tekanan Darah Sesudah..... | 31 |



DAFTAR GRAFIK

| | |
|--|----|
| Grafik 4.1 Perubahan TD Sistole Responden Tn. S..... | 31 |
| Grafik 4.2 Perubahan TD Diastole Responden Tn. S | 32 |
| Grafik 4.3 Perubahan TD Sistole Responden Tn. D | 32 |
| Grafik 4.4 Perubahan TD Diastole Responden Tn. D..... | 33 |
| Grafik 4.5 Perubahan TD Sistole Responden Ny. D..... | 33 |
| Grafik 4.6 Perubahan TD Diastole Responden Ny. D | 34 |
| Grafik 4.7 Perubahan TD Sistole Responden Ny. Ni..... | 34 |
| Grafik 4.8 Perubahan TD Diastole Responden Ny. Ni | 35 |
| Grafik 4.9 Perubahan TD Sistole Responden Ny. Nii..... | 35 |
| Grafik 4.10 Perubahan TD Diastole Responden Ny. Nii | 36 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|----|
| Lampiran 1. SOP Pengukuran Tekanan Darah | 50 |
| Lampiran 2. SOP Pemberian Pisang Ambon | 52 |
| Lampiran 3. Surat Pemohonan Menjadi Responden | 54 |
| Lampiran 4. Informed Consent | 55 |
| Lampiran 5. Lembar Obervasi Tekanan Darah | 60 |
| Lampiran 6. Dokumentasi | 65 |
| Lampiran 7. Surat Studi Pendahuluan..... | 67 |
| Lampiran 8. Surat Izin Penelitian..... | 67 |
| Lampiran 9. Lembar Bimbingan | 68 |
| Lampiran 10. Lembar Perbaikan Sempro..... | 70 |
| Lampiran 11. Lembar Perbaikan Semhas..... | 71 |
| Lampiran 12. Surat Terjemahan Judul LDC | 72 |
| Lampiran 13. Surat Terjemahan Abstrak LDC | 73 |
| Lampiran 14. Surat Pernyataan Publikasi | 74 |
| Lampiran 15. Surat Bebas Plagiarisme | 75 |
| Lampiran 16. Hasil Turnitin..... | 76 |

