

**EFEKTIVITAS REBUSAN BUAH PEPAYA MENKAL DAN BUAH MAHKOTA  
DEWA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH TINGGI  
PADA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS KEDUNGBANTENG**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Mencapai Derajat Sarjana

Oleh:  
**ARI ASEP PANGESTU**  
**1211020152**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
2016**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Efektivitas Rebusan Buah Pepaya Mengkal Dan Buah Mahkota  
Dewa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada  
Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungbanteng**

Disusun Oleh:

**ARI ASEP PANGESTU**

**1211020152**

Diperiksa dan disetujui:

Pembimbing I



**Supriyadi, S.KM., M.KM.**

**NIK: 2160134**

HALAMAN PENGESAHAN

EFEKTIVITAS REBUSAN BUAH PEPAYA MENGKAL DAN BUAH MAHKOTA DEWA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEDUNGBANTENG

Oleh:

**ARI ASEP PANGESTU**  
1211020152

Telah ditetapkan di depan Dewan Penguji Ujian Sidang Skripsi  
Pada hari senin 1 Agustus 2016

SUSUNAN PANITIA UJIAN:

Penguji I **Ragil Setiyabudi, S.KM., M.Kes. (Epid)**  
NIK. 2160199

Penguji II **Isna Hikmawati, S.KM., M.Kes (Epid)**  
NIK. 2160343

Penguji III **Supriyadi, S.KM., M.K.M**  
NIK. 2160134

Mengetahui:

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto



**Dr. H. Ikhsan Mujahid, M. Si**  
NIP. 19650309 199403 1 002

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Ari Asep Pangestu

Nim : 1211020152

Program Studi : Ilmu Keperawatan S1

Fakultas/ Universitas : Ilmu Kesehatan / Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini, apabila dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 03 Juli 2016

Yang menyatakan,



Ari Asep Pangestu

NIM. 1211020152

## MOTTO

**BERJUANG, BERUSAHA DAN TERUS KERJA KERAS  
JANGAN SAMPAI MENYERAH**

**HADAPILAH SETIAP MASALAH DENGAN SENYUMAN  
DAN YAKINLAH ALLAH TELAH MENYIAPKAN  
RENCANA YANG TERAMAT INDAH SUATU SAAT  
NANTI**

**JANGAN TERLALU DIPIKIRKAN**

**JANGAN TERLALU DIREMEHKAN**

**TAPI YAKINLAH BAHWA USAHA YANG KITA  
LAKUKAN AKAN MENUAI HASILNYA**

**JADIKANLAH HIDUP ANDA LEBIH BERMAKNA**

**YOSSH**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*“Dengan rasa syukur yang tidak terhingga saya ucapkan Alhamdulillah robillalamin kepada Allah SWT. Karena dengan ridhonya akhirnya saya dapat menyelesaikan karya kecil ini yang saya persembahkan untuk orang-orang yang saya cintai”*

*“Pertama skripsi ini saya persembahkan untuk ibunda dan ayah serta kakak dan adik saya tercinta terimakasih atas doa, dukungan, semangat yang tak pernah putus, materi yang terus mengalir, tanpa mu aku bukanlah apa -apa.*

*“Terimakasih saya ucapkan pada Bapak Supriyadi selaku pembimbing saya Yang telah membimbing saya selama ini dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini”*

*Tak lupa saya ucapkan terima kasih kepada sahabat-sahabat saya, teman seperjuangan keperawatan 2012 khususnya keluarga besar kontrakan firdaus asyifa serta teman-teman yang lainya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terima kasih atas semangat dan bantuanya.*

# Efektivitas Rebusan Buah Pepaya Mengkal Dan Buah Mahkota Dewa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungbanteng

Ari Asep Pangestu<sup>1</sup>, Supriyadi<sup>2</sup>

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Penyakit hipertensi disebut sebagai *silent killer*, karena hampir tidak ditemukan gejala sama sekali. Penyakit akibat hipertensi pada seseorang sering menyebabkan kematian, biasanya penderita tidak mengalami sakit yang signifikan dan tidak tampak pada bagian tubuh manapun, akan tetapi langsung secara mendadak meninggal dunia. Terapi non farmakologis seperti mengkonsumsi buah-buahan dapat menurunkan hipertensi.

**Tujuan:** Untuk mengetahui efektivitas rebusan buah papaya Mengkal dan buah Mahkota Dewa terhadap perubahan tekanan darah pada hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kedungbanteng.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *pre experiment with two group pretest-posttest design*. Populasi pada penelitian ini, seluruh penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kedungbanteng. Sampel dalam penelitian ini 30 responden dengan teknik *simple random sampling*. Analisa data penelitian ini menggunakan analisa uji *independent t test*.

**Hasil:** Rebusan buah mahkota dewa lebih efektif dibandingkan rebusan buah papaya mengkal untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kedungbanteng. Berdasarkan uji *independent samples test* didapatkan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik=  $10,67 \pm 13,135$  dan diastolik=  $10,73 \pm 7,713$  pada rebusan buah papaya mengkal,  $20,80 \pm 9,198$  dan  $18,40 \pm 9,934$  pada buah mahkota dewa. Terdapat perbedaan penurunan pada tekanan darah sistolik dan diastolic pada kedua kelompok. Pemberian rebusan buah papaya mengkal dan mahkota dewa berpengaruh secara bermakna terhadap penurunan tekanan darah sistolik dengan rerata 10,13 ( $p=0,021$ ) dan diastolic dengan rerata 7,67 ( $p= 0,025$ ).

**Kesimpulan:** Rebusan buah mahkota dewa lebih efektif dibandingkan dengan rebusan buah papaya mengkal untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kedungbanteng.

**Kata Kunci:** Hipertensi, papaya mengkal, mahkota dewa

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**THE EFFETIVENEE OF CARICA PAPAYA AND MAHKOTA  
DEWA FRUIT STEW (PHALERIA MACROCARPA BOERL)  
TO HIGH BLOOD PRESSURE CHANGES IN  
HYPERTENSION IN PUSKESMAS  
KEDUNGBANTENG**

Ari Asep Pangestu<sup>1</sup>, Supriyadi<sup>2</sup>

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is called the silent killer, because it is hardly found any symptoms at all. The disease caused by hypertension in someone often leads to death, usually people do not experience significant pain and did not appear on any body part, but sometimes lead in sudden death. Nonpharmacological therapies such as consuming fruits can reduce hypertension.

**Objective:** To determine the effectiveness of carica papaya fruit stew and fruit Mahkota Dewa fruit (phaleria macrocarpa boerl) to changes in blood pressure in hypertension in Puskesmas Kedungbanteng.

**Methods:** This study used quantitative methods to the design of pre experiment with two group pretest-posttest design. The population in this study, all patients with hypertension in Puskesmas Kedungbanteng. The sample in this study 30 people with simple random sampling technique. The data analysis of this study using independent samples t test.

**Results:** Mahkota dewa Stew is more effective than carica pepaya fruit stew to lower blood pressure in hypertensive patients in Puskesmas Kedungbanteng. Based on independent samples t test obtained an average reduction in systolic blood pressure and diastolic=  $10,67 \pm 13,135$  and  $10,73 \pm 7,713$  in carica papaya fruit stew,  $20,80 \pm 9,198$  and  $18,40 \pm 9,934$  in mahkota dewa fruit stew. There are defference decease in systolic dan diastolic blood pressure in both groups. Giving carica papaya and mahkota dewa stew significantly affect to systolic systolic blood pressure where reduction of 10,13 ( $p = 0.021$ ) and diastolic by 7,67 ( $p = 0.025$ ).

**Conclusion:** Stew of mahkota dewa (phaleria macrocarpa boerl) is more effective than the carica papaya fruit stew to lower blood pressure of hypertensive patients in Puskesmas Kedungbanteng.

**Keywords:** Hypertension, papaya mengkal, Phaleria

<sup>1</sup>A students of Nursing Study Program of Health Sciece Faculty-University of Muhammadiyah Purwokerto

<sup>2</sup>A lecturer of Health Sciece Faculty-University of Muhammadiyah Purwokerto

## KATA PENGANTAR

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Efektifitas Rebusan Buah Pepaya Mengkal Dan Buah Mahkota Dewa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungbanteng”. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat serta hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
2. Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah ke zaman islamiyah.
3. Kedua orang tuaku, kakakku dan adiku yang tersayang, terima kasih atas do'a dan dukungan yang telah diberikan selama ini.
4. Dr. H. Syamsuhadi Irsyad, S.H., M.H selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
5. Drs. H. Ikhsan Mujahid, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
6. Mustiah Yulistiani, S.Kp., M.Kep., CWCS selaku kaprodi keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
7. Supriyadi, S.KM., M.K.M selaku dosen pembimbing yang telah

membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

8. Segenap dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
9. Kepala Puskesmas Kedungbanteng yang telah membantu proses jalanya penelitian.
10. Teman-teman semua yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu,
11. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan yang diberikan mendapat balasan dan diridhoi Allah SWT.

Penulis menyadari bahwasripsi ini masih belum sempurna karena memiliki keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Akhir kata semoga skripsi ini berguna bagi semua orang.

Purwokerto, 03 Juli 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>MOTTO</b> .....	v
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Penelitian Terkait .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	11
A. Hipertensi .....	11

B. Buah Pepaya Mengkal Sebagai Terapi .....	20
C. Buah Mahkota Dewa Sebagai Terapi.....	23
D. Kerangka Teori.....	25
E. Kerangka konsep.....	27
F. Hipotesis.....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Desain Penelitian.....	28
B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling .....	29
C. Waktu dan Tempat Penelitian .....	33
D. Variabel Penelitian.....	33
E. Definisi Operasional.....	34
F. Instrumen Penelitian.....	34
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	35
H. Pengolahan Data .....	36
I. Analisa Data.....	37
J. Prosedur Penelitian.....	39
K. Etika Penelitian .....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>42</b>
A. Hasil Penelitian .....	42
B. Pembahasan.....	51
C. Keterbatasan Penelitian.....	58

<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	59
A. Kesimpulan .....	59
B. Saran.....	60

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	Taksonomi Tanaman Pepaya..... 21
Tabel 2.2	Kandungan Buah Pepaya..... 22
Tabel 2.3	Taksonomi Tanaman Mahkota Dewa..... 24
Tabel 3.1	Definisi Operasional Variabel Penelitian ..... 34
Tabel 4.1	Distribusi uji normalitas Shapiro wilk..... 43
Tabel 4.2	Karakteristik responden kelompok rebusan buah pepaya Mengkal dan rebusan buah mahkota dewa ..... 44
Tabel 4.3	Distribusi frekuensi tekanan darah pasien hipertensi sebelum Dan sesudah diberikan rebusan buah pepaya mengkal ..... 46
Tabel 4.4	Distribusi frekuensi tekanan darah pasien hipertensi sebelum Dan sesudah diberikan rebusan buah mahkota dewa..... 47
Tabel 4.5.	Perbedaan efektivitas antara rebusan buah pepaya mengkal Dan rebusan buah mahkota dewa terhadap perubahan Tekanan darah pada penderita hipertensi Di wilayah kerja Puskesmas Kedungbanteng ..... 49

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian.....	25
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian.....	27



\

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 SOP Rebusan buah pepaya mengkal
- Lampiran 2 SOP rebusan buah mahkota dewa
- Lampiran 3 Lembar kuisisioner data demografi
- Lampiran 4 Lembar observasi
- Lampiran 5 Surat permohonan menjadi responden
- Lampiran 6 Surat persetujuan (*informed consent*)
- Lampiran 7 Surat pengambilan data Awal
- Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 9 Hasil Lembar Observasi
- Lampiran 10 Hasil Output SPSS
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi