

**PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN REBUSAN LABU SIAM
TERHADAP PENDERITA LANSIA HIPERTENSI DI DESA
BAYUNING KECAMATAN KADUGEDE
KABUPATEN KUNINGAN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan Pada Program Studi S1 Keperawatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia**

Oleh :

AL GYAN NURFAZRI

CKR0210089



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKHTI HUSADA INDONESIA
KUNINGAN
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

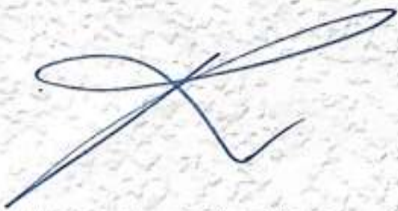
**PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN REBUSAN LABU SIAM
TERHADAP PENDERITA LANSIA HIPERTENSI DI DESA
BAYUNING KECAMATAN KADUGEDE
KABUPATEN KUNINGAN**

Diajukan Oleh :

**AL GYAN NURFAZRI
CKR0210089**

Kuningan, Juli 2025
Telah disetujui Oleh,

Pembimbing I



**Ns. Rastipati Salahuddin, S.Kep., M.Kep
NIK. 901024.202002.139**

Pembimbing II



**Ns. Mutia Agustiani Moonti, S.Kep., M.Kep
NIK. 900820.202105.148**

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN REBUSAN LABU SIAM TERHADAP PENDERITA LANSIA HIPERTENSI DI DESA BAYUNING KECAMATAN KADUGEDE KABUPATEN KUNINGAN

Skripsi Ini Telah Diujikan Oleh Tim Penguji
Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas Bhakti husada Indonesia
Pada Tanggal 2025

Mengesahkan,

Penguji I



Ns. Yana Hendriana., M.Kep
NIDN. 0418048502

Penguji II



Ns. Rastipiati Salahuddin., M.Kep
NIDN. 0424109005

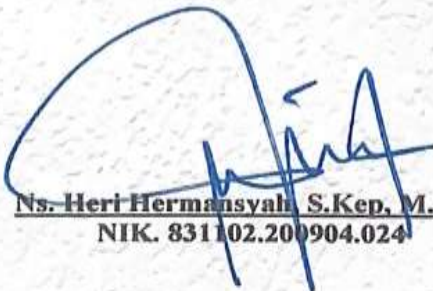
Penguji III



Ns. Mutia Agustiani Moonti., M.Kep
NIDN.0420089006

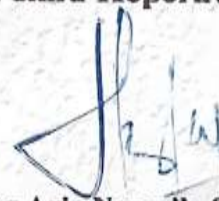
Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep, M.Kep
NIK. 831102.200904.024

**Ketua Program Studi
(S1 Ilmu Keperawatan)**



Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep
NIK. 811007.201010.040

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Al Gyan Nurfazri

NIM : CKR0210089

Kelas : Reguler

Program : S1 Keperawatan

Dengan ini saya menyatakan bahwa Skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Makanan Labu Siam Terhadap Penderita Lansia Hipertensi Di Desa Bayuning Kecamatan Kadugede Kabupaten Kuningan.” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Kuningan, Juli 2025
Peneliti

AL GYAN NURFAZRI
CKR0210089

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah kupanjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan kesempatannya untuk menyelesaikan tugas akhir ini dengan segala kekuranganku. Segala syukur ku ucapkan kepadaMu karena telah menghadirkan mereka-mereka yang selalu memberi semangat dan doa disaat ku tertatih.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada orang-orang yang sangat aku kasihi dan sayangi : Keluarga tercinta, kedua orang tua meskipun telah pulang ke sang pencipta , terimakasih untuk nasehat yang telah diberikan, terimakasih untuk semua Cinta dan Kasih sayang tanpa balas dari kalian. Tanpa Ayah dan Ibu bukanlah siapa-siapa. Terimakasih telah memberikan dukungan, semangat dan support kebaikan dan perhatian. Terimakasih sudah menjadi sosok wanita yang istimewa selama ini.dan saya persembahkan teruntuk orang orang hebat yang selalu menjadi penyemangat, menjadi alasan saya kuat sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini.

1. Teristimewa kedua orangtua saya yang menjadi sebuah alasan utama saya untuk dapat bertahan dalam setiap proses yang saya jalani selama perkuliahan, untuk superhero dan panutanku almarhum Ayahanda tercinta Adeng anang dan pintu surgaku Almarhumah Ibunda tercinta Lilis Suryani yang telah tulus ikhlas membesarkan putranya, sebagai wujud jawaban dan tanggung jawab atas kepercayaan yang telah diamanatkan kepada saya serta atas cinta kasih sayang sehingga saya dapat menyelesaikan studi.
2. Terima kasih keluarga besar yang selalu memberikan dukungan baik secara moral maupun material.

3. Terima kasih wanita yang menemaniku sehingga saat ini, yang selalu support serta memberikan arahan proses pembuatan skripsi ini, tanpa wanita salah satu ini yaitu Nurul Parihah, berkat wanita terhebat saya yang menjadi tumbuh rasa penuh semangat dalam pembuatan skripsi ini, dan akhirnya saya bisa menyelesaikan salah satu syarat memperoleh gelar sarjana, dengan sungguh – sungguh.

MOTTO

“Kuncinya, Libatkanlah Allah dalam setiap persoalan apapun”

“ Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya
bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah, 94:5-6)

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarkan
lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa
yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi gelombang-
gelombang itu yang nanti akan bisa kau ceritakan.

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
SKRIPSI, JUNI 2025

AL GYAN NURFAZRI
CKR0210089

PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN REBUSAN LABU SIAM
TERHADAP PENDERITA LANSIA HIPERTENSI DI DESA BAYUNING
KECAMATAN KADUGEDE KABUPATEN KUNINGAN

xvi + 87 hal + 8 tabel + 3 bagan + 18 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi pada lansia menjadi masalah kesehatan yang dapat menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan risiko komplikasi. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Kuningan menunjukkan bahwa Kecamatan Kadugede memiliki prevalensi hipertensi yang tinggi, yaitu sebesar 136,71%. Salah satu alternatif non-farmakologis dengan memanfaatkan bahan alami seperti labu siam (*Sechium edule*), yang mengandung kalium dan alkaloid bersifat diuretik, membantu mengurangi volume cairan dalam tubuh, dan menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian makanan rebusan labu siam terhadap tekanan darah penderita lansia hipertensi di Desa Bayuning, Kecamatan Kadugede, Kabupaten Kuningan.

Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi-experiment*) dengan desain *one-group pretest-posttest*. Teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* diperoleh 18 responden. Pengujian data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum intervensi sebesar 153,89 mmHg dan setelah intervensi menurun menjadi 135,00 mmHg. Sedangkan tekanan darah diastolik rata-rata sebelum intervensi sebesar 91,67 mmHg dan menurun menjadi 83,33 mmHg setelah intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$).

Simpulan dan Saran : rebusan labu siam berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia hipertensi. Saran bagi lansia dan tenaga kesehatan adalah mempertimbangkan labu siam sebagai bagian dari terapi nonfarmakologi pendamping yang aman.

Kata kunci: hipertensi, lansia, labu siam, tekanan darah, intervensi herbal

Pustaka: 42 Jurnal (2020-2025), 6 Buku (2015-2023), 3 Skripsi (2016-2022)

INDONESIA BHAKTI HUSADA UNIVERSITY
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NURSING STUDY PROGRAM
UNDERGRADUATE THESIS, JUNE 2025

AL GYAN NURFAZRI
CKR0210089

THE EFFECT OF BOILED CHAYOTE CONSUMPTION ON BLOOD PRESSURE IN ELDERLY HYPERTENSIVE PATIENTS IN BAYUNING VILLAGE, KADUGEDE SUB-DISTRICT, KUNINGAN REGENCY

xvi + 87 pages + 8 tables + 3 charts + 18 appendices

ABSTRACT

Background: Hypertension in the elderly is a health problem that can reduce quality of life and increase the risk of complications. Data from the Kuningan District Health Office show that Kadugede Subdistrict has a high prevalence of hypertension, reaching 136.71%. One non-pharmacological alternative is the use of natural ingredients such as chayote (*Sechium edule*), which contains potassium and alkaloids with diuretic properties, helping to reduce fluid volume in the body and lower blood pressure. This study aimed to determine the effect of consuming boiled chayote on blood pressure among elderly patients with hypertension in Bayuning Village, Kadugede Subdistrict, Kuningan District.

Method: This research was a quasi-experimental study with a one-group pretest-posttest design. Using purposive sampling, 18 respondents were selected. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test.

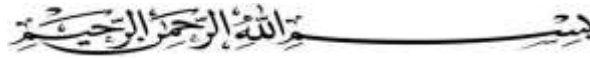
Results: The findings revealed that the average systolic blood pressure before intervention was 153.89 mmHg, which decreased to 135.00 mmHg after the intervention. The average diastolic blood pressure also decreased from 91.67 mmHg to 83.33 mmHg. Statistical tests showed a significant difference between blood pressure measurements before and after the intervention ($p < 0.05$).

Conclusion and Suggestion: Boiled chayote has an effect on reducing systolic and diastolic blood pressure in elderly individuals with hypertension. It is recommended that both elderly individuals and health workers consider chayote as a safe complementary non-pharmacological therapy..

Keywords: hypertension, elderly, chayote, blood pressure, herbal intervention

References: 42 Journals (2020–2025), 6 Books (2015–2023), 3 Theses (2016–2022)

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan ridho dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Makanan Labu Siam Terhadap Penderita Lansia Hipertensi Di Desa Bayuning Kecamatan Kadugede Kabupaten Kuningan. “Skripsi penelitian ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi S1-keperawatan Universitas Bhakti Husada Kuningan. Keberhasilan penulis dalam penyusunan skripsi penelitian ini tidak terlepas dari dorongan dan bantuan dari berbagai pihak berupa arahan, bimbingan, nasihat dan motivasi serta dukungan baik secara materi maupun moril. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

- 1) Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO., Selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan.
- 2) Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp, MH., Selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia (UBHI).
- 3) Ns. Heri Hermansyah, S.kep.,M.KM Selaku Dekan Universitas Bhakti Husada Indonesia (UBHI)
- 4) Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep Selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan.
- 5) Ns. Khusnul Aini, M.Kep., Sp.Kep.J Selaku Sekretaris & DBS S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia (UBHI)

- 6) Ns. Rastipiati Salahuddin, S.Kep., M.Kep Selaku pembimbing I yang telah banyak menyediakan waktu untuk bimbingan, memberi motivasi, masukan serta arahan kepada penulis demi kesempurnaan skripsi.
- 7) Ns. Mutia Agustiani Moonti, S.Kep., M.Kep Selaku pembimbing II yang telah banyak menyediakan waktu untuk bimbingan, memberi motivasi, masukan serta arahan kepada penulis demi kesempurnaan skripsi.
- 8) Ns. Yana Hendriana, S.Kep., M.Kep Selaku penguji yang telah meluangkan waktu, memberi motivasi, arahan dan bimbingan serta masukan yang berguna bagi penulis dalam penyusunan skripsi.
- 9) Seluruh staf dosen Program Studi S1-keperawatan dan karyawan UBHI Kuningan yang telah memfasilitasi penulis dalam penyusunan skripsi.
- 10) Sahabat-sahabat yang selalu memberikan semangat dalam pembuatan skripsi.
- 11) Semua pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi.
- 12) Nurul Parihah yang selalu menyupport dalam penyusunan skripsi.

Kuningan, Juli 2025

AL GYAN NURFAZRI
CKR0210089

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI.....	11
2.1 Konsep Hipertensi.....	11
2.1.1 Pengertian Hipertensi.....	11
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi.....	12
2.1.3 Faktor Risiko.....	12
2.1.4 Patofisiologi	15
2.1.5 Tanda Dan Gejala.....	16
2.1.6 Komplikasi	16

2.1.7 Pencegahan	17
2.1.8 Penatalaksanaan	19
2.2. Konsep Lansia.....	23
2.2.1. Definisi Lansia	23
2.2.2. Klasifikasi Lansia.....	25
2.2.3. Tipe-tipe Lansia	25
2.3. Konsep Labu Siam.....	26
2.3.1. Definisi.....	26
2.3.2 Patofisiologi	27
2.3.3 Kandungan Labu Siam.....	27
2.3.4 Teknik Pembuatan Makanan Labu Siam	28
2.3.5 Pengaruh labu siam terhadap penurunan tekanan darah	29
2.4 Kerangka Teori	30
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN	
HIPOTESIS	31
3.1 Kerangka Konsep.....	31
3.2 Definisi Operasional	31
3.3 Hipotesis	33
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	34
4.1 Jenis Penelitian.....	34
4.2 Variabel Penelitian.....	35
4.2.1 Variabel Independen	35
4.2.2 Variabel Dependen.....	35
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	35
4.3.1 Populasi.....	35
4.3.2 Sampel.....	36
4.4 Instrumen Penelitian	38
4.5 Teknik dan Pengumpulan Data	38
4.5.1 Sifat dan Sumber Data	38
4.6 Pengolahan Data dan Analisa Data.....	39
4.6.1 Teknik Pengolahan Data	39

4.6.2 Analisa Data	40
4.7 Etika Penelitian	45
4.8 Waktu dan Lokasi Penelitian	46
4.9 Jadwal Penelitian	46
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
5.1 Hasil Penelitian	47
5.1.1 Analisis Univariat	47
5.1.2 Analisis Bivariat.....	48
5.2 Pembahasan.....	50
5.2.1 Gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan makanan rebusan labu siam terhadap penderita lansia hipertensi	50
5.2.2 Gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah diberikan makanan rebusan labu siam terhadap penderita lansia hipertensi	53
5.2.3 Pengaruh Pemberian makanan rebusan labu siam terhadap Tekanan darah sistolik penderita Lansia Hipertensi di Desa Bayuning	55
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	59
6.1 Simpulan	59
6.2 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Menurut WHO	12
Tabel 2.2 Modifikasi Gaya Hidup dalam Pengobatan Hipertensi	21
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	32
Tabel 4.2 Uji Normalitas	42
Tabel 5.1 Gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum Diberikan makanan rebusan labu siam terhadap penderita hipertensi	47
Tabel 5.2 Gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah Diberikan makanan rebusan labu siam terhadap penderita lansia Hipertensi...	48
Tabel 5.3 Pengaruh Pemberian makanan rebusan labu siam terhadap Tekanan darah sistolik penderita Lansia Hipertensi di Desa Bayuning.....	49

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori	30
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep.....	31
Bagan 4. 1 Rancangan Penelitian	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan	67
Lampiran 2 Lembar Persetujuan	68
Lampiran 3 Pengukuran Tekanan Darah Menggunakan Manual	69
Lampiran 4 Sop Pemberian Makanan Rebusan Labu Siam.....	71
Lampiran 5 Jadwal Penelitian	72
Lampiran 6 Data Hipertensi Dinkes Kuningan.....	73
Lampiran 7 Data Hipertensi Desa Bayuning.....	74
Lampiran 7 Surat Ijin Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan	75
Lampiran 8 Surat Balasan Dinas Kesehatan	76
Lampiran 9 Surat Ijin Studi Pendahuluan Puskesmas	77
Lampiran 10 Surat Ijin Penelitian Desa Bayuning.....	78
Lampiran 11 Lembar Observasi Penelitian.....	79
Lampiran 12 Dokumentasi Pengukuran Tekanan Darah (Pre Test)	80
Lampiran 13 Pemberian Labu Siam (Post Test)	81
Lampiran 14 Bimbingan Skripsi Pembimbing 1	82
Lampiran 15 Bimbingan Skripsi Pembimbing 2	83
Lampiran 16 Output SPSS	84
Lampiran 17 Bio Data.....	87