

LAPORAN PENELITIAN KDM
(KOLABORASI DOSEN DAN MAHASISWA)



JUDUL PENELITIAN

PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AIR PUTIH SAMARINDA

TIM PENELITI

Ketua : Rusni Masnina, S.Kp, M.PH (NIDN. 1114027401)

Anggota: 1. Husnul Khotimah (NIM. 17111024110138)

2. Khairul Anwar (NIM. 17111024110142)

3. Muhammad Ali Basir (NIM. 17111024110146)

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2018/2019

HALAMAN PENGESAHAN
KOLABORASI DOSEN DAN MAHASISWA

Judul Kegiatan : Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Putih Samarinda

Bidang : 4.02 - Public Health and Health Services

Jenis : Penelitian Eksperimental

Ketua Peneliti

A. Nama Lengkap : Rusni Masnina, SKp., MPH

B. NIDN : 1114027401

C. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

D. Program Studi : Keperawatan

E. Nomor HP : 08115505059

F. Surel (e-mail) : rm180@umkt.ac.id

Lama Penelitian Keseluruhan : 1 Tahun

Penelitian Tahun ke : 1

Biaya Penelitian Keseluruhan : -

Biaya Tahun Berjalan : Rp 6900000

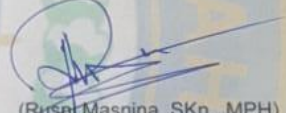
Mengetahui,
Kaprodik Ilmu Keperawatan



(Ns. Dwi Rahmah Fitriani, M. Kep)
NIDN 1119097601




Samarinda, 24 Oktober 2019
Ketua Peneliti,




(Rusni Masnina, SKp., MPH)
NIDN 1114027401

Menyetujui,
Wakil Ketua LPPM



(Marian Wahyuni, SKM., M.Si)
NIDN 1109017501



Identitas Penelitian

1. Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Putih Samarinda
2. Ketua Peneliti :
 - (a) Namas Lengkap : Rusni Masnina, S.Kp., MPH
 - (b) Bidang Keahlian : Keperawatan Dasar dan Promosi Kesehatan
3. Mahasiswa yang Terlibat:

No	Nama	NIM	Prodi/Fak	Diskripsi Tugas
1	Husnul Khotimah	17111024110138	Ilmu Keperawatan/FIKES	Membantu mengambil data
2	Khairul Anwar	17111024110142	Ilmu Keperawatan/FIKES	Membantu mengambil data
3	Muhammad Ali Basir	17111024110146	Ilmu Keperawatan/FIKES	Membantu intervensi penelitian dilakukan

4. Tema Penelitian : Mengetahui Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Putih Samarinda
5. Objek Penelitian : Pasien
6. Lokasi Penelitian : Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Putih Samarinda
7. Hasil yang ditargetkan :
 - a. Menganalisis Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Putih Samarinda.
 - b. Mengidentifikasi fenomena dukungan keluarga dan kepatuhan minum obat pada lansia penderita hipertensi
8. Institusi Lain Yang Terlibat : Puskesmas Air Putih Samarinda
9. Sumber Biaya Selain LPPM UMKT : -
10. Keterangan Lain Yang dianggap Perlu : -

A. Substansi Penelitian

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi adalah suatu keadaan seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kerusakan pada ginjal, jantung, dan otak bila tidak dideteksi secara dini. Hipertensi berdampak peningkatan morbiditas dan mortalitas. Hipertensi menjadi masalah karena paling banyak ditemukan pada lansia. Riset Kesehatan Dasar (Riskeddas) Departemen Kesehatan tahun 2013 menyatakan untuk angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai sekitar 25,8%. Hipertensi lansia di provinsi Kalimantan Timur ditemukan pada 2743 (98,9%) orang mengidap pre-hipertensi. Dan di kota Samarinda ditemukan penduduknya sebanyak 1568 (56,5%) mengalami hipertensi.

Tujuan: Penelitian ini menganalisis pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Putih Samarinda.

Metode: Desain Penelitian eksperimen semu dimana jumlah responden 20 orang yang diambil non random. Analisis yang digunakan uji t dependen untuk melihat pengaruh tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian air kelapa muda. Sedangkan untuk mengetahui perbedaan pengaruh pemberian air kelapa muda pada 2 kelompok kontrol digunakan uji *t-independent*

Hasil: Dan hasil analisa bivariat menggunakan uji *T-Test Independent* menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tekanan darah kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yaitu p-value 0,002. Dari hasil analisa variabel ditemukan adanya suatu pengaruh antara pemberian air kelapa muda terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

Kata kunci : air kelapa muda, dukungan keluarga, kepatuhan minum obat, tekanan darah

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
IDENTITAS PENELITIAN	iii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	v
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Khusus	2
1.3 Urgensi Penelitian	3
1.4 Luaran	3
BAB II STUDI PUSTAKA	4
2.1 Konsep Tekanan Darah	4
2.2 Kepatuhan dan Dukungan Keluarga Pada Lansia Hipertensi	8
2.2 Konsep Air Kelapa Muda	11
BAB III METODE PENELITIAN	9
3.1 Rancangan Penelitian	9
3.2 Tempat Penelitian	9
3.3 Populasi dan Sampel	9
3.4 Prosedur Penelitian	9
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	10
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	14
DAFTAR PUSTAKA	20
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah istilah terjadinya peningkatan tekanan darah di atas normal, dengan nilai tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg. hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, dimana proporsi kematiannya mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia¹

Hipertensi menjadi masalah karena paling banyak ditemukan pada lansia. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 menyebutkan, prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%, tertinggi di Bangka Belitung (30,9 %), diikuti Kalimantan Selatan (30,8 %), dan Kalimantan Timur (29,6 %).² Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kaltim pada 2016, tercatat sebanyak 120.844 orang menderita hipertensi, dengan diantaranya adalah lansia sebanyak 83.020 orang (68.7%).³

Proses degeneratif yang dialami seorang lansia menyebabkan terjadi perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh darah perifer yang bertanggung jawab pada perubahan tekanan darah yang terjadi pada lansia. ⁴ Hal ini terjadi karena pada usia tersebut arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku karena itu darah pada setiap denyut jantung dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit daripada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan darah. Kondisi lansia yang secara fisiologis telah mengalami penurunan fungsi tubuh akan semakin diperberat dengan menderita hipertensi. Perlu perhatian khusus dalam memberikan terapi dan perawatan pada lansia dengan kondisi tersebut dan mempertimbangkan faktor lain yang sangat berpengaruh dalam keefektifan terapi penderita lansia hipertensi ditentukan oleh kepatuhan, dan dukungan keluarga. Data WHO (2003) yang menyebutkan bahwa 50%-80% pasien hipertensi tidak patuh terhadap terapi ⁵

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Air Putih Samarinda sebanyak 1074 responden selama 3 bulan terakhir, dari bulan September sampai dengan bulan November. Melalui metode wawancara terstruktur pada 8 orang lansia di dapatkan hasil wawancara, 3 orang lansia mengatakan jika hipertensinya naik mereka mengobatinya dengan cara meminum obat antihipertensi seperti (Captopril, Enalaprin dan Trandolaprin) dan 5 orang lansia lainnya lebih memilih berobat kepuskesmas jika hipertensinya naik. Dari 8 orang lansia mengatakan belum pernah melakukan pemberian air kelapa muda sebagai pengobatan herbal apabila hipertensinya naik.

Berdasarkan data dan keterangan di atas, dimana jumlah lanjut usia yang mengalami penyakit hipertensi masih tinggi sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh pemberian Air Kelapa muda terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Putih Samarinda.

1.2 Tujuan penelitian

- 1.2.1 Mengidentifikasi Karakteristik Responden meliputi Usia, Jenis Kelamin, pendidikan, dan pekerjaan
- 1.2.2. Mengidentifikasi kepatuhan dan dukungan keluarga pada Lansia penderita Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Putih Samarinda
- 1.2.3 Mengevaluasi efektivitas Pemberian air kelapa muda terhadap perubahan tekanan darah (kelompok kontrol dan intervensi) pada lansia penderita Hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Air Putih Samarinda

1.3 Urgensi

- 1.3.1 Penelitian Hasurungan dalam Rahajeng dan Tuminah (2009) menemukan bahwa pada lansia dibanding umur 55 -59 tahun dengan umur 60-64 tahun terjadi peningkatan risiko hipertensi sebesar 2,18 kali, umur 65-69 tahun 2,45 kali dan umur >70 tahun 2,97 kali.⁸
- 1.3.2 Penelitian yang dilakukan oleh Andika dkk (2018) yang berjudul “Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan

Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lanrisang Kabupaten Pinrang.⁶

- 1.3.3 Dalam melakukan terapi, keluarga dapat menjadi faktor yang sangat berpengaruh dalam program pengobatan tekanan darah.⁵
- 1.3.4 Olowookere, et al. (2015) melaporkan bahwa 39% pasien tidak patuh terhadap terapi. ⁵

1.4 Luaran

- 1.4.1. Seminar hasil penelitian
- 1.4.2. Jurnal Nasional

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Tekanan Darah

Tekanan darah adalah salah satu tanda vital pada manusia sebagai petunjuk jika ditemukan adanya kelainan. Tubuh. Tekanan darah adalah aksi pompa jantung memberikan tekanan yang mendorong darah melewati pembuluh-pembuluh arteri. Tekanan darah ini di tentukan oleh jumlah darah yang di pompa oleh jantung ke seluruh organ dan jaringan tubuh, serta daya tahan dinding peembulu darah arteri jantung yang memompa ke seluruh jaringan dan organ-organ tubuh.⁹

Tekanan darah seseorang biasanya mengalami perubahan setiap saat. Dalam kurun waktu 24 jam, tekanan dalam pembuluh darah arteri mengalami fluktuasi 24 jam. Tekanan darah tertinggi biasanya terjadi pada pagi hari setelah bangun tidur dan setelah melakukan aktivitas. Setelah itu, tekanan darah menjadi stabil sepanjang hari, pada malam hari tekanan darah mulai turun. Tekanan darah akan mencapai ke titik terendah saat kita tidur pulas.¹⁰

Klasifikasi tekanan darah pada penderita hipertensi berdasarkan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik dalam satuan mmHg¹⁵

Tabel 2.1 Klasifikasi tekanan darah pada penderita hipertensi

Kategori	Tekanan darah (sistolik)	Tekanan darah (diastolik)
Normal	< 130 mmhg	< 85 mmHg
Prehipertensi	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Hipertensi ringan (stadium 1)	140-159 mmHg	90-99 mmHg
Hipertensi sedang (stadium 2)	160-179 mmHg	100-109 mmHg
Hipertensi berat (stadium 3)	180-209 mmHg	110-119 mmHg
Hipertensi maligna (stadium 4)	> 210 mmHg	> 120 mmHg

Klasifikasi Hipertensi Sumber : *Joint National Committee On Detection, Evaluation And Treatment Of High Blood Preassure (JNC) Ke VII Dalam Smeltzer & Bare (2010)*

2.2 Kepatuhan dan Dukungan Keluarga dalam program Terapi Hipertensi

Pada Lansia

Depkes tahun 2010 menyatakan bahwa usia lanjut merupakan kelompok dalam masa senium yaitu berusia 60 – 69 tahun. Tekanan darah pada lansia akan

cenderung tinggi sehingga lansia lebih besar berisiko terkena hipertensi (tekanan darah tinggi). Bertambahnya umur mengakibatkan tekanan darah meningkat, karena dinding arteri pada usia lanjut (lansia) akan mengalami penebalan yang mengakibatkan penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku.¹² Semakin tua seseorang maka semakin besar resiko terserang hipertensi.

Hipertensi merupakan tekanan tinggi di dalam pembuluh darah arteri. Seseorang dikatakan hipertensi apabila memiliki tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg. Price (2006) menyatakan bahwa penyakit hipertensi sebagai *silent killer* dimana perjalanan penyakit hipertensi sangat perlahan dan mungkin penderita hipertensi tidak menunjukkan gejala selama bertahun-tahun sampai terjadi kerusakan organ yang bermakna.⁷

Penatalaksanaan pasien hipertensi terdiri dari dua macam yaitu, intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Penatalaksanaan secara farmakologi, yaitu dengan menggunakan obat-obatan antihipertensi. Terapi dengan obat antihipertensi dimulai pasien pada tekanan darah sistol ≥ 160 mmHg dan tekanan darah diastol ≥ 100 mmHg yang menetap. Target tekanan darah adalah $< 130/80$ mmHg.¹³

Penggunaan satu dari lima obat berikut menunjukkan penurunan kasus kardiovaskuler pada pasien hipertensi sehingga dapat dijadikan monoterapi pertama untuk pasien hipertensi. Kelima obat tersebut adalah:

- a) Diuretik tiazid
- b) Beta blocker
- c) Inhibitor Angiotensin Converting Enzyme (ACEI)
- d) Calcium Channel Blocker (CCB)
- e) Angiotensin Receptor Blocker (ARB) (Corwin, 2009).

Penatalaksanaan secara non farmakologi, yaitu dengan memodifikasi pola hidup. Mengikuti pola hidup yang sehat penting untuk mencegah atau mengurangi dampak dari hipertensi. Cara-cara menangani dampak atau mencegah penyakit hipertensi dapat dilakukan dengan ruang lingkup yang meliputi:

- a) Biologi (herbal yang mengandung antihipertensi).
- b) Psikologi (relaksasi dan ketenangan).
- c) Sosial (memperbanyak hubungan sosial).
- d) Spiritual (relaksasi spiritual)

Menurut Osamor (2015), penyakit kronis seperti hipertensi membutuhkan pengobatan seumur hidup. Hal ini merupakan tantangan bagi pasien dan keluarga dalam memberikan dukungan agar dapat mempertahankan keefektifan terapi dan perawatan pada penderita hipertensi dengan mematuhi pengobatan selama bertahun-tahun. Dukungan keluarga adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan oleh anggota keluarga. Ketika keluarga berbagi masalahnya dengan sistem dukungan sosial maka saran dan bimbingan akan diberikan kepada klien. Menciptakan lingkungan yang penuh kasih sayang, mengarahkan dan menemukan sumber perawatan serta memberikan bantuan finansial merupakan bentuk umum dari dukungan keluarga.¹⁴

2.3 Air Kelapa Muda

2.3.1. Air Kelapa

Kelapa (*Cocos nucifera L.*) adalah salah satu dari tumbuhan yang paling banyak manfaatnya di dunia. Seluruh bagian dari pohon kelapa dapat dimanfaatkan. Salah satu bagian tumbuhan ini yang banyak kegunaannya adalah air kelapa. Air kelapa memiliki khasiat dan nilai gizi yang baik sekali. Air kelapa dipercaya dapat mengurangi frekuensi denyut jantung dan tekanan darah¹⁵

Air kelapa muda merupakan air yang biasa ditemukan pada buah kelapa yang masih muda dan memiliki rasa yang manis, air kelapa muda mengandung beberapa kandungan seperti gula, vitamin, kalsium dan kalium. Kalium yang membantu tubuh untuk menyeimbangkan fungsi natrium dalam ketidakseimbangan tekanan darah normal. Kalium sangat penting sebagai unsur mempertahankan tekanan darah normal pada tubuh hal ini makin memperkecil kemungkinan terjadinya penyakit jantung dan hipertensi. Pengaturan tekanan darah merupakan fungsi yang paling penting dari mineral ini.¹⁶

Air kelapa muda mengandung kadar kalium yang tinggi. Peran kalium dalam menurunkan tekanan darah diperkirakan melalui mekanisme *natriuresis* di ginjal, *endotheliumdependent vasodilatation*, dan juga melalui efek sentral yaitu penurunan *aktivitas renin angiotensin aldosteron* (RAA) dan peningkatan neuronal Na pump yang menurunkan aktivitas saraf simpatis.⁸

Air kelapa mempunyai kandungan yang terdiri dari 17% kalium, 15% magnesium dan 10% vitamin C. Kandungan yang dimiliki air kelapa muda dipercaya dapat menurunkan tekanan darah (Darmawan, 2013). Air kelapa muda dapat digunakan dalam penanganan penyakit untuk menurunkan hipertensi.¹⁷

2.3.2. Komposisi Air Kelapa

Komposisi air kelapa tergantung dari varietas, derajat maturitas (umur), dan faktor iklim. Volume air kelapa pada tiap buah kelapa biasanya sekitar 300 mL, dengan pH berkisar 3,5 - 6,1. Air kelapa memberikan rasa dan aroma yang khas karena adanya komponen aromatik dan volatile. Dalam air kelapa terkandung zat gizi makro yaitu Karbohidrat 4,11%, Lemak 0,12%, dan Protein 0,13%, sedangkan pada air kelapa tua KH 7,27%, L 0,15%, dan P 0,29%. Air kelapa mengandung sangat sedikit lemak, oleh karena itu, dalam air kelapa hanya terkandung energi sebesar 17,4% per 100 gram atau sekitar 44 kal/L. Zat gizi mikro (vitamin dan mineral) juga Homeostasis K⁺ tubuh ditemukan dalam air kelapa. Air kelapa muda merupakan minuman tinggi kalium (sekitar 291 mg/100 mL). Vitamin yang terkandung dalam air kelapa yaitu vitamin B (B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9) dan vitamin C, yang kadarnya menurun selama maturitas. Air kelapa merupakan larutan yang kaya mineral. Kadar N, P, K, Ca, Mg mencapai maksimal umur 8 bulan dan setelah itu menurun dengan bertambahnya umur.¹⁸

2.3.3 Prosedur Pemberian Air Kelapa Muda Pada Tekanan Darah

Hasil penelitian Fadlilah & Saputri (2018), terdapat pengaruh konsumsi air kelapa muda (250cc/hari) pagi dan sore hari selama satu

minggu terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi dengan p value <0,05 yaitu 0.001. Peran kalium dalam menurunkan tekanan darah diperkirakan melalui mekanisme natriuresis di ginjal, endothelium-dependent vasodilatation, dan juga melalui efek sentral yaitu penurunan aktivitas renin angiotensin aldosteron (RAA) dan peningkatan neuronal Na pump yang menurunkan aktivitas saraf simpatis sehingga dapat menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi

Peralatan dan Cara Kerja adalah sebagai berikut:

- 1) Alat
 - a) Air kelapa muda
 - b) Gelas
- 2) Cara Kerja
 - a) Sebelum diberikan perlakuan pemberian air kelapa muda penderita hipertensi diukur tekanan darah
 - b) Diberikan perlakuan pemberian air kelapa muda 250cc pagi dan sore hari selama 7 hari
 - c) Selanjutnya dilakukan pengukuran tekanan darah

BAB III

METODE PENELITIAN

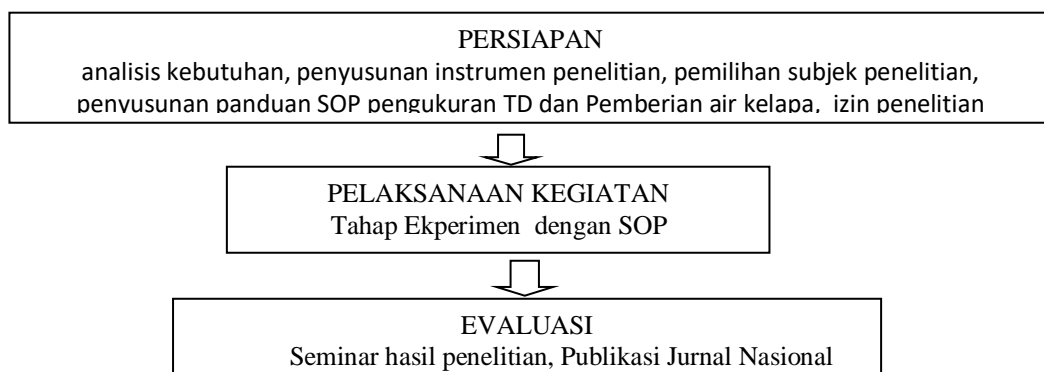
Desain penelitian yang digunakan adalah Bentuk eksperimen semu (*quasi experiment*) pada penelitian ini adalah *Non randomized pre-test and post test control group* suatu penelitian yang dilakukan dengan dua kelompok tanpa randomisasi, satu kelompok diberi perlakuan dan kelompok lain sebagai kontrol, kemudian diobservasi variable Tekanan Darah sebelum dan sesudah intervensi menggunakan alat ukur Teinsimeter Aneroid dan Stetoskop. Subjek dalam penelitian ini adalah Lansia yang menderita Hipertensi diwilayah kerja Puskesmas Air Putih Samarinda.

Prosedur penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini

- a. Peneliti menyiapkan alat pengukur tekanan darah (Tensimeter aneroid dan Stetoskop), dan alat gelas ukur sebagai wadah air kelapa muda untuk diberikan pada responden yang memenuhi kriteria.
- b. Persiapan sudah selesai, kemudian akan dilakukan pengukuran tekanan darah (*pre test*) 5 menit sebelum intervensi menggunakan *tiensimeter aneroid* yang diukur di bagian brakhialis dengan posisi duduk.
- c. Responden diberikan air kelapa muda sebanyak 250cc pada pagi dan sore hari.
- d. Tahap akhir yaitu pengukuran kembali tekanan darah setelah intervensi (*post test*) yang dilakuakan dalam rentang waktu 30 menit, pengukuran tekanan darah pada brakhialis dengan posisi duduk.
- e. Pengumpulan data dilakukan selama 7 hari.

Perbandingan efektifitas kedua kelompok dilakukan dengan membandingkan rata-rata perubahan tekanan darah yang terjadi diantaranya.

Adapun tahap penelitiannya adalah sebagai berikut:



BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

SILAHKAN KUNJUNGI PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

DAFTAR PUSTAKA

1. Depkes RI, 2013, Riset Kesehatan Dasar Indonesia : *Prevalensi Hipertensi*, Jakarta
2. Dinas Kesehatan Kaltim, 2015, *Prevalensi Hipertensi*, Kaltim
3. Izzo, Joseph L., Sica, Domenic., & Black, Hendry R. 2008. *Hypertension Primer: The essentials of High Blood Pressure Basic Science, Population Science, and Clinical* Philadelphia. USA. Lippincott Williams & Wilkins
4. Widyanto F.C., Dan Triwibowo C., (2013). *Trend Disease*. Jakarta: Cv. Trans Info Media
5. Yeni F, Husna M, Dachriyanus 2016, *Dukungan Keluarga mempengaruhi kepatuhan penderita Hipertensi*
6. Rahajeng E, Tuminah S. 2009, *Prevalensi Hipertensi dan Determinannya di Indonesia*. Jakarta: Pusat Penelitian Biomedis dan Farmasi Badan Penelitian Kesehatan Departemen Kesehatan RI, Jakarta
7. Masnina R, Setyawan AB, 2018. *Terapi Relaksasi nafas Dalam Mempengaruhi Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi*. Jurnal Ilmu dan Tehnologi Kesehatan, Volume 5 nomor 2, Maret 2018, hlm:119-128
8. Fandi Andika., Haniarti., Amir Patintingan., (2018). *Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lanrisang Kabupaten Pinrang*. Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan Mahasiswa Konsentrasi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare
9. Haryani Suprpto Ira, (2014). *Menu Ampuh Atasi Hipertensi*. Yogyakarta.
10. Junaedi., Sufrida Yulianti., Mira Gustia Rinata S.Si.,M.Si., (2013). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: Fmedia.
11. Smeltzer & Bare. 2007. *Keperawatan medikal bedah*. Edisi 8 Vol.1. Alih Bahasa : Agung waluyo. Jakarta. EGC.
12. Corwin E, (2009). *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran. EGC.
13. Maryam, dkk. (2008). *Mengenai Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika

14. Setiadi P, (2013). *Efek Air Kelapa (Cocos Nucifera Linn) Terhadap Penurunan Tekanan Darah*. Jurnal. Bandung. Universitas Kristen Maranatha. Fakultas Kedokteran
15. Farapti., Dan Safitri S., (2014). *Air Kelapa Muda Pengaruhnya Terhadap Tekanan Darah*. Continuing Profesional Development. IAI.
16. Siti Binaiyati, (2017). *Pengaruh Terapi Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Mejing Wetan Gamping Sleman Yogyakarta*. Naskah Publikasi. Universitas 'Aisyiyah. Fakultas Ilmu Kesehatan.
17. Tricara G., Dkk., (2014). *Pengaruh Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Kauman Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang*. [Jurnal]. Jombang. Stikes Husada Jombang, Program Studi S-1 Keperawatan.
18. Vita D, (2016). *Kelapa Muda*. Surabaya: Stomata
19. WHO, 2013. *About Cardiovascular Diseases*. World Health Organization.
20. Septyana. (2013). *Study Komprasi Pengaruh Pemberian Jus Buah Apel dan jus Buah Melon Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta*. Mahasiswa Keperawatan Setikes Aisyiyah Yogyakarta.
21. Palmer A and William, B. (2007). *Simple Guide Tekanan Darah Tinggi*. Alih bahasa dr Elizabeth Yasmine. Editor Rina Astikawati ,Amalia Safitri. Jakarta : Erlangga; 2007.

Lampiran Biodata Tim Pengusul

1. Ketua Peneliti

B. Identitas Diri

1.	Nama lengkap (dengan gelar)	Rusni Masnina, S.Kp., MPH
2.	Jenis kelamin	Perempuan
3.	Jabatan fungsional	AA
4.	NIP/NIK/identitas lain	6472065402740003
5.	NIDN	1114027401
6.	Tempat dan tanggal lahir	Banjarmasin, 14 Pebruari 1974
7.	E-mail	rm180@umkt.ac.id atau manisninet@yahoo.com
8.	Nomor telepon/HP	08115505059
9.	Alamat kantor	Jl. Ir. Juanda No. 15 Samarinda
10.	Nomor telepon/fax	0541-748511/0541-748511

C. Riwayat Pendidikan

	S1	S2
Nama Perguruan Tinggi dan lokasi	Universitas Indonesia	Universitas Gajah Mada
Gelar	S. Kp	MPH
Tahun masuk-lulus	1998-2001	2013-2015
Bidang studi	Ilmu Keperawatan	Ilmu Kesehatan Masyarakat

D. Pengalaman Profesional

Nama institusi	UMKT
Jabatan	Sekretaris Program Studi Sarjana
Periode kerja	2017-sekarang

E. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (jutaRp)
1.	2015	Peran Strategi promkes Dalam Penanggulangan Merokok Pada remaja SMK Muhammadiyah Samarinda (Jurnal Ilmu Kesehatan Vol 3No 2. Desember 2015) http://ojs.stikesmuda.ac.id/index.php	LPPM	3.000.000
2	2016	Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa STIKES Muhammadiyah Samarinda (JIK Vol 4 No 2 Desember 2016)	LPPM	3.000.000
3	2017	Studi Analisis Tentang Resiliensi terkait Harga Diri dan Sosial Kognitif Pada Remaja Panti	LPPM	3.000.000

		Asuhan Anak Harapan Samarinda (JIK Vol 5 No 2 Desember 2017)		
4	2018	Efektivitas Teh Bawang Dayak untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (Publish STRada Jurnal. 2018) Copyright © 2018 STIKes Surya Mitra Husada		

F. Publikasi artikel 5 tahun terakhir

Nama penulis	
Judul artikel	
Nama berkala	
Volume dan no halaman	
Status akreditasi	

Samarinda, 24 Oktober 2019
Rusni Masnina, S.Kp., MPH
NIDN. 1114027401

2. Anggota Peneliti

1.	<u>Nama Lengkap</u>	<u>Muhammad Ali Basir</u>
2.	<u>Jenis Kelamin</u>	<u>Laki laki</u>
3.	<u>NIM</u>	<u>17111024110146</u>
4.	<u>E-mail</u>	<u>m.alibasir12@gmail.com</u>

1.	<u>Nama Lengkap</u>	<u>Khairul Anwar</u>
2.	<u>Jenis Kelamin</u>	<u>Laki laki</u>
3.	<u>NIM</u>	<u>17111024110142</u>
4.	<u>E-mail</u>	<u>khairulanwarlibra11@gmail.com</u>

1.	<u>Nama Lengkap</u>	<u>Husnul Khotimah</u>
2.	<u>Jenis Kelamin</u>	<u>Perempuan</u>
3.	<u>NIM</u>	<u>17111024110138</u>
4.	<u>E-mail</u>	<u>husnulhotimah343@gmail.com</u>