



**Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya**

SKRIPSI

**PENGARUH AIR REBUSAN DAUN SALAM (*SYZYGIUM
POLYANTHUM*) DAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN
MULYASARI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI**

Disusun Oleh:

FAJAR CANDRA TSAURI

NIM. P2.06.20.5.20.012

PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS

JURUSAN KEPERAWATAN

POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA

2024





SKRIPSI

**PENGARUH AIR REBUSAN DAUN SALAM (*SYZYGIUM POLYANTHUM*)
DAN SENAM LANSIA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN MULYASARI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI**

Oleh:

Fajar Candra Tsauri

NIM. P2.06.20.5.20.012

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

2024

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Proposal Skripsi dengan judul “Pengaruh Air Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Dan Senam Hipertensi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Mulyasari Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari”. Dalam penyusunan Proposal Skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Direktur PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bapak H. Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
4. Bapak Drs. Unang Arifin Hidayat, M. Kes selaku Pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan Proposal Skripsi ini.

5. Bapak Yanyan Bahtiar, SKp,. M.Kep._ selaku Pembimbing 2 yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan Proposal Skripsi ini.
6. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalankan perkuliahan.
7. Kepala Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya dan koordinator program penyakit tidak menular di wilayah kerja puskesmas tamansari , yang telah membantu dan Kerjasama selama pengumpulan data untuk bahan kajian penelitian yang akan dilakukan.
8. Kedua orang tua saya, bapak Asep Hidayatullah dan ibu Rinrin Aprilani yang sangat saya banggakan karena tiada hentinya melangitkan doa terbaiknya dan memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini, serta mampu mendidik penulis menjadi laki-laki yang kuat dan tegar dalam segala rintangan, sehingga penulis mampus menyelesaikan studinya sampai sarjana.
9. Kedua saudara saya, Pipit Yuseni dan Sheiza Rahma Adinda yang selalu memberikan doa dan dukungan dalam proses dalam penyusuna skripsi ini.
10. Para sahabat saya, (Budi, Nadira, Puput, Anggie, Santika, Lia, Mutia, Adinda dan Lilis) yang selalu memberikan dukungan, saran, motivasi, serta menjadi pendengar yang baik dalam proses membuat Skripsi ini.

11. Seluruh teman-teman Angkatan 2 Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Polteknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang senantiasa mengingatkan, memberikan dukungan dan memberikan kenangan baik dan buruknya selama 8 semester ini.
12. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literature yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis

PENGARUH AIR REBUSAN DAUN SALAM (*SYZYGIUM POLYANTHUM*) DAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN MULYASARI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI

ABSTRAK

Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik diatas 160 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg. Prevalensi hipertensi setiap tahunnya meningkat khususnya di keurahan mulyasari, puskesmas Tamansari, meskipun penderita hipertensi melakukan pengobatan. Penatalaksanaan dapat dilakukan dengan non-farmakologi seperti air rebusan daun salam dan senam hipertensi. Daun salam adalah salah satu obat herbal yang kandungan kimia yang terdapat didalam daun salam seperti minyak atsiri, sitrat, eugenol, flavonoid serta tannin yang mempunyai fungsi untuk menurunkan tekanan darah. Senam hipertensi merupakan olah raga yang salah satunya bertujuan untuk meningkatkan aliran darah dan pasokan oksigen ke dalam otot rangka yang aktif khususnya otot jantung sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh rebusan daun salam dan senam hipertensi terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan metode *quasi eksperimental design* dengan *control design*. Teknik pengambilan sampel dengan *random sampel* dengan jumlah sampel 24 untuk kelompok intervensi dan 24 untuk kelompok kontrol. Analisa yang digunakan yaitu uji *dependen* dan *indenpenden sampel T-test* . Hasil penelitian ini menunjukan ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan rebusan daun salam dan senam hipertensi terhadap penurunan tekanan darah tinggi dengan hasil, tekanan darah sistolik sebelum perlakuan nilai p value = 0.762 dan tekanan darah diastolik sebelum perlakuan nilai p value = 0.149. setelah perlakuan rerata tekanan darah sistolik nilai p value 0.001 dan tekanan dara diastolik nilai p value 0.003. Kesimpulannya dari hasil tersebut terdapat perbedaan skor rerata tekanan darah sebelum dan setelah perlakuan dimana hasil p value nya < 0.05. Disarankan bagi penderita hipertensi untuk menjadikan rebusan daun salam dan senam hipertensi sebagai pengobatan alternatif bagi penderita hipertensi.

Kata kunci : Daun salam, senam hipertensi, hipertensi

**THE EFFECT OF BAY LEAF (SYZYGIUM POLYANTHUM) COOKING
WATER AND HYPERTENSION EXERCISES ON CHANGES IN BLOOD
PRESSURE IN HYPERTENSIVE PATIENTS IN MULYASARI VILLAGE
IN THE TAMANSARI PUSKESMAS WORKING AREA**

ABSTRACT

Hypertension is systolic blood pressure above 160 mmHg and diastolic blood pressure above 90 mmHg. The prevalence of hypertension increases every year, especially in the Mulyasari sub-district, Tamansari health center, even though hypertension sufferers are receiving treatment. Management can be done non-pharmacologically, such as boiled bay leaf water and hypertension exercises. Bay leaves are one of the herbal medicines that contain chemicals in bay leaves such as essential oils, citrate, eugenol, flavonoids and tannins which have the function of lowering blood pressure. Hypertension exercise is an exercise that aims to increase blood flow and oxygen supply to active skeletal muscles, especially heart muscles, so that it can reduce blood pressure. The aim of this study was to determine the effect of boiled bay leaves and hypertension exercises on changes in blood pressure in hypertension sufferers. This type of research is quantitative using a quasi-experimental design method with a control design. The sampling technique was random sampling with a sample size of 24 for the intervention group and 24 for the control group. The analysis used is the dependent and independent sample T-test. The results of this study show that there is a difference before and after giving treatment with bay leaf decoction and hypertension exercise in reducing high blood pressure with the results, systolic blood pressure before treatment p value = 0.762 and diastolic blood pressure before treatment p value = 0.149. After treatment the average systolic blood pressure had a p value of 0.001 and diastolic blood pressure had a p value of 0.003. In conclusion, from these results, there is a difference in the mean blood pressure score before and after treatment where the p value is <0.05. It is recommended for hypertension sufferers to use boiled bay leaves and hypertension exercises as alternative treatments for hypertension sufferers.

Keywords: Bay leaf, hypertension gymnastics, hypertension

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.1 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	7
1.5 Orsinalitas.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Hipertensi	12
2.1.1 Definisi Hipertensi.....	12
2.1.2 Tanda dan Gejala	13
2.1.3 Patofisiologi.....	15
2.1.4 Faktor Risiko Hipertensi.....	17
2.1.5 Penatalaksanaan Hipertensi	21
2.1.6 Klasifikasi Hipertensi	22
2.2 Pra Lansia	23
2.2.1 Pengertian	23
2.2.2 Proses Menua.....	24
2.2.3 Ciri – Ciri Dewasa Akhir	25
2.2.4 Perkembangan Pada Dewasa Akhir.....	26

2.3 Senam Hipertensi	28
2.3.1 Pengertian Senam Hipertensi.....	28
2.3.2 Manfaat Senam Hipertensi.....	29
2.3.3 Tujuan Senam Hipertensi.....	29
2.3.4 Prosedur Melakukan Senam Hipertensi.....	30
2.4 Rebusan Daun Salam.....	31
2.4.1 Pengertian Daun Salam.....	31
2.4.2 Kandungan Daun Salam	31
2.4.3 Manfaat Daun Salam	32
2.4.4 Prosedur Pembuatan Rebusan Daun Salam	32
2.5 Kerangka Teori.....	34
2.6 Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
3.1 Desain Penelitian	37
3.2 Populasi , Sampel, dan Sampling	38
3.2.1 Populasi.....	38
3.2.2 Sampel	38
3.2.3 Teknik Sampling.....	41
3.3 Variabel Penelitian	41
3.3.1 Variabel Independen	41
3.3.2 Variabel Dependen	42
3.4 Definisi Operasional.....	42
3.5 Tempat Penelitian.....	44
3.6 Waktu Penelitian	44
3.7 Instrument Penelitian.....	45
3.7.1 Instrument Karakteristik Responden	45
3.7.2 Instrument Tekanan Darah.....	45
3.8 Prosedur Pengumpulan Data	46
3.8.1 Tahap Persiapan.....	46
3.8.2 Tahap Pelaksanaan.....	46
3.9 Analisa Data	47
3.9.1 Analisa Univariat	47

3.9.2 Analisis Bivariat	49
3.10 Etika Penelitian.....	50
3.10.1 Menghormati harkat dan martabat manusia.....	50
3.10.2 Menghormati privasi dan kerahasiaan	51
3.10.3 Keadilan dan keterbukaan.....	51
3.10.4 Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang dirugikan	51
BAB IV	51
4.1 Hasil Penelitian.....	52
4.1.1 Hasil Analisa Univariat.....	52
4.1.2 Hasil Analisa Bivariat.....	55
4.2 Pembahasan	58
4.2.1 Interpretasi Hasil.....	59
4.2.2 Keterbatasan Penelitian.....	66
4.2.3 Implikasi Untuk Keperawatan	66
BAB V.....	67
PENUTUP	67
5.1 Kesimpulan.....	67
5.2 Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

Tabel 1 1 Orsinalitas	8
Tabel 2 1 Klasifikasi Hipertensi.....	23
Tabel 3 1 Definisi Operasional	42
Tabel 3 2 Hasil Uji Normalitas Data.....	48
Tabel 4 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	53
Tabel 4 2 <i>Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin</i>	53
Tabel 4 3 Skor rerata tekanan darah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	54
Tabel 4 4 Perbedaan skor rerata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	55
Tabel 4 5 Perbedaan skor rerata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	56
Tabel 4 6 Uji beda skor rerata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi.....	56
Tabel 4 7 Uji beda skor rerata tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi.....	57
Tabel 4 8 Uji beda skor rerata tekanan darah sistolik setelah perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	57
Tabel 4 9 Uji beda skor rerata tekanan darah diastolik setelah perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Daun salam.....	31
Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat studi pendahuluan Dinkes Kota Tasikmalaya	72
Lampiran 2 Surat Studi pendahuluan Puskesmas	73
Lampiran 3 Surat Balasan Studi Pendahuluan Puskesmas	74
Lampiran 4 Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian	75
Lampiran 5 Permohonan Untuk Menjadi Responden.....	77
Lampiran 6 Informed Consent.....	78
Lampiran 7 Identitas Responden.....	79
Lampiran 8 SOP Senam Hipertensi	80
Lampiran 9 Lembar Observasi Tekanan Darah	81
Lampiran 10 Lembar Bimbingan.....	82
Lampiran 11 Lembar Observasi Daun Salam	84
Lampiran 12 Observasi Senam Hipertensi.....	85
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian Dinkes Kota Tasikmalaya	86
Lampiran 14 Surat Izin Penelitian Puskesmas	87
Lampiran 15 Surat balasan izin penelitian Dinkes.....	88
Lampiran 16 Surat balasan penelitian Puskesmas	89
Lampiran 17 Surat telah menyelesaikan penelitian	90
Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian.....	91
Lampiran 19 Hasil Plagiarisme.....	93
Lampiran 20 Daftar Riwayat Hidup.....	94