

**PENGARUH KONSUMSI BUAH SEMANGKA (*CITRULLUS
LANATUS*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SIANTAN SELATAN
KABUPATEN KEPULAUAN
ANAMBAS**

Hendrikus Pon (2023)
Program Studi Sarjana Keperawatan
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Dosen Pembimbing
Ns. Resi Novia, M.Kep
Siti Husaidah, S.ST,M.Kes,M.Keb

Kata Kunci : Hipertensi, buah semangka, lansia, farmakologi, nonfarmakologi

INTISARI

hipertensi adalah faktor penyakit yang mempengaruhi sekitar 1,3 miliar orang dewasa diseluruh dunia, secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak dan ginjal, merupakan penyebab utama kematian secara global, merenggut sekitar 10.8 juta jiwa Pengobatan hipertensi bisa secara farmakologi, dengan mengkonsumsi obat antihipertensi dan terapi non farmakologis yaitu dengan terapi buah semangka. Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui pengaruh konsumsi buah semangka (*citrullus lanatus*) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Siantan Selatan. Jenis penelitian ini eksperimen semu desain pre test dan post test. Populasi 163 lansia, sampel penelitian 15 lansia, uji statistic menggunakan uji paired samples T test, hasil didapatkan pada tekanan darah sistol diperoleh nilai t hitung $11,526 > t$ tabel 2,160 dan $p\text{-value } 0,000 < \alpha 0,05$ sedangkan pada tekanan darah distolik diperoleh nilai t hitung $3,597 > t$ tabel 2,160 dan $p\text{-value } 0,003 < \alpha 0,05$. Hasil ini dapat disimpulkan ada pengaruh buah semangka terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Siantan Selatan Tahun 2023. Saran penelitian selanjutnya penelitian ini dapat memberikan informasi untuk penelitian lanjutan yang berhubungan dengan faktor – faktor penyebab hipertensi.

**THE EFFECT OF WATERMELON CONSUMPTION (CITRULLUS
LANATUS) ON BLOOD PRESSURE REDUCTION IN ELDERLY
INDIVIDUALS WITH HYPERTENSION IN THE WORKING
AREA OF SOUTH SIANTAN COMMUNITY
HEALTH CENTER ANAMBAS ISLANDS**

Hendrikus Pon (2023)
Program Studi Sarjana Keperawatan
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Supervisor
Ns. Resi Novia, M.Kep
Siti Husaidah, S.ST, M.Kes, M.Keb

Keywords: Hypertension, watermelon juice, elderly, pharmacology, non pharmacology

ABSTRACT

Hypertension is a disease factor that affects around 1.3 billion adults worldwide, significantly increases the risk of heart, brain and kidney disease, is a major cause of death globally, claiming around 10.8 million lives annually. Hypertension treatment can be pharmacological, involving the consumption of antihypertensive medications, and non-pharmacological, such as watermelon juice therapy. The purpose of this study is to determine the effect of watermelon (*Citrullus lanatus*) consumption on reducing blood pressure in elderly individuals with hypertension in the South Siantan Community Health Center's working area. This research is a quasi-experimental study with a pre-test and post-test design. The population consists of 165 elderly individuals, with a sample of 15 elderly participants. Statistical analysis was performed using paired samples t-test. The results show that for systolic blood pressure, the calculated t-value is $11.526 > t\text{-table } 2.160$, and the p-value is $0.000 < \alpha 0.05$. Similarly, for diastolic blood pressure, the calculated t-value is $3.597 > t\text{-table } 2.160$, and the p-value is $0.003 < \alpha 0.05$. These results lead to the conclusion that watermelon has an effect on reducing both systolic and diastolic blood pressure in elderly individuals with hypertension in the South Siantan Community Health Center's working area in the year 2023. For further research, this study suggests exploring factors contributing to hypertension as potential areas of investigation.

RIWAYAT HIDUP



A. IDENTITAS DIRI

1. Nama : Hendrikus Pon
2. NIM : 616080721071
3. Tempat Lahir : Mengkait
4. Tanggal Lahir : 08 September 1993
5. Jenis Kelamin : Laki - Laki
6. Nama Orang Tua : Ayah : (+) Idris
Ibu : (+) Dolfina Serak
7. Alamat Rumah : Jl. Batu Berapit, Kota Tarempa
Kabupaten Kepulauan Anambas
8. Email : hendrikus025@gmail.com
9. No Handphone : 0813-6494-0201

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Pendidikan SD di SD 009 Desa Mengkait Kabupaten Kepulauan Anambas
2. Pendidikan SMP di SMP Katolik Tanjungpinang tahun 2007-2010
3. Pendidikan SMA di SMA Katolik Tanjungpinang tahun 2010-2013
4. Pendidikan Diploma 3 di Akper Pangkalpinang tahun 2013-2016

