

ABSTRAK

Yughies Arina Insani. 2010. **Pengaruh Pemberian Jus Buah Belimbing Manis (*Averrhoa carambola Linn*) terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Panti Wredha Purbo Yuwono Brebes Tahun 2010**. Skripsi. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: I. Widya Hary Cahyati, S.KM, M.Kes (Epid), Pembimbing II. dr. Intan Zainafree.

Kata Kunci : Belimbing Manis (*Averrhoa carambola Linn*), Hipertensi

Prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia terus meningkat. Dari data Depkes RI tercatat 48,8% hipertensi ringan, 23,9% hipertensi sedang, dan 20,9% hipertensi berat. Di Panti Wredha Purbo Yuwono Brebes, prosentase penderita hipertensi tahap I meningkat dari 22,34% (2009) menjadi 22,83% (2010), sedangkan prosentase penderita hipertensi tahap II meningkat dari 12,78% (2009) menjadi 17,39% (2010). Ada dua macam terapi untuk mengobati hipertensi, yaitu terapi farmakologi dengan menggunakan obat dan terapi nonfarmakologi, misalnya buah belimbing manis. Permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah adakah pengaruh pemberian jus buah belimbing manis (*Averrhoa carambola Linn*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Panti Wredha Purbo Yuwono Brebes tahun 2010.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *eksperimental kuasi*. Rancangan penelitian ini menggunakan kategori *pre-test and post-test design* dengan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi. Teknik pengambilan sampel yaitu total sampling, didapatkan jumlah sampel sebesar 28 sampel. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner penjarangan sampel, timbangan badan, meteran, gelas ukur, *juicer*, sphygmomanometer dan stetoskop. Data diperoleh dari hasil wawancara dan pemeriksaan langsung. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat (menggunakan uji alternatif *Mann-whitney* dengan $\alpha = 0,05$).

Dari hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tekanan darah sistolik awal ($p = 0,631$) maupun diastolik awal ($p = 1,000$) antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Sedangkan untuk nilai akhirnya terdapat perbedaan tekanan darah sistolik ($p = 0,0001$) maupun diastolik akhir ($p = 0,0001$) antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Selain itu juga terdapat perbedaan antara rata-rata penurunan tekanan darah sistolik ($p = 0,0001$) maupun diastolik ($p = 0,0001$).

Saran yang diajukan bagi penderita hipertensi adalah agar mengkonsumsi jus buah belimbing manis (*Averrhoa carambola Linn*), dan memeriksakan tekanan darahnya secara rutin agar tekanan darahnya terus terkontrol.

