

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT PEPAYA TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA KARYAWAN
POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA**



**GALUH RAHMAWATI EKA PUTRI
P07131216037**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2020**

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT PEPAYA TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA KARYAWAN
POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi



**GALUH RAHMAWATI EKA PUTRI
P07131216037**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2020**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi


**“PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT PEPAYA TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA KARYAWAN POLTEKKES
KEMENKES YOGYAKARTA”**

Disusun oleh :
GALUH RAHMAWATI EKA PUTRI
NIM. P07131216037

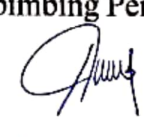
Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
.....

Menyetujui,

Pembimbing Utama,


Tjarono Sari, SKM, M.Kes.
NIP. 196102031985012001

Pembimbing Pendamping,


Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gizi
NIP. 198004052008122002


Yogyakarta, 2020
Ketua Jurusan Gizi
DR. Ir. Made Alit Gunawan, M.Si
NIP. 196303241986031001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**“PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT PEPAYA TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA KARYAWAN POLTEKKES
KEMENKES YOGYAKARTA”**

Disusun Oleh
GALUH RAHMAWATI EKA PUTRI
NIM. P07131216037

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal : 2020

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Isti Suryani, DCN, M. Kes
NIP. 196510031989022001

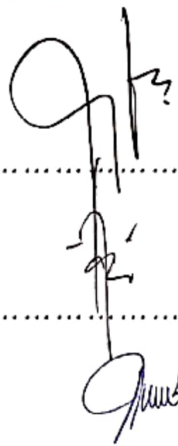
(.....)

Anggota,
Tjarono Sari, SKM, M.Kes.
NIP. 196102031985012001

(.....)

Anggota,
Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gizi.
NIP. 198004052008122002

(.....)



Yogyakarta, 2020

Ketua Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si
NIP. 196303241986031001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Galuh Rahmawati Eka Putri

NIM : P67131216037

Tanda Tangan



Tanggal

: 10 Mei 2020

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Galuh Rahmawati Eka Putri
NIM : P07131216037
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas skripsi saya yang berjudul :

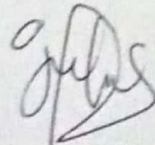
**Pengaruh Pemberian Jus Tomat Pepaya Terhadap Penurunan Tekanan
Darah Pada Karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir Saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 20 Mei 2020

Yang menyatakan,



Galuh Rahmawati Eka Putri
NIM. P07131216037

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetik Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Ir. Made Alit Gunawan, M.Si., selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Agus Wijanarka, S.SiT, M.Kes., selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Tjarono Sari, SKM. M. Kes., selaku Pembimbing Utama.
5. Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Kes., selaku Pembimbing Pendamping.
6. Ayah dan ibu serta keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
7. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Telaah Pustaka	7
B. Kerangka Teori	23
C. Kerangka Konsep	24
D. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Jenis dan Desain Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel	26
C. Waktu dan Tempat	27
D. Variabel Penelitian	28
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian	28
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	29
G. Bahan dan Alat Penelitian	30
H. Instrumen Penelitian	31
I. Prosedur Penelitian	32
J. Manajemen Data	33
K. Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Hasil Penelitian	36
B. Pembahasan	43

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi hipertensi menurut JNC-VII 2003.....	8
Tabel 2. Klasifikasi Indeks Massa Tubuh.....	11
Tabel 3. Kandungan gizi tomat dan pepaya dalam 100 g.....	21
Tabel 4. Gambaran Karakteristik Subyek.....	39
Tabel 5. Uji Normalitas Data Penelitian.....	41
Tabel 6. Tekanan Darah Sebelum Intervensi.....	42
Tabel 7. Tekanan Darah Setelah Intervensi.....	42
Tabel 8. Perbedaan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penyebab dan Penanggulangan Hipertensi.....	23
Gambar 2. Kerangka Konsep Pemberian Jus Tomat Pepaya terhadap Penurunan Tekanan Darah.....	24
Gambar 3. Desain penelitian <i>One Group Pretest Posttest Design</i>	25

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Rencana Anggaran Penelitian.....	55
Lampiran 2. Jadwal Penelitian.....	57
Lampiran 3. Form Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian (PSP).....	58
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i>	59
Lampiran 5. Kuesioner Penelitian.....	60
Lampiran 6. Form Recall 24 Jam.....	63
Lampiran 7. Standar resep jus tomat papaya.....	64
Lampiran 8. Kelayakan Etik.....	65
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian.....	67
Lampiran 10. Uji normalitas data.....	68
Lampiran 11. Uji Beda Variabel.....	71