

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

Galuh Rahmawati Eka Putri*, Tjarono Sari, Rini Wuri Astuti
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta
Email : galurahmawati98@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Pasien dengan tekanan darah tinggi memiliki resiko dua kali lipat untuk menderita penyakit jantung koroner. Untuk menanggulangi masalah hipertensi ada dua alternatif yang bisa diberikan bagi penderita hipertensi yaitu dengan metode farmakologi (obat-obatan kimia) maupun non farmakologi (obat-obatan herbal). Salah satu metode non farmakologi untuk menanggulangi masalah hipertensi adalah dengan pemberian jus tomat pepaya.

Tujuan Penelitian : Mengetahui pengaruh pemberian jus tomat pepaya terhadap penurunan tekanan darah pada karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Metode Penelitian : Penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan rancangan penelitian *one group pretest-postest*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2020. Populasi penelitian ini adalah karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dengan jumlah sampel sebanyak 22 orang. Analisis data yang digunakan adalah *uji wilcoxon dan paired samples-t test*.

Hasil Penelitian : Rata-rata tekanan darah sebelum intervensi adalah $143,59 \pm 15,56$ mmHg untuk tekanan darah sistolik dan $92,14 \pm 8,35$ mmHg untuk tekanan darah diastolik. Sedangkan rata-rata tekanan darah setelah intervensi adalah $134,50 \pm 16,47$ mmHg untuk tekanan darah sistolik dan $84,59 \pm 10,28$ mmHg untuk tekanan darah diastolik. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus tomat pepaya terhadap penurunan tekanan darah sistolik ($p=0,003$) dan diastolik ($p=0,000$) pada karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Kesimpulan : Ada pengaruh pemberian jus tomat pepaya terhadap penurunan tekanan darah pada karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Kata Kunci : Jus tomat pepaya, sistolik, diastolik

EFFECT OF GIVING PAPAYA TOMATO JUICE TO DECREASE IN BLOOD
PRESSURE ON POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH YOGYAKARTA
EMPLOYEES

Galuh Rahmawati Eka Putri*, Tjarono Sari, Rini Wuri Astuti
Nutrition Department of Polytechnic Ministry of Health Yogyakarta
Tatabumi Street No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta
Email : galurahmawati98@gmail.com

ABSTRACT

Background : Patients with high blood pressure have double risk of suffering from coronary heart disease. To overcome the problem of hypertension, there are two alternatives that can be given for patients with hypertension, that is with the pharmacological methods (chemical medicines) and non pharmacology (herbs medicines). One of non-pharmacological method for overcoming the problem of hypertension is by giving papaya tomato juice.

Objective : Determine the effect of giving papaya tomato juice to decrease in blood pressure on polytechnic ministry of health yogyakarta employees.

Method : This research is a quasi experiment with one group pretest-posttest research design. This research was conducted in February 2020. The population of this research is polytechnic ministry of health yogyakarta employees with a sample of 22 people. Data analysis used is wilcoxon test and paired samples-t test.

Result : Mean blood pressure before intervention was 143.59 ± 15.56 mmHg for systolic blood pressure and 92.14 ± 8.35 mmHg for diastolic blood pressure. Meanwhile mean blood pressure after intervention was 134.50 ± 16.47 mmHg for systolic blood pressure and 84.59 ± 10.28 mmHg for diastolic blood pressure. The research results showed there is an effect of giving papaya tomato juice to decrease in systolic blood pressure ($p = 0.003$) and diastolic blood pressure ($p = 0,000$) on Polytechnic Ministry of Health Yogyakarta employees.

Conclusion : There is an effect of giving papaya tomato juice to decrease in blood pressure on Polytechnic Ministry of Health Yogyakarta employees.

Keywords : papaya tomato juice, sistolic, diastolic