

DAFTAR PUSTAKA

- Adil, A., Liana, Y., Mayasari, R., Lamonge, A. S., Ristiyana, R., Saputri, F. R., Jayatmi, I., Satria, E. B., Permana, A. A., & Rohman, M. M. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori dan Praktik*. Jakarta: Get Press Indonesia.
- Adiredjo, A. L., (2025). *Karakterisasi Tanaman Melon*. Universitas Brawijaya Press. <https://books.google.com/books>.
- Agustiyah M., Khasana, U., & Lindawati, T. (2021). Tiga Alasan Buah Melon Banyak Disukai Orang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://files.osf.io/v1/resuorce24.5672>
- Almar, J., & Dewi, R. (2025). Pengaruh Pemberian Jus Tomat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 10(4), 4202–4211. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v10i4.58631>
- Andika, M., Hasanah, R., Ariny, S., Nouri, S., & Afif, T. (2023). *KARDIOVASKULAR: “Hipertensi, Stroke, Anemia, Aritmia, Dislipidemia.”* Airlangga University Press .
- Angelia, I., (2021). Efektivitas Pelilinan Terhadap Perubahan Kualitas Warna Buah Tomat (*Solanum Lycoersicum*). *Seminar Nasional Teknologi, Sains dan Humaniora (SemanteCH)*, 1(5), 89–97. <https://jurnal.poligon.ac.id/aeticle//12.6243>
- Ambarwati, R. (2020). Pengaruh Pemberian Buah Melon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Penderita Hipertensi Usia 1(6), 41-64 Tahun. *Jurnal Riset Gizi*. 3(8) 102-120, <https://doi.org/10.237/ds16-008>
- Aminati, F.R., & Yastutik, I. Y. (2024). Efek Pemberian Jus Melon Terhadap Penurunan Hipertensi pada Lansia Di Desa Ketegan. *Kesehatan Prima Wiyata*, 5(1), 38-43. <https://doi.org/10.60050/pwh.v5i1.63>
- Ayu, M. S. (2021). Analisis Klasifikasi Hipertensi dan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(2), 123-131. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i2.8246>
- Ayu, S. P., & Khairi, A. (2024). *Budidaya Tanaman Tomat dan Pengendalian Hama dan Penyakit*. Mega Press Nusantara.
- Basri, S., Syahradesi, Y., & Andriani, D. (2023). Pengaruh Jus Tomat (*Lycopersicum Esculentum*) terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 3(1), 214–224. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i1.9195>
- Bratha, S. D. K., & Irwan, M. (2023). *Pengaruh Pemberian Susu Kedelai terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Briliansyah, M. R., & Safitri, E. D. (2022). Aktivitas Fisik dan Olahraga bagi Penderita Hipertensi. *Journal of Science and Tourism Activity (JOSITA)*, 1(2), 56–63. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.52742/josita.v1i2>
- Chandra, D., Purba, S., & Marbun, E. D. (2021). Penyuluhan Manfaat Buah Melon Oranye (Cucumis melo L.) yang Mengandung Vitamin C sebagai Masker untuk Mencegah Penuaan Dini. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 2(1), 394–397. <https://doi.org/97.21151/jikk.v12i2.4421>
- Cholifah, N., & Hartinah, D. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Tomat terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Purwosari Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 404–410. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i2.1150>
- Dermawati, Y. (2021). Penetapan Kadar Vitamin C dalam Beberapa Varietas Buah Melon dengan Spektrofotometri. *Journal Herbal Medicine*, 4(1), 2621–2625. <https://doi.org/83.1678/jikk.v12i2.1150>
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2023). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu*. <https://dinkes.bengkulkota.go.id/publikasi>
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2024). *Profile Kesehatan Kota Bengkulu*, 167–186. <https://dinkes.bengkulkota.go.id/publikasi/>
- Rias, G., Fukata, M., & Tsurayya, H. (2024). *Kunci Menjaga Kesehatan Pembuluh Darah dan Jantung*. Kramantara JS.
- Estiyani, A., & Utami, S. (2025). Pengaruh Pemberian Jus Tomat (Solanum Lycopersicum) pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 15(1), 35–48. <https://doi.org/10.54444/jik.v15i1.168>
- Falah, M. (2019). Hubungan Jenis Kelamin dengan Angka Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya. *Jurnal Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, 3(1), 85–94. <https://doi.org/27.2121/v3i3.32>
- Fatchnuraliyah, Y., Wijayanti, M. F. (2024). Buku Pedoman Hipertensi 2024. *Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*.
- Ginangjar, M. R., Putra, D. P., Rahayu, R. A., & Charolina, D. (2025). Pemberian Jus Tomat untuk Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Kota Palembang. *Jurnal Pustaka Mitra*, 5(5), 248–252. <https://doi.org/https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v5i5.1137>
- Graharti, A. &. (2025). Panduan Terbaru Hipertensi. *Tinjauan Literatur*, 15(3), 580–585. <https://doi.org/literatur7.2213/v3i3.51>
- Habibyansyah, R. (2024). Pengaruh Jus Tomat Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Bandar Agung Lampung Tengah Tahun 2023. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 5(1), 75–81. <https://mhjns.widyagamahusada.ac.id>
- Hapipah, H., Izzah, U., Ariyanti, M., & Istianah, I. (2019). Pengaruh Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi. *Citra Delima*

Scientific Journal of Citra Internasional Institute, 3(1), 5–9.
<https://doi.org/10.33862/citradelima.v3i2.44>

Harahap, P. S., Rizal, K., Lestari, W., & Triyanto, Y. (2024). Pengaruh Pemberian Pupuk Kulit Bawang Merah dan Ampas Kelapa Terhadap Pertumbuhan dan Produksi Tanaman Tomat (*Solanum lycopersicum*). *Jurnal Pertanian Agros*, 26(1), 115-121. <https://doi.org/10.37159/jpa.v26i1.4246>

Hasan, A. K., Dafi, M. A., & Adawiyah, Q. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Gawat Darurat*. Mahakarya Citra Utama Group.

Indra, E. N. (2020). Pengaturan Tekanan Darah Jangka Pendek, Jangka Menengah, dan Jangka Panjang. *MEDIKORA*, 5(1), 185–200.
<https://journal.publishing.id/index.medikora>

Istichomah. (2020). Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi pada Lansia di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 24–29. <https://doi.org/http://doi.org/10.30644/jphi.v1i1.369>

Iswahyuni, S., Aini, W. A. N., Kustanti, R., Widiati, N. L., Kiromiah, W., & Firnanda, I. M. (2023). Tindakan Mandiri Keperawatan (Pemberian Buah Melon) Pada Kasus Hipertensi Di Desa Jatirejo Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 2(01), 56–63.
<https://doi.org/05.2351/jpk.v201>

Kemenkes RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun. *Jakarta: Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI*.

Kementerian Kesehatan RI. (2021). TataLaksana Hipertensi Dewasa. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–85. <https://kemkes.go.id/hipertensi>

Kusumawati, A. H., Amalia, L., Gondodiputro, R. S., & Rahayu, C. (2023). *Peran Obat Antihipertensi terhadap Kualitas Hidup Pasien Hipertensi dengan Gangguan Ginjal Kronik-Jejak Pustaka*. Jejak Pustaka.

Lasanuddin, H. V., Syamsuddin, F., & Dju, G. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga. *Usada Nusantara: Jurnal Kesehatan Tradisional*, 1(2), 39-50. <https://doi.org/10.47861/usd.v1i1.224>

Lubis, E. R. (2020). *Bercocok Tanam Tomat Untung Melimpah*. Bhuana Ilmu Populer.

Marliani, E., & Rosmiyati, R. (2021). Pengaruh Konsumsi Jus Melon Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(3), 490–498. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.1900>

Muin, A. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. CV. Social Politic Genius (SIGN) Publisher.

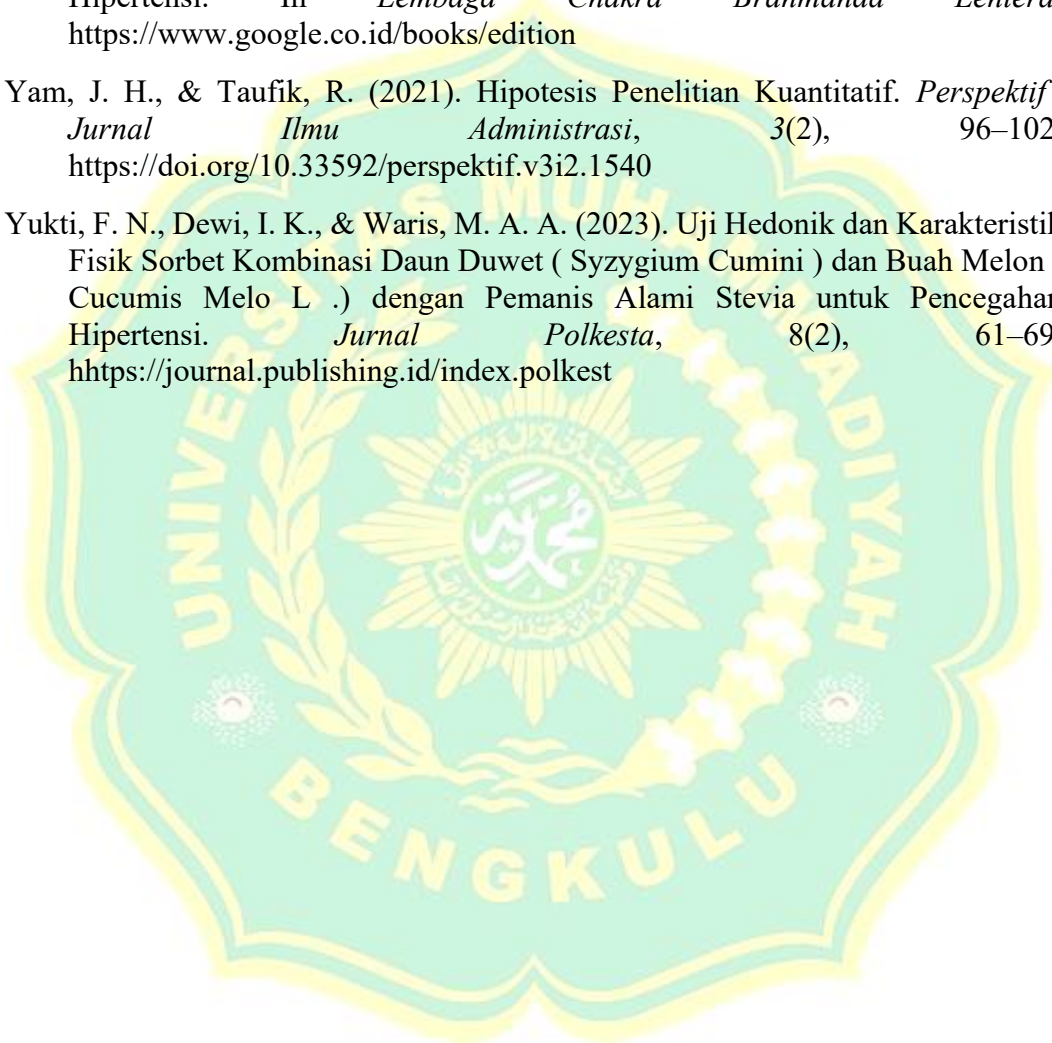
Munawaroh, S., Rahmawati, D., & Sastyarina, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Solanum Lycopersicum*) dan Melon (*Cucumis melo L.*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. In *Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences* 1(7), 50-56.

<https://prosiding.farmasi.unmul.ac.id>

- Novianti, D. P., Sulendri, N. K. S., Lutfiyah, F., & Suhaema, S. (2022). Pengaruh Pemberian Buah Tomat (*Solanum Lycopersicum*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Student Journal Nutrition (SJ Nutrition)*, 1(1), 33-40. <https://doi.org/10.32807/sjn.v1i1.7>
- Nuke, R., Ambarwati, M., Tursilowati, S., & Setyo, P. (2021). Pengaruh Pemberian Buah Melon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Pada Penderita Hipertensi Usia 41-64 Tahun. *Jurnal Riset Gizi.*, 7(1), 9-14. <https://doi.org/g/10.31983/jrg.v7i1.4347>
- Nurhayati, U. A. I., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023, July). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas Aisyiyah Yogyakarta* 5(1), 363-369. <https://doi.org/10.33024/hjk.v5i3.10>
- Nurochman, M. A., Sudaryanto, W. T., & Debi, S. S. (2024). *Penyuluhan Hipertensi Kepada Pengunjung Posyandu RW 14 Kelurahan Sumber*.
- Parrela, R., Nurhuda, M. A., Setyawati, D. D., & Wahyu, I. (2021). Diit Penyakit Hipertensi, Pengobatan Tradisional Serta Pencegahan untuk Penyakit Hipertensi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), 39-51. <https://doi.org/10.31290/jpk.v10i1.2128>
- PERHI (Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia). (2021). Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi. *I-Hefcard.Com*, 16(1), 108-118. http://www.inash.or.id/upload/event_Update_konsensus_2019123191.
- Pius A. L. Berek. (2024). *Model Perawatan Diri Hipertensi Bebas Mobilephone dan Infografis* (M Sholahudin A. (Ed.)). PT Pusat Literasi Dunia. <https://doi.org/https://books.google.co.id/books>
- Pratama, I. B. A., Fathnin, F. H., & Budiono, I. (2020). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu. In *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana* 3(1), 408-413. <https://proceedings.unnes.ac.id/>
- Probosiwi, N., Ilmi, T., Laili, N. F., & Bin Abd Kadir, M. (2023). Edukasi Terapi Hipertensi dan Pemanfaatan Herbal Jus untuk Terapi Alternatif. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 6(2), 149-155. <https://doi.org/10.30737/jaim.v6i2.4542>
- Puspawidari, E., Hidayani, & Hanifa, F. (2025). Perbandingan Pemberian Jus Wortel dan Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Di Tpmbe Kabupaten Garut Tahun 2024. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(8), 5665-5674. <https://doi.org/10.53625/arteri.v5i8.9388>
- Puspita, S. D., Ratri, P. R., Jannah, M., Fitriyah, D., Yuanta, Y., & Kartika, R. C. (2024). Pengaruh Pemberian Jus Melon SGH Tefa Polije Kombinasi Jeruk Nipis Terhadap Hipertensi Sebagai Upaya Penurunan PTM. *ARTERI : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 35-41. <https://doi.org/10.37148/arteri.v5i2.443>

- Putra, D. A., & Safirah, S. A. B. (2023). Pengaruh Konsumsi Jus Melon Terhadap Tekanan Darah pada Aparatur Sipil Negara. *Darussalam Nutrition Journal*, 7(2), 90–103. <https://doi.org/10.21111/dnj.v7i2.10706>
- Putri, A. N. Z. (2021). *Strategi Budidaya Tanaman Melon*. Elementa Agro Lestari.
- Rahayu, S. (2022). Membangun Kesehatan Bersama : Program Sosial Cek Tekanan Darah. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 11–14. <https://journal.alifa.ac.id/index.php/jpma/index>
- Ramadhian, M. R., Hasibuan, N. C., & Mikba, N. (2020). Efektivitas Kandungan Kalium dan Likopen yang Terdapat Dalam Tomat (*Solanum Lycopersicum*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi. *Majoryti* 5(3), 80-102
- Ratna Aminati, F., & Yuni Yastutik, I. (2024). Pengaruh Pemberian Jus Melon Terhadap Penurunan Hipertensi pada Lansia Di Desa Ketegan. *Prima Wiyata Health*, 5(1), 38–43. <https://doi.org/10.60050/pwh.v5i1.63>
- Roflin, E., & Liberty, I. A. (2021). *Populasi, Sampel, Variabel Dalam Penelitian Kedokteran*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sandi, K. (2025). Prospek Pengembangan Budidaya Melon Di Desa Cileles Kabupaten Sumedang. *Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 14(1), 112-123. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya>
- Sari, N., Miniharianti, M., Masri, M., Wahidanur, W., & Nursani, N. (2026). Pengaruh Pemberian Jus Tomat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Farmasetis*, 15(1), 1-6. <https://doi.org/10.47861/usd.v1i1.224>
- Setiawan, R., Ningsih, F., Putri, R. S., Happy, N., Febriana, R., Rufiana, K. R., Fitri, I. R., Oktavira, S. H., Adilia, P., & Putri, A. (2024). Upaya Pencegahan dan Penanganan Hipertensi Melalui Pendekatan Interprofesional Colaboration Pada Lansia Di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura. *Jurnal Pengabdian Masyarakat UMS*, 1(1), 25–31. <https://journals2.ums.ac.id/index>.
- Setiowati. (2020). Efektivitas Pemberian Jus Melon untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi pada Pasien Hipertensi. *Journal of Nursing & Health*, 5(1), 19–27. <https://jurnal.politeknikyakpermas.ac.id/jnh/article/1113>
- Survei Kesehatan Indonesia (SKI), (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 - Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | BKPK Kemenkes
- Soares, D., Ulkhasanah, M. E., Rahmasari, I., & Firdaus, I. (2023). *Penatalaksanaan Hipertensi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryawan, I. G. R. (2024). *Buku Ajar Ilmu Kardiovaskular Berbasis Standar Nasional Pendidikan Profesi Dokter Jilid 2*. Airlangga University Press.
- Swastini, N. (2021). Efektivitas Daun Sirsak (*Annona muricata* Linn) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 413–415. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.618>

- Syamsuddin, F., & Puluhulawa, N. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Buah Belimbing Wuluh terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Telaga. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 7(2), 204-223. <https://doi.org/10.31314/zijk.v7i2.1143>
- WHO. (2021). Hipertensi. *World Health Organization*, 0(7), 1–10. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- WHO. (2023). Klasifikasi Hipertensi. *World Health Organization*.
- Widiyono, Indriyati, & Astuti, T. B. (2022). Aktivitas Fisik untuk Mengatasi Hipertensi. In *Lembaga Chakra Brahmanda Lentera*. <https://www.google.co.id/books/edition>
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>
- Yukti, F. N., Dewi, I. K., & Waris, M. A. A. (2023). Uji Hedonik dan Karakteristik Fisik Sorbet Kombinasi Daun Duwet (*Syzygium Cumini*) dan Buah Melon (*Cucumis Melo L .*) dengan Pemanis Alami Stevia untuk Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Polkesta*, 8(2), 61–69. <https://journal.publishing.id/index.polkest>



L

A

M

P

I

R

A

N



Lampiran 1

PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth. Bapak/Ibu
Di
Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu

Assalamualaikum Wr.Wb.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu:

Nama: Ririn Oktariani
NPM: 2214201072

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir (Skripsi), saya bermaksud melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi jus buah terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Sehubungan dengan hal tersebut, saya memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Bapak/Ibu akan diminta mengonsumsi jus buah yang telah disediakan oleh peneliti satu kali sehari selama **7 hari berturut-turut**.
2. Peneliti akan melakukan pengukuran tekanan darah sebanyak satu kali (sesudah minum jus) setiap harinya.
3. Kerahasiaan data pribadi Bapak/Ibu akan dijamin sepenuhnya dan hanya digunakan untuk kepentingan pengembangan ilmu keperawatan.

Besar harapan saya agar Bapak/Ibu berkenan membantu penelitian ini. Jika Bapak/Ibu bersedia, mohon kesediaannya untuk menandatangani Lembar Persetujuan yang telah disediakan.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Bengkulu, 10 Februari 2026

Ririn Oktarianai
NPM.2214201072

Lampiran 2

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(INFORMED CONSENT)

Assalamualaikum Wr.Wb

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan

Alamat :

Menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dari peneliti mengenai:

1. Tujuan Kegiatan: Mengetahui pengaruh pemberian jus buah terhadap perubahan tekanan darah.
2. Prosedur: Saya bersedia untuk mengonsumsi jus yang diberikan oleh peneliti dan bersedia dilakukan pengukuran tekanan darah sebanyak 2 kali sehari (sebelum dan sesudah pemberian) selama 7 hari berturut-turut.
3. Kerahasiaan: Seluruh data diri dan hasil pengukuran saya akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian/ilmiah.

Dengan ini saya menyatakan **BERSEDIA / TIDAK BERSEDIA** untuk menjadi responden dalam penelitian. Demikian persetujuan ini saya tandai dengan sesungguhnya sukarela tanpa paksaan siapapun agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 10 Februari 2026
Responden

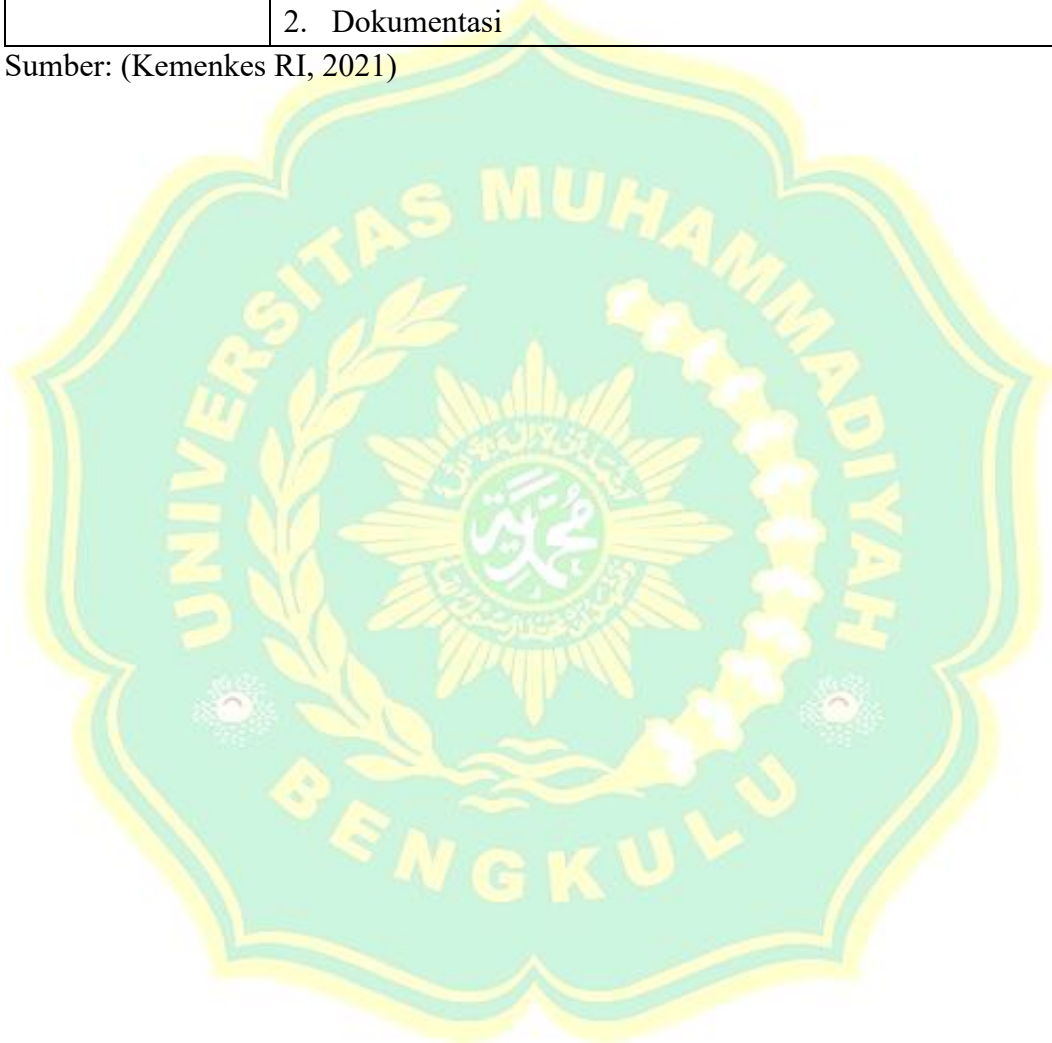
()

Lampiran 3

	TENSI METER DIGITAL		
	NO DOKUMEN	NO REVISI	HALAMAN
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	TANGGAL TERBIT	DITETAPKAN OLEH	
Definisi	Tensi meter adalah alat untuk menilai tekanan darah dan merupakan indikator untuk menilai sistem kardiovaskular		
Tujuan	Sebagai petunjuk untuk penggunaan tensi meter digital dan untuk mengetahui tekanan darah		
Kebijakan	Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/4634/2021 tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa		
Referensi	Buku Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia		
Pelaksanaan	1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan 3. Mengatur posisi pasien sehingga merasa aman dan nyaman		
Prosedur	Tahap Persiapan 1. Persiapan alat dan bahan a. Siapkan tensimeter digital 2. Persiapan peserta a. Memperkenalkan diri b. Kontrak waktu c. Menjelaskan maksud dan tujuan 3. Pelaksanaan a. Cuci tangan b. Atur posisi pasien dengan posisi yang nyaman c. Lengan baju pasien terbuka atau digulung d. Pasang manometer pada lengan kiri/kanan atas, sekitar 3cm diatas fossa cubit (siku lengan bagian dalam) jangan terlalu ketat ataupun terlalu longgar e. Posisikan alat pengukur tekanan darah sebisa mungkin sejajar dengan dada kiri (posisi jantung)		

	f. Instruksikan pasien agar tetap tenang selama pemeriksaan dan anjurkan pasien untuk tidak bicara selama proses pengukuran g. Tekan tombol start atau stop untuk mengaktifkan alat pengukur darah h. Tunggu alat memompa secara otomatis i. Lihat angka tertera pada monior tensimeter (tekanan darah, nadi, heart rate)
Evaluasi	1. Catat hasil tensi 2. Dokumentasi

Sumber: (Kemenkes RI, 2021)



Lampiran 4

	SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR) JUS BUAH MELON		
	NO DOKUMEN	NO REVISI	HALAMAN
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	TANGGAL TERBIT	DITETAPKAN OLEH	
Pengertian	Proses pengolahan buah melon segar menjadi minuman kesehatan rendah natrium dan kaya kalium untuk membantu menurunkan tekanan darah secara alami.		
Tujuan	Sebagai terapi nonfarmakologi dalam menurunkan tekanan darah tinggi atau hipertensi		
Prosedur	1. Persiapan alat dan bahan a. 200 gram melon b. 100 ml air matang c. Blender d. Gelas ukur 2. Pelaksanaan a. Tahap pra interaksi 1) Mencuci tangan 2) Menyiapkan alat b. Tahap orientasi 1) Salam 2) Menjelaskan tujuan c. Tahap kerja 1) Kupas dan bersihkan melon 2) Potong kecil-kecil melon sesuai takaran 3) Campur air matang 100 ml 4) Blender sampai halus 5) Tuangkan kedalam gelas sesuai takaran yang ditentukan 6) Aduk dan siap disajikan d. Tahap terminasi 1) Mengevaluasi cara membuat jus melon 2) Membersikan dan merapikan alat 3) Mencuci tangan		
Evaluasi	Dokumentasi		

Sumber: (Putra & Safirah, 2023)

Lampiran 5

	SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR) JUS TOMAT		
	NO DOKUMEN	NO REVISI	HALAMAN
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	TANGGAL TERBIT	DITETAPKAN OLEH	
Pengertian	Proses pengolahan buah tomat segar menjadi minuman kesehatan yang kaya kalium dan likopen berfungsi untuk merelaksasi pembuluh darah serta membantu membuang kelebihan garam dalam tubuh.		
Tujuan	Sebagai terapi nonfarmakologi dalam menurunkan tekanan darah tinggi atau hipertensi		
Prosedur	- Persiapan alat dan bahan 150 gram tomat merah 50 ml air matang - Blender - Gelas ukur - Pelaksanaan - Tahap pra interaksi - Mencuci tangan - Menyiapkan alat - Tahap orientasi - Salam - Menjelaskan tujuan - Tahap kerja - Bilas dan bersihkan tomat - Potong kecil-kecil tomat sesuai takaran - Campur air matang 50 ml - Blender sampai halus selama kurang lebih 2 menit - Tuangkan kedalam gelas sesuai takaran yang ditentukan - Aduk dan siap disajikan - Tahap terminasi - Mengevaluasi cara membuat jus melon - Membersikan dan merapikan alat - Mencuci tangan		
Evaluasi	- Melakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya - Dokumentasi		

Sumber: (Ericca, 2022).

Lampiran 6 Lembar Observasi Jus Buah Melon

No	Nama	Umur	JK	Tekanan Darah		Kategori	Kunjungan														Tekanan Darah Post		Kategori
				Pre																	Sistol	Diastol	
				Sistol	Diastol		1		2		3		4		5		6		7				
Sis	Dis	Sis	Dis			Sis	Dis	Sis	Dis	Sis	Dis	Sis	Dis	Sis	Dis	Sis	Dis	Sistol	Diastol				
1	Ny.S	35	P	151	92	Hipertensi TK 1	151	92	148	90	144	90	140	88	137	86	135	84	132	82	132	82	Pre Hipertensi
2	Ny.C	55	P	144	91	Hipertensi TK 1	144	91	142	88	139	87	133	85	130	83	126	83	122	80	122	80	Pre Hipertensi
3	Ny,N	67	P	140	90	Hipertensi TK 1	140	90	137	87	135	86	132	84	129	82	125	80	120	78	120	78	Normal
4	Tn.E	54	L	160	99	Hipertensi TK 2	160	99	156	97	154	95	148	93	146	91	144	89	141	86	141	86	Hipertensi TK 1
5	Ny.C	42	P	157	97	Hipertensi TK 1	157	97	154	96	150	94	146	91	142	89	139	87	136	84	136	84	Pre Hipertensi
6	Ny.A	50	P	145	93	Hipertensi TK 1	145	93	141	90	137	87	131	85	128	83	125	80	123	82	123	82	Pre Hipertensi
7	Ny.H	37	P	141	94	Hipertensi TK 1	141	94	137	89	134	87	130	85	127	85	125	83	120	80	120	80	Normal
8	Ny.L	52	P	155	94	Hipertensi TK 1	155	94	151	92	147	90	143	88	140	86	136	84	133	82	133	82	Pre Hipertensi
9	Tn.B	56	L	140	91	Hipertensi TK 1	140	91	136	90	134	88	131	86	128	84	124	82	120	79	120	79	Normal
10	Ny.T	48	P	145	90	Hipertensi TK 1	145	90	141	90	138	88	135	86	132	83	129	81	125	79	125	79	Pre Hipertensi
11	Ny.N	56	P	146	95	Hipertensi TK 1	146	95	143	93	140	92	136	90	133	88	129	85	125	83	125	83	Pre Hipertensi
12	Ny.M	44	P	150	90	Hipertensi TK 1	150	90	148	88	145	88	141	86	137	84	134	81	130	78	130	78	Pre Hipertensi
13	Tn.Y	56	L	147	93	Hipertensi TK 1	157	93	145	91	141	89	138	87	135	85	132	83	128	81	128	81	Pre Hipertensi
14	Tn.S	55	L	141	93	Hipertensi TK 1	141	93	138	90	138	88	134	85	130	83	128	83	124	81	124	81	Pre Hipertensi
15	Tn.H	45	L	140	92	Hipertensi TK 1	140	92	137	90	134	88	129	86	127	83	125	82	121	80	121	80	Pre Hipertensi

Lampiran 7 Lembar Observasi Jus Tomat

No	Nama	Umur	JK	Tekanan Darah		Kategori	Kunjungan														Tekanan Darah Post		Kategori
				Pre																	Sistol	Diastol	
				Sistol	Diastol		1		2		3		4		5		6		7				
Sis	Dis	Sis	Dis			Sis	Dis	Sis	Dis	Sis	Dis	Sis	Dis	Sis	Dis	Sis	Dis	Sistol	Diastol				
1	Ny.W	57	P	142	90	Hipertensi TK 1	142	90	140	90	137	87	132	85	137	86	135	84	120	78	120	78	Normal
2	Ny.A	46	P	161	100	Hipertensi TK 2	161	100	158	97	155	95	150	93	130	83	126	83	138	88	138	88	Pre Hipertensi
3	Ny.D	50	P	143	91	Hipertensi TK 1	143	91	152	89	148	87	143	87	129	82	125	80	120	80	120	80	Normal
4	Ny.N	42	P	147	93	Hipertensi TK 1	147	93	145	90	142	87	140	85	146	91	144	89	125	81	125	81	Pre Hipertensi
5	Ny.L	37	P	140	90	Hipertensi TK 1	140	90	138	87	133	85	128	83	142	89	139	87	120	77	120	77	Normal
6	Ny.B	53	P	140	92	Hipertensi TK 1	140	92	137	88	134	87	130	85	128	83	125	80	120	80	120	80	Normal
7	Ny.R	51	P	145	92	Hipertensi TK 1	145	92	140	90	137	87	131	84	127	85	125	83	123	80	123	80	Pre Hipertensi
8	Ny.E	65	P	160	99	Hipertensi TK 2	160	99	157	97	155	94	151	91	140	86	136	84	136	85	136	85	Pre Hipertensi
9	Ny.Y	62	P	156	94	Hipertensi TK 1	156	94	155	91	151	89	147	87	128	84	124	82	134	82	134	82	Pre Hipertensi
10	Ny.C	40	P	150	90	Hipertensi TK 1	150	90	138	87	145	85	142	82	132	83	129	81	128	79	128	79	Pre Hipertensi
11	Ny.P	45	P	154	90	Hipertensi TK 1	154	90	144	88	145	90	141	87	133	88	129	85	130	78	130	78	Pre Hipertensi
12	Ny.F	41	P	156	95	Hipertensi TK 1	156	95	153	93	150	90	147	87	137	84	134	81	133	83	133	83	Pre Hipertensi
13	Ny.G	46	P	141	91	Hipertensi TK 1	141	91	136	89	134	87	130	85	135	85	132	83	119	80	119	80	Normal
14	Tn.I	48	P	157	96	Hipertensi TK 1	157	96	152	93	148	91	144	91	130	83	128	83	134	84	134	84	Pre Hipertensi
15	Ny.K	45	P	146	92	Hipertensi TK 1	146	92	141	90	138	89	135	87	127	84	125	82	126	81	126	81	Pre Hipertensi

Lampiran 8 Input Data Spss

- Uji Analisis Karakteristik Responden Berdasarkan Usia
 - Jus Tomat

Statistics

Umur_Responden_Tomat

N	Valid	15
	Missing	0
Mean		1.87
Median		2.00
Std. Deviation		.640
Minimum		1
Maximum		3

Umur_Responden_Tomat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dewasa Muda	4	26.7	26.7	26.7
	Paruh Baya	9	60.0	60.0	86.7
	Lansia	2	13.3	13.3	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

- Jus Melon

Statistics

Umur_Responden_Melon

N	Valid	15
	Missing	0
Mean		1.80
Median		2.00
Std. Deviation		.561
Minimum		1
Maximum		3

Umur_Responden_Melon

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dewasa Muda	4	26.7	26.7	26.7
	Paruh Baya	10	66.7	66.7	93.3
	Lansia	1	6.7	6.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

- Uji Analisis Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
 - Jus Melon

Statistics

Jenis_Kelamin_Melon

N	Valid	15
	Missing	0

Jenis_Kelamin_Melon

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	5	33.3	33.3	33.3
	P	10	66.7	66.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

- Jus Tomat

Statistics

Jenis_Kelamin_Tomat

N	Valid	15
	Missing	0

Jenis_Kelamin_Tomat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	1	6.7	6.7	6.7
	P	14	93.3	93.3	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

➤ Uji Normalitas Data

• Jus Melon

Tests of Normality JUS Melon

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre_sistol	.154	15	.200*	.895	15	.080
pre_diastol	.156	15	.200*	.911	15	.138
post_sistol	.202	15	.103	.899	15	.092
post_diastol	.139	15	.200*	.950	15	.527

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

• Jus Tomat

Tests of Normality JUST TOMAT C

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre_sistol	.150	15	.200*	.905	15	.112
pre_diastol	.428	15	.000	.389	15	.001
post_sistol	.188	15	.162	.896	15	.083
post_diastol	.176	15	.200*	.934	15	.315

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

➤ Uji Deskriptif (Melihat Pengaruh)

- Jus Melon



- Sistolik

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pst_Sistol_Melon - Pre_Sistol_Melon	Negative Ranks	15 ^a	8.00	120.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	15		

- a. Pst_Sistol_Melon < Pre_Sistol_Melon
 b. Pst_Sistol_Melon > Pre_Sistol_Melon
 c. Pst_Sistol_Melon = Pre_Sistol_Melon

Test Statistics^a

	Pst_Sistol_Melon - Pre_Sistol_Melon
Z	-3.427 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
 b. Based on positive ranks.

- Diastolik

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Diastool_Melon - Pre_Diastol_Melon	Negative Ranks	15 ^a	8.00	120.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	15		

- a. Post_Diastool_Melon < Pre_Diastol_Melon
 b. Post_Diastool_Melon > Pre_Diastol_Melon
 c. Post_Diastool_Melon = Pre_Diastol_Melon

Test Statistics^a

	Post_Diastool_Melon - Pre_Diastol_Melon
Z	-3.471 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
 b. Based on positive ranks.

- Jus Tomat

- Sistolik

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Sistol_Tomat - Pre_Sistol_Tomat	Negative Ranks	15 ^a	8.00	120.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	15		

a. Post_Sistol_Tomat < Pre_Sistol_Tomat

b. Post_Sistol_Tomat > Pre_Sistol_Tomat

c. Post_Sistol_Tomat = Pre_Sistol_Tomat

Test Statistics^a

	Post_Sistol_Tomat - Pre_Sistol_Tomat
Z	-3.443 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

- Diastol (Wilcoxon, karena data tidak normal)

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Diastol_Tomat - Pre_Diastol_Tomat	Negative Ranks	15 ^a	8.00	120.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	15		

a. Post_Diastol_Tomat < Pre_Diastol_Tomat

b. Post_Diastol_Tomat > Pre_Diastol_Tomat

c. Post_Diastol_Tomat = Pre_Diastol_Tomat

Test Statistics^a

	Post_Diastol_Tomat - Pre_Diastol_Tomat
Z	-3.474 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

- Uji Bivariat (Melihat perbedaan/ perbandingan)
 1. Sebelum uji bivariat seharusnya haru uji normalitas terlebih dahulu, tapi dikarenakan uji normalitas sudah dilakukan jadi langsung ke uji bivariatnya
 2. Melon= Normal= Uji T Independent
 3. Tomat = Tidak Normal= Uji Man Whitney
- Jus Melon

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference		Lower	Upper
sistolik_pre	Equal variances assumed	1.258	.272	-.934	28	.358	-2.400	2.570		-7.664	2.864
	Equal variances not assumed			-.934	27.441	.358	-2.400	2.570		-7.669	2.869
sistolik_post	Equal variances assumed	.165	.688	-.166	28	.869	-.400	2.405		-5.326	4.526
	Equal variances not assumed			-.166	27.970	.869	-.400	2.405		-5.326	4.526

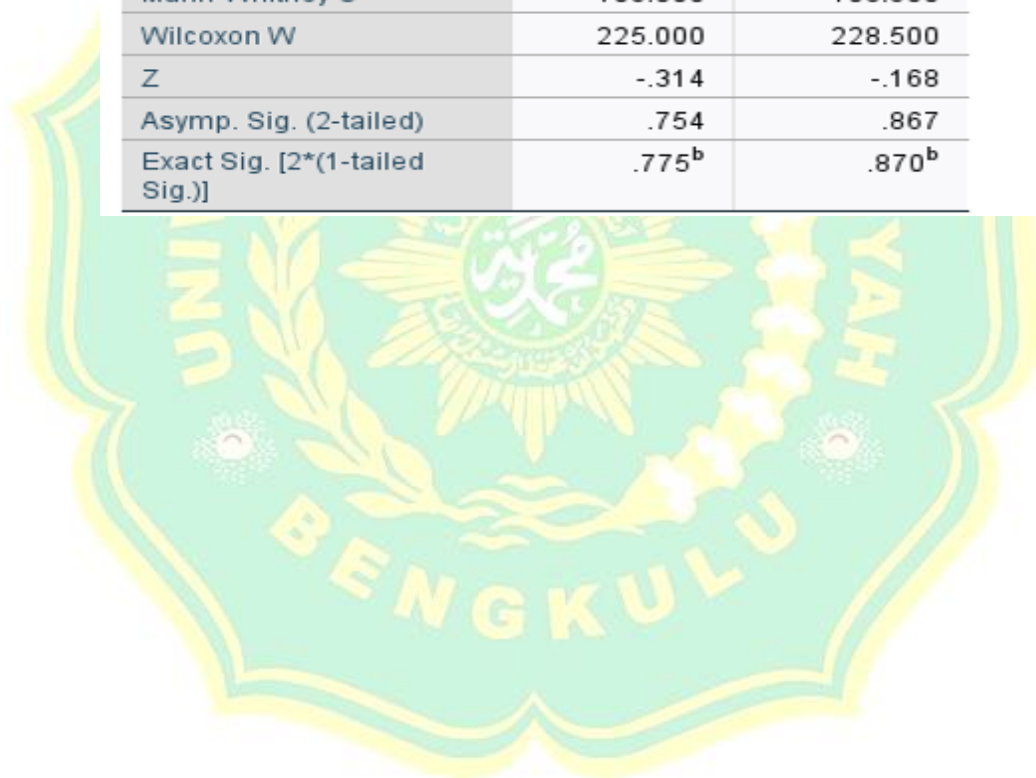
- Jus Tomat

Ranks

	kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
diastolik_pre	kelompok melon	15	15.00	225.00
	kelompok tomat	15	16.00	240.00
	Total	30		
diastolik_post	kelompok melon	15	15.77	236.50
	kelompok tomat	15	15.23	228.50
	Total	30		

Test Statistics^a

	diastolik_pre	diastolik_post
Mann-Whitney U	105.000	108.500
Wilcoxon W	225.000	228.500
Z	-.314	-.168
Asymp. Sig. (2-tailed)	.754	.867
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.775 ^b	.870 ^b



DOKUMENTASI PENELITIAN

- **Proses Pengolahan Buah Melon Segar Menjadi Minuman Kesehatan Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi**



- **Proses Pengolahan Tomat Segar Menjadi Minuman Kesehatan Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi**



- Dokumentasi *Informed Consent* dan Penjelasan Tujuan Penelitian



- Dokumentasi Pengukuran Tekanan Darah Responden Menggunakan Tensi Meter Digital



- Dokumentasi Intervensi Responden Pemberian Jus Buah Melon



- Dokumentasi Intervensi Responden Pemberian Jus Tomat

