



**PERBEDAAN ANTARA SEBELUM DENGAN SESUDAH PEMBERIAN  
TERAPI AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN  
DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**LILIS SETYOWATI**

**011211038**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2025**



**PERBEDAAN ANTARA SEBELUM DENGAN SESUDAH PEMBERIAN  
TERAPI AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN  
DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar  
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

**Disusun Oleh :**  
**LILIS SETYOWATI**  
**011211038**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**  
**2025**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**PERBEDAAN ANTARA SEBELUM DENGAN SESUDAH PEMBERIAN  
TERAPI AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN  
DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**

Disusun oleh :

**LILIS SETYOWATI**

011711038



Umi Aniroh, S.Kp.,Ns.,M.Kes.  
NIDN 0614087402

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul :

**PERBEDAAN ANTARA SEBELUM DENGAN SESUDAH PEMBERIAN  
TERAPI AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN  
DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**

Oleh :

**LILIS SETYOWATI**

011211038

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi Program  
Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Minggu

Tanggal : 23 Maret 2025

Tim Penguji :


**Ketua/Pembimbing Utama**

  
Umi Aniroh, S.Kp.,Ns.,M.Kes.  
NIDN 0614087402

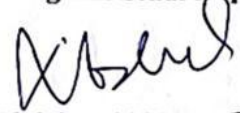
**Anggota/Penguji I**

  
Liyanovitasari, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN 0630078801


**Anggota/Penguji II**

  
Suwanti, S.Kep.,Ns.,MNS.  
NIDN 0618127701

**Ketua Program Studi Keperawatan**

  
Dr. Ns. Abdul Wakhid, M.Kep.,Sp.Kep.J  
NIDN. 0602027901

Mengetahui,  
**Dekan Fakultas Kesehatan**

  
Ns. Eki Susilo, S.Kep., M.Kep  
NIDN 0627097501

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Lilis Setyowati  
NIM : 011211038  
Program Studi/Fakultas : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **“Perbedaan Antara Sebelum Dengan Sesudah Pemberian Terapi Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan judul asal serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang sudah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing



Umi Aniroh, S.Kp., Ns., M.Kes.  
NIDN. 0614087402

Ungaran, 5 Maret 2025

Ya... taan  
  
Lilis Setyowati  
NIM. 011211038

## PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Lilis Setyowati

NIM : 011211038

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan  
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan skripsi saya berjudul **“Perbedaan Antara Sebelum Dengan Sesudah Pemberian Terapi Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 5 Maret 2025

Yang menyatakan pernyataan



Lilis Setyowati  
011211038

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Lilis Setyowati  
NIM : 0111211038  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Tempat, Tanggal lahir : Kabupaten Semarang, 16 November 2002  
Alamat : Baran Dukuh Kidul RT 04 RW 03 Kecamatan Ambarawa

### Riwayat Pendidikan

1. TK : TK Kartika Siwi Ambarawa
2. SD : SD N 2 Baran
3. SMP : SMP N 4 Ambarawa
4. SMA : SMK Islam Sudirman 1 Ambarawa
5. Universitas : Universitas Ngudi Waluyo

### Data Orang Tua

Nama Ayah : Subari  
Nama Ibu : Sri Widiastuti  
Pekerjaan : Wiraswasta  
Alamat : Baran Dukuh Kidul RT 04 RW 03 Kecamatan Ambarawa

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Kesehatan  
Skripsi, Maret 2025  
Lilis Setyowati  
011211038

## **PERBEDAAN ANTARA SEBELUM DENGAN SESUDAH PEMBERIAN TERAPI AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang dapat menyebabkan morbiditas dan mortalitas tinggi, dengan prevalensinya semakin meningkat pada lansia. Beberapa faktor yang memengaruhi hipertensi antara lain usia, obesitas, dan gaya hidup. Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis, salah satunya dengan terapi herbal menggunakan air kelapa muda, yang mengandung kalium, magnesium, dan vitamin C, dipercaya dapat membantu menurunkan tekanan darah.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan antara tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Lemah Ireng, Kecamatan Bawen.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan metode *one group pretest-posttest* design. Penelitian dilakukan dengan dua pengukuran, yaitu sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) pemberian terapi air kelapa muda untuk mengetahui pengaruhnya terhadap penurunan tekanan darah pada *lansia*. Menggunakan populasi lansia berusia 45-60 tahun yang terdiagnosis hipertensi, Teknik sampling yang digunakan *sampling purposive*, sampel penelitian terdiri dari 52 lansia. Analisis bivariat yang digunakan adalah Uji T Berpasangan (*Paired T-test*), jika data tidak terdistribusi normal alternatif yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test*.

**Hasil:** Sebelum intervensi, sebagian besar responden memiliki tekanan darah hipertensi stadium 1 (42,3%), sedangkan setelah intervensi, sebagian besar responden mengalami penurunan menjadi tekanan darah pre-hipertensi (53,8%).

**Kesimpulan:** Hasil uji *Wilcoxon signed ranks test* menunjukkan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , yang berarti terdapat pengaruh signifikan terapi air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Lemah Ireng, Kecamatan Bawen.

**Saran:** Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teori dan informasi ilmiah terkait hipertensi serta menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya.

**Kata Kunci :** Terapi air kelapa muda, penurunan tekanan darah, lansia, hipertensi

Ngudi Waluyo University  
S1 Nursing Study Program  
Faculty of Health  
Thesis, March 2025  
Lilis Setyowati  
011211038

**THE DIFFERENCE BETWEEN BEFORE AND AFTER THE ADMINISTRATION OF  
YOUNG COCONUT WATER THERAPY ON BLOOD PRESSURE REDUCTION IN  
ELDERLY HYPERTENSIVE PATIENTS**

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is an increase in blood pressure that can lead to high morbidity and mortality, with its prevalence increasing, especially among the elderly. Several factors that influence hypertension include age, obesity, and lifestyle. Hypertension treatment can be pharmacological and non-pharmacological, one of which is herbal therapy using young coconut water, which contains potassium, magnesium, and vitamin C, believed to help lower blood pressure.

**Objective:** The aim of this study is to analyze the difference in blood pressure before and after the administration of young coconut water therapy on lowering blood pressure in elderly hypertensive patients in Lemah Ireng Village, Bawen District.

**Methods:** This study uses a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design method. The study involves two measurements, before (pretest) and after (posttest) the administration of young coconut water therapy to determine its effect on lowering blood pressure in the elderly. Using a population of elderly aged 45-60 years diagnosed with hypertension, the sampling technique used was purposive sampling, the research sample consisted of 52 elderly. The bivariate analysis used was the Paired T-test, if the data was not normally distributed the alternative used was the Wilcoxon Signed Rank Test.

**Results:** Before the intervention, the majority of respondents had stage 1 hypertension (42.3%), while after the intervention, the majority experienced a decrease to pre-hypertension levels (53.8%).

**Conclusion:** The results of the Wilcoxon signed ranks test show a  $p$ -value of  $0.000 < 0.05$ , indicating a significant effect of young coconut water therapy on lowering blood pressure in elderly hypertensive patients in Lemah Ireng Village, Bawen District.

**Recommendation:** This study is expected to provide theoretical contributions and scientific information related to hypertension and serve as a foundation for future research.

**Keyword :** Young coconut water therapy, blood pressure reduction, elderly, hypertensive patients

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat, hidayah, dan karunia-Nya yang tiada henti, serta shalawat dan salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang syafa'atnya kami harapkan, sehingga skripsi dengan judul **“Perbedaan Antara Sebelum Dengan Sesudah Pemberian Terapi Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi”** ini dapat diselesaikan dengan baik. Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, sebagai Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Dr. Abdul Wakhid, S.Kep., Ns., M.Kep.J, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Umi Aniroh, S.Kp., Ns., M.Kes. sebagai Pembimbing skripsi yang telah banyak meluangkan waktu dan kesabaran dalam membimbing serta memberikan masukan yang berharga selama penyusunan skripsi ini.
5. Dosen dan seluruh staf Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan mendukung kelancaran skripsi ini.
6. Terima kasih untuk diri sendiri, atas usaha dan perjuangan yang telah dilakukan. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan dan tidak pernah menyerah, serta menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya adalah pencapaian yang patut dibanggakan.
7. Bapak Subari, cinta pertama dan panutanku, yang meskipun tidak merasakan pendidikan formal, terima kasih atas setiap cucuran keringat dan kerja keras yang engkau tukarkan menjadi sebuah nafkah demi anakmu bisa sampai kepada tahap ini, dan memberi motivasi untuk mendukung saya hingga berhasil menyelesaikan studi ini. Semoga bapak selalu sehat, panjang umur, dan bahagia.
8. Ibunda tercinta, Sri Widiastuti, terimakasih atas segala motivasi, pesan, doa, dan harapan yang selalu mendampingi setiap langkah anakmu untuk menjadi seorang yang berpendidikan, terimakasih atas kasih sayang tanpa batas, atas kesabaran dan

pengorbanan yang selalu mengiringi perjalanan hidup saya .Semoga ibu selalu sehat, panjang umur, dan bahagia.

9. Nenek tercinta, Ibu Wartinem, yang selalu memberikan dukungan dan semangat dari awal perkuliahan. Semoga segala doa dan kasih sayang yang diberikan selalu menyertai langkah saya dalam mencapai cita-cita ini. Semoga nenek selalu sehat, panjang umur dan bahagia.
10. Kepada seseorang yang tidak bisa penulis sebut namanya, yang pernah menjadi supporter garis paling depan untuk penulis, menemani dan memberikan kesenangan serta kebahagiaan kepada penulis selama masa masa sulit, serta turut ambil bagian pada waktu penulis memulai proposal penelitian ini, walau nyatanya ia tidak mampu menunggu proses kelulusan penulis hingga akhir. Karena hidup setiap harinya adalah pembelajaran, pada akhirnya setiap orang ada masanya dan setiap masanya ada orangnya.
11. Rekan-rekan dekat yang sudah seperti keluarga, Irfiana Eka F, Hasya Maylana P, Neti Arifaningsih, Alya Novita R, Helda Winasetya, dan Yoanita Ezhryan P, yang selalu memberikan dukungan dan motivasi.
12. Seluruh teman-teman seperjuangan PSIK angkatan 2021 yang telah memberikan semangat dan dukungan.
13. Untuk lagu-lagu yang menjadi playlist yang menghibur selama proses penulisan tugas akhir ini.
14. Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang.

Ungaran, 5 Maret 2025

Lilis Setyowati

## DAFTAR ISI

<b>SAMPUL LUAR</b> .....	<b>1</b>
<b>SAMPUL DALAM</b> .....	<b>2</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>7</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>8</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>9</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>10</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>12</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>14</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>15</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>16</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Manfaat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Tinjauan Teoritis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Kerangka Teoritis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Kerangka Konsep .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Desain Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Lokasi Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Subjek Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Definisi Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Variabel Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

G.	Pengolahan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
H.	Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
I.	Etika Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A.	Hasil Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B.	Pembahasan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C.	Keterbatasan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V PENUTUP.....</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A.	Kesimpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B.	Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	28
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian.....	29

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Nilai Tekanan Darah untuk Lansia.....	10
Tabel 3.1	Desain Penelitian Eksperimental.....	31
Tabel 3.2	Definisi Operasional.....	35
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan Terakhir dan Pekerjaan .....	45
Tabel 4.2	Distribusi Rata-rata Tekanan Darah Responden Sebelum Diberikan Terapi Air Kelapa Muda .....	46
Tabel 4.3	Gambaran Tekanan Darah Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Air Kelapa Muda Pada Lansia .....	47
Tabel 4.4	Uji Normalitas Shapiro Wilk.....	48
Tabel 4.4	Perbedaan Sebelum Dengan Sesudah Pemberian Terapi Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi .....	49

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan .....	63
Lampiran 2 Surat Permohonan Izin EC .....	64
Lampiran 3 Surat Izin EC .....	65
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian .....	66
Lampiran 5 Surat Balasan .....	68
Lampiran 6 Sop Pemberian Terapi Kelapa Muda Pada Penderita Hipertensi .....	70
Lampiran 7 Lembar Observasi .....	72
Lampiran 8 Tabulasi Data Penelitian .....	73
Lampiran 9 Hasil SPSS .....	75
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian .....	78
Lampiran 11 Lambar Konsultasi .....	79