



**PERBEDAAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI  
SEBELUM DAN SESUDAH TERAPI ZAMATERA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUNUNGPATI**

**SKRIPSI**

**Disusun oleh :**

**MUHAMMAD ISNADUR ROFIQ**

**010218A010**

**Kelas : PSIK Transfer**

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

**2019**

Universitas Ngudi Waluyo  
Fakultas Keperawatan  
Program Studi S1 Keperawatan  
Skripsi, Januari 2020  
Muhammad Isnadur Rofiq

**PERBEDAAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI  
SEBELUM DAN SESUDAH TERAPI ZAMATERA DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS GUNUNGPATI**

**xvi + 67 halaman + 1 tabel + 6 gambar + 10 lampiran**

**Abstrak**

Terapi komplementer menjadi alternatif masyarakat yang merasa bosan untuk meminum obat anti hipertensi. Salah satu terapi komplementer yaitu Zamatera dilakukan dengan memberikan peregangan pada pada *servikalis* dan *torakalis* kemudian menimbulkan respon saraf parasimpatis ke jantung sehingga terjadi penurunan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi Zamatera terhadap penurunan tekanan darah di wilayah kerja Puskesmas Gunungpati. Desain penelitian ini pre eksperimental design dengan menggunakan *One Grup Pre-Test Post-Test* dengan jumlah sampel 21 orang penderita *hipertensi stage II* dengan rentang usia 41-50 tahun. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah systole responden sebelum diberikan terapi zamatera sebesar 162,86 mmHg kemudian turun menjadi 144,29 mmHg atau turun 18,10 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastole juga mengalami peurunan dari 95,24 mmHg sebelum terapi menjadi 90,48 mmHg atau turun 4,76 mmHg. Uji Statistik menggunakan *Wilcoxon* diperoleh nilai *p-value* dari TD systole sebesar 0,000 dan untuk p value dari TD diastole sebesar 0,004. Karena *p-value* <0.05, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tekanan darah yang bermakna sebelum dan sesudah terapi zamatera. Diharapkan terapi zamatera menjadi alternatif pengobatan untuk menangani hipertensi.

**Kata kunci** : Tekanan darah, Hipertensi, Zamatera

**Kepustakaan** : 31 (2009-2019)

**Ngudi Waluyo University  
Faculty of Nursing  
S1 Nursing Study Program  
Final Assignment, January 2020**

**Muhammad Isnadur Rofiq**

**THE DIFFERENCES OF BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION  
BEFORE AND AFTER ZAMATERA THERAPY AT PUBLIC HEALTH  
CENTER OF GUNUNGPATI**

**xvi + 67 pages + 1 table + 6 pictures + 10 attachments**

**ABSTRACT**

Complementary therapy is an alternative for people who feel bored to take anti-hypertensive drugs. One of the complementary therapies is Zamatera, given by stretching on the cervix and thoracic and cause respon on parasympathetic nerve of the heart resulting the decrease in blood pressure. The purpose of this study is to find the differences of blood pressure in hypertension before and after zamatera therapy at public health center of Gunungpati. The design of this study was pre experimental design by using One Group Pre-Test and Post-Test with 21 samples of stage II hypertension with an age range of 41-50 years. Samples were taken by purposive sampling technique. The results show that the average systole blood pressure of respondents before being given zamatera therapy is 162.86 mmHg then decrease to 144.29 mmHg or by 18.10 mmHg, while the average blood pressure of diastole also decrease from 95, 24 mmHg before therapy became 90.48 mmHg or decrease 4.76 mmHg. Statistical tests by using Wilcoxon obtain a p-value from is systole blood pressure of 0,000 and for p value of is diastole blood pressure of 0.004. Because the p-value is <0.05, it can be concluded that there is significant differences in blood pressure before and after zamatera therapy. It is expected that zamatera therapy will become an alternative treatment to treat hypertension.

**Keywords** : blood pressure, hypertension, Zamatera

**Literature** : 31 (2009-2019)

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul:

**PERBEDAAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI  
SEBELUM DAN SESUDAH TERAPI ZAMATERA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUNUNGPATI**

disusun oleh :

MUHAMMAD ISNADUR ROFIQ

NIM: 010218A010

PROGRAM STUDI PRODI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, Januari 2020

**Pembimbing Utama**



**Raharjo Apriyatmoko, SKM., M.Kes**  
NIDN. 06010474022

**Pembimbing Pendamping**



**Ns. Puji Purwaningsih, S.Kep., M.Kep.**  
NIDN. 0613027601

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul

**PERBEDAAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI  
SEBELUM DAN SESUDAH TERAPI ZAMATERA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUNUNGPATI**

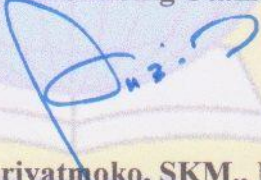
Disusun oleh;  
**MUHAMMAD ISNADUR ROFIQ**

NIM: 010218A010

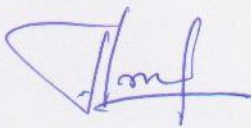
Telah diujikan dan disahkan didepan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Senin  
Tanggal : 27 Januari 2020


Tim Penguji:  
**Ketua/Pembimbing Utama**

  
**Raharjo Apriyatmoko, SKM., M.Kes**  
NIDN. 06010474022

**Anggota/Penguji**

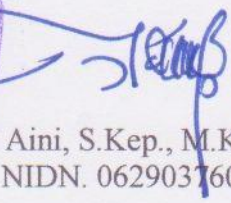
  
Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 0624128204

**Anggota/Pembimbing Pendamping**

  
Ns. Puji Purwaningsih, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0613027601

**Mengetahui,**  
**Ketua Program Studi S1 Keperawatan**



  
Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB  
NIDN. 0629031605

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : MUHAMMAD ISNADUR ROFIQ  
Tempat, tanggal lahir : Blora, 9 Januari 1995  
Agama : Islam  
Alamat : Jln. Singosari 4 no 9 Pleburan Semarang Selatan

Riwayat pendidikan :

1. SDN Plumbon lulus tahun 2007
2. SMPN 1 Ngawen lulus tahun 2010
3. SMAN 1 Tunjungan lulus tahun 2013
4. Poltekkes Kemenkes Semarang lulus tahun 2016
5. Program Studi S1 Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran tahun 2018 sampai sekarang

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : MUHAMMAD ISNADUR ROFIQ

NIM : 010218A010

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **“Perbedaan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Terapi Zamatera Di Wilayah Kerja Puskesmas Gunungpati”** 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 tim pembimbing dan narasumber
3. Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi lain akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Februari 2020

Yang Membuat Pernyataan



MUHAMMAD ISNADUR ROFIQ

## KESEDIAAN PUBLIKASI

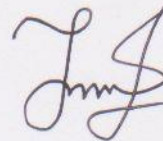
Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : MUHAMMAD ISNADUR ROFIQ  
NIM : 010218A010  
Mahasiswa : S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/informasi dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **“Perbedaan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Terapi Zamatera Di Wilayah Kerja Puskesmas Gunungpati”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, Februari 2020

Yang membuat pernyataan,



MUHAMMAD ISNADUR ROFIQ



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur Penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga Penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “ Perbedaan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Terapi Zamatera”. Adapun maksud dari penulisan ini guna memenuhi salah satu syarat dalam Ujian Akhir Program S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada segenap pihak yang telah membantu tersusunnya Skripsi ini, kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Rosalina, S.Kp., M.Kes selaku Dekan Fakultas Keperawatan
3. Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB selaku Ketua Program Studi SI Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Raharjo Apriyatmoko, SKM., M.Kes selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan Skripsi ini
5. Ns. Puji Purwaningsih, S.Kep, M.kep selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan Skripsi ini
6. Seluruh dosen dan staff pengajar Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
7. Orang tua tercinta, adik, kakak, serta keluarga yang tidak pernah lelah untuk memberikan doa, dukungan, semangat, dan fasilitas dari berbagai segi untuk kelancaran pendidikan S1 Keperawatan

8. Terimakasih kepada sahabatku (Adiliani, Dian, Rifda), Dini, dr. Mega, dr. Erik, dr. Hakim, Winarni, milita serta teman-teman Ambulan Hebat Kota Semarang yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu
9. Teman-teman Program Studi Keperawatan program transfer angkatan 2018 yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terimakasih atas dukungan dari kalian

Penulis menyadari penyusunan Skripsi ini tidak lepas dari kekurangan karena keterbatasan kemampuan Penulis, oleh karena itu kritik dan saran Penulis harapkan dari para pembaca. Semoga dapat bermanfaat bagi Penulis dan para pembaca pada umumnya, serta bagi perkembangan profesi keperawatan.

Ungaran, Januari 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	vii
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Konsep Tekanan Darah.....	9
B. Konsep Hipertensi.....	18

C. Konsep Zamatera .....	27
D. Pengaruh Zamatera terhadap hipertensi .....	35
E. Kerangka Teori.....	39
F. Kerangka Konsep .....	40
G. Hipotesa.....	40

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian .....	41
B. Tempat dan Waktu penelitian .....	42
C. Populasi dan Sampel penelitian .....	42
D. Variabel Penelitian .....	44
E. Definisi Operasional Penelitian.....	44
F. Jenis Pengumpulan Data .....	45
G. Prosedur Penelitian.....	45
H. Etika Penelitian .....	48
I. Pengolahan Data.....	49
J. Analisa Data .....	50

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Gambaran Karakteristik Responden Meliputi Jenis Kelamin dan Usia.....	52
B. Analisis Univariat.....	53
C. Analisis Bivariat.....	54

## **BAB V PEMBAHASAN**

A. Keterkaitan wilayah, pekerjaan dengan kejadian Hipertensi .....	56
B. Gambaran Tekanan Darah sebelum Terapi Zamatera.....	57
C. Gambaran Tekanan Darah sesudah Terapi Zamatera .....	59
D. Gambaran Tekanan Darah sebelum dan sesudah Terapi Zamatera.....	61
E. Keterbatasan Penelitian .....	65

## **BAB VI PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	66
B. Saran.....	66

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan zamatera ke 12 .....	31
Gambar 2.2 Gerakan zamatera ke 15 .....	32
Gambar 2.3 Gerakan zamatera ke 16 .....	33
Gambar 2.4 Kerangka Teori.....	39
Gambar 2.5 Kerangka Konsep .....	39
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	41

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan darah menurut JNC'7 .....	25
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	44
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin.....	52
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia.....	52
Tabel 4.3 Distribusi deskripsi tekanan darah sebelum terapi zamatera .....	53
Tabel 4.4 Distribusi deskripsi tekanan darah sesudah terapi zamatera.....	53
Tabel 4.5 Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi zamatera	54

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Permohonan Rekomendasi Stupen dari Universitas Ngudi Waluyo
- Lampiran 2. Surat Rekomendasi dari Kesbangpol Kota Semarang
- Lampiran 3. Surat Rekomendasi dari Dinas Kesehatan Kota Semarang
- Lampiran 4. Surat pernyataan dari Dokter dan Fisioterapis tentang keamanan Terapi Zamatera
- Lampiran 5. Log Activities Penelitian
- Lampiran 6. Surat keterangan dari Puskesmas Gunungpati
- Lampiran 7. SOP Teknik Zamatera
- Lampiran 8. Formulir Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 9. Lembar Konsultasi