



**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN JUS KELOR SEBAGAI UPAYA  
PREVENTIF HIPERTENSI PADA KELOMPOK USIA 45 – 60  
TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUMUKMAS  
JEMBER**

**Oleh:**

**Hermawan Prasetyo  
NIM 21.11011.110**

**PROGRAM STUDI S1-ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2026**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN JUS KELOR SEBAGAI UPAYA  
PREVENTIF HIPERTENSI PADA KELOMPOK USIA 45 – 60  
TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUMUKMAS  
JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:

**Hermawan Prasetyo**  
**NIM 21.11011.110**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2026**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

### PENGARUH PEMBERIAN JUS KELOR SEBAGAI UPAYA PREVENTIF HIPERTENSI PADA KELOMPOK USIA 45 – 60 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUMUKMAS JEMBER

Hermawan Prasetyo  
NIM 21.11011.110


Sekripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 22 April 2026

Pembimbing I

  
Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M. Kep., Sp. MB  
NPK. 19900210 1 1509368

Pembimbing II

  
Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep.  
NPK. 1988092511703822

## LEMBAR PENGUJI SKRIPSI

Dewan penguji Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 22 April 2026

Penguji I



Dr. Ns. Cipto Susilo, S.Kep., S.Pd, M.Kep  
NPK. 1970071519305382

Penguji II



Ns. Ginanjar Sasmijo Adi, M. Kep., Sp. MB  
NPK. 19900210 1 1509368

Penguji III



Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep.  
NPK. 1988092511703822

## PENGESAHAN

### PENGARUH PEMBERIAN JUS KELOR SEBAGAI UPAYA PREVENTIF HIPERTENSI PADA KELOMPOK USIA 45 – 60 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUMUKMAS JEMBER

Hermawan Prasetyo  
NIM 21.11011.110

Dewan Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu  
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 22 April 2026

Penguji,

- 1 Penguji : Dr. Ns. Cipto Susilo, S.Kep., S.Pd, M.Kes (.....)  
NPK. 1970071519305382
- 2 Penguji II : Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M. Kep., Sp. Kep. MB (.....)  
NPK. 19900210 1 1509368
- 3 Penguji III : Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep. (.....)  
NPK. 1988092511703822

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

  
Ns. Sri Wahyuni Andriani, M.Kep., Sp.Kep.Kom.  
NPK. 1988030311703821



# UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

## FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia

Kotak Pos 104 Telp. (0331) 336728 Fax 337967

Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> email : [kantorpusat@unmuhjember.ac.id](mailto:kantorpusat@unmuhjember.ac.id)



### SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : HERMAWAN PRASETYO  
NIM : 2111011110  
Tempat, tanggal lahir : Jember, 19-04-1998  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Pria  
Alamat : Dsn. Sambileren Rt.001 Rwo 17 Ds. Purwasari  
Kec. GUMUKMAS Kab. Jember  
Jurusan/Program Studi : SI Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan Judul di bawah ini :

PENGARUH PEMBERIAN JUS KELOR SEBAGAI UPAYA  
PREVENTIF PADA KELOMPOK USIA 45-60 TAHUN  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUMUKMAS JEMBER

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 04-04-2026

Yang membuat pernyataan,



(HERMAWAN PRASETYO)  
NIM. 2111011110

## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrahmanirrahim,*

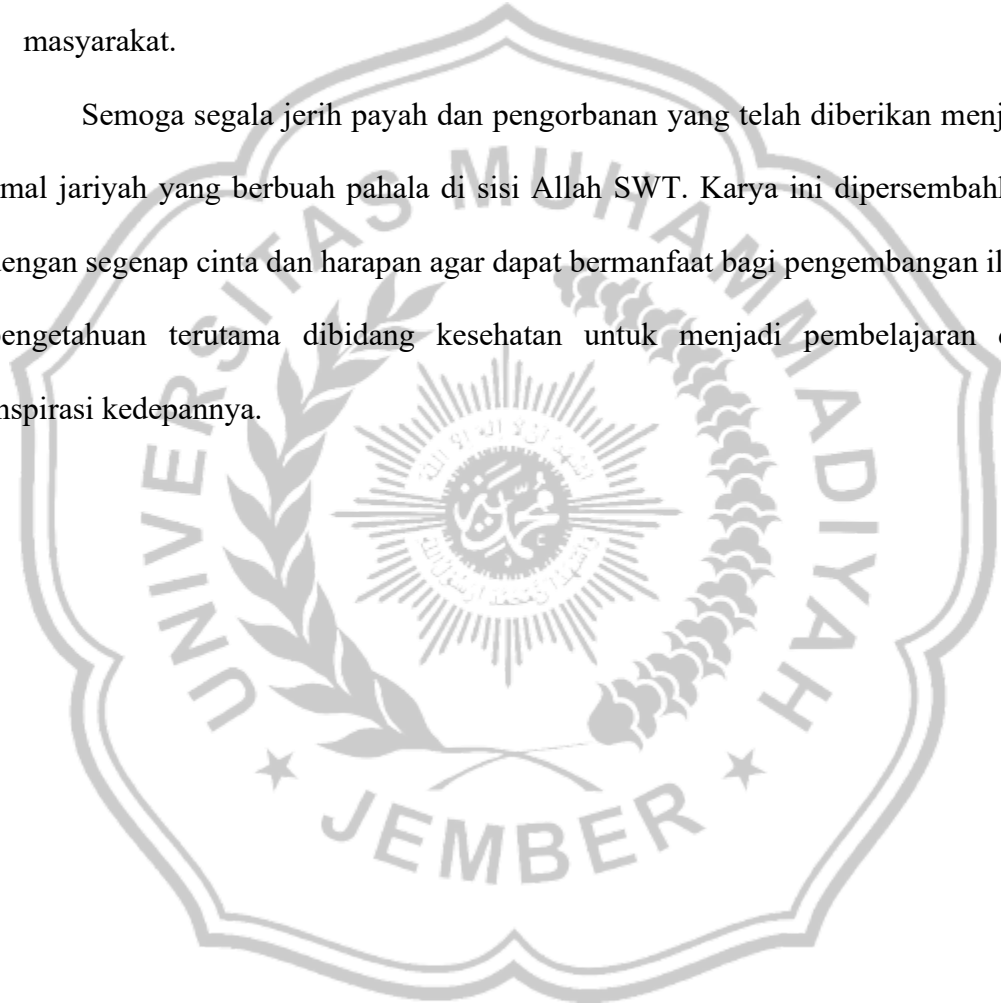
*Alhamdulillah hirobbil'alamin* dengan penuh syukur peneliti memanjatkan rasa terimakasih atas limpahan Rahmat dan hidayahnya, yang senantiasa memberikan kekuatan, kesabaran, kelancaran, serta kemudahan dalam menyelesaikan penyusunan Skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati, karya sederhana peneliti persembahkan :

1. Orang tua saya, yaitu ayah saya Ngaripan dan ibu saya Zullaikah Pamiluwati serta kedua saudari Erviana Intan Maulida dan Erviana Dewi Permata Sari, yang senantiasa memberikan dukungan moril, materil, dan spiritual selama proses pendidikan ini. Terimakasih atas doa, kerja keras, dan pengobatan yang tak henti hentinya menjadi fondasi perjalanan hidup saya.
2. Dosen Pembimbing, Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep dan Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M. Kep., Sp. Kep. MB yang dengan penuh kesabaran, keikhlasan, dan profesionalisme telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan, serta memberikan ilmu yang sangat berharga dalam proses penyelesaian karya ini. Setiap masukan, kritik membangun, dan motivasi dari Bapak/Ibu menjadi bekal yang tak ternilai harganya. Terima kasih atas dedikasi dan bimbingan yang tak kenal lelah.
3. Dosen penguji, Dr. Ns. Cipto Susilo, S.Kep., S.Pd, M.Kep dan seluruh Dosen dan civitas akademika di Fakultas Ilmu Kesehatan, terima kasih atas ilmu, bimbingan, dan inspirasi yang telah diberikan selama masa studi.
4. Sahabat-sahabat seperjuangan dan seluruh teman-teman angkatan 2021 Fakultas Ilmu Kesehatan, yang telah sedikit banyak membantu serta saling mendukung

satu sama lain, mengisi hari-hari perkuliahan dengan tawa, canda, dan semangat kebersamaan.

5. Almamater tercinta, Universitas Muhammadiyah Jember sebagai wujud bakti dan kontribusi kecil dari salah satu civitas akademika-nya. Semoga karya ini dapat memberikan sedikit manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan masyarakat.

Semoga segala jerih payah dan pengorbanan yang telah diberikan menjadi amal jariyah yang berbuah pahala di sisi Allah SWT. Karya ini dipersembahkan dengan segenap cinta dan harapan agar dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan terutama dibidang kesehatan untuk menjadi pembelajaran dan inspirasi kedepannya.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Jus Kelor Sebagai Upaya Preventif Hipertensi Pada Kelompok usia 45-60 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Gumukmas Jember”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Jember.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memenuhi tugas akhir untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Penulis merasa bahwa selesainya skripsi ini karena bimbingan, bantuan dan dorongan dari banyak pihak, maka pada kesempatan ini perkenankan penulis untuk menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat

1. Dr. Hanafi, M.Pd., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menempuh pendidikan di Universitas yang dipimpin
2. Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep. Kom., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan Keperawatan
3. Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan kemudahan bagi penulis untuk melaksanakan Pendidikan dan penelitian, sekaligus sebagai pembimbing I yang telah

memberikan arahan, masukan dan motivasi kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini

4. Dr. Ns. Cipto Susilo, S.Kep., S.Pd., M.Kep., selaku Dosen Penguji Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan kritik, saran dan masukan kepada penulis demi kesempurnaan dalam penyusunan skripsi ini
5. Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M. Kep., Sp. Kep. MB., selaku Dosen Pembimbing 2 pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan arahan, masukan dan motivasi kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin untuk menuangkan ide dan pengetahuan serta kemampuan dalam menyusun skripsi. Namun, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan, oleh sebab itu dengan segala kerendahan hati, penulis mohon maaf atas kesalahan dan kekurangan yang terdapat dalam skripsi ini serta sangat mengharapkan masukan untuk perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat. Semoga Allah memberikan tambahan ilmu dan memberi petunjuk serta diberikan rahmat.

Jember, 01 April 2026

Penulis

## MOTTO

Sebaik baiknya hidup itu, yang bermanfaat bagi orang lain  
Sebesar Apapun masalahnya bila di jalani dengan hati  
sabar dan ikhlasemua itu hanya cobaan  
*-1922-*

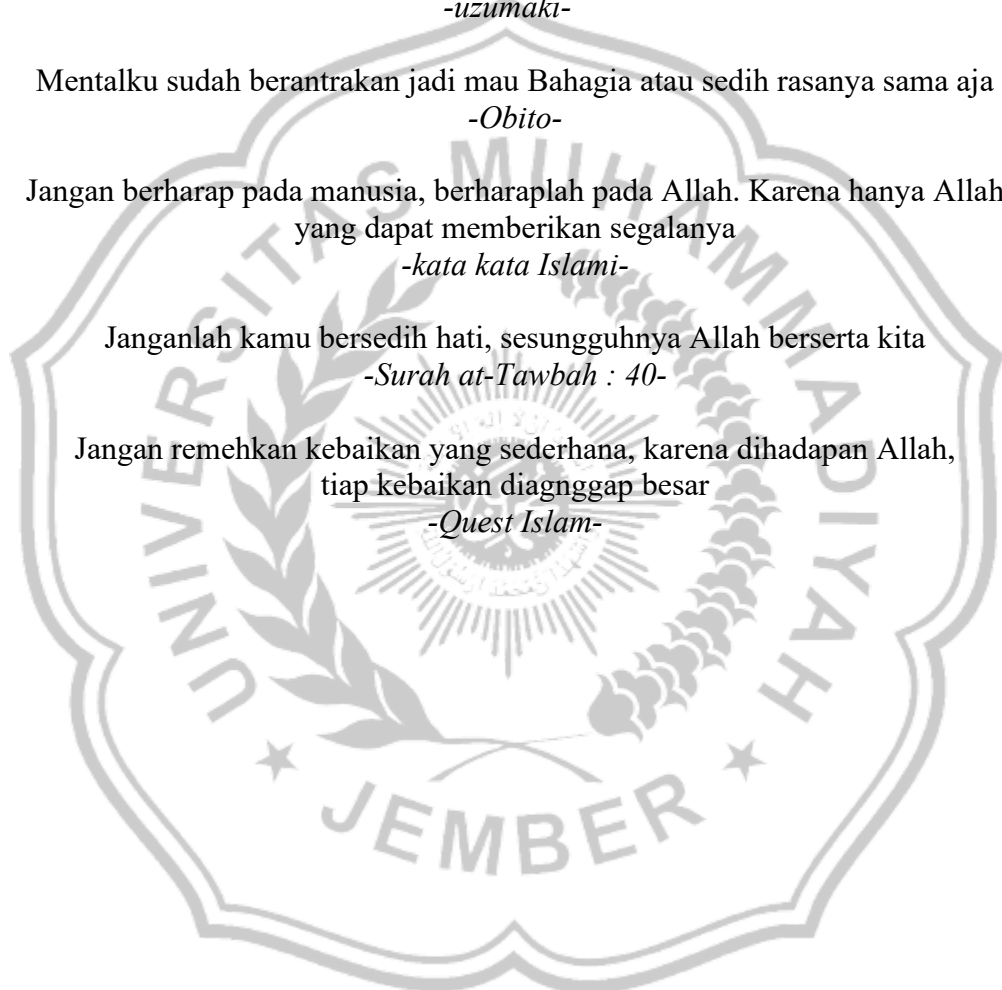
Tunggu, hidupku membaik, nanti aku akan ceritakan  
bagaimana, Rasanya kehilangan arah dan tujuan  
*-uzumaki-*

Mentalku sudah berantrakan jadi mau Bahagia atau sedih rasanya sama aja  
*-Obito-*

Jangan berharap pada manusia, berharaplah pada Allah. Karena hanya Allah  
yang dapat memberikan segalanya  
*-kata kata Islami-*

Janganlah kamu bersedih hati, sesungguhnya Allah berserta kita  
*-Surah at-Tawbah : 40-*

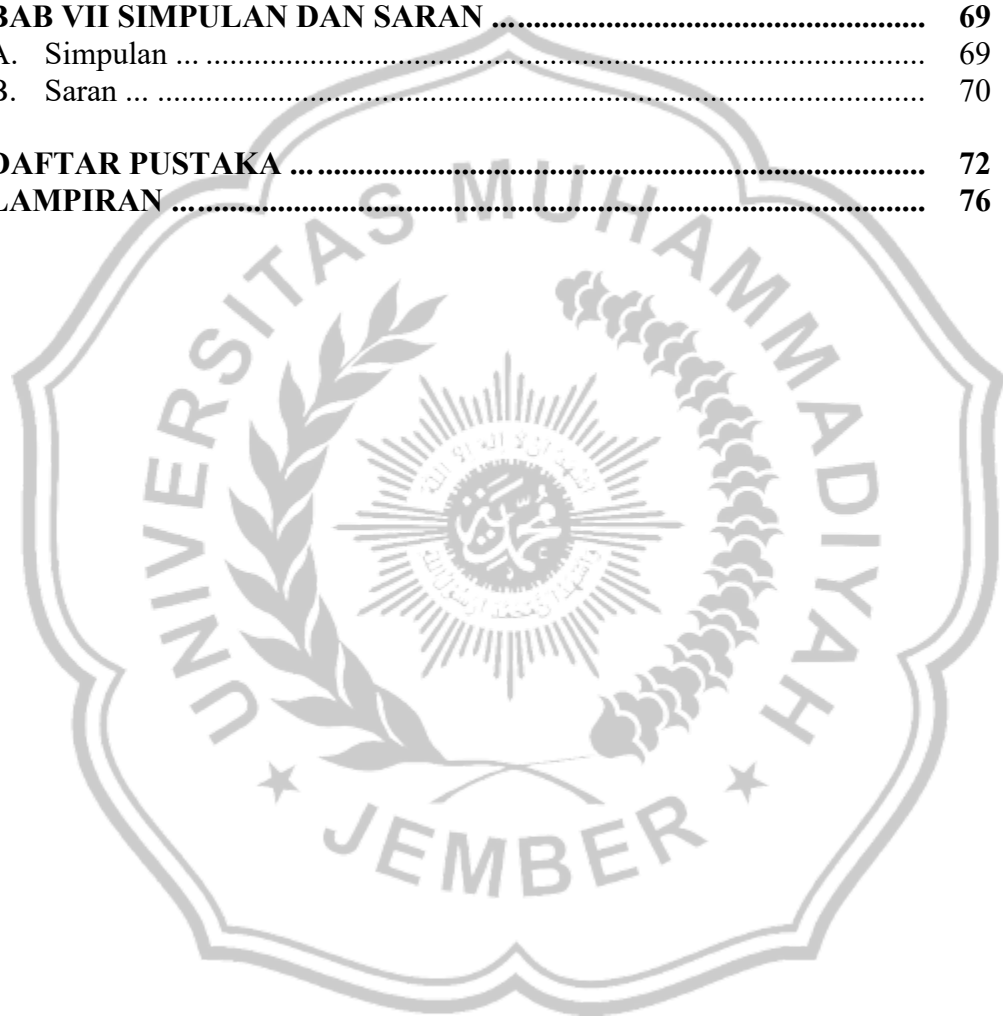
Jangan remehkan kebaikan yang sederhana, karena dihadapan Allah,  
tiap kebaikan dianggap besar  
*-Quest Islam-*



## DAFTAR ISI

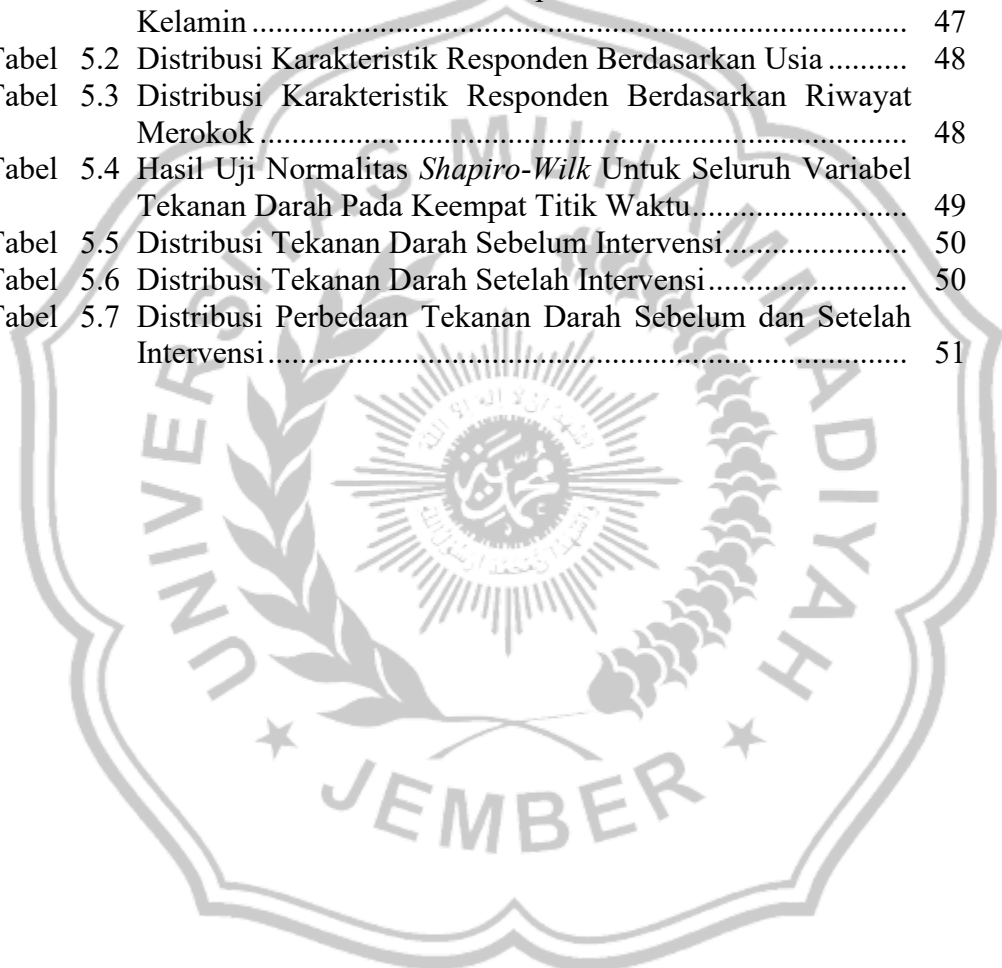
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGUJI SKRIPSI .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO ... ..</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK ... ..</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL ... ..</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR ARTI DAN SINGKATAN ... ..</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang ... ..	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian ... ..	5
D. Manfaat Penelitian ... ..	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
A. Konsep Hipertensi .....	7
B. Konsep Daun Kelor .....	16
C. Konsep Tekanan Darah .....	21
D. Konsep Teori Keperawatan .....	23
E. Penelitian Terkait ... ..	26
<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS .....</b>	<b>33</b>
A. Kerangka Konsep .....	33
B. Hipotesis Penelitian ... ..	33
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN ... ..</b>	<b>34</b>
A. Desain Penelitian ... ..	34
B. Populasi, Sampel, Besar Sampel dan Teknik Sampling ... ..	35
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	37
E. Instrumen Penelitian ... ..	39
F. Alat Pengumpul Data ... ..	39
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	40
H. Pengelolaan Data ... ..	42
I. Analisis Data ... ..	45
J. Etika Penelitian ... ..	46

<b>BAB V HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>47</b>
A. Data Umum .....	47
B. Data Khusus .....	49
<b>BAB VI PEMBAHASAN .....</b>	<b>56</b>
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil .....	56
B. Keterbatasan Penelitian .....	65
C. Implikasi Terhadap Pelayanan Keperawatan .....	67
<b>BAB VII SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>69</b>
A. Simpulan .....	69
B. Saran .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>72</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>76</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kategori Tekanan Darah .....	12
Tabel 2.2	Kandungan Gizi Daun Kelor Per 100 gram .....	18
Tabel 2.3	Studi Terdahulu Yang Terkait dengan Penelitian saat ini.....	26
Tabel 4.1	Skema Penelitian Desain <i>One Group Pretest-Posttest</i> .....	34
Tabel 4.2	Definisi Operasional Pengaruh Pemberian Jus Kelor Terhadap Tekanan Darah Sebagai Upaya Preventif Hipertensi .....	38
Tabel 5.1	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	47
Tabel 5.2	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	48
Tabel 5.3	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Merokok .....	48
Tabel 5.4	Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i> Untuk Seluruh Variabel Tekanan Darah Pada Keempat Titik Waktu.....	49
Tabel 5.5	Distribusi Tekanan Darah Sebelum Intervensi.....	50
Tabel 5.6	Distribusi Tekanan Darah Setelah Intervensi.....	50
Tabel 5.7	Distribusi Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Intervensi.....	51



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Daun Kelor <i>Moringa oleifera</i> .....	16
Gambar 2.2	Teori <i>Self-Care Deficit</i> Dorothea Orem .....	24
Gambar 2.3	Penerapan Teori <i>Self-Care Deficit</i> Dorothea Orem pada Implementasi <i>Self-Care</i> .....	24
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Pengaruh Pemberian Jus Kelor Terhadap Tekanan Darah Sebagai Upaya Preventif Hipertensi .....	33



## DAFTAR ARTI DAN SINGKATAN

ACE	: <i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
ADH	: <i>Antidiuretic Hormone</i> (Hormon Antidiuretik)
AV	: Atrioventricular
BAKESBANGPOL	: Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
CAT	: <i>Catalase</i> (Enzim Katalase)
CI	: <i>Confidence Interval</i> (Interval Kepercayaan)
eNOS	: <i>Endothelial Nitric Oxide Synthase</i>
GERMAS	: Gerakan Masyarakat Hidup Sehat
HPLC	: <i>High Performance Liquid Chromatography</i>
hsCRP	: <i>High-Sensitivity C-Reactive Protein</i>
IFLS	: <i>Indonesian Family Life Survey</i>
ISH	: <i>International Society of Hypertension</i>
LCI	: <i>Lower Confidence Interval</i>
MDA	: <i>Malondialdehyde</i>
mmHg	: Milimeter Merkuri (Millimeter of Hydragyrum)
MOE	: <i>Moringa Oleifera Extract</i>
NO	: <i>Nitric Oxide</i>
NOS	: <i>Nitric Oxide Synthase</i>
PKM	: Pengabdian Kepada Masyarakat
PTM	: Penyakit Tidak Menular
RAAS	: <i>Renin-Angiotensin-Aldosteron System</i>
RCT	: <i>Randomized Controlled Trial</i>
ROS	: <i>Reactive Oxygen Species</i>
SD	: <i>Standard Deviation</i> (Standar Deviasi)
sGC	: <i>Soluble Guanylate Cyclase</i>
SOD	: <i>Superoxide Dismutase</i>
SOP	: <i>Standard Operating Procedure</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
TD	: Tekanan Darah
TOGA	: Tanaman Obat Keluarga
UCI	: <i>Upper Confidence Interval</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
ACE	: <i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
ADH	: <i>Antidiuretic Hormone</i> (Hormon Antidiuretik)
AV	: Atrioventricular
BAKESBANGPOL	: Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
CAT	: <i>Catalase</i> (Enzim Katalase)

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 2 : Informed Consent Penelitian
- Lampiran 3 : Instrumen Penelitian (Lembar Observasi)
- Lampiran 4 : Standar Prosedur Operasional (SPO) Pemberian Jus Daun Kelor
- Lampiran 5 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 6 : Surat Layak Etik dan Perijinan Penelitian
- Lampiran 7 : Dokumentasi Kegiatan Penelitian
- Lampiran 8 : Tabulasi Hasil Penelitian
- Lampiran 9 : Print Out Hasil Analisis Data SPSS Versi 25

