

SKRIPSI

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN *SMOOTHIES* PISANG AMBON
DAN REBUSAN DAUN KELOR TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**



Oleh :

PUTRI OHKTA FIYANI
NIM. 2021080009

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2025**

SKRIPSI

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN *SMOOTHIES* PISANG AMBON
DAN REBUSAN DAUN KELOR TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Gresik**



Oleh :

PUTRI OHKTA FIYANI
NIM. 2021080009

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2025**

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : "Efektifitas Pemberian *Smoothies* Pisang Ambon dan Rebusan Daun Kelor Terhadap Penurunan Tekanan Darah".

Nama : Putri Ohkta Fiyani

NIM : 2021080009

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan layak memenuhi syarat dan menyetujui untuk di Uji pada tim penguji Tugas Akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Gresik.

Gresik, 20 Juni 2025

Pembimbing I

Istiroha, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIPY. 107102020150118

Pembimbing II

Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.M.Kep

NIPY : 10710202024236



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.M.Kep

NIPY : 10710202024236

BERITA ACARA BIMBINGAN



UNIGRES
UNIVERSITAS GRESIK
Character Building Through Education

SK BAN PT No. 1209/SK/BAN-PT/Akred/PT/XII/2021 Peringkat Akreditasi "Baik Sekali"

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN | PROGRAM STUDI PROFESI NERS |
PROGRAM STUDI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
T E R A K R E D I T A S I
Prodi Ilmu Keperawatan SK No. 0201/LAM-PTKau/Akr/Sar/II/2020 (B)
Prodi Profesi Ners SK No. 0202/LAM-PTKau/Akr/Pro/II/2020 (B)
Prodi K3 SK No. 0078/LAM-PTKau/Akr/PB/Sar/II/2024 (Baik)

BERITA ACARA BIMBINGAN

1. Nama : Putri Ohkta Fiyani
2. NIM : 2021080009
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : Strata 1 (S-1)
6. Judul Skripsi :
"Efektivitas Pemberian *Smoothies* Pisang Ambon dan
Rebusan Daun Kelor Terhadap Penurunan Tekanan
Darah".
7. Pembimbing I : Istiroha, S.Kep.,Ns.,M.Kep
8. Pembimbing II : Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.,M.Kep
9. Konsultasi : Skripsi

Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing I	Paraf Pembimbing II
2-6-2025	Konsul hasil dan SPSS		
9-6-2025	Konsul hasil revisi penulisan tabel dan penyempurnaan tabel		
12-6-2025	Bimbingan hasil penelitian		
13-6-2025	Konsul hasil dan pembahasan		
16-6-2025	Bimbingan hasil penelitian Revisi penulisan tabel		
	Konsul penutup		

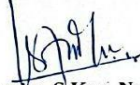
17-6-2025	- konsel pembalasan	IST	
18-6-2025	- konsel pembalasan dan keberalasan penelitian	IST	NAT
19-6-2025	- konsel kumpulan	IST	
20-6-2025	- konsel abstrak Acc yan	IST	NAT

10. Bimbingan Telah selesai pada tanggal :

11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada hari/tanggal :

Gresik, 19 Juni 2025

Pembimbing I


Istiroha, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 107102020150118

Pembimbing II


Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.M.Kep
NIPY : 10710202024236


Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.M.Kep
NIPY : 10710202024236

PENETAPAN TIIM PENGUJI

judul Skripsi . Efektifitas Smoolhies Pisang Ambon Dan Rebusan Daun Kelor Terhadap

Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Nama Mahasiswa Putri Ohkta Fiyani

NIM • 2021080009

Telah dipertahankan/diuji dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal 8 Juli 2025

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS
2025

GRESIK

TIM PENGUJI :

Dr. dr. Riski Dwi Pramcswari M.l<cs

NIPY. 107102020120066 Ketua

2. Istiroha, S.Kep.,Ns M.Kep2

NIPY. 107102020150118

Anggota I

3. Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns M.l<cp 3 NIPY. 10710202024236

Anggota II

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan,

Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.M.Kep
NIPY.107102020070043

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini .

Nama : Putri Ohkta Fiyani

 : 2021080009

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi • Ilmu Keperawatan

Jenjang : Strata 1 (S-1)

Judul Skripsi : Efektifitas Pemberian Smoothies Pisang
 Ambon Dan
 Rebusan Daun Kelor Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita
 Hipertensi.

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka. Apabila ternyata didalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 23 Juni 2025

Yang menyatakan



7460BAMX386895590

Putri Ohkta Fiyani NIM.2021080009

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Putri Ohkta Fiyani

: 2021080009

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti Non-eksklusif

(Non-Exclusive Royalty Free Rights) atas skripsi saya yang berjudul : Efektifitas Pemberian

Smoothies Pisang Ambon Dan Rebusan Daun Kelor Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita

Hipertensi.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti tersebut Nama Fakultas berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Gresik, 25 Juni 2025

Yang menyatakan



Putri Ohkta Fiyani NIM.2021080009

SURAT KETERANGAN
CEK PLAGIASI SKRIPSI

Pada hari jum'at tanggal 18 Juli 2025. Berdasarkan pengecekan skripsi dari mahasiswa :

Nama: Putri Ohkta Fiyani

NIM : 2021080009

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Judul Skripsi: Efektifitas Pemberian Smoothies Pisang Ambon Dan
Rebusan Daun Kelor Terhadap Tekanan Darah Pada
Penderita Hipertensi

Hasil cek plagiasi . 18 %

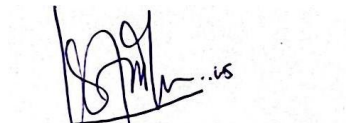
Maka diputuskan bahwa dokumen skripsi mahasiswa bersangkutan dinyatakan

LOLOS / Tidak Lolos*.

Gresik, 18 Juli 2025

Pembimbing I

Pembimbing II



Istiroha, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIPY. 107102020150118



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.M.Kep

NIPY : 10710202024236

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dengan judul “Efektifitas Pemberian *Smoothies* Pisang Ambon dan Rebusan Daun Kelor Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik. Dalam penyusunan ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan kali ini perkenankan penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr.dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes. selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada kami untuk mengikuti pendidikan di Fakultas Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan.
2. Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns.,M.Kep. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.
3. Istiroha, S.Kep., Ns.,M.Kep. selaku Wakil Dekan dan pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga terselesaikan skripsi ini.
4. Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan pembimbing 2 yang telah memberikan kesempatan dan

fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.

5. UPT Puskesmas Kepatihan beserta Staff Perawat Puskesmas yang telah mengizinkan dan mendukung penulis untuk melakukan penelitian skripsi ini.
6. Kedua orang tua Ayah Alm. Suki dan Ibu Ngatmin dan kedua kakak. Karena beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan dan do'a hingga penulis mampu menyelesaikan studi hingga sarjana. Terimakasih sudah menjadi tempatku untuk pulang, yah, bu.
7. Tak lupa pula responden yang sudah berpartisipasi dalam melakukan penelitian dan penulisan skripsi ini.
8. Untuk sahabat saya Hikmatud Diniyah dan Widat Agustin yang selalu mendukung dan memberi dukungan dalam pengerjaan skripsi ini.
9. Untuk mr. X terimakasih atas support dan dukungan serta nasihat kepada penulis, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini tepat waktu dan dapat mewujudkan cita cita bersama.
10. *Last but not least* diri saya sendiri yang sudah mampu berjuang dan bertahan hingga saat ini, yang bisa menempuh pendidikan ilmu keperawatan sesuai kemauan dan keinginan sendiri akhirnya bisa tercapai.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Saya menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, tetapi saya berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi perkembangan ilmu keperawatan.

Gresik, 16 Januari 2025

Penulis

ABSTRAK

EFEKTIFITAS PEMBERIAN *SMOOTHIES* PISANG AMBON DAN REBUSAN DAUN KELOR TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Oleh : Putri Ohkta Fiyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

Hipertensi adalah kondisi jantung memompa darah dengan cepat sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah, tekanan darah sistol >140 mmhg dan diastole >90 mmhg. Buah pisang ambon dapat menurunkan tekanan darah dikarenakan pisang mengandung kaya *kalium*, *kalsium*. Daun kelor mengandung kalium yang baik untuk menjaga kestabilan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mengetahui perbedaan pemberian *smoothies* pisang ambon dan rebusan daun kelor terhadap tekanan darah penderita hipertensi.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Pra Eksperimental* dengan *Pre Post Test with Two Group Design*. Populasi penderita hipertensi di Desa Gempol kurang. Sampel sebanyak 144 responden. Dengan teknik *purposive sampling*, Variabel independen yaitu pemberian *smoothies* pisang ambon dan rebusan daun kelor, sedangkan variabel dependen yaitu tekanan darah pada penderita hipertensi. Instrumen yang digunakan adalah tensimeter digital dan lembar observasi hasil pengukuran tekanan darah. Data penelitian dianalisis dengan uji statistik *Mann Whitney U-test*.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh dari *smoothies* pisang ambon dan rebusan daun kelor. Berdasarkan *sum of rank* dari uji statistik kelompok daun kelor lebih tinggi dari pada kelompok *smoothies* pisang ambon. Hasil uji *Mann Whitney* $p=0,548$ ($p \text{ sign} > 0,05$) artinya tidak ada perbedaan penurunan tekanan darah antara kelompok *smoothies* pisang ambon dan rebusan daun kelor.

Pemberian terapi *smoothies* pisang ambon dan rebusan daun kelor adalah pengobatan non-farmakologis yang dapat menurunkan tekanan darah. Intervensi ini diharapkan dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan pendamping dalam mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Rebusan Daun Kelor, *Smoothies* Pisang Ambon, Tekanan Darah,

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF GIVING AMBON BANANA SMOOTHIES AND MORINGA LEAF DECOCTION ON BLOOD PRESSURE IN PEOPLE WITH HYPERTENSION

By: Putri Ohkta Fiyani

Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Gresik University

Hypertension is a condition where the heart pumps blood too quickly, causing an increase in blood pressure, with systolic blood pressure >140 mmHg and diastolic blood pressure >90 mmHg. Ambon bananas can lower blood pressure because they are rich in potassium and calcium. Moringa leaves contain potassium, which is good for maintaining stable blood pressure. This study aims to analyze and determine the differences between Ambon banana smoothies and boiled moringa leaves on blood pressure in hypertension sufferers..

This study uses *the Pre Experimental* research method using *the Pre Post Test with Two Group Design approach*. The population of hypertension sufferers in Gempol Village is confined. A sample was taken from 144 respondents. With *the purposive sampling technique*, the independent variable is the administration of *banana smoothies* and moringa leaf decoction, while the dependent variable is blood pressure in hypertensive patients. The type of instrument used is a digital sphygmomanometer and an observation sheet of blood pressure measurements. The research data was analyzed by the *Mann Whitney U-test statistical test*.

The results of this study show the influence of banana smoothies and moringa leaf stew. Based on the *sum of rank* of the statistical test, the moringa leaf group is higher than the ambon *banana smoothie* group. The results of *the Mann Whitney test* $p = 0.548$ ($p \text{ sign} > 0.05$) means that there is no difference in blood pressure reduction between the *group of banana smoothies and moringa leaf decoction*.

The therapeutic administration of banana smoothies and moringa leaf decoction is a non-pharmacological treatment that can lower blood pressure. This intervention is expected to be used as an alternative to complementary treatment in controlling blood pressure in people with hypertension.

Keywords : Ambon Banana Smoothies , Blood Pressure, Hypertension, Moringa Leaf Stew,

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	3
BERITA ACARA BIMBINGAN.....	4
PENETAPAN TIM PENGUJI.....	6
PERNYATAAN ORISINALITAS	7
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	8
CEK PLAGIASI SKRIPSI.....	9
KATA PENGANTAR.....	10
ABSTRAK.....	13
<i>ABSTRACT</i>	14
DAFTAR ISI	15
DAFTAR TABEL	19
DAFTAR GAMBAR	20
DAFTAR LAMPIRAN.....	21
DAFTAR SINGKATAN	22
BAB 1 PENDAHULUAN	1.
1.1 Latar Belakang	1.
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan.....	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4 Manfaat	7
1.4.1 Teoritis.....	7
1.4.2 Praktis.....	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Hipertensi.....	9

2.1.1	Pengertian hipertensi	9
2.1.2	Etiologi.....	10
2.1.3	Faktor yang mempengaruhi hipertensi.	11
2.1.4	Klasifikasi.....	12
2.1.5	Patofisiologi	13
2.1.6	Manifestasi Klinis.....	15
2.1.7	Komplikasi Hipertensi.....	16
2.1.8	Penatalaksanaan	16
2.2	Konsep Buah Pisang	19
2.2.1	Pengertian Buah Pisang.....	19
2.2.2	Manfaat Buah Pisang.....	20
2.2.3	Kandungan Buah Pisang.....	21
2.3	Konsep Buah Pisang	21
2.3.1	Konsep <i>Smoothies</i>	21
2.3.2	SOP Pembuatan <i>Smoothies</i> Pisang Ambon	22
2.4	Konsep Daun Kelor.....	24
2.4.1	Pengertian Daun Kelor	24
2.4.2	Kandungan Daun Kelor	25
2.4.3	Manfaat Daun Kelor.....	26
2.4.4	Pengaruh Rebusan Daun Kelor Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	27
2.4.5	SOP Pembuatan Rebusan Daun Kelor	28
2.5	Keaslian Penelitian.....	29
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....		35
1.1	Kerangka Konseptual.....	35
1.2	Hipotesis.....	37
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		38
4.1	Desain Penelitian.....	38

4.2	Kerangka Kerja Penelitian.....	40
4.3	Populasi Sampel dan Sampling.....	41
4.3.1	Populasi.....	41
4.3.2	Sampel.....	41
4.3.3	Besar Sampel.....	42
4.3.4	Teknik Pengambilan Sampling.....	43
4.4	Identifikasi Variabel.....	44
4.4.1	Variabel Independen.....	44
4.4.2	Variabel Dependen.....	44
4.5	Definisi Operasional.....	44
4.6	Pengumpulan dan Penggolongan Data.....	45
4.6.1	Instrumen Penelitian.....	45
4.6.2	Lokasi dan Waktu Penelitian	46
4.6.3	Prosedur	46
4.6.4	Analisa Data.....	47
4.7	Pengolahan Data	48
4.7.1	Editing.....	48
4.7.2	Scoring	48
4.7.3	Entry.....	48
4.7.4	Tabulating.....	48
4.8	Masalah Etika.....	49
4.8.1	Persetujuan Menjadi Responden.....	49
4.8.2	<i>Anonymity</i> (Tanpa Nama).....	49
4.8.3	<i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	50
BAB 5	HASIL DAN PEMBAHASAN	51
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	51
5.2	Hasil Penelitian.....	52
5.2.1	Data Umum.....	52
5.2.2	Data Khusus.....	54

5.3	Pembahasan.....	56
5.3.1	Tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi <i>smoothies</i> pisang ambon pada penderita hipertensi	56
5.3.2	Perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun kelor pada penderita hipertensi	60
5.3.3	Analisis Efektifitas Pemberian <i>Smoothies</i> Pisang Ambon dan Rebusan Daun Kelor Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	64
5.4	Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN		67
6.1	Kesimpulan.....	67
6.2	Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA		69
LAMPIRAN		70

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tingkat Tekanan Darah menurut JNC	12
Tabel 2. 2 Klasifikasi Tingkat Tekanan Darah Menurut	13
Tabel 2.3 Keaslian Penelitian	29
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian Pra Eksperimen.....	38
Tabel 4.2 Definisi Operasional	44
Tabel 5.1 Usia responden di Desa Gempol Kurung Menganti Gresik Tanggal 4-24 Mei 2025.....	52
Tabel 5.2 Jenis Kelamin responden di Desa Gempol Kurung Menganti Gresik Tanggal 4-24 Mei 2025.....	52
Tabel 5.3 Pendidikan responden di Desa Gempol Kurung Menganti Gresik Tanggal 4-24 Mei 2025	53
Tabel 5.4 Pendidikan responden di Desa Gempol Kurung Menganti Gresik Tanggal 4-24 Mei 2025	53
Tabel 5.5 Tekanan darah responden sebelum dan sesudah intervensi smoothies pisang ambon di Desa Gempol Kurung Tanggal 4-24 Mei	54
Tabel 5.6 Tekanan darah responden kelompok intervensi rebusan daun kelor di Desa Gempol Kurung Tanggal 4-24 Mei 2025.....	55
Tabel 5.7 Perbedaan derajat tekanan darah setelah intervensi smoothies pisang ambon dan rebusan daun kelor pada tanggal 4-24 Mei 2025	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Buah Pisang Ambon (Anonim, 2022)	19
Gambar 2.2 Smoothies Pisang Ambon (Novidahlia et al., 2021)	22
Gambar 2.3 Daun Kelor (Krisnandi, 2020)	24
Gambar 3.1 Kerangkan konseptual Efektifitas smoothies pisang ambon dan rebusan daun kelor terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi	35
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Efektifitas Smoothies Pisang Ambon Dan Rebusan Daun Kelor Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Survey Data.	73
Lampiran 2. Balasan Surat Izin Survey Data	76
Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi responden	82
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi responden	84
Lampiran 5. Kuisisioner Data Demografi.....	85
Lampiran 6. SOP Tekanan darah	86
Lampiran 7. SOP Smoothies Pisang Ambon.....	87
Lampiran 8. SOP Rebusan Daun Kelor	88
Lampiran 9. Lembar Observasi	90
Lampiran 10. Uji Statistik	93
Lampiran 11. Tabulasi Data Umum.....	102
Lampiran 12. Dokumentasi	104

DAFTAR SINGKATAN

Daftar Singkatan :

WHO	: <i>World Health Organization</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
JNC	: <i>Joint National Commite</i>
ACE	: <i>Angiotencin Converting Enzyme</i>
ARB	: <i>Angiotensin receptor blocker</i>
ADH	: <i>Sekresi Hormon Anti Diuretik</i>
SNS	: <i>System saraf simpatis</i>
RAA	: <i>Renin angiotensin-aldosteron</i>

Daftar Lambang :

%	: Presentase
✓	: Centang
±	: Kurang Lebih
-	: Sampai
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
=	: Sama dengan
≤	: Kurang dari sama dengan
≥	: Lebih dari sama dengan