

**PENGARUH PEMBERIAN MINYAK ZAITUN *EXTRA VIRGIN OLIVE OIL* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA BANTARAGUNG TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan**

Oleh :

KIKI NURUL SAKINAH

CKR0180059



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
2022**

LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN MINYAK ZAITUN *EXTRA VIRGIN OLIVE OIL* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA BANTARAGUNG TAHUN 2022

Skrripsi ini Telah Di Ujikan Oleh Tim Penguji Program Studi Keperawatan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan  
Pada Agustus 2022

Penguji I



Ns. Aditiva Puspanegara, S.Kep., M.Kep  
NIK : 860529.201110.067

Penguji II



Ns. Lia Mulyati, S.Kep., M.Kep  
NIK : 770114200811.020

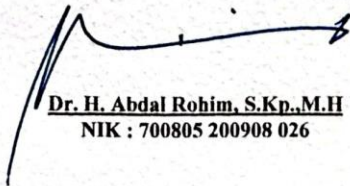
Penguji III



Ns. Rastipiati, S.Kep., M.Kep  
NIK : 901024.202002.139


Mengetahui

Ketua STIKes Kuningan



Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., M.H  
NIK : 700805 200908 026

Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan



Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep  
NIK : 851005 200912 033

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SKRIPSI, AGUSTUS 2022**

**KIKI NURUL SAKINAH  
CKR0180059**

**PENGARUH PEMBERIAN MINYAK ZAITUN *EXTRA VIRGIN OLIVE OIL*  
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA BANTARAGUNG TAHUN 2022  
xiv + 6 Bab + 63 Halaman + 2 Bagan + 10 Tabel + 13 Lampiran**

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Hipertensi sering disebut the silent killer karena sering tanpa keluhan atau gejala dan bisa mematikan. Angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian minyak zaitun *extra virgin olive oil* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah *quasi exsperiment* dengan rancangan *one group pre and post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi ringan dan sedang dengan jumlah sampel 30 orang. Sampel diambil secara purposive. Uji statistik yang digunakan adalah uji alternatif *wilcoxon*.

**Hasil:** Hasil analisa bivariat di dapatkan nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian minyak zaitun *extra virgin olive oil* adalah 157,33 dan 122,33, nilai *Pvalue* 0,000 ( $P < 0,005$ ). Hasil nilai rata-rata tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah pemberian minyak zaitun *extra virgin olive oil* adalah 95,67 dan 80,33, nilai *Pvalue* 0,000 ( $P < 0,005$ ).

**Kesimpulan:** Minyak zaitun *extra virgin olive oil* dapat dijadikan sebagai terapi alternatif untuk penderita hipertensi ringan dan sedang. Adanya sosialisasi penerapan terapi alternatif di kehidupan sehari-hari mengenai pengaplikasian minyak zaitun *extra virgin olive oil*.

**Kata kunci** : Minyak Zaitun *Extra Virgin Olive Oil*, Tekanan Darah, Hipertensi

**Kepustakaan** : 3 Buku (2013-2019), 13 Jurnal (2016-2021), 3 Skripsi (2018-2021)

**INSTITUTE HEALTH OF SCIENCE KUNINGAN  
NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM  
THESIS, AUGUST 2022**

**KIKI NURUL SAKINAH  
CKR0180059**

**THE EFFECT OF GIVING EXTRA VIRGIN OLIVE OIL ON REDUCING BLOOD  
PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS IN BANTARAGUNG VILLAGE IN  
2022**

**xiv + 6 Chapters + 63 Pages + 2 Charts + 10 Tables + 13 Appendices**

### **ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is often called the silent killer because it is often without complaints or symptoms and can be deadly. The death rate in Indonesia due to hypertension is 427,218 deaths.

**Purpose:** The purpose of this study was to determine the effect of giving extra virgin olive oil to reducing blood pressure in patients with hypertension.

**Methods:** This type of research is a quasi-experimental design with one group pre and post test. The population in this study were patients with mild and moderate hypertension with a sample size of 30 people. Samples were taken purposively. The statistical test used is the Wilcoxon alternative test.

**Results:** The results of bivariate analysis showed that the average value of systolic blood pressure before and after administration of extra virgin olive oil was 157.33 and 122.33, P-value 0.000 ( $P < 0.005$ ). The results of the average value of diastolic blood pressure before and after administration of extra virgin olive oil were 95.67 and 80.33, P-value 0.000 ( $P < 0.005$ ).

**Conclusion:** Based on the results of the study, there was a significant effect between giving extra virgin olive oil to reducing blood pressure in hypertensive patients in Bantaragung Village in 2022 with a p-value of 0.000. The need to apply extra virgin olive oil in daily life as a complementary therapy to lower blood pressure in people with hypertension.

**Keywords** : Extra virgin olive oil, Blood Pressure, Hypertension

**Literature** : 3 Books (2013-2019), 13 Journals (2016-2021), 3 Thesis (2018-2021)

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN TEORI</b> .....	11
2.1 Konsep Minyak Zaitun.....	11
2.2 Konsep Hipertensi .....	17
2.3 Kerangka Teori.....	27
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS</b> .....	28
3.1 Kerangka Konsep .....	28
3.2 Definisi Operasional.....	29

3.3 Hipotesis.....	30
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
4.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	31
4.2 Variabel Penelitian.....	33
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
4.4 Instrumen Penelitian.....	35
4.5 Teknik Pengumpulan Data.....	37
4.6 Teknik Analisis Data.....	39
4.7 Analisis Data.....	40
4.8 Etika Penelitian.....	44
4.9 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	45
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>46</b>
5.1 Hasil Penelitian.....	46
5.2 Pembahasan.....	50
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	58
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>60</b>
6.1 Simpulan.....	60
6.2 Saran.....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>66</b>