



**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

**PENGARUH AKTIVITAS TERAPI KELOMPOK MEMASAK  
PUDING LABU KUNING TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN  
DARAH LANSIA HIPERTENSI DI JATIMAS KECAMATAN  
GAMPING KABUPATEN SLEMAN  
YOGYAKARTA TAHUN 2024**

**ANASTASIA LINTANG GUMELAR**

**2002011**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA 2024**

**PENGARUH AKTIVITAS TERAPI KELOMPOK MEMASAK  
PUDING LABU KUNING TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN  
DARAH LANSIA HIPERTENSI DI JATIMAS KECAMATAN  
GAMPING KABUPATEN SLEMAN  
YOGYAKARTA TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan**

**ANASTASIA LINTANG GUMELAR**

**2002011**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning Terhadap Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta Tahun 2024” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi di lingkungan institusi maupun perguruan tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Apabila dikemudian hari didapati bahwa skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenakan sanksi yaitu pencabutan gelar Sarjana Keperawatan.

Yogyakarta, 03 Juli 2024



(Anastasia Lintang Gumelar)

(2002011)

**SKRIPSI**

**PENGARUH AKTIVITAS TERAPI KELOMPOK MEMASAK PUDING  
LABU KUNING TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH LANSIA  
HIPERTENSI DI JATIMAS KECAMATAN GAMPING KABUPATEN  
SLEMAN YOGYAKARTA TAHUN 2024**

**Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui untuk dilaksanakan**

**sidang skripsi.**

**Yogyakarta, 03 Juli 2024**

**Pembimbing:**

**Enik Listyaningsih, SKM., MPH.**



Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Sidang

Pada

Tanggal 10 Juli 2024

Ketua Penguji

Dwi Nugroho Heri Saputro, S.Kep.,Ns. : .....  
M.Kep., Sp.Kep.MB., PhD.N.S

Penguji I

Diah Pujiastuti, S.Kep., Ns, M.Kep : .....  
M.Kep.

Penguji II

Enik Listyaningsih, SKM, MPH : .....

Mengesahkan,  
Ketua STIKES Bethesda  
Yakkum Yogyakarta



(Nurli Ikaningtyas, S.Kep.,Ns.,  
M.Kep., Sp.Kep.MB., PhD.,NS)

Mengeahui,  
Ketua Program Studi  
Sarjana Keperawatan

(Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep)

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### A. MOTTO

“Karena masa depan sungguh ada dan harapanmu tidak akan hilang”

(AMSAL 23:18)

“Percayalah kepada Tuhan dengan segenap hatimu, dan janganlah bersandar kepada pengertianmu sendiri. Akuilah Dia dalam segala lakumu, maka Ia akan meluruskan jalanmu”

( AMSAL 3:5-6)

### B. PERSEMBAHAN

1. Tuhan Yesus Kristus, terimakasih atas berkat, pertolongan dan anugerah yang selalu engkau limpahkan kepadaku sehingga tugas akhir ini dapat aku selesaikan dengan baik dan tepat waktu.
2. Untuk orang tuaku Alm. Ayah, Ibu, Bapak, Mommy dan semua keluargaku, terimakasih untuk doa dan dukungan yang selalu diberikan.
3. Untuk Pembimbing, aku bersyukur mendapat pembimbing Ibu yang selalu mendukung dan memberikan masukan untuk tugas akhirku.
4. Untuk teman-temanku, terimakasih selalu membantu, memberikan semangat dan mau selalu direpotkan.

## ABSTRAK

**ANASTASIA LINTANG GUMELAR.** “Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning Terhadap Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Jatim Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta Tahun 2024”.

**Latar Belakang:** Masalah yang sering dialami pada lansia di Indonesia adalah penyakit tidak menular (PTM) antara lain hipertensi pada lanjut usia  $\geq 60$  tahun sebanyak 62,66 %. Kasus hipertensi terbesar di Yogyakarta salah satunya terdapat di Sleman (32,01%). Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dengan obat golongan diuretik, beta bloker, dan ACE inhibitor dan terapi nonfarmakologi yang bisa dilakukan dan mudah yaitu terapi aktivitas berkebun, terapi aktivitas memelihara hewan, dan salah satunya juga bisa dilakukan yaitu terapi kelompok memasak puding labu kuning.

**Tujuan:** Penelitian ini digunakan untuk mengetahui Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning terhadap perubahan tekanan darah lansia hipertensi.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini adalah kuantitatif pre-experimental dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi sebanyak 76 lansia hipertensi. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan *random sampling*. Sampel didapatkan 43 lansia hipertensi yang sudah terdiagnosis hipertensi.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi kelompok memasak puding labu kuning terdapat penurunan MAP tekanan darah. Hasil uji *Wilcoxon P value*  $< 0.001$  dengan nilai *pre test* 114,180 dan *post test* 100,919 dengan selisih *delta mean pre test* dan *post test* sebesar 13,1 .

**Kesimpulan:** Terdapat Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning terhadap perubahan tekanan darah lansia hipertensi di Jatim Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta.

**Saran:** Sebagai referensi penelitian selanjutnya, disarankan agar fokus secara spesifik diarahkan pada faktor-faktor yang tidak dapat dikontrol dalam penelitian ini, seperti stress yang dialami dilingkungan rumah.

Kata kunci : Aktivitas Terapi Kelompok Memasak-Tekanan Darah-Hipertensi,lansia  
xv + 89 hal + 7 tabel + 3 skema + 20 lampiran  
Kepustakaan : 28, 2014-2023

## ABSTRACT

**ANASTASIA LINTANG GUMELAR.** *"The Effect of Group Activity Cooking Therapy Pudding Pumpkin on Changes in Blood Pressure of Hypertensive Elderly in Jatimas, Gamping District, Sleman Regency, Yogyakarta in 2024."*

**Background:** *The problems that are often experienced by elderly people in Indonesia are non-communicable diseases (NCDs), including hypertension in elderly people  $\geq 60$  years as much as 62.66%. One of the largest cases of hypertension in Yogyakarta was in Sleman (32.01%). Hypertension treatment can be done pharmacologically with diuretic drugs, beta blockers, and ACE inhibitors and non-pharmacological therapies that can be done and are easy, namely gardening activity therapy, animal care activity therapy, and one of which can also be done is group activity cooking therapy.*

**Objective:** *This research was used to determine the effect of group activity cooking therapy pumpkin pudding on changes in blood pressure in hypertensive elderly people.*

**Research Method:** *This research is quantitative pre-experimental with a One Group Pretest-Posttest Design approach. The population was 76 hypertensive elderly. The sampling technique is random sampling. The sample obtained was 43 hypertensive elderly who had been diagnosed with hypertension.*

**Results:** *The results of the study showed that after group therapy, cooking pumpkin pudding, there was a decrease in blood pressure MAP. The Wilcoxon test results P value  $< 0.001$  with a pre test value of 114.180 and a post test of 100.919 with a difference between the delta mean pre test and post test of 13.1.*

**Conclusion::** *There is an influence of the group therapy activity of cooking yellow pumpkin pudding on changes in blood pressure of hypertensive elderly in Jatimas, Gamping District, Sleman Regency, Yogyakarta.*

**Suggestion:** *As a reference for further research, it is recommended that the focus be specifically directed at factors that cannot be controlled in this research, such as stress experienced in the home environment.*

**Keywords :** *Group Activity Cooking Therapy-Blood Pressure-Hypertension, elderly  
xv + 89 pages + 7 tables + 3 schme + 20 enclosures  
Bibliography : 28, 2014-2023*



## PRAKATA

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan berkat-Nya. Segala hormat kemuliaan yang tak terhingga ditujukan kehadiran Bapa Surgawi yang telah memberi berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan skripsi ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning Terhadap Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta Tahun 2024”

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan. Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., PhD.,NS selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Lilik selaku Ketua Kader Posyandu di Jatimas Kabupaten Sleman.
3. Ibu Ethic Palupi, S.Kep.,Ns.,MNS selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Koordinator Skripsi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

6. Ibu Enik Listyaningsih, SKM., MPH, selaku pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing dengan kesabaran, ketelitian serta memberikan motivasi dan saran dalam proses penyusunan skripsi ini.
7. Dwi Nugroho Heri Saputro, S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., PhD.N.S selaku Ketua Penguji
8. Diah Pujiastuti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji I
9. Lansia Jatimas kecamatan Gamping Kabupaten Sleman yang berkontribusi dalam penelitian
10. Perpustakaan dan TU yang telah berkontribusi dalam penyusunan skripsi

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, peneliti meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

Yogyakarta, 3 Juli 2024



(Anastasia Lintang Gumelar)

(2002011)

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
A.    MOTTO .....	vi
B.    PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
PRAKATA .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.    Latar Belakang Masalah .....	1
B.    Rumusan Masalah Penelitian .....	5
C.    Tujuan Penelitian .....	6
D.    Manfaat Penelitian .....	6
E.    Keaslian Penelitian.....	8

BAB II KAJIAN TEORI .....	12
A.    Landasan Teori.....	12
B.    Kerangka Teori.....	48
C.    Kerangka Konsep.....	49
D.    Hipotesis Penelitian.....	50
E.    Variabel Penelitian .....	50
BAB III.....	54
A.    Desain Penelitian.....	54
B.    Waktu dan Tempat Penelitian .....	55
C.    Populasi dan Sampel .....	55
D.    Alat Ukur Penelitian.....	56
E.    Uji Validitas dan Reliabilitas.....	60
F.    Etika Penelitian .....	60
G.    Prosedur Pengumpulan Data.....	61
H.    Analisa Data.....	64
BAB IV.....	69
A.    Hasil Penelitian .....	69
B.    Pembahasan .....	74
C.    Keterbatasan Penelitian .....	79

BAB V PENUTUP.....	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran .....	81
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN .....	86

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2. Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO.....	24
Tabel 3. Klasifikasi hipertensi berdasarkan (JNC 8) dalam (Fikriana, 2018).....	25
Tabel 4. Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan Level Tekanan Darah .....	25
Tabel 5. Definisi Operasional.....	52
Tabel 6. Desain Penelitian.....	54
Tabel 7. SOP Mengukur Tekanan Darah .....	57
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Responden Di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Tahun 2024.....	70
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Responden Di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Tahun 2024.....	70
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Responden Di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Tahun 2024.....	71
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas Data Responden.....	70
Tabel 12. Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning Terhadap Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Tahun 2024 .....	73

## DAFTAR SKEMA

Skema 1 MAP.....	23
Skema 2 Kerangka teori .....	49
Skema 3 Kerangka konsep .....	49

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Balasan Permohonan Studi Awal
- Lampiran 2 Surat Balasan Dari Desa
- Lampiran 3 Hasil Kalibrasi Tensi Meter Digital
- Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Asisten
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Asisten
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 9 Balasan Peneleitian Dari Desa
- Lampiran 10 Surat Sudah Laik Etik
- Lampiran 11 Data Umum
- Lampiran 12 Perubahan MAP Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Di berikan Intervensi Group Activity Cooking Therapy Pada Lansia Hipertensi Di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Tahun 2024
- Lampiran 13 Lembar Observasi
- Lampiran 14 Hasil Uji Normalitas Data Responden
- Lampiran 15 Hasil Uji Wilcoxone
- Lampiran 16 Bukti Lolos Similararity
- Lampiran 17 Bukti Kelengkapan Syarat UJian Hasil



Lampiran 18 Lembar Konsultasi Pembimbing

Lampiran 19 Lembar Konsultasi Ketua Penguji

Lampiran 20 Lembar Konsultasi Penguji 1

STIKES BETHESDA YAKKUM