

PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA IBU HAMIL

NOVITA BR GINTING MUNTHE¹, G.F GUSTINA SIREGAR², RIZKA WULANDARI³, ISKANDAR MARKUS SEMBIRING⁴, BASYARIAH LUBIS⁵

^{1,5}Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

^{2,3}Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

⁴Fakultas Keperawatan dan Fisioterapi Institut Kesehatan Medistra

Lubuk Pakam

Jl. Sudirman No.38 Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang-Sumatera Utara

e-mail : novitagintingmunthe89@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.35451/jkg.v4i1.848>

Abstract

Hypertension of pregnancy is one of the causes of morbidity and mortality worldwide for both mother and fetus. One of the treatment for high blood pressure is herbal treatment by drinking young coconut water. Young coconut water has content such as sugar, protein, potassium, calcium, magnesium, vitamin C. The high potassium content in young coconut can lower blood pressure, so young coconut water can be used to lower blood pressure. The purpose of this study was to determine the effect of giving young coconut water on blood pressure in pregnant women at Nining Pelawati Pratama Clinic, Deli Serdang Regency. The method used in this study is quantitative research using a Quasy Experiment research design with a pre test and post test design with a sample of 20 respondents. The study was conducted using the Wilcoxon test, it was found that 90% of respondents who had been given young coconut water experienced a decrease in high blood pressure and 10% of respondents did not experience a change in high blood pressure. The results of the analysis showed that the p value for systolic and diastolic respondents was 0.001 ($p < 0.05$) which indicated that there was an effect of giving young coconut water to blood pressure in patients with high blood pressure. It can be concluded that young

coconut water can reduce systolic and diastolic blood pressure in patients with high blood pressure.

Keywords: *Pregnant Women, High Blood Pressure, Young Coconut Water.*

1. PENDAHULUAN

Hipertensi termasuk masalah global yang melanda dunia. Menurut data *World Health Organization* (WHO) hipertensi kehamilan adalah salah satu penyebab kesakitan dan kematian diseluruh dunia baik bagi ibu maupun janin. Secara global, 80% kematian ibu hamil yang tergolong dalam penyebab kematian ibu secara langsung yaitu disebabkan karena terjadinya pendarahan (25%) biasanya pendarahan pasca persalinan, hipertensi pada ibu hamil (25%), partus macet (8%), aborsi (13%) dan karena sebab lainnya (7%) (WHO, 2015).

Menurut laporan Kemenkes (2015), bahwa hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, dimana proporsi kematiannya mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2015 oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kemenkes Republik Indonesia bahkan menunjukkan prevalensi hipertensinasional sebesar 31,7%. Dari jumlah itu, 60% penderita hipertensi berakhir pada stroke, sedangkan sisanya pada jantung, gagal ginjal, dan kebutaan (Kemenkes, 2015).

Penyebab utama kematian ibu yaitu hipertensi dalam kehamilan dan perdarahan postpartum. Beberapa keadaan yang dapat menyebabkan kondisi ibu hamil tidak sehat antara lain adalah penanganan komplikasi, anemia, ibu hamil yang menderita diabetes, hipertensi, malaria, dan empat terlalu (terlalu muda < 20 tahun, terlalu tua > 35 tahun, terlalu dekat jaraknya 2 tahun dan terlalu banyak anaknya > 3 tahun). Dalam peningkatan status kesehatan masyarakat, indikator yang akan dicapai adalah menurunnya angka kematian ibu dari 359 per 100.000 kelahiran hidup pada SDKI 2012 menjadi 306 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2019 (Reny, 2014 dan Kemenkes, 2019).

Air kelapa muda mempunyai kandungan seperti gula, protein, kalium, kalsium, magnesium, vitamin C. Kandungan kalium yang tinggi pada kelapa muda dapat menurunkan tekanan darah, sehingga air kelapa muda dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah (Noer, D., 2014 dan Setiadi P, Budiman I, et al. 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Vita pada tahun 2016 yang berjudul "Kelapa Muda. Surabaya: Stomata", yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh

pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penurunan tekanan darah (Vita, D., 2016).

Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Farapti dan Sayogo tahun 2014 menunjukkan bahwa terjadi mekanisme penurunan tekanan darah dengan adanya kandungan kalium yang terkandung dalam air kelapa muda, dimana mekanisme kerja kalium dalam air kelapa muda dapat menurunkan tekanan darah melalui natriuresis dan penurunan *Renin Angiotensin Aldosteron* (RAA) (Farapti dan Sayogo, 2014).

Pencegah dan pengobatan penyakit hipertensi pada prinsipnya dapat dilakukan dengan menggunakan terapi farmakologi (obat-obatan) dan terapi non farmakologi yaitu dengan cara memodifikasi pola sehari – hari melalui produk alami (*back to nature*). Konsep *back to nature* mengarah pada bahan lokal dari tanaman yang terdapat dikalangan masyarakat, salah satunya adalah air kelapa muda, yang dipercaya oleh masyarakat khususnya masyarakat di Kabupaten Deli Serdang sebagai ramuan yang bisa menurunkan tekanan darah (Reny, 2014).

Pengobatan farmakologi dinilai sebagai pengobatan jangka panjang yang sangat membutuhkan biaya yang relatif mahal dan dapat menimbulkan

efek samping bagi tubuh. Selain itu, dari sisi kepatuhan masyarakat dalam mengkonsumsi obat secara rutin khususnya mengkonsumsi obat anti hipertensi masih kategori rendah, sehingga banyak masyarakat memilih menggunakan obat non farmakologi atau pengobatan tanpa obat-obatan (Fahriza,dkk, 2014). Salah satu bentuk pengobatan nonfarmakologi (Herbal) adalah dengan menggunakan terapi air kelapa muda (Vita, D., 2016).

Berdasar latar belakang di atas, penulis tertarik untuk meneliti dengan judul penelitian "Ada pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada ibu hamil".

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* (eksperimen semu) dengan pendekatan *one group pre-test post-test design*. Cara yang digunakan dalam *pretest posttest design* yaitu dengan memberikan *pretest* (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi. Setelah diberikan intervensi kemudian dilakukan *posttest* (pengamatan akhir). Penelitian ini dilakukan di Klinik Pratama Nining Pelawati Kabupaten Deli Serdang. Dalam penelitian ini, besar sampel 20 ibu hamil dengan hipertensi. Analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat dan analisa bivariat dengan uji *wilcoxon*.

3. HASIL

3.1 Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi usia responden di Klinik Pratama Nining Pelawati Kabupaten Deli Serdang

No	Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
1	20	7	35
2	21-30	7	35
3	31-35	6	30
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden (35%) berusia 20 tahun dan juga responden (35%) berusia 21-34 tahun.

Tabel 2 Distribusi Pekerjaan Pada Ibu Hamil di Klinik Pratama Nining Pelawati Kabupaten Deli Serdang

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	IRT	11	55
2	Wiraswasta	7	23
3	PNS	2	10
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden (55%) bekerja sebagai IRT.

Tabel 3 Distribusi Tekanan Darah Tinggi Pada Ibu Hamil Sebelum Diberikan Air Kelapa Muda

No	TD Sebelum Pemberian Air Kelapa	Frekuensi	Persentase (%)
1	Normal	0	0

2	Sedang	14	70
3	Berat	6	3
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian responden (70%) mengalami tekanan darah sedang.

3.2 Analisis Bivariat

Berdasarkan tabel 4 Hasil uji normalitas (*Shapiro-Wilk*) pada data sebelum dan sesudah diberikan air kelapa muda menunjukkan hasil sig sebesar $0.000 = < 0.05$ yang berarti data tidak berdistribusi normal. Maka pada penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon.

Tabel 4

UJI NORMALIAS DATA

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statisic	df	Sig.	Statisic	df	Sig.
Pretest	.438	20	.000	.580	2	.000
Posttest	.527	20	.000	.351	2	.000

Tabel 5 Distribusi Tekanan Darah Tinggi Pada Ibu Hamil Setelah Diberikan Air Kelapa Muda

No	Tekanan Darah Tinggi Setelah Diberikan Air Kelapa Muda	Frekuensi	Persentase (%)
1	Naik	0	0
2	Tetap	2	10
3	Turun	18	90

Jumlah	20	100			
Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa responden sebanyak 18 orang (90%) mengalami penurunan tekanan darah.					
Tabel 6 Distribusi Pengaruh Tekanan Darah Tinggi Sebelum dan Sesudah Pemberian Air Kelapa Muda					
No	Tingkat Tekanan Darah Tinggi	Sebelum Diberikan Air Kelapa Muda		Sesudah Diberikan Air Kelapa Muda	
		F	%	F	%
1	Normal	0	0	0	0
2	Sedang	16	70	0	0
3	Berat	4	30	0	0
4	Naik	0	0	0	0
5	Tetap	0	0	2	10
6	Turun	0	0	18	90
Jumlah		100		100	

Berdasarkan *Wicoxon Signed Rank Test* tentang pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil di Klinik Pratama Nining Pelawati Kabupaten Deli Serdang, didapatkan hasil nilai *Sig* < 0,05 yang artinya H_0 Ditolak dan H_a Diterima yaitu ada pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada ibu hamil.

4. PEMBAHASAN

Bedasarkan penelitian yang dilakukan di Klinik Pratama Nining Pelawati Kabupaten Deli Serdang sebelum diberikan air kelapa muda diketahui bahwa dari 20 responden, didapatkan 70% responden mengalami

tekanan darah sedang sebanyak 14 orang dengan klasifikasi tekanan darah 140/80 - 160/90 mmHg dan juga 30% responden mengalami tekanan darah berat sebanyak 6 orang dengan klasifikasi tekanan darah > 160/100 mmHg.

Responden yang mengalami tekanan darah normal tidak ada dan dengan responden yang mengalami tekanan darah sedang berjumlah 14 orang, dengan rincian 7 responden berusia 20 tahun, 7 responden berusia 20-34 tahun, sedangkan responden yang mengalami tekanan darah berat sebanyak 6 orang berusia 35 tahun. Responden dengan klasifikasi paritas dengan ibu primigravida sebanyak 10 orang dan juga ibu dengan skundigravida sebanyak 8 orang serta ibu dengan multigravida sebanyak 2 orang. Selajutnya responden dengan klasifikasi pekerjaan dengan ibu yang bekerja dirumah atau sebagai IRT sebanyak 11 orang dan ibu dengan pekerjaan sebagai wraswasta sebanyak 7 orang serta ibu dengan pekerjaan PNS sebanyak 2 orang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Klinik Pratama Nining Pelawati Kabupaten Deli Serdang, setelah responden diberikan air kelapa muda, didapatkan 10% ibu hamil yang tekanan darahnya tetap dan 90% ibu hamil yang mengalami perubahan atau penurunan tekanan darah. Responden yang mengalami penurunan tekanan

darah merupakan ibu yang rutin meminum air kelapa muda selama 14 hari sebanyak 28 kali dan ibu yang mengalami tekanan darah tetap tidak rutin meminum air kelapa muda yg dimana dalam 1 hari ibu tidak rutin minum air kelapa muda 2 kali sehingga tidak mencapai 28 hari.

Air kelapa muda diberikan 1x per hari selama 2 minggu dengan dosis 250 mL per pemberian. Ketika responden diberikan air kelapa muda, responden mengatakan rasa air kelapa muda manis gurih. Pada 30 menit setelah pemberian dalam 1 hari belum ada hasil yang akurat bahwa tekanan darah ibu menurun. Pada Minggu ke-1 ketika diberikan air kelapa muda, seluruh responden di cek kembali tekanan darahnya dengan menggunakan spigmomanometer yang dimana tekanan darah ibu sebagian ada yg menurun ataupun tetap. Pada Minggu ke-2 hari ke-10, tekanan darah pada ibu hamil kebanyakan yang menurun dibandingkan yang tetap. Pada hari ke-12, kebanyakan responden mengalami penurunan tekanan darah. Pada hari ke-14, responden yang mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 90%.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dinyatakan oleh Oktaviani (2013) bahwa air kelapa muda mengandung beberapa kandungan seperti gula, vitamin C, protein, kalsium, kalium, dan magnesium.

Kandungan kalium yang tinggi pada air kelapa muda dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan air kelapa muda, sebagian responden mengalami tekanan darah tinggi yang dimana 70% responden mengalami tekanan darah sedang, dan 30% mengalami tekanan darah berat. Setelah diberikan air kelapa 2x per hari selama 2 minggu dengan dosis 250 ml per pemberian, terdapat 90% responden mengalami tekanan darah menurun dan 10% mengalami tekanan darah menetap.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Binayati 2017, dimana hasil penelitian bahwa terdapat perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik, sebelum dan sesudah diberikan air kelapa muda. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi air kelapa muda terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Mejing Wetan Gamping Sleman Yogyakarta.

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan setelah diberikan air kelapa muda 2x per hari selama 2 minggu dengan dosis 250 ml didapatkan hasil pada tabel 3 yang menunjukkan bahwa ibu hamil yang tidak mengalami tekanan darah normal 0%, ibu yang mengalami tekanan darah sedang 70 % dan ibu yang mengalami tekanan darah

berat 30%. Dan berdasarkan tabel 5 yang dimana setelah ibu diberikan air kelapa muda dapat diperoleh ibu yang mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 90%, ibu yang mengalami tekanan darah yang tetap sebanyak 10% sedangkan ibu tidak ada yang mengalami peningkatan tekanan darah setelah diberikan air kelapa muda atau diperoleh 0%.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh dari pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah inggi pada ibu hamil di Klinik Pratama Nining Pelawati Kabupaten Deli Serdang dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil p value = 0,005 dimana p value < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh sebelum dan sesudah di berikan air kelapa muda yang ditunjukkan dari Wilcoxon Signed Rank Test.

DAFTAR PUSTAKA

Farapti dan Suyogo. (2014). Air Kelapa Muda-Pengaruhnya Terhadap Tekanan Darah. *Continuing Professional Development*. [http://www.researchgate.net/publication/315096822Air-](http://www.researchgate.net/publication/315096822Air-Muda-Pengaruhnya-Terhadap-Tekanan-Darah)

Kelapa-Muda-Pengaruhnya-Terhadap-Tekanan-Darah. Diunduh pada Tanggal 08 Mei 2021.

Kemenkes RI. (2019). Hipertensi Infodatin.

Kemenkes. (2015). Pusat Data & Informasi Kementerian Kesehatan RI; (Hipertensi).

Noer, D. (2014). Efektivitas Penerapan Air Kelapa Muda Terhadap Lama Persalinan Kala 1 Pada Ibu Intranatal Di BPM "Ny. M" Pungging Mojokerto. <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id> Di akses 6 Juni 2021.

Oktaviani, Y. (2013). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Preeklamsia pada Ibu Bersalin di RSUD Arifin Achmad Prov Riau. *Jurnal Ilmu Kesehatan*; I(1); 31-34.

Reny. (2014). Buku Ajaran Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gngguan Kardiovaskular Aplikasi NIC & NOC. Jakarta: EGC.

Setiadi P, Budiman I, et al. (2013). Efek Air Kelapa (*Cocos Nucifera L.*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah. Hal. 3-4.

Binaiyati, Siti. (2017). Pengaruh Terapi Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*. pp: 2-3.

Vita, D. (2016) Kelapa Muda Pelepas Dahaga Sejuta Khasiat. Surabaya: Stomata.

WHO. (2015). *World Health Statistics Report 2015*. Geneva: World Health Organization.