

**EFEKTIFITAS JUS JERUK DAN JUS TOMAT TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI
DESA TAMBAKSOGRA WILAYAH PUSKESMAS SUMBANG
1 BANYUMAS**



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan

RANI MARLINA

1611020006

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2020**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rani Marlina

NIM : 1611020006

Program Studi : Keperawatan S1

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak kemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, Januari 2020

Yang membuat pernyataan



Rani Marlina

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang diajukan oleh;

Nama : Rani Marlina

NIM : 1611020006

Program Studi : Ilmu Keperawatan S1

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Efektifitas Jus Jeruk dan Jus Tomat Terhadap Penurunan

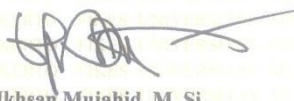
Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Desa Tambaksogra

Wilayah Puskesmas Sumbang 1 Banyumas

Telah diterima dan disetujui

Purwokerto, 27 Januari 2020

PEMBIMBING



Drs. Ikhsan Mujahid, M. Si.,
NIP/NIK. 19650309 199403 1002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh;

Nama : Rani Marlina
NIM : 1611020006
Program Studi : Keperawatan SI
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Judul : Efektifitas Jus Jeruk dan Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Desa Tambaksogra Wilayah Puskesmas Sumbang 1 Banyumas

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Dr. Supriyadi, S.KM., M.KM

Penguji 2 : Ns. Rakhmat Susilo, S.Kep, M.Kep

Penguji 3 : Drs. H. Ikhsan Mujahid, M.Si

Ditetapkan di: Purwokerto

Tanggal: 27 Januari 2020

Mengetahui:

Dekan FIKES



Dr. Ns. Hj. Umi Solikhah, S.Pd., S.Kep., M.Kep

NIP: 2160188

iv

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, Skripsi ini saya persembahkan untuk:

- 1. Ayah, Ibu dan seluruh keluarga saya, yang selalu memberikan semangat dan do'anya serta memberikan dukungan moral dan materi, kasih sayang serta kesabaran. Terimakasih atas semua hal yang kalian berikan kepada saya selama pengerjaan skripsi ini*
- 2. Untuk semua sahabat – sahabat saya yang selalu memberikan dukungan dan membantu saya serta selalu ada untuk saya. Terimakasih sudah menjadi orang-orang baik untuk saya*

Untuk teman dan orang-orang terdekat saya yang sering saya repotkan dan selalu ada untuk saya, mendengarkan segala keluhan dan sabar menghadapi saya

MOTTO

Hidup itu sederhana ,gengsi nya yang mahal

Modal terbesar dalam hidup adalah diri sendiri

*Ketika kita gagal merencanakan, maka kita sedang merencanakan
kegagalan*

*Ketidakmungkinan bisa dikalahkan dengan kita mempercayainya lalu
membuktikannya*

Jadi , apapun yang bisa saya bayangkan itu adalah nyata

-Rani Marlina-



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum.wr.wb.

Puji syukur senantiasa tercurah kepada sang Maha Pencipta, Allah SWT yang telah melimpahkan begitu banyak rahmat dan kuasanya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektifitas Jus Jeruk dan Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Desa Tambaksogra Wilayah Puskesmas Sumbang 1 Banyumas”.

Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, dorongan, bantuan dan saran dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan membimbing sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini tepat pada waktunya. Rasa terimakasih ini, terutama peneliti sampaikan kepada yang terhormat:

1. Dr. Anjar Nugroho, M.S.I., M.H.I selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto
2. Drs. Ikhsan Mujahid, M. Si., selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan Pembimbing yang telah meluangkan waktu dan dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan dan arahan yang sangat bermanfaat sehingga skripsi penelitian ini dapat selesai dengan baik.

3. Ns. Sri Suparti, S.Kep, M.Kep.selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
4. Dr. Supriyadi , S.KM., M,KM selaku penguji satu yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan sebagai Sarjana Ilmu Keperawatan
5. Ns. Rakhmat Susilo , S.Kep., M.Kep selaku penguji dua yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan sebagai Sarjana Ilmu Keperawatan
6. Kedua Orangtua dan orang-orang terkasih yang telah memberikan dorongan dan do'a dalam penyusunan skripsi ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu selama penyusunan dan penulisan skripsi ini.

Peneliti menyadari skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu peneliti mengharapkan adanya masukan berupa kritik maupun saran yang bersifat membangun demi perbaikan dari skripsi penelitian ini.

Purwokerto, Januari 2020

Peneliti

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rani Marlina
NIM : 1611020006
Program Studi : Keperawatan S1
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Jenis Karya : Skripsi

menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto karya ilmiah saya yang berjudul:

Efektifitas Jus Jeruk dan Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Desa Tambaksogra Wilayah Puskesmas Sumbang 1 Banyumas

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengalihmedia/ mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Purwokerto

Pada tanggal: 27 Januari 2020

Yang menyatakan,



Rani Marlina

**EFEKTIFITAS JUS JERUK DAN JUS TOMAT TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI DESA
TAMBAKSOGRA WILAYAH PUSKESMAS SUMBANG 1 BANYUMAS**

Rani Marlina¹, Ikhsan Mujahid²

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi atau Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung, dan otak bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai.

Tujuan: Menganalisa efektifitas jus jeruk dan jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif desain *Quasy Eksperimen* dengan rancangan *two group pre-test post-test design* teknik *purposive sample* yaitu 15 responden jus jeruk dan 15 jus tomat. Uji statistik *Independent sampel t-test*.

Hasil: Hasil penelitian rata-rata tekanan darah sistolik jus tomat sebelum 155,60±3.54159 dan setelah 130.20±6.57050. rata-rata tekanan diastolik sebelum diberikan jus tomat adalah 97,26±2.15362 dan setelah 81.33±4.08248. Dan rata-rata tekanan sistolik sebelum diberikan jus jeruk adalah 155,46±3.46135 dan setelah 137.26±4.09646. Tekanan diastolik mean sebelum diberikan jus jeruk adalah 97.86±1.24595 dan setelah 87.80±2.27408.

Kesimpulan : Terdapat perbedaan signifikan rata-rata sistolik dan diastolik kedua kelompok terhadap perubahan tekanan darah pasien hipertensi dengan nilai t hitung sistolik 3.820 dan diastolik 4.482 atau t hitung > t table dan p-value <0.05. Jus tomat lebih efektif dibandingkan dengan jus jeruk untuk menurunkan tekanan darah

Kata Kunci : Jus Jeruk, Jus Tomat, Hipertensi

¹ Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

² Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**THE EFFECTIVENESS OF ORANGE AND TOMATO JUICE ON BLOOD
PRESSURE
REDUCTION OF HYPERTENSION PATIENTS IN TAMBAKSOGRA
VILLAGE, THE
WORKING AREA OF PUSKESMAS SUMBANG 1 BANYUMAS**

Rani Marlina¹, Ikhsan Mujahid²

ABSTRACT

Background: Hypertension or an increase in blood pressure occurring in long term period, without early-stage detection and adequate medication may cause damages to kidney, heart, and brain.

Objective: To analyse the effectiveness of orange and tomato juice on the blood pressure reduction of hypertension patients. **Method:** The research used quantitative method with quasy experiment of two group pre-test post-test designs. The sampling technique was purposive with 15 respondents of both juices. The independent statistical test was t-test.

Result: The research result indicated that respondents' systolic blood pressure average before and after being given tomato juice were 155,603.54159 and 130.206.57050. Meanwhile, the average respondents diastolic blood pressure before and after administration of tomato juice was 97,262.15362 and 81.334.08248. Moreover, average respondents' systolic blood pressure before and after being given orange juice were 155,463.46135 and 137.264.09646. Meanwhile, the average respondents' diastolic blood pressure before and after administration of tomato juice was 97.861.24595 and 87.802.27408.

Conclusion: There is a significant difference in systolic and diastolic blood pressure average of both groups on the change of hypertension patients' blood pressure, with the value of systolic t count of 3.820 and diastolic of 4.482 or t count t table and p value of 0.05. Tomato juice is more effective than orange juice in reducing blood pressure.

Keywords: orange juice, tomato juice, hypertension

¹ The students of Nursing Department, Fakulty of Health Sciences, Muhammadiyah Purwokerto University

² The Lecturers of Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah Purwokerto University

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
1. Tujuan Umum.....	7
2. Tujuan Khusus.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis.....	8
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	9

A. Hasil Penelitian Terdahulu	9
B. Hipertensi	14
1. Definisi Hipertensi.....	14
2. Klasifikasi Hipertensi	15
3. Patofisiologi.....	17
4. Tanda Dan Gejala	17
5. Faktor- faktor Hipertensi	17
6. Komplikasi Hipertensi.....	21
7. Pengobatan Hipertensi.....	22
C. Jeruk.....	24
1. Morfologi.....	24
2. Klasifikasi.....	25
3. Macam – macam jeruk	25
4. Manfaat dan Kandungan.....	27
D. Tomat	29
1. Morfologi.....	29
2. Klasifikasi.....	30
3. Macam – macam tomat.....	30
E. Kerangka Teori.....	33
F. Kerangka Konsep.....	34
G. Hipotesis.....	35
BAB III. METODE PENELITIAN	36
A. Desain Penelitian	36
B. Waktu dan Tempat Penelitian	37
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	38
D. Variabel Penelitian	41
E. Definisi Operasional	41
F. Instrumen Penelitian	42

G. Teknik Pengumpulan Data.....	43
H. Tahap Pengolahan Data.....	44
I. Analisis Data	45
J. Etika Penelitian	48
BAB VI HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan	55
C. Keterbatasan Penelitian	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.2 Kerangka Teori Penelitian	33
Gambar 2.3 Kerangka Konsep Penelitian	34



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terdahulu	9
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi.....	15
Tabel 2.3 Kandungan Jeruk	28
Tabel 2.4 Kandungan Tomat	31
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	42
Tabel 3.2 Distribusi uji Normalitas Shapiro-Wilk.....	46
Tabel 4.1 Karakteristik responden kelompok jus tomat dan jus jeruk.....	50
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan jus jeruk.....	52
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan jus tomat.....	53
Tabel 4.4 Perbedaan efektifitas jus jeruk dan jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di desa tambaksogra wilayah puskesmas sumbang 1 banyumas	54

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Lembar Informasi Penelitian
- Lampiran 4: Lembar Kuisioner identitas responden
- Lampiran 5 : Lembar Konsultasi Proposal
- Lampiran 6 : Lembar Perbaikan Proposal
- Lampiran 7 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 8 : Lembar Izin Kode Etik Penelitian
- Lampiran 9 : Surat Keterangan selesai Penelitian
- Lampiran 10 : Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 11: Lembar Perbaikan Skripsi
- Lampiran 12 : Lembar Observasi Tekanan Darah
- Lampiran 13 : Hasil Penelitian output SPSS
- Lampiran 14 : Lembar Distribusi Nilai t tabel
- Lampiran 15 : Lembar Standar Operasional Prosedur Pembuatan Jus
- Lampiran 16: Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 17 : Surat Pengesahan Terjemahan Judul Skripsi (*LDC*)