

**EFEKTIFITAS JUS JERUK *SUNKIST* DAN JUS
JERUK LEMON TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

SKRIPSI

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



Oleh :

MUHAMMAD DICKY PRATAMA PUTRA
NIM. 2019080003

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2023**

**EFEKTIFITAS JUS JERUK *SUNKIST* DAN JUS
JERUK LEMON TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

SKRIPSI

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



Oleh :

MUHAMMAD DICKY PRATAMA PUTRA

NIM. 2019080003

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

2023

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Efektivitas Jus Jeruk Sunkist Dan Jus Lemon Terhadap
Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi
Nama Mahasiswa : Muhammad Dicky Pratama Putra
NIM : 2019080003

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 Ilmu Kesehatan Universitas Gresik

Gresik, 13 Juli 2023

Pembimbing I



Mono Pratiko G. S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIPY. 107102020070042

Pembimbing II



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

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



KHOFIL UMANA S.Kep.,Ns.M.Kep
NIPY.107102020060038

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul Skripsi : Efektifitas jus jeruk *sunkist* dan jus jeruk lemon terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.
 Nama Mahasiswa : Muhammad Dicky Pratama Putra
 NIM : 2019080003
 Telah dipertahankan/diuji dihadapan Tim Penguji
 Pada Tanggal : 2 Februari 2023

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK 2023

TIM PENGUJI :

Dimas Hadi Pravoga, S.Kep.,Ns.,M.Kep
 NIPY.
 Ketua

1.....

Mono Pratiko G, S.Kep.,Ns.,M.Kes
 NIPY. 107102020070042
 Anggota I

2.....

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

3.....

Mengetahui,
 Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,


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

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Gresik, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muh. Dicky Pratama Putra
 NIM : 2019080003
 Program Studi : Ilmu Keperawatan
 Fakultas : Kesehatan
 Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti (*Non-exclusive Royalty Free Right*)

atas skripsi saya yang berjudul:

Efektivitas Jus Jeruk Sunkist dan Jus Jeruk Lemon
 terhadap Penurunan Tekanan darah Pada Pasien
 Hipertensi

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik berhak menyimpan, mengalih media atau formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*) merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan saya sebagai penulis skripsi tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan pihak manapun.

Dibuat di : Gresik
 Tanggal : 16-09-2026

Yang Menyatakan,

(.....)  (.....)

Muh Dicky Pratama Putra



UNIGRES
UNIVERSITAS GRESIK
Character Building Through Education

SK BAK PT No. 1209/SK/BAK-PT/Nkre/P/2021 Partisipasi Akreditasi "Dik Sekel"

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN | PROGRAM STUDI PROFESI NERS
PROGRAM STUDI KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA

TERAKREDITASI (B)

Prodi Ilmu Keperawatan SK No. 0001/LAM-PTK/An/K/2021
Prodi Profesi Ners SK No. 0002/LAM-PTK/An/K/2021

BERITA CARA BIMBINGAN

1. Nama : Muhammad Dicky Pratama Putra
2. NIM : 2019080003
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : Strata 1 (S-1)
6. Judul Skripsi : Efektifitas Jus Jeruk *Sunkist* dan Jus Jeruk Lemon terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi
7. Pembimbing I : Mono Pratiko Gustomi, S.Kep.,Ns.,M.Kes
Pembimbing II : Istiroha, S.Kep.,Ns.,M.Kes
8. Konsultasi :

Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing I	Paraf Pembimbing II
13/7/2023	- Perbaiki hasil penulisan tabulasi data dan pembahasan	-	
13/7/2023	Revisi bab V, VI		-
13/7/2023	- Gambaran lokasi - Sesuaikan tujuan khusus	-	
13/7/2023	- Data umum - Data khusus		-
13/7/2023	Tabulasi data umum dan data khusus	-	



19/7/2023	lengkapi lampiran	-	-
19/7/2023	Perbaiki hasil + SPSS	-	BT
19/7/2023	- Daftar pustaka < 10 tahun - Revisi penulisan		-
19/7/2023	Acc ujian skripsi	-	BT
19/7/2023	Acc ujian skripsi		-

10. Bimbingan Telah selesai pada tanggal : 17 Juli 2023

11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada : 18 Juli 2023

Pembimbing I



Mono Pratiko G, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIPY. 107102020070042

Gresik, 17 Juli 2023

Pembimbing II



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



Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Khairul Umrah, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 107102020060038

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI/TESIS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Dicky Pratama Putra
 Tempat/tanggal lahir : Surabaya, 11 Oktober 2000
 NIM : 2023090015
 Fakultas : Ilmu kesehatan
 Program Studi : NERS

Menyatakan bahwa skripsi/tesis yang saya buat dengan judul :

PENERAPAN RELAKSASI BENSON PADA PASIEN *BENIGN PROSTATIC HYPERPLASIA* (BPH) DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT

Adalah hasil karya saya sendiri dan bukan "**duplikasi**" dari karya orang lain. Sepengetahuan saya didalam naskah skripsi/tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah skripsi/tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiasi, saya bersedia skripsi/tesis ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh **DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

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

Dibuat di : Gresik
 Tanggal : 16-09-2026

Yang Menyatakan,

()

Muhammad Dicky Pratama Putra

**SURAT KETERANGAN
CEK PLAGIASI SKRIPSI**

Pada hari ini tanggal Berdasarkan pengecekan skripsi dari mahasiswa :

Nama : Muhammad Dicky Pratama Putra

NIM : 2019080003

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Judul Skripsi : Efektifitas jus jeruk sunkist dan jus jeruk lemon terhadap

penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi Hasil cek plagiasi :

Maka diputuskan bahwa dokumen skripsi mahasiswa bersangkutan dinyatakan Lolos/Tidak Lolos*.

Gresik,

Pembimbing I



Mono Pratiko G, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIPY. 107102020070042

Pembimbing II

Signature

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

MOTTO

Jika pendidikan tidak mendorong manusia untuk berjuang mewujudkan impiannya, berbagi dan berkarya untuk berkontribusi pada lingkungannya, serta mengokohkan keimanan pada sang pencipta, maka untuk apa pendidikan itu ada?

- Lenang Manggala

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang tanpa lelah dengan penuh kasih sayang memanjatkan doa yang luar biasa untuk anaknya serta memberikan dukungan baik. Terimakasih atas pengorbanan dan kerja keras dalam mendidik saya.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan bimbinganNya kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“EFEKTIFITAS JUS JERUK SUNKIST DAN JUS JERUK LEMON TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI”** dapat terselesaikan. skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Bersamaan dengan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
2. Retno Twistandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
3. Khoiroh Umah, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
4. Mono Pratiko G, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah bersedia meluangkan waktu, membimbing dan memberikan arahan, semangat dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya
5. Istiroha, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah bersedia meluangkan waktu membimbing dan memberikan arahan, semangat dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya.
6. Seluruh staff dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah memberikan bantuan kepada saya selama menempuh pendidikan.

7. Kepala Puskesmas Pembantu Desa Sungonlegowo Kecamatan Bungah yang telah membantu dalam pengumpulan data sehingga skripsi ini dapat terselasaikan.

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

Gresik, 12 Juli 2023

Penulis

ABSTRAK

EFEKTIFITAS JUS JERUK SUNKIST DAN JUS JERUK LEMON TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI

Oleh : Muhammad Dicky Pratama Putra

**Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Gresik**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang disebabkan oleh gangguan fungsi jantung dan pembuluh darah yang menjadi masalah kesehatan di dunia. Tujuan dari penelitian ini menganalisis efektifitas jus jeruk sunkist dan jus lemon terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Desain penelitian ini menggunakan design *Pra-Eksprimental* dengan rancangan penelitian *Two Group Pre Test And Post Test With Control Design*. Metode sampling menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel independen yaitu jus jeruk *sunkist* dan jus jeruk lemon, sedangkan variabel dependen yaitu penurunan tekanan darah. Jenis instrumen yang digunakan adalah *Standar Operational Procedure* (SOP). Data penelitian dianalisis dengan uji statistik *Independent T-test*.

Hasil penelitian ini Tekanan darah pada kelompok kelompok perlakuan Jus Jeruk Sunkist sebelum diberikan intervensi sebagian besar termasuk dalam kategori hipertensi derajat 1 dan sesudah diberikan intervensi tekanan darah, hampir setengahnya dalam katagori normal dan pre-hipertensi, sedangkan Tekanan darah pada kelompok kelompok perlakuan Jus Jeruk Lemon sebelum diberikan intervensi sebagian besar termasuk dalam kategori hipertensi derajat 1 dan sesudah diberikan intervensi tekanan darah, sebagian besar dalam katagori pre-hipertensi. Hasil Uji hasil uji statistik independent T-test didapatkan hasil nilai signifikan $p\text{-value} = 0,126$ sehingga H_1 ditolak yang artinya tidak ada perbedaan Efektifitas jus jeruk *sunkist* dan jus jeruk lemon terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Pemberian intervensi jus jeruk *sunkist* dan jus jeruk lemon memberikan pengaruh sama dengan obat farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah, sehingga terapi komplementer jus jeruk *sunkist* dan jus jeruk lemon ini dapat digunakan pada penderita diabetes melitus.

**Kata kunci : Jus Jeruk Sunkist, Jus Jeruk Lemon, Penurunan Tekanan
Darah**

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF SUNKIST ORANGE JUICE AND LEMON JUICE ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS

by Muhammad Dicky Pratama Putra

Bachelor of Nursing, Faculty of Health Science, University of Gresik

Hypertension is a disease caused by impaired function of the heart and blood vessels which is a health problem in the world. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of sunkist orange juice and lemon juice in reducing blood pressure in hypertensive patients.

The research design uses a pre-experimental design with a research design of two groups pre-test and post-test with control design. The sampling method uses a purposive sampling technique. The independent variables are sunkist orange juice and lemon juice, while the dependent variable is a decrease in blood pressure. The type of instrument used is the Standard Operational Procedure (SOP). Research data were analyzed by statistical test Independent T-test.

The results of this study showed that blood pressure in the Sunkist Orange Juice treatment group before the intervention was given was mostly included in the grade 1 hypertension category and after the intervention the blood pressure was almost half in the normal and pre-hypertension categories, while blood pressure in the Lemon Orange Juice treatment group before being given the intervention, most of them were included in the category of grade 1 hypertension and after being given the intervention, most of them were in the pre-hypertension category. The results of the independent T-test statistical test results obtained a significant p-value = 0.126 so that H1 was rejected, which means there is no difference in the effectiveness of sunkist orange juice and lemon orange juice in reducing blood pressure in hypertensive patients.

Intervention of sunkist orange juice and lemon juice has the same effect as pharmacological drugs which can reduce blood pressure, so this complementary therapy of sunkist orange juice and lemon juice can be used in people with diabetes mellitus.

Keywords : Sunkist Orange Juice, Lemon Orange Juice, Lowering Blood Pressure

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	3
PENGESAHAN TIM PENGUJI	4
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	6
BERITA ACARA BIMBINGAN.....	7
PERNYATAAN ORIENTASI.....	8
CEK PLAGIASI SKRIPSI.....	9
MOTTO.....	11
PEMBAHASAN.....	12
KATA PENGANTAR.....	13
ABSTRAK.....	14
<i>ABSTRACT</i>	16
DAFTAR ISI.....	17
DAFTAR TABEL.....	20
DAFTAR GAMBAR.....	22
DAFTAR LAMPIRAN.....	22
DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN.....	24
BAB 1.....	25
PENDAHULUAN.....	25
1.1 Latar Belakang.....	25
1.2 Rumusan masalah.....	28
1.3.1 Tujuan umum.....	28
1.3.2 Tujuan khusus.....	28
1.4 Manfaat penelitian.....	29
1.4.1 Teoritis.....	29
1.4.2 Praktis.....	29
BAB 2.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Hipertensi.....	6

2.1.1 Definisi Hipertensi.....	6
2.1.2 Klasifikasi.....	6
2.1.3 Etiologi.....	7
2.1.4 Patofisiologi.....	10
2.1.5 Manifestasi Klinis.....	11
2.1.6 Komplikasi.....	12
2.1.7 Penatalaksanaan Hipertensi.....	13
2.2 Konsep jeruk sunkist (citrus sinensis).....	16
2.2.1 Pengertian jeruk sunkist (citrus sinensis).....	16
2.2.2 Taksonomi dan Morfologi Jeruk Sunkist.....	17
2.2.3 Kandungan Jeruk Sunkist.....	18
2.2.4 Mekanisme kerja bahan aktif Jeruk sankist terhadap tekanan darah.....	18
2.3 Konsep Lemon (Citrus limon).....	19
2.3.1 Pengertian Lemon.....	19
2.3.2 Taksonomi Lemon (Citrus limon).....	19
2.3.3 Morfologi Lemon (Citrus limon).....	20
2.3.4 Kandungan Lemon.....	20
2.3.5 Mekanisme kerja bahan aktif lemon terhadap tekanan darah.....	21
2.4 Keaslian Penelitian.....	22
BAB 3.....	28
KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	28
3.1 Kerangka Konseptual.....	28
3.2 Hipotesis Penelitian.....	29
BAB 4.....	30
METODE PENELITIAN.....	30
4.1 Desain Penelitian.....	30
4.2 Kerangka Kerja.....	30
4.3 Populasi, Sampel, dan Sampling.....	31
4.3.1 Populasi.....	31
4.3.2 Sampel.....	32
4.3.3 Sampling.....	34

4.4 Identifikasi Variabel.....	34
4.4.1 Variabel Independen.....	34
4.4.2 Variabel Dependen.....	34
4.5 Definisi Operasional.....	35
4.6 Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	36
4.6.1 Alat penelitian.....	36
4.6.2 Instrumen Penelitian.....	36
4.6.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
4.6.4 Prosedur Pengumpulan Data.....	36
4.7 Teknik analisis Data.....	37
4.7.1 Pengolahan Data.....	37
4.7.2 Analisa Data.....	39
4.8 Ethical Clearance (Etika Penelitian).....	40
4.8.1 Informed Consent (Surat Persetujuan).....	40
4.8.2 Anonymity (Tanpa Nama).....	40
4.8.3 Confidentiality (Kerahasiaan).....	41
BAB 5.....	42
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
5.1 Hasil Penelitian.....	42
5.1.1 Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian.....	42
5.1.2 Karakteristik Demografi Penelitian.....	43
5.1.3 Variabel Yang Diukur.....	47
5.2 Pembahasan.....	50
5.2.1 Perubahan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Pemberian Jus Jeruk Sunkist Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.....	50
5.2.2 Perubahan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Pemberian Jus Jeruk Lemon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.....	53
5.2.3 Efektifitas Jus Jeruk Sunkist dan Jus Jeruk Lemon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.....	55
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB 6.....	59

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	59
6.1 Kesimpulan.....	59
6.2 Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN 1.....	63
LAMPIRAN 2.....	64
LAMPIRAN 3.....	65
LAMPIRAN 4.....	67
LAMPIRAN 5.....	68
LAMPIRAN 6.....	69
LAMPIRAN 7.....	71
LAMPIRAN 8.....	73
LAMPIRAN 9.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Rancangan Penelitian Pra eksprimental.....	32
Tabel 4.2 Definisi Operasional.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Kerangka Kerja.....	33
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1.....	63
LAMPIRAN 2.....	64
LAMPIRAN 3.....	65
LAMPIRAN 4.....	67
LAMPIRAN 5.....	68
LAMPIRAN 6.....	69
LAMPIRAN 7.....	71
LAMPIRAN 8.....	73
LAMPIRAN 9.....	76

DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN

Daftar Lambang

%	: Persentase
-	: Sampai dengan
+	: Tambah
X	: Kali
>	: Lebih besar
<	: Lebih kecil
$\geq$	: Lebih besar dari
$\leq$	: Lebih kecil dari
β	: Beta
/	: Garis miring
=	: Sama dengan

Daftar Singkatan

WHO	: <i>World Health Organization</i>
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
Na	: Natrium
Ca	: Kalsium
RAA	: <i>renin-angiotensin-aldosentron</i>

