

NASKAH PUBLIKASI

PENGARUH PEMBERIAN JUS LEMON DAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN TANAK MIRA TIMUK KECAMATAN WANASABA



OLEH:

FADLURRAHMAN

113121013

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) HAMZAR
LOMBOK TIMUR
2025**

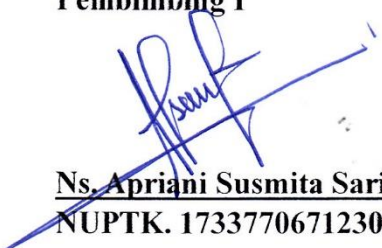
PERSETUJUAN NASKAH PUBLIKASI

Naskah Publikasi Atas Nama Fadlurrahman Nim 113121013 Dengan Judul:
“Pengaruh Pemberian Jus Lemon Dan Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Tanak Mira Timuk Kecamatan Desa Wanasaba”

Telah memenuhi syarat dan disetujui

Pembimbing I

Tanggal


Ns. Apriani Susmita Sari, M.Kep
NUPTK. 1733770671230372

4 Agustus 2025

Pembimbing II

Tanggal


Baiq Fina Farlina, M.Pd
NUPTK. 6258763664230193

4 Agustus 2025

Mengetahui

**Program Studi S1 Ilmu Keperawatan
Ketua,**



Ns. Dina Alfiana Ikhwani, M.Kep
NUPTK. 6640766667238002

PENGARUH PEMBERIAN JUS LEMON DAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN TANAK MIRA TIMUK KECAMATAN WANASABA

Fadlurrahman¹, Ns. Apriani Susmita Sari. M.Kep², Baiq Fina Farlina. M.Pd³
rikoa6915@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah terlampaui tinggi yang bersifat tidak normal dimana angka sistolik dan diastolik lebih tinggi dari 140/90mmHg. Konsumsi jus lemon dan air kelapa muda sebagai terapi non-farmakologis bisa menjadi alternatif karena kandungan kalium, vitamin C, dan flavonoid yang baik untuk membantu menurunkan tekanan darah.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus lemon dan air kelapa muda terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Metode: Jenis Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *pretest-posttest control group*. Sampel berjumlah 42 responden dengan 21 responden di setiap kelompok (intervensi dan kontrol), dengan tehnik sampling *purposive samling*. Data di analisis menggunakan uji Paired Sample T-Test dan Independent T-Test.

Hasil: Hasil uji paired sample t-test Kelompok jus lemon mengalami penurunan tekanan sistolik dari 155,19 ke 138,38 mmHg (mean = 16,81 mmHg), dan diastolik dari 94,62 ke 86,29 mmHg (mean = 8,33 mmHg), $p < 0,000$. Sementara itu, kelompok air kelapa muda menurun dari 155,52 ke 143,24 mmHg (mean = 12,29 mmHg), serta diastolik dari 94,86 ke 88,95 mmHg (mean = 5,91 mmHg), dengan $p < 0,000$. Perbandingan antar kelompok menunjukkan jus lemon memberikan penurunan tekanan yang lebih besar daripada air kelapa muda: tekanan sistolik post-intervensi lebih rendah (138,38 vs. 143,24 mmHg; selisih rata-rata (95 % CI) -6,59 sampai -3,12 mmHg), dan diastolik lebih rendah ($86,29 \pm 1,74$ vs. $88,95 \pm 1,53$ mmHg; selisih -3,69 sampai -1,65 mmHg), $p < 0,000$

Kesimpulan: Pemberian jus lemon dan air kelapa muda efektif menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Ha diterima Ho ditolak), namun jus lemon lebih efektif dibandingkan air kelapa muda.

Kata kunci : Jus lemon, air kelapa muda, tekanan darah, hipertensi.

Kepustakaan : 8 buku (2019-2021, 42 artikel jurnal (2018-2024)

Halaman : Halaman Depan, I-XII, Isi 58, Lampiran 10

¹Mahasiswa Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

²Dosen, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

³Dosen, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

**THE EFFECT OF GIVING LEMON JUICE AND UNRIPENED
COCONUT WATER ON BLOOD PRESSURE IN PATIENTS
WITH HYPERTENSION IN TANAK MIRA TIMUK HAMLET,
WANASABA DISTRICT**

Fadlurrahman¹, Apriani Susmita Sari², Baiq Fina Farlina³
rikoa6915@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition in which blood pressure is abnormally high, with systolic and diastolic numbers higher than 140/90 mmHg. Lemon juice and young coconut water can be consumed as nonpharmacological therapy can be an alternative as they contain reasonable amounts of potassium, vitamin C, and flavonoids, which help lower blood pressure.

Objective: This study aims to determine the effect of giving lemon juice and young coconut water on blood pressure in hypertensive patients.

Methods: This quantitative study uses a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group design. The sample amounted to 42 respondents, with 21 respondents in each group (intervention and control), with the sampling technique being purposive sampling. The data was analyzed using the Paired Sample T-Test and the Independent T-Test.

Results: The results of the paired sample t-test. The lemon juice group experienced a decrease in systolic pressure from 155.19 to 138.38 mmHg (mean = 16.81 mmHg), and diastolic from 94.62 to 86.29 mmHg (mean = 8.33 mmHg), $p < 0.000$. Meanwhile, the young coconut water group decreased from 155.52 to 143.24 mmHg (mean = 12.29 mmHg), and diastolic from 94.86 to 88.95 mmHg (mean = 5.91 mmHg), with $p < 0.000$. Intergroup comparisons showed that lemon juice provided a greater reduction in pressure than young coconut water: lower post-intervention systolic pressure (138.38 vs. 143.24 mmHg; mean difference (95% CI) -6.59 to -3.12 mmHg), and lower diastolic (86.29 ± 1.74 vs. 88.95 ± 1.53 mmHg; difference -3.69 to -1.65 mmHg), $p < 0.000$

Conclusion: Lemon juice and young coconut water effectively lowered blood pressure in people with hypertension (H_a accepted by H_o was rejected). Still, lemon juice was more effective than young coconut water.

Keywords : Lemon Juice, Unripened Coconut Water, Blood Pressure, Hypertension.

Libraries : 8 books (2019-2021), 42 journal articles (2018-2024)

Page : Front I-XII, Contents 58, Appendix 10

¹ Nursing Student, Hamzar Health Sciences College

² Nursing Lecturer, Hamzar Health Sciences College

³ Nursing Lecturer, Hamzar Health Sciences College

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah terlampaui tinggi yang bersifat tidak normal dimana angka sistolik dan diastolik lebih tinggi dari 140/90mmHg dan diukur tiga kali pada waktu yang berbeda-beda (Putra & Susilawati, 2022). Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah di atas normal yang bisa mengakibatkan terjadinya peningkatan jumlah angka kesakitan morbiditas dan kematian mortalitas karna meningkatnya tekanan darah (Hariawan & Tatisina, 2020). Menurut World Health Organization (WHO), hipertensi adalah penyakit yang menjadi hal yang menakutkan bagi masyarakat. Tidak hanya orang tua saja yang harus mewaspadainya, bahkan disaat ini anak-anak yang masih tergolong muda pun memiliki resiko yang sama besarnya untuk mengalami hipertensi. Hipertensi dicap sebagai penyebab kematian utama di dunia (Sambine ddk, 2024).

Dari data WHO atau *World Health Organization*, sekitar 1,13 miliar jiwa yang mengalami hipertensi di dunia, dan diperkirakan jumlah penderita hipertensi setiap tahunnya akan terus meningkat, di tahun 2025 sekitar 1,5 miliar jiwa yang akan mengalami kondisi tersebut. Dapat diperkirakan sekitar 10,44 juta orang di dunia yang akan meninggal karna menderita hipertensi (Telaumbanua & Rahayu, 2021). The silent killer (pembunuh diam-diam) adalah nama lain dari hipertensi, gejala hipertensi sering kali dianggap remeh oleh masyarakat oleh karena itulah penanganan hipertensi sering kali terlambat. Menurut WHO 50% orang yang menderita hipertensi 25% orang yang mendapatkan pertolongan. Jumlah orang yang menderita hipertensi di Indonesia sebanyak 70 juta orang (28%), hanya (24%) diantaranya adalah

hipertensi terkontrol. (Sartik, Tjekyan, and Zulkarnain 2019). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi NTB pada tahun 2020 penderita hipertensi yang berusia lebih dari 15 tahun ada 146,053 orang yang menderita penyakit ini, jumlah laki-laki yang menderita hipertensi adalah 65,722 dan perempuan berjumlah 80,331. Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Timur tahun (2021) orang yang menderita hipertensi di Lombok Timur ada 77,060 orang (Arianti, 2023). Dari data yang di peroleh di Puskesmas Wanasaba Lauk jumlah penderita hipertensi dari 4 tahun terakhir dari tahun 2020 sebanyak 325,2 orang dan di tahun 2021 sebanyak 338,08 orang di tahun 2022 sebanyak 339,04 orang di tahun 2023 sebanyak 349,68 orang dan yang terakhir di tahun 2024 sebanyak 374,08 orang yang menderita hipertensi.

Salah satu alternatif yang bisa membantu masyarakat dalam menurunkan hipertensi tanpa harus takut ketergantungan obat-obatan dan tidak ada efek samping, yaitu dengan menggunakan terapi yaitu terapi non farmakologis. Secara ilmiah makanan yang banyak mengandung kalium berpotensi untuk membantu dalam menurunkan tekanan darah seperti buah-buahan yang baik untuk kesehatan dan tidak lupa mengkomsumsi sayur-sayuran (Sambine ddk, 2024). Salah satu contoh buah-buahan yang memiliki banyak manfaat farmakologinya yaitu lemon. Perasan air lemon bisa digunakan untuk mengatasi penyakit seperti flu, hipertensi, dan siklus menstruasi yang tidak teratur, lemon memiliki sifat antidiare, antimikroba, antinyamuk, anti jamur dan antimutagenetik (Shiyan et al, dalam Harnis, Saberlan, and Farcrunisa 2024).

Selain lemon buah kelapa juga memiliki banyak manfaat bagi kesehatan karna kandungan yang ada pada air kelapa. Pencegahan hipertensi

dapat dilakukan dengan cara pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Salah satu bentuk pengobatan non-farmakologi dalam mengatasi hipertensi dengan pengobatan herbal yaitu dengan minum air kelapa muda (S.P. Rahayu et al., 2021). Air kelapa muda mengandung unsur kalium yang tinggi. Kandungan kalium dalam air kelapa muda berfungsi dalam mempertahankan tekanan darah dalam batas normal. Kalium merupakan senyawa kimia yang berperan dalam memelihara fungsi otot, jantung, system saraf dan regulator tekanan darah (Sari & Purwono, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan tanggal 28 Oktober 2024, hasil wawancara dari 6 orang warga yang mengalami hipertensi tidak tau cara mengatasi hipertensi selain menggunakan resep obat dari dokter. Dari hasil wawancara 6 orang tersebut mereka mengatakan ketika tekanan darah sedang naik mereka merasa pusing, dan sakit di bagian tengkuk. Berdasarkan latar belakang di atas penulis atau peneliti ingin meneliti tentang “Pengaruh pemberian jus lemon dan air kelapa muda terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kecamatan Desa Wanasaba”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi experiment* dengan rancangan *pretest-posttest control group*. Penelitian ini dilakukan di Dusun Tanak Mira Timuk Kecamatan Desa Wanasaba dengan jumlah sample 42 responden. Sample di ambil dengan tehnik *purposve sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar observasi untuk mengukur tekanan darah sebelum dan sesudah di berikan jus lemon dan air kelapa (*pretest-posttest*). Data di

analisis menggunakan uji Paired Sample T-Test untuk melihat apakah ada pengaruh pemberian jus lemon dan air kelapa, dan uji Independent T-Test di gunakan untuk melihat perbandingan efektivitas antara kedua kelompok.

A. HASIL PENELITIAN

1. Gambaran umum tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di kecamatan wanasaba, kecamatan wanasaba terbagi menjadi beberapa wilayah antara lain wanasaba induk, wanasaba lauk, wanasaba daya. Setelah melakukan studi penelitian peneliti tertarik melakukan penelitian di desa wanasaba Lauk yang terdapat empat dusun yaitu dusun Tanak Mira Daya, Dusun Tanak Mira Baret, Dusun Tanak Mira Lauk, Dan Dusun Tanak Mira Timuk. Tempat ini termasuk dalam wilayah kerja puskesmas wanasaba.

2. Gambaran umum subjek penelitian

Subjek penelitian ini adalah penderita hipertensi yang ada di Dusun Tanak Mira Timuk. Jumlah subjek penelitian ini adalah 42 responden yang telah sesuai dengan kriteria penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan melakukan pengukuran tekanan darah menggunakan alat tensi meter dan lembar observasi untuk mengetahui tekan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah di berikan perlakuan.

3. Analisa Univariat

1) Karakteristik responden

Karakteristik penderita hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kecamatan Desa Wanasaba berdasarkan usia, jenis kelamin dan tekanan darah

Table 4.1 karaktristik responden berdasarka usia, jenis kelamin dan

tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kecamatan Desa Wanasaba

N	Karakteristik	Kategori	Prekuensi (n)	Prevalensi (%)
1	Usia	40–49 tahun	6	14,3
		50–59 tahun	11	26,2
		60–69 tahun	21	50,0
		70 tahun	1	2,4
		Total	42	100
2	Jenis kelamin	Laki-Laki	17	40,5
		Perempuan	25	59,5
		Total	42	100
3	Tekanan Darah	Hipertensi stadium 1		
		140-159	26	61,9
		Hipertensi stadium 2		
		≥ 160	16	38,1
	Total	42	100	

Berdasarkan table 4.1 mayoritas usia responden yang paling dominan berada di usia 60–69 tahun, menyumbang setengah dari total sampel yaitu, (21 responden, 50%). usia 50–59 tahun sebanyak (11 responden 26,2%), usia 40–49 tahun sebanyak (6 responden 14,3%), dan usia 70 tahun sebanyak (1 responden 2,4%). Berdasarkan jenis kelamin responden perempuan lebih banyak, yaitu sebanyak 25 responden (59,5%), sementara laki-laki hanya 17 responden (40,5%). Berdasarkan tekanan darah responden yang mengalami Hipertensi Stadium 1: 140–159 mmHg → 26 responden (61,9%), dan responden yang mengalami Hipertensi Stadium 2: ≥ 160 mmHg → 16 responden (38,1%). Semua responden memiliki tekanan darah tinggi, sebagian

besar (62%) masuk Stadium 1 (140–159 mmHg), dan Sisanya (38%) masuk Stadium 2 (≥ 160 mmHg).

4. Aalisa Bivariat

a) Uji normalitas data

table 4.2 uji normalitas data tekanan darah sistolik

No	Varabel	Shapiro-Wilk sig
1	TD sistolik jus lemon (pre)	0,373
2	TD sistolik n air kelapa muda(pre)	0,665
3	TD sistolik jus lemon(post)	0,235
4	TD sistolik air kelapa muda(post)	0,739
5	TD Diastolik jus lemon (pre)	0,935
6	TD Diastolik air kelapa (pre)	0,943
7	TD Diastolik jus lemon (post)	0,951
8	TD Diastolik air kelapa (post)	0,965

Berdasarkan Tabel 4.2 hasil uji normalitas menunjukkan bahwa semua variabel *pretest-posttest* memiliki nilai signifikansi lebih besar dari > 0,05 pada uji *Shapiro-Wilk*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa: Seluruh data tekanan darah, baik sebelum maupun sesudah diberikan jus lemon dan air kelapa muda, berdistribusi normal dan hasil uji normalitas, Semua kondisi (tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah konsumsi jus lemon dan air kelapa) menunjukkan nilai $p > 0,05$ pada uji *Shapiro-Wilk*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

b) Analisis Pengaruh Pemberian Jus Lemon Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kec Desa Wanasaba Hari Ke-1 Dan Hari Ke-7

Table 4.3 uji paired t test tekanan darah sistolik dan diastolik kelompok jus lemon.

Var iabe l	Mean Pretest ± SD	Mean Posttest ± SD	Δ Mean	P-value
Sist olik	155,19 ± 3,19	138,38 ± 3,29	16,81	< 0,000
Dia stoli k	94,62 ± 1,88	86,29 ± 1,74	8,33	< 0,000

Berdasarkan Tabel 4,3 hasil analisis uji *Paired Sample T-Test* terhadap 21 responden, terdapat dua variabel tekanan darah yaitu sistolik dan diastoli. Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik dapat di lihat dari nilai Δ mean (rata-rata penurunan) tekanan darah sebesar 16,81 mmHg dengan nilai *p-value* ($p=0,000$) dan nilai mean (rata-rata penurunan) tekanan darah diastolik sebesar 8,33 mmHg dengan nilai *p-value* ($p= 0,000$) setelah pemberian jus lemon. Nilai tekanan darah sistolik *mean pretest-posttest* (*mean ± SD: rata-rata dan sebaran data dalam kelompok*), turun dari $155,19 \pm 3,19$ menjadi $138,38 \pm 3,29$ mmHg, sedangkan nilai tekanan darah diastolik (*mean pretest-posttest*) turun dari $94,62 \pm 1,88$ menjadi $86,29 \pm 1,74$ mmHg. Penurunan ini signifikan secara statistik dengan nilai *p-value* kurang dari ($p<0,05$).

maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah di beri perlakuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa: Pemberian intervensi jus lemon secara signifikan menurunkan tekanan darah pada responden.

c) Analisis Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Pada Penderita Hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kec Desa Wanasaba Darah Hari Ke-1 Dan Hari Ke-7

Tabel 4,4 uji paired t test kelompok kelapa

Variabel	Mean Pretest ± SD	Mean Posttest ± SD	Δ Mean	P-value
Sistolik	155,52 ± 2,62	143,24 ± 2,12	12,29	0.000
Diastolik	94,86 ± 1,71	88,95 ± 1,53	5,91	0.000

Berdasarkan Tabel 4,4 hasil analisis uji *Paired Sample T-Test* terhadap 21 responden, terdapat dua variabel tekanan darah yaitu sistolik dan diastolik. Penurunan rata-rata tekanan darah sistolik *mean pretest ± SD* dan *mean posttest ± SD* (rata-rata dan standar deviasi tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah di berikan air kelapa muda) turun dari $155,52 \pm 2,62$ mmHg, menjadi $143,24 \pm 2,12$ mmHg, dengan nilai Δ Mean (rata-rata penurunan) sebesar 12,29 mmHg. Nilai *p-value* = 0,000 lebih kecil dari ($p<0,05$), dan nilai Mean (rata-rata penurunan), Berdasarkan tekanan darah diastolik *mean pretest ± SD* dan *mean posttest ± SD* (rata-rata dan

standar deviasi tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah di berikan air kelapa muda), dari $94,86 \pm 1,71$ mmHg menjadi $88,95 \pm 1,53$ mmHg, dengan nilai *Mean* (rata-rata penurunan) sebesar 5,91 mmHg. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (*p-value* < 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi

d) Analisis Perbandingan Pengaruh Pemberian Jus Lemon Dan Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kec Desa Wanasaba

Tabel 4.5 Uji independent T tes antara dua kelompok juslemon dan air krlapa

Variabel	Kelompok jus lemon (M ± SD)	Kelompok air kelapa muda (M ± SD)	p-value	95%CI
Sistolik	138.38 ± 3.29 mmHg	143.24 ± 2.12 mmHg	<.000	-6,594 - 3,121
Diastolik	86.29 ± 1.74 mmHg	88.95 ± 1.53 mmHg	<.000	-3,688 - 1,645

Berdasarkan Tabel 4.5, rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok yang diberi jus lemon adalah $138,38 \pm 3,29$ mmHg (*mean ± SD: rata-rata dan sebaran data dalam kelompok*), sedangkan pada kelompok yang diberi air kelapa muda adalah $143,24 \pm 2,12$ mmHg (*mean ± SD*), dengan nilai 95 %

CI perbedaan: -6,594 hingga -3,121 mmHg (*interval kepercayaan untuk selisih rata-rata antar kelompok*).

Tekanan darah diastolik pada kelompok yang di berikan jus lemon adalah 86.29 ± 1.74 mmHg (*mean ± SD: rata-rata dan sebaran data dalam kelompok*), sedangkan pada kelompok yang diberi air kelapa muda adalah 88.95 ± 1.53 mmHg (*mean ± SD*), dengan nilai 95 % CI perbedaan: -3,688 hingga -1,645 mmHg (*interval kepercayaan*).

Hasil uji Independent T-Test, bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 (*p* < 0,05), mengindikasikan bahwa penurunan tekanan darah lebih besar pada kelompok jus lemon dibandingkan kelompok air kelapa muda, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara efek pemberian jus lemon dan air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah, di mana jus lemon lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah.

B. PEMBAHASAN

1. Analisis Pengaruh Pemberian Jus Lemon Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kec Desa Wanasaba

Dari hasil uji pairet sampel t test menunjukkan bahwa pemberian jus lemon memiliki pengaruh terhadap menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, penurunan ini dapat di lihat dari rata-rata nilai tekanan

darah *mean pretest-posttest* (*mean ± SD*) tekanan darah sistolik dan diastolik dari $155,19 \pm 3,19$ menjadi $138,38 \pm 3,29$ mmHg dengan nilai *mean* (rata-rata penurunan) tekanan darah sistolik sebesar 16,810 dan diastolik dari $94,62 \pm 1,88$ menjadi $86,29 \pm 1,74$ mmHg, dengan rata-rata penurunan 8,333, dengan nilai *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$). Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) Ini menunjukkan bahwa intervensi jus lemon secara statistik signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada responden yang mengalami hipertensi.

Penurunan tekanan darah ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Susilawati & Kasron (2019), yang menunjukkan bahwa konsumsi jus lemon selama 7 hingga 14 hari efektif menurunkan tekanan darah. Lemon kaya akan vitamin C dan antioksidan yang diketahui dapat meningkatkan fungsi pembuluh darah dan merangsang vasodilatasi. Efektivitas jus lemon ini tidak lepas dari kandungan farmakologis alami seperti vitamin C, *flavonoid*, dan kalium yang terbukti berperan dalam memperbaiki fungsi endotel dan menurunkan stres oksidatif dalam tubuh. Harnis et al. (2024) Menyatakan bahwa lemon memiliki sifat farmakologis yang dapat menurunkan tekanan darah seperti antioksidan dan antimikroba Vitamin C bekerja dengan meningkatkan produksi *nitric oxide* (NO) di dalam endotelium pembuluh darah, yang menyebabkan relaksasi otot polos pembuluh darah dan

menurunkan tekanan darah. Selain itu, *flavonoid* pada lemon juga diketahui memiliki efek vasodilatasi yang membantu memperlebar pembuluh darah dan mengurangi resistensi vaskular.

2. Analisis Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Pada Penderita Hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kec Desa Wanasaba

Dari hasil uji *paired sample t test* menunjukkan bahwa pemberian air kelapa muda memiliki pengaruh terhadap menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, penurunan ini dapat di lihat dari rata-rata tekanan darah *mean pretest-posttest* (*mean ± SD*), turun dari $155,52 \pm 2,62$ mmHg, menjadi $143,24 \pm 2,12$ mmHg, dengan nilai Δ *mean* (rata-rata penurunan) tekanan darah sistolik sebesar 12,29, dan tekanan darah diastolik dari $94,86 \pm 1,71$ mmHg menjadi $88,95 \pm 1,53$ mmHg, dengan nilai *mean* (rata-rata penurunan) sebesar 5,91, dengan nilai *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$). Ini menandakan bahwa air kelapa muda efektif sebagai terapi nonfarmakologis untuk menurunkan tekanan darah.

Penelitian oleh Wijayanti et al. (2020) menyatakan bahwa pemberian air kelapa muda selama 7 hari pada penderita hipertensi menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik yang signifikan, dengan $p < 0,05$. Dalam studi tersebut, responden mengalami penurunan tekanan darah rata-rata sebesar 10–15 mmHg tanpa adanya efek

samping. Hasil ini mendukung penelitian yang sedang dibahas, di mana air kelapa muda memberikan penurunan tekanan darah rata-rata sebesar 12,29 mmHg dalam kurun waktu yang sama.

3. Analisis Perbandingan Pengaruh Pemberian Jus Lemon Dan Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk Kec Desa Wanasaba

Dari hasil uji *Independent T-Test*, diperoleh bahwabahwa tekanan darah sistolik pada kelompok jus lemon ($138,38 \pm 3,29$ mmHg, *mean* \pm *SD*) secara signifikan lebih rendah dibanding kelompok air kelapa muda ($143,24 \pm 2,12$ mmHg, *mean* \pm *SD*), dengan nilai $p = 0,000$, dan 95 % CI perbedaan $-6,594$ hingga $-3,121$ mmHg (*interval kepercayaan yang seluruhnya negatif*), menunjukkan bahwa selisih rata-rata benar-benar di bawah nol. Demikian pula, untuk tekanan diastolik, kelompok jus lemon mencatat $86,29 \pm 1,74$ mmHg dibanding $88,95 \pm 1,53$ mmHg pada kelompok air kelapa muda, dengan $p = 0,000$ dan 95 % CI $-3,688$ hingga $-1,645$ mmHg, menunjukkan konsistensi perbedaan signifikan karena interval CI tidak menyertakan nol. Hal ini menunjukkan bahwa jus lemon memiliki efektivitas yang lebih tinggi secara statistik dibandingkan air kelapa muda.

Penelitian Putri & Kurniawati (2021) membandingkan efektivitas jus

lemon dengan air kelapa muda dalam menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jus lemon menurunkan tekanan darah lebih signifikan dibandingkan air kelapa muda dengan penurunan rata-rata 15 mmHg pada kelompok lemon dan 9 mmHg pada kelompok air kelapa setelah 7 hari intervensi. Penelitian ini memperkuat temuan bahwa lemon memiliki efek yang lebih cepat dan kuat dalam mengatasi tekanan darah tinggi, terutama pada kasus hipertensi tahap

Selain itu, penelitian oleh Ramadhan et al. (2023) juga mendukung bahwa kombinasi antara antioksidan dan vitamin dalam lemon mampu memperbaiki fungsi vaskular secara langsung. Dalam studi tersebut, kelompok responden yang rutin mengonsumsi jus lemon menunjukkan peningkatan respons vasodilatasi yang lebih baik dibandingkan kelompok air kelapa. Meski air kelapa tetap memberikan efek positif melalui mekanisme elektrolit dan diuretik, efek tersebut bekerja lebih lambat dibandingkan reaksi langsung senyawa bioaktif dalam lemon. Oleh karena itu, dari sudut pandang kecepatan dan efektivitas, jus lemon lebih unggul meskipun keduanya sama-sama aman dan alami.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan penelitian dan hasil pengujian pada pembahasan yang telah dilaksanakan, maka dapat diambil kesimpulan

1. Mayoritas usia responden yang paling dominan berada di usia 60–69 tahun, (21 responden, 50%), usia 50–59 tahun (11 responden 26,2%), usia 40–49 tahun (6 responden 14,3%), dan usia 70 tahun (1 responden 2,4%). Mayoritas responden yang lebih dominan berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan, yaitu 25 responden (59,5%), sementara laki-laki hanya 17 responden (40,5%). Responden yang mengalami Hipertensi Stadium 1: 140–159 mmHg, 26 responden (61,9%), dan responden yang mengalami Hipertensi Stadium 2: ≥ 160 mmHg, 16 responden (38,1%).
2. Tekanan darah penderita hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk sebelum dan sesudah (*pretest-posttest*) di berikan jus lemon dan air kelapa muda, 155-94 mmHg (*pre*) dan turun menjadi 138-86, (*post*) setelah di berikan jus lemon, sebelum di berikan air kelapa muda 155-94 mmHg turun menjadi 142-88 mmHg setelah di berikan air kelapa muda.
3. Pemberian jus lemon secara signifikan menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Tanak Mira Timuk dengan nilai $p = 0.000 < 0.05$. Rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 16,81 dan diastolik sebesar 8,33, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).
4. Pemberian air kelapa muda juga menurunkan tekanan darah secara signifikan dengan nilai $p = 0.000 < 0.05$, dengan penurunan rata-rata sebesar 12,29 dan diastolik sebesar 5,91.
5. Terdapat perbedaan efektivitas yang signifikan antara pemberian jus lemon dan air kelapa muda, di

mana jus lemon lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dengan rata rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 16,81 mmHg dan diastoli sebesar 8,33 mmHg dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Ini menunjukkan bahwa jus lemon dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis yang lebih unggul dalam pengelolaan tekanan darah tinggi.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi instansi Kesehatan
Terutama puskesmas dan posyandu, penelitian ini dapat menjadi dasar untuk menyusun program promotif dan preventif berbasis pangan lokal sebagai upaya menurunkan prevalensi hipertensi di masyarakat.
2. Bagi Masyarakat
Khususnya penderita hipertensi, disarankan untuk mulai mempertimbangkan penggunaan bahan alami seperti jus lemon dan air kelapa muda sebagai terapi tambahan untuk membantu menurunkan tekanan darah, dengan tetap mengikuti anjuran medis dan memantau tekanan darah secara rutin.
3. Bagi peneliti selanjutnya
 - 1) Disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, serta pengendalian yang lebih ketat terhadap faktor-faktor lain seperti pola makan, aktivitas fisik,

dan konsumsi obat, agar diperoleh hasil yang lebih mendalam dan generalisasi yang lebih kuat.

- 2) Disarankan untuk penelitian yang memberikan sosialisasi manfaat jus lemon dan air kelapa muda untuk membantu meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 2476–2482. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3800>
- Annisa, A. Savira, Khairani, K., & Nurhasanah, N. (2024). Asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi. *Indonesian Journal of Health Science*, 4(6), 640–646. <https://doi.org/10.54957/ijhs.v4i6.1083>
- Ariana, T. R., Wibisono, G., & Praptiningsih, R. S. (2015). Pengaruh Perasan Buah Lemon Terhadap Peningkatan Warna Gigi. *Media Dental Intelektual*, 2(1), 74–78.
- Arianti, M. (2023). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Dan Autogenik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Hipertensi Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Masbagik Baru. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar*, 130.
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Choerunnisa Nurzanah, S., Alam, S., & Iman Hermanto, T. (2022). Analisis Association Rule Untuk Identifikasi Pola Gejala Penyakit Hipertensi Menggunakan Algoritma Apriori (Studi Kasus: Klinik Rafina Medical Center). *JIKO (Jurnal Informatika Dan Komputer)*, 5(2), 132–141. <https://doi.org/10.33387/jiko.v5i2.4792>
- Cholifah, N., & Hartinah, D. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Purwosari Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 404. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i2.1150>
- Duarsa, D. dr. H. A. B. S. M. K., I Putu Dedy Arjita, S.Pd., M. K., dr. Fauzy Ma'ruf, Sp.Rad., M. K., Aena Mardiah, S.KM., M.P.H. dr. Fachrudi Hanafi, M.Epid. Jian Budiarto, ST., M. E., & dr. Sukandriani Utami, S. K. (2021). *Buku Ajar Universitas Islam Al-Azhar*.
- Danang G. W., (2019). Efektipitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kersikan Kecamatan Geneng Kabupaten Ngawi
- Hardaningtyas, R. T., Rohmaniya, A. N., Putra, D. I. M., Fauziah, E. N., Khasanah, F. D. N., & Sofyan, R.

- F. (2021). Pengadaan Sari Lemon untuk Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 2(4), 294. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v2i4.13383>
- Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga Dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), 75. <https://doi.org/10.32807/jpms.v1i2.478>
- Harnis, Z. E., Saberlan, J. S., & Farcrunisa, D. F. (2024). Sosialisasi Dan Edukasi Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Minuman Kekinian Pengganti Minuman Kemasan Di Sma N 1 Percut Sei Tuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau*, 4(1), 22–26. <https://doi.org/10.36656/jpmph.v4i1.1635>
- Harto, T., & Amir, T. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Edukasi Kesehatan: Manfaat Jus Buah Mentimun. *Jurnal Lentera Perawat*, 3(2), 83–91.
- Hutasoit, H. R., & Waliyo, E. (2018). Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Ra At Jalan. *Pontianak Nutrition Journal*, 01(02).
- Imron, I. (2019). Analisa Pengaruh Kualitas Produk Terhadap Kepuasan Konsumen Menggunakan Metode Kuantitatif Pada CV. Meubele Berkah Tangerang. *Indonesian Journal on Software Engineering (IJSE)*, 5(1), 19–28. <https://doi.org/10.31294/ijse.v5i1.5861>
- Insani, A., Fatimah, S., & Wardani, W. (2022). Senam dan Penyuluhan Kesehatan: Kegiatan Pencegahan Hipertensi Pada Masyarakat Kecamatan Meranti. *Shihatuna : Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 57–62. <https://doi.org/10.30829/shihatuna.v2i2.12791>
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9.
- Latifah Nurchoiri, I. N. (2024). EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA (Cocos Nucifera) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA. *Journal of Language and Health*, 5(2), 561–570.
- Lenaini, I. (2021). Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling. *HISTORIS: Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 6(1), 33–39. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/historis>
- Lindawati, N. Y., & Nofitasari, J. (2021). Efektivitas Sari Buah Lemon (Citrus limon (L.) Burm. f. sebagai Kelating Agent Logam Berat Tembaga. *Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 8(1), 68. <https://doi.org/10.20473/jfiki.v8i12021.68-73>
- Mertens, D. M. (2019). Research and Evaluation in Education and

Psychology: Integrating Diversity With Quantitative, Qualitative, and Mixed Methods (5th ed.). SAGE Publications.

Nilda, janna miftahul. (2021). Variabel dan skala pengukuran statistik. *Jurnal Pengukuran Statistik*, 1(1), 1–8.

Nur Uyuun I. Biahimo, Sri Susanti Abdullah, & Fitricah Tahir. (2022). Kontribusi Masase Kaki Terhadap Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), 121–129.
<https://doi.org/10.55606/jikki.v2i1.999>

Priyambodo, R. A., & Zainal, N. H. (2019). Terhadap Streptococcus Mutans Dominan Karies Gigi. *Jurnal*, 18(2), 58–64.

Puspasari, H., Puspita, W., Farmasi Yarsi Pontianak, A., & Barat, K. (2022). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa terhadap Pemilihan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi Covid-19 Validity Test and Reliability Instrument Research Level Knowledge and Attitude of Students Towards Elections Health Supplements in Facing Covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 65–71.
<http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>

Putra, S., & Susilawati. (2022). Pengaruh Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Indonesia (A: Systematic Review). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6,

15794–15798.

Putri, I. A., & Kurniawati, Y. (2021). Perbandingan efektivitas jus lemon dan air kelapa muda terhadap tekanan darah penderita hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Prima*, 3(2), 81–89.

Pratiwi, A. S., Dewi, R. T., & Lestari, M. (2022). Potensi air kelapa muda dalam terapi hipertensi: Studi literatur. *Jurnal Farmasi Komplementer*, 5(1), 23–29.

Rida, R. A. (2021). Literature Review Pengaruh Rebusan Rosella Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. 1–48.

Rahayu, S. P., Astuti, T., & Anjani, L. (2021). Pengaruh konsumsi air kelapa muda terhadap tekanan darah penderita hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 9(3), 109–117.

Ramadhan, D., Salsabila, N., & Azzahra, M. (2023). Efek flavonoid dan vitamin C dalam lemon terhadap tekanan darah: Studi klinis. *Jurnal Nutrisi dan Terapi Alami*, 8(2), 60–68.

S.P. Rahayu, V. M. E., Mertha, I. M., Ari Rasdini, I. G. A., & Putra Yasa, I. D. P. G. (2021). Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Gema Keperawatan*, 14(2), 126–133.
<https://doi.org/10.33992/jgk.v14i2.1808>

Putra, D. Y., & Susilawati, S. (2022). Hipertensi sebagai silent killer: Upaya promotif dan preventif. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 11(1), 50–58.

- Sambine, G., Achirman, A., & Maryati, M. (2024). Pengaruh Kombinasi Jus Buah Belimbing (*Averrhoa Carambola*), Lemon (*Citrus Limon*) Dan Wortel (*Daucus Carota*) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 3(2), 47–54. <https://doi.org/10.56127/jukeke.v3i2.1604>
- Sani, F. N., Mursudarinah, Ulkhasanah, M. E., Afni, A. C. N., Agustiningrum, D., & Aditiya, N. S. (2020). Kombinasi senam lansia dan aromaterapi lemon berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi. *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKESNas)*, 322–328.
- Sari, R., & Purwono, J. (2022). Pengaruh Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(1), 47–54.
- Sartik, S., Tjekyan, R. S., & Zulkarnain, M. (2017). Risk Factors and the Incidence of Hypertension in Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180–191. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.3.180-191>
- S
HELEMO, A. A. (2023). No Title يليب. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Simatupang (2020). (2021). Jixiang 1 , Xiao Longzu 2 , Wang Bao 3* 1. *International Journal of Intellectual Discourse (IJID)*, 39(8), 102–111.
- Subkhi Mahmasani. (2020). View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk. 274–282.
- Sukma Senjaya, Aat Sriati, Indra Maulana, & Kurniawan, K. (2022). Dukungan Keluarga Pada Odha Yang Sudah Open Status Di Kabupaten Garut. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(3), 1003–1010. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i3.4037>
- Susilawati, S., & Kasron, K. (2019). Jus Lemon untuk menurunkan Hipertensi pada Warga di Desa Menganti Kabupaten Cilacap. *Journal of Community Engagement in Health*, 2(2), 9–13. <https://doi.org/10.30994/jceh.v2i2.20>
- Sutria, E., & Insani, A. (2016). Pengaruh Komsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi. *Journal of Islamic Nursing*, 1(1), 33–41.
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119. <https://doi.org/10.30633/jas.v3i1.1069>
- Veneranda, S., & Kenjaplun, T. Y. (2021). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Woloan Satu.
- Violeta, D., & Ratnayani. (2023). Efek Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Tingkat Status Hidrasi Pada Atlet Bola Basket Di Klub Lascar Kota Tasikmalaya. *Media Informasi*, 19(1), 29–37. <https://doi.org/10.37160/bmi.v19i1>

Waluyo, S. J., & Solikah, S. N. (2023). Edukasi Kesehatan mengenai Penyakit Asam Lambung (Gerd) pada Remaja di Kel. Sangkrah, Kota Surakarta. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(1), 203–211. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i1.8100>

Wijayanti, L., Hidayat, A., & Fauzan, R. (2020). Efektivitas air kelapa muda terhadap tekanan darah lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 10(3), 90–97.

Yogiswara, I. G. A. I., Saputra, H., & Ekawati, N. P. (2021). Karakteristik pasien kanker kulit non-melanoma di RSUP Sanglah pada periode tahun 2014 - 2018. *Intisari Sains Medis*, 12(2), 691–694. <https://doi.org/10.15562/ism.v12i2.1080>

Yuliawan, K. (2021). Pelatihan SmartPLS 3.0 Untuk Pengujian Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 43–50.

ORIGINALITY REPORT

18%	18%	17%	5%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	jurnal.untan.ac.id Internet Source	1%
2	journal.um-surabaya.ac.id Internet Source	1%
3	jurnal.umpar.ac.id Internet Source	1%
4	id.123dok.com Internet Source	1%
5	jurnal.globalhealthsciencegroup.com Internet Source	1%
6	Susmadi Susmadi, Anna Sunita, Eti Sutiarti, Iskari Ngadiarti. "EFEKTIVITAS KONSUMSI BAWANG PUTIH PANGGANG, RELAKSASI NAPAS DALAM, DAN RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI", JURNAL RISET KESEHATAN POLTEKKES DEPKES BANDUNG, 2023 Publication	1%
7	jurnal.umj.ac.id Internet Source	1%
8	Rahmaniat Putriani Gea, Amir Luthfi, Apriza Apriza. "EFEKTIVITAS TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE MERAH HANGAT DENGAN AIR JAHE GAJAH HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA	1%

-
- 9 Submitted to Badan PPSDM Kesehatan
Kementerian Kesehatan < 1 %
Student Paper
-
- 10 core.ac.uk < 1 %
Internet Source
-
- 11 repository.unair.ac.id < 1 %
Internet Source
-
- 12 123dok.com < 1 %
Internet Source
-
- 13 Gracetika Sambine, Achirman Achirman,
Maryati Maryati. "PENGARUH KOMBINASI JUS
BUAH BELIMBING (AVERRHOA CARAMBOLA),
LEMON (CITRUS LIMON) DAN WORTEL
(DAUCUS CAROTA) TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI", Jurnal
Kesehatan dan Kedokteran, 2024 < 1 %
Publication
-
- 14 eprints.umm.ac.id < 1 %
Internet Source
-
- 15 jurnal.upertis.ac.id < 1 %
Internet Source
-
- 16 Septiyana Indri Wulandari, Musta'in Musta'in,
Ady Irawan AM. "Pengaruh slow deep
breathing dan progressive muscle relaxation
terhadap tekanan darah usia dewasa dengan
hipertensi di Desa Jati", Journal of Nursing
Practice and Education, 2023 < 1 %
Publication
-
- 17 repository.poltekkes-denpasar.ac.id < 1 %
Internet Source
-

18 Muhammad Erwin Rachman. "Pengaruh Lantunan Ayat Suci Al-Qur'an terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Di Panti Jompo Tresna Werdha Gau Mabaji.", UMI Medical Journal, 2019
Publication

< 1 %

19 digilib.uinsa.ac.id
Internet Source

< 1 %

20 jurnal.stikmakassar.ac.id
Internet Source

< 1 %

21 repository.usahidsolo.ac.id
Internet Source

< 1 %

22 Andalia Roza, Nalaratih Nalaratih, Yulia Febrianita. "EFFECTIVENESS OF COCONUT WATER AGAINST BLOOD PRESSURE REDUCTION FOR HYPERTENSION PATIENTS", Collaborative Medical Journal (CMJ), 2020
Publication

< 1 %

23 Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur II
Student Paper

< 1 %

24 eprints.undip.ac.id
Internet Source

< 1 %

25 journal2.uad.ac.id
Internet Source

< 1 %

26 www.neliti.com
Internet Source

< 1 %

27 Rizki Amalia Novita, Mira Mutiyani, Yenny Moviana, Nitta Isdiani, Assyfa Qoltsum Nurrofawansri. Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung, 2019
Publication

< 1 %

28 Titha Endriyana, Anisa Aulia Salsabila, Risa Putri Amalia, Vika Yulianita et al. "Optimalisasi Pengelolaan Hipertensi Berbasis Komunitas melalui Pendekatan Keluarga untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat", Jurnal Pengabdian Masyarakat (ABDIRA), 2025
Publication

< 1 %

29 digilib.unila.ac.id

Internet Source

< 1 %

30 ejournalmalahayati.ac.id

Internet Source

< 1 %

31 eprints.umg.ac.id

Internet Source

< 1 %

32 etheses.uinmataram.ac.id

Internet Source

< 1 %

33 garuda.kemdikbud.go.id

Internet Source

< 1 %

34 qdoc.tips

Internet Source

< 1 %

35 Assyfa Qoltsum Nurrofawansri, Judiono Judiono, Holil M Par'i, Rizki Amalia Novita. Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung, 2019
Publication

< 1 %

36 Meilitha Carolina, Wenna Araya, Putria Carolina, Dhea Permatasari Iskandar. "EFEKTIFITAS PEMBERIAN SEDUHAN DAUN SINGKAI (PERONEMA CANESCENS JACK) TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH UPT PUSKESMAS PAHANDUT PALANGKA RAYA", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2022
Publication

< 1 %

37	Starry H. Rampengan. "DISFUNGSI MIOKARD PADA SEPSIS DAN SYOK SEPTIK", JURNAL BIOMEDIK (JBM), 2015 Publication	< 1 %
38	batam.tribunnews.com Internet Source	< 1 %
39	jim.unsyiah.ac.id Internet Source	< 1 %
40	jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id Internet Source	< 1 %
41	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source	< 1 %
42	repository.ub.ac.id Internet Source	< 1 %
43	www.cnnindonesia.com Internet Source	< 1 %
44	www.slideshare.net Internet Source	< 1 %
45	Apriska Bassay, Alwin Monoarfa, Victor Pontoh. "Hubungan Antara Skor IPSS Dengan Kualitas Hidup Penderita LUTS di Beberapa Puskesmas Kota Manado", e-CliniC, 2016 Publication	< 1 %
46	Priska Natasya, Suparman Suparman, Mira Mutiyani, Dadang Rosmana, Bintang Siti Fadilah. Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung, 2019 Publication	< 1 %
47	docobook.com Internet Source	< 1 %
48	ejournal.sumbarprov.go.id Internet Source	< 1 %

49

ejournal.unaja.ac.id

Internet Source

< 1 %

50

jkmc.or.id

Internet Source

< 1 %

51

journal.universitaspahlawan.ac.id

Internet Source

< 1 %

52

lib.ui.ac.id

Internet Source

< 1 %

53

perawatraveler.blogspot.com

Internet Source

< 1 %

54

repositori.usu.ac.id

Internet Source

< 1 %

55

Desi Pratiwi, Rakhmat Susilo. "PERBEDAAN PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN SENAM JANTUNG SEHAT TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI DESA SUMBANG", Human Care Journal, 2020

Publication

< 1 %

56

Finda Khoirun Nisa, Farida Wahyu Ningtyias, Sulistiyani Sulistiyani. "Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah (*Hylocereus Polyrhizus*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah", Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan, 2019

Publication

< 1 %

57

Herliawati Herliawati, Della Puspita, Eka Yulia Fitri Y. "PERBEDAAN EFEKTIVITAS TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE DAN SLOW DEEP BREATHING RELAXATION TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA SUKAMENANG", Jurnal Keperawatan Sriwijaya, 2025

< 1 %

58 Moch. Didik Nugraha, Mala Komalasari, Rastipiati Salahudin. "Pengaruh Konsumsi Air Kelapa Muda Hijau (Cocos Viridis) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi", Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal, 2024
Publication < 1 %

59 Sartini Bangun, Elny Lorensi Silalahi. "Pengaruh terapi rendam kaki air hangat dan air hangat jahe terhadap penurunan tekanan darah", Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah, 2022
Publication < 1 %

60 Siti Fadlilah, Tia Amestiasih, Bella Pebrianda, Fransiska Lanni. "Terapi Komplementer Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Aromaterapi Lemon dalam Menurunkan Tekanan Darah", Faletahan Health Journal, 2021
Publication < 1 %

61 www.survive-giezag.org
Internet Source < 1 %

62 digilib.unisayogya.ac.id
Internet Source < 1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

rrr-1754396808523

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PERPUSTAKAAN
STIKES HAMZAR LOMBOK TIMUR