

**PENGARUH JUS APEL HIJAU (*MALUS SYLVETRIS*) TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA  
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA  
MARGABAKTI TAHUN 2025**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan Pada Studi S1 Keperawatan  
Universitas Bhakti Husada Indonesia

**Oleh :  
AMELIA PUTRI  
CKR0210048**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA  
TAHUN 2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH JUS APEL HIJAU (*MALUS SYLVETRIS*) TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA  
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA  
MARGABAKTI TAHUN 2025**

Diajukan Oleh :

Amelia Putri  
CKR0210048

Kuningan, Juni 2025

Telah Disetujui Oleh,

**Pembimbing I**



**Ns. H. Asmadi, M.Kep.,Sp.Kep.Kom**  
NIDN. 0014087501

**Pembimbing II**



**Ns. Khusnul Aini, M.Kep., Sp.Kep.J**  
NIDN. 0405038002

## LEMBAR PENGESAHAN

### **PENGARUH JUS APEL HIJAU (*MALUS SYLVETRIS*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA MARGABAKTI TAHUN 2025**

Skripsi ini telah diujikan oleh Tim Penguji  
Program S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Bhakti Husada Indonesia  
Pada Juni Tahun 2025

**Penguji I**



**Cecep Heriana, SKM., MPH, Ph.D**  
NUPTK. 1062763664130230

**Penguji II**



**Ns. H. Asmadi, M.Kep., Sp.Kep.Kom**  
NIDN.0014087501

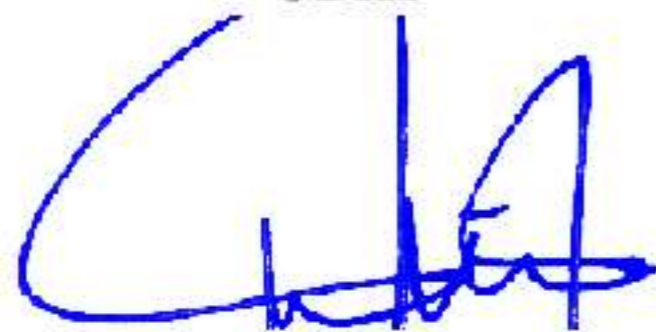
**Penguji III**



**Ns. Khusnul Aini, M.Kep. Sp.Kep.J**  
NIDN.0405038002

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
UBHI**



**Ns. Heri Hermansyah, S.Kep, M.Kep**  
NIK. 831102.200904.024

**Ketua Program Studi S1 Keperawatan**



**Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep**  
NIK. 811007.201010.040

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Amelia Putri  
NIM : CKR0210048  
Judul Skripsi : Pengaruh jus apel hijau (*malus sylvestris*) terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi di Desa Margabakti Tahun 2025.

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi ini saya buat dengan sejujur-jujurnya dan merupakan hasil karya sendiri atau tidak menjiplak hasil karya orang lain. Jika terjadi kesalahan saya bersedia bertanggungjawab sekaligus menerima sanksi sesuai kebijakan kampus.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Kuningan, Juni 2025



Amelia Putri

## LEMBAR PERSEMBAHAN



Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kerendahan hati dan kesabaran yang luar biasa.

Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai bantuan pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Teristimewa kedua orang tua saya Bapak Waridin dan Ibu Darsinah dan gelar sarjana ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya tercinta, yang selalu memberikan dukungan penulis berupa moral maupun material yang tak terhingga serta doa yang tidak ada putusnya yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sarjana hingga selesai, semoga rahmat Allah SWT selalu mengiringi kehidupanmu yang barokah, senantiasa diberi kesehatan dan panjang umur.
2. Kakak – kakaku tercinta Rudi, Atika, Nurohim, Jerajat, yang telah memberikan penulis dukungan dan pengingat bagi penulis agar menyelesaikan studi tepat waktu. Serta keponakan saya Nazwa Kharisma Putri yang telah menghibur penulis disaat penyelesaian skripsi dengan kerandoman tingkahnya.

3. Sahabat saya Ufi Al Fadli terima kasih sudah menjadi teman yang baik yang selalu memberikan motivasi, arahan dan semangat disaat penulis tidak percaya akan dirinya sendiri dan sempat hilang arah sehingga saat ini penulis dapat menyelesaikan skripsi ini secara tepat waktu. Semoga Allah membalas segala kebaikan kamu.
4. Teman seperjuanganku, Vita Febrina Lubis, Siti Noorqoiriah, Nida Badriah terimakasih selalu mengulurkan tangan disaat penulis kesulitan dalam mengerjakan skripsi ini. Semoga Allah SWT selalu melindungi dimanapun kalian berada.
5. Kepada diri saya sendiri Amelia Putri yang telah bertahan hingga saat ini disaat penulis tidak percaya terhadap dirinya sendiri, Namun penulis tetap mengingat bahwa setiap langkah kecil yang telah di ambil adalah bagian dari perjalanan, meskipun terasa sulit atau lambat. Terimakasih diriku semoga tetap rendah hati, ini baru awal dari permulaan hidup tetap semangat kamu pasti bisa.
6. Terakhir kepada seseorang yang pernah bersama penulis dan tidak bisa penulis sebut namanya. Terimakasih untuk patah hati yang diberikan saat proses penyusunan skripsi ini. Ternyata perginya anda dari kehidupan penulis berikan cukup motivasi untuk terus maju dan berproses menjadi pribadi yang lebih baik. Terimakasih telah menjadi bagian menyenangkan dan menyakitkan dari proses pendewasaan penulis. Sampai berjumpa di versi terbaik menurut takdir. Karena penulis yakin bahwa sesuatu yang ditakdirkan menjadi milik kita akan menuju kita bagaimanapun caranya.

## MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya Dia mendapat (pahala) dari (kebijakan) yang dikerjakannya dan mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya”

(Q.S Al-Baqarah:286)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.

Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah:5-6)

“Hatiku tenang mengetahui apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu”

(Umar Bin Khattab)

*“god have perfect timing never early, never late. It takes a little patience and it takes a lot of faith, but it s worth the wait”*

“Orang lain gak akan paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories* nya aja. Jadi berjuanglah untuk diri sendiri meskipun gak akan ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga denga apa yang kita perjuangkan hari ini”

Jadi tetap berjuang ya.”

**UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SKRIPSI, JUNI 2025**

**Amelia Putri  
NIM : CKR0210048**

**Xv + 110 halaman + 7 tabel+ 3 bagan + 26 lampiran**

**Pengaruh Jus Apel Hijau (*Malus Sylvetris*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Di Desa Margabakti Tahun 2025**

**Abstrak**

**Latar belakang :** Hipertensi adalah penyakit tidak menular paling umum yang didiagnosa di rumah sakit dengan 185.857 kasus. Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada orang berusia lebih dari 18 tahun sebesar 34,11%. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 orang terdapat 6 responden tidak rutin minum obat dan tidak pernah mengonsumsi sayur – sayuran dan buah – buahan maupun jus sebagai bahan alami untuk pengganti obat hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh jus buah apel hijau terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi di Desa Margabakti Tahun 2025.

**Metode :** Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *one group pretest-postest*. Populasi penelitian seluruh penderita hipertensi di Desa Margabakti. Sampel penelitian menggunakan metode *purposive sampling* sebanyak 18 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu lembar observasi. Analisis univariat dan bivariat data yang digunakan yaitu uji *mcnemar*.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 18 responden sebelum intervensi hampir seluruhnya memiliki hipertensi tingkat 1 sebanyak 16 (88,9%) responden dan setelah intervensi dari 18 responden sebagian besar memiliki tingkat hipertensi pra hipertensi sebanyak 12 (66,7%) responden. Berdasarkan analisis uji bivariat didapatkan *p value* sebesar 0,002.

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh pemberian jus apel hijau terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Margabakti Tahun 2025. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh tenaga kesehatan untuk menyusun materi edukasi tentang pengelolaan hipertensi melalui konsumsi jus apel hijau, serta mengintegrasikannya dalam kegiatan posyandu atau penyuluhan kesehatan di masyarakat

**Kata kunci : Hipertensi, Jus apel, Tekanan darah**

**Kepustakaan : 25 jurnal (2019-2024), 10 buku (2019-2023)**

**UNIVERSITY OF BHAKTI HUSADA INDONESIA  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
BACHELOR OF NURSING STUDY PROGRAM  
UNDERGRADUATE THESIS, JUNI 2025**

**Amelia Putri  
CKR0210048**

***Xv + 110 pages + 7 tables + 3 chart + 26 appendices***

***The Effect of Green Apple Juice (*Malus Sylvestris*) on Reducing High Blood Pressure in Hypertensive Patients in Margabakti Village in 2025***

**Abstract**

**Background:** Hypertension is the most commonly diagnosed non-communicable disease in hospitals, with 185,857 reported cases. In Indonesia, the prevalence of hypertension among individuals over 18 years old is 34.11%. A preliminary study conducted on 10 individuals showed that 6 respondents did not regularly take medication and had never consumed vegetables, fruits, or juices as a natural alternative to hypertension medication. The purpose of this study is to analyze the effect of green apple juice on reducing high blood pressure in patients with hypertension in Margabakti Village in 2025.

**Method:** This study employed a quantitative approach with a one-group pretest-posttest design. The population consisted of all individuals with hypertension in Margabakti Village. The sample was selected using purposive sampling, involving 18 respondents. The instrument used in this study was an observation sheet. The univariate and bivariate data analysis used is the McNemar test.

**Results:** The measurement results from 18 respondents before the intervention showed that almost all had stage 1 hypertension, with 16 (88,9%) respondents, and after the intervention, most of the 18 respondents had pre-hypertension levels with 12 (66,7%) respondents. The bivariate test *p*-value was 0.002.

**Conclusion:** The provision of green apple juice had a significant effect on reducing blood pressure among hypertensive patients in Margabakti Village in 2025. The results of this study can be utilized by healthcare workers to develop educational materials on hypertension management through the consumption of green apple.

**Keywords:** Hypertension, Apple juice, Blood pressure

**References:** 25 journals (2019–2024), 10 books (2019–2023)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi dengan judul “Pengaruh Jus Apel Hijau (*Malus sylvestris*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Di Desa Margabakti Tahun 2025”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Bhakti Husada Indonesia. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari banyak mengalami kesulitan dan hambatan. Namun dengan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Maka dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang tidak terhingga kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO, selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan sekaligus pembimbing I yang telah berkenan meluangkan waktu, memberi arahan dan bimbingan penulis dengan sabar dan ikhlas dalam menyusun proposal penelitian ini.
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., MH, selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
5. Ns.H. Asmadi, M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, memberikan motivasi, arahan dan bimbingan serta masukan yang berguna bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.

6. Ns. Khusnul Aini, M.Kep.,Sp.Kep.J selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, memberikan motivasi, arahan dan bimbingan serta masukan yang berguna bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
7. Cecep Heriana, SKM.,MPH.,P.hD selaku Dosen Penguji Seminar Skripsi.
8. Seluruh staf dosen Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah memberikan berbagai ilmu yang akan menjadi bekal untuk masa depan penulis.
9. Salam penuh hormat dan terimakasih kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Waridin dan Ibu Darsinah, serta kaka dan adik tercinta, keluarga besar yang senantiasa mencurahkan kasih sayang dan do'a serta dukungannya selama mengikuti pendidikan dan penyusunan skripsi ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi S1 keperawatan Angkatan 2021 Universitas Bhakti Husada Indonesia, yang selalu menjadi pendorong bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kesalahan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi penulis dan para pembaca pada umumnya. Amiin.

Kuningan, Juni 2025

Amelia Putri

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>Abstrak.....</b>	<b>vii</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Manfaat Peneliti.....	8
1.5 Keaslian Penelitian .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>15</b>
2.1 Konsep Tekanan Darah.....	15
2.2 Konsep Hipertensi .....	18
2.3 Apel Hijau .....	33
2.4 Kerangka Teori .....	37
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPRASIONAL, DAN HIPOTESIS .....</b>	<b>38</b>
3.1 Kerangka Konsep .....	38
3.2 Definisi Operasional.....	39
3.3 Hipotesis.....	41

<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>42</b>
4.1 Jenis dan Desain Penelitian .....	42
4.2 Variabel Penelitian.....	43
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	44
4.4 Instrumen Penelitian.....	46
4.5 Teknik Pengumpulan Data .....	47
4.6 Pengolahan dan Analisis Data .....	50
4.7 Etika Penelitian.....	54
4.8 Waktu dan Lokasi Penelitian .....	55
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>56</b>
5.1 Hasil Penelitian.....	56
5.2 Pembahasan .....	58
5.3 Keterbatasan Penelitian .....	67
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>68</b>
6.1 Simpulan.....	68
6.2 Saran .....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian Penelitian.....	10
Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi Menurut <i>Joint National Commite 7</i> .....	21
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	40
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tekanan Darah Sebelum Pemberian Jus Apel Hijau Pada Penderita Hipertensi di Desa Margabakti Tahun 2025.....	56
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tekanan Darah Sesudah Pemberian Jus Apel Hijau Pada Penderita Hipertensi di Desa Margabakti Tahun 2025.....	57
Tabel 5.3	Pengaruh Pemberian Jus Apel Hijau Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Margabakti Tahun 2025 .....	58

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori.....	37
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian.....	38
Bagan 4. 1 Rancangan Penelitian.....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian .....	75
Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan Ke Dinas Kesehatan.....	76
Lampiran 3 Surat Jawaban Dinas Kesehatan.....	77
Lampiran 4 Surat Izin Studi Pendahuluan Ke Puskesmas Kadugede .....	79
Lampiran 5 Surat Izin Studi Pendahuluan Ke Desa Margabakti .....	80
Lampiran 6 Surat Jawaban Dari Desa Margabakti .....	81
Lampiran 7 Data Hiperetensi Kabupaten Kuningan .....	82
Lampiran 8 SOP Pemberian Jus Apel Hijau .....	83
Lampiran 9 SOP Pengukuran Tekanan Darah.....	85
Lampiran 10 Surat Etik Penelitian .....	87
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian Ke Kesbangpol.....	88
Lampiran 12 Surat Jawaban Dari Kesbangpol.....	89
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian Ke Dinas Kesehatan.....	90
Lampiran 14 Surat Jawaban Dari Dinas Kesehatan.....	91
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian Ke UPTD Puskesmas Kadugede.....	92
Lampiran 16 Surat Izin Penelitian Ke Desa Margabakti .....	93
Lampiran 17 Surat Jawaban Dari Desa Margabakti .....	94
Lampiran 18 Surat Permohonan Menjadi Responden .....	95
Lampiran 19 Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian.....	96
Lampiran 20 Lembar Observasi Pemberian Jus Apel Hijau .....	98
Lampiran 21 Kartu Bimbingan Skripsi.....	101
Lampiran 22 Lembar Kegiatan Bimbingan Skripsi .....	103
Lampiran 23 Output SPSS .....	105
Lampiran 24 Hasil Diagram Nilai Rta-Rata Pretest dan Posttest .....	107
Lampiran 25 Dokumentasi.....	108
Lampiran 26 Biodata.....	110