**EFEKTIVITAS JUS BUAH CIPLUKAN *(PHYSALIS)* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI DI DESA BALUN, BANJARNEGARA**

*The Effectiveness Of Ciplukan Fruit Juice (Physalis) On Reducing High*

*Blood Pressure In Balun Village, Banjarnegara*

**Uun Dwi Hidayati1, Widyoningsih2, Agus Prasetyo3**

*123Al Irsyad University, Cilacap*

JL. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

# **ABSTRAK**

Hipertensi merupakan keadaan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Ciplukan *(Physalis)* mengandung *flavonoid* yang mempunyai efek untuk menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus buah ciplukan terhadap tekanan darah tinggj di Desa Balun, Banjarnegara. Desain penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan rancangan *control time series design.* Jumlah sampel 30 responden dan terknik pengambilan sampel *purposive sampling.* Responden diberikan jus buah ciplukan selama 7 hari pada pagi dan sore.Data dianalisis menggunakan uji statistik *independen t-test* dan *paired t-test.* Hasil uji statistik didapatkan hasil perbandingan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol p *Value ≤* 0.037 berarti ada pengaruh yang signifikan pada pemberian jus buah ciplukan *(Physalis)* tehadap tekanan darah pada responden yang mengalami hipertensi di Desa Balun, Banjarnegara.

**Kata Kunci : Hipertensi, Buah Ciplukan *(Physalis)***

***ABSTRACT***

*Hypertension is a condition where systolic blood pressure is more than 140 mmHg and diastolic pressure is more than 90 mmHg. Goldenberry (Physalis) contains flavonoids which have the effect of lowering blood pressure. This study aims to determine the effect of giving ciplukan fruit juice to high blood pressure in Balun Village, Banjarnegara. The design of this study is a quasi-experimental design with a control time series design. The number of samples is 30 respondents and the sampling purposive sampling. Respondents were given ciplukan fruit juice for 7 days in the morning and afternoon. The data were analyzed using independent statistical tests t-test and paired t-test. The results of statistical tests obtained comparison results in the intervention group and control group p Value 0.037 means that there is a significant effect on giving ciplukan fruit juice (Physalis) to blood pressure in respondents who have hypertension in Balun Village, Banjarnegara.*

*Keywords: Hypertension. Goldenberry (Physalis)*