



**UNIVERSITAS
WIDYA HUSADA
SEMARANG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN JUS MENTIMUN
UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI DESA KEBONHARJO KEC. PATEBON KAB. KENDAL**

**Rhamdani Faizul Ikhrom
2408029**

**PROGAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI
FAKULTAS KEPERAWATAN BISNIS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025**



**UNIVERSITAS
WIDYA HUSADA
SEMARANG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN JUS MENTIMUN UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI DESA KEBONHARJO KEC. PATEBON KAB. KENDAL**

Karya Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Program
Pendidikan Profesi Ners

**Rhamdani Faizul Ikhrom
2408029**

**PROGAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI
FAKULTAS KEPERAWATAN BISNIS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir Ners oleh Rhamdani Faizul Ikhrom (2408029) dengan judul

**PENERAPAN JUS MENTIMUN UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI DESA KEBONHARJO KEC. PATEBON KAB. KENDAL**

telah diperiksa dan disetujui untuk diseminarkan

Semarang, 15 Oktober 2025

Pembimbing



(Ns. Rahayu Winarti, S.Kep., M. Kep)

NUPTK: 3733755656230152

HALAMAN PENGESAHAN KIAN

Judul KIAN : Penerapan Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah
Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kebonharjo Kec. Patebon
Kab. Kendal
Nama mahasiswa : Rhamdani Faizul Ikhrom
NIM : 2408029

Telah dipertahankan di depan Penguji pada:
Senin, 20 Oktober 2025

Menyetujui,

Penguji : Ns. Chandra Hadi Prasetya, M.Kes ()
Anggota Penguji : Ns. Rahayu Winarti, S.Kep., M.Kep ()

Mengetahui

Universitas Widya Husada Semarang

Rektor


Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA.
NUPTK: 7836735636130062

Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ketua


Heny Prasetyorini, S.Kep., Ns., M.Kep.
NUPTK: 1359762663230203

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan Hidayah-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “**PENERAPAN JUS MENTIMUNUNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KEBONHARJO KEC. PATEBON KAB. KENDAL**”. Ini dapat terselesaikan dengan baik. Penyusunan KIAN ini tidak lepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Chandrasoekardi, DEA Selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang
2. Ns. Heny Prasetyorini, S.Kep., M.Kep selaku Kaprodi Profesi Ners Universitas Widya Husada Semarang.
3. Ns. Rahayu Winarti, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing yang telah membimbing dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
4. Seluruh dosen Program Studi Profesi Ners Universitas Widya Husada yang selalu memberi dukungan dan motivasi kepada penulis.
5. Suami dan Keluarga yang selalu memberikan dukungan serta motivasi kepada penulis
6. Teman-teman yang telah memberikan motivasi dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis membutuhkan saran dan kritik untuk perbaikan KIAN

Semarang, 1 Oktober 2025

Penulis,

(Rhamdani Faizul Ikhrom)

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	3
HALAMAN PENGESAHAN KIAN	4
KATA PENGANTAR	5
DAFTAR ISI.....	6
ABSTRAK.....	8
ABSTRACT.....	9
BAB I : PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Karya Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Karya Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
BAB II : TINJAUAN TEORITIS	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Pengertian Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Etiologi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Klasifikasi Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Patofisiologi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Tanda dan Gejala Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.6 Pemeriksaan Penunjang	Error! Bookmark not defined.
2.1.7 Komplikasi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.8 Penatalaksanaan Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.9 Perawatan Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep Mentimun	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi Mentimun.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Kandungan Mentimun	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Manfaat Mentimun	Error! Bookmark not defined.

2.2.4 Cara pemanfaatan dan pembuatan Jus Mentimun untuk mengatasi penyakit Tekanan darah. **Error! Bookmark not defined.**

BAB III : METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Jenis /Desain/ Rancangan KaryaIlmiah.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Subyek Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
3.3 Fokus studi	Error! Bookmark not defined.
3.4 Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Instrumen Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
3.6 Metode Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.7 Lokasi & Waktu Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
3.9 Etika Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

ABSTRAK

PENERAPAN JUS MENTIMUN UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KEBONHARJO KEC.PATEBON KAB. KENDAL

Rhamdani Faizul Ikhrom, Rahayu Winarti

Progam studi Profesi Ners . Universitas Widya Husada Semarang

Email : rhamdanifaizulik@gmail.com

Hipertensi menjadi masalah global yang prevalensinya terus meningkat hingga mencapai tingkat mengkhawatirkan. Penyakit ini sering disebut sebagai the silent killer karena penderitanya tidak mengalami keluhan atau gejala, sehingga penderitanya tidak mengetahui bahwa dirinya terkena hipertensi, dan banyak orang baru mengetahuinya setelah terjadinya komplikasi. Hipertensi menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia setiap tahunnya terutama pada kelompok usia lanjut. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk tekanan darah pada pasien hipertensi adalah Penerapan Pemberian Jus Mentimun. Tujuan penerapan ini adalah membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi melalui pemberian Jus Mentimun di Desa Kebonharjo, Kec.Patebon, kab.Kendal yang dilakukan setiap pagi hari sebelum makan selama 3 hari berturut-turut, yang mana pada sebelum pemberian jus dan sesudah pemberian jus peneliti mengecek Tekanan darah responden terlebih dahulu. Rancangan karya tulis ilmiah ini menggunakan Desain penelitian Pra-Eksperimental, rancangan pra-pasca tes dalam satu kelompok one-group pra-post test design. Subjek yang digunakan ada 4 responden yang sudah menandatangani Inform consent. Analisa data dilakukan dengan analisis deskriptif. Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan Jus Mentimun pada penderita Hipertensi tekanan darah keempat responden mengalami penurunan. Cara mengkonsumsi jus mentimun ini dengan cara di blender dan diminum pagi sebelum makan selama 3 hari berturut-turut. Bagi pasien Hipertensi, diharapkan bisa menerapkan Jus Mentimun ini setiap pagi hari sebelum makan secara mandiri, karena hasil penelitian ini didapatkan adanya pengaruh pemberian Jus Mentimun untuk menurunkan Hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Jus Mentimun, Tekanan darah

ABSTRACT

APPLICATION OF CUCUMBER JUICE TO LOWER BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS IN KEBONHARJO VILLAGE, PATEBON SUBDISTRICT, KENDAL DISTRICT

Rhamdani Faizul Ikhrom, Rahayu Winarti

Progam studi Profesi Ners . Widya Husada University Semarang

Email: rhamdanifaizulik@gmail.com

Hypertension has become a global problem with a prevalence that continues to rise to alarming levels. This disease is often referred to as the silent killer because sufferers do not experience complaints or symptoms, so they are unaware that they have hypertension, and many people only find out after complications occur. Hypertension is the leading cause of death worldwide every year, especially in the elderly age group. One of the measures that can be taken to manage blood pressure in hypertensive patients is the Implementation of Cucumber Juice Administration. The aim of this implementation is to help lower blood pressure in hypertensive patients through the administration of Cucumber Juice in Kebonharjo Village, Patebon District, Kendal Regency, which is carried out every morning before meals for 3 consecutive days, whereby before and after the juice administration, the researcher first checks the respondents' blood pressure. This scientific paper design uses a Pre-Experimental research design, specifically a one-group pre-post test design. The subjects used were 4 respondents who had signed the informed consent. Data analysis was conducted using descriptive analysis. The results of the implementation showed that after administering cucumber juice to hypertension patients, the blood pressure of all four respondents decreased. The method of consuming this cucumber juice is by blending it and drinking it in the morning before meals for 3 consecutive days. For hypertension patients, it is hoped that they can apply this cucumber juice every morning before meals independently, because this study found that administering cucumber juice has an effect on lowering hypertension.

Keywords: Hypertension, Cucumber Juice, Blood Pressure