

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