

**PENGARUH PEMBERIAN INFUSED WATER MENTIMUN TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA
PUKSESMAS RAJADESA KABUPATEN CIAMIS TAHUN 2024**

Mila Lailatul Wahidah

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis

ABSTRAK

Seiring bertambahnya usia tekanan darah akan semakin meningkat sehingga beresiko hipertensi; Hipertensi merupakan penyakit degenerative yang jika dibiarkan dalam waktu yang lama dapat menimbulkan kerusakan organ tubuh seperti stroke, penyakit jantung coroner sehingga bisa menyebabkan kematian. Salah satu alternative pengobatan non farmakologi yaitu *infused water* mentimun diharapkan mampu menjadi sebuah solusi baru untuk membantu mengontrol hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *infused water* mentimun terhadap penurunan tekanan darah lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas rajadesa tahun 2024. Desain penelitian *Quasi Experiment* dengan menggunakan *one group Pre-test Post-test Desing*. Populasi dalam penelitian ini semua lansia hipertensi dengan sampel 20 responden dengan Teknik *purposive sampling*. Alat pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi dan alat ukur tekanan darah. Analisa data menggunakan *Wilcoxon sing rank test* dengan signifikasi $<0,05$. Hasil uji *Wilcoxon* nilai P-value = 0,02 ($<0,05$), bahwa ada pengaruh *infused water* mentimun terhadap penurunan tekanan darah lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas rajadesa tahun 2024. Diharapkan *infused water* mentimun dapat bermanfaat sebagai alternative untuk membantu menurunkan tekanan darah dalam jangka waktu Panjang.

Kata Kunci: *Infused water* mentimun, Tekanan darah, Lansia, Hipertensi

**THE EFFECT OF GIVING CUCUMBER INFUSED WATER ON
REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE ELDERLY
PEOPLE IN THE WORKING AREA OF THE RAJADESA CIAMIS
HEALTH CENTER IN 2024**

Mila Lailatul Wahidah

Faculty of Health Sciences, Galuh Ciamis University

ABSTRACT

As you get older, your blood pressure will increase, resulting in a risk of hypertension; Hypertension is a degenerative disease which, if left for a long time, can cause damage to body organs such as stroke, coronary heart disease, which can cause death. One alternative non-pharmacological treatment, namely cucumber infused water, is expected to be a new solution to help control hypertension. This research aims to determine the effect of cucumber infused water on reducing the blood pressure of hypertensive elderly people in the working area of the Rajadesa Community Health Center in 2024. Quasi Experiment research design using one group Pre-test Post-test Desing. The population in this study were all hypertensive elderly with a sample of 20 respondents using a purposive sampling technique. Data collection tools using observation sheets and blood pressure measuring instruments. Data analysis used the Wilcoxon sing rank test with significance <0.05 . The results of the Wilcoxon test, $P\text{-value} = 0.02 (<0.05)$, show that there is an effect of cucumber infused water on reducing the blood pressure of hypertensive elderly people in the working area of the Rajadesa health center in 2024. It is hoped that cucumber infused water can be useful as an alternative to help reduce pressure blood over a long period of time.

Keywords: Cucumber infused water, blood pressure, elderly, hypertension