

**PENGARUH PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
PUSKESMAS BUNGBULANG KABUPATEN GARUT**

SKRIPSI

EGI KUSUMA YAHYA

Program Studi Pendidikan S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Galuh Ciamis

Website: www.fikes.unigal.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit yang di tandai dengan tekanan darah yang melebihi batas normal, tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Hipertensi dapat menyebabkan sebagian keadaan komplikasi beberapa penyakit seperti penyakit jantung, stroke, gangguan syaraf, dan gagal ginjal. Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan cara non farmakologi. Salah satunya yaitu dengan mengkonsumsi buah mentimun secara rutin dapat menurunkan tekanan darah.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas jus mentimun terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Bungbulang Kabupaten Garut.

Metode: Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *Quasy Experimental Desigen* (eksperimen semu), dengan menggunakan pendekatan *pre-post test with control Group*. Pengambilan sampel menggunakan menggunakan Teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 32 (1:1 untuk setiap kelompok). Metode analisis data bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil: Hasil uji analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan menghasilkan nilai $p\text{-Value} = 0,001 < \alpha = 0,05$ dan pada kelompok control menghasilkan nilai $p\text{-Value} = 0,102 > \alpha = 0,05$. Hal ini berarti Hipotesis diterima artinya ada pengaruh pemberian terapi jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah pada lansia dengan hipertensi.

Saran: Bagi lansia dengan hipertensi disarankan agar secara rutin mengkonsumsi jus mentimun, karena berdasarkan hasil penelitian telah terbukti efektif sebagai salah satu terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci : Jus Mentimun, Lansia, Tekanan Darah dan Hipertensi.

Daftar Pustaka : 12 Buku (2014-2021)
4 Jurnal (2014-2017)

**THE EFFECT OF GIVING CUCUMBER JUICE ON BLOOD PRESSURE
CHANGES IN ELDERLY PARENTS WITH HYPERTENSION AT
BUNGBULANG PUBLIC HEALTH CENTER
KABUPATEN GARUT**

EGI KUSUMA YAHYA

*Undergraduate Nursing Education Study Program Faculty of Health Sciences
Galuh University Ciamis*

Website: www.fikes.unigal.ac.id

ABSTRACT

Background: Hypertension is a disease characterized by blood pressure that exceeds normal limits, systolic pressure above 140 mmHg and diastolic pressure above 90 mmHg. Hypertension can cause some complications of several diseases such as heart disease, stroke, nervous disorders, and kidney failure. Hypertension can be treated with non-pharmacological methods. One of them is by consuming cucumbers regularly can lower blood pressure.

Purpose: This study has a purpose to determine the effectiveness of cucumber juice on changes in blood pressure in the elderly with hypertension at Bungbulang Public Health Center, Kab. Garut.

Method: The design used in this study is Quasy Experimental Design, using the pre-posttest with control group approach. Sampling using purposive sampling technique with a sample size of 32 (1:1 for each group). The bivariate data analysis method in this study uses Wilcoxon test.

Results: The results of the analysis test using the Wilcoxon test in the treatment group produced a $p\text{-Value} = 0.001 < \alpha = 0.05$ and in the control group produced a $p\text{-Value} = 0.102 > \alpha = 0.05$. This means that the hypothesis is accepted, meaning that there is an effect of giving cucumber juice therapy on reducing blood pressure before and after in the elderly with hypertension.

Suggestion: For elderly people with hypertension, it is recommended to regularly consume cucumber juice, because based on research results, it has been proven effective as a complementary therapy to lower blood pressure.

Keywords : Cucumber Juice, Elderly, Blood Pressure and Hypertension

Bibliography : 12 Books (2014-2021)

4 Journals (2014-2017)