

Abstrak

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Skripsi, 2021

Aulia Fitri Nurul Firdaus

Pengaruh Jus Mentimun terhadap perubahan Tekanan Darah pada Lansia Yang menderita tekanan Darah Tinggi di PSTW kabupaten Bondowoso

Abstrak

Tekanan darah tinggi adalah kondisi seseorang yang ditunjukkan oleh angka sistole dan angka diastole lebih tinggi dari batas yang normal. Tekanan darah tinggi merupakan suatu penyakit yang menjadi penyakit utama dimasyarakat terutama di lingkup lansia. Salah satu bentuk alternatif yang dapat digunakan yaitu jus mentimun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh jus mentimun terhadap perubahan tekanan darah pada lansia yang menderita tekanan darah tinggi di PSTW Kabupaten Bondowoso. Penelitian ini adalah pre eksperimental dengan pendekatan *one group pre post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah 60 orang dengan jumlah responden 53 orang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Responden akan diberi jus mentimun sebanyak 1 gelas, satu kali dalam sehari selama 1 minggu. Tekanan darah diukur dengan menggunakan sphygmomanometer. Untuk membuktikan hipotesis peneliti menggunakan uji analisis statistik uji t test dengan kriteria H1 diterima apabila  $p \text{ value} \leq 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan didapatkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum pemberian jus mentimun sebesar 149,00 dan tekanan darah diastolik 91,00. Rata-rata tekanan darah sistolik setelah pemberian jus mentimun 142,00 dan tekanan darah diastolik 89,00 Diperoleh  $p \text{ value}$  untuk tekanan darah sistolik adalah 0,000 dan 0,000 untuk tekanan diastolik. Maka dapat disimpulkan bahwa H1 diterima jus mentimun berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah tinggi. Hal ini dapat diartikan pula bahwa jus mentimun bisa digunakan secara optimal sebagai alternatif alami untuk lansia yang menderita tekanan darah tinggi. Petugas PSTW dapat mengadakan pemeriksaan kesehatan secara berkala agar masalah mengenai tekanan darah tinggi dapat terdeteksi dan ditangani lebih dini dan dapat ditindak lanjuti dan dapat mengaplikasikan penggunaan jus mentimun

**Kata kunci** : tekanan darah tinggi, lansia, jus mentimun

Abstract

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER  
UNDERGRADUATE NURSING STUDY PROGRAM  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES**

Thesis, 2021

Aulia Fitri Nurul Firdaus

The effect of cucumber juice on changes in blood pressure in the elderly with high blood pressure in the PSTW Bondowoso

Abstract

High blood pressure is a condition of a person indicated by a systolic and diastolic number that is higher than the normal limit. High blood pressure is a disease that is a major disease in society, especially in the elderly. One alternative form that can be used is cucumber juice. The purpose of this study was to determine the effect of cucumber juice on changes in blood pressure in the elderly who suffer from high blood pressure in PSTW, Bondowoso Regency. This research is pre-experimental with a one-group pre-post-test design approach. The population in this study was 60 people with 53 respondents taken by simple random sampling technique. Respondents will be given 1 glass of cucumber juice, once a day for 1 week. Blood pressure was measured using a sphygmomanometer. To prove the hypothesis, the researcher uses statistical analysis test t test with criteria H1 is accepted if p value 0.05. The results showed that the average systolic blood pressure before administration of cucumber juice was 149.00 and diastolic blood pressure was 91.00. The average systolic blood pressure after administration of cucumber juice was 142.00 and diastolic blood pressure was 89.00. The p value for systolic blood pressure was 0.000 and 0.000 for diastolic pressure. So it can be concluded that H1 received by cucumber juice has an effect on reducing high blood pressure. This can also mean that cucumber juice can be used optimally as a natural alternative for the elderly who suffer from high blood pressure. PSTW officers can hold regular health checks so that problems regarding high blood pressure can be detected and treated early and can be followed up and can apply the use of cucumber juice

**Key words:** high blood pressure, the elderly, cucumber juice

