

EFEKTIVITAS PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI DESA BAKEONG KECAMATAN GULUK-GULUK KABUPATEN SUMENEP

Nur Rahman

Program Studi Keperawatan Universitas Wiraraja Sumenep

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang digolongkan sebagai the silent killer (pembunuh diam-diam). Salah satu solusinya yaitu dengan pemberian jus mentimun, karena mentimun berkhasiat untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas pemberian jus mentimun terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *Quasy Eksperimen* dengan rancangan penelitian *Pretest Posttest Control Group*. Sampel dalam penelitian ini adalah 14 kelompok perlakuan dan 13 kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan diberi jus mentimun 200 gram, sedangkan ada kelompok kontrol tidak diberikan terapi. Uji statistik untuk mengetahui pengaruh adalah *Wilcoxon Signed rank*, dan untuk uji kelompok menggunakan uji statistik *Man Whitneyy*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada kelompok perlakuan yaitu dengan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai signifikansi $p\text{-Value} = 0,001$ ($\alpha < 0,05$). Sedangkan pada kelompok kontrol terjadi penurunan tekanan darah dengan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai signifikansi $p\text{-Value} = 0,0042$ ($\alpha < 0,05$). Pada uji antar kelompok didapatkan nilai $p\text{-Value}$ sebesar 0,001 ($\alpha < 0,05$), maka H_1 diterima artinya ada perbedaan efektivitas terapi jus mentimun pada kelompok perlakuan dan kontrol terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Hal ini disebabkan karena adanya mekanisme kontrol sistem saraf pernafasan yang mempengaruhi kecepatan detak jantung dan perubahan tekanan darah yang menyesuaikan dengan kecepatan pernafasan yang terjadi setelah diberikan jus mentimun. Pemberian jus mentimun cukup berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga diharapkan tenaga kesehatan khususnya perawat lebih aktif dalam memberikan penyuluhan tentang pemanfaatan mentimun (*Cucumis Sativus*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci : Pemberian Jus Mentimun, Tekanan Darah, Hipertensi

**THE EFFECTIVENESS CUCUMBER JUICE TO BLOOD
PRESSURE DECREASING IN HYPERTENSION PATIENTS
IN BAKEONG VILLAGEGULUK-GULUK DISTRICT,
SUMENEP DISTRICT**

Nur Rahman

*Degree Nursing Program Wiraraja Sumenep
University*

ABSTRACT

Hypertension is a disease that is classified as the silent killer. One solution is the provision of cucumber juice, because cucumbers efficacious for lowering high blood pressure. The purpose of this study was to determine the effectiveness of cucumber juice to changes in blood pressure in patients with hypertension.

Type of this research was quasi experiment with pretest posttest design control group. The samples in this study were 14 treatment group and 13 control group. The treatment group were given 200 grams of cucumber juice, while the control group was not given therapy. The statistical test to determine the effect was Wilcoxon Signed rank, and for the test group using statistical test Man Whitneyy.

The results showed that a decline in blood pressure in the treatment group with the results of Wilcoxon Signed Rank Test significance value p -value = 0.001 ($\alpha < 0.05$). Whereas in the control group decreased blood pressure with the Wilcoxon signed rank test p -value result is = 0.042 ($\alpha < 0.05$). The inter-group test have a p -value result of 0.001 ($\alpha < 0.05$), H_1 was accepted means there are differences of cucumber juice therapeutic effectiveness in the treatment group and the control to changes in blood pressure in patients with hypertension.

*This is because their respiratory mechanisms of the nervous system that affects heart rate and blood pressure changes that adjust to the speed of breathing that occurs after given cucumber juice. Provision of cucumber juice is quite influential in lowering blood pressure in patients with hypertension, so expect health workers, especially nurses more active in providing information on the use of cucumber (*Cucumis sativus*) against the reduction of blood pressure in patients with hypertension.*

Keywords: *Delivery of cucumber juice, Blood Pressure, Hypertensi*