

ABSTRAK

Nilia Agustina

Irma Mustika Sari, S.Kep.,

M.KepNIM : B2018093

Program Studi DIII Keperawatan

JUS SEMANGKA SEBAGAI UPAYA PENURUNAN TEKANAN

DARAH PENDERITA HIPERTENSI DENGAN

MEDIA

BOOKLET

INTISARI

Latar Belakang : Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Seseorang dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Gejala pada penderita hipertensi antara lain sakit kepala, rasa pegal dan tidak nyaman pada tengkuk, perasaan berputar seperti tujuh keliling serasa ingin jatuh, berdebar atau detak jantung terasa cepat, dan telinga berdenging. Penanganan hipertensi meliputi pemberian obat, penurunan berat badan dan olahraga, memperbaiki gaya hidup yang kurang sehat dan terapi pemberian jus semangka yang dapat diberikan kepada klien untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Prevalensi hipertensi secara global keseluruhan 22%, Di Afrika mencapai 27%, Asia Tenggara mencapai 25%. Dan di Indonesia prevalensi hipertensi di atas usia 18 tahun mencapai 34,11%, Kalimantan Selatan mencapai 44,13%. **Tujuan :** Mengetahui pembuatan media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) mengenai terapi pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah tinggi. **Metode :** Metode yang digunakan menggunakan media KIE berupa *booklet* sebagai media promotif yang berisi tentang pembuatan jus semangka, dan kandungan jus semangka untuk menurunkan hipertensi. **Hasil :** Media cetak KIE berupa *booklet* ini dapat diberikan kepada masyarakat umum untuk menambah pengetahuan dan

wawasan. **Kesimpulan** : Sebagai media promosi edukasi dan informasi kepada masyarakat khususnya pada penderita tekanan darah tinggi dalam mengatasi penurunan tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi, Jus Semangka.