

ABSTRAK

Evita Yulian Adi Nanda B2015045 Program Studi DIII Keperawatan	Dosen Pembimbing 1. Tri Susilowati, M.Kep 2. Endah Sri Wahyuni, M.Kep
PENERAPAN KONSUMSI JUS MENTIMUN UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN BULAKAN SUKOHARJO	
ABSTRAK	
<p>Latar Belakang : Hipertensi adalah suatu keadaan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Penatalaksanaan hipertensi secara umum dibagi menjadi 2, yaitu farmakologi & non-farmakologis. Terapi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi hipertensi yaitu diet kaya buah dan sayur, salah satunya buah mentimun. Kandungan didalam mentimun diantaranya kalium, magnesium, dan fosfor yang efektif mengobati hipertensi. Tujuan: Mendiskripsikan hasil implementasi jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Bulakan Sukoharjo. Metode : Metode penelitian <i>Deskriptif</i> dengan rancangan penelitian <i>Studi Kasus</i>. Hasil : Hasil penurunan tekanan darah sesudah dilakukan penerapan jus mentimun Ny.M tekanan darah sistolik 20 mmHg diastolik 10 mmHg, Tn.S tekanan darah sistolik 20 mmHg diastolik 10 mmHg. Kesimpulan : Ada penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi setelah dilakukan penerapan jus mentimun di Kelurahan Bulakan Sukoharjo. Saran : Diharapkan klien dapat menerapkan konsumsi jus mentimun secara mandiri untuk mengatasi hipertensi.</p>	
Kata Kunci : <i>Tekanan Darah, Hipertensi, Jus Mentimun</i>	