

## RANGKUMAN

Wika Putri Hidayanti

NIM C2016128

Program Studi Sarjana Keperawatan

Dosen Pembimbing:

1. Mursudarinah, SKM., M.Kes

2. Erika Dewi Noorratri., S.Kep.,Ns.,M.KEP

### **MENURUKAN TEKANAN DARAH TINGGI DENGAN JUS LABU SIAM MENGGUNAKAN MEDIA *BOOKLET***

#### **INTISARI**

**Latar Belakang:** Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berkaitan erat dengan pola perilaku masyarakat, yang disebabkan oleh kondisi yang dikenal sebagai pembuluh diam-diam. Tekanan darah tinggi 140/90 di dasarkan pada dua fase yakni fase sistolik 140 dan fase diastolik 90, yang memiliki faktor resiko tidak dapat diubah dan dapat diubah. Gejala yang biasanya terjadi akan mengalami sakit kepala, atau pusing. Penanganan yang dapat dilakukan dengan terapi farmakologi menggunakan obat dan terapi non farmakologi menggunakan bahan herbal seperti labu siam. Labu siam bermanfaat menurunkan tekanan darah tinggi yang mengandung kalium dan alkaloid yang bersifat diuretik. Lansia didefinisikan berdasarkan karakter masyarakat dimana seseorang yang sudah lanjut usia yang rentan akan penyakit. *Booklet* adalah alat bantu, sarana dan sumber daya pendukung untuk menyampaikan pesan yang sesuai dengan isi materi yang disampaikan. **Tujuan:** Memberikan informasi kepada penderita hipertensi khususnya lansia tentang menurunkan tekanan darah tinggi dengan jus labu siam menggunakan media *booklet*. **Kesimpulan:** Booklet menurunkan tekanan darah ini dibuat untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang jus labu siam sebagai salah satu terapi non farmakologi yang dapat di terapkan secara mandiri.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Jus labu siam, Lansia, *Booklet*.

## SUMMARY

Wika Putri Hidayanti NIM C2016128 Bachelor Of Nursing Study Program	Consultan: 1. Mursudarinah, SKM., M.Kes 2. Erika Dewi Noorratri., S.Kep.,Ns.,M.KEP
<b>LOWERING HIGH BLOOD PRESSURE WITH CHAYOTE JUICE USING <i>BOOKLET</i> MEDIA</b>	
<b>ESSENCE</b>	
<p><b>Background:</b> Hypertension is a public health problem that is closely related to people's behavior patterns, which is caused by a condition known as a silent vessel. High blood pressure of 140/90 systolic phase, which have irreversible and modifiable risk factors. Symptoms that usually occur will experience headaches or dizziness. Handling that can be done with pharmacological therapy using drugs and non pharmacological therapy using herbal ingredients such as chayote. Chayote is useful for lowering high blood pressure which are diuretic. Elderly is defined based on the character of society where an elderly person is susceptible to disease. Booklet's are tools, facilities and supporting resources to convey messages in accordance with the content of the material being conveyed. <b>Objective:</b> To provide information to hypertensive patients, especially the elderly, about lowering high blood pressure lowering booklet pressure with chayote juice using booklet media. <b>Conclusion:</b> This blood pressure lowering booklet was created to increase the knowledge of the elderly about chayote juice as a non-pharmacological therapy that can be applied independently.</p>	
<b>Keyword:</b> Hypertension, Chayote Juice, Booklet.	