

# **PENERAPAN PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RW 07 KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN JEBRES KOTA SURAKARTA**

Annisa Nur Khasanah<sup>1</sup>, Ida Nur Imamah<sup>2</sup>, Tri Harwanto<sup>3</sup>

[Annisakhasanah64@gmail.com](mailto:Annisakhasanah64@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah secara tidak wajar yang berlangsung dalam waktu lama. Tekanan darah dikategorikan sebagai hipertensi jika tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg. Tindakan non farmakologi dengan menggunakan sumber daya alam nabati juga dapat dimanfaatkan dalam mengontrol tekanan darah. Adapun terapi komplementer pada pasien hipertensi adalah terapi non farmakologis yaitu pemberian jus mentimun. **Tujuan :** Mengetahui hasil implementasi pemberian jus mentimun untuk mencegah tekanan darah di RW 07 Kelurahan Purwodiningratan. **Metode :** Rancangan penelitian karya tulis ini adalah jenis studi kasus dengan rancangan metode deskriptif. **Hasil :** Dari hasil penerapan pemberian jus mentimun selama 7 hari menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah. Hasil pengukuran tekanan darah pada responden 1 *pre* intervensi yaitu dalam kategori hipertensi derajat 2 dan setelah *post* intervensi dalam kategori normal. Responden 2 *pre* intervensi tekanan darah dalam kategori hipertensi derajat 3 dan *post* intervensi tekanan darah dalam kategori hipertensi derajat 1. **Kesimpulan :** Terdapat perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan pemberian jus mentimun pada kedua responden.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Tekanan Darah, Jus Mentimun