

ABSTRAK

| | |
|---|-----------------------------|
| Evita Yulian Adi Nanda | Dosen Pembimbing |
| B2015045 | 1. Tri Susilowati, M.Kep |
| Program Studi DIII Keperawatan | 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> | |