JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

PENGARUH JUS MENTIMUN TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI DUSUN KUTA RIH DESA LAU BALENG KECAMATAN LAUBALENG TAHUN 2024

Beringin Jaya Munthe[1], Muryani [2]

[1,2] Institut Kesehatan Sumatera Utara, Medan, Indonesia

Email : [1]jaya munthe@gmail.com, [2]mury.ryry@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu faktor terjadinya penyakit tidak menular yang dapat berdampak negatif dari aspek sosial, ekonomi serta psikologis individu. Semakin bertambahnya umur seseorang akan meningkatkan faktor risiko hipertensi karena anatomi tubuh yang dimulai mengalami perubahan, dimana pembuluh darah akan kehilangan kelenturan. Tujuan: untuk mengidentifikasi pengaruh pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024. Metode penelitian ini berjenis kuantitatif dengan pendekatan *Quasi Eksperimen* dengan desain *one group pretest- posttet design***.** Hasil uji statistik *Wilcoxon* bahwa nilai *P*- value (0.000) < α0.05 maka H0 ditolak Ha diterima yang artinya terdapat pengaruh pre-test dan post-test pada pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024. Kesimpulan dalam penelitian ini ada pengaruh pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024

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

Abstract

Hypertension is a contributing factor to non-communicable diseases that can negatively impact an individual's social, economic, and psychological well-being. As a person ages, the risk of hypertension increases due to changes in the body's anatomy, leading to a loss of flexibility in blood vessels. Objective: To identify the effect of cucumber juice on blood pressure in elderly individuals with hypertension in Kuta Rih Hamlet, Lau Baleng Village, Laubaleng District in 2024. This research method is quantitative, using a quasi-experimental approach with a one-group pretest-posttest design.The Wilcoxon statistical test results show that the P-value (0.000) <α0.05, thus H0 is rejected and Ha is accepted. This indicates that there is a pre-test and post-test effect of cucumber juice on blood pressure in hypertensive elderly people in Kuta Rih Hamlet, Lau Baleng Village, Laubaleng District in 2024. The conclusion of this study is that there is an effect of giving cucumber juice on blood pressure in elderly people with hypertension in Kuta Rih Hamlet, Lau Baleng Village, Laubaleng District in 2024.

Keywords*: Cucumber Juice, Blood Pressure, Elderly, Hypertension*

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

Pendahuluan

Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi yang tetap tinggi dalam 20 tahun terakhir. Hipertensi merupakan salah satu faktor terjadinya penyakit tidak menular yang dapat berdampak negatif dari aspek sosial, ekonomi serta psikologis individu.

Semakin bertambahnya umur seseorang akan meningkatkan faktor risiko hipertensi karena anatomi tubuh yang dimulai mengalami perubahan, dimana pembuluh darah akan kehilangan kelenturan. Pembuluh darah menjadi kaku dan sempit sehingga tekanan darah akan meningkat. Pada umumnya gejalanya jarang terlihat sehingga dapat mengundang penyakit lain yang berbahaya untuk menyerang tubuh kita seperti jantung, ginjal, diabetes dan stroke. Masalah yang timbul tersebut terjadi bila tekanan darah tidak terkontrol dalam jangka waktu lama (Ekasari *et al*., 2021).

Lanjut usia merupakan seseorang yang mempunyai usia 60 tahun ke atas. Adapun kategori lansia menurut usianya yaitu usia 45-59 tahun merupakan pra lansia, usia 60-69 tahun merupakan lansia muda, usia 70-79 tahun merupakan lansia madya, dan 80-89 tahun merupakan lansia tua. Proses penuaan pada lansia terjadi seiring bertambahnya umur lansia, yang akan menimbulkan permasalahan terkait aspek Kesehatan, ekonomi, maupun social. Oleh karena itu perlunya peningkatan pelayanan Kesehatan terhadap lanjut usia sehingga lansia dapat meningkatkan kualitas hidupnya (Dinkes Sumut, 2020).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023). Hasil laporan Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan RI, 2019 melaporkan prevalensi kejadian hipertensi di Indonesia terus meningkat. Prevalensi angka kejadian hipertensi berdasarkan diagnosa dokter sebanyak 31,7%, berdasarkan konsumsi obat 25,8% dan berdasarkan pengukuran secara nasional sebanyak 34,11%. Proporsi penderita hipertensi pada penduduk wilayah perkotaan lebih banyak dari pada di wilayah pedesaan. Proporsi hipertensi di wilayah perkotaan sebesar 34,3% dan wilayah pedesaan 33,7% (Kemenkes RI, 2019).

Jumlah penderita hipertensi > 15 tahun di Provinsi Sumatera Utara Tahun 2020 diketahui sebanyak 2.824.328 orang, dan 1.118.405 orang
diantaranya (39,60%) telah mendapatkan pelayanan Kesehatan, terdiri dari 524.505 orang laki- laki (46,90%) dan 593.900 orang Perempuan (53,10%). Prevalensi tekanan darah tinggi diketahui semakin seiring bertambahnya umur (Dinkes Sumut, 2020).

Berbagai upaya telah dilakukan untuk menurunkan prevalensi hipertensi baik yang merupakan target dunia maupun target di Indonesia. Demikian juga upaya dari pemerintah Indonesia khususnya yang telah
dimasukkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (Pradono, Kusumawardani and Rachmalina, 2020).

Salah satu program yang telah dilakukan oleh Kementerian Kesehatan adalah Pelayanan Terpadu Penyakit Tidak Menular (PANDU PTM) di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP). Hal ini sebagai upaya dalam mendukung pencapaian target indikator Renstra Kementerian Kesehatan 2020-2024, yaitu meningkatnya kabupaten/kota yang
melakukan pencegahan dan pengendalian PTM, dan mendukung pencapaian target SPM. PANDU PTM di FKTP merupakan upaya pencegahan, pengendalian dan tatalaksana hipertensi dan diabetes melitus serta PTM lainnya yang dilaksanakan secara komprehensif, terintegrasi dan berkelanjutan dengan pendekatan faktor risiko, menggunakan algoritma PANDU PTM dan tabel prediksi risiko PTM (Kemenkes RI, 2022).

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

Terdapat dua cara dalam menangani hipertensi yaitu penatalaksanaan secara farmakologis dan non-farmakologis. Penatalaksanaan farmakologis yaitu terapi obat bagi penderita hipertensi yang dilakukan menggunakan obat anti hipertensi (Kurniati dan Alfaqih, 2022). Dari beberapa penatalaksanaan hipertensi, salah satu penatalaksanaan non-farmakologis yang bisa diberikan untuk penderita hipertensi yaitu mengkonsumsi jus mentimun (Putri, Suryarinilsih and Roza, 2023).

Mentimun (Cucumis sativus) merupakan tanaman yang termasuk dalam kategori sayuran dan berkhasiat. Kandungan kalium mentimun dapat mengobati hipertensi, kandungan kalium per 100 gram mentimun adalah 147 mg dan fosfor 24 mg. Kandunggan kalium dalam mentiimun dapat mengakibatkan tensi sistolik dan diastolik turun caranya melakukan penghambaant terlepasnya renin, yang naiknya ekskresi Na maupun air. Renin bersirkulasi di darah serta berfungsi mengkatalisis pemecahan angiotennsin menjadi angiiotensin I. Angiotensiin I diubah menjadi aangiotensin II, dengan dibantu enzim pengubah angiotensin (ACE). Zat kalium tersebut adalah penghasil elektrolit yang sangat baik untuk hati dan dapat mengatasi penurunan tensi serta bisa mengatur ritme detak jantung dengan menangkal dampak negatif natrium. Kandungan potasium pada mentimun merupakan pengobatan yang efektif untuk tekanan darah tinggi (Pringgayuda, Cikwanto and Hidayat, 2021).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hanifa Putri dkk dengan judul Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi didapatkan p value tekanan darah sistolik sebesar 0,003 dan p value tekanan darah diastolik sebesar 0,009, Kesimpulanya jus mentimun efektif terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi (Putri, Suryarinilsih and Roza, 2023).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Meirlina Christine, dkk dengan judul pengaruh jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah lansia dengan hipertensi di PSTW Sinta Rangkang dari hasil penelitian menggunakan Wilcoxon Rank Test menunjukkan perbedaan tekanan darah (sistole dan diastole) sebelum dan sesuai pemberian jus mentimun (α =0,002). Hal ini menunjukkan bahwa jus mentimun efektif terhadap penurunan tekanan darah (Ivana, Martini and Christine, 2021).

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti melakukan wawancara di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024, hasil wawancara menunjukkan bahwa lansia tidak

mengetahui bahwa dampak hipertensi dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit lain yang berbahaya. Adapun alasan peneliti mengambil subjek penelitian pada lansia yaitu masih banyak ditemukan hipertensi sehingga peneliti ingin melakukan intervensi pemberian jus mentimun pada lansia dengan hipertensi, dengan hal ini diharapkan dapat mencegah keberlanjutan terjadinya hipertensi pada lansia.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *Eksperimen Quasy* dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Jumlah populasi dalam penelitian yaitu sampel lansia yang mengalami hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024 sebanyak 20 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Purposive sampling. Pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahap yaitu: editing, coding, entring and cleaning. Peneliti menggunakan uji Analisis chi-square.

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024

Umur	**f**	**%**
45-59 tahun	6	30.0
60-65 tahun	16	80,0
>65 tahun	4	20,0
Jenis Kelamin	**f**	**%**
Laki- Laki	11	55,0
Perempuan	9	45,0
Pendidikan	**f**	**%**
SD/SMP	13	65,0
SMA	7	35,0
Perguruan Tinggi	0	0
Pekerjaan	**f**	**%**
Bekerja	5	25,0
Tidak Bekerja	15	75,0

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 20 responden seluruh responden berumur 60-65 tahun yaitu sebanyak 16 orang (80%) dan minoritas responden berumur >65 tahun yaitu sebanyak 4 orang (20%) . Dari table diatas diketahui bahwa jenis kelamin resnponden mayoritas adalah laki-laki sebanyak 11 responden (55%)dan minoritas perempuan yaitu sebanyak 9 responden (45%). Diketahui bahwa tingkat pendidikan responden mayoritas adalah SD/SMP sebanyak 13 responden (65%), dan minoritas lulusan SMA yaitu sebanyak 7 responden (35%), dan diketahui bahwa resnponden mayoritas tidak bekerja yaitu sebanyak sebanyak 15 responden (75%), dan minoritas bekerja yaitu sebanyak 5 responden (25%).

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Pre test* Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024

No	Tekanan Darah	*Pre-test*	
		f	%
1	<120 mmHg dan <80 mmHg	0	0
2	120-139 mmHg dan 80-89 mmHg	0	0
3	140-159 mmHg dan 90-99 mmHg	9	45,0
4	160 mmHg dan >100 mmHg	11	55,0
	Total	20	100

Dari tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 20 responden pada hasil pemeriksaan tekanan darah lansia sebelum pemberian jus mentimun ditemukan mayoritas responden memiliki tekanan darah 160 mmHg dan >100 mmHg yaitu sebanyak 11 responden (55%), dan minoritas responden memiliki tekanan darah 140-159 mmHg dan 90-99 mmHg yaitu sebanyak 9 responden (45%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Post test* Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024

No	Tekanan Darah	*Post-test*	
		F	%
1	<120 mmHg dan <80 mmHg	0	0
2	120-139 mmHg dan 80-89 mmHg	9	45,0
3	140-159 mmHg dan 90-99 mmHg	11	55,0
4	160 mmHg dan >100 mmHg	0	0
	Total	20	100

Dari tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 20 responden pada hasil pemeriksaan tekanan darah lansia sebelum pemberian jus mentimun ditemukan mayoritas responden memiliki tekanan darah 140-159 mmHg dan 90-99 mmHg yaitu sebanyak 11 responden (55%), dan minoritas responden memiliki tekanan darah 120-139 mmHg dan 80-89 mmHg yaitu sebanyak 9 responden (45%).

Table 4 Hasil uji *Wilcoxon Pretest* dan *Posttest* tentang Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024

Variabel	N	Z	P-value
Pre-Post Test	20	-4,472	0.000

Berdasarkan tabel 4 diatas dengan menggunakan uji Wlicoxon dapat diketahui bahwa pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi pre-test dan post-test dengan sampel 20 responden memiliki nilai Z sebesar -4,472. Hasil pada tabel diketahui bahwa nilai P-value (0.000) < α0.05

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

maka H0 ditolak Ha diterima yang artinya terdapat pengaruh pre-test dan post-test pada emberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji Wlicoxon dapat diketahui bahwa pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi pre-test dan post-test dengan sampel 20 responden memiliki nilai Z sebesar -4,472. Hasil pada tabel diketahui bahwa nilai P- value (0.000) < α0.05 maka H0 ditolak Ha diterima yang artinya terdapat pengaruh pre-test dan post-test pada emberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024. Hasil yang bermakna ini menunjukkan bahwa pada ibu hamil mengalami peningkatan kadar haemoglobin.

Hipertensi (Brunner & suddarth, 2013) adalah kondisi tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg, berdasarkan pada dua kali pengukuran atau lebih (Umeda, Miciko, Naryati, Misparsih, Muhdiana, Dedi Nurhayati, 2021).

Usia lanjut (lansia) dapat dikatakan sebagai tahap akhir dari perkembangan hidup manusia. Lansia adalah kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahap akhir dari proses kehidupanya. Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok yang rentan mengalami berbagai masalah seperti akibat proses menua, menurunya kemampuan aktivitas akibat pensiun dan keterbatasan fisik, pendapatan keluarga menurun, kesepian ditinggal pasangan hidup dan anak-anak yang sudah berkeluarga dan secara sosial interaksi dan peran lansia berkurang (Aprianti, M. And Ardianty, 2020). Ketika seseorang sudah mencapai usia dewasa, ia akan mempunyai kemampuan bereproduksi dan ketika usialanjut kondisi hidup akan berubah, seseorang akan kehilangan tugas dan fungsi ini, dan kemudian mati. Secara umumnya semakin tua usia sesorang maka akan semakin rentan untuk terjadinya hipertensi (Adam, 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan ketika terjadi peningkatan tekanan darah yang menyebabkan gangguan sistem pada organ. Hipertensi sendiri telah menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat baik didunia maupun di Indonesia. Penerapan gaya hidup yang sehat menjadi upaya untuk meningkatkan derajat kesehata pada lansia (Kurnianto P Duwi, 2015). Dengan melakukan konsep diri akan dapat membantu lansia dalam menyesuaikan perubahan yang terjadi pada dirinya.

Lansia dituntut untuk dapat beradaptasi pada lingkungannya (Lestari, M,.M., N, 2016). Manfaat mengkomsumsi buah mentimun yaitu selain dapat menambah cita rasa makan juga mengandung gizi Cukup tinggi untuk kesehatan tubuh. Di samping itu jenis buah mentimun sering dimanfaatkan juga untuk kecantikan, menjaga kesehatantubuh, serta mengobati beberapa jenis penyakit seperti hipertesi. Manfaat dari beberapa kandungan yang ada pada mentimun dapat menurunkan tekanan darah. Kalium dapat menurunkan tekanan darah

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

dengan vasodilatasi sehingga menyebabkan penurunan retensi perifer total dan meningkatkan output jantung. Karena mentimun memiliki sekitar 95% dari kandungan air mereka adalah cara terbaik untuk meningkatkan asupan serat dan air. Karena kandungan air pada mentimun yang tinggi maka mentimun menurunkan tekanan darah dengan berkhasiat sebagai diuretic (Rusdayani, 2015).

Air mentimun juga menjaga kesehatan ginjal dan aktivitasnya sehingga dapat mengubah aktivitas sistem renin- angiotensin. Kandungan kalium (potasium) membantu mengatur saraf perifer dan sentral yang mempengaruhi tekanan darah. Cara kerja kalium berbeda dengan natrium kalium (potasium) merupakan ion utama di dalam cairan intraseluler. Cara kerja kalium adalah kebalikan dari natrium, mengkonsumsi kalium yang banyak akan meningkatkan konsentrasinyadi dalam cairan intraseluler sehingga cenderung menarik cairan dari bagian ekstraseluler dan menurunkan tekanan darah (Rusdayani, 2015). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sabdi Rasyid, Fitriana Muhammad Ali, Al Edy Dawu (2023) dengan "Pengaruh Jus Timun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Waoleona Kecamatan Lasalimu Tahun 2023" didapatkan hasil analisis, rerata penurunan tekanan darah sistolik dengan terapi jus timun sebesar 24,58 mmHg dan 24,94 mmHg, sedangkan pada kelompok kontrol nilai sistoliknya 12,42 mmHg dan nilai diastoliknya 12,06 mmHg.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi jus mentimun yaitu penggunaan 200 ml jus mentimun pada kelompok perlakuan memberikan kontribusi penurunan tekanan darah sistolik yang lebih besar dibandingkan pada kelompok kontrol yang tidak mendapat terapi jus mentimun. Hasil penelitiannya adalah ada perbedaan efektifitas antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol terhadap perubahan tekanan darah setelah diberi terapi jus mentimun dengan nilai p-Value (Asymp. Sig 2- tailed) sebesar 0,000 (< 0,05) (Rasyid, 2024). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Meirlina Christine, Theresia Ivana, Margareta Martini (2021).

Penelitiannya dilakukan untuk mengetahui pengaruh jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah lansia dengan hipertensi. Hasil uji Wilcoxon Rank Test, untuk melihat efektifitas dari pemberian jus mentimun pada responden analisis perubahan selisih tekanan darah sistole dan diastole sebelum dan sesudah di berikan terapi jus mentimun di PSTW Sinta Rangkang dengan $\alpha = 0{,}025$; hasil dari penelitian ini $\alpha = 0{,}002$. Jika hasil α di bawah 0,025 maka ada perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah di berikan jus mentimun. Terdapat efektifitas jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di PSTW Sinta Rangkang (Christine, 2021).

Penurunan tekanan darah terjadi karena mentimun mempunyai kandungan kalium yang menyebabkan penghambatan pada Sistem Renin Angiotensin juga menyebabkan terjadinya penurunan sekresi aldosteron, sehingga terjadi penurunan reabsorpsi natrium dan air di tubulus ginjal. Akibat dari mekanisme tersebut, maka terjadi peningkatan diuresis yang menyebabkan berkurangnya volume darah, sehingga tekanan darah pun menjadi turun (Christine, 2021).

Penelitian Aisyah (2014) menyebutkan mentimun memiliki berbagai macam kandungan gizi diantaranya adalah kalium, kalsium, dan magnesium.

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

Berbagai penelitian membuktikan bahwa ada kaitan erat antara intake kalium, kalsium, dan magnesium terhadap penurunan tekanan darah. Semakin rendah intake kalium maka tekanan darah akan semakin tinggi. Rasio natrium/kalium juga berhubungan dengan tekanan darah. Pengurangan intake natrium sebesar 100 mmol perhari dan konsumsi kalium sampai dengan 70 mmol dalam sehari, maka tekanan darah sistole diprediksi akan turun sebesar 3,4 mmHg. Intake kalium berpengaruh pada pembuluh darah yaitu kalium akan menurunkan resistensi pembuluh darah perifer yang secara langsung dapat melebarkan arteri, peningkatan pengeluaran air dan natrium dari tubuh, penekanan sekresi renin-angiotensin, dan stimulasi dari aktivitas pompa natrium-kalium.

Menurut peneliti adanya perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah perlakuan disebabkan karena diberikan jus mentimun sebagai terapi pengobatan. Pada praktiknya jus mentimun diberikan pada pasien hipertensi dengan takaran 100 ml dan bawha dengan pemberian jus mentimnun sangat bagus dalam menurunkan tekanan darah hipertensi pada lansia. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan berdasarkan penelitian sebelumnya. Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan bahwa lansia yang mengalami hipertensi terjadi penurunan tekanan darah

Kesimpulan

Hipertensi merupakan salah satu faktor terjadinya penyakit tidak menular yang dapat berdampak negatif dari aspek sosial, ekonomi serta psikologis individu. Semakin bertambahnya umur seseorang akan meningkatkan faktor risiko hipertensi karena anatomi tubuh yang dimulai mengalami perubahan, dimana pembuluh darah akan kehilangan kelenturan. Tujuan: untuk mengidentifikasi pengaruh pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024.

Metode penelitian ini berjenis kuantitatif dengan pendekatan *Quasi Eksperimen* dengan desain *one group pretest- posttet design***.** Hasil uji statistik *Wilcoxon* bahwa nilai *P*- value (0.000) < α0.05 maka H0 ditolak Ha diterima yang artinya terdapat pengaruh pre-test dan post-test pada pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024.

Kesimpulan dalam penelitian ini ada pengaruh pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Dusun Kuta Rih Desa Lau Baleng Kecamatan Laubaleng Tahun 2024

Referensi

Aprianti, M. And Ardianty, S. (2020) ‘Pengaruh Pendidikan Kesehatan Diet Rematik Terhadap Pengetahuan Pada Lansia Di Puskesmas’’.

Dinkes Sumut, 2020 (2020) ‘Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2020’, Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, pp. 1–422.

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 5 Nomor 2
Tahun 2025
Hal. 288-296

Ekasari, M.F. et al. (2021) 'Kenali penyebab tanda gejala dan penangannya', Hipertensi, p

Ivana, T., Martini, M. and Christine, M. (2021) 'Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Pstw Sinta Rangkang Tahun 2020', Jurnal
Keperawatan Suaka Insan (Jksi), 6(1), pp. 53–58. Available at: https://doi.org/10.51143/jksi.v6i1.26 3.

Kemenkes RI (2022) Profil Kesehatan Indo-nesia, Pusdatin.Kemenkes.Go.Id. Available at: https://www.kemkes.go.id/download s/resources/download/pusdatin/prof il-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf.

Pradono, J., Kusumawardani, N. and Rachmalina, R. (2020 pertensi :Pembunuh Terselubung Di Indonesia Pragholapati, A. And Munawaroh, F. (2020) 'Resiliensi Pada Lansia', Surya Muda, 21.