

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

5.1.1 Tekanan darah sebelum pemberian jus mentimu pada klien hipertensi diwilayah kerja puskesmas sikumana.

Hasil penelitian pada tanggal 25 Juni 2024 didapatkan tekanan darah Ny.K sebelum dilakukan pemberian jus mentimun hari pertama penelitian, tekanan darah Ny.K pada pagi hari 210/120 mmHg dan sore hari 230/110 pada sore hari Pada hari kedua sebelum pemberian jus mentimun tekanan darah Ny.K pada pagi hari 200/100 mmHg dan di sore hari 200/130. Pada hari ketiga tekanan darah di pagi hari 190/120 mmHg dan sore hari 160/100 mmHg.

Sedangkan pada Tn.W Pada pertemuan pertama di pagi hari 150/100 mmHg dan di sore hari 140/100 mmHg. Pada pertemuan hari kedua di pagi hari tekanan darah Tn.W 140/90 mmHg dan di sore hari 130/100 mmHg. Pada hari ketiga tekanan darah di pagi hari tekanan darah Tn.W 120/90 mmHg dan sore hari 120/80 mmHg.

5.2.1 Tekanan darah sesudah pemberian jus mentimu pada klien hipertensi diwilayah kerja puskesmas sikumana.

Hasil penelitian pada hari pertama tanggal 25 Juni 2024 didapatkan bahwa tekanan darah klien sesudah dilakukan pemberian jus mentimun mengalami penurunan. Hasil tekanan darah Ny.K pada pagi hari menjadi 190/110 mmHg dan sore hari 200/120 mmHg. Pada hari kedua penelitian, tekanan darahnya 180/130 mmHg dan sore hari 200/110 mmHg. Pada hari ketiga penelitian, tekanan darah Ny.K pada pagi hari sistolnya yaitu 170/120 mmHg dan pada sore hari sesudah pemberian jus mentimun tekanan darah Ny.K mengalami penurunan pada sistol yaitu 150/100 mmHg.

Hasil penelitian pada hari pertama tanggal 25 Juni 2024 didapatkan bahwa tekanan darah klien sesudah dilakukan pemberian jus mentimun tidak mengalami perubahan di sehingga tekanan darah Tn.W tetap 150/100 mmHg. Namun pada hari kedua setelah mengonsumsi jus mentimun tekanan darah Tn.W pada pagi hari mengalami penurunan pada sistolnya, yaitu 130/100 mmhg. Pada sore hari tekanan darah Tn.W mengalami penurunan setelah mengonsumsi jus mentimun yaitu 120/90 mmHg. Kemudian pada

hari ketiga hasil tekanan darah Tn.W di pagi hari setelah pemberian jus mentimun mengalami penurunan pada diastolnya yaitu 120/80 mmHg. Lalu pada sore hari tekanan darah Tn.W setelah pemberian jus mentimun tidak mengalami perubahan. Tekanan darah Tn.W tetap normal yaitu 120/80.

5.3.1 Analisis efektivitas penerapan jus mentimu

Dari pembahasan diatas peneliti berasumsi bahwa pemberian Jus mentimun memiliki dampak signifikan terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. Secara empiris, pemberian jus mentimun menunjukkan efek yang berarti dalam menurunkan tekanan darah, karena mentimun mengandung potasium (kalium), magnesium, dan fosfor, yang merupakan mineral efektif untuk mengatasi hipertensi. Kalium dapat menurunkan tekanan darah dengan cara vasodilatasi, yang mengurangi retensi perifer total dan meningkatkan output jantung. Dengan kandungan air yang mencapai sekitar 95%, mentimun bertindak sebagai diuretik, membantu menurunkan tekanan darah. Kalium bekerja dengan cara yang berlawanan dengan natrium; konsumsi kalium yang tinggi akan meningkatkan konsentrasi kalium dalam cairan intraseluler, yang cenderung menarik cairan dari ruang ekstraseluler dan mengurangi tekanan darah.

5.2 Saran

1. Bagi keperawatan

Perawat dapat berperan aktif dalam mengembangkan dan memilih jenis intervensi yang aman dan efektif bagi Klien hipertensi. Perawat diharapkan dapat menerapkan terapi jus mentimun sebagai terapi komplementer di bidang keperawatan untuk dapat memberikan manfaat sebagai pengobatan nonfarmakologi.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam menurunkan tekanan darah dengan pemberian jus mentimun pada Klien hipertensi.

3. Bagi peneliti

Sebelum melakukan penelitian, diharapkan lebih banyak mendapatkan referensi tentang intervensi dan masalah yang akan diteliti agar lebih tau tentang banyak hal.

4. Bagi Responden

Diharapkan responden dapat mengikuti pola hidup sehat yang dianjurkan serta lebih aktif dalam pembuatan jus mentimun sebagai alternatif pengobatan yang murah, mudah, dan praktis untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.