

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIFITAS JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS NAIONI KOTA KUPANG



MARTEN BALI MEMA

NIM: PO.5303201211397

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2024

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIFITAS JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS NAIONI KOTA KUPANG
Karya Tulis Ilmiah ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli
Madya Keperawatan



MARTEN BALI MEMA

NIM.PO5303201211397

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Marten Bali Mema

NIM : PO5303201211397

Program studi : Diploma III Keperawatan

Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah (KTI) yang saya tulis ini adalah benar benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 2024

Pembuat pernyataan

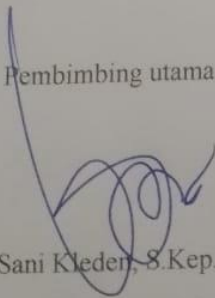


Marten Bali Mema

PO5303201211397

Mengesahkan

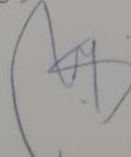
Pembimbing utama



Simon Sani Kleder, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP : 197409061997032005

Penguji



Mariana Oni Betan S.Kep.,Ns.,MPH

Nip: 1973307101997032003

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Oleh Marten Bali Mema, NIM PO.5303201211397 dengan judul
"Efektifitas jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di
wilayah kerja puskesmas naoni kota kupang"

Disusun Oleh :



Marten Bali Mema

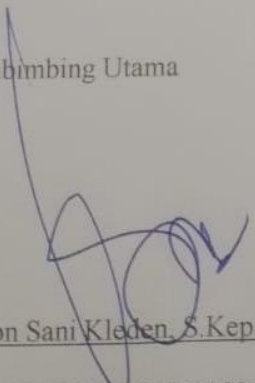
NIM :PO5303201211397

Telah Disetujui Untuk Diseminarkan Di Depan Dewan Penguji
Prodi D-III Keperawatan Kupang Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Pada Tanggal 03 juli 2024

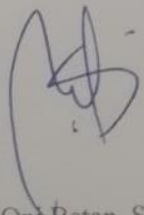
Pembimbing Utama

penguji 1



Simon Sani Kleden, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP. 197409061997031005



Mariana Oni Betan, S.Kep.,Ns.,MPH

NIP.197307101997032003

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

EFEKTIFITAS JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNTEKANAN

DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA

PUSKESMAS NAIONI KOTA KUPANG

Disusun Oleh :



Marten Bali Mema

PO.5303201211397

Telah diuji pada tanggal, 03 Juli 2024

Mengesahkan

Penguji

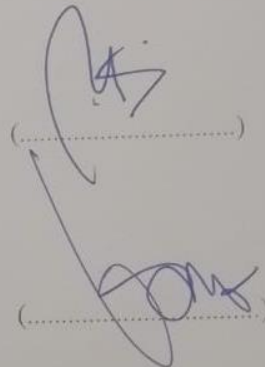
Mariana Oni Betan, S. Kep.,Ns., MPH

NIP.197307101997032003

Pembimbing

Simon Sani Kleden, S. Kep., Ns,M.Kep

NIP.197409061997031005



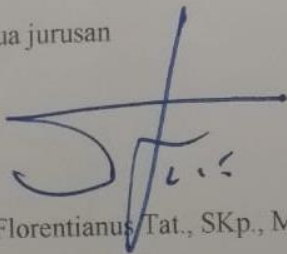
Kupang, 03 Juli 2024

Mengesahkan

Ketua jurusan

Dr. Florentianus Tat., SKp., M.Kes

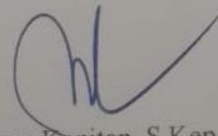
NIP. 196911281993031005



Ketua Prodi

Meiyeriance Kapitan, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP. 197904302000122002



MOTO

Amsal 23:17-18

Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang. Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan apa yang ada pada-Ku mengenai kamu, demikianlah firman Tuhan, yaitu rancangan damai sejahtera dan bukan rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang penuh harapan.

Kamu perlu menyadari, hidup ini adakalanya diwarnai pencobaan dan kegagalan. Namun, yang terpenting adalah bangkit kembali setelah kamu terjatuh. Cobalah untuk terus bergerak maju. Seberapa besar badai masalah yang datang, coba untuk menerjangnya dengan kekuatan semangat serta tekad.

Sembilan Bulan Ibuku Merakit Tubuhku Untuk Menjadi Mesin Penghancur Badai, Maka

Tak Pantas Aku Tumbang Hanya Karena Mulut Seseorang"

"Orang Lain Tidak Akan Bisa Pahami Struggle Dan Masa Sulitnya Kita, Yang Mereka Ingin

Tahu Hanya Bagian Success Stories.

Berjuanglah Untuk Diri Sendiri Walaupun Tidak Ada Yang Tepuk Tangan. Kelak Diri Kita

Di Masa Depan Akan Sangat Bangga Dengan Apa Yang Kita Perjuangkan Hari Ini.

Tetap Berjuang Ya!

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan Rahmat-Nya Penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai harapan dengan judul “Efektifitas jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien Hipertensi”. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak. oleh karena itu ijinkan penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Simon Sani Kleden, S. Kep, M.Kep Sebagai dosen pembimbing dan penguji yang sudah membimbing dari awal sampai proses ujian dan ibu Mariana Oni Betan, S.Kep.,Ns.,MPH sebagai Dosen penguji yang sudah memberikan arahan/masukkan untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Irfan, SKM.M.KES sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kupang, yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Kupang Program Studi Keperawatan Kupang.
2. Ibu Meiyeriance Kapitan, S.Kep, Ns., M. Kep sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Prodi Keperawatan Kupang.
3. Bapak dan Ibu Dosen yang telah membekali penulis dengan pengetahuan selama di bangku perkuliahan.
4. Kedua orang tua dan kaka, adik adik saya yang telah memberikan dukungan maupun motivasi baik spiritual, materi dan moral kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Semua pihak yang Penulis tidak bisa sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu memberikan bantuan moril maupun material kepada Penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak sangat diharapkan demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Kupang, 12 Desember 2023

Penulis

ABSTRAK
EFEKTIFITAS JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS NAIONI KOTA KUPANG

MARTEN BALI MEMA

Jurusan: D-III KEPERAWATAN KUPANG

Email : marten060399@gmail.com

Latar Belakang:Hipertensi adalah kondisi tekanan darah tinggi dengan tekanan sistolik di atas 140 mm Hg dan diastolik minimal 90 mm Hg. Di usia lanjut, batasnya 160 mm Hg. Penyakit ini berisiko tinggi, menjadi penyebab kematian ketiga, dan dikenal sebagai "silent killer" karena sering tanpa gejala (Lubis dan Astuti, 2018). Penyakit ini merupakan penyebab kematian ketiga setelah stroke dan TBC, serta merupakan penyakit degeneratif yang menjadi masalah kesehatan serius di seluruh dunia, karena hipertensi seringkali terjadi tanpa gejala atau dikenal dengan istilah "the silent killer" (Lubis dan Astuti, 2018). **Tujuan:** Mengidentifikasi karakteristik, tekanan darah dan efektifitas jus mentimun terhadap pasien hipertensi. **Metode:** Metode Penelitian deskriptif jenis pengumpulan data lembar observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil Penelitian: **Hasil penelitian:** Dilakukan pengukuran tekanan darah pada Ny. Y dan Ny. M DI dapatkan tekanan darah Ny. Y 160/100 mmHg dan Ny. M 190/100 mm Hg, kunjungan rumah selama 5 hari selama berturut-turut selama 5 hari tindakan yang dilakukan memberikan jus mentimun dan adanya penurunan tekanan darah yaitu Ny.Y 125/80 mmHg dan Ny. M 150/90 mmHg.

Kata kunci: Hipertensi dan Jus Mentimun

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF CUCUMBER JUICE ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS IN THE REGION WORK OF NAIONI HEALTH CENTER, KUPANG CITY

MARTEN BALI MEMA

Department: D-III NURSING KUPANG

Email: marten060399@gmail.com

Background: Hypertension is a condition of high blood pressure with systolic pressure above 140 mm Hg and diastolic pressure of at least 90 mm Hg. In old age, the limit is 160 mm Hg. This disease is high risk, is the third cause of death, and is known as the "silent killer" because it often has no symptoms (Brunner and Suddart, 2017). This disease is the third cause of death after stroke and tuberculosis, and is a degenerative disease that is a serious health problem throughout the world, because hypertension often occurs without symptoms or is known as "the silent killer" (Lubis and Astuti, 2018). **Objective:** To identify the characteristics, blood pressure and effectiveness of cucumber juice in hypertensive patients. **Method:** Descriptive research method, type of data collection, observation sheets, interviews and documentation. **Research Results:** Research results: Blood pressure was measured on Mrs. Y and Mrs. M DI get Mrs.'s blood pressure. Y 160/100 mmHg and Mrs. M 190/100 mm Hg, home visits for 5 consecutive days for 5 days, the action taken was giving cucumber juice and there was a decrease in blood pressure, namely Mrs. Y 125/80 mmHg and Mrs. M 150/90 mmHg.

Keywords: Hypertension and Cucumber Juice

DAFTAR ISI

COVER	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
BAB 2 TINJUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Konsep Teori.....	5
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan	15
2.3 Konsep Jus Mentimun	18
BAB 3 METODE PENELITIAN	23
3.1 Jenis/Desain/ Rancangan Penelitian.....	23
3.2 Subjek Penelitian.....	23
3.3 Fokus Studi	23
3.4 Definisi Operasional Fokus Studi	23
3.5 Instrumen Penelitian.....	25
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	25
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	25
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data	26
3.9 Etika Penelitian	26
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	28
4.1 Hasil Penelitian	28
4.2 Pembahasan.....	32
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	37

BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
5.1 Kesimpulan.....	38
5.2 Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA	39
Lampiran.....	