BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini peneliti menyajikan hasil dan pembahasan dari hasil penelitian tentang “Efektifan Terapi Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang”. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2024. Pengambilan data dengan menggunakan wawancara dan lembar observasi dengan jumlah responden 1 orang.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas Oesapa Kota Kupang. Puskesmas Oesapa terletak di Kelurahan Lasiana Kecamatan Kelapa Lima. Batas-batas wilayah kerja UPT Puskesmas Oesapa adalah sebelah selatan berbatasan dengan kota lama. Puskesmas Oesapa memiliki wilayah kurang lebih 15,31 km atau 8,4% dari luas wilayah (180,7).

Wilayah kerja UPT puskesmas Oesapa mencakup seluruh wilayah kecamatan Kelapa Lima dengan 5 Kelurahan yakni Kelurahan Oesapa, Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang, Oesapa Barat, Oesapa selatan dan Lasiana jumlah penduduk berdasarkan data badan pusat Statistik Kota Kupang Tahun 2019 dan data dari kantor Kecamatan Kelapa Lima tercatat sebanyak 85,951 jiwa terdiri dari laki-laki sebesar 43,772 jiwa dan perempuan 42,229. Puskesmas Oesapa melayani berbagai program puskesmas seperti pemeriksaan kesehatan, pembuatan surat keterangan sehat, rawat jalan, dan lain sebagainya. Peneliti melakukan pengambilan data pasien Hipertensi di Poli Umum.

4.1.2 Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Klien (Ny.Y)

Pengkajian dilakukan pada tanggal 18 Juli 2024 jam 09.30 WITA, di Puskesmas Oesapa, poli umum, didapatkan data pasien, pasien atas nama Ny.Y berjenis kelamin perempuan, usia 55 tahun, agama Kristen Protestan, pendidikan terakhir SMA, pekerjaan ibu rumah tangga, pasien mengatakan sudah mengalami hipertensi sejak tahun 2023, dan memiliki riwayat hipertensi pada keluarga yaitu ibu kandung pasien yang mengalami penyakit yang sama. Saat ini pasien tinggal di Oesapa, Jl. Kincir, Kel. Lasiana Kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang .

Pasien datang di Puskesmas Oesapa di poli umum untuk berobat dengan keluhan nyeri kepala, mudah merasa lelah dan sering pusing. Pasien mengatakan diketahui memiliki riwayat hipertensi sejak tahun 2023. Pasien mendapat obat hipertensi sejak diketahui hipertensi pada tahun 2023 sampai sekarang. Pasien mengatakan memiliki riwayat hipertensi pada keluarga yaitu ibu kandung pasien. Saat dilakukan pengukuran tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 150/100 mmHg, suhu 36,8°C, nadi 87 x/menit, dan pernapasan 19x/menit.

4.1.3 Karakteristik Responden Penelitian

Subjek Penelitian ini melibatkan satu orang pasien dengan hipertensi yang menjalani perawatan di Puskesmas Oesapa. Data berikut menyajikan karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, riwayat hipertensi, serta riwayat hipertensi dalam keluarga. dalam penelitian ini berjumlah 1 orang pasien dengan hipertensi di Puskesmas Oesapa. Berikut ini merupakan data karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan terakhir, riwayat hipertensi dan riwayat hipertensi keluarga.

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Dan Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Karakteristik	Responden Penelitian
Umur	55 Tahun
Jenis kelamin	Perempuan
Pendidikan terakhir	SMA
Riwayat hipertensi keluarga	Ya

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan karakteristik subjek penelitian pasien hipertensi berdasarkan usia, klien (Ny.Y) berusia 55 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, klien (Ny.Y) berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan pendidikan terakhir klien pendidikan SMA. Berdasarkan riwayat hipertensi, klien memiliki karakteristik bahwa mempunyai riwayat penyakit hipertensi. Klien mempunyai riwayat hipertensi sejak tahun 2023 sampai sekarang. Berdasarkan riwayat hipertensi keluarga, klien memiliki anggota keluarga yang mempunyai riwayat hipertensi yaitu ibu klien .

4.1.4 Gambaran Keefetifan Terapi Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi

Diberikan terapi jus mentimun pada 1 orang responden. Pelaksanaan intervensi ini dilakukan pada tanggal 18 juli 2024 sampai dengan tanggal 20 juli 2024 dirumah pasien . Penelitian ini dilakukan dengan diberikan terapi jus mentimun selama 3 hari berturut-turut,diberikan pada sore hari. Berdasarkan lembar observasi yang dilakukan selama 3 hari didapatkan hasil tekanan darah pada pasien menurun .

Tabel 4.4 terapi jus mentimun sebelum dan sesudah berikan jus

Responden	Tekanan darah			
	Sebelum dilakukan terapi jus mentimun		Sesudah diberikan terapi jus mentimun	
	Sistol	Diastol	Sistol	Diastol
Ny. Y	150	100	130	80

Tekanan darah Ny. Y sebelum diberikan terapi jus mentimun sangat tinggi yaitu 150/100 mmHg, setelah diberikan terapi jus mentimun 1x sehari selama 3 hari berturut-turut terjadi penurunan tekanan darah pada hari ke 3 yaitu 130/80 mmHg Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa terapi jus mentimun terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Karakteristik Responden Penelitian Pasien Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Karakteristik responden penelitian yang pertama adalah usia. Berdasarkan hasil penelitian, klien Ny.y berusia 55 tahun pasien ini tergolong lansia. Menurut pendapat peneliti dengan bertambahnya umur, maka risiko terkenan hipertensi sangat meningkat dikarenakan terjadinya perubahan fisiologis pada tubuh seperti penebalan dinding arteri dan penyempitan pembuluh darah yang menyebabkan peningkatan tekanan darah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maulia, et al. (2021) dalam (Nurhayati et al., 2023) menyatakan bahwa pada usia diatas 45 tahun dinding arteri akan mengalami penebalan akibat adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan juga menjadi kaku. Pembuluh darah yang menyempit karena bertambahnya usia mempengaruhi sirkulasi peredaran darah sehingga tekanan darah akan meningkat. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Nuraeni (2019) yaitu semakin usia bertambah, terjadi perubahan pada arteri dalam tubuh menjadi lebih lebar dan

kaku yang mengakibatkan kapasitas dan recoil darah yang diakomodasikan melalui pembuluh darah menjadi berkurang.

Karakteristik responden penelitian yang kedua adalah jenis kelamin. Berdasarkan hasil penelitian, klien Ny. Y berjenis kelamin perempuan. Klien Ny.y masih mengalami menstruasi dan klien juga dengan berat badan 60 kg, tinggi 160 cm yang dimana hasil IMT 0,23 menunjukkan klien Ny.Y normal. Menurut peneliti, hipertensi dapat menyerang siapa saja, baik pria maupun wanita. Namun, wanita cenderung lebih berisiko mengalami hipertensi akibat gaya hidup yang kurang sehat, salah satunya pola makan yang dapat menyebabkan obesitas. Obesitas sendiri merupakan salah satu faktor pemicu hipertensi..

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Here et al., 2022) yang menjelaskan bahwa laki-laki dan perempuan mempunyai peluang relatif sama untuk mengalami kejadian hipertensi, dikarenakan pria diduga memiliki gaya hidup (merokok, pola makan, stres) yang cenderung dapat meningkatkan tekanan darah. Pada wanita dikarenakan semakin bertambahnya usia perempuan mengalami masa premenopause dan adanya perubahan hormonal sehingga mengakibatkan terjadinya peningkatan berat badan dan tekanan darah menjadi reaktif terhadap konsumsi garam. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah.

Umumnya mulai terjadi pada wanita umur 45-55 tahun sebelum lanjut usia (Here et al., 2022). Pada wanita selain memiliki hubungan erat dengan hipertensi yang disebabkan oleh hormonal, Wanita juga memiliki potensi hipertensi yang disebabkan oleh kegemukan (Falah, 2019). Diperkuat oleh penelitian Sartik, Tjekyan & Zulkarnain (2017) melaporkan hipertensi pada kelompok heavy weigh lebih tinggi dibandingkan kategori healthy weigh. Karena kegemukan (obesitas) merupakan ciri khas dari populasi yang mengalami hipertensi.

Karakteristik responden penelitian yang ketiga adalah pendidikan terakhir. Berdasarkan hasil penelitian klien Ny.y berpendidikan terakhir SMA. Menurut pendapat peneliti semakin rendah tingkat pendidikan seseorang maka semakin rendah pengetahuan tentang penyakit yang dialaminya.

Penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuwono et al., 2017) bahwa seseorang yang mengalami hipertensi dengan tingkat pendidikan yang sangat rendah disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang

kesehatan maupun penyakit yang dialaminya sehingga sulit untuk mengontrol masalah kesehatannya. Tingkat pendidikan memiliki dampak bukan hanya mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, namun dapat juga mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengolah berbagai informasi. Sebagian orang-orang usia produktif antara umur 18-60 tahun juga kurang memperhatikan kesehatannya. Padahal pada usia ini banyak sekali ditemui penyakit dan gangguan kesehatan yang sebenarnya dapat di deteksi secara lebih dini.

Karakteristik responden penelitian yang keempat adalah riwayat hipertensi keluarga. Berdasarkan hasil penelitian Ny.y memiliki anggota keluarga yang mempunyai riwayat hipertensi yaitu ibu klien. Menurut pendapat peneliti seseorang yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga mempunyai risiko mendapat hipertensi lebih besar daripada yang tidak memiliki riwayat hipertensi dalam keluarganya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Here et al., 2022) hubungan faktor genetik terhadap hipertensi juga terbukti dengan adanya kejadian hipertensi yaitu lebih banyak pada kembar monozigot (satu sel telur) dibandingkan heterozigot (berbeda sel telur). Seseorang memiliki potensi untuk mendapat hipertensi jika orang tuanya adalah penderita hipertensi. Individu dengan riwayat keluarga penderita hipertensi memiliki risiko lebih tinggi terkena kondisi tersebut dibandingkan mereka yang tidak memiliki riwayat serupa. Faktor genetik berperan dalam menentukan sejauh mana seseorang rentan terhadap tekanan darah tinggi (Nuryati, 2021).

4.2.2 Hasil sebelum dan sesudah diberikan jus mentimun pada pasien hipertensi

Penurunan tekanan darah terjadi karena mentimun mempunyai kandungan kalium yang menyebabkan penghambatan pada sistem renin angiotensin juga menyebabkan terjadi penurunan sekresi aldosteron, sehingga terjadi penurunan reabsorpsi natrium dan air di tubulus ginjal.

Akibat dari mekanisme tersebut, maka terjadi peningkatan diuresis yang menyebabkan berkurangan volume darah, sehingga tekanan darah pun menjadi turun. Selain itu, kalium juga akan menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah perifer, akibat terjadinya penurunan resistensi perifer dan tekanan darah juga menjadi turun. Hal tersebut karna kandungan didalam mentimun yaitu potassium,

magnesium dan fosfor pada mentimun yang berkhasiat menurunkan tekanan darah tinggi.

Mentimun juga bermanfaat sebagai detoksifikasi karena kandungan air sangat tinggi hingga 90% membuat mentimun memiliki efek diuretik. Mineral yang kaya dalam mentimun memang mampu mengikat garam dan dikeluarkan melalui urin.

Hipertensi atau penyakit tekanan darah yang tinggi adalah kondisi meningkatnya secara signifikan pada tekanan darah, baik pada tekanan darah sistolik atau pun diastolik. Individu dengan riwayat penyakit biasanya beresik mengalami penyakit jantung dan penyakit stroke

Penyakit hipertensi dapat ditangani dengan menggunakan terapi non farmakologi seperti memanfaatkan sumber daya alam misalnya mentimun atau *Cucumis sativus* yang dapat dijadikan menurunkan tekanan darah penderita hipertensi kandungan kalium dalam mentimun dapat mengobati penyakit tekanan darah tinggi. Pada setiap 100 gram mentimun mengandung 147 mg kalium dan kandungan 24 mg fosfor.

Kalium juga termasuk dalam penghasil elektrolit yang baik untuk organ hati, membantu menurunkan tekanan darah yang tinggi serta mengatur irama detak jantung melawan efek buruk natrium, sehingga kandungan kalium pada timun sangat efektif untuk mengobati hipertensi.

Hasil penelitian pada kunjungan pertama klien Ny.Y pada tanggal 18 juli 2024, berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan terapi jus mentimun pada Ny. Y tekanan darah meningkat 150/100, dengan keluhan kepala pusing serta leher tegang, kemudian pada kunjungan hari ke tiga pada Ny. Y tanggal 20 juli 2024, setelah diberikan terapi jus mentimun tekanan darah Ny.Y menurun hingga 130/80.

Berdasarkan hasil pada beberapa artikel penelitian terdahulu terdapat perbedaan tekanan darah sebelum serta sesudah dilakukan pemberian jus mentimun pada penderita hipertensi hal ini terbukti dari penelitian menyatakan bahwa pada penderita hipertensi yang belum diberikan jus mentimun (*Cucumis sativus*).

Pada penelitian yang dilakukan oleh (winara et al.,2020) didapatkan hasil tekanan darah sebelum dilakukan intervensi pemberian jus mentimun sebanyak 149,13 mmhg dengan standar deviasi 9,002 sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik setelah intervensi adalah 136,09 mmhg dengan standar deviasi 11,962. Sementara dalam penelitian yang dilakukan oleh (yanti et al 2017) tekanan darah

penderita hipertensi sebelum dan sesudah pemberian jus mentimun. Berdasarkan fakta diatas dapat teori penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa mentimun memiliki kandungan yang membantu menurunkan tekanan darah.