

**PEMBERIAN JUS MENTIMUN (*Cucumis sativus L*) TERHADAP
PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN LUMBUNGSARI
RT 18 RW 04 DESA PAMARICAN
KECAMATAN PAMARICAN
KABUPATEN CIAMIS**

Nur Ash Shafa solihah¹², Dedi Supriadi¹, Elis Roslianti¹
¹STIKes Muhammadiyah Ciamis
²Koresponding Author: nurashshafasolihah@gmail.com

INTISARI

Hipertensi merupakan penyakit yang digolongkan sebagai *the silent killer* (pembunuh diam-diam). Salah satu solusinya yaitu dengan pemberian jus mentimun, karena mentimun berkhasiat untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pemberian jus mentimun terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *Quasy Eksperimen* dengan rancangan penelitian *Pretest Posttest Control Group*. Sampel dalam penelitian ini adalah 18 kelompok perlakuan dan 18 kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan diberi jus mentimun 200 gram, sedangkan ada kelompok kontrol diberi jus mentimun 100 gram. Uji statistik untuk mengetahui pengaruh adalah *Wilcoxon Signed rank*, dan untuk uji kelompok menggunakan uji statistik *Man Whitney*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada kelompok perlakuan yaitu dengan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai signifikansi $p\text{-Value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$). Sedangkan pada kelompok kontrol terjadi penurunan tekanan darah dengan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai signifikansi $p\text{-Value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$). Pada uji antar kelompok didapatkan nilai $p\text{-Value}$ sebesar $0,000$ ($\alpha < 0,05$), maka H_1 diterima artinya ada perbedaan efektivitas terapi jus mentimun pada kelompok perlakuan dan kontrol terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Hal ini disebabkan karena adanya mekanisme kontrol sistem saraf pernafasan yang mempengaruhi kecepatan detak jantung dan perubahan tekanan darah yang menyesuaikan dengan kecepatan pernafasan yang terjadi setelah diberikan jus mentimun. Pemberian jus mentimun cukup berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga diharapkan tenaga kesehatan khususnya perawat lebih aktif dalam memberikan penyuluhan tentang pemanfaatan mentimun (*Cucumis Sativus*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci : Jus Mentimun, Tekanan Darah, Hipertensi

**GIVING CUCUMBER JUICE (*Cucumis sativus* L) TO PATIENTS
HYPERTENSION IN LUMBUNGSARI VILLAGE
RT 18 RW 04 PAMARICAN VILLAGE
PAMARICAN DISTRICT
CIAMIS REGENCY**

Nur Ash Shafa solihah¹², Dedi Supriadi¹, Elis Roslianti¹
¹STIKes Muhammadiyah Ciamis
²Corresponding Author: nurashshafasolihah@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is a disease that is classified as the silent killer. One of the solutions is to give cucumber juice, because cucumber is beneficial for lowering high blood pressure. The purpose of this research is to find out the effect of cucumber juice on changes in blood pressure in hypertensive patients.

This type of research is a quasi-experimental research with a Pretest Posttest Control Group research plan. The sample in this research is 18 treatment groups and 18 control groups. The treatment group was given 200 grams of cucumber juice, while the control group was given 100 grams of cucumber juice. The statistical test to find out the influence is the Wilcoxon Signed rank, and to test the group using the Man Whitney statistical test.

The results of the research showed that there was a drop in blood pressure in the treatment group, that is, with the results of the Wilcoxon Signed Rank Test, a significance value of $p\text{-Value} = 0.000$ ($\alpha < 0.05$) was obtained. While in the control group there was a drop in blood pressure with the results of the Wilcoxon Signed Rank Test obtaining a significance value of $p\text{-Value} = 0.000$ ($\alpha < 0.05$). In the inter-group test, a $p\text{-value}$ of 0.000 ($\alpha < 0.05$) was obtained, so H_1 was accepted, meaning that there is a difference in the effectiveness of cucumber juice therapy in the treatment and control groups on changes in blood pressure in hypertensive patients.

*This is due to the control mechanism of the respiratory nervous system that affects heart rate and blood pressure changes that adjust to the breathing rate that occurs after being given cucumber juice. Giving cucumber juice is quite influential in lowering blood pressure in hypertensive patients, so it is expected that health workers, especially nurses, will be more active in providing counseling about the use of cucumber (*Cucumis Sativus*) to lower blood pressure in hypertensive patients.*

Keywords: Juice Cucumber, Blood Pressure, Hypertension