

**PENGARUH PEMBERIAN JUS MENTIMUN
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
TINGGI PADA PENDERITA HIPERTENSI**

SKRIPSI

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Fakultas Kesehatan Universitas Gresik**



OLEH :

**HADI WIRANTO
NIM. 2019080016**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN JUS MENTIMUN
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
TINGGI PADA PENDERITA HIPERTENSI**

SKRIPSI

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Fakultas Kesehatan Universitas Gresik**



OLEH :

**HADI WIRANTO
NIM. 2019080016**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK**

2023

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan
Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi

Nama Mahasiswa : Hadi Wiranto

NIM : 2019080016

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan layak memenuhi syarat dan menyetujui untuk di Uji pada tim penguji Tugas akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Pembimbing I

Gresik, 27 Juni 2023

Pembimbing II

Dr. Roihatul Zahroh, S.Kep.,Ns.,M.Ked

NIPY. 107102020060036

Daviq Avatulloh, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIPY. 10710202022187

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Umah S.Kep.,Ns.,M.Kep

PROGRAM STUDI
ILMU KEPERAWATAN

NIPY. 107102020060038

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan
Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi

Nama Mahasiswa : Hadi Wiranto

NIM : 2019080016

Telah dipertahankan/diuji dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal : 05 Juli 2023

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK

2023

TIM PENGUJI:

Retno Twistiandayani
NIPY. 107102020070043

Ketua

Dr. Roihatul Zahroh, S.Kep.,Ns.,M.Ked 2.
NIPY. 107102020060036

Anggota I

Daviq Ayatulloh, S.Kep.,Ns.,M.Kep 3.
NIPY. 10710202022187

Anggota II

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,



Retno Twistiandayani S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 107102020070043

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hadi Wiranto
NIM : 2019080016
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Jenjang : Strata 1 (S-1)
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali secara tertulis secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata didalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 27 Juni 2023

Yang menvatakan



Hadi Wiranto
NIM.2019080016

MOTTO

“Pengetahuan yang baik adalah yang memberikan manfaat, bukan hanya diingat
(Imam Syafi’i).”

PERSEMBAHAN

“Skripsi ini saya dedikasikan kepada kedua orang tua tercinta, karena ketulusannya dari hati atas do’a yang tak pernah putus, semangat yang tak ternilai. Serta untuk orang terdekatku yang tersayang.”

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan bimbinganNya kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi” dapat terselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Bersamaan dengan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
2. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah bersedia meluangkan waktu, membimbing dan memberikan arahan, semangat dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya.
3. Khoiroh Umah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan. semangat dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya

4. Dr. Roihatul Zahroh S.Kep.,Ns.,M.Ked selaku pembimbing 1 yang telah bersedia meluangkan waktu, membimbing dan memberikan arahan, semangat dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya.
5. Daviq Ayatulloh, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah bersedia meluangkan waktu membimbing dan memberikan arahan, semangat dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya.
6. Bidan Puskesmas Pembantu dan KADER Desa Leran Kec. Manyar Kab. Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada saya untuk melakukan penelitian.
7. Semua dosen Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan ilmu dan arahan mendidik kami dengan penuh kesabaran.
8. Ayah dan ibu yang selalu memberikan do'a, kasih sayang, semangat dan dukungan kepada saya.
9. Kepada Icha Nora Ervina yang memberikan semangat dan dukungan kepada saya
10. Para responden yang bersedia ikhlas hati menjadi responden selama penelitian selama penyusunan skripsi ini sehinggaterselesaikan tepat pada waktunya
11. Kepada semua teman-teman dari angkatan A14 yang telah memberikan bantuan, dukungan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi saya, saya menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, tetapi saya berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi perkembangan ilmu keperawatan.

Gresik, 20 Juni 2023

Penulis

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA PENDERITA HIPERTENSI

Oleh : Hadi Wiranto

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Gresik

Pendahuluan : Hipertensi disebut juga *silent killer* karena banyak penderitanya tidak menunjukkan gejala sebelum mencapai kondisi serius bahkan komplikasi hingga kematian. Tujuan dari penelitian ini menganalisis pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan hipertensi pada penderita hipertensi. **Metode** : Desain penelitian ini menggunakan design *Pra-Eksperimental* dengan rancangan penelitian *One Group Pre - Post Test Design*. Metode sampling menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel independen yaitu pengaruh pemberian jus mentimun, sedangkan variabel dependen yaitu penurunan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi. Jenis instrumen yang digunakan adalah *Standar Operational Procedure (SOP)*. Data penelitian dianalisis dengan uji statistik *Wilcoxon Rank Test*. **Hasil** : Hasil penelitian ini tekanan darah pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebelum dilakukan intervensi termasuk kategori hipertensi derajat 1 dan setelah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sudah mengalami penurunan, namun masih sebagian besar masuk kategori hipertensi derajat 1. Hasil Uji *Wilcoxon Rank Test* pada kelompok perlakuan $p = 0,046$ ($\alpha < 0,05$) artinya ada pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan hipertensi pada penderita hipertensi. **Kesimpulan** : Selama pemberian jus mentimun ini tidak ada efek samping, sehingga pemberian jus mentimun dapat menunjang pengobatan komplementer pada penderita hipertensi. Kedepannya masyarakat dapat memanfaatkan buah mentimun untuk pengobatan herbal.

Kata kunci : Hipertensi, Jus Mentimun, dan Tekanan Darah.

ABSTRACT

THE EFFECT OF GIVING CUCUMBER JUICE ON REDUCING HIGH BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION SATISFACTIONS

By Hadi Wiranto

Bachelor of Nursing, Faculty of Health Science, University of Gresik

Introduction : Hypertension is also called the silent killer because many sufferers do not show symptoms before reaching serious conditions and even complications to death. The purpose of this study was to analyze the effect of giving cucumber juice to reducing hypertension in hypertensive patients. ***Method :*** The research design used a Pre-Experimental design with the One Group Pre-Post Test Design. The sampling method used a purposive sampling technique. The independent variable was the effect of giving cucumber juice, while the dependent variable was a decrease in high blood pressure in people with hypertension. The type of instrument used the Standard Operational Procedure (SOP). The research data were analyzed by using the Wilcoxon Rank Test statistic. ***Results :*** The results of this study showed that blood pressure in the treatment group and control group before the intervention was included in the category of grade 1 hypertension and after the intervention in the treatment group and control group had decreased, but most were still in the category of grade 1 hypertension. Results of the Wilcoxon Rank Test in the group treatment $p = 0.046$ ($\alpha < 0.05$) means that there is an effect of giving cucumber juice to reducing hypertension in hypertensive patients. ***Conclusion :*** As long as giving cucumber juice there are no side effects, so giving cucumber juice can support complementary medicine in people with hypertension. In the future, people can use cucumber for herbal medicine.

Keywords : Blood Pressure, Cucumber Juice, and Hypertension.

DAFTAR ISI

SAMPUL HALAMAN DEPAN.....	i
SAMPUL HALAMAN DALAM	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
BERITA ACARA BIMBINGAN	iv
PENGESAHAN TIM PENGUJI	vii
PERNYATAAN ORISINALITAS	viii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	ix
CEK PLAGIASI SKRIPSI	x
MOTTO	xi
PERSEMBAHAN	xii
KATA PENGANTAR	xiii
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
DAFTAR ISI	xviii
DAFTAR TABEL	xxi
DAFTAR GAMBAR	xxii
DAFTAR LAMPIRAN	xxiii
DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN	xxiv
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB 2	8

TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Hipertensi	8
2.1.1 Definisi Hipertensi	8
2.1.2 Etiologi Hipertensi	9
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi	9
2.1.4 Manifestasi Klinis	11
2.1.5 Klasifikasi Hipertensi	12
2.1.6 Patofisiologi Hipertensi	13
2.1.7 Komplikasi Hipertensi	13
2.1.8 Penatalaksanaan Hipertensi	15
2.2 Konsep Mentimun (Cucumis Sativus L)	19
2.2.1 Definisi Mentimun (Cucumis Sativus L)	19
2.2.2 Taksonomi Mentimun	19
2.2.3 Morfologi Mentimun	20
2.2.4 Kandungan Mentimun	23
2.2.5 Manfaat Mentimun	26
2.2.6 Mekanisme Kerja Buah Mentimun	27
2.3 Keaslian Penelitian	28
BAB 3	37
KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	37
3.1 Kerangka Konseptual	37
3.2 Hipotesis Penelitian	38
BAB 4	39
METODE PENELITIAN	39
4.1 Desain Penelitian	39
4.2 Kerangka Kerja	40
4.3 Populasi, Sampel, Besaran Sampel dan Sampling	41
4.3.1 Populasi	41
4.3.2 Sampel dan Besaran Sampel	41
4.4 Identifikasi Variabel	42
4.4.1 Variabel Independen	42

4.4.2 Variabel Dependen	43
4.4.3 Teknik Sampling	44
4.5 Pengumpulan dan Pengelolaan Data	45
4.5.1 Tempat dan Waktu	45
4.5.2 Instrumen Penelitian	45
4.5.3 Prosedur Pengumpulan Data	45
4.5.4 Teknik pengolahan data	47
4.5.5 Analisis Data	49
4.6 Ethical Clearance (Etika Penelitian)	51
4.6.1 Informed Consent (Surat Persetujuan)	51
BAB 5	52
HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	52
5.1 Hasil Penelitian	52
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	52
5.1.2 Data Umum	53
5.1.3 Data Khusus	56
5.2 Pembahasan	61
5.2.1 Tekanan Darah Sebelum Diberikan Intervensi Jus Mentimun	61
5.2.2 Tekanan Darah Sesudah Diberikan Intervensi Jus Mentimun	62
5.2.3 Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	64
5.3 Keterbatasan Penelitian	66
BAB 6	68
KESIMPULAN DAN SARAN	68
6.1 Kesimpulan	68
6.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	13
Tabel 2.2 Komposisi Zat Gizi dalam 100 gram mentimun.....	23
Tabel 2.3 Keaslian Jurnal.....	28
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian Pro-Eksperimental	40
Tabel 4.2 Definisi Operasional Variabel Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi	44
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Wilayah Desa Leran Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik mulai 05 Juni - 09 Juni 2023	54
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Desa Leran Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik mulai 05 Juni - 09 Juni 2023	54
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di Wilayah Desa Leran Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik mulai 05 Juni - 09 Juni 2023	55
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Merokok di Wilayah Desa Leran Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik mulai 05 Juni - 09 Juni 2023	55
Tabel 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Obat di Wilayah Desa Leran Kecamatan <i>Manyar</i> Kabupaten Gresik mulai 05 Juni - 09 Juni 2023	56
Tabel 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Desa Leran Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik mulai 05 Juni - 09 Juni 2023	56
Tabel 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi di Wilayah Desa Leran Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik mulai 05 Juni - 09 Juni 2023	57

Tabel 5.8 Tekanan Darah Responden Pada Kelompok Perlakuan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Intervensi Berupa Jus Mentimun Pada Tanggal 05 Juni - 09 Juni 2023	58
Tabel 5.9 Tekanan Darah Responden Pada Kelompok Kontrol Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Intervensi Minum Obat Pada Tanggal 05 Juni - 09 Juni 2023	58
Tabel 5.10 Uji Normalitas Data Tekanan Darah Responden Pada Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol Sesudah Dilakukan Intervensi Pada Tanggal 05 Juni - 09 Juni 2023	59
Tabel 5.11 Uji Homogenitas Data Tekanan Darah Responden Pada Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol Sesudah Dilakukan Intervensi Pada Tanggal 05 Juni - 09 Juni 2023.....	60
Tabel 5.12 Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Daun Mentimun	22
Gambar 2.3 Buah Mentimun	23
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi	39
Gambar 4.1 Kerangka Operasional Penelitian Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data Awal	76
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden	77
Lampiran 3 Lembar Informed Consent	78
Lampiran 4 Standart Operasional Prosedur (SOP) Pengukuran Tekanan Darah .	79
Lampiran 5 Standart Operasional Prosedur (SOP) Pemberian Jus Mentimun	83
Lampiran 6 Standart Operasional Prosedur (SOP) Jika Tekanan Darah Responden Drop	86
Lampiran 7 Kuesioner Penelitian	88
Lampiran 8 Lembar Observasi Tekanan Darah	90
Lampiran 9 Tabulasi Data Responden	92
Lampiran 10 Hasil SPSS	95
Lampiran 11 Dokumentasi	98