

Herlina agus

by UNITRI Press

Submission date: 08-Sep-2022 11:47AM (UTC+0700)

Submission ID: 1894913535

File name: Herlina_agus.docx (44.46K)

Word count: 1170

Character count: 7651

**PERBANDINGAN PEMBERIAN REBUSAN KETUMBAR DAN JUS SEMANGKA
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI KELURAHAN TLOGOMAS**

KOTA MALANG

SKRIPSI



OLEH :

HERLINA AGUS NIM: 2017610143

RINGKASAN

Memberikan jus semangka atau rebusan ketumbar dapat menurunkan tekanan darah, tetapi tidak jelas apakah salah satunya bekerja dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah rebusan ketumbar dan jus semangka dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi lanjut usia di Desa Tlogomas Kota Malang. Tes pra-posting dua kelompok adalah bagian dari metodologi penelitian kuasi-eksperimental yang digunakan. Sampel sebanyak 30 responden dipilih dengan menggunakan prosedur basic random sampling. Pendataan tekanan darah menggunakan manset tensimeter digital dan pemberian rebusan ketumbar dan minuman semangka menggunakan SOP. Analisa data menggunakan uji *paired t test* $p = 0,05$. Hasil penelitian ini didapatkan ada pengaruh rebusan ketumbar terhadap tekanan darah sistolik ($p=0,000$) dan tekanan darah diastolik ($p=0,000$) pada lansia hipertensi di Kelurahan Tlogomas Kota Malang, ada pengaruh jus semangka terhadap tekanan darah sistolik ($p=0,000$) dan tekanan darah diastolik ($p=0,000$) pada lansia hipertensi di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. Pada lansia hipertensi di Desa Tlogomas Kota Malang, rebusan ketumbar lebih berhasil menurunkan tekanan darah sistolik dibandingkan jus semangka ($p=0,000$), meskipun jus semangka lebih efisien menurunkan tekanan darah diastolik daripada air rebusan ketumbar ($p=0,000$). Disarankan untuk menggunakan kedua perawatan untuk mengurangi tekanan darah.

Kata Kunci : *Hipertensi, Jus semangka, Lansia, Rebusan Ketumbar*

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Pasien dengan tekanan darah tinggi perlu diatur karena berisiko mengalami masalah dari penyakit termasuk gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal (Kemenkes RI, 2020). Orang dengan hipertensi dapat menurunkan tekanan darahnya dengan beberapa cara, seperti dengan berolahraga, mengurangi stres, dan sesuai dengan rekomendasi penggunaan obat, pembatasan diet, dan perawatan nutrisi. (Muttaqin, 2011). Minum rebusan ketumbar dan jus semangka sebagai bagian dari perawatan nutrisi adalah salah satu hal sederhana yang dapat dilakukan oleh lansia dengan hipertensi (Nurleny, 2019). Menurut penelitian Romlah (2016), Senyawa flavonoid yang ditemukan dalam biji ketumbar bekerja sebagai antihipertensi dan diuretik dalam sel tubuh untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi senior. Belum ada penelitian tentang efektivitas minum jus semangka dan relaksasi dalam menurunkan tekanan darah, tetapi penelitian Apriza (2020) menunjukkan bahwa semangka memiliki banyak potasium yang dapat menurunkan tekanan darah..

Menurut data World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, yang mengungkapkan bahwa lebih dari 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, atau 1 dari 3 orang, jumlah lansia yang menderita tekanan darah tinggi terus bertambah setiap tahunnya. Menurut informasi Kementerian Kesehatan RI (2020), terdapat 8.832.000 lansia di Indonesia yang menderita hipertensi, atau 55,2% dari 16 juta lansia negara secara keseluruhan. Di Jawa Timur, ada 375.127 orang lanjut usia yang mengalami tekanan darah tinggi pada tahun 2019. (Kemenkes

RI, 2020). Profil Kesehatan Kota Malang Tahun 2021 melaporkan bahwa lansia yang menderita hipertensi lebih banyak dari biasanya. (Dinkes Kota Malang, 2021).

Terlepas dari kenyataan bahwa penyebab pasti hipertensi masih belum jelas, mereka cukup kompleks. Pada pasien dengan hipertensi esensial, perubahan fungsi sistem kardiovaskular, ginjal, dan neurohormonal ¹⁷ dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah jangka panjang. Penyebab potensial hipertensi termasuk genetika, polimorfisme pada lokus gen yang terlibat dalam pengaturan reseptor angiotensin I, dan aldosteron sintase. (Rahmah, 2020).

Pasien dengan hipertensi sering mengalami mutasi pada gen -addin, yang mempengaruhi kemampuan pompa ion Na⁺/K⁺/AT untuk mengangkut natrium secara enzimatik ke dalam ginjal dan meningkatkan sensitivitas garam. Peran dimainkan oleh modifikasi sistem peredaran darah, neurohormonal, dan ginjal. Peningkatan upaya jantung yang dihasilkan dari aktivasi saraf simpatik dapat meningkatkan curah jantung. Resistensi perifer total dipengaruhi oleh kelainan pada arteri darah. Vasokonstriksi dapat disebabkan oleh peningkatan aktivitas saraf simpatis dan kontrol yang buruk dari faktor regional yang mempengaruhi tonus pembuluh darah, termasuk oksida nitrat, faktor natriuretik, dan endotelin. Tingkat tinggi vasokonstriktor seperti angiotensin II atau endotelin terkait dengan tekanan darah tinggi dan resistensi perifer. menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2019) Ada beberapa strategi untuk menurunkan tekanan darah tinggi, termasuk pengobatan nonfarmakologis, seperti minum rebusan ketumbar dan jus semangka.

Karena mengandung bahan kimia flavonoid yang bersifat antihipertensi dan diuretik ketika biji ketumbar takaran 30 mg, rebusan ketumbar dapat membantu menurunkan tekanan darah. Karena ketumbar adalah bahan yang tersedia dan terjangkau, studi tentang bagaimana rebusan ketumbar mempengaruhi tekanan darah adalah penting. (Romlah, 2016). Banyak vitamin dan mineral dapat ditemukan di ketumbar. Ketumbar sebagian besar terdiri dari mineral kalsium,

fosfor, magnesium, dan zat besi. Selain berfungsi sebagai mineral tulang, kalsium juga berkontribusi dalam menjaga tekanan darah normal (Fauci et al., 2008; Romlah, 2016). Menurut penelitian Utami, Hadisaputro, dan Rahayu (2016), rebusan ketumbar yang diminum dua kali sehari selama tujuh hari dengan dosis 30 miligram per 200 gram air dapat menurunkan tekanan sistolik dari 168 menjadi 118,50 mmHg.

Karena kandungan kalium dan natriumnya yang rendah, jus semangka bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah dan aman dikonsumsi oleh penderita hipertensi (Pardede, Sari & Simandalahi, 2019). Kalium jus semangka bertindak sebagai diuretik untuk menurunkan kadar garam dalam urin dan atmosfer. Jus semangka mengandung potasium, yang mengurangi tekanan darah dengan menghalangi renin dan menyebabkan peningkatan ekskresi garam dan air. Angiotensin dipecah menjadi angiotensin I oleh renin, yang kemudian beredar dalam darah dan menjalankan fungsinya. Menurut studi tahun 2017 oleh Sari, Restipa, dan Putri, pemberian jus semangka kepada penderita hipertensi selama tujuh hari berhasil menurunkan tekanan darahnya. Orang tua dengan hipertensi harus minum jus semangka setiap pagi dan hari karena mengandung 362,7 mg potasium, yang tidak lebih dari dosis yang dianjurkan..

Sesuai studi dahulu yang dilakukan pada tanggal 9 Juli 2021, 7 dari 10 penderita hipertensi lansia di Desa Tlogomas Kota Malang memiliki tekanan darah antara 140/90 mmHg dan 159/99 mmHg, dan 3 memiliki tekanan darah lebih dari 160/ 100mmHg. terapi farmakologis dan nonfarmakologis yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah. Mengonsumsi rebusan ketumbar dan jus semangka adalah pengobatan non-farmakologis yang sederhana.. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “perbandingan pemberian rebusan ketumbar dan jus semangka terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Tlogomas Kota Malang”.

2. Rumusan Masalah

Apakah ada perbedaan efektivitas rebusan ketumbar dan jus semangka terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Tlogomas Kota Malang ?

3. Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

untuk mengetahui efektivitas rebusan ketumbar dan jus semangka terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Tlogomas Kota Malang.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui pengaruh rebusan ketumbar terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Tlogomas Kota Malang
2. Mengetahui pengaruh jus semangka terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Tlogomas Kota Malang.
3. Menganalisis perbandingan efektivitas rebusan ketumbar dan jus semangka terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Tlogomas Kota Malang.

4. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

dapat digunakan sebagai bahan penelitian untuk mempelajari cara alami menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dengan mengkonsumsi rebusan ketumbar dan jus semangka..

2. Praktis

1. Bagi peneliti

membandingkan kemampuan rebusan ketumbar³ dan jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada orang tua dengan hipertensi membantu para peneliti memperoleh keahlian..

2. Bagi penderita hipertensi

Bisa digunakan untuk tindakan konsumsi rebusan ketumbar dan jus semangka untuk¹² menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

sebagai sumber ketika merekomendasikan kepada pasien hipertensi senior untuk minum jus semangka dan ketumbar yang dimasak untuk mengurangi tekanan darah.

ORIGINALITY REPORT

21 %
SIMILARITY INDEX

21 %
INTERNET SOURCES

15 %
PUBLICATIONS

8 %
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.stikes-bhm.ac.id Internet Source	5 %
2	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya Student Paper	3 %
3	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	1 %
4	Yuyun Priwahyuni, Christine Vita Gloria Purba, Agus Alamsyah, Ikhtiaruddin Ikhtiaruddin. "PENGARUH MENDENGARKAN AL-QUR'AN DAN MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA MASYARAKAT RT 05 RW 12 KELURAHAN TANGKERANG SELATAN KOTA PEKANBARU TAHUN 2020", Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences), 2021 Publication	1 %
5	digilib.unmuhjember.ac.id Internet Source	1 %
6	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source	1 %

7	eprints.undip.ac.id Internet Source	1 %
8	123dok.com Internet Source	1 %
9	core.ac.uk Internet Source	1 %
10	rinjani.unitri.ac.id Internet Source	1 %
11	nikonababan.wordpress.com Internet Source	1 %
12	repo.stikesicme-jbg.ac.id Internet Source	1 %
13	docplayer.info Internet Source	1 %
14	es.scribd.com Internet Source	1 %
15	farmasetika.com Internet Source	1 %
16	id.123dok.com Internet Source	1 %
17	id.beehealthylc.com Internet Source	1 %
18	Muhammad Fandizal, Dhien Novita Sani, Yuli Astuti. "The Effect of Lemon, Watermelon, and	1 %

Cucumber Infused Water to Decrease Blood Pressure", Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia, 2020

Publication

19

repository.ub.ac.id

Internet Source

1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On