

INFORMASI ARTIKEL

Received: April, 27, 2022

Revised: May, 11, 2022

Available online: May, 12, 2022

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Dan Terapi Komplementer Timun

Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

Abstract

Introduction: Hypertension is a non-communicable disease that is one of the main causes of premature death in the world. From the prevalence results at the Hanura Lempasing Health Center, Pesawaran Regency, it was found that 21.28% of residents had hypertension. People in the hamlet of Aryo Jipang RT 02 Sukajaya Lempasing village who suffer from hypertension have several factors such as age, lifestyle, surrounding environment and obesity. This needs further follow-up.

Objective: Respondents can know, understand about hypertension and cucumber complementary therapy

Methods: The implementation of the method used in community service is carried out in 2 stages, namely firstly, nursing professional students explain hypertension and cucumber complementary therapy using power points and secondly, after being given hypertension counseling and cucumber complementary therapy, respondents are given questions and answers about hypertension and therapy. complementary cucumber and demonstrating the complementary therapy of cucumber.

Result: Respondents understand about hypertension and cucumber complementary therapy

Conclusion: respondents can understand about hypertension and cucumber complementary therapy

Keywords: *Health Counseling; hypertension; cucumber complementary therapy*

Abstrak

Pendahuluan: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Dari hasil prevalensi di Puskesmas Hanura Lempasing Kabupaten Pesawaran di dapat data penyakitnya 21,28 % warga memiliki penyakit hipertensi. Masyarakat di dusun aryo jipang rt 02 desa sukajaya lempasing yang menderita hipertensi memiliki beberapa faktor seperti umur, pola hidup, lingkungan sekitar dan obesitas. Hal tersebut perlu tindak lanjut lagi.

Tujuan: Responden dapat mengetahui, memahami tentang hipertensi dan terapi komplementer timun

Metode: Pelaksanaan metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan 2 tahap, yaitu pertama mahasiswa profesi ners menjelaskan tentang hipertensi dan terapi komplementer timun menggunakan power point dan ke dua setelah diberikan penyuluhan hipertensi dan terapi komplementer timun, responden diberikan Tanya jawab tentang hipertensi dan terapi komplementer timun serta mendemonstrasikan terapi komplementer timun.

Hasil: Responden memahami tentang hipertensi dan terapi komplementer timun

Simpulan: responden dapat memahami tentang hipertensi dan terapi komplementer timun

Kata Kunci : *Penyuluhan Kesehatan; Hipertensi; Terapi Komplementer Timun*

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu tekanan darah yang melampaui batas normal yaitu tekanan darah sistolik > 140 mmHg atau tekanan darah diastolic > 90 mmHg (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Berdasarkan data Organisasi kesehatan dunia (World Health Organization/WHO) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27%. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 di antara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki-laki, yaitu 1 di antara 4 (WHO, 2019).

Menurut peningkatan prevalensi hipertensi berdasarkan cara pengukuran juga terjadi di hampir seluruh provinsi di Indonesia. Peningkatan prevalensi tertinggi terdapat di Provinsi DKI Jakarta sebesar 13,4%, Kalimantan Selatan sebesar 13,3%, dan Sulawesi Barat sebesar 12,3%. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa Provinsi Kalimantan Selatan memiliki prevalensi tertinggi sebesar 44,13% diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6%, Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Provinsi Papua memiliki prevensi hipertensi terendah sebesar 22,2% diikuti oleh Maluku Utara sebesar 24,65% dan Sumatera Barat sebesar 25,16% (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Sedangkan di Lampung diperoleh melalui pengukuran tekanan darah pada responden Riskesdas dengan berdasarkan pada kriteria JNC VII yaitu bila tekanan darah sistolik > 140 mmHg atau tekanan darah diastolic > 90 mmHg. Prevalensi di Lampung yaitu 29,94% (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Berdasarkan data Puskesmas Hanura Lempasing Kabupaten Pesawaran di dapat data penyakitnya 21,28 % warga memiliki penyakit hipertensi (Puskesmas Hanura, 2020). Sedangkan data di Dusun Aryo Jipang RT 02 Desa Lempasing Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran di dapat warga yang memiliki penyakit hipertensi sebanyak 18 orang.

Program penyuluhan kesehatan tentang hipertensi salah satunya adalah terapi timun untuk menurunkan tekanan darah tinggi, namun terapi timun ini bisa berhasil dengan kedisiplinan pasien dalam konsumsi terapi timun dikarenakan terapi timun tidak cepat langsung menurunkan tekanan darah melainkan butuh proses dan waktu.

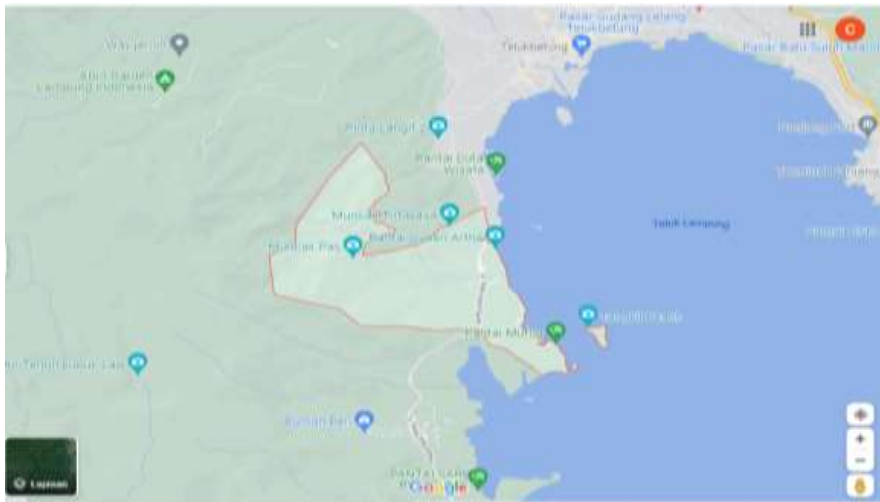
Masalah dan rumusan pertanyaan

Masalah aktual yang terjadi di Dusun Aryo Jipang RT 02 Desa Lempasing Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran di dapat warga yang memiliki penyakit hipertensi sebanyak 18 orang. Warga yang memiliki hipertensi dikarenakan berbagai faktor seperti obesitas, merokok, konsumsi makanan tinggi garam, kurang berolahraga, faktor keturunan dari keluarga dan faktor stress dan lainnya. Kurangnya kesadaran warga akan kesehatan, seperti warga tahu bahwa memiliki penyakit hipertensi artinya meminum obat setiap hari, namun dikarenakan kurang optimalnya kesadaran dan hanya tahu saja maka warga tersebut tidak rutin konsumsi obat.

Rumusan pertanyaan yang didapat saat penyuluhan kesehatan hipertensi, ada warga yang mengajukan pertanyaan terkait, apa bedanya tekanan darah tinggi, kurang darah dengan darah rendah ? dari pertanyaan tersebutlah menandakan bahwa warga simpati dan aktif dalam kegiatan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi. Warga di Dusun Aryo Jipang RT 02 Desa Lempasing Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran memiliki rasa ingin tahu yang tinggi.

Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com



Dusun Aryo Jipang RT 02 Desa Lempasing Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran

KAJIAN PUSTAKA

Definisi hipertensi

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi yaitu bila tekanan darah yang terukur dengan alat sphygmomanometer baik manual maupun digital lebih dari nilai normal yaitu 120/80 mmHg (milimeter air raksa). Sering juga disebut sebagai *silent killer* (pembunuh diam-diam) karena tidak bergejala. Tanda pasti dari hipertensi dapat diketahui dengan mengukur tekanan darah secara rutin. Keluhan penyerta yang

juga bisa dirasakan klien yaitu sakit kepala, rasa berat ditengok dan sering emosi (Kemenkes RI, 2012 dalam Dafriani, 2016). Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah yang intermitten atau terus-menerus diatas 140/90 mmHg karena fluktuasi tekanan darah terjadi antar individu dan dapat dipengaruhi oleh lingkungan dan ansietas (Marrelli. 2008. Hal 125).

Kategori	Sistolik(mmHg)	Diastolik(mmHg)
Optimal	<120	<80
Normal	120 – 129	80 – 84
High Normal	130 – 139	85 – 89
Hipertensi:		
Grade 1 (ringan)	140 – 159	90 – 99
Grade2 (sedang)	160 – 179	100 – 109
Grade 3 (berat)	180 – 209	100 – 119
Grade 4 (sangat berat)	>210	>120

Klasifikasi hipertensi

Para pakar hipertensi di Indonesia sepakat untuk menggunakan klasifikasi WHO dan JNC 7 sebagai klasifikasi hipertensi yang digunakan di Indonesia.

Klasifikasi Hipertensi menurut *Joint National Committee 7*

Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

Klasifikasi Hipertensi menurut WHO

Kategori	Sistol (mmHg)	Diastol (mmHg)
Optimal	< 120	< 80
Normal	< 130	< 85
Tingkat 1 (hipertensi ringan)	140-159	90-99
Sub grup : perbatasan	140-149	90-94
Tingkat 2 (hipertensi sedang)	160-179	100-109
Tingkat 3 (hipertensi berat)	≥ 180	≥ 110
Hipertensi sistol terisolasi	≥ 140	< 90
Sub grup : perbatasan	140-149	< 90

Klasifikasi Hipertensi Hasil Konsensus Perhimpunan Hipertensi Indonesia

Kategori	Sistol (mmHg)	Dan/atau	Diastole (mmHg)
Normal	<120	Dan	<80
Pre hipertensi	120-139	Atau	80-89
Hipertensi tahap 1	140-159	Atau	90-99
Hipertensi tahap 2	≥ 160	Atau	≥ 100
Hipertensi sistol terisolasi	≥ 140	Dan	< 90

Manifestasi klinis

Menurut Rokhaeni (2011), manifestasi klinis beberapa pasien yang menderita hipertensi yaitu : mengeluh sakit kepala, pusing, lemas, kelelahan, sesak nafas, gelisah, mual muntah, epistaksis, kesadaran menurun

Manifestasi klinis pada klien dengan hipertensi adalah :

- Peningkatan tekanan darah > 140/90 mmHg
- Sakit kepala
- Pusing / migraine
- Rasa berat ditenguk
- Penyempitan pembuluh darah
- Sukar tidur
- Lemah dan lelah
- Nokturia
- Sulit bernafas saat beraktivitas

Etiologi

Hipertensi berdasarkan etiologinya dibagi menjadi dua yaitu hipertensi primer atau esensial dan hipertensi sekunder.

Hipertensi primer

Sekitar 95% pasien dengan hipertensi merupakan hipertensi esensial (primer). Penyebab hipertensi

esensial ini masih belum diketahui, tetapi faktor genetik dan lingkungan diyakini memegang peranan dalam menyebabkan hipertensi esensial (Weber dkk., 2014).

Hipertensi sekunder

Hipertensi sekunder diderita sekitar 5% pasien hipertensi (Weber dkk., 2014). Hipertensi sekunder disebabkan oleh adanya penyakit komorbid atau penggunaan obat-obat tertentu yang dapat meningkatkan tekanan darah (Depkes RI, 2006).

Komplikasi

Kondisi hipertensi yang berkepanjangan menyebabkan gangguan pembuluh darah di seluruh organ tubuh manusia. Angka kematian yang tinggi pada penderita darah tinggi terutama disebabkan oleh gangguan jantung.

Organ jantung

Kompensasi jantung terhadap kerja yang keras akibat hipertensi berupa penebalan otot jantung kiri. kondisi ini akan memperkecil rongga jantung untuk memompa, sehingga jantung akan semakin

Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

membutuhkan energi yang besar. Kondisi ini disertai dengan gangguan pembuluh darah jantung sendiri (jantung koroner) akan menimbulkan kekurangan oksigen dari otot jantung dan menyebabkan nyeri. Apabila kondisi dibiarkan terus menerus akan menyebabkan kegagalan jantung untuk memompa dan menimbulkan kematian (gagal jantung kongestif).

Sistem Saraf

Gangguan dari sistem saraf terjadi pada sistem retina (mata bagian dalam) dan sistem saraf pusat (otak). Di dalam retina terdapat pembuluh – pembuluh darah yang tipis yang akan melebar saat terjadi hipertensi, dan memungkinkan terjadi pecah pembuluh darah retina yang akan menyebabkan gangguan penglihatan. Selain itu pecahnya pembuluh darah dapat terjadi di otak dan dapat menimbulkan stroke.

Ginjal

Hipertensi yang berkepanjangan akan menyebabkan kerusakan pembuluh darah ginjal, sehingga fungsi ginjal sebagai pembuang zat-zat racun bagi tubuh tidak berfungsi dengan baik, akibatnya terjadi penumpukan zat-zat berbahaya bagi tubuh yang dapat merusak organ tubuh lain terutama otak.

Penatalaksanaan hipertensi

Pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi :

Diet

- a. Diet yang dianjurkan untuk penderita hipertensi adalah :
 - Restriksi garam secara moderat dari 10 gr/hr menjadi 6 gr/hr (tidak lebih dari $\frac{1}{4}$ sampai $\frac{1}{2}$ sendok teh/ hari)
 - Konsumsi garam perhari adalah:
Hipertensi ringan: $\frac{1}{2}$ sendok teh per hari
Hipertensi sedang: $\frac{1}{4}$ sendok teh per hari
Hipertensi berat: tanpa garam
- b. Diet rendah kolesterol dan rendah asam lemak jenuh
- c. Penurunan berat badan
- d. Menghindari minuman mengandung kafein

Dari hasil Musyawarah Masyarakat Desa didapatkan hasil bahwa terdapat 18 orang di desa Aryo jipang rt 02 Dusun Sukajaya Lempasing Kabupaten Pesawaran memiliki penyakit hipertensi, dan dilakukan terapi komplementer timun dan pengukuran tekanan darah secara rutin.

METODE

Metode yang digunakan yaitu penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dan terapi komplementer timun pada warga di desa Aryo jipang rt 02 Dusun Sukajaya Lempasing Kabupaten Pesawaran.

Jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dan terapi komplementer timun pada warga di desa Aryo jipang rt 02 Dusun Sukajaya Lempasing Kabupaten Pesawaran sebanyak 20 orang.

Persiapan

Mempersiapkan materi atau alat berkaitan dengan Pengabdian masyarakat yang akan disampaikan, mulai dari menyiapkan materi dan sap hipertensi, power point dan leaflet.

Pelaksanaan

Pemberian pendidikan kesehatan ini menggunakan lembar bolak balik dan leaflet, ada 3 tahap dalam penyuluhan kesehatan ini, yang pertama mahasiswa profesi ners menyebarkan leaflet tentang hipertensi kepada warga, yang ke dua penyaji mahasiswa profesi ners menjelaskan tentang hipertensi menggunakan power point balik, dan mendemonstrasikan cara menurunkan tekanan darah melalui terapi komplementer timuni, yang ke tiga mahasiswa profesi ners tanya jawab tentang hipertensi

Evaluasi

Saat dilakukan evaluasi warga mengetahui tentang hipertensi dan terapi komplementer timun. Pengabdian masyarakat ini dapat memberikan manfaat agar menambah pengalaman, pengetahuan tentang hipertensi dan terapi komplementer timun.

Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil dari Musyawarah Masyarakat Desa dengan Pengabdian kepada Masyarakat yaitu dengan kegiatan : Posyandu Lansia, Tanggal: 13 Januari 2022, dan Tempat : Balai Desa Sukajaya Lempasing



Kegiatan Vaksinasi, Tanggal: 14 Januari 2022, dan Tempat : Balai Desa Sukajaya Lempasing



Musyawarah Masyarakat Dusun (MMD) 1, Tanggal: 16 Januari 2022, dan Tempat : Kediaman Bapak Kadus Aryo Jipang



Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Dan Terapi Komplementer Timun

Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Hipertensi, Tanggal: 16 Januari 2022, dan Tempat : Kediaman Bapak Kepala Dusun Aryo Jipang



Kegiatan Terapi Komplementer , Tanggal: 17 - 30 Januari 2022, dan Tempat : Rumah Warga Rt.002 Dusun Aryo Jipang



Kegiatan Pengecekan Kesehatan (Tekanan Darah) , Tanggal: 17 - 30 Januari 2022, dan Tempat : Rumah Warga Rt.002 Dusun Aryo Jipang



Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

Kegiatan Penyuluhan Kesehatan PHBS, Tanggal: 23 Januari 2022, dan Tempat : TK Dharma Kusuma Jaya



Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Cuci Tangan ,Tanggal: 23 Januari 2022, dan Tempat : TK Dharma Kusuma Jaya



Kegiatan Vaksinasi , Tanggal: 26 Januari 2022, dan Tempat : Balai Desa Sukajaya Lempasing



Kegiatan Gotong Royong 1, Tanggal: 29 Januari 2022, Tempat : Dusun 03 Batu Menyan



Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

Kegiatan Gotong Royong 2, Tanggal: 31 Januari 2022, dan Tempat : Dusun 03 Batu Menyan



Kegiatan Supervisi, Tanggal: 4 -5 Februari 2022, dan Tempat : Rumah Warga Rt.002 Dusun Aryo Jipang



Kegiatan Musyawarah Masyarakat Dusun (MMD) 2, Tanggal: 6 Februari 2022, dan Tempat : Kediaman Bapak Kepala dusun Aryo Jipang



Pembahasan dari Pengabdian Kepada Masyarakat tentang Hipertensi dan Terapi komplementer timun yaitu :

Pengkajian

Pengkajian dilakukan untuk mendapatkan data kesehatan komunitas yang diinginkan. Pada pengkajian ini dilakukan pengumpulan data kesehatan dengan menggunakan teknik wawancara, observasi dan menggunakan kuesioner. Setelah format pengkajian siap, maka mahasiswa langsung menyebar ke rumah-rumah warga di dusun Aryo Jipang. Dari

pengumpulan data didapatkan bahwa mayoritas warga asli jawa, mayoritas bekerja sebagai nelayan yang waktu kerjanya tidak menentu. Hal tersebutlah yang menjadi kendala utama untuk mengumpulkan warga data dilakukan kegiatan, namun berkat bantuan dari aparat dan tokoh di dusun Aryo Jipang dan model pendekatan secara persuasive dengan mengikuti kebiasaan warga, maka permasalahan tersebut dapat diatasi.

Dari pengkajian didapatkan beberapa masalah kesehatann yang dirasakan masyarakat, meliputi :

Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Dan Terapi Komplementer Timun

1. Resiko terjadinya penyakit Diare akibat kurangnya pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).
2. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang hipertensi.
3. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pentingnya olahraga.

Dari tiga masalah yang ditemukan mahasiswa, maka dikembalikan kepada masyarakat untuk dianalisa lebih lanjut. Perumusan masalah antara mahasiswa dan warga mengalami kesulitan, karena masyarakat kurang menyadari pentingnya kesehatan dalam hidup mereka dan terdapat sedikit masalah dalam hal ketepatan waktu yang sedianya tepat dilaksanakan pukul 07.00 – 17.00 WIB padahal seluruh masyarakat mayoritas bekerja dan ada dirumah sewaktu malam hari.

Penentuan prioritas masalah

Melalui analisa masalah, maka setelah dirumuskan permasalahan kesehatan warga dilakukan penentuan prioritas masalah atau dasar urgenitas dari masalah. Berdasarkan Musyawarah Masyarakat Dusun yang dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 16 januari 2022, maka ditentukan masalah kesehatan sebagai berikut :

1. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang hipertensi.
2. Resiko terjadinya penyakit Diare akibat kurangnya pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).
3. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pentingnya olahraga.

Penentuan prioritas masalah ini menemukan kesulitan, hal ini dikarenakan warga kurang memahami pentingnya kesehatan dan partisipasi warga kurang aktif meskipun begitu dalam kegiatan musyawarah masyarakat dusun dikatakan berhasil 80% meskipun tidak seluruh undangan dapat hadir.

Perencanaan

Rencana kegiatan yang berhubungan dengan permasalahan kesehatan dapat disepakati saat MMD disusun berdasarkan diskusi yang dilakukan mahasiswa dengan aparat dan tokoh masyarakat. Adapun kegiatan-kegiatan yang disepakati oleh mahasiswa dan masyarakat antara lain:

1. Penyuluhan tentang Hipertensi

2. Penerapan terapi Komplementer buah mentimun untuk menurunkan tekanan darah.
3. Penyuluhan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) cuci tangan.
4. Kegiatan Gotong Royong.
5. Senam Rutin.

Implementasi

Pelaksanaan rencana tindakan keperawatan terapi komplementer buah mentimun untuk menurunkan tekanan darah mulai dilaksanakan pada tanggal 17 – 30 Januari 2022 dengan metode random sampling sebanyak 5 orang dari jumlah populasi sebanyak 18 orang serta dengan melakukan pengecekan tekanan darah yang dilakukan secara rutin (setiap hari) oleh mahasiswa.

Selain melakukan kegiatan-kegiatan tersebut, mahasiswa juga melakukan beberapa kegiatan yang berhubungan dengan peningkatan kesehatan masyarakat dusun aryo jipang, yaitu :

1. Melakukan penyuluhan kesehatan Hipertensi di dusun Aryo Jipang RT.002
2. Melakukan penyuluhan kesehatan di TK Dharma Kusuma Jaya.
3. Melakukan gotong royong di desa Sukajaya Lempasing.
4. Melakukan senam rutin di Dusun Aryo Jipang.

Secara umum kegiatan yang direncanakan dapat dikatakan belum berhasil (30%), penilaian tersebut didapatkan saat evaluasi respon dan antusiasme masyarakat yang kurang terhadap berbagai kegiatan yang direncanakan meskipun masih ada masyarakat yang memiliki antusiasme yang tinggi dalam berbagai kegiatan yang kami laksanakan.

Evaluasi

Kegiatan evaluasi dilaksanakan dalam kegiatan Musyawarah Masyarakat Dusun pada tanggal 06 Februari 2022. Evaluasi ini dilakukan bersama dosen pembimbing praktik komunitas, tokoh masyarakat dan masyarakat dusun aryo jipang dengan dihadirkannya responden yang mendapatkan implementasi terapi komplementer buah mentimun. Setelah dilakukan terapi komplementer buah mentimun didapatkan bahwa tingkat keberhasilannya belum optimal ditandai oleh penurunan tekanan darah oleh responden yang

Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com

belum signifikan. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa factor, yaitu :

1. Kepatuhan dalam melakukan terapi komplementer buah mentimun.
2. Kurangnya kesadaran masyarakat dalam memelihara kesehatan.
3. Menghindari pemicu terjadinya Hipertensi.

KESIMPULAN

Masyarakat yang dapat mengetahui tentang hipertensi dan terapi komplementer timun. Masyarakat dapat melakukan sendiri cara untuk mengatasi hipertensi dengan terapi timun komplementer yang sudah di demonstrasikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M. A. (2019). *Buku ajar konsep-konsep dasar dalam keperawatan komunitas*. Deepublish.
- Andrianto, P., & Nursikuwagus, A. (2017). Sistem Informasi Pelayanan Kesehatan Berbasis Web di Puskesmas. In *Seminar Nasional Komputer dan Informatika* (p. 6).
- Badan Litbangkes (2019) Kementerian Kesehatan RI
- Dewi, C. F., Iwa, K. R., & Nggarang, B. N. (2020). Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Masalah PHBS dan COVID-19 pada Warga Dusun Rejeng Desa Bangka Lelak Kabupaten Manggarai Nusa Tenggara Timur. *Randang Tana-Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 148-158.
- Fitriany, M. S., Farouk, H. H., & Taqwa, R. (2016). Perilaku masyarakat dalam pengelolaan kesehatan lingkungan (Studi di Desa Segiguk sebagai salah satu desa penyangga kawasan hutan suaka margasatwa Gunung Raya Ogan Komerling Ulu Selatan). *Jurnal Penelitian Sains*, 18(1), 41-46.
- Fradianto, I., & Setiawan, A. (2020). Pendekatan Keluarga dan Sekolah Sebagai Solusi Masalah Diare pada Anak: Study Kasus. *Indonesian Journal of Nursing Health Science ISSN (Print)*, 2502, 6127.
- Haerati, Asri, Suswani, Aszrul, & Safruddin. (2020). *Pedoman Praktek Profesi Keperawatan Komunitas Dan Keluarga*. 623-2700.
- Nuraeni, A., Sahar, J., & Permatasari, H. (2016). Kelompok pendukung saka sebagai strategi intervensi keperawatan komunitas dalam pencegahan diare pada agregat balita di wilayah cislak, pasar-cimanggis kota depok. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 8(4).
- Pakpahan, M., Hutapea, A. D., Siregar, D., Frisca, S., Sitanggang, Y. F., indah Manurung, E., ... & Hardika, B. D. (2020). *Keperawatan Komunitas*. Yayasan Kita Menulis.
- Prasetyorini, A. (2017). Analisis Work Attitude dan Job Performance Program Pokok Puskesmas Di Kabupaten Gresik. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo*, 1(1), 23-36.
- Sanah, N. (2017). Pelaksanaan Fungsi Puskesmas (Pusat Kesehatan Masyarakat) Dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan Kesehatan Di Kecamatan Long Kali Kabupaten Paser. *eJournal Ilmu Pemerintahan*, 5(1), 305-314.
- Simak, V. F., & Renteng, S. (2021). *Keperawatan Komunitas Dua (Konsep Asuhan Keperawatan Komunitas)*. TOHAR MEDIA.
- Suhadi, (2018). Perencanaan Obat Rumah Sakit Dan Puskesmas. 1(1), 602-271.
- Wowor, H., Liando, D., & Rares, J. (2016). Pelayanan Kesehatan di Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) Amurang Timur Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal Ilmiah Society*, 3(20), 103-122.

Rudi Winarno*, Muhammad Ricko Gunawan, Chelda Ernita

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korespondensi Penulis: Rudi Winarno, *Email: Rudiwinarno02@gmail.com