

ABSTRAK

Hana Kurnia (2022). *Penerapan Pemberian Jus Tomat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) H. Husnan, S.Kp., MKM, (II) Ns. Hj. Masnun, SST, S.Kep., M.Biomed.

Hipertensi merupakan penyakit yang sering disebut sebagai *silent killer*. Hipertensi adalah keadaan meningkatnya tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan diastolik lebih besar dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat / tenang. Hipertensi menyebabkan berbagai gejala seperti sakit kepala, rasa berat di tengkuk, pusing, susah tidur, dan mata berkunang-kunang. Faktor resiko seseorang yang mengalami hipertensi seperti jenis kelamin, riwayat keluarga dengan hipertensi, obesitas, status sosial ekonomi, dan edukasi. Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi keefektifan jus tomat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode penelitian kualitatif yang dilakukan pada 7-21 April 2022. Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang pasien yang menderita hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa klien 1 dan klien 2 mengalami penurunan tekanan darah sesudah mengonsumsi jus tomat dan hasil observasi berupa pertanyaan seputar hipertensi tentang kondisi yang dialami klien. Pada klien 1 rata-rata tekanan darah sebelum diberikan terapi jus tomat adalah 146/88 mmHg, HR: 68 x/i dan sesudah diberikan terapi jus tomat adalah 125/66 mmHg, HR: 64 x/i. Pada klien 2 rata-rata tekanan darah sebelum diberikan terapi jus tomat adalah 151/88 mmHg, HR: 67 x/i dan sesudah diberikan terapi jus tomat adalah 127/74 mmHg, HR: 66 x/i. Saran penelitian ini yaitu diharapkan jus tomat dapat bermanfaat bagi penderita hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Tekanan Darah, Jus Tomat

ABSTRACT

Hana Kurnia (2022). Application of Tomato Juice To Lower Blood Pressure in Hypertension Patients in the Work Area of the Umban Sari Health Center. Scientific Paper Case Study, Pekanbaru Nursing Study Program DIII, Department of Nursing, Riau Health Ministry Polytechnic. Advisor (I) H. Husnan, S.Kp., MKM, (II) Ns. Hj. Masnun, SST, S.Kep., M.Biomed.

Hypertension is a disease that is often referred to as the silent killer. Hypertension is a state of increasing systolic blood pressure greater than 140 mmHg and diastolic greater than 90 mmHg on two measurements with an interval of five minutes in a state of sufficient rest / calm. Hypertension causes various symptoms such as headaches, heaviness in the nape of the neck, dizziness, insomnia, and light-headedness. Risk factors for someone who has hypertension such as gender, family history of hypertension, obesity, socioeconomic status, and education. The purpose of this study was to identify the effectiveness of tomato juice for lowering blood pressure in patients with hypertension. This type of research is descriptive using qualitative research methods conducted on 7-21 April 2022. The subjects in this study were two patients who suffered from hypertension. The results showed that client 1 and client 2 experienced a decrease in blood pressure after consuming tomato juice and the observations were in the form of questions about hypertension about the condition experienced by the client. In client 1 the average blood pressure before being given tomato juice therapy was 146/88 mmHg, HR: 68 x/i and after being given tomato juice therapy was 125/66 mmHg, HR: 64 x/i. In client 2 the average blood pressure before being given tomato juice therapy was 151/88 mmHg, HR: 67 x/i and after being given tomato juice therapy was 127/74 mmHg, HR: 66 x/i. The suggestion of this research is that it is hoped that tomato juice can be useful for people with hypertension.

Keywords: Hypertension, Blood Pressure, Tomato Juice