

## ABSTRAK

Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Muslim Indonesia  
Juli 2023

Putri Amalyah.A

14220190005

**“Efektivitas antara Air Mentimun dan Hidroterapi Terhadap Tekanan darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkala Kota Makassar”**

Dibimbing oleh Sudarman dan Al Ikhsan Agus (vi + 92 Halaman + 18 lampiran)

Hipertensi adalah keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg setelah melakukan pengukuran sebanyak dua kali atau lebih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas antara air mentimun dan hidroterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bangkala Kota Makassar.

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasy eksperimental* dengan menggunakan rancangan penelitian *yaitu two group pretest- posttest*. Penelitian ini menggunakan dua kelompok intervensi. Adapun perhitungan sampel menggunakan tabel sampel Krejcie dan Morgan yakni didapatkan sampel 32 dan dibagi dalam dua kelompok intervensi yakni kelompok intervensi air mentimun sebanyak 16 orang dan kelompok intervensi hidroterapi sebanyak 16 orang. Masing-masing kelompok perlakuan diberikan setiap hari selama 7 hari. Analisis data menggunakan uji *paired t-test* dan uji *independent t-test*.

Hasil uji statistik perlakuan air mentimun dan hidroterapi efektif menurunkan tekanan darah dengan nilai  $p < 0,05$  dengan penurunan sistolik 24,3 mmHg dan diastolik 13,5 mmHg untuk perlakuan air mentimun, hidroterapi dengan penurunan sistolik 5,0 mmHg dan diastolik 5,5 mmHg. Hasil uji *paired t-test* tekanan darah sistolik dan diastolik *pretest-posttest* air mentimun  $p = < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), dan hidroterapi  $p = < 0,001$  ( $p < 0,05$ ) artinya kedua perlakuan berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Sedangkan hasil uji *independent t-test* menunjukkan nilai *p value* air mentimun yaitu  $p = 0,001$  dan hidroterapi  $p = 0,003$ , ini berarti bahwa perlakuan air mentimun lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dibandingkan perlakuan hidroterapi.

Kesimpulan bahwa air mentimun dan hidroterapi sama-sama memiliki pengaruh dalam menurunkan tekanan darah. Akan tetapi, perlakuan air mentimun lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dibandingkan hidroterapi. Saran peneliti agar dapat dijadikan sumber informasi terkait terapi komplementer yang mudah dilakukan secara mandiri untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci : air mentimun; hidroterapi; hipertensi