

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

**EDUKASI PASIEN HIPERTENSI DENGAN TERAPI KOMPLEMENTER
JUS TIMSEL (TIMUN SELEDRI)**




Disusun Oleh :

Ketua : Ns. Tuti Handayani, M.Kep (0222029103)

0Anggota Rini Mulyani

Adinda Rizki H

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU
TAHUN 2022-2023**

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

1. Identitas PkM

A. Judul PkM

EDUKASI PASIEN HIPERTENSI DENGAN TERAPI KOMPLEMENTER JUS TIMSEL (TIMUN SELEDRI)

B. Waktu PkM

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semeslater	Lama Penelitian
2022	2023	Ganjil	6 bulan

C. Mata Kuliah


Kode MK	Mata Kuliah
	Manajemen Keperawatan
	KMB

D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	al-Mu'min /40: 67
Ayat alquran	<p>وَأَعْمَلْتُمْ بِلَدِّكُمْ ظِلْفًا مِّمِّي ثِيَابًا قَمِيصًا مِّنْ عَلٍ ثِيَابًا مِّنْ نَّوَارٍ تُكْمَلُونَ فِي ذِي خَلِّ وَأَلْهُكُمْ يَوْمَ لَعَلِّمْ سَمِجَلًا أَوَّاعٌ وَلْتُبَلِّغِي مِنَ الْقَبْلِ أَوْفًا وَمِنْكُمْ مَنْ يَتَّعِشُونَ أَخْمَلْتُمْ كُونُوا شَدَّكُمْ ثِيَابًا أَوْنًا (٦٧) ت</p>
Artinya	<p>Dialah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)</p>
Hadis	

2. Identitas pelaksana PkM

Nama	Peran	Tugas
Tuti Handayani	Ketua Penelitian	Mengkoordinir pelaksanaan PkM
Nama	Peran	Tugas
Rini Mulyani	Anggota 1	Melakukan pelatihan

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

		Membantu pelaksanaan pelatihan
Adinda Rizki	Mahasiswa 1	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan
		Membantu mengkondisikan peserta pelatihan

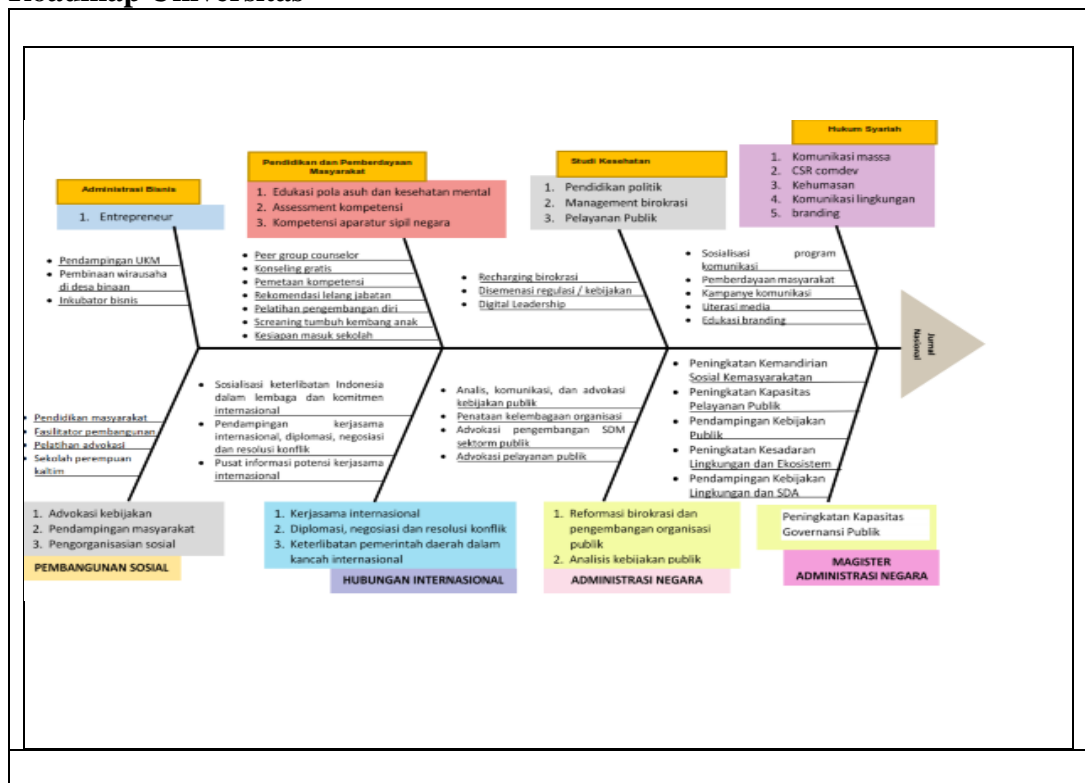
3. Mitra PkM

Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
			-

4. Luaran dan Target capaian


Tahun	Jenis Luaran
1	Jurnal nasional (sinta 1-4)
1	HKI
1	Youtube

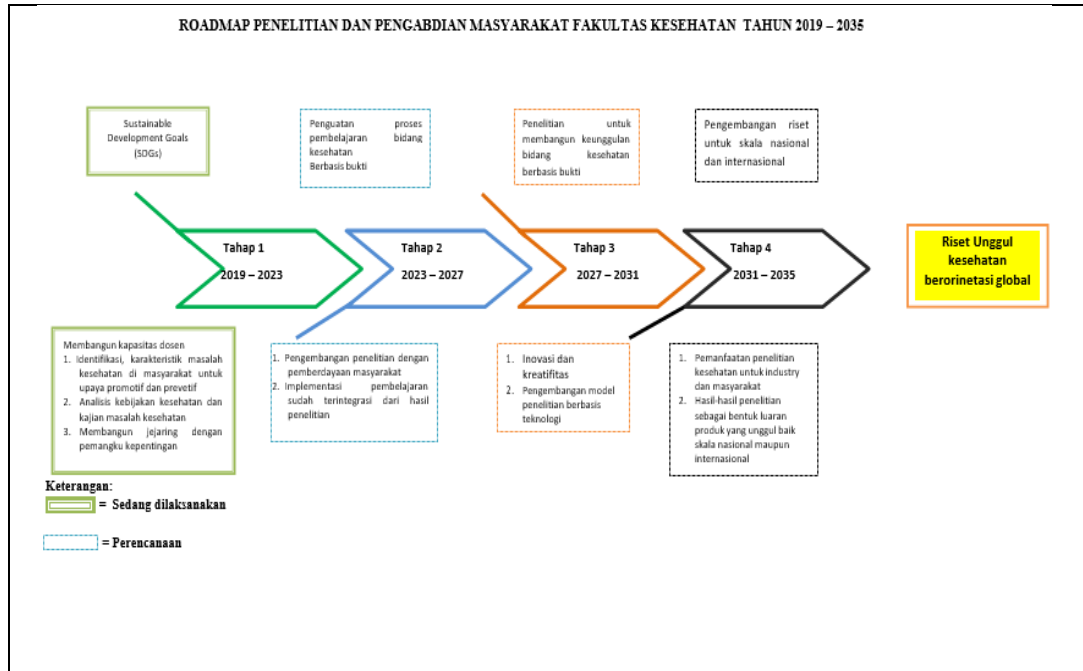
5. Roadmap Universitas



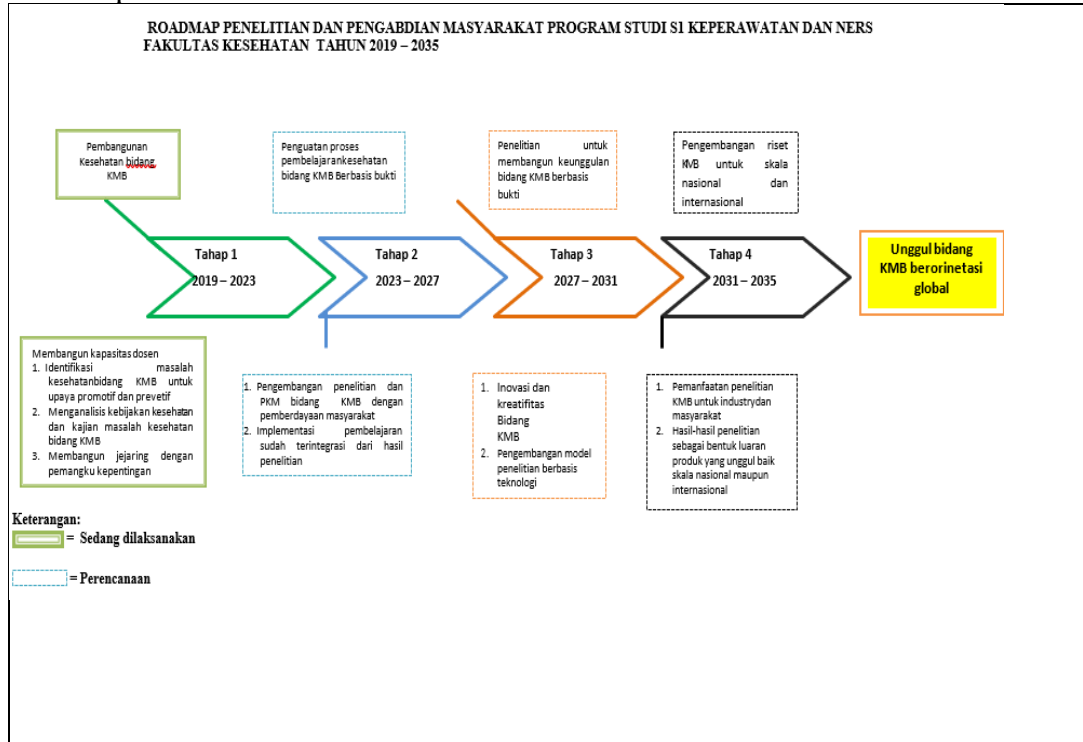
6. Roadmap Fakultas

--

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15




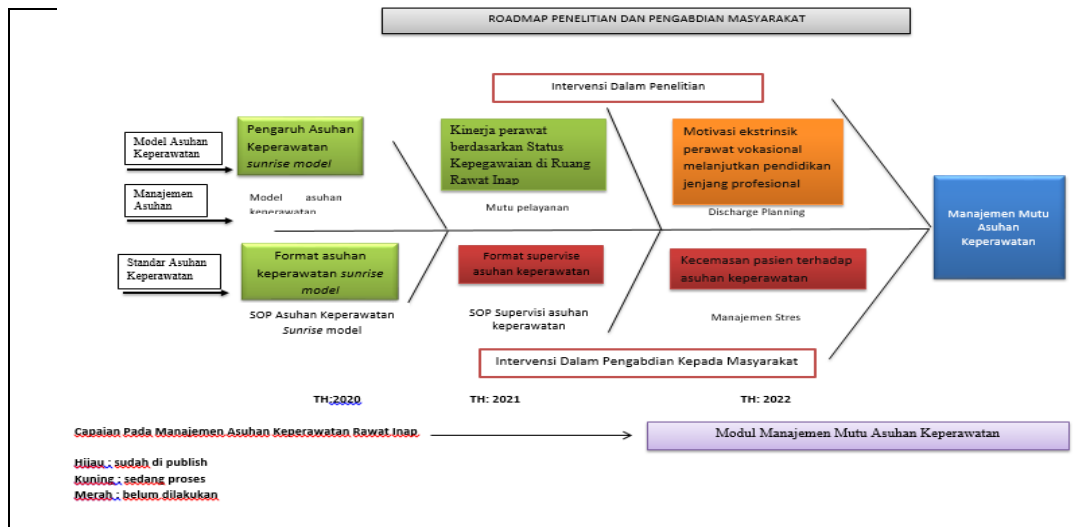
7. Roadmap Prodi



8. Roadmap dosen

--

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15






9. Anggaran PKM

NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor peneliti	1	Rp 1.500.000,00	Rp 1.000.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 3.000.000,00	Rp 1.500.000,00
3	Biaya perjalanan (survey, ambil data, transpot)	5	RP 300.000,00	Rp 1,500,000,00
4	Publikasi	1	Rp 1.000,000,00	Rp 500,000,00
5	Lain-lain	1	Rp 1.000.000,00	Rp 500.000,00
	Jumah			Rp 5.000.000,00

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

10. Halaman pengesahan

HALAMAN PENGESAHAN	
1. Judul Penelitian	: EDUKASI PASIEN HIPERTENSI DENGAN TERAPI KOMPLEMENTER JUS TIMSEL (TIMUN SELEDRI)
1. Bidang Penelitian	: Kesehatan/Keperawatan
2. Ketua Peneliti	
a. Nama lengkap	: Ns Tuti Handayani., M.Kep
b. NIDN	: 0222029103
c. Jabatan /golongan	: Asisten Ahli
d. Program Studi	: S1 Keperawatan
e. No Hp	: 081285051202
3. Anggota Mahasiswa	1
a. Nama lengkap	: Rini Mulyani
4. Anggota Mahasiswa 2	
a. Nama lengka	: Adinda Rizki
5. Lokasi PkM	: Pringsewu
6. Jumlah biaya yang diusulkan	: Rp.5.000.000
Pringsewu, Desember 2022 Mengetahui	
Dekan FKes,  Elra Nuryati, M.Epid,Ph.D NIDN. 0215117601	Kepala LPPM UMPRI  Borwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN. 0213108601

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

4. Isi PKM

a. Abstrak

Menurut WHO dan the International Society of Hypertension (ISH), saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi diseluruh dunia, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahunnya. Di Indonesia sendiri masalah hipertensi cenderung meningkat (Rahajeng & Tuminah, 2016). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2007 yang dilakukan di Indonesia menunjukkan bahwa proporsi penyebab kematian tertinggi adalah PTM, yaitu penyakit kardiovaskuler (31,9%) termasuk hipertensi (6,8%) dan stroke (15,4%), di tahun 2013 hipertensi sebanyak 25,8% dan di tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi sebesar 34,11% mengalami kenaikan (Purwono et al., 2020). Efektivitas Pemberian Jus Mentimun dan Rebusan Seledri terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun dan rebusan daun seledri berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Persentase penurunan paling tinggi adalah pada kelompok rebusan seledri (100%).

b. Key word

Hipertensi, jus timun seledri

c. Latar Belakang

Transisi epidemiologi dan demografi saat ini menyebabkan terjadinya perubahan gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, rendahnya aktifitas fisik, tingginya mengkonsumsi makanan tinggi energi dan lemak serta mengkonsumsi alkohol diduga menjadi faktor resiko penyakit tidak menular. Salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan serius adalah hipertensi (Hardianti, 2018)

WHO memperkirakan, pada tahun 2020 Penyakit Tidak Menular (PTM) akan menyebabkan 73% kematian dan 60% seluruh kesakitan di dunia. Diperkirakan negara yang paling merasakan dampaknya adalah negara berkembang termasuk Indonesia. Salah satu PTM yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini adalah hipertensi yang disebut sebagai the silent killer. Di Amerika, diperkirakan 1 dari 4 orang dewasa menderita hipertensi, apabila penyakit ini tidak terkontrol, akan menyebabkan serangan jantung, stroke, gangguan ginjal, serta kebutaan. Dari beberapa penelitian dilaporkan bahwa penyakit hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peluang 7 kali lebih besar terkena stroke, 6 kali lebih besar terkena congestiveheart failure, dan 3 kali lebih besar terkena serangan jantung (Rahajeng & Tuminah, 2016)

Menurut WHO dan the International Society of Hypertension (ISH), saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi diseluruh dunia, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahunnya. Di Indonesia sendiri masalah hipertensi cenderung meningkat (Rahajeng & Tuminah, 2016)

Penyakit hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi di dunia dengan ditandai jika seseorang memiliki tekanan darah sistolik sebesar

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik sebesar ≥ 90 mmHg, pada pemeriksaan berulang. Prevalensi kejadian penyakit hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% pada tahun 2018. Penyakit hipertensi bagi beberapa orang tidak memiliki keluhan apapun namun jika penyakit hipertensi tidak terkontrol dengan baik maka dapat timbul beberapa komplikasi yang spesifik pada organ seperti otak, mata, ginjal, jantung, pembuluh darah, atau organ-organ vital lainnya (Tiara, Ulfa Intan, 2020)

Menurut data WHO tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, yang berarti setiap 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya. Diperkirakan pada 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi serta setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (Purwono et al., 2020)

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 yang dilakukan di Indonesia menunjukkan bahwa proporsi penyebab kematian tertinggi adalah PTM, yaitu penyakit kardiovaskuler (31,9%) termasuk hipertensi (6,8%) dan stroke (15,4%), di tahun 2013 hipertensi sebanyak 25,8% dan di tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi sebesar 34,11% mengalami kenaikan (Purwono et al., 2020)

Berdasarkan data data dari dinas Kesehatan Tulang Bawang Barat melalui aplikasi keluarga sehat yang didapat dari pemegang program PISPK bahwa penderita hipertensi sebanyak 25,09%.

Data dari Puskesmas Gilang Tunggal Makarta tahun 2022 melalui aplikasi keluarga sehat aplikasi keluarga sehat yang didapat dari pemegang program PISPK bahwa keluarga penderita hipertensi yang berobat teratur 21,97% dari 427 penderita hipertensi.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Departemen kesehatan (Depkes) tahun 2009 menunjukkan kejadian hipertensi dan penyakit kardiovaskular cenderung meningkat seiring dengan gaya hidup yang jauh dari perilaku hidup bersih dan sehat. Selain terapi farmakologis yang diberikan pada penderita hipertensi dapat juga diberikan terapi non-farmakologis yang merupakan terapi nutrisi yang dilakukan dengan manajemen diet hipertensi.

DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) merekomendasikan pasien hipertensi untuk banyak mengonsumsi buah dan sayuran, meningkatkan konsumsi serat, dan minum banyak air. Terapi ini dapat dilakukan dengan mengonsumsi sayuran yang dapat mempengaruhi tekanan darah, seperti mentimun dan daun seledri (Antika & Mayasari, 2016)

Dalam mengontrol tekanan darah banyak sumber daya yang dapat dimanfaatkan antara lain buah-buahan, sayur-sayuran yang tinggi serat, kaya vitamin serta mineral, Pengobatan terapi herbal walau penggunaannya lama, tapi efek sampingnya relatif kecil jika digunakan secara tepat, sehingga menjadi pilihan masyarakat untuk mengatasi hipertensi. Beberapa bahan alami yang telah melalui penelitian dan terbukti menurunkan tekanan darah tinggi diantaranya adalah seledri, belimbing manis, mentimun, bunga rosella, kumis kucing, daun dewa, lidah buaya, tempuyung, sambilato dan brotowali (Hardianti, 2018)

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Penelitian terkait dalam penggunaan terapi komplementer yakni penelitian tentang efektivitas Antara Pemberian Jus Mentimun dan Rebusan Seledri terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Puskesmas PERUMNAS II Kalimantan Barat, hipertensi dapat diatasi dengan pemberian terapi komplementer yang dapat menurunkan tekanan darah adalah penggunaan jus mentimun dan rebusan seledri yang memiliki kandungan kalium dan pthalides. Hasil penelitian dengan menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan nilai p value adalah $<0,05$ didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan setelah diberikan intervensi pada kelompok (Hardianti, 2018)

Penelitian lainya tentang Penanganan hipertensi selain melalui nonfarmakologis dengan pemanfaatan seledri dengan metode preekspemen one group Pretest Posttest menunjukan hasil bahwa rebusan seledri efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi derajat I dan II (Suryarinilsih et al., 2021)


Penelitian lainya tentang Efektivitas Pemberian Jus Mentimun dan Rebusan Seledri terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun dan rebusan daun seledri berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Persentase penurunan paling tinggi adalah pada kelompok rebusan seledri (100%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji independen sample T-test menunjukkan nilai p value kelompok pre dan post $< 0,05$ (Wiji et al., 2021)

d. Metode

Metode pelaksanaan merupakan landasan atau acuan agar proses dalam program pengabdian kepada masyarakat ini berjalan secara sistematis, terstruktur, dan terarah. Setelah proses observasi lapangan dan identifikasi permasalahan dilakukan, maka akan dilakukan perancangan solusi. Selanjutnya solusi yang menjadi yang telah direncanakan akan ditawarkan kepada mitra. Pada tahap survey, pengusul akan melakukan kunjungan ke lokasi mitra untuk melakukan tinjauan lingkungan dan jadwal kunjungan Lansia. Sehingga pengusul dapat membuat kesepakatan dengan responden. Tahap implmentasi ini pengusul akan memberikan Edukasi tentang pentingnya terapi komplementer jus timsel, dilakukan dengan metode ceramah Tanya jawab dengan keluarga pasien, dan menjelaskan secara menjaga keselamatan pasien. Pada tahap akhir yaitu evaluasi edukasi yang diberikan, apakah para keluarga a sudah memahami atau belum, penggalian dilakukan dengan melihat evaluassi luaran yaitu keluarga bersedia melakukan terapi komplementer.

e. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan tindakan yang telah dilakukan pada klien dengan produk inovasi penggunaan terapi komplementer jus timun dan seledri dalam menurunkan tekanan darah tinggi didapatkan hasil tekanan darah awal 180/104 mmhg dan setelah mengkonsumsi jus tmun seledri selama 2 hari tekanan darah turun menjadi 160/98 mmhg. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun dan rebusan daun seledri berpengaruh terhadap

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Persentase penurunan paling tinggi adalah pada kelompok rebusan seledri (100%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji independen sample T-test menunjukkan nilai p value kelompok pre dan post $< 0,05$ (Wiji et al., 2021)

Penelitian lainnya tentang efektivitas pemberian rebusan jus seledri dan jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita oleh di wilayah kerja Puskesmas II Dayehluhur mendapatkan nilai rata-rata selisih tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan jus seledri sistol sebesar 1.6500 dan diastol sebesar 2,3500, Sedangkan nilai rata-rata selisih tekanan darah sistole sebelum dan sesudah pemberian jus mentimun 11.5500 dan diatole 8,600 dengan signifikasi tekanan darah sistol dan diastolik 0,000 dimana ini berarti kedua nilai $< \alpha$ (0,05) (Raharjo, 2018)

f. Kesimpulan

Kegiatan edukasi terapi komplementer jus timsel pasien Hipertensi ini berbentuk laporan hasil berupa peningkatan pengetahuan keluarga dan bertambahnya pengetahuan keluarga dalam berperan memberikan terapi komplementer. Keberhasilan ini dapat dilihat dari :

1. Terjadinya diskusi dari kegiatan edukasi
2. Adanya respon yang positif terhadap kegiatan ini
3. 80% peserta memahami pentingnya manfaat jus timsel

g. Daftar Pustaka

- Pembakar & Suddarth. 2012. Buku Ajar: Keperawatan Medikal Bedah Vol 2. Jakarta: EGC.
- Hasdianah & Suprpto, Sentot Imam. 2016. Patologi & Patofisiologi Penyakit. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ode Sharif, La. 2017. Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika.
- TarwotodanWartolah. 2015. Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan. Edisi: 4 Jakarta.
- Santoso, AP 2013. Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Asupan Magnesium Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan RSUD Dr. Moewardi di Surakarta. Skripsi Ilmiah. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diunduh pada 8 Desember 2019 pukul 22.10 WIB
- Palmers A, Williams B. Tekanan darah tinggi. Jakarta. Erlangga.2007.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

h. Dokumentasi



Gambar 1. Peserta Pelatihan

5. Publikasi PkM

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link