

ABSTRAK

PENGARUH MENTIMUN (*Cucumis sativus* Linn.) TERHADAP TEKANAN DARAH NORMAL PADA WANITA DEWASA

Yulius, 2003. Pembimbing : Sugiarto Puradisastra, dr.

Latar Belakang :

Pada umumnya masyarakat di kota besar **banyak** menderita penyakit darah **tinggi** yang disebabkan karena stress, kurang **berolahraga**, kebiasaan merokok, kegemukan, **dan** faktor keturunan. Pada **saat sekarang** biaya pengobatan untuk penyakit hipertensi membutuhkan biaya yang mahal dan **harus diberikan** secara terus-menerus, maka dari itu, *masyarakat* mencari pengobatan yang murah, mudah dilakukan, dan sangat sederhana, yaitu pengobatan tradisional dengan mengkonsumsi mentimun setiap **hari**, yang menurut **kepercayaan** sebagian masyarakat, mentimun menurunkan tekanan darah.

Tujuan :

Penelitian *ini* bertujuan untuk mengetahui pengaruh **jus** mentimun terhadap tekanan darah dan **untuk** mendapatkan obat anti hipertensi alternatif yang murah dan

Metode :

Metode yang digunakan pada 10 orang mahasiswi FK UKM yang berumur antara 21 – 29 tahun dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah **minum** jus mentimun dari 600 **gr** dan

Hasil :

Hasil yang didapatkan yaitu tekanan darah sistol **setelah minum jus** mentimun sebesar **89,6 mmHg**, lebih rendah dari pada tekanan darah sistol sebelum minum jus mentimun sebesar **96,2 mmHg** ($P < 0,01$). **Tekanan** darah diastol setelah **minum** jus mentimun sebesar **60,2 mmHg**, lebih rendah dari pada tekanan darah diastol sebelum **minum** jus mentimun sebesar **64,4 mmHg** ($P < 0,01$).

Kesimpulan :

Hasil penelitian adalah jus mentimun dari 600 **gr** dapat menurunkan tekanan darah pada wanita dewasa yang bertekanan normal.

Saran :

Penggunaan jus mentimun untuk penderita hipertensi diperlukan penelitian lebih lanjut.

ABSTRACT

THE EFFECT OF CUCUMBER (*Cucumis sativus* Linn) TO THE BLOOD PRESSURE ON ADULT WOMEN

Yulius, 2003. Tutor : Sugiarto Puradisastra, dr.

Back ground :

Generally, peoples who live **in** big cities suffer high blood pressure disease that caused by stress, lack **of** exercise, smoking habits, obesity, and genetic factor. Now a days the cost for curing hipertensive disease needs a lot **of** money and must be given continously, and therefore. the peoples are seeking **in** cheep, easy to do , and more simple ways that covered by the traditional medicine. **Most** peoples beleave that taking cucumber evetyday can lower blood pressure.

Purpose :

This study was **to** know about the effect **of** cucumber juice **to** the blood pressure and to have alternative and cheep anti hipertensive drug.

Method :

This **study** was tested to **10** female medical student **of** Maranatha Cristian University aged between 21 – 29 years old and measured the blood pressure before and after drinking 600 gr cucumber juice

Result :

The results were systolic blood pressure after drinking cucumber juice was 89,6 mmHg, lower than the systolic blood pressure before drinking cucumber juice was 96,2 mmHg ($P < 0,01$). Diastolic blood pressure after drinking cucumber juice was 60,2 mmHg, lower than the diastolic blood pressure before drinking cucumber juice was 64,4 mmHg ($P < 0.01$).

Conclusion :

The conclusion from the experiment was 600 gr cucumber juice can lower blood pressure on adult women who have normal blood pressure

Recommendation :

Taking the cucumber juice **for** peoples who have hipertensive disease need further study.

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PERNYATAAN	
ABSTRAK	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I	
PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	1
1.3 Maksud dan Tujuan	1
1.4 Kegunaan Penelitian	2
1.5 Kerangka Penelitian2
1.6 Hipotesis Penelitian	2
1.7 Metodologi Penelitian2
1.8 Lokasi dan waktu	3
BAB II	
TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Tekanan Darah	4
2.2 Faktor Utama Yang Mempengaruhi Tekanan Darah	5
2.2.1 Jantung	5
2.2.2 Tahanan Perifer	6
2.2.3 Volume Darah	6
2.2.4 Viskositas	7

2.2.5	Elastisitas Dinding Pembuluh Darah	7
2.3	Faktor Tambahan Yang Mempengaruhi Tekanan Darah	7
2.3.1	Umur	7
2.3.2	Emosi	8
2.3.3	Jenis Kelamin	8
2.3.3	Jenis Kelamin	8
2.3.5	Bentuk Tubuh.....	8
2.3.6	Sikap Tubuh	9
2.3.7	Keadaan Tidur.....	9
2.4	Jenis Hipertensi.....	9
2.5	Klasifikasi Tekanan Darah	10
2.6	Cara Pemeriksaan Tekanan Darah	11
2.7	Metode Pengukuran Tekanan Darah	12
2.8	Peranan Buah Mentimun Terhadap Tekanan Darah	14
2.9	Pengaruh Kalium	15
2.10	Pengaruh dari a Bloker	15

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1	Subjek Penelitian.....	16
3.2	Alat-alat Yang Digunakan	16
3.3	Metode Penelitian	16
3.3.1	Variabel Perlakuan dan Variabel Respon	16
3.3.2	Prosedur Penelitian	17
3.4	Kriteria Uji	17

BAB IV

HASIL, PEMBAHASAN DAN PENGUJIAN HIPOTESIS

4.1	Hasil Sistol dan Pembahasan	19
4.2	Hasil Diastol dan Pembahasan	20
4.3	Pengujian Hipotesis Penelitian.....	21

4.3.1	Hal-hal Yang Mendukung.....	21
4.3.2	Hal-hal Yang Tidak Mendukung	21
4.3.3	Kesimpulan	21
BAB V		
KESIMPULAN		
5.1	Kesimpulan	22
5.2	Saran	22
	DAFTAR PUSTAKA	23
	LAMPIRAN – LAMPIRAN	26
	RIWAYAT HIDUP	41

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah	10
Tabel 4.1 Tekanan Darah Sistol Sebelum dan Sesudah Minum Jus Mentimun	19
Tabel 4.1 Tekanan Darah Diastol Sebelum dan Sesudah Minum Jus Mentimun.....	20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Persetujuan	26
Lampiran 2 Data Naracoba	31