

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Pemberian Smoothies Kailan terhadap Penurunan Tekanan Darah di Posbindu Kramat Pela

Latipah Catur Nafiastuti

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=73815&lokasi=lokal>

Abstrak

Hipertensi merupakan keadaan ketika tekanan dalam pembuluh darah meningkat yang dapat menimbulkan penyakit komplikasi seperti jantung, stroke, dan gagal ginjal kronis. Pengobatan hipertensi umumnya diberikan dengan jangka waktu yang lama dan memberikan efek samping. Penelitian ini memberikan alternatif pengobatan lain yang meminimalisir resiko efek samping dengan menggunakan bahan-bahan alami yang mengandung serat dan kalium yaitu dalam bentuk smoothies sebanyak 250 ml yang terdiri dari Kailan sebanyak 47,5 gr dengan campuran air kelapa muda 40 ml dan pisang 28 gr. Pemberian smoothies tersebut diberikan setiap hari selama 7 hari berturut-turut. Desain penelitian ini menggunakan quasi-experimental. Analisis data dilakukan dengan Paired T Test. Penelitian dilakukan di Posbindu Mawar, Melati, dan Anggrek dengan jumlah responden sebanyak 32 orang. Hasil menunjukkan terdapat penurunan antara tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan Smoothies Kailan sistolik (p-value = 0,000) dan diastolik (p-value = 0,016). Hal ini menunjukkan pemberian Smoothies Kailan berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata kunci: Tekanan Darah, Tekanan darah Tinggi, Smoothies Kailan