

ABSTRAK

Banyak orang yang menderita hipertensi tetapi kurang dalam mengatasinya seperti mengkonsumsi obat farmakologi ataupun menggunakan metode non farmakologi. Jus buah belimbing merupakan metode non farmakologi yang memberikan efektivitas yang baik bagi penderita hipertensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian jus buah belimbing terhadap perubahan tekanan darah di Desa Keboansikep RW 5 Gedangan Sidoarjo.

Desain penelitian menggunakan *Pre-Experimental* dengan pendekatan *One-Group Pre-Post Test Design*. Populasi seluruh penderita hipertensi di RW 5 sebesar 38 orang, sampel sebagian penderita hipertensi sebesar 35 orang diambil dengan metode *simple random sampling*. Variabel independen pemberian jus buah belimbing, variabel dependen perubahan tekanan darah. Tekanan darah diukur sebelum dan sesudah pemberian jus buah belimbing dengan alat *spygomanometer*. Uji statistik menggunakan *Uji Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan nilai kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum pemberian jus buah belimbing sebagian besar (62,9%) memiliki tekanan darah hipertensi sedang dan sesudah pemberian jus buah belimbing didapatkan sebagian besar (60,0%) memiliki tekanan darah ringan. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan nilai $p = 0,000$ artinya pemberian jus buah belimbing efektif terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Keboansikep RW 5 Gedangan Sidoarjo.

Jus buah belimbing dapat memberikan perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. Diharapkan masyarakat dapat menerapkan terapi farmakologi dan menjadikan terapi nonfarmakologi dengan mengkonsumsi jus buah belimbing sebagai terapi penunjang agar memberikan kestabilan pada perubahan tekanan darah yang diderita.

Kata Kunci : Jus buah belimbing, tekanan darah, hipertensi.