

ABSTRAK

Nur Ridha Salsabila, 2025. Pengaruh Pemberian Salad Buah terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan.

Pembimbing : Dwie Soelistyorini, SST., M.Kes dan Endang Widajati, SST., M.Kes., RD

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang mengalami peningkatan di Indonesia dari hasil pengukuran penduduk yang mengalami hipertensi di usia >18 tahun dari 25,8% menjadi 34,1% pada tahun 2018. Cara untuk penurunan tekanan darah dengan menggunakan dua metode pengobatan yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Metode pengobatan terapi non farmakologi dapat ditangani dengan konsumsi sayuran dan buah. Salah satunya dengan konsumsi salad buah segar dengan kandungan tinggi kalium, serat, dan magnesium yang terdiri dari beberapa potong buah yaitu naga, melon, dan pepaya. Buah naga, melon, dan pepaya bermanfaat dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh pemberian salad buah terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan. Desain penelitian *Pre Eksperimen* dengan menggunakan desain *One Group Pretest Postest*. Penelitian dilakukan selama 5 hari intervensi salad buah pada sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan tekanan darah setelah intervensi rerata sistolik sebesar 142,10 swarjmmHg dengan diastolik sebesar 83,10 mmHg. Hasil uji *paired T-test* perbedaan tekanan darah yang signifikan $0,000 < 0,05$. Kesimpulan penelitian terdapat pengaruh pemberian salad buah terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan.

Kata kunci : Hipertensi, Salad Buah