

RINGKASAN

Buah belimbing manis (*Averrhoa carambola*) adalah jenis buah yang dikonsumsi dalam bentuk segar, rujak, manisan, sari belimbing, dan jus belimbing.

Belimbing mempunyai kandungan gizi yang dapat mempercepat penurunan darah pada pasien penderita hipertensi. Selain sumber vitamin dan mineral, juga tinggi serat dan potasium (kalium). Potasium (kalium) berfungsi meningkatkan keteraturan denyut jantung, mengaktifkan kontraksi otot, mengatur pengiriman zat-zat gizi lainnya ke sel-sel tubuh, mengendalikan keseimbangan cairan pada jaringan sel tubuh, serta menurunkan tekanan darah tinggi (hipertensi).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh jus belimbing terhadap tekanan darah penderita hipertensi.

Penelitian ini dilakukan di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Deli Serdang Lubuk Pakam pada bulan September s/d November 2008.

Dalam penelitian ini dilakukan pengamatan tekanan darah awal pasien masuk rumah sakit dan perkembangan tekanan darah setiap pagi hari selama lima hari berturut-turut baik pada pasien tanpa terapi jus belimbing (kontrol) maupun pasien dengan pemberian terapi jus belimbing (diberikan 2x sehari pada jam 10.00 pagi dan jam 15.00 sore). Ini sebagai makanan selingan dan diberikan selama lima hari berturut-turut. Prosedur pembuatan jus belimbing dapat kita lihat pada lampiran I, dan pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan dengan uji statistik yaitu uji t.

Dengan demikian pengaruh pemberian jus belimbing pada pasien hipertensi dapat membantu menurunkan tekanan darah.