

LAMPIRAN

LAMPIRAN I SOP

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PEMBERIAN JUS MENTIMUN
Persiapan Alat Dan Bahan	1. Blender 2. Buah Mentimun 150-200gr 3. Pisau 4. Gelas 5. Air 200 ml 6. Sendok
Pelaksanaan	1. Orientasi a. Menyampaikan Salam b. Memperkenalkan Nama. c. Mengidentifikasi klien d. Menjelaskan tujuan Terapi Jus mentimun. e. Memberikan kesempatan pasien bertanya. f. Memastikan lingkungan yang tenang dan pencahayaan yang cukup g. Memberikan posisi yang nyaman.

	h. Menyiapkan alat: Blender, pisau, gelas 250ml, air 200ml, semdok, mentimun 2. Kerja 1. Siapkan mentimun 1 buah dengan ukuran 150-200gr 2. Kupas kulit mentimun dan cuci bersih mentimun dengan menggunakan air 3. Masukkan buah mentimun 150-200gr yang sudah dcuci dan dipotong ke dalam blender 4. Tambahkan 1 gelas air putih 250ml ke blender 5. Mentimun siap untuk di blender 6. Setelah selesai proses penghalusan, tuang jus mentimus ke dalam gelas 7. Lakukan secara rutin dikonsumsi dalam 1x/hari selama 5 hari 3. Evaluasi 1. Mengukur tekanan darah 2. Evaluasi kegiatan 3. Melakukan kontrak yang akan datang dan berpamitan
--	--

LAMPIRAM 2 LEFLEAT



Wulan Pebriansyah
Universitas Bhakti Kencana

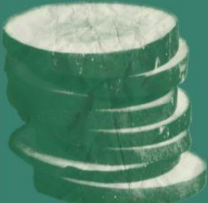
JUS MENTIMUN UNTUK MENURUNKAN HIPERTENSI

HIPERTENSI

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis di mana tekanan darah dalam pembuluh darah terlalu tinggi melebihi batas normal (120/80 mmHg)

MENTIMUN

Mentimun adalah tanaman sayuran yang ditanam untuk dimanfaatkan buahnya sebagai sumber makanan ataupun bahan obat-obatan. Mentimun juga adalah sumber nutrisi.



CARA MEMBUAT JUS MENTIMUN



Siapkan mentimun 1 buah dengan ukuran 150-200gr



Kupas kulit mentimun dan cuci bersih menggunakan air



Potong buah mentimun yang sudah di cuci air bersih



Masukan mentimun dan 1 gelas air putih 250ml ke blender



Setelah selesai di blender, lakukan penghalusan



Tuang jus ke dalam gelas dan konsumsi secara rutin



KANDUNGAN MENTIMUN

- Air
Membantu hidrasi tubuh.
- Kalium
Mengatur tekanan darah dan keseimbangan cairan.
- Vitamin C
Meningkatkan kekebalan tubuh.
- Vitamin K
Membantu pembekuan darah.
- Fosfor
Mendukung kesehatan tulang.
- Magnesium
Mengatur kontraksi otot.
- Serat
Membantu melancarkan pencernaan

LAMPIRAN 3

DOKUMENTASI PEMBERIAN JUS MENTIMUN



LAMPIRAN 4

LEMBAR BIMBINGAN

LEMBAR BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Wulan Pebriansyah
 NIM : 2327104015
 Judul KIAN :

Pembimbing : Susan Wawan Riyai, S.Eq, Des., MAN

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	16/01/25	Bab I ↳ Perbaiki Judul KIAN ↳ Perbaiki Daftar Isi ↳ Tinjauan pustaka (hilangkan teori konsep tekanan darah) ↳ Perbaiki latar belakang (umum ke khusus)	
	18/01/25	↳ Hasil pengkajian di lapangan pada Pendahuluan, di tambahkan hasil kajian mengenai data hipertensi	
	21/01/25	BAB II ↳ Tambahkan teori pada konsep hipertensi ↳ Hilangkan teori terkait tekanan darah langsung pada teori hipertensi.	
	23/01/25	↳ Tambahkan keunggulan terapi non farmakologi (jika meritum)	
	30/01/25	BAB III ↳ Perbaiki tinjauan kasus pada Genogram keluarga ↳ Tambahkan data pengkajian pada tinjauan kasus (keluhan saat ini) ↳ Tambahkan Analisa data	

LEMBAR BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Wulan Pebrianayah
NIM : 2327704012
Judul KIAN :

Pembimbing : Susan Idrach, S.Kep.Ners, MARS

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	09/01/24	BAB 4 - Tambahkan Pembahasan Mengenai Manajemen Kesehatan - Tambahkan analisa Jurnal pada pembahasan	SL
	04/02/24	- Lengkapi kesimpulan dan saran - Lengkapi lampiran untuk laporan - Lanjutkan abstrak	SL
	05/02/24	- Perbaiki dan tambahkan data bab 4	SL

LAMPIRAN 5 HASIL TURNITIN

REVISI AFTER SIDANG KIAN_WULAN
PEBRIANSYAH_232FK04015.docx

ORIGINALITY REPORT

17 %	76 %	28 %	42 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.stikes-bhm.ac.id Internet Source	1 %
2	repository.stikeshangtuah-sby.ac.id Internet Source	1 %
3	docplayer.info Internet Source	1 %
4	repositori.ubs-ppni.ac.id:8080 Internet Source	1 %
5	repository.poltekkes-kaltim.ac.id Internet Source	1 %
6	eprints.kertacendekia.ac.id Internet Source	1 %
7	download.garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	1 %
8	123dok.com Internet Source	1 %
9	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	1 %
10	repository.lp4mstikeskhg.org Internet Source	1 %

repo.stikmuhptk.ac.id

LAMPIRAN 6

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Wulan Pebriansyah, S.Kep
NIM : 232FK04015
Tempat/Tanggal Lahir : Bandung, 9 Februari 2001
Alamat : Jl. Tangkuban Parahu, Kp. Karang
Tengah
E-mail : 191FK03055@bku.ac.id
No. HP : 08882027397

Riwayat Pendidikan:

1. SDN 4 Cibogo Lembang : Tahun 2006-2012
2. MTS Al-Qur'an Al-Amanah : Tahun 2012-2015
3. SMK Bhakti Kencana Cileunyi : Tahun 2015-2018
4. Universitas Bhakti Kencana
 - Program Sarjana Keperawatan : Tahun 2019-2023
 - Program Profesi Ners : Tahun 2024-Sekarang

