

LAMPIRAN

SOP PEMBUATAN *INFUSE WATER MENTIMUN*

Tujuan	Membantu menurunkan tekanan darah
Waktu	1x sehari selama 7 kali pertemuan
Peralatan	1) Pisau 2) Botol kaca besar (jar) 3) Buah mentimun lokal dengan warna yang sama berusia antara 40- 50 hari dan berukuran sedang 4) Air 250ml timbangan 5) Botol kemasan 250ml
Pembuatan	1) Timbang mentimun sesuai ukuran yaitu 100gr 2) Kupas kulit mentimun dan cuci bersih mentimun yang sudah dikupas dengan air 3) Kemudian diiris slice lalu masukkan ke dalam botol jar 4) Tambahkan air dengan kelipatan 250ml setiap 100gr mentimun ke dalam botol jar 5) Lalu diamkan selama 12jam untuk proses ekstraksi 6) Waktu terbaik saat mengkonsumsi setelah 12jam (infused water tahan selama 12 jam di suhu ruang atau di lemari pendingin). 7) Setelah selesai proses ekstraksi kemudian infuse water mentimun dipindahkan kedalam botol kemasan 250ml. 8) Selanjutnya botol infuse water yang sudah siap di masukkan kedalam coller bag. 9) Infuse water siap di sajikan pada pagi hari atau 3 jam sesudah makan dalam 1x/hari selama 7 hari.
Evaluasi	Dilakukan melalui pengamatan, apakah pasien merasa tenang selama melakukan kegiatan
Revisi Program	Berdasarkan evaluasi, apabila tekanan darah pada klien tidak menurun maka program harus ditinjau ulang/revisi.

KUESIONER PENGETAHUAN

No	Pernyataan	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju
1	Hipertensi di sebut juga sebagai penyakit tekanan darah tinggi	4	3	2	1
2	Dikatakan penyakit tekanan darah tinggi jika nilai tekanan darah pasien <60 tahun >140/90 mmHg, dan pasien >60 tahun >150/90 mmHg	4	3	2	1
3	Captopril merupakan obat penyakit tekanan darah tinggi	4	3	2	1
4	Reaksi setelah mengkonsumsi captopril yaitu batuk tidak berdahak	4	3	2	1
5	Amlodipin merupakan obat penyakit tekanan darah tinggi yang diminum 1 kali sehari	4	3	2	1
6	Amlodipin sebaiknya diminum sebelum makan	4	3	2	1
7	Pasien tekanan darah tinggi harus mengkonsumsi obat secara rutin	4	3	2	1
8	Pasien tekanan darah tinggi harus periksa tekanan darah secara rutin	4	3	2	1
9	Olahraga teratur baik untuk pasien tekanan darah tinggi	4	3	2	1
10	Sayur dan buah-buahan dianjurkan untuk pasien tekanan darah tinggi	4	3	2	1
11	Makanan asin tidak baik untuk pasien tekanan darah tinggi	4	3	2	1
12	Stres tidak baik untuk pasien tekanan darah tinggi	4	3	2	1
13	Merokok tidak baik untuk pasien tekanan darah tinggi	4	3	2	1
14	Minum alkohol tidak baik untuk pasien tekanan darah tinggi	4	3	2	1
15	Penyakit tekanan darah tinggi jika tidak ditangani dapat menyebabkan stroke	4	3	2	1
16	Penyakit tekanan darah tinggi jika tidak ditangani dapat menyebabkan penyakit jantung	4	3	2	1

17	Penyakit tekanan darah tinggi jika tidak ditangani dapat menyebabkan penyakit gagal ginjal	4	3	2	1
----	--	---	---	---	---

Keterangan

Definisi : item 1-2

Terapi farmakologi : item 3-8

Terapi non farmakologi : item 9-14

Komplikasi : item 15-17

DOKUMENTASI KEGIATAN

