

INTISARI

Buah mentimun sayur (*Cucumis sativus* L.) mengandung 90% air, natrium, kalium, saponin dan flavonoid yang dapat memberikan efek diuresis. Namun, penelitian efek jus buah mentimun sayur terhadap volume urine pada orang dewasa belum pernah diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan efek jus buah mentimun sayur terhadap volume urine pada orang dewasa. Penelitian eksperimental dengan rancangan *crossover design*. Sampel penelitian dibagi menjadi 2 kelompok yang terdiri dari 24 orang. Bahan yang digunakan 300 g mentimun yang dijus dengan hasil jus rerata 156 ml. Pada hari pertama perlakuan masing – masing sampel diberi jus buah mentimun sayur sebesar 300 g dan pada hari kedua masing – masing sampel diberi air mineral sebesar 156 ml. Total volume urine selama 2 jam pengamatan diukur. Data volume urine selama 2 jam diuji normalitas dengan *Shapiro Wilk* menunjukkan distribusi tidak normal dan dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon*. Median volume urine setelah 2 jam pemberian jus buah mentimun sayur adalah 75,50 ml, maksimal 254 ml, minimal 33 ml dan setelah pemberian air mineral adalah 49,00 ml, maksimal 245 ml, minimal 23 ml. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan $p = 0,00$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan. Oleh karena dapat disimpulkan jus buah mentimun sayur berefek terhadap volume urine pada orang dewasa.

Kata kunci: jus buah mentimun sayur (*Cucumis sativus* L.), volume urine, orang dewasa