

ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN INTERVENSI JUS SEMANGKA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH TINGGI DI PANTI WERDHA MARFATI

Indah¹ Siti Robeatul Adawiyah² Regina Windyastuti³

Indah, Program Studi Profesi Ners

Universitas Yatsi Madani Jl. Arya Santika, No.40A, Tangerang Banten

Email: indahhu16@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Lansia merupakan tahap akhir dari pertumbuhan dan perkembangan manusia yang merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap manusia. Pada tahap ini, seseorang akan mengalami banyak perubahan baik fisik, mental, social, maupun kemunduran dalam berbagai fisiologis tubuh. Terdapat dua cara untuk menurunkan hipertensi, farmakologis dan non farmakologis. Non farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien. Tujuan: Tujuan dari penulisan ini untuk mengetahui efektivitas jus semangka untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia. Metode: Desain metode kasus menggunakan asuhan keperawatan, sampel studi kasus menggunakan 1 pasien pada Ny. E dengan pengaplikasian terapi jus semangka selama 7 hari dengan jumlah 300 g di dapatkan tekanan darah tinggi menurun. Hasil: Berdasarkan hasil implementasi Pada hari pertama, Jumat 05 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka dengan hasil evaluasi yaitu tekanan darah Ny. E 153/95 mmHg. Pada hari Kedua, Senin 08 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka dengan hasil evaluasi yaitu tekanan darah Ny. E 148/85 mmHg. Pada hari Ketiga, Selasa 09 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka dengan hasil evaluasi yaitu tekanan darah Ny. E 143/80 mmHg. Pada hari keempat, Rabu 10 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka dengan hasil evaluasi yaitu tekanan darah Ny. E 138/78 mmHg. Pada hari kelima, Kamis 11 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka dengan hasil evaluasi yaitu tekanan darah Ny. E 130/75 mmHg. Pada hari keenam, Jumat 12 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka dengan hasil evaluasi yaitu tekanan darah Ny. E 125/72 mmHg. Pada hari ketujuh, Sabtu 13 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka dengan hasil evaluasi yaitu tekanan darah Ny. E 120/70 mmHg.

Kata Kunci: Jus Semangka, Hipertensi, Lansia

Received: Agustus 2024
Reviewed: Agustus 2024
Published: Agustus 2024

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author
Publish by : Nutricia



This work is licensed
under a [Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

ABSTRACT

Background: Elderly is the final stage of human growth and development which is part of the life process that cannot be avoided and will be experienced by every human being. At this stage, a person will experience many changes, both physical, mental, social, as well as deterioration in various physiology of the body. There are two ways to reduce hypertension, pharmacological and non-pharmacological. Non-pharmacological treatment can be done by giving watermelon juice to reduce high blood pressure in patients. Purpose: The purpose of this paper is to determine the effectiveness of watermelon juice in reducing high blood pressure in the elderly. Method: Case method design using nursing care, case study sample using 1 patient in Mrs. E, by applying watermelon juice therapy for 7 days with a total of 300 g, high blood pressure was reduced. Results: Based on the results of implementation. On the first day, Friday 5 July 2024 at 09.00 WIB, watermelon juice was implemented with the evaluation results, namely Mrs. E 153/95 mmHg. On the second day, Monday 8 July 2024 at 09.00 WIB, watermelon juice was implemented with the evaluation results, namely Mrs. E 148/85 mmHg. On the third day, Tuesday 09 July 2024 at 09.00 WIB, watermelon juice was implemented with the evaluation results, namely Mrs. E 143/80 mmHg. On the fourth day, Wednesday 10 July 2024 at 09.00 WIB, watermelon juice was implemented with the evaluation results, namely Mrs. E 138/78 mmHg. On the fifth day, Thursday 11 July 2024 at 09.00 WIB, watermelon juice was implemented with the evaluation results, namely Mrs. E 130/75 mmHg. On the sixth day, Friday 12 July 2024 at 09.00 WIB, watermelon juice was implemented with the evaluation results, namely Mrs. E 125/72 mmHg. On the seventh day, Saturday 13 July 2024 at 09.00 WIB, watermelon juice was implemented with the evaluation results, namely Mrs. E 120/70 mmHg.

Keywords: Watermelon Juice, Hypertension, Elderly

1. Pendahuluan

Lansia merupakan tahap akhir dari pertumbuhan dan perkembangan manusia yang merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap manusia (Livarius, 2023).

Salah satu gangguan kesehatan yang paling banyak dialami oleh lansia adalah pada sistem kardiovaskuler. Secara alamiah lansia akan mengalami penurunan fungsi organ dan mengalami labilitas tekanan darah. Oleh sebab itu, lansia dianjurkan untuk selalu memeriksakan tekanan darah secara teratur agar dapat mencegah penyakit kardiovaskuler khususnya Hipertensi (Suprianto, 2020). Hipertensi merupakan suatu kondisi medis yang ditandai peningkatan tekanan darah di atas normal yaitu >140/90 mmHg dan dapat mengalami risiko kesakitan (morbiditas) bahkan kematian (mortalitas).

Prevalensi global penyakit Hipertensi terus mengalami peningkatan, berdasarkan data WHO (2020), sebanyak 27,6% populasi dunia atau 985 juta orang menderita Hipertensi. Berdasarkan data di Kemenkes (2021) prevalensi kejadian Hipertensi pada lansia di Indonesia sebesar 45,9% pada umur 55 – 64 tahun, 57,6% umur 65 – 74 tahun dan 63,8% umur >75 tahun. Prevalensi di Provinsi Banten yang memiliki penyakit Hipertensi sebanyak 8,61%. Sebaliknya di Kota Tangerang penyakit Hipertensi masuk dalam urutan awal sebesar 28,74%, Kabupaten Tangerang 23,6%.

Ada cara yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah tinggi salah satunya dengan cara memberikan Jus semangka. Peneliti tertarik untuk mengetahui, memahami penyakit Hipertensi dan cara mengatasinya melalui karya tulis ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Jus Semangka Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Di Panti Werdha Marfati”.

2. Tinjauan Pustaka

Menurut Ratnawati dalam Widyawati & Sari (2020) Lansia ialah seseorang yang usianya telah mencapai 60 tahun atau lebih, ia tidak mampu untuk mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidup dan ditandai dengan adanya penurunan tubuh untuk melakukan adaptasi.

Salah satu gangguan kesehatan yang paling banyak dialami oleh lansia adalah pada sistem kardiovaskuler. Secara alamiah lansia akan mengalami penurunan fungsi organ dan mengalami labilitas tekanan darah. Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan dunia yang relatif berbahaya, karena Hipertensi merupakan faktor risiko penyakit kardiovaskular seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal (WHO, 2020).

Pengobatan Hipertensi umumnya dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan nonfarmakologis. Adapun dengan pengobatan nonfarmakologi adalah pengobatan tanpa obat-obatan Hipertensi namun melalui pencegahan dengan menerapkan pola hidup sehat dan mengkonsumsi bahan-bahan alami seperti buah dan sayur. Salah satu buah-buahan yang dapat digunakan untuk mencegah sekaligus menurunkan tekanan darah tinggi atau Hipertensi adalah buah semangka (*Citrullus Vulgaris*).

3. Metodologi

Metode yang digunakan yaitu desain deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan menggunakan jus semangka pada pasien Hipertensi. Subyek studi kasus penelitian ini adalah pasien dengan penderita Hipertensi. Pengambilan subyek study menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi responden yaitu pasien dengan diagnosa Hipertensi, bersedia menjadi responden, dan kooperatif dapat mengikuti instruksi bersama peneliti. Kriteria eksklusi yaitu pasien menolak menjadi responden. Pemberian intervensi Jus Semangka dapat dilakukan selama 1 kali sehari dalam 7 hari dengan takaran 300g buah semangka. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 05 Juli 2024 sampai 13 Juli 2024.

Instrumen yang digunakan pada studi kasus ini yaitu sphymanometer. Pengambilan data diawali dengan pengukuran tekanan darah pada awal dan sesudah diberikan jus semangka selama 7 hari. Sebelumnya dilakukan wawancara penggunaan obat hipertensi dan dijelaskan

terkait dengan tujuan dan manfaat pemberian jus semangka. Pasien diberikan kebebasan dalam menentukan kesediannya menjadi subjek studi kasus dengan menggunakan lembar persetujuan, peneliti tidak menampilkan identitas subjek studi kasus dalam laporan maupun naskah publikasi.

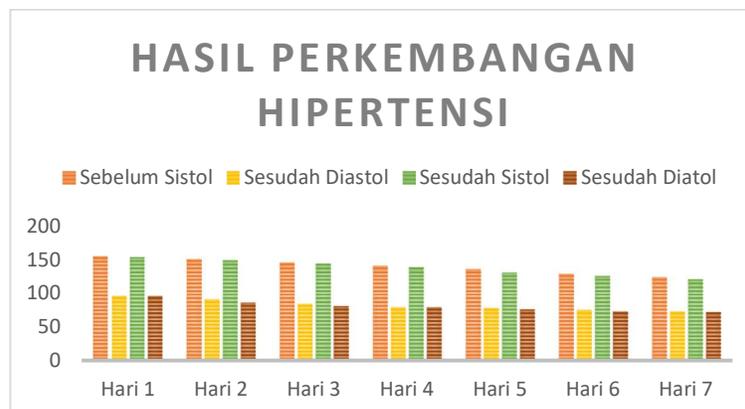
Studi kasus ini dilakukan tanggal pada 05 Juli 2024- 13 Juli 2024. Peneliti melakukan asuhan keperawatan kepada subyek studi kasus selama 7 hari dengan menerapkan pemberian jus semangka. Pengelolaan data studi kasus di presentasikan dan dianalisis untuk mengetahui adanya penurunan tekanan darah pada pasien Hipertensi setelah diberikan jus semangka.

4. Hasil dan Pembahasan

Pada tanggal 03 Juli 2024 penulis melakukan pengkajian kepada Ny. E (80 tahun) Dengan jenis kelamin perempuan beragama Katholik yang tinggal di Panti Werdha Marfati. Saat dilkukan pengkajian di dapatkan diagnosa Hipertensi. Status janda, Ny. E mengeluh pusing, sakit kepala, dan mudah lelah saat beraktivitas. Ny. E juga mengeluh bagian tengkuk seperti berat dan nyeri hilang timbul Ny. E mengatakan tidak nyaman dengan rasa sakit yang dia rasakan. Ny. E mengatakan tidak ada riwayat penyakit hipertensi sebelumnya. Tekanan darah 158/95 mmHg, N: 98x/ menit, RR:18x/menit, S: 36.1^oC.

Intervensi yang dilakukan pada Ny. E untuk masalah keperawatan penurunan curah jantung yaitu pemberian jus semangka untuk mengurangi tekanan darah tinggi, dilakukan intervensi penurunan curah jantung yang meliputi Observasi: tanda dan gejala primer penurunan curah jantung seperti kelelahan, monitor tekanan darah. Terapeutik: fasilitasi pasien keluarga untuk memodifikasi gaya hidup sehat dengan memberikan edukasi. Edukasi: anjurkan beraktifitas fisik sesuai toleransi. Kolaborasi: kolaborasi pemberian antiaritmia, jika perlu dan Ny. E rutin meminum obat Amlodipine 5 mg 1 x sehari.

Implementasi dilakukan selama 7 hari berturut-turut dengan pemberian 1 kali dalam sehari. Penurunan tekanan darah subjek studi kasus sebelum dan sesudah dilakukan pemberian jus semangka dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Subjek studi kasus berumur 80 tahun. Pada hari pertama, Jumat 05 Juli 2024 pukul 09.00 WIB kembali dilakukan implementasi jus semangka yaitu tekanan darah sebelum diberikan pemberian jus sebesar 158/95 mmHg dan sesudah sebesar 153/95 mmHg. Pada hari kedua,

Senin 08 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka yaitu tekanan darah sebelum diberikan pemberian jus sebesar 150/90 mmHg dan sesudah sebesar 148/85 mmHg . Pada hari ketiga, Selasa 09 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka yaitu tekanan darah sebelum diberikan pemberian jus sebesar 145/83 mmHg dan sesudah sebesar 143/80 mmHg. Pada hari keempat, Rabu 10 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka yaitu tekanan darah sebelum diberikan pemberian jus sebesar 140/78 mmHg dan sesudah sebesar 138/78 mmHg. Pada hari kelima, Kamis 11 Juli 2024 pukul 09.00 WIB dilakukan implementasi jus semangka yaitu tekanan darah sebelum diberikan jus sebesar 135/77 mmHg dan sesudah sebesar 130/75 mmHg. Pada hari keenam, Jumat 12 Juli 2024 pukul 09.00 WIB kembali dilakukan implementasi jus semangka yaitu tekanan darah sebelum diberikan jus sebesar 128/74 mmHg dan sesudah sebesar 125/72 mmHg. Pada hari ketujuh , Sabtu 13 Juli 2024 pukul 09.00 WIB kembali dilakukan implementasi jus semangka yaitu tekanan darah sebelum diberikan jus sebesar 123/72 mmHg dan sesudah sebesar 120/70 mmHg.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa penurunan tekanan darah kelompok 300 g terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita Hipertensi. Sejalan dengan penelitian Penelitian yang dilakukan oleh (Muto'ah & Dr, 2022) pemberian jus semangka pada penderita hipertensi dengan dosis 300 g dan 250 g selama 7 hari dapat menurunkan tekanan darah, rata-rata penurunan tekanan darah sistolik pada 300 g 15,71 mmHg dan diastolik sebesar 13,57 mmHg.

5. Simpulan

Berdasarkan hasil implementasi secara non farmakologis yaitu dengan pemberian jus semangka selama 7 hari dengan takaran 300 g, menunjukkan perubahan atau penurunan angka tekanan darah teratasi dengan tekanan darah awal yaitu 158/95 mmHg menjadi 120/70 mmHg.

Daftar Referensi

- Arianto, A., Purba, R., Ginting, D. S., & Sitio, S. S. (2020). Pemberian Jus Semangka Efektif Dalam Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Pada penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 3(1), 22–29. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM>
- Muto'ah, M., & Dr, O. (2022). Differences in the Effectiveness of Watermelon Juice and Tomato Juice in Reducing High Blood Pressure in the Elderly Age 60-70 Years in the Work Area of the Cigeulis Health Center in 2022. *International Journal Publishing INFLUENCE: International Journal of Science Review*, 4(3), 2022. <https://influence-journal.com/index.php/influence/index94>
- C Maigoda, T., Dwi Oktavia, B., & Okfrianti, Y. (2019). *Effects of Red and Yellow Watermelon Juice on The Blood Pressure in Pre-Elderly Prehypertension*. January 2019. <https://doi.org/10.2991/icihc-18.2019.51>
- Livarius. (2023). *Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Lansia Hipertensi Dengan Teknuk Distraksi Musik Instrumental Klasik Pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Seksi Kejahtera Lanjut Usia Pada Wau Maumer*.

- Nurjannah. (2020). Pemberian Jus Semangka terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Usia Dewasa Muda. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(3), 135–146.
- Prakash. (2021). *A Study to Evaluate the Effectiveness of Watermelon on Blood Pressure among Patient with Hypertension Attending Outpatient Department at Primary Health Centre, Adaikampatti, Perambalur. December.* <https://doi.org/10.21275/SR201027062110>
- Renga, H. V., Purwaningtyas, M.M, F., & Inderawati, S.ST., MM, T. (2020). Pengaruh Pemberian Jus Semangka (*Citrullus lanatus*) terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Obstetri Gynekologi Dan Ilmu Kesehatan*, 7(1), 11–18.