

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA Ny. S DENGAN PEMBERIAN JUS MENTIMUN
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN PENURUNAN
CURAH JANTUNG DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI DI RT 04
RW 07 KELURAHAN BABAKAN SURABAYA KOTA BANDUNG**

Debi Disti Oktavia¹, Erlina Fazrina², Asri Handayani³

¹Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, STIKes Dharma Husada
Email : debydistiokta10@gmail.com

²Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, STIKes Dharma Husada
Email : erlina@stikesdhib.ac.id

³Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, STIKes Dharma Husada
Email : asrihandayani@stikesdhib.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal, yaitu melebihi 140/90 mmHg. Penanganan Hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu penanganan non farmakologis seperti pengontrolan berat badan, diet rendah garam, diet rendah lemak, olahraga, berhenti merokok, manajemen stres, teknik relaksasi dan seperti jus mentimun. **Tujuan :** untuk melakukan asuhan keperawatan gerontik pada Ny. S dengan pemberian jus mentimun dengan masalah keperawatan perfusi penurunan curah jantung dengan diagnosa medis hipertensi. **Metode Penelitian :** Desain karya ilmiah Akhir ners ini menggunakan studi penelaahan kasus (case report), dimana laporan kasus ini dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui laporan kasus yang terdiri dari unit tunggal. **Hasil :** Berdasarkan hasil implementasi penerapan asuhan keperawatan yang sudah direncanakan adalah baik, dikarenakan masalah keperawatan yang dialami oleh Ny. S dapat teratasi sesuai dengan tujuan. Dengan pemberian jus mentimun tekanan darah tinggi mengalami penurunan dari 160/100 MmHg menjadi 120/80 MmHg. **Kesimpulan :** pemberian terapi jus mentimun yang menunjukkan hasil adanya penurunan tekanan darah pada pasien setelah dilakukan terapi selama 4 hari. **Saran:** diharapkan dapat menambah wawasan dalam penanganan hipertensi dengan cara non farmakologis dengan pemberian jus mentimun .

Kata Kunci : jus mentimun, hipertensi, asuhan lansia.

ABSTRACT

Background: Hypertension or high blood pressure is a disorder of the circulatory system that can cause an increase in blood pressure above normal values, which exceeds 140/90 mmHg. Hypertension treatment can be done in two ways, namely non-pharmacological treatments such as weight control, low salt diet, low fat diet, exercise, smoking cessation, stress management, relaxation techniques and such as cucumber juice. **Objective:** to perform gerontic nursing care on Mrs. S by giving cucumber juice with the nursing problem of decreased cardiac output with a medical diagnosis of hypertension. **Research Methods:** The design of this ners Final scientific work uses a case review study (case report), where this case report is carried out by examining a problem through a case report consisting of a single unit. **Results:** Based on the results of the implementation of the application of nursing care that has been planned is good, because the nursing problems experienced by Mrs. S can be resolved in accordance with the objectives. By giving cucumber juice, high blood pressure decreased from 160/100 mmHg to 120/80 mmHg. **Conclusion:** the provision of cucumber juice therapy which shows the results of a decrease in blood pressure in patients after therapy for 4 days. **Suggestion:** it is hopen that this can increase insight into treating hypertension using non-pharmacological methods by administering cucumber juice.

Keywords: cucumber juice, hypertension, elderly nursing care.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal, yaitu melebihi 140/90 mmHg. Laporan WHO tahun 2022 menyatakan bahwa pada tahun 2021 jumlah kasus hipertensi di dunia adalah 839 juta kasus dan diperkirakan akan semakin meningkat pada tahun 2025 dengan jumlah 1,15 milyar kasus atau sekitar 29% dari total penduduk dunia (WHO, 2022). Hipertensi pada lansia di beberapa negara di dunia seperti di Amerika menunjukkan 71,6 juta penderita hipertensi. Di bagian Asia tercatat 38,4 juta penderita hipertensi pada tahun 2022 dan diprediksi akan menjadi 67,4 juta orang pada tahun 2025 (Aloanis & Pramono, 2023).

Prevelensi hipertensi di Indonesia meningkat pada kelompok lansia. Jumlah

penderita hipertensi di Indonesia pada tahun 2022, berdasarkan umur yaitu pada kelompok umur 45-54 tahun sebesar 35,6%, kelompok umur 55-64 tahun sebesar 45,9%, kelompok umur 65-74 tahun sebesar 57,6%, dan untuk kelompok umur 75 tahun keatas sebesar 63,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Penatalaksanaan hipertensi meliputi modifikasi gaya hidup dan terapi farmakologi dengan obat-obatan. Sebagian besar pasien memerlukan obat anti hipertensi seumur hidup dengan obat tunggal maupun kombinasi lebih dari satu obat. Klinisi dituntut memiliki kemampuan dalam menentukan indikasi memulai terapi farmakologi, target kendali tekanan darah (TD), dan jenis anti hipertensi yang harus dipilih. Pedoman penatalaksanaan hipertensi sangat diperlukan oleh para dokter untuk mencegah terjadinya komplikasi kardio-

serebrovaskuler. Perubahan gaya hidup dan obat-obatan terbukti dapat menurunkan tekanan darah dan komplikasi kardiovaskuler pada penderita hipertensi. Berikut akan dibahas mengenai strategi terapi farmakologis pada hipertensi.

Terapi farmakologi hipertensi diawali dengan pemakaian obat tunggal. Tergantung level TD awal, rata-rata monoterapi menurunkan TD sistole sekitar 7-13 mm Hg dan diastole sekitar 4-8 mmHg. Apabila respon terhadap monoterapi awal ini tidak adekuat.

Jika terdapat respon terhadap monoterapi dosis awal dan belum terkontrol dengan monoterapi (TD 10/5 mmHg di atas target) maka dosis obat harus dinaikkan. Jika respon tidak adekuat, namun tekanan darah mulai mendekati target maka dapat ditambahkan kombinasi obat jenis lain secara terpisah atau dalam bentuk tablet kombinasi. Jika tidak terdapat respon terhadap monoterapi obat awal yang diberikan, maka obat tersebut dapat distop dan digantikan dengan obat golongan lain (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Penanganan Hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu penanganan non farmakologis seperti pengontrolan berat badan, diet rendah garam, diet rendah lemak, olahraga, berhenti merokok, manajemen stres, seknik relaksasi dan seperti terapi herbal. Sedangkan penanganan dengan obat-obatan (farmakologis) meliputi pemberian *diuretik*, penghambat simpatetik, betabloker, vasodilator dan penghambat enzim konversi angiotensin (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Cara mencegah agar hipertensi tidak menyebabkan komplikasi lebih lanjut maka diperlukan penanganan yang tepat dan efisien, baik secara farmakologi maupun non farmakologis. Akan tetapi ada efek samping pada pengobatan farmakologis menyebabkan masyarakat memilih pengobatan non farmakologis atau sering disebut pengobatan herbal sebagai salah satu alternatif pengobatan hipertensi. Banyak tanaman yang di percaya masyarakat dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah, salah satunya adalah mentimun.

Buah mentimun sangat baik di konsumsi untuk penderita hipertensi. Suatu

makanan dikatakan makanan yang sehat untuk pembuluh darah dan jantung, dimana makanan tersebut mengandung kalium yang merupakan elektrolit intraseluler yang utama, dalam kenyataan, 98% kalium tubuh berada di dalam sel, 2% sisanya berada di luar sel, yang penting adalah 2% ini untuk fungsi neuromuskuler. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skelet maupun otot jantung. Mengonsumsi mentimun dapat menurunkan tekanan darah dan sangat baik untuk penderita hipertensi. Mentimun juga mempunyai bersifat diuretik karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah dan dapat meningkatkan buang air kecil (BAK) (Asadha, 2021).

Buah mentimun mempunyai sifat hipotensif (menurunkan tekanan darah), karena kandungan air dan kalium dalam mentimun akan menarik natrium kedalam intraseluler dan bekerja dengan membuka pembuluh darah (vasodilatasi) yang dapat menurunkan tekanan darah. Kalium merupakan elektrolit intraseluler yang utama, dalam kenyataannya 98% kalium tubuh berada dalam sel, 2% ini untuk fungsi neuromuskuler. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skeletal maupun otot jantung (Ivana et al., 2021).

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya bahwa pemberian jus mentimun dapat mengatasi tekanan darah pada pasien hipertensi lansia seperti yang dilakukan oleh (Wibowo & Anita, 2021) yang menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien lansia hipertensi esensial. Sehingga asuhan keperawatan yang dilakukan penulis terhadap Ny. S di RT 04 RW 07 Kelurahan Babakan Surabaya Kota Bandung dengan pemberian jus mentimun diharapkan dapat mengatasi masalah keperawatan penurunan curah jantung dengan diagnosa medis hipertensi.

Berdasarkan uraian tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny. S dengan Pemberian Jus Mentimun dengan Masalah Keperawatan Penurunan curah jantung dengan Diagnosa Medis Hipertensi di RT 04 RW 07 Kelurahan Babakan Surabaya Kota Bandung."

2. METODE PENELITIAN

Desain karya ilmiah Akhir ners ini menggunakan studi penelaahan kasus (*case report*), dimana laporan kasus ini dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui laporan kasus yang terdiri dari unit tunggal. Unit tunggal disini dapat berarti satu orang, sekelompok penduduk yang terkena suatu masalah, atau sekelompok masyarakat di suatu daerah. Meskipun di dalam laporan kasus ini yang diteliti hanya unit tunggal namun, dianalisis secara mendalam meliputi berbagai aspek (Notoatmodjo, 2018). Karya ilmiah Akhir ini disusun untuk memberikan laporan terkait dengan pelaksanaan asuhan keperawatan gerontik pada Ny. S dengan pemberian jus mentimun dengan masalah keperawatan penurunan curah jantung dengan diagnosa medis hipertensi di RT 04 RW 07 Kelurahan Babakan Surabaya Kota Bandung.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil setelah dilakukan implementasi keperawatan terhadap Ny. S berupa pemberian jus mentimun selama 4 kali kunjungan didapatkan hasil dari penerapan asuhan keperawatan yang sudah direncanakan adalah baik, dikarenakan masalah keperawatan yang dialami oleh Ny. S dapat teratasi sesuai dengan tujuan. Dengan pemberian jus mentimun tekanan darah tinggi mengalami penurunan dari 160/100 MmHg menjadi 120/80 MmHg.

Pada kasus kelolaan ini dilakukan adalah pengkajian Ny.S berusia 70 tahun dilakukan pengkajian 30 april 2024 pukul 13:00 WIB dengan diagnose medis hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah penyakit yang umum terjadi dalam masyarakat kita. Keadaan itu terjadi jika tekanan darah pada arteri utama didalam tubuh terlalu tinggi.

Hipertensi kini semakin sering dijumpai pada orang lanjut usia (Aspiani,2018).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat di simpulkan bahwa hipertensi adalah penyakit tekanan darah tinggi dan di batas normal yaitu jika melebihi 140/90 mmHg. Pada dasarnya seseorang yang mengalami hipertensi tidak memiliki tanda dan gejala yang spesifik tetapi pada pasien ini memiliki keluhan seperti mengeluh sakit kepala disertai dengan pusing, kelelahan dan lemas.

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada Ny. S sesuai dengan diagnosa keperawatan utama yaitu penurunan curah jantung dengan pemberian jus mentimun sebanyak 100gr mentimun,air 100ml, diminum sebanyak 1 gelas setiap pagi hari.

Metode yang dilakukan pada Ny. S ialah laporan kasus individu dengan pendekatan individual menggunakan tindakan terapeutik non-farmakologi yaitu pemberian jus mentimun, Pendidikan Kesehatan berupa pemberian jus mentimun, disertai dengan demonstrasi dalam pembuatan jus sesuai dengan anjuran tepat. Diharapkan klien dapat melakukan tindakan mandiri dengan terapi komplementar berupa konsumsi jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah.intrumen dalam pembuatan jus mentimun, berupa 100gr mentimun,air 100ml, gelas blender.

Dalam beberapa hasil penelitian yang relevan menunjukan manfaat yang positif dari konsumsi jus mentimun sebagai tindakan non-farmakologin dalam pengaruhnya terhadap penurunan tekanan darah, kandungan mentimun yang dapat menurunkan tekanan darah kalium, mngnesium, dan fosfor aktif. Selain itu juga bersifat diuretic karena kandungan air yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah. (Muliani et al.,2021).

4. KESIMPULAN

Hasil inovasi pemberian intervensi pada klien hipertensi dengan masalah penurunan curah jantung dapat teratasi dengan Teknik non-farmakologis jus mentimun selama 4 hari. tindakan keperawatan dalam mengatasi Hipertensi adalah non-farmakologi salah satunya dengan pemberian terapi jus mentimun yang menunjukkan hasil adanya penurunan tekanan darah pada pasien setelah selama 4 hari 100ml dalam 1 hari diberikan kepada penderita hipertensi pada pukul 08:00 WIB.

5. SARAN

Pasien dan Keluarga dapat menerapkan penanganan terhadap klien dengan hipertensi dengan pemberian jus mentimun Serta diharapkan pasien dan keluarga dapat mencari lebih luas wawasan mengenai terapi non-farmakologi lainnya..

6. REFERENSI

- Akbar, A. (2020). *Buku Ajar Konsep-Konsep Dasar Dalam Keperawatan Komunitas*. Surabaya: Deepublish.
- Aloanis, F., & Pramono, W. H. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Sendangmulyo Kecamatan Tembalang. *Jurnal Ners Widya Husada*, 10(1). Diambil dari <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Ariga, R. A. (2021). *Standar Praktik Keperawatan Profesional, Asuhan Keperawatan dan Pendidikan Keperawatan*. Yogyakarta: CV. Budi Utama.
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur Penelitian Pendidikan Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asadha, S. A. (2021). Efektivitas Jus Mentimun (Cucumis Sativus L) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Medika Hutama*, 3(1), 1594–1600.
- Aspiani, R. Y. (2018). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Cholifah, S., Sari, R. P., Adawiyah, S. R., Sari, D. N. P., & Fitriani, I. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (Cucumis sativus linn) terhadap Penderita Hipertensi pada Ibu Hamil di Puskesmas Sukatani. *Jurnal Surya : Jurnal Media Komunikasi Ilmu Kesehatan*, 13(1), 144–148.
- Dion, & Betan. (2018). *Asuhan Keperawatan Keluarga Konsep dan Praktik*. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Elvira, M., Sinthania, D., Dewi, D. S., Yessi, H., & Arif, M. (2024). Pencegahan Dan Pengendalian Hipertensi Melalui Penguatan Peran Kader Dan Senam Hipertensi. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 8–14. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1405>
- Fadlilah, S., Sucipto, A., & Judha, M. (2020). Cucumber (Cucumis sativus) and Tomato (Solanum lycopersicum) Juice Effective to Reduce Blood Pressure. *GSC Biological and Pharmaceutical Sciences*, 10(1), 001–007. <https://doi.org/10.30574/gscbps.2020.10.1.0246>
- Ivana, T., Martini, M., & Christine, M. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Pstw Sinta Rangkang Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 6(1), 53–58. <https://doi.org/10.51143/jksi.v6i1.263>

- Kaaba, D. (2019). Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. *Akademika*, 8(2), 127. <https://doi.org/10.31314/akademika.v8i2.406>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pusat Data dan Informasi Kementerian RI: Hipertensi. *Infodatin*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Pusdatin Hipertensi. *Infodatin*, (Hipertensi), 1–7. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). Buku Pedoman Hipertensi 2024. *Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*.
- Kholifah, S. N. (2018). Keperawatan Keluarga dan Komunitas. *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*.
- Kozier, B. (2017). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*, Jakarta: EGC.
- Kurnia, A. (2020). Self Management Hypertension. In *Nuha Medika*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mahfuzah, Indrawati, & Aprilla, N. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. Z dengan Teknik Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Hipertensi di Desa Simpang Kubu Wilayah Kerja UPT Puskesmas Air Tiris. *Excellent Health Jurnal*, 2, 25–31.
- Marvia, E. (2020). Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Lingkungan Dasan Sari Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk. *Prima: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(1), 83–88. <https://doi.org/10.47506/jpri.v6i1.172>
- Muliani, N., Ridwan, & Abdullah, A. Z. (2021). The Effect of Giving Ginger Extract and Cucumber Juice on Changes in Blood Pressure in Hypertensive Patients in The Working Region of Kassi-Kassi Health Center Makasar City. *NVEO: Natural Volatiles and Essential Oils*, 8(4).
- Nathali, & Riza, S. (2023). Pengaruh Kombinasi Pemberian Latihan Slow Deep Breathing Dan Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(2), 1302–1315. Diambil dari <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/3400>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nugraha, L., Patimah, I., & Suharta, D. (2019). Motivation to Implement Diet in Hypertension Patients. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 83–90. <https://doi.org/10.30604/jika.v4i1.182>
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Buku Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pringgayuda, F., Cikwanto, C., & Hidayat, Z. Z. (2021). Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 23–32. <https://doi.org/10.52657/jik.v10i1.1313>
- Setiadi. (2017). *Konsep dan Penulisan Riset*

Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Suhartini, T., & Nuraeni, N. (2022). Application Of Cucumber Juice Towards Reducing Blood Pressure In Hypertension Patients In The Area Of Sukamenak Servant Health Center. *Healthcare Nursing Journalare*, 32–37.

WHO. (2022). Hypertention. Diambil 2 April 2021, dari www.who.int

Wibowo, M. A., & Anita, D. C. (2021). Cucumber Juice Treatment to the Decrease of Systolic and Diastolic Blood Pressure. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 15(3), 1137–1140.

Wijayaningsih, K. S. (2020). *Penuntun Praktis Asuhan Keperawatan Komunitas*. Jakarta: Trans Info Media.

Winata, N. P., Indrayani, T., & Tiara Carolin, B. (2020). The Effect of Cucumber Juice on the Elderly Hypertension in Citalahab Village, Pandeglang District in 2020. *Journal of Global Research in Public Health ISSN*, 5(2), 177–182. Diambil dari <https://doi.org/10.30994/jgrph.v5i2.291>