

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP
HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA KAYUNGO SARI
KECAMATAN LONGIKIS KABUPATEN PASER**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS WIYATA HUSADA
SAMARINDA**

2021

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP
HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA KAYUNGO SARI
KECAMATAN LONGIKIS KABUPATEN PASER**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Untuk memenuhi sebagai persyaratan memperoleh Derajat Profesi Ners (Ners/Ns)
Pada Profesi Ners Institusi Teknologi Kesehatan Dan Sains Wiyata Husada
Samarinda



**Disusun Oleh :
SANTI WIJAYA
NIM : P1908124**

**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS WIYATA HUSADA
SAMARINDA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

EFETIVITAS PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH (HIPERTENSI) TERHADAP LANSIA
DI DESA KAYUNGO SARI KECAMATAN
LONGIKIS KABUPATEN PASER

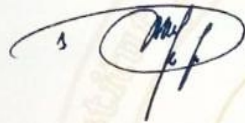
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

Santi Wijaya
NIM: P1908124

Telah dipertahankan dalam ujian
Pada tanggal 04 Febuari 2021

PENGUJI I



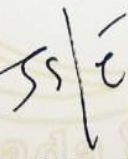
Ns. Saniarnita, S.Kep

PENGUJI II



Ns. Siti Mukaromah, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom

Mengetahui
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
ITKES Wiayata Husada Samarinda



Ns. Kiki Hardiansyah Safitri, S.Kep., M.Kep., Sp. Kep.MB

NIDN. 1128058801

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Santi Wijaya S.Kep

NIM : P1909124

Program Studi : Profesi Ners

Judul Laporan Tugas Akhir :

“Efektivitas Pemberian Jus Mentimun Terhadap Hipertensi Pada
Lansia Di Desa Kayungo Sari Kecamatan Longikis
Kabupaten Paser”

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa KIAN yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa sikripsi ini adalah hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya

Samarinda, 4/Februari/2021

Yang membuat pernyataan

Santi Wijaya
NIM: P1908102

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Rahmat dan Bimbingan-Nya saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan Judul **“EFEKTIVITAS PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP HIPERTENSI PADA LANSIA ”**. Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Profesi Ners (Ns).

Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan semua proses tepat pada waktunya. Oleh karena itu, perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Mujito Hadi, MM selaku Ketua Yayasan ITKES Wiyata Husada Samarinda.
2. Dr. Eka Ananta Sidharta, S. E., M. M. C. A(L) selaku Rektor ITKES Wiyata Husada Samarinda.
3. Ns. Kiki Hardiansyah Safitri.,S.Kep.,M.Kep.,Sp. MB selaku Ketua Program Studi Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda. Terima kasih atas masukan dan semua ilmu yang telah diberikan dan juga dedikasinya.
4. Ns. Siti Mukaromah.,S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kom selaku Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan KIAN in. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan.
5. Ns. Saniarita Kep meluangkan waktu untuk menguji, mengkoreksi, dan memberikan saran serta masukan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Program Profesi Ners ITKES Wiyata Husada Samarinda.

7. Kedua orang tua saya ayahanda (Ngatimin) dan ibu (Riyanti) serta keluarga yang telah memberikan dukungan, doa, nasihat, kasih sayang dan semangat tiada henti bagi penulis dalam mengerjakan tugas akhir in
8. Sahabat-sahabat saya yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
9. Teman-teman satu Pembimbing yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam penyusunan tugas akhir ini.

Dan semua pihak yang telah membantu penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners ini, semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas kebaikan kita semua dan skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu.



LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Santi Wijaya

NIM : P1908124

Program Studi : Profesi Ners

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak kepada ITKes Wiyata Husada Samarinda atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Efektivitas Pemberian Jus Mentimun Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di Desa Kayungo Sari Kecamatan Longikis Kabupaten Paser”

Berserta perangkat yang ada (Jika diperlukan). dengan hak ini, ITKes Wiyata Husada Samarinda berhak menyimpan, mengalihkan media/formatan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Samarinda, 4 Febuari 2021

Yang menyatakan

(Santi Wijaya)

**Efektivitas Pemberian Jus Mentimun Terhadap Hipertensi Pada Lansia
Di Desa Kayungo Sari Kecamatan Longikis Kabupaten Paser
Santi Wijaya¹, Siti Mukaromah²**

¹Mahasiswa Program Profesi Ners, Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Wiyata Husada
Samarinda, Jl. Kadrie OeningNo. 77, Samarinda, Kalimantan Timur

Email: santiwijayastikes@gmail.com

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Institut Teknologi Kesehatan
Dan Sains Wiyata Husada Samarinda

Jl. Kadrie OeningNo. 77,Samarinda, Kalimantan Timur

Abstrak

Latar Belakang : Tekanan Darah tinggi atau yang dikenal juga sebagai Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan pada tekanan darah yang kemudian dapat mempengaruhi kerangka kerja organ lain. Pengobatan hipertensi ini bertujuan untuk mengurangi angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas). Agar kualitas dan proses penyembuhan pada klien dengan Hipertensi dapat lebih efektif. Pemberian jus mentimun dapat memberikan evaluasi terhadap proses kesembuhan klien dan mengurangi lama rawat klien agar klien mendapatkan kualitas kesehatan yang optimal. Namun banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesembuhan klien dengan hipertensi ketika klien berada didalam rumah ataupun di rawat di rumah sakit. **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah (Hipertensi). **Metode :** Penelitian ini menggunakan *systematic literature review* dan Asuhan Keperawatan dengan sumber *online database* dari mesin pencarian *Scencedirect Google Scholar* dalam kurun waktu 2013-2020, menggunakan kata kunci Hipertensi, Jus Mentimun, Lansia. **Hasil :** Didapatkan 1.240 jurnal, diseleksi menggunakan sinta, kriteria inklusi-eksklusi, melalui penilaian prisma *checklist* dan JBI *critical clearens* dan didapatkan 10 jurnal akhir. Pada Asuhan Keperawatan Intervensi yang diberikan pada pasien hipertensi yaitu pemberian jus mentimun yang dilakukan selama 7 hari dengan 2 kali pemberian dalam sehari. menunjukkan adanya perbedaan antara tekanan darah sebelum dilakukannya intervensi dan sesudah dilakukannya intervensi. Berdasarkan hasil rata rata yang diperoleh selama 7 hari terdapat perubahan rata-rata yaitu 140-159/<85 mmHg. Dari hasil statistic Secara statistic terdapat perbedaan rata-rata systole dan diastole yang bermakna sebelum dan sesudah 7 hari pemberian jus mentimun dengan nilai signifikan *p-value* 0.005 yang artinya pemberian jus mentimun berpengaruh terhadap penurunan systole dan diastole. **Kesimpulan :** Terdapat pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Desa Kayungo Sari Kecamatan Longikis Kabupaten Paser.

Kata Kunci : hipertensi, jus mentimun, lansia

**The Effectiveness of Giving Cucumber Juice to Hypertension in the Elderly
In Kayungo Sari Village, Longikis District, Paser Regency
Santi Wijaya¹, Siti Mukaromah²**

¹Student of Ners Professional Program, Institute of Health and Science Technology
Wiyata Husada Samarinda, Jl. Kadrie OeningNo. 77, Samarinda, East Kalimantan

Email: santiwijayastikes@gmail.com

²Lecturer of Nursing Study Program, Wiayata Husada Institute of Health and Science
Technology Samarinda

Jl. Kadrie OeningNo. 77, Samarinda, East Kalimantan

Abstract

Background: High blood pressure or also known as hypertension is a condition in which the blood vessels have persistently raised then affected the framework of other organs. Hypertension treatment aims to reduce morbidity and mortality. In order the quality and healing process in clients with hypertension can be more effective. Giving cucumber juice provides an evaluation of the client's healing process and reduce the client's length of stay so that they have better health quality. There are many factors can affect the recovery of a client with hypertension when the client is at home or is treated in the hospital. **Objective:** The aim of this study was to determine the effect of cucumber juice on reducing blood pressure (hypertension). **Methods:** the approach methode used *systematic literature review* and nursing care with an *online database* source from the *Google Scholar Sciencedirect search* engine in the period 2013-2020, using the keywords Hypertension, Cucumber Juice, Elderly. **Results:** Obtained 1,240 journals, selected using sinta, inclusion-exclusion criteria, through the *prism checklist* and *JBIC critical clearens* assessment and obtained 10 final journals. In nursing care, the intervention given to hypertensive patients is cucumber juice which is given for 7 days with 2 times a day. showed a difference between blood pressure before intervention and after intervention. Based on the average results obtained for 7 days there is an average change, namely 140-159 / <85 mmHg. From statistical results Statistically there is a significant difference in the average systole and diastole before and after 7 days of cucumber juice administration with a significant *p-value* of 0.005, which means that cucumber juice has an effect on reducing systole and diastole. **Conclusion:** There is an effect of cucumber juice on reducing blood pressure in the elderly in Kayungo Sari Village, Longikis District, Paser Regency.

Keywords: hypertension, cucumber juice, elderly

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR SKEMA.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A... Latar Belakang	1
B... Rumusan Masalah	4
C... Tujuan	4
D... Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A... Hipertensi	6
B... Jus Mentimun	12
C... Konsep Lansia	14
D... Kerangka Teori	16
E... Modifikasi Kerangka Teori	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	18
A... Rencana Kajian Literatur Review	18
1.... Desain Penelitian	18
2.... Database Jurnal	18
3.... Batasan Waktu Publikasi	18
4.... Kata Kunci	18
5.... Kriteria Inklusi Dan Eksklusi	19
6.... Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas	20
B... Hambatan Proses Kegiatan	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A... Hasil Penelitian Literatur Riview.....	27
1.... Hasil Literature Jurnal	27
B... Hasil Asuhan Keperawatan	40
1.... Profil Responden	40
2.... Asuhan Keperawatan	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A... KESIMPULAN	61
B... SARAN	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi
Tabel 3.1	Kata Kunci Literature Review
Tabel 3.2	Format PICOS Pada Literature Review
Tabel 3.3	Prisma Ceklis
Tabel 4.1	Literatur Riview
Tabel 4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia
Tabel 4.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
Tabel 4.4	Analisa Data
Tabel 4.5	Proyeksi Masalah Keperawatan
Tabel 4.6	Evaluasi Tekanan darah



DAFTAR SKEMA

Skema 2.1	Kerangka Teori Keperawatan
Skema 2.2	Modifikasi Teori Keperawatan
Skema 3.1	Diagram Flow



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembaran Penjelasan Penelitian
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 3	Standar Operasional Prosedur
Lampiran 4	Rangkaian Kegiatan
Lampiran 5	Dokumentasi
Lampiran 6	Data SPSS
Lampiran 7	Biodata Peneliti
Lampiran 8	Lembar Konsul



GLOSARIUM

No	Kata Asing	Penjelasan PPP Definisi /Kepanjangan
1	<i>(Cucumis sativus) : mentimun</i>	Mentimun merupakan buah yang memiliki kandungan kimia dalam buah mentimun antara lain saponin, glutation, protein, lemak, karbohidrat, karoten, terpenoid, vitamin B, C, Posfor dan mangan
2	Morbiditas	Morbiditas adalah kondisi seseorang dikatakan sakit apabila keluhan kesehatan yang dirasakan menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari yang tidak dapat melakukan kegiatan bekerja.
3	Mortalitas	Jumlah kematian dalam suatu populasi
4	Hipertensi	Hipertensi salah satu gejala peningkatan tekanan darah yang kemudian mempengaruhi kerangka kerja orang lain, seperti stroke untuk otak atau penyakit jantung coroner untuk pembuluh darah jantung dan otot jantung (WHO 2015).
5	Beta bloker	Dikenal dengan <i>beta-blocking agent</i> atau <i>beta-antagonist</i> (antagonis ibeta), adalah agen yang menghambat aksi dari reseptor beta-adrenergik, yang memodulasi fungsi jantung, fungsi pernafasan, dan pelebaran pembuluh darah.
6	<i>Renin Angiotensin Aldosteron System (RAAS)</i>	Sistem renin-angiotensin-aldosteron/ RAA merupakan salah satu mekanisme yang bertanggung jawab pada regulasi tekanan darah dalam tubuh dengan meregulasi sodium, potasium, dan keseimbangan cairan tubuh.
7	Infark miokard	Infark miokard dapat terjadi apabila arteri coroner mengalami arterosklerosis atau apabila terbentuk thrombus yang menghambat aliran darah melalui pembuluh darah tersebut.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di Indonesia jumlah lanjut usia pada tahun 2020 akan mencapai 28,8 juta jiwa. Pada umumnya lanjut usia akan mengalami berbagai macam penyakit salah satunya yaitu tekanan darah tinggi atau biasa yang dikenal dengan hipertensi. Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah seseorang di atas normal yang dapat mengakibatkan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas), (Sumartini, Zulfikli & Adhitya, 2019). Menurut WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk dunia, dan mencapai angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016 (Anitasari, 2019). Penyebab hipertensi hingga saat ini belum diketahui secara pasti, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi resiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, dan gaya hidup kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas. Mengurangi faktor resiko tersebut menjadi dasar pemberian intervensi oleh tenaga kesehatan (Tirtasari & Kodim 2019).

Dalam mencegah dampak yang lebih lanjut dari hipertensi maka harus dilakukan tindakan pencegahan dan pengobatan agar dapat mengendalikan tekanan darah. Beberapa cara yang dapat dilakukan dengan terapi farmakologi yang biasanya diberikan dengan obat-obatan dan terapi non farmakologi yaitu terapi herbal, Perubahan gaya hidup, kepatuhan dalam pengobatan, pengendalian stress dan terapi relaksasi (Kowalski, 2010). Manajemen non farmakologi dapat menurunkan tekanan darah. Salah satu intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan tekanan darah yaitu dengan melakukan terapi herbal dengan pemberian jus mentimun yang bukan hanya mempunyai manfaat yang baik namun juga mudah dijangkau dari segi manapun (Wibowo 2010).

Hasil penelitian Eva Marvia 2020 dengan judul efektifitas jus mentimun terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, menyatakan sebelum dilakukan pemberian jus mentimun pada kelompok pelakuan tekanan darah ada responden yaitu: hipertensi ringan sebanyak 15 responden (75%), hipertensi sedang sebanyak 4 responden (20%) dan hipertensi berat sebanyak 1 responden (5%) sedangkan pada kelompok kontrol tekanan darah responden yaitu: hipertensi ringan sebanyak responden (40%). Hipertensi sedang sebanyak 7 responden (35%) dan hipertensi berat sebanyak 5 responden (25%), dan setelah dilakukan pemberian jus mentimun pada kelompok pelakuan tekanan darah pada responden yaitu : tekanan darah normal sebanyak responden (100%) sedangkan pada kelompok kontrol tekanan darah responden yaitu: tekanan darah normal sebanyak 14 responden (70%). Hipertensi ringan sebanyak 6 responden (30%). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah, nilai signifikan 0,005 dimana $0,009 < 0,05$ sehingga ditarik kesimpulan bahwa jus mentimun lebih efektif dibandingkan hanya dikontrol dengan minum obat hipertensi terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Hasil penelitian sariaman purba (2019) dengan judul pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi merupakan tindakan nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dan metode ini biasanya mempunyai resiko lebih rendah.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2020 di desa kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser didapatkan data bahwa lansia yang mengalami hipertensi mengalami pusing dan susah tidur. Hasil wawancara dengan 10 lansia didapatkan 7 lansia mengalami hipertensi dan 3 lansia mengalami arthritis gout. Dari 7 lansia diambil 5 lansia sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Bentuk intervensi yang dapat dilakukan untuk pengurangan dari derajat hipertensi pada individu di keluarga adalah selain menjalani pola hidup sehat, harus disertai pula dengan terapi komplementer, salah satunya yaitu dengan pemberian jus mentimun dimana Jus mentimun memiliki kandungan mineral yaitu

postassium, magnesium, dan fosfor. Mentimun berfungsi untuk memelihara keseimbangan garam dan cairan serta mengontrol tekanan darah yang normal sedangkan asupan natrium, kalium, kalsium dan magnesium berhubungan dengan tingginya tekanan darah atau kejadian hipertensi. Maka mentimun sangatlah bagus menjadi obat herbal untuk penyakit hipertensi (Nugraheni 2016).

Hasil penelitian menurut Uci Wandi Somantri (2020), dengan Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kondangjaya Pandeglang-Banten Berdasarkan hasil perlakuan selama 7 hari terhadap 12 responden yaitu 6 responden kelompok kontrol dan 6 responden kelompok intervensi pada pasien hipertensi didapatkan rata-rata kelompok intervensi dengan pemberian jus mentimun diperoleh rata-rata 154,4 mmHg / 85,7 mmHg. Sedangkan kelompok kontrol didapatkan rata-rata 168 mmHg/ 90,4 mmHg. Jus mentimun bisa menurunkan tekanan darah dengan aturan minum 2x dalam sehari dengan waktu pemberian pagi dan sore, sedangkan jumlah yang diminumkan dalam 1 kali pemberian yaitu 1 gelas kurang lebih 250 cc.

Demikian juga dengan penelitian sariaman purba (2019) menyatakan bahwa Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (*cucumis Sativus Linn*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dari hasil pemberian jus mentimun yang dilakukan selama 3 hari sudah menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dari uji Wilcoxon sum rank test menunjukkan nilai $p=0,00 > \text{dari } 0,005$ yang bermakna yaitu hipotesis nol ditolak atau berarti terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok. Pada kelompok intervensi yang sesudah diberikan jus mentimun terdapat perbedaan karena adanya asupan kalium sebesar 147 mg atau 260 nmol serta kandungan mineral lainnya sebesar 1000 nmol yang diberikan berupa jus mentimun. Sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan air mineral sebanyak 150 ml, sehingga hasil akhirnya tidak mengalami banyak perubahan.

B. Rumusan Masalah

Di Indonesia jumlah lanjut usia pada tahun 2020 akan mencapai 28,8 juta jiwa. Pada umumnya lanjut usia akan mengalami berbagai macam penyakit diantaranya yaitu Hipertensi. Dengan demikian, masalah penelitian ini Bagaimana cara untuk menurunkan Hipertensi dengan menggunakan pengobatan nonfarmakologi yaitu pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk melakukan analisis terhadap kasus kelolaan dengan intervensi pemberian jus mentimun terhadap lansia dengan hipertensi di kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengaruh pemberian jus mentimun terhadap Hipertensi pada lansia di kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser.
- b. Mengidentifikasi pemberian jus mentimun untuk Hipertensi pada lansia di kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menjadi wacana baru untuk memperkaya teori dan ilmu pengetahuan tentang terapi nonfarmakologi yaitu pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia di kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

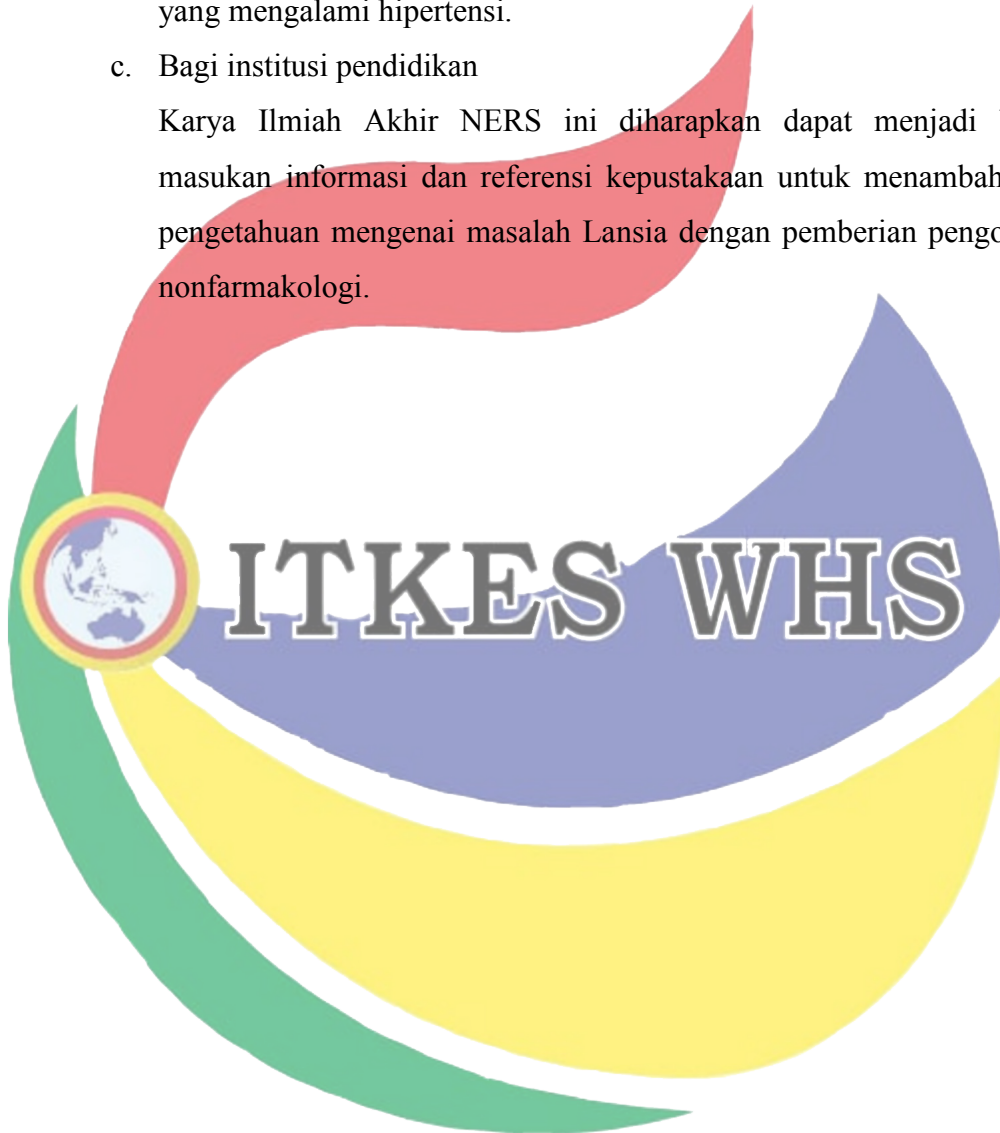
Lansia mendapat asuhan keperawatan yang professional yang diberikan oleh pemberi asuhan keperawatan terhadap kasus hipertensi

b. Bagi pelayanan keperawatan

Dapat memberikan asuhan keperawatan yang professional pada lansia yang mengalami hipertensi.

c. Bagi institusi pendidikan

Karya Ilmiah Akhir NERS ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan informasi dan referensi kepustakaan untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai masalah Lansia dengan pemberian pengobatan nonfarmakologi.



BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Hipertensi

1. Definisi Hipertensi

Hipertensi didefinisikan sebagai elevasi persisten dari tekanan darah sistolik (TDS) pada level 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolic (TDD) pada level 90 mmHg atau lebih. Penggunaan obat antihipertensi yang semakin efektif juga menurunkan angka kematian yang berhubungan dengan hipertensi secara dramatis. (Black, B,J & Hawks J.H. 2014).

Hipertensi adalah salah satu gejala peningkatan tekanan darah yang kemudian mempengaruhi kerangka kerja orang lain, seperti stroke untuk otak atau penyakit jantung coroner untuk pembuluh darah jantung dan otot jantung (WHO 2015).

Menurut *American Heart Association* atau AHA dalam Kemenkes (2018). Hipertensi merupakan silent killer dimana gejalanya sangat bermacam-macam pada setiap individu dan hampir sama dengan penyakit lain. Gejala-gejala tersebut adalah sakit kepala atau rasa berat ditengok. Vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, dan penglihatan kabur.

2. Penyebab Hipertensi

a. Hipertensi esensial : Hipertensi jenis ini terjadi pada lebih dari 90% penderita hipertensi. Penyebab hipertensi ini tidak jelas dan diduga dipengaruhi oleh faktor genetika.

b. Hipertensi Sekunder :

Hipertensi jenis ini terjadi pada kurang dari 10% penderita hipertensi. Hipertensi ini disebabkan oleh penyakit penyerta (seperti: penyakit ginjal kronik, *pheochromocytoma*, penyakit tiroid, dll), obat-obatan (seperti: kortikostreoid, amfetamin, dll), atau makanan (sodium/garam).

Tujuan pengobatan hipertensi ini bukan hanya menurunkan tekanan darah, melainkan yang lebih penting adalah untuk mencapai

penurunan risiko morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskular yang optimal. Target tekanan darah <140/90 mmHg pada semua penderita hipertensi dan <130/80 mmHg pada penderita hipertensi dengan faktor risiko tinggi (*myocardial infarction*, stroke, disfungsi renal, proteinuria) atau disertai diabetes mellitus

3. Klasifikasi dan Manajemen Tekanan Darah Untuk Lansia

Menurut Tambayong dalam Nurarif A.H., & Kusuma H. (2016)

Tabel 2.1 :Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi	TDS (mmHg)	TDD (mmHg)
Optimal	<120	<80
Normal	120-129	80-84
High Normal	130-139	85-89
Hipertensi		
Grade 1 (Ringan)	140-159	90-99
Grade 2 (Sedang)	160-179	100-109
Grade 3 (Berat)	180-209	100-119
Grade 4 (sangat berat)	≥210	≥210

4. Faktor-faktor Resiko Yang Tidak Dapat Diubah

Menurut (Black, B,J & Hawks J.H. 2014).

- a. Riwayat Keluarga : Hipertensi dianggap poligenik dan multifactorial yaitu padaseseorang dengan riwayat hipertensi keluarga, beberapa gen mungkin berinteraksi dengan yang lainnya dan juga lingkungan yang menyebabkan tekanan darah naik dari waktu kewaktu. Kecenderungan genetik yang membuat keluarga tertentu lebih rentan terhadap hipertensi mungkin berhubungan dengan peningkatan kadar natrium intraseluler dan penurunan rasio kalsium natrium, yaitu lebih sering ditemukan padaberkulit hitam. Klien dengan orang tua yang memiliki hipertensi berada pada resiko hipertensi lebih tinggi.
- b. Usia : Hipertensi primer biasanya muncul antara usia 30-50 tahun. Peristiwa hipertensi meningkat dengan usia 50-60% klien yang berumur

lebih dari 60 tahun memiliki tekanan darah lebih dari 1540/90 mmHg. Hipertensi sistolik terisolasi umumnya terjadi pada orang yang berusia lebih dari 50 tahun

- c. Jenis kelamin : Pada keseluruhan insiden, hipertensi lebih banyak terjadi pada pria dibandingkan wanita sampai kira-kira usia 55 tahun. Resiko pada pria dan wanita hamper sama antara usia 55 sampai 74 tahun , kemudian setelah usia 74 tahun, wanita beresiko lebih besar.
- d. Etnis : Statistic mortalitas mengidentifikasi bahwa kematian pada wanita berkulit putih dewasa dengan hipertensi lebih rendah pada angka 4,7% pria berkulit putih pada tingkat terendah berikutnya yaitu 22,5% angka kematian tertinggi pada wanita berkulit hitam pada angka 29,3%. Alasan peningkatan prevalensi hipertensi diantara orang berkulit hitam tidaklah jelas, akan tetapi peningkatannya dikaitkan dengan kadar renin yang lebih rendah, sensitivitas yang lebih besar terhadap vasopressin, tingginya asupan garam, dan tingginya stress lingkungan.

5. Faktor-faktor Resiko Yang Dapat Diubah

Menurut (Black, B.J & Hawks J.H. 2014).

- a. Diabetes : Diabetes mempercepat aterosklerosis dan menyebabkan hipertensi karena kaerusakan pada pembuluh darah besar.
- b. Stress : Stres meningkatkan resistensi vaskuler perifer dan curah jantung serta menstimulasi aktivitas sistem sarah simpatis. Dari waktu ke waktu hipertensi dapat berkembang. Stressor bisa banyak hal, mulai dari suara, infeksi, peradangan, nyeri, berkurangnya suplai oksigen, panas, dingin, trauma, pengerahan tenaga berkepanjangan, respon pada peristiwa kehidupan, obesitas, usia tua, obat-obatan, penyakit, pembedahan dan pengobatan medis dapat memicu respon stres.
- c. Obesitas : Dengan meningkatnya jumlah lemak sekitar diafragma, pinggang dan perut, dihubungkan dengan pengembangan hipertensi.
- d. Nutrisi : Konsumsi natrium bisa menjadi faktor penting dalam perkembangan hipertensi esensial. Paling tidak 40% dari klien yang akhirnya terkena hipertensi akan sensitive terhadap garam dan

kelebihan garam mungkin menjadi penyebab pencetus hipertensi pada individu.

- e. Penyalahgunaan obat : Merokok, mengkonsumsi banyak alcohol dan beberapa penggunaan obat terlarang merupakan faktor-faktor resiko hipertensi. Pada dosis tertentu nikotin dan pengaruh kafein dapat meningkatkan tekanan darah.

6. Penatalaksanaan Hipertensi

Penatalaksanaan hipertensi terbagi dua yaitu:

a. Terapi non farmakologi

Terapi non-farmakologi ini fokus pada perubahan gaya hidup, termasuk di dalamnya: *smoking cessation*, penurunan berat badan, pengurangan minuman beralkohol, aktivitas fisik, pengurangan asupan garam, program *dietary approaches to stop hypertension* (DASH). Perubahan gaya hidup jika memungkinkan, sebaiknya dilakukan pada semua penderita hipertensi, termasuk yang sudah mendapatkan terapi farmakologi untuk menurunkan tekanan darah sekaligus mengontrol faktor risiko kardiovaskular yang lain.

b. Terapi farmakologi

Terapi farmakologi untuk hipertensi, dapat menggunakan beberapa macam golongan obat antihipertensi sebagai berikut:

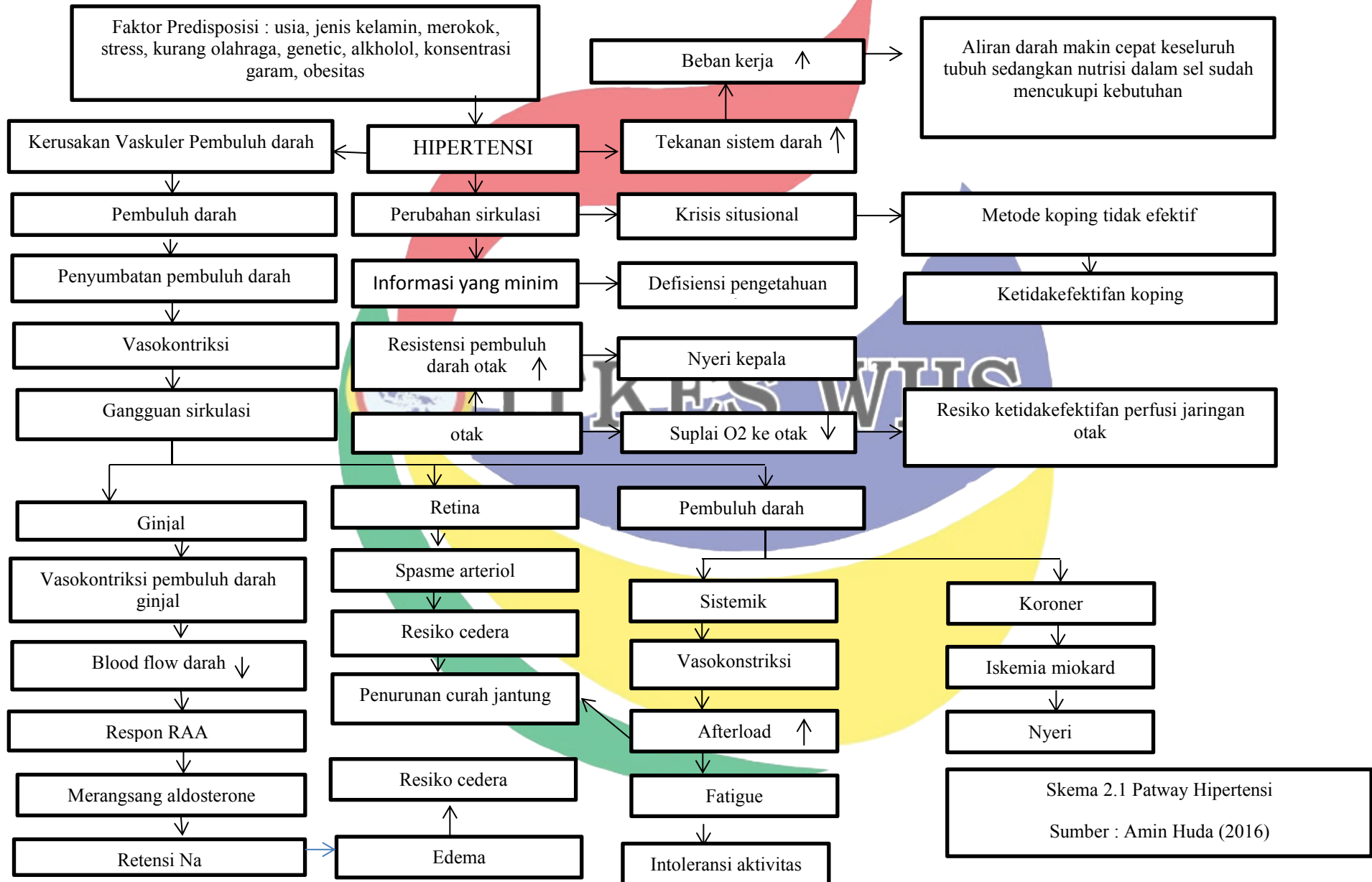
1) *Renin Angiotensin Aldosterone System (RAAS) blockers*

Sistem renin-angiotensin-aldosteron/ RAA merupakan salah satu mekanisme yang bertanggung jawab pada regulasi tekanan darah dalam tubuh dengan meregulasi sodium, potasium, dan keseimbangan cairan tubuh.

2) Obat anti hipertensi

- a. Beta bloker (misalnya propranolol , atenolol)
- b. Penghambat angiotensin converting enzymes (misalnya captropil, enalapril)
- c. Antagonis angiotensin II (misalnya candesartan, losartan)

7. Patway



Skema 2.1 Patway Hipertensi
Sumber : Amin Huda (2016)

9. Komplikasi Hipertensi

Menurut (Bianti Nuraini ,2015) meliputi :

Mortalitas pada pasien hipertensi lebih cepat apabila penyakitnya tidak terkontrol dan telah menimbulkan komplikasi. Hipertensi dapat menimbulkan kerusakan organ tubuh, baik secara langsung maupun tidak langsung. Akibat langsung dari kenaikan tekanan darah pada organ atau karena efek tidak langsung, antara lain adanya antibody terhadap reseptor angiotensin II, stress oksidatif.

- a. Otak : Stroke merupakan kerusakan target organ pada otak yang diakibatkan oleh hipertensi. Stroke timbul karena perdarahan, tekanan intra kranial yang meninggi, atau akibat embolus yang terlepas dari pembuluh non otak yang terpajan tekanan tinggi. Stroke dapat terjadi pada hipertensi kronik apabila arteri-arteri yang mendarahi otak mengalami hipertropi atau penebalan, sehingga aliran darah ke daerah daerah yang diperdarahi akan berkurang.
- b. Kardiovaskuler : Infark miokard dapat terjadi apabila arteri coroner mengalami arterosklerosis atau apabila terbentuk thrombus yang menghambat aliran darah melalui pembuluh darah tersebut. Sehingga miokardium tidak mendapatkan suplai oksigen yang cukup. Kebutuhan oksigen miokardium yang tidak terpenuhi menyebabkan terjadinya iskemia jantung. Yang pada akhirnya dapat menjadi infark.
- c. Ginjal : Penyakit ginjal kronik dapat terjadi karena kerusakan progresif akibat tekanan tinggi pada kapiler-kapiler ginjal dan glomerulus. Kerusakan glomerulus akan mengakibatkan darah mengalir ke unit-unit fungsional ginjal, sehingga nefron akan terganggu dan berlanjut menjadi hipoksia dan kematian ginjal. Kerusakan membran glomerulus juga akan menyebabkan protein keluar melalui urin sehingga sering dijumpai edema sebagai akibat dari tekanan osmotik koloid plasma yang berkurang. Hal tersebut terutama terjadi pada hipertensi kronik.
- d. Retinopati : Tekanan darah yang tinggi dapat menyebabkan kerusakan pembuluh darah pada retina. Makin tinggi tekanan darah dan makin lam hipertensi tersebut berlangsung, maka makin berat pula kerusakan yang

dapat ditimbulkan. Kelainan lain pada retina yang terjadi akibat tekanan darah tinggi adalah iskemik optic neuropati atau kerusakan pada saraf mata akibat aliran darah yang buruk, oklusi arteri dan vena retina akibat penyumbatan aliran darah pada arteri dan vena retina. Penderita retinopati hipertensif pada awalnya tidak menunjukkan gejala, yang pada akhirnya dapat menjadi kebutaan pada stadium akhir.

B. Jus Mentimun

Mentimun merupakan salah satu tanaman yang syarat tumbuhnya sangat fleksibel, karena dapat tumbuh dengan baik didataran rendah dan dataran tinggi. Mentimun dapat tumbuh dan beradaptasi dengan hampir semua jenis tanah (Kusnul, 2012). Mentimun (*Cucumis sativus*) adalah salah satu sayuran buah yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia karena nilai gizi mentimun cukup baik sebagai sumber mineral dan vitamin, diantaranya mengandung 0,65% protein, 0,1 % lemak serta karbohidrat 2,2%. Selain itu buah mentimun juga mengandung 35.100-486, 700% ppm asam linoleat dan senyawa kukurbitasin yang mempunyai hasiat sebagai anti tumor (Kementerian Pertanian, 2012).

Selain dikenal sebagai sayuran mentimun juga dikenal dapat mengobati penyakit darah tinggi atau yang dikenal sebagai hipertensi. Timun atau mentimun (*Cucumis sativus*) merupakan salah satu tanaman yang dapat mengobati penyakit hipertensi. Selain mudah didapat dan murah, mentimun ternyata memiliki banyak khasiat. Mentimun merupakan buah yang memiliki kandungan kimia dalam buah mentimun antara lain saponin, glutathione, protein, lemak, karbohidrat, karoten, terpenoid, vitamin B, C, Fosfor dan mangan. Dalam setiap 100 gram mentimun mengandung vitamin C sebanyak 8 mg. mentimun dapat menurunkan tekanan darah, menyembuhkan penyakit kuning, melancarkan buang air kecil dan menghancurkan batu ginjal (Kusnul, 2012).

Penggunaan obat hipertensi modern dapat menimbulkan efek samping. Oleh karena itu, obat tradisional bisa menjadi pilihan, salah satunya mentimun. Mentimun dapat menurunkan tekanan darah. Obat tradisional yang ada di Indonesia yang dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan hipertensi

adalah mentimun (*cucumis sativus Linn*). Mentimun (*cucumis sativus Linn*), mempunyai kandungan mineral, yaitu kalium, magnesium dan fosfor. Kalium meningkatkan ekskresi Na, menurunkan sekresi renin, vasodilatasi arteriol dan menurunkan respon terhadap Vasokonstriktor endogen, magnesium juga merupakan vasodilatasi kuat karena menurunkan kontraktilitas otot polos pembuluh darah. Para ahli menjawab alasan mengapa khasiat mentimun untuk darah tinggi sangat baik. Alasannya adalah sifat diuretic pada mentimun yang terdiri dari 90% air mampu mengeluarkan kandungan garam dari dalam tubuh. Mineral yang kaya dalam buah mentimun memang mampu mengikat garam dan dikeluarkan melalui urin (Marbun, 2012).

Buah mentimun memiliki efek hipotensif yang dapat menurunkan tekanan darah dan efek diuretic yang dapat melancarkan air seni sehingga menurunkan jumlah cairan yang beredar dalam aliran darah pada akhirnya dapat mengurangi beban kerja jantung. Hal ini berarti cara kerja terapi dengan mengkonsumsi jus mentimun sama halnya dengan obat-obatan anti hipertensi golongan diuretic dalam menurunkan tekanan darah (Kharisma, dkk, 2012). Selain itu, mentimun sangat bermanfaat dalam menurunkan tekanan darah karena kandungan kalsium, magnesium, kalium dan fosfor yang tinggi. Hal ini sesuai dengan diet DASH yang menyatakan bahwa mengkonsumsi makanan yang tinggi kalsium, magnesium, serat seperti yang terkandung pada sayuran (salah satu contohnya mentimun) terbukti dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic sebesar 5,5 mmHg dan 3 mmHg (Kharisna, dkk, 2012).

Pengaruh kandungan mentimun terhadap tekanan darah terlihat jelas dalam peranan kalium, kalsium, dan magnesium terhadap pompa kalium natrium. Kalium berperan dalam menjaga kestabilan elektrolit tubuh melalui pompa kalium natrium. Kurangnya kadar kalium dalam darah akan mengganggu rasio kalium-natrium sehingga kadar natrium akan meningkat. Hal ini dapat menyebabkan pengendapan kalsium pada persendian dan tulang belakang yang meningkatkan kadar air tubuh sehingga meningkatkan beban kerja jantung dan pengumpulan natrium dalam pembuluh darah. Akibatnya dinding pembuluh darah dapat terkikis dan terkelupas yang pada akhirnya

menyumbat aliran darah sehingga meningkatkan resiko hipertensi sehingga dengan mengkonsumsi jus mentimun hal ini kemungkinan dapat dihindari. Sedangkan magnesium berperan dalam mengaktifkan pompa natrium –kalium, yang memompa natrium dan kalium masuk kedalam sel (Kharisma, dkk, 2012).

Selain itu magnesium juga berperan dalam mempertahankan irama jantung agar tetap dalam kondisi normal, memperbaiki aliran darah ke jantung, meningkatkan kolesterol HDL, yang bermanfaat dan mendatangkan efek penenang bagi tubuh. Magnesium juga memiliki aktivitas atau cara kerja yang sama tetapi tanpa efek samping dengan obat hipertensi golongan antagonis kalsium seperti Diltiazem, Verapamil dan isopatin. Semua ini akan dapat menjaga tekanan darah tetap teratur dan stabil. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mengkonsumsi mentimun membantu mempertahankan dan menjaga keseimbangan pompa kalium-natrium yang berpengaruh terhadap tekanan darah. mentimun membantu mempertahankan dan menjaga keseimbangan pompa kalium-natrium yang berpengaruh terhadap tekanan darah.

C. Konsep Lansia

Lanjut usia diartikan sebagai kelompok manusia yang berusia lebih dari 60 tahun Hardywinoto dan Setiabudhi dalam Sunaryo, et al., (2016). Menurut Constantinides dalam Sunaryo, et al., (2016) lanjut usia secara perlahan-lahan tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi, hal tersebut terjadi karena pada lanjut usia akan terjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan dalam mempertahankan fungsi normalnya dan memperbaiki diri atau mengganti jaringan pada tubuhnya.

Batasan Pada Lansia menurut WHO (dalam Utomo, S.T.R.I. 2015), Lanjut usia meliputi :

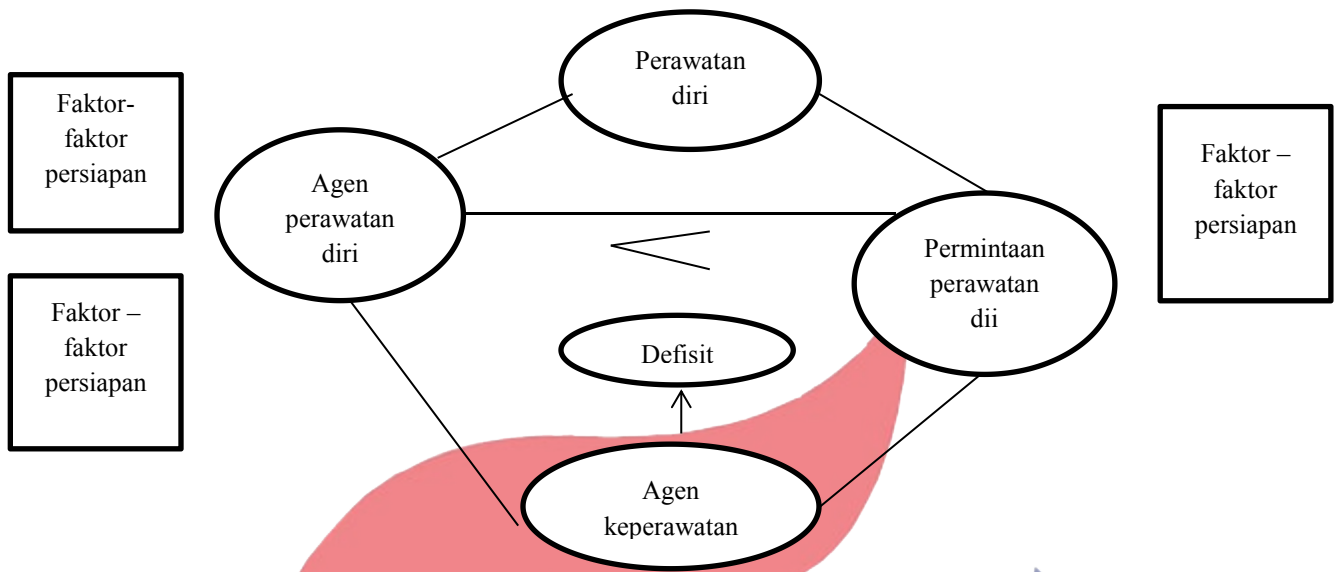
- 1) Usia pertengahan (middle age) yaitu kelompok usia 45 sampai 59 tahun.
- 2) Usia lanjut (elderly) antara 60-74 tahun.
- 3) Usia tua (old) antara 75-90 tahun
- 4) Usia sangat tua (very old) diatas 90 tahun.

Menurut Ida untari (2018) peran perawat dalam memberikan pelayanan kesehatan pada lanjut usia diawali dengan upaya pencegahan meliputi:

- 1) Pencegahan primer, yaitu upaya yang dilakukan pada lansia yang mempunyai kondisi sehat agar tetap terjaga kesehatannya (*health promotion*) dan terlindung secara khusus (*specific protection*).
- 2) Pencegahan sekunder, yaitu upaya yang dilakukan pada lansia yang mengalami kondisi sakit untuk bias sembuh dan tidak menjadi lebih parah kondisinya
- 3) Pencegahan tersier, yaitu upaya yang dilakukan pada saat lansia sembuh dari sakit dengan memperbaiki keterbatasan dan mengembalikan kepada kemampuan dan fungsi-fungsinya.

D. Kerangka Teori

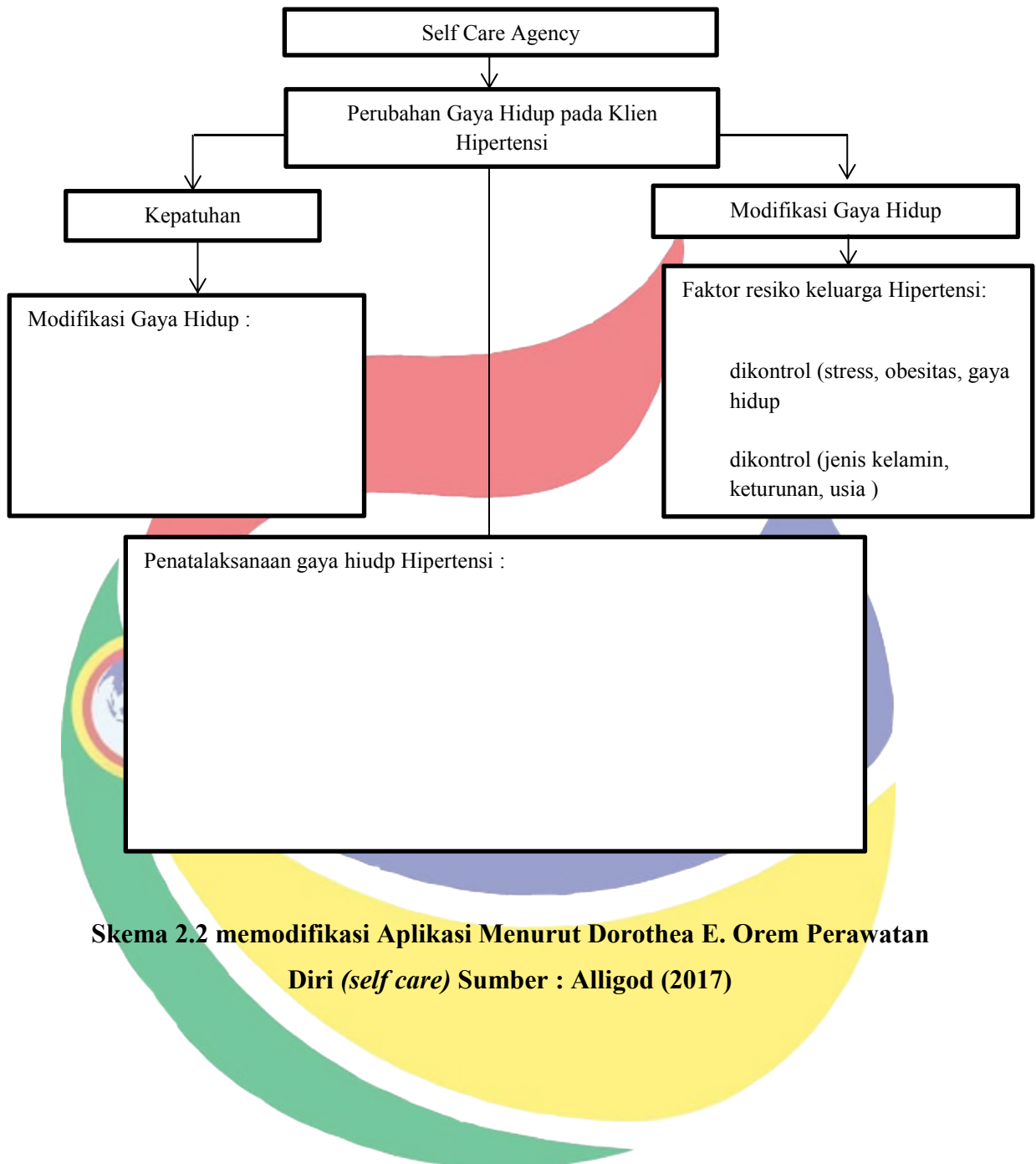
Kerangka teori atau landasan teori adalah kesimpulan dari tinjau pustaka yang berisi tentang konsep-konsep teori yang dipergunakan atau berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan (Natoatmodjo, 2012) kerangka teori penelitian ini didukung oleh teori keperawatan Dorothea E . Orem yaitu teori keperawatan yang berbasis model konseptual keperawatan atau teori *self care* dengan memodifikasi Gaya Hidup Pasien Hipertensi.



Skema 2.1 Kerangka Konsep Defisit perawatan diri (Self care)

Dorothea E. Orem Sumber : Alligod (2017)





Skema 2.2 memodifikasi Aplikasi Menurut Dorothea E. Orem Perawatan Diri (*self care*) Sumber : Alligod (2017)

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rencana Kajian Literature Review

1. Desain penelitian

Desain penelitian digunakan adalah Literatur Review dan eksperimen terkait topik yang diangkat yaitu pengaruh pemberian jus mentimun terhadap hipertensi pada lansia. Peneliti akan dilakukan secara sistematis terkait intervensi keperawatan (non farmakologi) untuk membantu menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sebagai perawatan dirumah.

2. Database Jurnal

Data yang didapatkan merupakan data hasil penelitian-penelitian sebelumnya dan sumber data sekunder yang didapat berupa artikel jurnal nasional maupun internasional dengan tema yang sudah ditentukan.

Database yang digunakan dalam pencarian literature dalam *literature review* ini yaitu *Google Scholar*, *ScienceDirect* dan *Cendikia*.

3. Batasan Waktu Publikasi

Jurnal yang digunakan dalam penelitian digunakan dibatasi waktu publikasi untuk mendapatkan hasil penelitian terkini, karena ilmu dan hasil penelitian disesuaikan dengan trend dan isu terkini. Temuan jurnal yang digunakan dalam penelitian ini adalah kurun waktu 5 tahun terakhir (2015-2020) untuk jurnal dalam negeri dan luar negeri 5 tahun terakhir (2015-2020).

4. Kata Kunci

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword* dan *Boolean operator (AND, OR NOT or AND NOT)*. Kata kunci ini dalam literature review ini disesuaikan dengan *Medical Subjek Heading (MeSH)*.

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword Hypertension, cucumis sativus, elderly*

Tabel 3.1 Kata Kunci Literature Review

Hipertensi	Jus Mentimun	Lansia
Hypertension	<i>Cucumis sativus</i>	Elderly
Or		
Blood pressure		

5. Kriteria Inklusi Dan Eksklusi

Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan *PICOS framework* yang terdiri :

- 1) *Population/problem* yaitu populasi atau masalah yang akan dianalisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literatur review*.
- 2) *Intervention* yaitu suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan studi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literatur review*.
- 3) *Comparison* yaitu : pembandingan dari penatalaksanaan lain
- 4) *Outcome* yaitu : suatu hasil dari penelitian
- 5) *Study design* yaitu : model penelitian yang digunakan untuk di *review*

Tabel 3.2 Format *PICOS* Pada *Literature Review*

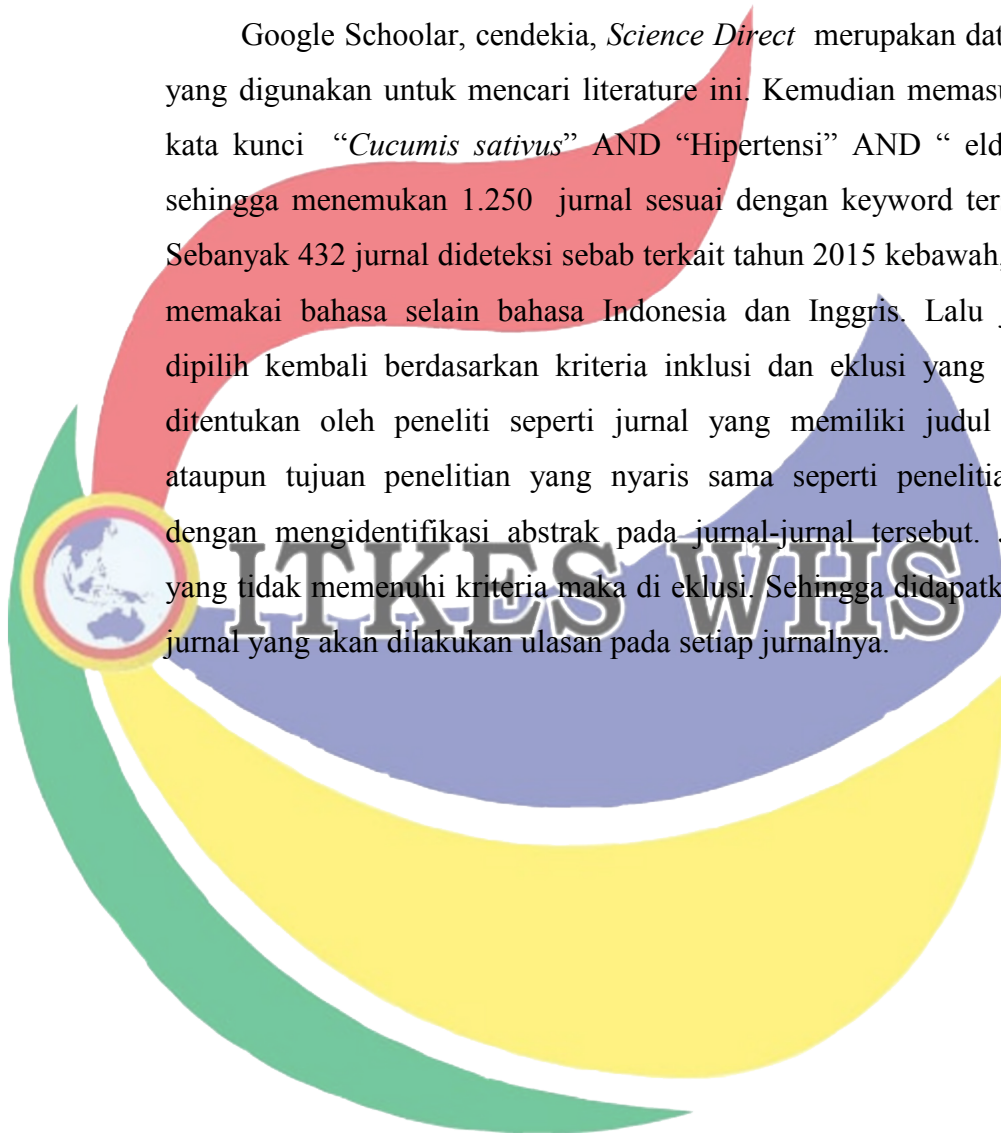
Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population</i>	Lansia dengan Hipertensi	1. Lansia yang tidak bersedia menjadi responden 2. Lansia yang tidak mengkonsumsi obat hipertensi
<i>Intervention</i>	Pemberian jus mentimun	Pemberian obat
<i>Compration</i>	Pengukuran pre dan post	Tidak ada faktor pembandingan
<i>Outcome</i>	Adanya pengaruh pemberian jus mentimun dalam penurunan tekanan darah	Tidak adanya pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah
<i>Study design and publication type</i>	Quasi-experimental studies Random control and trial Systematic review, qualitative research and cross-sectional studies	Tidak ada

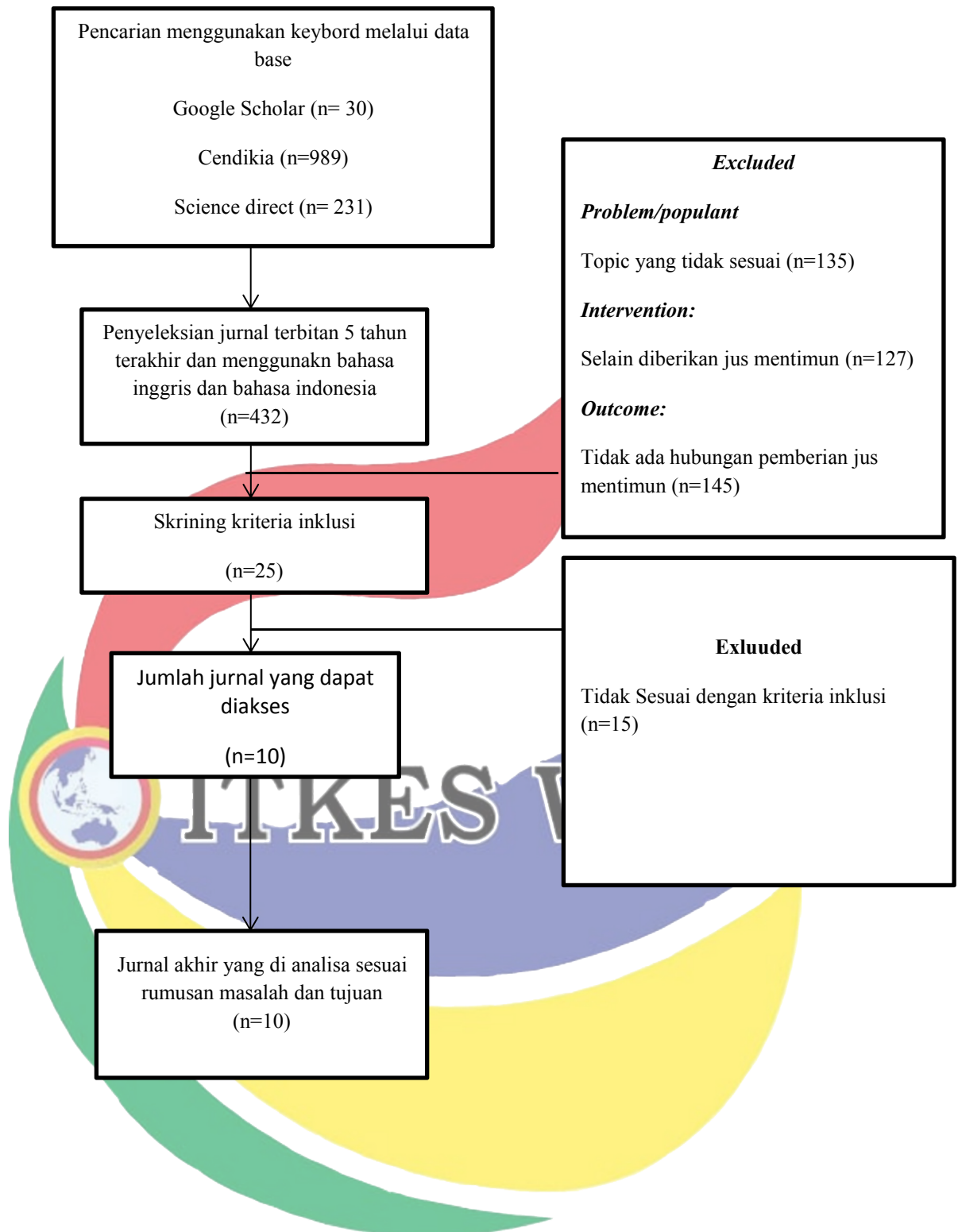
<i>Publication year</i>	Diatas dan jurnal publikasi tahun 2015	Dibawah 2015
<i>Language</i>	Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris	Selain Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris

6. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas

a. Seleksi Studi

Google Scholar, cendekia, *Science Direct* merupakan database yang digunakan untuk mencari literature ini. Kemudian memasukkan kata kunci “*Cucumis sativus*” AND “Hipertensi” AND “elderly”, sehingga menemukan 1.250 jurnal sesuai dengan keyword tersebut. Sebanyak 432 jurnal dideteksi sebab terkait tahun 2015 kebawah, serta memakai bahasa selain bahasa Indonesia dan Inggris. Lalu jurnal dipilih kembali berdasarkan kriteria inklusi dan eklusi yang sudah ditentukan oleh peneliti seperti jurnal yang memiliki judul sama ataupun tujuan penelitian yang nyaris sama seperti penelitian ini dengan mengidentifikasi abstrak pada jurnal-jurnal tersebut. Jurnal yang tidak memenuhi kriteria maka di eklusi. Sehingga didapatkan 10 jurnal yang akan dilakukan ulasan pada setiap jurnalnya.





Skema 3.1 Diagram Flow Literature Review Berdasarkan PRISMA

b. Penilaian Kualitas

Analisis kualitas metodologi dalam setiap studi (n=10) dengan *checklist* daftar penilaian dengan beberapa pertanyaan untuk menilai kualitas dari studi. Penilaian kriteria diberi nilai „ya“ „tidak“, „tidak jelas“ atau „tidak berlaku“, dan setiap kriteria diberi nilai „ya“, „tidak“, „tidak jelas“ atau „tidak berlaku“, dan setiap kriteria dengan skor „ya“ diberi satu poin dan nilai lainnya adalah nol, setiap skor studi kemudian dihitung dan dijumlahkan. *Critical appraisal* untuk menilai studi yang memenuhi syarat dilakukan oleh para peneliti. Jika skor penelitian setidaknya 50% memenuhi kriteria *critical appraisal* dengan nilai titik *cut-off* yang telah disepakati oleh peneliti, studi dimasukkan ke dalam kriteria inklusi. Peneliti mengecualikan studi yang berkualitas rendah untuk menghindari bias dalam validitas hasil dan rekomendasi ulasan. Dalam skrining terakhir, delapan belas studi mencapai skor lebih tinggi dari 50% dan siap melakukan sintesis data, akan tetapi karena penilaian terhadap risiko bias, dua studi dikeluarkan dan artikel yang digunakan dalam studi literatur terdapat 10 buah.



ITKES WHS

Tabel 3.3 PRISMA CEKLIST

No	Judul Jurnal	Nilai	
		Prisma Ceklist	JB I
1	Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kondangjaya Pandeglang-Banten	18	8
2	Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (<i>cucumis Sativus Linn</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Sindang Barang Kota Bogor	17	8
3	Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Wanita Menopause Yang Mengalami Hipertensi	21	8
4	Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi DI Lingkungan Dasan SariWilayah Kerja Puskesmas Pejeruk	19	8
5	Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	23	8
6	Implementasi Evidence Based Nursing Pada Pasien Hipertensi Dan Rematik : Studi Kasus	19	6
7	<i>(The Effect of Cucumber Juice on the Elderly Hypertension in Citalahab Village, Pandeglang District in 2020)</i>	18	8
8	<i>(EFFECT OF CUCUMBER (CUCUMIS SATIVUS) JUICE ON LOWERING BLOOD PRESSURE IN ELDERLY)</i>	22	8
9	<i>(The Effectiveness of Cucumber Suri Juice (Cucumis Sativus) On Blood Pressure in Menopausal Hypertension)</i>	18	8
10	<i>(THE EFFECT OF CUCUMBER JUICE (Cucumis Sativus) TOWARD HYPERTENSION OF ELDERLY AT TRESNA WERDHA BUDI SEJAHTERA SOCIAL INSTITUTION OF BANJARBARU SOUTH BORNEO 2017)</i>	17	7

Rencana Kajian Asuhan Keperawatan

1. Kriteria Inklusi Dan Eksklusi Klien

a. Kriteria Inklusi

- 1) Responden yang bersedia menjadi responden
- 2) Responden yang berada di desa kayungo sari
- 3) Responden dengan Hipertensi
- 4) Responden yang tidak mengkonsumsi obat hipertensi
- 5) Responden yang tidak memiliki gangguan psikologis

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Responden yang tidak mengalami Hipertensi
- 2) Responden yang mengkonsumsi obat Hipertensi

2. Evidence Based Nursing

a. Proposal

Masalah klinis pendekatan PICO (*Population, Intervension, Comparison Outcome*).

Digunakan dalam melakukan perumusan masalah klinis, Pertanyaan klinis dirumuskan dengan menggunakan analisis PICO, pertanyaan klinis dalam *evidence based nursing* ini adalah “Pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia didesa kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser” ? penjabatan analisis PICO dalam perumusan masalah klinis, yakni sebagai berikut:

- 1) Problem : Lansia yang mengalami Hipertensi
- 2) Intervention : Pemberian Jus Mentimun
- 3) Comperation :
- 4) Outcome : Tekanan Darah Menurun

b. Search Strategy

Menggunakan kata kunci Hipertensi, Jus mentimun, dan Lansia

- 1) Efektifitas Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia
- 2) Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia

c. Penerapan Evidence Based Nursing

- 1) Persiapan pelaksanaan dengan penyusunan proposal EBN, penyusunan proposal berdasarkan fenomena yang ditemukan selama praktik
- 2) Menganalisis masalah menggunakan analisis PICO (*Problem, Intervention, Comperation, Outcome*)
- 3) Pencarian jurnal menggunakan search strategy dengan kata kunci hipertensi, jus mentimun, tekanan darah. Jurnal yang telah didapatkan, kemudian dipilih jurnal yang paling mendekati penyelesaian masalah sebagai dasar rujukan dan beberapa jurnal lainnya sebagai jurnal pendukung.
- 4) Setelah proposal dibuat kemudian dikonsulkan dengan pembimbing klinik dan pembimbing akademik untuk mendapatkan masukan dan saran
- 5) Sosialisasi dilaksanakan pada bulan Desember 2020 di Desa Kayungo Sari kecamatan longikis.
- 6) Penulis menyiapkan persiapan alat dan bahan yang dibutuhkan seperti tensimeter, jus mentimun, dan buku catatan.

B. Hambatan proses kegiatan

Dalam proses pembelajaran yang dilakukan secara via daring (online), oleh mahasiswa profesi ners ITKES Wiyata Husada Samarinda di akhir tahun 2020, banyak hambatan atau kendala yang dialami karena bertepatan dengan adanya covid 19 yang dimana dalam proses pembelajaran ini harus tetap mengikuti protocol kesehatan serta menjaga jarak agar tetap aman diri. Dalam proses kegiatan banyak sekali hambatan mulai dari tidak boleh diadakannya pertemuan atau berkumpul dan bertepatan juga di hari natal serta tahun baru sehingga saat dilakukan pengkajian klien banyak yang menunda untuk dilakukan pengkajian karena memang waktu yang kurang efektif, sehingga pengkajian baru bisa dilakukan pada tanggal 27 desember 2020 dan terhambat lagi dengan adanya tahun baru dimana klien tidak bisa dilakukan intervensi karena kesibukannya untuk beribadah serta berkumpul dengan keluarga,

sehingga intervensi pun mulai dilakukan setelah tahun baru yaitu pada tanggal 2 Januari 2021.

Pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah, awalnya klien menolak untuk pemberian intervensi ini karena berpikir dan merasa tidak ada waktu untuk membeli dan membuat jusnya untuk dikonsumsi, namun disini saya sebagai mahasiswa pun membantu mempermudah proses kegiatan yaitu dengan membuat jus mentimun selama 1 minggu agar klien tetap patuh dalam mengkonsumsi jus mentimunnya. Namun seiring nya waktu kami pun tetap melaksanakan intervensi hingga hari ke 7 sampai dengan proses evaluasi dari kegiatan yang telah dilakukan.

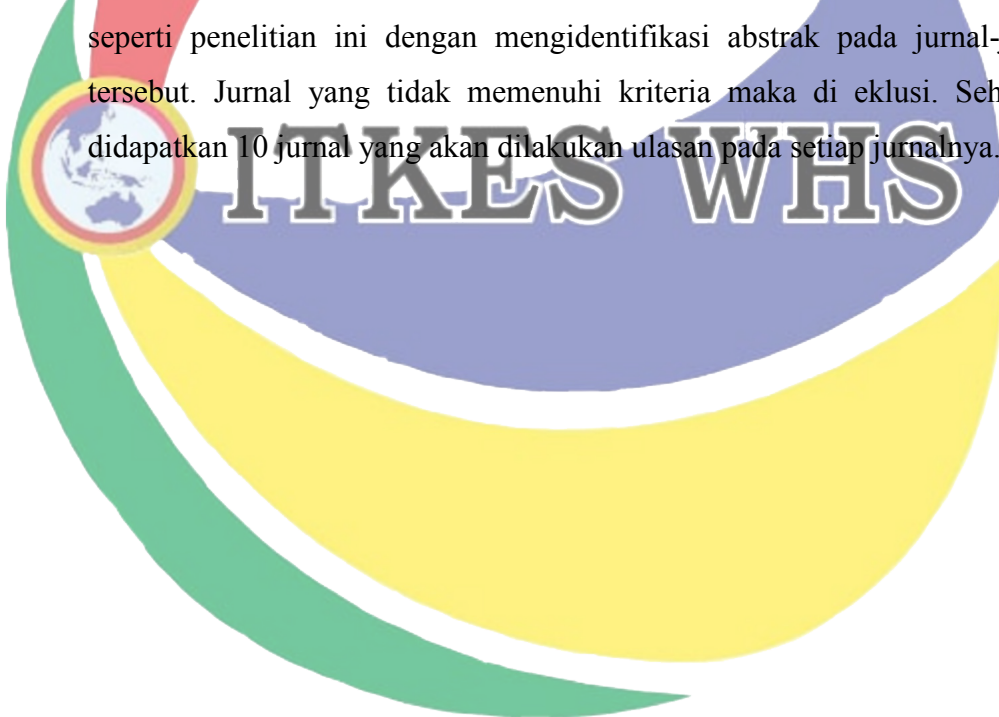


BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian Literature Review

1. Hasil Literatur Jurnal

Google Scholar, *Science Direct*, cendekia merupakan database yang digunakan untuk mencari literature ini. Kemudian memasukkan kata kunci “*Cucumis sativus*” AND “Hipertensi” AND “ elderly”, sehingga menemukan 1.250 jurnal sesuai dengan keyword tersebut. Sebanyak 432 jurnal dideteksi sebab terkait tahun 2015 kebawah, serta memakai bahasa selain bahasa Indonesia dan Inggris. Lalu jurnal dipilih kembali berdasarkan kriteria inklusi dan eklusi yang sudah ditentukan oleh peneliti seperti jurnal yang memiliki judul sama ataupun tujuan penelitian yang nyaris sama seperti penelitian ini dengan mengidentifikasi abstrak pada jurnal-jurnal tersebut. Jurnal yang tidak memenuhi kriteria maka di eklusi. Sehingga didapatkan 10 jurnal yang akan dilakukan ulasan pada setiap jurnalnya.



Tabel 4.1 *Literatur Riview Jurnal*

NO	Penulis	Judul	Desain	Responden	Prosedur Penilaian	Hasil
1	Ucu Wandu Somantri	Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kondangjaya Pandeglang- Banten	Demonstrasi dengan cara desain quasi eksperimen pre and post test with control grup untuk mengetahui efektifitas pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah	Populasi sampel pada penelitian ini 30 lansia, tetapi hanya 12 yang dijadikan sampel. Dan dibagi menjadi kelompok intervensi 6 dan kelompok kontrol 6 pasien.	Prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu dibagi menjadi 3 sesi yaitu, penyuluhan, demonstrasi, pengukuran tekanan darah. Dan intervensi dilakukan selama 7 hari dimana hari 1 dilakukannya penyuluhan dan hari 2 sampai ke 6 pemberian jus mentimun dan diberikan 2x dalam sehari yaitu jam 08:00 WIB dan 20:00 WIB. Pada pasien intevensi diberikan jus mentimun sedangkan pada pasien kontrol tidak diperkenankan untuk meminum jus mentimun.	Berdasarkan hasil perlakuan selama 7 hari terhadap 12 responden yaitu 6 responden kelompok kontrol dan 6 responden kelompok intervensi pada pasien hipertensi didapatkan rata-rata kelompok intervensi dengan pemberian jus mentimun diperoleh rata-rata 154,4 mmHg / 85,7 mmHg. Sedangkan kelompok kontrol didapatkan rata-rata 168 mmHg/ 90,4 mmHg. Jus mentimun bisa menurunkan tekanan darah dengan aturan minum 2x dalam sehari dengan waktu pemberian pagi dan sore, sedangkan jumlah yang diminum dalam 1 kali pemberian yaitu 1 gelas kurang lebih 250 cc.

2	Sariaman Purba	Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (<i>cucumis Sativus Linn</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Sindang Barang Kota Bogor	Penelitian ini adalah eksperimen dengan desain Quasy eksperiment design dengan rancangan non randomized pretest- posttest control group.	Populasi penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi dikelurahan sindang barang kota bogor. Dengan sampel yang diteliti sebanyak 20 responden menggunakan teknik total sampling. Serta pengambilan data menggunakan teknik wawancara dan lembar observasi pada tahap penelitian. Dan dibagi menjadi 10 kelompok intervensi dan 10kelompok kontrol.	Pengambilan data disini menggunakan teknik wawancara dan lembar observasi. Dan untuk intervensi yang dilakukan selama 3-7 hari.	Dari hasil pemberian jus mentimun yang dilakukan selama 3 hari sudah menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dari uji Wilcoxon sum rank test menunjukkan nilai $p=0,00 >$ dari 0,005 yang bermakna yaitu hipotesis nol ditolak atau bearti terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok. Pada kelompok intervensi yang sesudah diberikan jus mentimun terdapat perbedaan karena adanya asupan kalium sebesar 147 mg atau 260 nmol serta kandungan mineral lainnya sebsar 1000 nmol yang diberikan berua jus mentimun. Sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan air mineral sebanyak 150 ml, sehingga hasil akhirnya tidak mengalami banyak perubahan.
---	-------------------	---	--	--	--	--

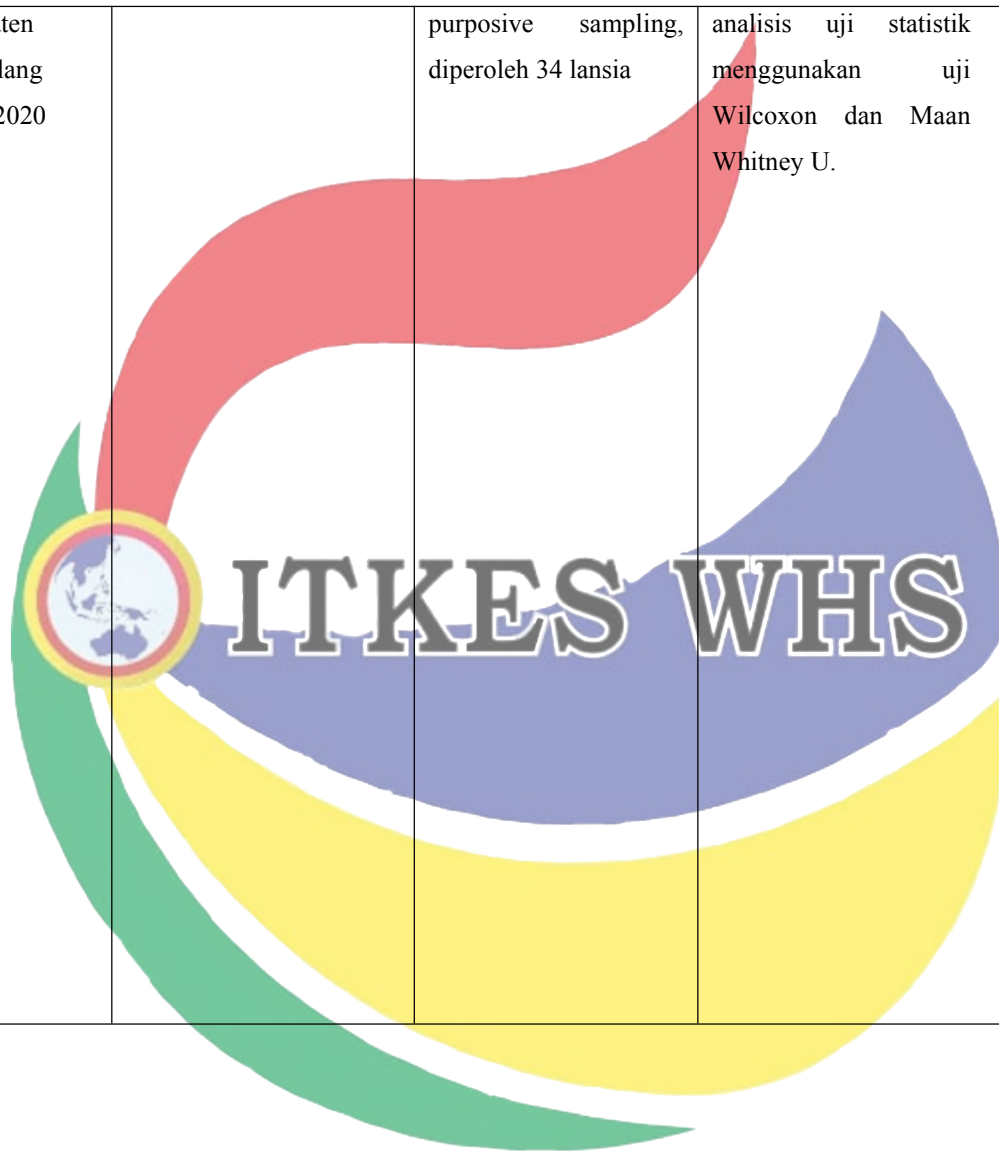
3	Dhonna Anggreni, Erfiani Mail, Farida Yuliani	Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Wanita Menopause Yang Mengalami Hipertensi	Jenis penelitian ini adalah penelitian ekperimen, rancang bangun yang digunakan adalah <i>intact-group comparison</i> . Dan instrument yang digunakan berupa lembar observasi. Untuk mengetahui adanya peningkatan atau penurunan tekanan darah setelah diberikan jus mentimun.	Populasi pada penelitian ini sebanyak 40 orang. Setelah dihitung menggunakan rumus, didapatkan sampel penelitian sebanyak 20 orang. Penelitian dilakukan membagi responden menjadi 2 kelompok. Kelompok pertama diberikan jus mentimun dan kelompok kedua tidak diberikan jus mentimun tetapi diberikan sirup rendah kalori.	Penilaian tekanan darah disini menggunakan lembar observasi dan tensimeter. Teknik pengambilan data dengan <i>purposive sampling</i> yaitu sebanyak 20 responden. Dan dilakukan intervensi yaitu pemberian jus mentimun selama 1 minggu. Pada kelompok intervensi terdapat penurunan tekanan darah, namun pada kelompok kontrol sebagian masih dikategorikan hipertensi.	Pada kelompok kontrol sebagian besar masih dikategorikan hipertensi sedang dengan rerata tekanan darah sebesar 169,6 mmHg. Hasil uji <i>Mann Whitney</i> menunjukkan bahwa ada perbedaan tekanan darah wanita menopause antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah mengkonsumsi jus mentimun selama 1 minggu (Z hitung = -2,762 dan p value= 0,005). Konsumsi jus mentimun selama 1 minggu secara rutin dapat menurunkan tekanan darah pada wanita menopause yang hipertensi
4	Eva Marvia, Febriati Astuti, Nurjanah	Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Perubahan Tekanan Darah	Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan <i>quasi experimen</i> dengan	Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah sejumlah 40 orang penderita hipertensi. Dan dibagi	Pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi dan tindakan. Analisa data yang digunakan yaitu uji <i>Mann-Whitney</i> .	Berdasarkan hasil penelitian yang di peroleh, bahwa, setelah dilakukan pemberian jus mentimun didapatkan tekanan darah, pada kelompok perlakuan didapatkan hasil

	Khaeriah	Pada Lansia Penderita Hipertensi DI Lingkungan Dasan SariWilayah Kerja Puskesmas Pejeruk	rancangan non- <i>equivalent time sampel design</i> . Dimana pada penelitian ini sampel kelompok intervensi diberikan perlakuan dan sampel kontrol tidak diberikan perlakuan, diobservasi lebih dahulu sebelum diberikan perlakuan sampel tersebut diobservasi kembali	menjadi 2 kelompok dimana 20 pada kelompok perlakuan diberikan jus mentimun dan 20 pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan hanya melakukan pengamatan pada tekanan darahnya.	Dimana penelitian ini dilakukan selama 2 minggu dengan memberikan jus mentimun selama 20-30 menit sebelum sarapan dan sebelum makan malam. Peneliti memberikan 2 kali perlakuan dalam 1 hari. Setelah diberikan perlakuan peneliti langsung melakukan post-test dimana reponden diukur kembali tekanan darahnya setelah diberikan jus mentimun, apakah responden mengalami hipertensi ringan, sedang, atau berat pada kelompok perlakuan sedangkan pada kelompok kontrol peneliti mengukur tekanan darah lalu di observasi kembali.	pengukuran tekanan darah normal sebanyak 20 responden (100%). Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan hasil pengukuran tekanan darah yaitu dengan kategori tekanan darah normal sebanyak 14 responden (70%) dan hipertensi ringan sebanyak 6 responden (30%). Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa pemberian jus mentimun sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah di bandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau jus mentimun.
--	----------	--	--	--	---	---


5	Etri Yanti, Niken, Devi Andriyani	Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	Penelitian ini menggunakan desain pra eksperimen design dengan rancangan pretest posttest. Desain penelitian yang melakukan observasi (pengukuran) sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada dua kelompok (kelompok perlakuan dan kelompok kontrol). Desain penelitian yang melakukan observasi (pengukuran) sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada dua kelompok (kelompok perlakuan dan kelompok kontrol). Desain penelitian yang melakukan observasi (pengukuran) sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada dua kelompok (kelompok perlakuan dan kelompok kontrol).	Populasi pada penelitian ini adalah penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Singkarak yang berjumlah 97 orang. Besar sampel dihitung dengan rumus Federer, Pada kelompok perlakuan terdapat 16 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi. Cadangan untuk penelitian yaitu 10 % dari 16 responden maka jumlah cadangan 2 orang responden .	Teknik Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan mengukur tekanan darah sistolik dan diastolik pasien hipertensi / responden. Teknik Pengolahan Data: Menyunting Data (<i>Editing</i>), Mengkode data (<i>Coding</i>), Memasukkan Data (<i>Entry Data</i>), Membersihkan data (<i>Cleaning</i>), Tabulasi (<i>Tabulating</i>). Analisa univariat dilakukan dengan mencari rata-rata (<i>Mean</i>) tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian jus mentimun dan Analisa. Pemberian jus mentimun	Data diolah secara komputerisasi dengan analisis univarian menggunakan tabel <i>median</i> dan nilai <i>mainimum/ maksimum</i> dan analisis bivariat menggunakan uji <i>Mann- Whitney</i> dengan signifikan nilai $p \leq 0,05$. Hasil penelitian pada tekanan darah sistolik penderita hipertensi kelompok eksperimen dan kontrol setelah diberikan jus mentimun terdapat perbedaan yang signifikan dengan nilai $p \text{ value} = 0,000 \leq 0,05$. Terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah diastole pada penderita hipertensi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan nilai $p \text{ value} = 0,000 \leq 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada penderita
---	--	--	---	---	--	--

					dilakukan selama 7 hari.	hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Singkarak.
6	Ratna Dewi	Implementasi Evidence Based Nursing Pada Pasien Hipertensi Dan Rematik : Studi Kasus	implementasi evidenbased nursing dengan jus merntimun untuk menurunkan tekanan darah tinggi	Populasi sumber pada penelitian ini adalah 20 responden setelah dilakukan pemberian jus mentimun sebanyak 150 ml selama 7 hari dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada laki-laki dan perempuan hipertensi secara signifikan	implementasi evidenbased nursing dengan jus merntimun untuk menurunkan tekanan darah tinggi. terapi komplementer yang diberikan pada tanggal 13 Januari 2020 adalah pemberian jus mentimun dilakukan selama 1 minggu karena buah mentimun yang sangat mudah didapatkan.	menunjukkan hasil yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah tinggi yaitu sebelum diberikan intervensi TD: 180/100mmhg setelah diberikan intervensi didapatkan TD : 130/90 mmhg. Penerapan terapi komplementer yang di lakukan menunjukkan perbaikan pada pasien yangmenderita hipertensi,
7	Nova Pandu Winata, Triana Indrayani, Bunga	Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Hipertensi Lansia di Desa Citalahab,	Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu melalui pendekatan two group pretest dan posttest design	Populasi penelitian adalah 100 lansia penderita hipertensi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik	Dalam penelitian ini dilakukan uji normalitas sehingga data tidak berdistribusi normal, sehingga peneliti melakukan	menggunakan uji Wilcoxon (uji non parametrik), diantara 17 responden pada kelompok intervensi terdapat 6 responden yang memiliki peringkat negatif dan 11 responden yang memiliki peringkat positif dan tidak

	Tiara Carolin	Kabupaten Pandeglang Tahun 2020		purposive sampling, diperoleh 34 lansia	analisis uji statistik menggunakan uji Wilcoxon dan Maan Whitney U.	ada perbedaan data nol atau data berpasangan dengan nilai yang sama. Artinya dari 17 responden yang dibandingkan, terdapat 11 responden yang menunjukkan penurunan tekanan darah setelah mengonsumsi jus mentimun, namun masih terdapat 6 responden yang tidak mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan bahkan setelah diberikan jus mentimun. Sedangkan untuk pemberian obat hipertensi pada kelompok kontrol Artinya dari 17 responden yang dibandingkan, terdapat 7 responden yang menunjukkan lansia mengalami penurunan tekanan darah setelah mengonsumsi obat anti hipertensi, namun masih terdapat 10 responden yang tidak mengalami penurunan tekanan darah
--	------------------	---------------------------------------	--	--	--	--



8	Tua Sumirah Budi Pertami, Budiono, Dian Yuniar Syanti Rahayu	Pengaruh (Kukumcucumis Sativudjus) Terhadap Tekanan Darah Penurunan Pada Lansia	Desain penelitian ini menggunakan pra-eksperimen dengan one group pretest-posttest. untuk mengetahui apakah mentimun berpengaruh atau tidak terhadap tekanan darah pada lansia.	20 orang lansia di wilayah kerja Puskesmas Abeli Kendari dipilih secara simple random sampling pada bulan September sampai dengan November 2015. Kriteria Inklusi untuk sampel dalam penelitian ini adalah: 1) Responden yang menderita hipertensi, 2) Memiliki tekanan darah di atas 140 mmHg (sistolik) atau di atas 90 mmHg (diastolik), 3) belum menggunakan inhibitor konversi enzim angiotensin, 4) composmentis dan	Mercury Sphygmomanometer digunakan untuk mengukur tekanan darah. perasan mentimun terdiri atas blender satu ketimun segar 100 gram dan air 200cc. Jus tersebut dikonsumsi selama 7 hari sebanyak dua kali sehari, pagi dan sore. Para peneliti dalam penelitian ini memastikan bahwa semua responden memiliki dosis jus mentimun yang sama.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan jus ketimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Abele, dengan uji t tekanan darah sistolik $t_{hitung} > t_{tabel}$ (7,095 > 2,093) atau P -Nilai adalah 0,000 < 0,05; dan uji t untuk tekanan darah diastolik didapatkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ (6.190 > 2.093) atau P-value 0,000 < 0,05.
---	--	---	---	--	---	--



				<p>mampu berkomunikasi dengan baik, 5) Koperasi, 6) bersedia menjadi subjek penelitian. Kriteria eksklusi untuk penelitian ini adalah:</p> <p>1) memiliki tekanan darah sistol di bawah 140 mmHg dan diastolik di bawah 90 mmHg, 2) menggunakan penghambat enzim pengubah angiotensin</p> <p>3) Gagal mengikuti terapi lengkap.</p>		
9	Reani Hariyanti, Suharyo Hadisaputro, Sri	Efektifitas Jus Mentimun Suri (Cucumis Sativus) Terhadap	Penelitian ini merupakan Quasi-Eksperimental pre-test dan post-test with control group design.	Populasi dalam penelitian ini adalah wanita menopause hipertensi di Puskesmas Bangsri I	Sampel penelitian dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan teknik lotrey. Sampel dalam penelitian ini	Hasil uji t berpasangan menunjukkan ada perbedaan yang bermakna tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah perlakuan (p value <0,05), pada kelompok

	Sumarni, Erna	Tekanan Sarah Pada Hipertensi Menopause		Jebara. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah wanita menopause yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.	adalah 20 wanita menopause penderita hipertensi yang terbagi menjadi dua kelompok penelitian yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi mendapat 400 gram sari mentimun suri dan kaptopril, sedangkan kelompok kontrol dalam penelitian ini mendapat obat kaptopril dan lama pemberian dalam penelitian ini adalah 7 hari.	kontrol tidak terdapat perbedaan bermakna ($p > 0,05$). Pemberian jus ketimun dan obat antihipertensi selama 7 hari efektif menurunkan tekanan darah diastolik sebesar 16,60 mmHg, sedangkan pemberian obat antihipertensi saja selama 7 hari mampu menurunkan tekanan darah diastolik sebesar 1,30 mmHg.
10	Candra Kusuma Negara, Erna, Anna	Pengaruh Jus Kukum (Cucumis Sativus) Terhadap Hipertensi	Penelitian menggunakan eksperimen semu dengan desain one group pre-post test.	Populasi dalam penelitian ini adalah 55 penderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru Kalimantan Selatan. Berdasarkan hasil	<i>Eksperimen kuasi dengan rancangan One group pre-post test. Jumlah sampel sebanyak 35 orang yang diambil dengan teknik purposive sampling</i> Dosis <i>cucumis sativus</i> : 200g	Tekanan darah sistolik menurun setelah terapi jus mentimun dengan 149,68 mmHg menjadi 136,65 mmHg dan nilai $p < 0,05$ dan tekanan darah diastolik menurun setelah terapi jus mentimun dengan 95,99 mmHg menjadi 80,09 mmHg dan nilai $p = 0,000$. Tekanan darah

			<p>penelitian didapatkan jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 35 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.</p>	<p>mentimun dan 100 ml air. Penelitian dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru Kalimantan Selatan Juli 2017, pemberian jus setiap hari selama tiga hari dan pada pagi hari pukul 09.00 WITA.</p>	<p>diastolik setelah pemberian jus mentimun adalah 89,08 mmHg (\pm 3,355 mmHg), lebih rendah dibandingkan tekanan darah diastolik sebelum pemberian jus mentimun yaitu 95,88 mmHg (\pm 3,332 mmHg). Jus mentimun dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi lansia.</p>
--	--	--	---	--	--



Penelitian Ucu Wandu Somantri (2020), memiliki masalah yang sama yang diangkat sebagai point penting dalam penelitiannya adalah hipertensi sebagai salah satu gejala peningkatan tekanan darah yang kemudian mempengaruhi kerangka kerja organ yang lain seperti stroke untuk otak atau penyakit jantung coroner. Akan tetapi Penelitian TUA Sumirah Budi Pertami, dkk (2017), mengidentifikasi lebih bahwa hipertensi adalah penyakit yang mengakibatkan morbiditas tinggi.

Ucu Wandu Somantri (2020), menekankan penelitian pada aspek pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah efektif menurunkan tekanan darah. Pemberian jus mentimun dilakukan selama 7 hari dimana hari pertama dilakukan tiga sesi yaitu penyuluhan, demonstrasi, pengukuran tekanan darah dan pada hari kedua dilakukan intervensi yaitu pemberian jus mentimun, di instruksikan untuk meminum jus sehari yaitu 2 kali pagi pada pukul 08:00 WIB dan sore hari pada pukul 20:00 WIB agar hasilnya lebih signifikan, setelah dilakukan intervensi selama 7 hari dilakukan evaluasi untuk mengetahui apakah jus mentimun efektif dalam menurunkan tekanan darah dan ternyata setelah dievaluasi terdapat perbedaan atau penurunan tekanan darah yang signifikan. Hal ini diuraikan lagi dalam penelitian Sariaman Purba (2019), menekankan bahwa pemberian jus mentimun berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah, intervensi yang diberikan yaitu selama 7 hari bahkan hari ke 3 sudah mendapatkan hasil yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah, karena jus mentimun akan memberikan efek relaksasi.

B. Hasil Asuhan Keperawatan Proses Keperawatan

1. Profil Responden

a. Karakteristik Responden meliputi Usia

Tabel 4.2 Karakteristik Responden

Karakteristik Usia	Responden	Persentase (%)
50-55	2	40%
56-65	3	60%
Total	5	100%

Sumber Data Primer 2020

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat disimpulkan bahwa, batasan karakteristik usia klien dengan Hipertensi lebih banyak yang menderita dengan rentan usia 56-65 tahun sebanyak 3 orang (60%), sedangkan pada rentan usai 50-55 terdapat 2 orang (40%). Penelitian yang dilakukan oleh Evi Marvia (2020) menyatakan bahwa usia yang semakin bertambah dapat menyebabkan kemunduran beberapa fungsi fisik maupun psikologis yang dialami oleh lansia termasuk dapat menyebabkan masalah kesehatan yaitu hipertensi yang terjadi akibat gangguan dari sistem sirkulasi darah.

b. Karakteristik Responden Meliputi Jenis Kelamin

Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik Jenis Kelamin	Responden	Persentase (%)
Laki-laki	2	40%
Perempuan	3	60%
Total	5	100%

Sumber Data Primer 2020

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik berdasarkan jenis kelamin klien dengan Hipertensi lebih banyak berjenis kelamin perempuan yaitu 3 orang (60%) dan laki-laki 2 orang (40%). Penelitian yang dilakukan oleh Jumriani Ansar (2019)

menyatakan bahwa berdasarkan jenis kelamin mayoritas yaitu perempuan dimana tingkat stress yang membuat tubuh menghasilkan hormone adrenalin lebih banyak. Membuat jantung bekerja lebih cepat.

2. Asuhan Keperawatan

a. Pengkajian

1) Kasus 1

Tn. P berusia 57 tahun merupakan salah satu lansia yang ada di Wilayah Rt. 06 desa kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser lansia tersebut merupakan lansia laki-laki yang Beragama katholik dengan latar belakang pendidikan terakhir SMA dengan pekerjaan sebagai petani, lansia cukup kooperatif dalam memberikan informasi yang dibutuhkan untuk menegakkan diagnosa Pengkajian dilakukan selama 1 hari pada tanggal 27 Desember 2020, dari hasil pengkajian Tn. P tampak tegang, dan Tn. P mengatakan pada malam hari sering susah tidur serta kadang merasa pusing dan lemas, Tn P tidak mengkonsumsi obat hipertensi dan jarang sekali pergi ke posyandu lansia yang ada di desa kayungo sari. Klien mempunyai riwayat Hipertensi 5 tahun namun sejak 2 tahun yang lalu sudah lepas obat dan tidak meminumnya lagi dan klien mengatakan bahwa klien tidak ingin minum obat takut ketergantungan dan keterbatasan biaya untuk pengobatan. Sehingga memutuskan untuk berhenti minum obat sejak 2 tahun yang lalu. Saat dilakukan pemeriksaan Tanda-tanda Vital didapatkan hasil TD : 170/ 100 Nadi : 85 x/menit Respirasi:20x/menit Suhu: 36, 5°C.

Hasil observasi di dapatkan bahwa sehari hari klien memiliki pola makan yang teratur yaitu makan 3-4 kali sehari dan biasanya saat klien lapar, klien langsung pergi makan tanpa harus menyesuaikan jam. Menu makanan yang setiap hari di sajikan yaitu nasi, lauk sayur, tahu ,tempe, ayam, telur dan tidak pernah tertinggal yaitu ikan asin karna makanan yang disukai adalah ikan asin dengan nasi panas, dan klien juga mangatakan jarang memakan buah,

kadang sesekali saja. Untuk kebiasaan minum klien minum 7-8 gelas tergantung jika saat bekerja dikebun biasanya minum kurang lebih 1 liter atau lebih perhari. Klien sehari-harinyan melakukan aktivitasnya sendiri, seperti mandi, minum, makan dan kekebun. Tn p mengatakan jarang sekali mengikuti kegiatan posyandu lansia yang diadakan di desa kayungo sari. Klien mengatakan jarang tidur siang dan saat malam hari tidurnya juga kurang karna klien masih mempunyai banyak tanggungan yaitu membiayai anaknya sekolah sehingga membuat klien berpikir bagaimana untuk masa depan anaknya. Klien juga mengatakan jika saat memikirkan anak sekolah sering pusing bahkan terkadang sampai tidak tidur malam hanya 2-3 jam dan tidak nyenyak. Klien mengikuti ibadah setiap hari minggu. Tidak ada kesulitan dalam BAB dan BAK semua lancar dan untuk BAK biasanya klien sehari bisa 5-7 perharinya, sedangkan untuk BAB klien mengatakan sehari 1-2 kali perhari. Untuk BB klien saat ini adalah 74 kg dengan tinggi 170 cm. tidak ada penurunan BB ataupun alergi makanan.

Pemeriksaan fisik dilakukan secara menyeluruh pada bagian kepala :tidak ada benjolan, tidak ada lesi, penyebaran rambut merata dan rambut bercampur antara hitam dan putih. Selanjutnya bagaian mata: tidak anemis, tidak ikterik. Selanjutnya untuk telinga, tidak ada kotoran, pendengaran sedikit berkurang. Selanjutnya untuk hidung tidak ada polip, tidak ada fraktur, bentuk simetris. Untuk bagian mulut : terdapat gigi yang berlubang, mukosa bibir kering, tidak terdapat stomatitis. Pemriksaan selanjutnya pada bagian leher, didapatkan bahwa sekitar leher tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak terdapat gangguan dalam proses menelan. Pada pemeriksaan dada : perkembangan dada simetris, tidak terdapat lesi. Pemerikaan auskultasi pada dinding dada didapatkan bunyi jantung vesikuler, tidak ada bunyi suara nafas tambahan seperti ronchi, wheezing.dan hasil auskultasi pada bagian abdomen didapatkan bising usus 16x/menit. Pemeriksaan TTV : TD : 170/ 100 Nadi : 85 x/menit

Respirasi:20x/menit Suhu: 36, 5°C. Pemeriksaan musculoskeletal pada klien didapatkan tidak adanya kelemahan pada otot tangan dan kaki. Angka hasil pemeriksaan kekuatan otot pada kedua tangan masing-masing adalah 5 pada otot kaki juga 5 pada setiap kaki. Orientasi waktu klien mampu menyebutkan tanggal dan hari. Klien mampu menyebutkan tempat. Hasil pengkajian Bartel Indeks di dapatkan skor 130 dimana Tn P mampu memenuhi aktivitas sehari-hari dengan mandiri

2) Kasus 2

Ny. H berusia 55 tahun merupakan salah satu lansia yang ada Wilayah Rt. 06 desa kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser lansia tersebut merupakan lansia perempuan, yang Bergama protestan dengan latar belakang pendidikan SD dengan pekerjaan ibu rumah tangga. Lansia cukup kooperatif dalam memberikan berbagai informasi yang dibutuhkan untuk menegakkan diagnosa. Pengkajian dilakukan selama 1 hari pada tanggal 27 Desember 2020, dari hasil pengkajian ny. H didapatkan respon tampak tegang dibagian tengkuk dan pusing, penyebabnya dikarenakan Kualitas : tumpul terasa berat, Region : bagian leher (tengkuk), skala : 4 (sedang), Timing :hilang timbul 5-10 menit. Klien sulit tidur jika klien merasa pusing biasanya memakai koyo cabe dan minum obat warung saja jika pusingnya berlebihan. Sebelumnya klien mengatakan pernah jatuh dikamar mandi. Klien mempunyai hipertensi sejak 2 tahun lalu dan klien sering sekali merasa pusing hasil TTV : TD: 190/ 110 mmHg, Nadi: 89 x/menit Respirasi :23x/menit, suhu : 36,8°C. Hasil observasi didapat bahwa sehari –hari klien makan 4-5x sehari. Makanan yang sering dikonsumsi adalah ikan dan sayur untuk buah-buahan jarang sekali dikonsumsi. Dan klien sering membeli ikan asin untuk dikonsumsi karena jika membeli makanan yang lain akan cepat busuk karena tidak ada kulkas untuk menyimpan bahan makanan. Karena antara jarak rumah dengan warung atau pasar cukup jauh membuat klien harus mempersiapkan stok yang tahan

lama dan tidak mudah basi dan busuk. Klien juga sering mengkonsumsi ikan asin dan klien mengatakan sering bertengkar dengan suaminya yang membuat tekanan klien naik.

Klien mengatakan jarang sekali mengikuti kegiatan posyandu ataupun kegiatan ibadah. Ny H mengatakan jarang sekali tidur siang karena panas, kebiasaan klien dirumah yaitu bertanam padi dan kacang untuk dijual. Klien melakukan BAK secara mandiri yaitu sehari 6 kali dan untuk BAB klien mengatakan sehari 1x kadang juga lebih dan dilakukan secara mandiri kecuali saat klien merasa pusing sekali baru meminta tolong terhadap cucunya untuk memegangnya. Tidak ada penurunan berat badan, dan untuk BB sekarang yaitu 89 kg dan TB yaitu 159 cm. Pemeriksaan fisik dilakukan secara menyeluruh pada bagian kepala :tidak ada benjolan, tidak ada lesi, penyebaran rambut merata dan rambut bercampur antara hitam dan putih. Selanjutnya bagaian mata: tidak anemis, tidak ikterik. Selanjutnya untuk telinga, tidak ada kotoran, pendengaran sedikit berkurang. Selanjutnya untuk hidung tidak ada polip, tidak ada fraktur, bentuk simetris. Untuk bagian mulut : terdapat gigi yang berlubang, mukosa bibir kering, tidak terdapat stomatitis. Pemriksaan selanjutnya pada bagian leher, didapatkan bahwa sekitar leher tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak terdapat gangguan dalam proses menelan. Pada pemeriksaan dada : perkembangan dada simetris, tidak terdapat lesi. Pemerikaan auskultasi pada dinding dada didapatkan bunyi jantung vesikuler, tidak ada bunyi suara nafas tambahan seperti ronchi, wheezing.dan hasil auskultasi pada bagian abdomen didapatkan bising usus 16x/menit. Pemeriksaan TTV : TD : 190/ 110 Nadi : 89 x/menit Respirasi:23x/menit, Suhu: 36, 8°C. Pemeriksaan musculoskeletal pada klien didapatkan tidak adanya kelemahan pada otot tangan dan kaki. Angka hasil pemeriksaan kekuatan otot pada kedua tangan masing-masing adalah 5 pada otot kaki juga 5 pada setiap kaki. Orientasi waktu klien mampu menyebutkan tanggal dan hari. Klien mampu menyebutkan tempat.

Hasil pengkajian Bartel Indeks di dapatkan skor 130 dimana ny. mampu memenuhi aktivitas sehari-hari dengan mandiri

3) Kasus 3

Ny. M berusia 54 tahun merupakan salah satu lansia yang ada Wilayah Rt. 06 desa kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser lansia tersebut merupakan lansia perempuan, yang Beragama Katholik dengan latar belakang pendidikan SMP dengan pekerjaan ibu rumah tangga. Lansia cukup kooperatif dalam memberikan berbagai informasi yang dibutuhkan untuk menegakkan diagnosa. Pengkajian dilakukan selama 1 hari pada tanggal 28 Desember 2020, dari hasil pengkajian Ny. M tampak tegang, dan Ny. M mengatakan pada malam hari sering susah tidur jika tidur hanya 3-4 jam saja dan kadang merasa pusing, ny. M tidak mengkonsumsi obat hipertensi dan jarang sekali pergi ke posyandu lansia yang ada di desa kayungo sari. Klien mempunyai riwayat Hipertensi 3 tahun namun sejak 2 tahun yang lalu sudah lepas obat dan tidak meminumnya lagi dan klien mengatakan bahwa klien tidak ingin minum obat takut ketergantungan dan memutuskan untuk berhenti minum obat sejak 2 tahun yang lalu. Saat di lakukan pemeriksaan Tanda-tanda Vital didapatkan hasil TD : 150/100 mmHg Nadi : 79 x/menit Respirasi:22x/menit Suhu: 36 °C.

Hasil observasi di dapatkan bahwa sehari hari klien memiliki pola makan yang teratur yaitu makan 3 kali sehari dan biasanya saat klien lapar, klien langsung pergi makan tanpa harus menyesuaikan jam. Menu makanan yang setiap hari di sajikan yaitu nasi, lauk sayur, tahu ,tempe, ayam, telur dan tidak pernah tertinggal yaitu ikan asin karna makanan yang disukai adalah ikan asin dengan nasi panas, dan klien juga mangatakan jarang memakan buah, kadang sesekali saja karna jika harus membeli buah maka untuk membeli lauk harus yang murah agar dapat keduanya sehingga ny. M lebih mengutamakan makanan dirumah dari pada menyediakan buah.. Untuk kebiasaan minum klien minum 7-8 gelas tergantung jika saat bekerja dikebun

biasanya minum kurang lebih 1 liter atau lebih perhari. Klien sehari-harinya melakukan aktivitasnya sendiri, seperti mandi, minum, makan dan kekebun. Ny. M mengatakan jarang sekali mengikuti kegiatan posyandu lansia yang diadakan di desa kayungo sari. Klien mengatakan jarang tidur siang dan saat malam hari tidurnya juga kurang karna klien masih mempunyai banyak tanggungan yaitu membiayai anaknya sekolah sehingga membuat klien berpikir bagaimana untuk masa depan anaknya. Klien mengikuti ibadah setiap hari minggu. Tidak ada kesulitan dalam BAB dan BAK semua lancar dan untuk BAK biasanya klien sehari bisa 6 kali perharinya, sedangkan untuk BAB klien mengatakan sehari 1 kali perhari. Untuk BB klien saat ini adalah 56 kg dengan tinggi 155 cm. tidak ada penurunan BB ataupun alergi makanan.

Pemeriksaan fisik dilakukan secara menyeluruh pada bagian kepala :tidak ada benjolan, tidak ada lesi, penyebaran rambut merata dan rambut bercampur antara hitam dan putih. Selanjutnya bagaian mata: tidak anemis, tidak ikterik. Selanjutnya untuk telinga, tidak ada kotoran, pendengaran sedikit berkurang. Selanjutnya untuk hidung tidak ada polip, tidak ada fraktur, bentuk simetris. Untuk bagian mulut : terdapat gigi yang berlubang, mukosa bibir kering, tidak terdapat stomatitis. Pemriksaan selanjutnya pada bagian leher, didapatkan bahwa sekitar leher tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak terdapat gangguan dalam proses menelan. Pada pemeriksaan dada : perkembangan dada simetris, tidak terdapat lesi. Pemerikaan auskultasi pada dinding dada didapatkan bunyi jantung vesikuler, tidak ada bunyi suara nafas tambahan seperti ronchi, wheezing.dan hasil auskultasi pada bagian abdomen didapatkan bising usus 15 x/menit. Pemeriksaan TTV : TD : 150/ 100 mmHg Nadi : 79 x/menit Respirasi:22x/menit Suhu: 36 °C. Pemeriksaan musculoskeletal pada klien didapatkan tidak adanya kelemahan pada otot tangan dan kaki. Angka hasil pemeriksaan kekuatan otot pada kedua tangan masing-masing adalah 5 pada otot kaki juga 5 pada setiap kaki. Orientasi

waktu klien mampu menyebutkan tanggal dan hari. Klien mampu menyebutkan tempat. Hasil pengkajian Bartel Indeks di dapatkan skor 130 dimana Tn P mampu memenuhi aktivitas sehari-hari dengan mandiri.

4) Kasus 4

Tn. A berusia 60 tahun merupakan salah satu lansia yang ada Wilayah Rt. 06 desa kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser lansia tersebut merupakan lansia laki-laki, yang Bergama Katholik dengan latar belakang pendidikan SMP dengan pekerjaan seorang petani. Lansia cukup kooperatif dalam memberikan berbagai informasi yang dibutuhkan untuk menegakkan diagnosa. Pengkajian dilakukan selama 1 hari pada tanggal 28 Desember 2020, dari hasil pengkajian Tn. A tampak tegang, dan Tn. A mengatakan pada malam hari sering susah tidur dan kadang merasa pusing dan terkadang juga saat beraktivitas berat mudah lelah dan leher terasa tegang, penyebab Kualitas : tumpul terasa berat, Region: bagian tengkuk, skala: 5 (sedang), Timing: 10 menit. Tn A tidak mengkonsumsi obat hipertensi dan jarang sekali pergi ke posyandu lansia yang ada di desa kayungo sari. Klien mempunyai riwayat Hipertensi 4 tahun namun sejak 2 tahun yang lalu sudah lepas obat dan tidak meminumnya lagi dan klien mengatakan bahwa klien tidak ingin minum obat takut ketergantungan dan memutuskan untuk berhenti minum obat sejak 2 tahun yang lalu. Saat di lakukan pemeriksaan Tanda-tanda Vital didapatkan hasil TD : 160/ 100 mmHg, Nadi : 88 x/menit Respirasi:22x/menit Suhu: 36, 7°C.

Hasil observasi di dapatkan bahwa sehari hari klien memiliki pola makan yang teratur yaitu makan 3-5 kali sehari dan biasanya saat klien lapar, klien langsung pergi makan tanpa harus menyesuaikan jam. Menu makanan yang setiap hari di sajikan yaitu nasi, lauk sayur, tempe, telur dan tidak pernah tertinggal yaitu ikan asin dan daun singkong. karna makanan yang disukai adalah ikan asin dengan nasi panas, dan daun singkong. klien juga mangatakan

jarang memakan buah, kadang sesekali saja karna memang untuk keadaan ekonomi sekarang menurun karena sawit yang ditanam yang membuat mereka harus irit dalam pengeluaran. Untuk kebiasaan minum klien minum 7-8 gelas tergantung jika saat bekerja dikebun biasanya minum kurang lebih 1 liter atau lebih perhari. Klien sehari-harinya melakukan aktivitasnya sendiri, seperti mandi, minum, makan dan kekebun. Tn A mengatakan jarang sekali mengikuti kegiatan posyandu lansia yang diadakan di desa kayungo sari karna klien malas jika pergi keposyandu dan diberikan obat. Klien mengatakan jarang tidur siang karna tidak terbiasa, dan untuk malam hari klien tidur seperti biasanya yaitu jam 21.30 dan bangun tidur sekitar jam 05.00 Klien jarang mengikuti ibadah setiap hari minggu namun ketika hari raya selalu pergi. Tidak ada kesulitan dalam BAB dan BAK semua lancar dan untuk BAK biasanya klien sehari bisa 5 kali perharinya, sedangkan untuk BAB klien mengatakan sehari 1-2 kali perhari. Untuk BB klien saat ini adalah 70 kg dengan tinggi 169 cm. tidak ada penurunan BB ataupun alergi makanan.

Pemeriksaan fisik dilakukan secara menyeluruh pada bagian kepala :tidak ada benjolan, tidak ada lesi, penyebaran rambut merata dan rambut bercampur antara hitam dan putih. Selanjutnya bagaian mata: tidak anemis, tidak ikterik. Selanjutnya untuk telinga, tidak ada kotoran, pendengaran sedikit berkurang. Selanjutnya untuk hidung tidak ada polip, tidak ada fraktur, bentuk simetris. Untuk bagian mulut : terdapat gigi yang berlubang, mukosa bibir kering, tidak terdapat stomatitis. Pemeriksaan selanjutnya pada bagian leher, didapatkan bahwa sekitar leher tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak terdapat gangguan dalam proses menelan. Pada pemeriksaan dada : perkembangan dada simetris, tidak terdapat lesi. Pemeriksaan auskultasi pada dinding dada didapatkan bunyi jantung vesikuler, tidak ada bunyi suara nafas tambahan seperti ronchi, wheezing.dan hasil auskultasi pada bagian abdomen didapatkan bising usus

16x/menit. Pemeriksaan TTV : TD : 160/ 100 Nadi : 88 x/menit Respirasi:22x/menit Suhu: 36, 7°C. Pemeriksaan musculoskeletal pada klien didapatkan tidak adanya kelemahan pada otot tangan dan kaki. Angka hasil pemeriksaan kekuatan otot pada kedua tangan masing-masing adalah 5 pada otot kaki juga 5 pada setiap kaki. Orientasi waktu klien mampu menyebutkan tanggal dan hari. Klien mampu menyebutkan tempat. Hasil pengkajian Bartel Indeks di dapatkan skor 130 dimana Tn A mampu memenuhi aktivitas sehari-hari dengan mandiri.

5) Kasus 5

Ny R berusia 56 tahun merupakan salah satu lansia yang ada di Wilayah Rt. 06 desa kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser lansia tersebut merupakan lansia perempuan yang Beragama kristen dengan latar belakang pendidikan terakhir SD dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, lansia cukup kooperatif dalam memberikan informasi yang dibutuhkan untuk menegakkan diagnosa. Pengkajian dilakukan selama 1 hari pada tanggal 27 Desember 2020, dari hasil pengkajian Ny. R tampak pusing, dan Ny. R mengatakan pada malam hari sering susah tidur serta kadang merasa pusing, Ny. R tidak mengkonsumsi obat hipertensi dan jarang sekali pergi ke posyandu lansia yang ada di desa kayungo sari. Klien mempunyai riwayat Hipertensi 2 tahun lalu namun sejak 1 tahun yang lalu sudah lepas obat dan tidak meminumnya lagi dan klien mengatakan bahwa klien tidak ingin minum obat takut ketergantungan dan memutuskan untuk berhenti minum obat sejak 1 tahun yang lalu. Saat di lakukan pemeriksaan Tanda-tanda Vital didapatkan hasil TD : 160/ 95 Nadi : 85 x/menit Respirasi:22x/menit Suhu: 36, 1°C.

Hasil observasi di dapatkan bahwa sehari hari klien memiliki pola makan yang teratur yaitu makan 4-6 kali sehari dan biasanya saat klien lapar, klien langsung pergi makan tanpa harus menyesuaikan jam. Menu makanan yang setiap hari di sajikan yaitu nasi, lauk sayur, tahu ,tempe, ayam, telur dan tidak pernah tertinggal

yaitu ikan asin dan daging karna makanan yang disukai adalah ikan asin dengan nasi panas, dan klien juga mengatakan jarang memakan buah, kadang sesekali saja. Untuk kebiasaan minum klien minum 7-8 gelas tergantung jika saat bekerja di kebun biasanya minum kurang lebih 1 liter atau lebih perhari. Klien sehari-harinya melakukan aktivitasnya sendiri, seperti mandi, minum, makan dan ke kebun. Ny. R mengatakan jarang sekali mengikuti kegiatan posyandu lansia yang diadakan di desa kayungo sari. Klien mengatakan jarang tidur siang dan saat malam hari tidurnya juga kurang karna klien masih mempunyai banyak tanggungan yaitu membiayai anaknya sekolah sehingga membuat klien berpikir bagaimana untuk masa depan anaknya. Klien juga mengatakan jika saat memikirkan anak sekolah sering pusing bahkan terkadang sampai pernah tidur hanya jam 2 dan tidak nyenyak. Klien mengikuti ibadah setiap hari minggu. Tidak ada kesulitan dalam BAB dan BAK semua lancar dan untuk BAK biasanya klien sehari bisa 5-7 perharinya, sedangkan untuk BAB klien mengatakan sehari 1-2 kali perhari. Untuk BB klien saat ini adalah 69 kg dengan tinggi 153 cm. tidak ada penurunan BB ataupun alergi makanan.

Pemeriksaan fisik dilakukan secara menyeluruh pada bagian kepala :tidak ada benjolan, tidak ada lesi, penyebaran rambut merata dan rambut bercampur antara hitam dan putih. Selanjutnya bagian mata: tidak anemis, tidak ikterik. Selanjutnya untuk telinga, tidak ada kotoran, pendengaran sedikit berkurang. Selanjutnya untuk hidung tidak ada polip, tidak ada fraktur, bentuk simetris. Untuk bagian mulut : terdapat gigi yang berlubang, mukosa bibir kering, tidak terdapat stomatitis. Pemeriksaan selanjutnya pada bagian leher, didapatkan bahwa sekitar leher tidak ada pembesaran kelenjar tiroid, tidak terdapat gangguan dalam proses menelan. Pada pemeriksaan dada : perkembangan dada simetris, tidak terdapat lesi. Pemeriksaan auskultasi pada dinding dada didapatkan bunyi jantung vesikuler, tidak ada bunyi suara nafas tambahan seperti ronchi, wheezing.dan

hasil auskultasi pada bagian abdomen didapatkan bising usus 16x/menit. Pemeriksaan TTV : TD : 160/ 95 Nadi : 85 x/menit Respirasi:22x/menit Suhu: 36, 1°C. Pemeriksaan musculoskeletal pada klien didapatkan tidak adanya kelemahan pada otot tangan dan kaki. Angka hasil pemeriksaan kekuatan otot pada kedua tangan masing-masing adalah 5 pada otot kaki juga 5 pada setiap kaki. Orientasi waktu klien mampu menyebutkan tanggal dan hari. Klien mampu menyebutkan tempat. Hasil pengkajian Bartel Indeks di dapatkan skor 130 dimana Ny. R mampu memenuhi aktivitas sehari-hari dengan mandiri.

b. Analisa Data

Tabel 4.4 Analisa Data

No	Klien	Data	Etiologi	Masalah
1	Tn. P	<p>DS: Klien mengatakan sudah tidak mengkonsumsi obat sejak 2 tahun yang lalu karena talut ketergantungan sehingga memutuskan untuk berhenti mengkonsumsi obat.</p> <p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Perilaku tidak mengikuti program pengobatan ➢ Perilaku tidak menjalankan anjuran ➢ Tampak tanda dan gejala penyakit/masalah kesehatan masih ada atau meningkat ➢ TD : 170/ 100 Nadi:85x/menit Respirasi:20x/menit Suhu: 36, 5°C. 	Beban pembiayaan program pengobatan	Ketidakpatuhan
		<p>DS: Pasien mengatakan susah tidur saat sakit kepalanya kambuh. Klien mengatakan tidurnya kurang hanya 2-3 jam saat malam hari dan merasa tidak</p>	Kurang kontrol tidur (ketidaknyamanan tegang bagian leher)	Gangguan Pola Tidur

		<p>nyenyak.</p> <p>DO: Pasien tampak lesu dan kurang bersemangat dalam melakukan aktivitas</p>		
		<p>DS: Klien mengatakan kesulitan dalam menjalani program pengobatan karena keterbatasan ekonomi.</p> <p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagal melakukan tindakan untuk mengurangi faktor resiko ➤ Aktivitas hidup sehari-hari tidak efektif untuk memenuhi tujuan kesehatan 	kesulitan ekonomi	Manajemen kesehatan tidak efektif
2	Ny. H	<p>DS: Klien mengatakan tegang dibagian tengkuk dan pusing.</p> <p>DO: P : nyeri bagian tengkuk Q : tumpul terasa berat R : bagian tengkuk S : 4 (sedang) T : 5-10 menit.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Klien tampak meringis ➤ Gelisah ➤ TD : 190/ 110 ➤ Nadi:89x/menit Respirasi:23x/menit Suhu: 36, 8°C. 	Agen pencedera fisiologis	Nyeri akut
		<p>DS: Klien mengatakan pernah terjatuh dikamar mandi</p> <p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Keadaan kamar mandi yang kurang bersih (licin) ➤ Keadaan lingkungan yang kurang aman. 	Riwayat jatuh	Resiko jatuh
		<p>DS: Pasien mengatakan susah tidur saat sedang sakit kepala</p>	Ketidaknyamanan (tegang bagian leher)	Gangguan Pola Tidur

		<p>DO: Pasien tampak lesu dan kurang bersemangat</p>		
3	Ny. M	<p>DS: Klien mengatakan susah tidur pada malam hari, jika pusingnya kambuh dan tidur malam pun hanya 3-4 jam.</p> <p>DO: Pasien tampak lesu dan kurang bersemangat dalam melakukan aktivitas, mudah lelah.</p>	Ketidaknyamanan (tegang bagian leher)	Gangguan Pola Tidur
		<p>DS: Klien mengatakan tidak minum obat karena takut ketergantungan dan masih mengkonsumsi makanan yang asin</p> <p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Klien tidak mengkonsumsi obat hipertensi ➢ TD: 160/100 mmHg ➢ Perilaku tidak menjalankan anjuran 	Ketidakadekuatan pemahaman	Ketidakpatuhan
		<p>DS: Klien mengatakan jika untuk membeli makanan yang sehat sesuai anjuran susah, karena untuk makanpun harus irit-irit dan yang paling bisa di jangkau dengan harga yang murah dan bisa dikonsumsi lebih lama adalah ikan asin</p> <p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Gagal melakukan tindakan untuk mengurangi faktor resiko ➢ Aktivitas hidup sehari-hari tidak efektif untuk memenuhi tujuan kesehatan 	kesulitan ekonomi	Manajemen kesehatan tidak efektif
4	Tn. A	<p>DS: Klien mengatakan tidak</p>	Ketidakadekuatan pemahaman	Ketidakpatuhan

		<p>mengonsumsi obat sejak 2 tahun lalu karena takut ketergantungan dan masih mengonsumsi makanan yang asin</p> <p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Klien tidak mengonsumsi obat hipertensi ➤ Tekanan darah meningkat TD : 160/ 100 mmHg <p>Nadi : 88 x/menit Respirasi:22x/menit</p>		
		<p>DS: Klien mengatakan tegang dibagian tengkuk dan pusing.</p> <p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Klien tampak meringis ➤ Klien tampak gelisah <p>P : nyeri bagian tengkuk Q : tumpul terasa berat R : bagian tengkuk S :5 (sedang) T : 10 menit.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Tekanan darah meningkat TD : 160/ 100 mmHg Nadi : 88 x/menit Respirasi:22x/menit 	Agen pencedera fisiologis	Nyeri akut
		<p>DS: Klien mengatakan kesulitan dalam menjalani program pengobatan karena keterbatasan ekonomi.</p> <p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagal melakukan tindakan untuk mengurangi faktor resiko ➤ Aktivitas hidup sehari-hari tidak efektif untuk memenuhi tujuan kesehatan 	kesulitan ekonomi	Manajemen kesehatan tidak efektif
5	Ny. R	<p>DS: Klien mengatakan tidak mengonsumsi obat sejak 2 tahun lalu karena takut ketergantungan dan masih mengonsumsi makanan yang asin</p>	Ketidakadekuatan pemahaman	Ketidakpatuhan

	<p>DO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Klien tidak mengonsumsi obat hipertensi ➤ Tekanan darah meningkat TD : 160/ 95 mmHg Nadi : 85 x/menit Respirasi:22x/menit 		
	<p>DS:</p> <p>Pasien mengatakn susah tidur saat sedang sakit kepala dan hanya tidur sekitar 2 jam pada malam hari.</p> <p>DO:</p> <p>Pasien terlihat memakai koyo di bagian kepala</p>	Ketidaknyamanan (tegang bagian leher)	Gangguan Pola Tidur

c. Diagnosa Keperawatan

1. Ketidakpatuhan berhubungan dengan beban pembiayaan program pengobatan
2. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur
3. Manajemen kesehatan tidak efektif berhubungan dengan kesulitan ekonomi
4. Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik
5. Resiko jatuh berhubungan dengan riwayat jatuh

Tabel 4.5 proyeksi masalah keperawatan

Dianosa	Jumlah Masalah Keperawatan	Persentase
Ketidakpatuhan	4	30%
Gangguan pola tidur	4	30%
Manajemen kesehatan tidak efektif	3	20%
Nyeri akut	2	15%
Resiko jatuh	1	5%
	14	100%

Sumber Data Primer 2020

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat disimpulkan untuk diagnosa yang paling sering dialami klien dengan Hipertensi adalah ketidakpatuhan , hal ini didukung dari data pasien yang mengatakan sudah tidak mengkonsumsi obat dan untuk makanan yang dikonsumsi juga tidak sesuai anjuran untuk mengurangi asin asinan sehingga membuat klien sering mengeluh pusing dan stress yang membuat tegang dibagian leher dan kepala, dan klien juga mengeluh jika siang hari jarang tidur siang. Dan saat sakit kepala timbul dapat mengganggu aktivitas klien sehari-hari karna efek kurang tidur membuat klien merasa lesu dan kurang bersemangat. Setelah dilakukan pengkajian pada seluruh responden penelitian selanjutnya pada tangl 12 januari 2021 dilakukan pemberian intervensi yaitu pemberian jus mentimun dan diberikan pada pagi dan sore hari.

d. Intervensi dan Implementasi

Berdasarkan data pengkajian yang telah dilakukan, kemudian dilakukan analisa data dan penegakkan diagnosa keperawatan yang sesuai dengan masalah klien yaitu tekanan darah yang tidak normal yaitu lebih dari nilai normal dan klien mengeluh sering pusing bahkan pola tidur menjadi terganggu yang membuat klien rentan dalam melakukan aktivitas berat. Rencana intervensi keperawatan yang perlu dilakukan untuk mengatasi tekanan darah tinggi (hipertensi). Tujuan dari intervensi yang akan diberikan yaitu pemberian jus mentimun. Untuk Diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien hipertensi yaitu ketidakpatuhan, gangguan pola tidur, manajemen kesehatan kurang efektif, nyeri akut dan resiko jatuh. Pemberian jus mentimun merupakan tindakan pengobatan nonfarmakologi dimana jus mentimun ini dapat menurunkan tekanan darah. Pengukuran tekanan darah disini menggunakan tensimeter dan dilakukan intervensi selama 7 hari. Dan dalam satu hari diberikan jus mentimun sebanyak 2 kali. diberikan kembali jus mentimunya dan lakukan pengecekan tekanan darah kembali untuk melihat adanya perubahan atau perkembangan setelah diberikan jus mentimun.

e. Evaluasi

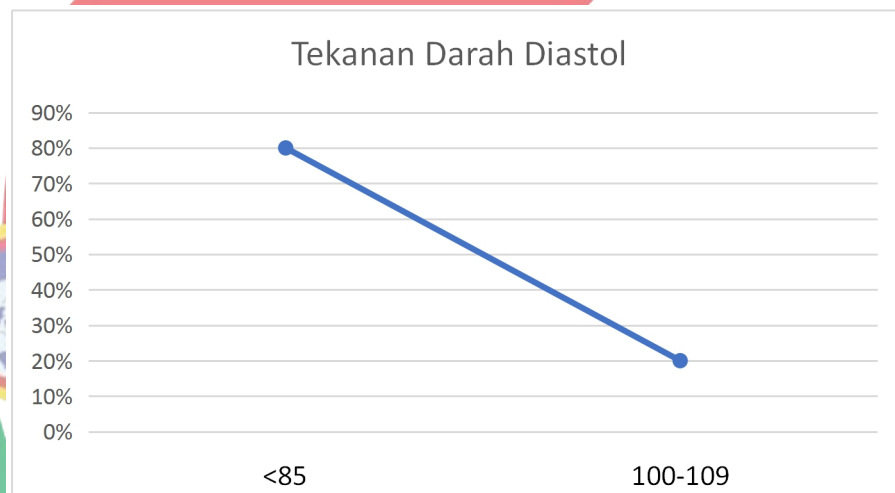
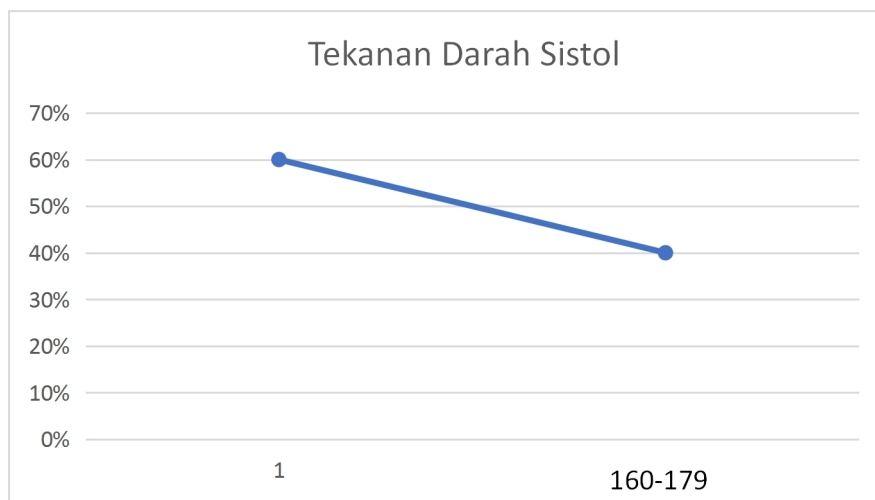
Pada tabel 4.6 menunjukkan hasil evaluasi tindakan pengukuran tekanan darah pada 5 klien yang dilakukan selama 7 hari pemberian jus mentimun didapatkan penurunan tekanan darah, klien mengatakan pusing berkurang dan untuk tidur sudah mulai nyaman dan rileks. Evaluasi secara objektif didapatkan bahwa terjadinya penurunan tekanan darah selama 7 hari pemberian intervensi.

Tabel 4.6 Evaluasi Tekanan Darah

No	Hari / Tanggal	Tekanan Darah Pre				
		Tn. P	Ny.H	Ny.M	Tn. A	Ny. R
	Sabtu,02-01-2021	170/100	190/110	150/100	160/100	160/95
No	Hari/ Tanggal	Tekanan Darah Post				
1	Minggu,03-01-2021	168/95	185/100	148/95	155/95	158/93
2	Senin, 04-01-2021	163/93	180/97	142/93	150/93	152/88
3	Selasa, 05-01-2021	160/95	179/95	138/85	148/85	147/83
4	Rabu, 05-01-2021	155/ 90	175/ 90	130/ 81	145/ 80	140/ 80
5	Kamis, 06-01-2021	150/85	170/85	135/80	140/78	135/75
6	Jumat, 07-01-2021	145/ 80	175/ 80	140/ 85	145/ 75	130/ 71
7	Sabtu , 08-01-2021	140/80	170/80	137/83	140/70	125/70

Pada tabel 4.6 menunjukkan adanya perubahan pada tekanan darah selama 7 hari dilakukan intervensi kepada setiap responden. Dapat dilihat pada gambaran grafik dibawah ini mengenai penurunan tekanan darah selama 7 hari.

Grafik 4.6 Perkembangan Tekanan Darah



Tabel 4.7 Rata-Rata Penurunan Tekanan Darah

Hari Pertama			
Tekanan Darah	Jumlah	Persentase (%)	Mean
Tekanan Darah Systol			
140-159	3	60%	
160-179	1	20%	
>180	1	20%	3.60
Total	5	100%	
Tekanan Darah Diastol			
90-99	4	80%	
100-109	1	20%	3.20
Total	5	100%	

Hari Kedua			
Tekanan Darah Sistol	Jumlah	Persentase (%)	Mean
140-159	3	60%	3.60
160-179	1	20%	
>180	1	20%	
Total	5	100%	
Tekanan Darah Diastol	Jumlah	Persentase (%)	Mean
85-89	1	20%	2.80
90-99	4	80%	
Total	5	100%	
Hari Ketiga			
Tekanan Darah Sistol	Jumlah	Persentase (%)	Mean
130-139	1	20%	3.20
140-159	2	40%	
160-179	2	40%	
Total	5	100%	
Tekanan Darah Diastol	Jumlah	Persentase (%)	Mean
<85	1	20%	2.20
85-89	2	40%	
90-99	2	40%	
Total	5	100%	
Hari Ke Empat			
Tekanan Darah Sistol	Jumlah	Persentase (%)	Mean
130-139	1	20%	3.00
140-159	3	60%	
160-179	1	20%	
Total	5	100%	
Tekanan Darah Diastol	Jumlah	Persentase (%)	Mean
<85	3	60%	1.80
90-99	2	40%	
Total	5	100%	

Hari Ke Lima			
Tekanan Darah	Jumlah	Presentase (%)	Mean
Sistolik			
130-139	2	40%	2.80
140-159	2	40%	
160-179	1	20%	
Total	5	100%	
Tekanan Darah	Jumlah	Presentase (%)	Mean
Diastol			
<85	3	60%	1.40
85-89	2	40%	
Total	5	100%	

Hari Ke Enam			
Tekanan Darah	Jumlah	Presentase (%)	Mean
Sistolik			
130-139	1	20%	3.00
140-159	3	60%	
160-179	1	20%	
Total	5	100%	
Tekanan Darah	Jumlah	Presentase (%)	Mean
Diastol			
<85	5	100%	1.00

Hari Ke Tujuh			
Tekanan Darah	Jumlah	Presentase (%)	Mean
Sistolik			
<130	1	20%	2.60
130-139	1	20%	
140-159	2	40%	
160-179	1	20%	
Total	5	100%	
Tekanan Darah	Jumlah	Presentase (%)	Mean
Diastol			
<85	5	100%	1.00

Berdasarkan pada tabel diatas terlihat adanya perbaikan tekanan darah secara bertahap pada klien kelolaan didapatkan hasil intervensi selama 7 hari dengan nilai rata-rata tekanan darah 3.60 untuk sistole pada hari pertama hingga hari ketiga atau sekitar 140-159 mmHg (60%), sedangkan untuk diastole 90-99 mmHg (80%) sekitar nilai rata-rata yaitu 3.20. Responden berada pada hipertensi grade 1 (sedang).

Selanjutnya nilai rata-rata tekanan darah pada hari ke empat dan kelima adalah nilai rata-rata adalah 3.00 dengan tekanan darah sistol 140-159 mmHg (60%) sedangkan untuk diastole 1.80 yaitu <85 (60%). Responden berada pada tekanan darah hipertensi ringan grade 1(ringan). Sedangkan untuk hari ke lima dan keenam nilai rata-rata pada tekanan darah 2.80 yaitu 130-139 mmHg (40%). Sedangkan untuk diastole 1.40 yaitu <85 (60%). Responden berada pada tekanan darah tinggi namun masih dalam kategori normal (high normal). Dan pada hari ketujuh rata-rata tekanan darah 2.60 yaitu 140-159 mmHg (40%). Sedangkan pada diastole 1.00 yaitu <85 (100%).

Hasil uji signifikan dilakukan untuk mengetahui apakah adanya signifikan antara pre dan post intervensi pemberian jus mentimun maka sebelum dilakukan uji bivariate dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Jika data bedistribusi normal maka menggunakan analisa data bivariate uji T (Paired T test) Dari hasil uji normalitas data secara analitis diketahui data berdistribusi normal, oleh sebab itu peneliti menggunakan uji Paired T test, uji ini menggunakan uji Parametrik.



BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan literature review dari 10 jurnal dan proses keperawatan yang sudah dilakukan pada 5 responden oleh peneliti dalam bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian jus mentimun sangat efektif karena kandungan yang terdapat dalam Buah mentimun cukup banyak dan memiliki efek hipotensif yang dapat menurunkan tekanan darah dan efek diuretic yang dapat melancarkan air seni sehingga menurunkan jumlah cairan yang beredar dalam aliran darah pada akhirnya dapat mengurangi beban kerja jantung. Secara statistic terdapat perbedaan rata-rata systole dan diastole yang bermakna sebelum dan sesudah 7 hari pemberian jus mentimun dengan nilai signifikan *p-value* 0.005 yang artinya pemberian jus mentimun berpengaruh terhadap penurunan systole dan diastole.

B. Saran

1. Bagi perawat Pemberian jus mentimun dapat membantu klien dengan Hipertensi dalam menurunkan Tekanan Darah , sehingga dapat disarankan untuk ditempatkan secara mandiri dalam tindakan keperawatan yang dilakukan dalam waktu 7 hari dan dilakukan intervensi selama 2 kali dalam sehari sehingga dapat menurun Tekanan Darah secara signifikan.
2. Bagi pendidikan keperawatan dalam menjalankan profesi ilmu keperawatan, pemberian jus mentimun dapat dijadikan terapi alternatif khususnya pada klien dengan hipertensi
3. Untuk peneliti selanjutnya dapat dijadikan acuan data guna melakukan penelitian yang lebih spesifik terkait penggunaan terapi non farmakologi pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah .

DAFTAR PUSTAKA

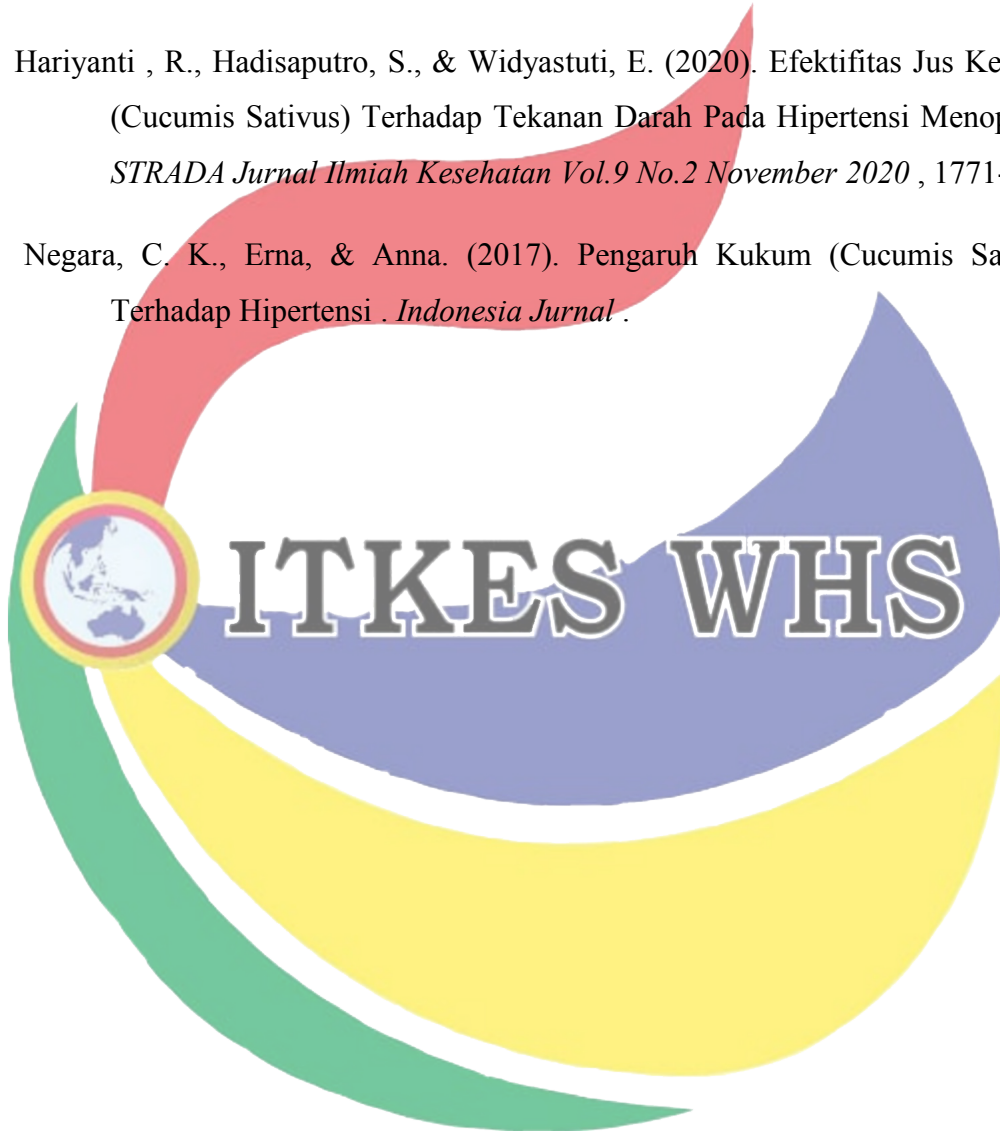
- Alligood, M. R. (2017). *Pakar Teori Keperawatan* (8 ed., Vol. 1). Singapore: Elsevier.
- Black J.M., & Hawis,J.H 2014. *Keperawatan Medikal Bedah : Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang Diharapkan*. Edisi 8 Buku 2
- Somantri, U. W. (2020). Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kondangjaya . *Jurnal Abdidas Volume 1 Nomor 2 Tahun 2020*, 57-63.
- Purba, S. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (Cucumis Sativus Linn) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Passien Hipertensi Di Kelurahan Sindang Barang Kota Bogor . *Jurnal Ilmiah Wijaya Volume 11 Nomor 2, Juli-Desember 2019*, 121-133.
- Anggreni , D., Mail, E., & Yuliani , F. (2020). Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Wanita Menopause Yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Kesehatan dr. Soebandi Vol. 8, No. 1*.
- Marvia , E., Astuti , F., & Khaeriah, N. (2020). Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Lingkungan Dasan Sari Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk. *Volume 6 No. 1 2020 | 83-88*.
- Yanti , E., Niken, & Andriyani , D. (2017). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi . *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory Volume 2 Nomor 1*.
- Putra, M. A., & Dewi, R. (2020, April). Implementasi Evidence Based Nursing Pada Pasien Hipertensi . *REAL in Nursing Journal (RNJ) Volume 3, No. 1*, pp. 61-67.

Winata, N. P., Indrayani, T., & Carolin , B. T. (2020). Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Lansia Di Desa Citalahab, Kabupaten Pandeglang Tahun 2020. *Jurnal Riset Global Dalam Kesehatan Masyarakat*, 177-182.

Pertami Budi, T. S., Budiono, & Rahayu Syanti, D. Y. (2017). Pengaruh (Kukumcucumis SativusJus) Terhadap Tekanan Darah Penurunan Pada Lansia. *Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 30-26.

Hariyanti , R., Hadisaputro, S., & Widyastuti, E. (2020). Efektifitas Jus Ketimun (Cucumis Sativus) Terhadap Tekanan Darah Pada Hipertensi Menopause. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol.9 No.2 November 2020* , 1771-1778

Negara, C. K., Erna, & Anna. (2017). Pengaruh Kukum (Cucumis Sativus) Terhadap Hipertensi . *Indonesia Jurnal* .





LAMPIRAN

ITKES WHS

Lampiran 1

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Kepada Yth

Calon Responden Penelitian

Di Wilayah RT 06 Kayungo Sari

Di Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Santi Wijaya

NIM : P1908124

Program Studi : Program Profesi Ners

Bersama ini menyampaikan bahwa dalam rangka menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners Program Studi Profesi Ners ITIKES Wiyata Husada Samarinda, akan dilakukan penelitian dengan judul : “*Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah (Hipertensi) Terhadap Lansia*”

Untuk itu saya mengharapkan partisipasi dari Bapak/Ibu/Saudara agar bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Informasi yang diberikan tidak akan mengakibatkan kerugian apapun dan akan dijamin kerahasiannya. Apabila Bapak/Ibu/Saudara bersedia, dimohon untuk menandatangani lembar persetujuan responden dan mengisi lembar pernyataan terlampir dalam lembar ini. Atas perhatiannya dan kesediannya saya mengucapkan terima kasih. Jika ada suatu perihal yang ingin ditanyakan, mohon menghubungi nama-nama dibawah ini :

1. Santi wijaya : 082251847664

Samarinda, 27 Desember 2020

Santi Wijaya

Lampiran 2

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Setelah mendapat penjelasan dari peneliti, maka saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama (insial) :

Alamat :

Bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian dengan judul "*Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah (Hipertensi) Terhadap Lansia*" yang dilakukan oleh Mahasiswa ITIKES Wiyata Husada Samarinda.

Saya memahami bahwa hasil penelitian ini tidak akan berakibat negatif atau merugikan saya dan keluarga serta segala informasi yang saya berikan dijamin kerahasiannya. Saya memahami bahwa hasil penelitian ini akan menjadi bahan informasi/masukan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu jawaban yang saya berikan adalah jawaban yang sebenar-benarnya. Berdasarkan semua penjelasan yang saya terima, saya menyatakan secara sukarela bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Partisipan

Samarinda, 27 Desember 2020

Santi wijaya

Partisipan

Lampiran 3

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

Efektifitas Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Alat dan Bahan	<ol style="list-style-type: none">1. Mentimun segar 1 buah (100gram)2. Air minum 200ml3. Blender4. Pisau5. Gelas6. Sendok dan sedotan
Cara Kerja	<ol style="list-style-type: none">1. Mencuci tangan2. Siapkan alat dan bahan3. Cuci bersih 1 buah mentimun4. Potong kecil-kecil mentimun agar memudahkan pada saat diblender5. Masukkan potongan mentimun ke dalam blender6. Tambahkan air minum sebanyak 200 ml7. Blender mentimun bersama air sampai halus, kurang lebih 1 hingga 2 menit8. Setelah halus dan menjadi jus, masukan kedalam gelas beri sedotan9. Rapikan alat dan Mencuci tangan
Aturan Konsumsi Jus Mentimun	<p>Jus mentimun sebaiknya dikonsumsi sebanyak 2 kali sehari pada saat pagi dan sore hari, jika lansia mengkonsumsi obat penurun tekanan darah secara rutin, meminum obat tetap dilanjutkan sesuai dengan aturan dan dosis yang telah dianjurkan. Lansia dengan hipertensi juga dianjurkan tetap rutin memeriksakan kesehatan khususnya tekanan darah ke pelayanan kesehatan, agar tekanan darah dapat tetap terkontrol.</p>

Lampiran 4

Rangkaian Kegiatan

No	kegiatan	Minggu Ke-1	Minggu Ke-2	Minggu Ke-3	Minggu Ke-4	Minggu Ke-5
1.	Membuat kontrak belajar serta kerangka karya ilmiah dan judul yang akan digunakan untuk pengajuan kepada pembimbing					
2.	Mencari 10 lansia untuk dijadikan fenomena pada literature review selanjutnya penyusunan bab 1 dan					
1.	mencari jurnal-jurnal literature review brsumber pada (pubmed,google scholar, aplikasi jurnal mendeley Elsevier,ncbi center).					
2.	Membuat literature review berdasarkan symptom pada lansia yang sudah dipilih sebelumnya dan mengkonsulkan dengan Pembimbing					
3.	Melakukan presentasi terkait literatu rereview yang sudah dibuat					
4.	1. Persiapan dan persetujuan pembimbing untuk dilakukan sidang kian 2. Pelaksanaan Sidang Hasil kian					
5.	1. Revisi Hasil 2. Ujian dan konsul kembali dengan pembimbing 3. Penjilidan tugas akir kian 4. Pengumpulan tugas akir kian 5. Penyerahan tugas akir ke pembimbing					

Lampiran 5

DOKUMENTASI
PEMBERIAN JUS MENTIMUN TERHADAP LANSIA DENGAN
HIPERTENSI



Lampiran 6

Data SPSS

PRE TEKANAN DARAH

		Statistics		
		NAMA RESP	SISTOL	DIASTOL
N	Valid	5	5	5
	Missing	0	0	0
Mean		3.00	2.20	4.20
Median		3.00	1.00	4.00
Mode		1 ^a	1	4
Std. Deviation		1.581	1.643	.447
Variance		2.500	2.700	.200
Range		4	3	1
Minimum		1	1	4
Maximum		5	4	5
Sum		15	11	21
Percentiles	25	1.50	1.00	4.00
	50	3.00	1.00	4.00
	75	4.50	4.00	4.50

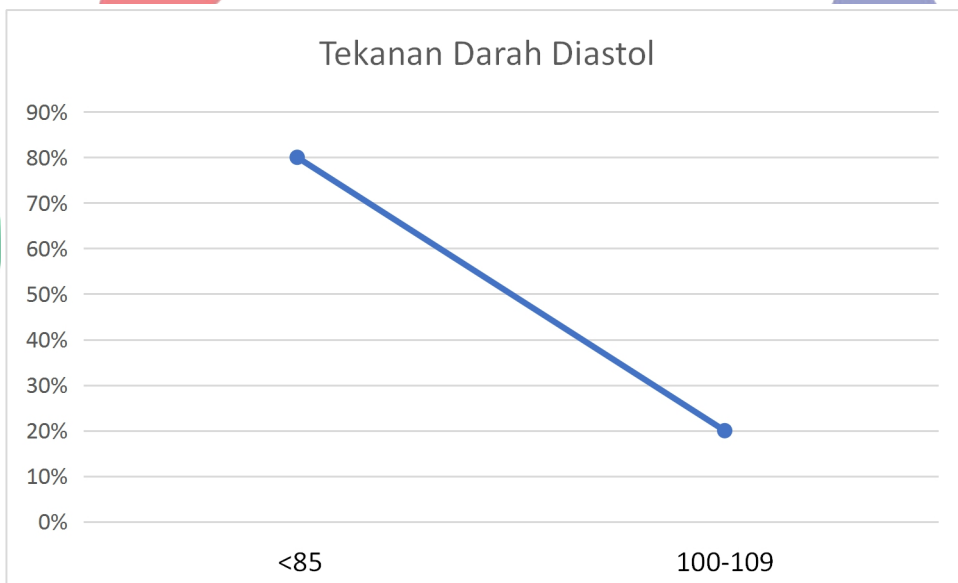
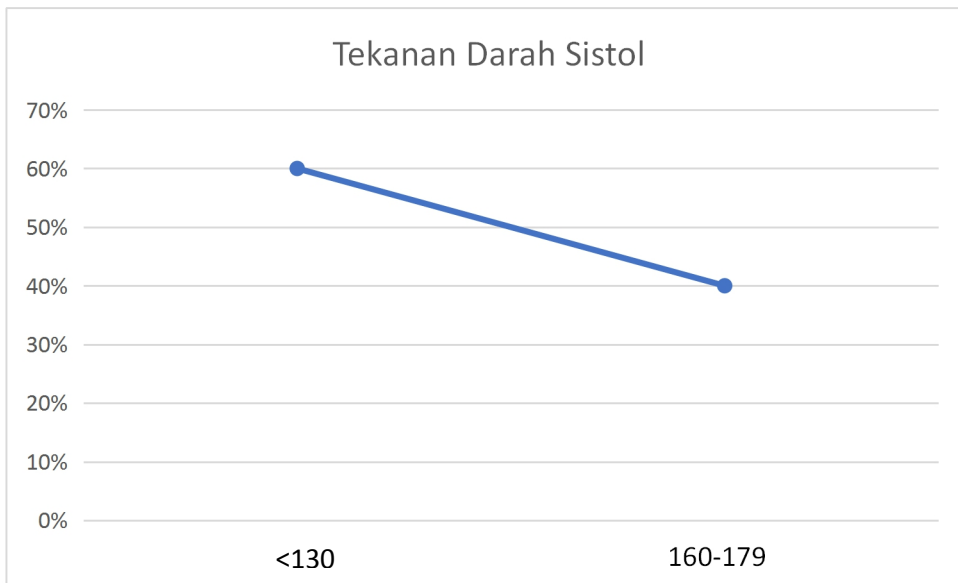
a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

SISTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<130	3	60.0	60.0	60.0
	160-179	2	40.0	40.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

DIASTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	100-109	4	80.0	80.0	80.0
	>110	1	20.0	20.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	



POST TEKANAN DARAH

HARI 1

Statistics

		H1 SISTOL	H1 DIASTOL
N	Valid	5	5
	Missing	0	0
Mean		3.60	3.20
Median		3.00	3.00
Mode		3	3
Std. Deviation		.894	.447
Variance		.800	.200
Range		2	1
Minimum		3	3
Maximum		5	4
Sum		18	16
Percentiles	25	3.00	3.00
	50	3.00	3.00
	75	4.50	3.50

H1 SISTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	140-159	3	60.0	60.0	60.0
	160-179	1	20.0	20.0	80.0
	>180	1	20.0	20.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

H1 DIASTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	90-99	4	80.0	80.0	80.0
	100-109	1	20.0	20.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

HARI 2

Statistics

		H2 SISTOL	H2 DIASTOL
N	Valid	5	5
	Missing	0	0
Mean		3.60	2.80
Median		3.00	3.00
Mode		3	3
Std. Deviation		.894	.447
Variance		.800	.200
Range		2	1
Minimum		3	2
Maximum		5	3
Sum		18	14
Percentiles	25	3.00	2.50
	50	3.00	3.00
	75	4.50	3.00

H2 SISTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	140-159	3	60.0	60.0	60.0
	160-179	1	20.0	20.0	80.0
	>180	1	20.0	20.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

H2 DIASTOL

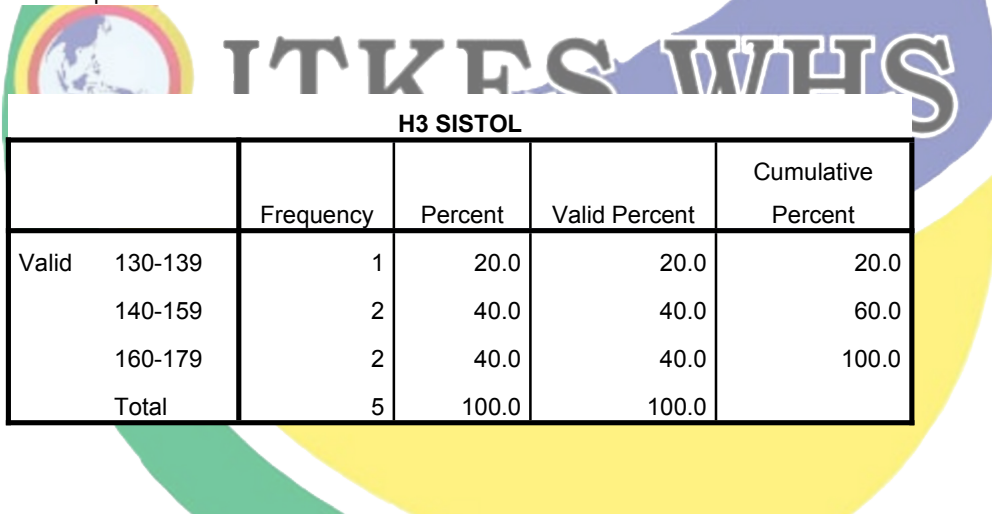
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	85-89	1	20.0	20.0	20.0
	90-99	4	80.0	80.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

HARI 3

Statistics

		H3 SISTOL	H3 DIASTOL
N	Valid	5	5
	Missing	0	0
Mean		3.20	2.20
Median		3.00	2.00
Mode		3 ^a	2 ^a
Std. Deviation		.837	.837
Variance		.700	.700
Range		2	2
Minimum		2	1
Maximum		4	3
Sum		16	11
Percentiles	25	2.50	1.50
	50	3.00	2.00
	75	4.00	3.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown



H3 SISTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	130-139	1	20.0	20.0	20.0
	140-159	2	40.0	40.0	60.0
	160-179	2	40.0	40.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

H3 DIASTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<85	1	20.0	20.0	20.0
	85-89	2	40.0	40.0	60.0
	90-99	2	40.0	40.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

HARI 4

Statistics

		H4 SISTOL	H4 DIASTOL
N	Valid	5	5
	Missing	0	0
Mean		3.00	1.80
Median		3.00	1.00
Mode		3	1
Std. Deviation		.707	1.095
Variance		.500	1.200
Range		2	2
Minimum		2	1
Maximum		4	3
Sum		15	9
Percentiles	25	2.50	1.00
	50	3.00	1.00
	75	3.50	3.00

H4 SISTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	130-139	1	20.0	20.0	20.0
	140-159	3	60.0	60.0	80.0
	160-179	1	20.0	20.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

H4 DIASTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<85	3	60.0	60.0	60.0
	90-99	2	40.0	40.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

HARI 5

Statistics

		H5 SISTOL	H5 DIASTOL
N	Valid	5	5
	Missing	0	0
Mean		2.80	1.40
Median		3.00	1.00
Mode		2 ^a	1
Std. Deviation		.837	.548
Variance		.700	.300
Range		2	1
Minimum		2	1
Maximum		4	2
Sum		14	7
Percentiles	25	2.00	1.00
	50	3.00	1.00
	75	3.50	2.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

H5 SISTOL					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	130-139	2	40.0	40.0	40.0
	140-159	2	40.0	40.0	80.0
	160-179	1	20.0	20.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

H5 DIASTOL					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<85	3	60.0	60.0	60.0
	85-89	2	40.0	40.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

HARI 6

Statistics

		H6 SISTOL	H6 DIASTOL
N	Valid	5	5
	Missing	0	0
Mean		3.00	1.00
Median		3.00	1.00
Mode		3	1
Std. Deviation		.707	.000
Variance		.500	.000
Range		2	0
Minimum		2	1
Maximum		4	1
Sum		15	5
Percentiles	25	2.50	1.00
	50	3.00	1.00
	75	3.50	1.00

H6 SISTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	130-139	1	20.0	20.0	20.0
	140-159	3	60.0	60.0	80.0
	160-179	1	20.0	20.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

H6 DIASTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<85	5	100.0	100.0	100.0

HARI 7

Statistics

		H7 SISTOL	H7 DIASTOL
N	Valid	5	5
	Missing	0	0
Mean		2.60	1.00
Median		3.00	1.00
Mode		3	1
Std. Deviation		1.140	.000
Variance		1.300	.000
Range		3	0
Minimum		1	1
Maximum		4	1
Sum		13	5
Percentiles	25	1.50	1.00
	50	3.00	1.00
	75	3.50	1.00

H7 SISTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<130	1	20.0	20.0	20.0
	130-139	1	20.0	20.0	40.0
	140-159	2	40.0	40.0	80.0
	160-179	1	20.0	20.0	100.0
	Total	5	100.0	100.0	

H7 DIASTOL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<85	5	100.0	100.0	100.0

Uji Normalitas

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
H1 SISTOL	5	100.0%	0	0.0%	5	100.0%
H1 DIASTOL	5	100.0%	0	0.0%	5	100.0%
H4 SISTOL	5	100.0%	0	0.0%	5	100.0%
H4 DIASTOL	5	100.0%	0	0.0%	5	100.0%
H7 SISTOL	5	100.0%	0	0.0%	5	100.0%
H7 DIASTOL	5	100.0%	0	0.0%	5	100.0%

Descriptives^a

		Statistic	Std. Error
H1 SISTOL	Mean	3.60	.400
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	2.49	
	Upper Bound	4.71	
	5% Trimmed Mean	3.56	
	Median	3.00	
	Variance	.800	
	Std. Deviation	.894	
	Minimum	3	
	Maximum	5	
	Range	2	
	Interquartile Range	2	
	Skewness	1.258	.913
	Kurtosis	.312	2.000
H1 DIASTOL	Mean	3.20	.200
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	2.64	
	Upper Bound	3.76	
	5% Trimmed Mean	3.17	
	Median	3.00	
	Variance	.200	
	Std. Deviation	.447	
	Minimum	3	
	Maximum	4	
	Range	1	
	Interquartile Range	1	

	Skewness		2.236	.913
	Kurtosis		5.000	2.000
	Mean		3.00	.316
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	2.12	
	Mean	Upper Bound	3.88	
	5% Trimmed Mean		3.00	
	Median		3.00	
	Variance		.500	
H4 SISTOL	Std. Deviation		.707	
	Minimum		2	
	Maximum		4	
	Range		2	
	Interquartile Range		1	
	Skewness		.000	.913
	Kurtosis		2.000	2.000
	Mean		1.80	.490
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	.44	
	Mean	Upper Bound	3.16	
	5% Trimmed Mean		1.78	
	Median		1.00	
	Variance		1.200	
H4 DIASTOL	Std. Deviation		1.095	
	Minimum		1	
	Maximum		3	
	Range		2	
	Interquartile Range		2	
	Skewness		.609	.913
	Kurtosis		-3.333	2.000
	Mean		2.20	.490
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	.84	
	Mean	Upper Bound	3.56	
	5% Trimmed Mean		2.17	
	Median		2.00	
	Variance		1.200	
H7 SISTOL	Std. Deviation		1.095	
	Minimum		1	
	Maximum		4	
	Range		3	
	Interquartile Range		2	
	Skewness		1.293	.913

Kurtosis	2.917	2.000
----------	-------	-------

a. H7 DIASTOL is constant. It has been omitted.

Tests of Normality^b

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
H1 SISTOL	.349	5	.046	.771	5	.046
H1 DIASTOL	.473	5	.001	.552	5	.000
H4 SISTOL	.300	5	.161	.883	5	.325
H4 DIASTOL	.367	5	.026	.684	5	.006
H7 SISTOL	.372	5	.022	.828	5	.135

a. Lilliefors Significance Correction

b. H7 DIASTOL is constant. It has been omitted.

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	H1 SISTOL	3.60	5	.894	.400
	H4 SISTOL	3.00	5	.707	.316
Pair 2	H1 DIASTOL	3.20	5	.447	.200
	H4 DIASTOL	1.80	5	1.095	.490
Pair 3	H1 SISTOL	3.60	5	.894	.400
	H7 SISTOL	2.20	5	1.095	.490
Pair 4	H1 DIASTOL	3.20	5	.447	.200
	H7 DIASTOL	1.00	5	.000	.000

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	H1 SISTOL & H4 SISTOL	5	.791	.111
Pair 2	H1 DIASTOL & H4 DIASTOL	5	.612	.272
Pair 3	H1 SISTOL & H7 SISTOL	5	.868	.057
Pair 4	H1 DIASTOL & H7 DIASTOL	5	.	.

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	H1 SISTOL - H4 SISTOL	.600	.548	.245	-.080	1.280	2.449	4	.070
Pair 2	H1 DIASTOL - H4 DIASTOL	1.400	.894	.400	.289	2.511	3.500	4	.025
Pair 3	H1 SISTOL - H7 SISTOL	1.400	.548	.245	.720	2.080	5.715	4	.005
Pair 4	H1 DIASTOL - H7 DIASTOL	2.200	.447	.200	1.645	2.755	11.000	4	.000



**Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Hipertensi Pada Lansia
Di Desa Kayungo Sari Kecamatan Longikis Kabupaten Paser
Santi Wijaya¹, Siti Mukaromah²**

¹Mahasiswa Program Profesi Ners, Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Wiyata Husada
Samarinda, Jl. Kadrie OeningNo. 77, Samarinda, Kalimantan Timur

Email: santiwijayastikes@gmail.com

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Institut Teknologi Kesehatan
Dan Sains Wiyata Husada Samarinda

Jl. Kadrie OeningNo. 77,Samarinda, Kalimantan Timur

Abstrak

Latar Belakang : Tekanan Darah tinggi atau yang dikenal juga sebagai Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan pada tekanan darah yang kemudian dapat mempengaruhi kerangka kerja organ lain. Pengobatan hipertensi ini bertujuan untuk mengurangi angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas). Agar kualitas dan proses penyembuhan pada klien dengan Hipertensi dapat lebih efektif. Pemberian jus mentimun dapat memberikan evaluasi terhadap proses kesembuhan klien dan mengurangi lama rawat klien agar klien mendapatkan kualitas kesehatan yang optimal. Namun banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesembuhan klien dengan hipertensi ketika klien berada didalam rumah ataupun di rawat di rumah sakit. **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah (Hipertensi). **Metode :** Penelitian ini menggunakan *systematic literature review* dan Asuhan Keperawatan dengan sumber *online database* dari mesin pencarian *Sciencedirect Google Scholar* dalam kurun waktu 2013-2020, menggunakan kata kunci Hipertensi, Jus Mentimun, Lansia. **Hasil :** Didapatkan 1.240 jurnal, diseleksi menggunakan sinta, kriteria inklusi-eksklusi, melalui penilaian prisma *checklist* dan JBI *critical clearens* dan didapatkan 10 jurnal akhir. Pada Asuhan Keperawatan Intervensi yang diberikan pada pasien hipertensi yaitu pemberian jus mentimun yang dilakukan selama 7 hari dengan 2 kali pemberian dalam sehari. menunjukkan adanya perbedaan antara tekanan darah sebelum dilakukannya intervensi dan sesudah dilakukannya intervensi. Berdasarkan hasil rata rata yang diperoleh selama 7 hari terdapat perubahan rata-rata yaitu 140-159/<85 mmHg. Dari hasil statistic Secara statistic terdapat perbedaan rata-rata systole dan diastole yang bermakna sebelum dan sesudah 7 hari pemberian jus mentimun dengan nilai signifikan *p-value* 0.005 yang artinya pemberian jus mentimun berpengaruh terhadap penurunan systole dan diastole. **Kesimpulan :** Terdapat pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Desa Kayungo Sari Kecamatan Longikis Kabupaten Paser.

Kata Kunci : hipertensi, jus mentimun, lansia

PENDAHULUAN

Di Indonesia jumlah lanjut usia pada tahun 2020 akan mencapai 28,8 juta jiwa. Pada umumnya lanjut usia akan mengalami berbagai macam penyakit salah satunya yaitu tekanan darah tinggi atau biasa yang dikenal dengan hipertensi. Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah seseorang di atas normal yang dapat mengakibatkan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas), (Sumartini, Zulfikli & Adhitya, 2019). Menurut WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk dunia, dan mencapai angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016 (Anitasari, 2019).

Dalam mencegah dampak yang lebih lanjut dari hipertensi maka harus dilakukan tindakan pencegahan dan pengobatan agar dapat mengendalikan tekanan darah. Beberapa cara yang dapat dilakukan dengan terapi farmakologi yang biasanya diberikan dengan obat-obatan dan terapi non farmakologi yaitu terapi herbal, Perubahan gaya hidup, kepatuhan dalam pengobatan, pengendalian stress dan terapi relaksasi (Kowalski, 2010)

Manajemen non farmakologi dapat menurunkan tekanan darah. Salah satu intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan tekanan darah yaitu dengan melakukan terapi herbal dengan pemberian jus mentimun yang bukan hanya mempunyai manfaat yang baik namun juga mudah dijangkau dari segi manapun (Wibowo 2010).

Hasil penelitian Eva Marvia 2020 dengan judul efektifitas jus mentimun terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, menyatakan sebelum dilakukan pemberian jus

mentimun pada kelompok pelakuan tekanan darah ada responden yaitu: hipertensi ringan sebanyak 15 responden (75%), hipertensi sedang sebanyak 4 responden (20%) dan hipertensi berat sebanyak 1 responden (5%) sedangkan pada kelompok kontrol tekanan darah responden yaitu: hipertensi ringan sebanyak responden (40%). Hipertensi sedang sebanyak 7 responden (35%) dan hipertensi berat sebanyak 5 responden (25%), dan setelah dilakukan pemberian jus mentimun pada kelompok pelakuan tekanan darah pada responden yaitu : tekanan darah normal sebanyak responden (100%) sedangkan pada kelompok kontrol tekanan darah responden yaitu: tekanan darah normal sebanyak 14 responden (70%). Hipertensi ringan sebanyak 6 responden (30%). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah, nilai signifikan 0,005 dimana $0,009 < 0,05$ sehingga ditarik kesimpulan bahwa jus mentimun lebih efektif dibandingkan hanya dikontrol dengan minum obat hipertensi terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2020 di desa kayungo sari kecamatan longikis kabupaten paser didapatkan data bahwa lansia yang mengalami hipertensi mengalami pusing dan susah tidur. Hasil wawancara dengan 10 lansia didapatkan 7 lansia mengalami hipertensi dan 3 lansia mengalami arthritis gout. Dari 7 lansia diambil 5 lansia sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Bentuk intervensi yang dapat dilakukan untuk pengurangan dari derajat hipertensi pada individu di keluarga adalah selain menjalani pola hidup sehat, harus disertai pula dengan terapi komplementer, salah satunya yaitu dengan pemberian jus mentimun dimana Jus mentimun memiliki kandungan mineral yaitu postassium,

magnesium, dan fosfor. Mentimun berfungsi untuk memelihara keseimbangan garam dan cairan serta mengontrol tekanan darah yang normal sedangkan asupan natrium, kalium, kalsium dan magnesium berhubungan dengan tingginya tekanan darah atau kejadian hipertensi. Maka mentimun sangatlah bagus menjadi obat herbal untuk penyakit hipertensi (Nugraheni 2016).

METODE

Desain penelitian digunakan adalah eksperimen terkait topik yang diangkat yaitu pengaruh pemberian jus mentimun terhadap hipertensi pada lansia. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 5 responden, Database yang digunakan dalam pencarian literature dalam *literature review* ini yaitu *Google Scholar*, *ScienceDirect* dan *Cendikia*.

Penelitian ini dilakukan selama 7 hari dan di berikan jus mentimun pada pagi dan sore hari. Intervensi menggunakan alat sphygmomanometer untuk mengukur tekanan darah. Pre test dilakukan saat sebelum dilakukan pemberian jus mentimun pada hari pertama dan dilakukan post test pada hari ke tiga dan ketujuh.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 27 desember 2020 di wilayah Desa Kayungo Sari Kecamatan Longikis Kabupaten paser. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 5 responden. Analisa data pada penelitian ini menggunakan literature review dan eksperimen. Uji normalitas data menggunakan *Paired Samples T Test*.

HASIL

Hasil Literatur Riview

Google Schoolar, *Science Direct* , cendekia merupakan database yang digunakan untuk mencari literature ini. Kemudian memasukkan kata kunci "*Cucumis sativus*" AND "Hipertensi" AND "elderly", sehingga menemukan

1.250 jurnal sesuai dengan keyword tersebut. Sebanyak 432 jurnal dideteksi sebab terkait tahun 2015 kebawah, serta memakai bahasa selain bahasa Indonesia dan Inggris. Lalu jurnal dipilih kembali berdasarkan kriteria inklusi dan eklusi yang sudah ditentukan oleh peneliti seperti jurnal yang memiliki judul sama ataupun tujuan penelitian yang nyaris sama seperti penelitian ini dengan mengidentifikasi abstrak pada jurnal-jurnal tersebut. Jurnal yang tidak memenuhi kriteria maka di eklusi. Sehingga didapatkan 10 jurnal yang akan dilakukan ulasan pada setiap jurnalnya.

Hasil Asuhan Keperawatan

Data responden yang diperoleh dari penelitian ini antara lain karakteristik umur dan jenis kelamin. Rata-rata umur responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah kisaran 56-65 tahun, dimana yang paling banyak menjadi responden dalam penelitian ini adalah umur 56-65 tahun dengan jumlah 3 orang (60%) dan usia 50-55 tahun berjumlah 2 orang (40%). Kemudian dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 3 responden (60%) dan laki-laki sebanyak 2 responden (40%) dan mayoritas dalam penelitian ini adalah perempuan.

PEMBAHASAN

Hipertensi didefinisikan sebagai elevasi persisten dari tekanan darah sistolik (TDS) pada level 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolic (TDD) pada level 90 mmHg atau lebih. Penggunaan obat antihipertensi yang semakin efektif juga menurunkan angka kematian yang berhubungan dengan hipertensi secara dramatis. (Black, B,J & Hawks J.H. 2014).

Hipertensi adalah salah satu gejala peningkatan tekanan darah yang kemudian mempengaruhi kerangka kerja orang lain, seperti stroke untuk otak atau penyakit jantung coroner untuk

pembuluh darah jantung dan otot jantung (WHO 2015).

Menurut *American Heart Association* atau AHA dalam Kemenkes (2018). Hipertensi merupakan silent killer dimana gejalanya sangat bermacam-macam pada setiap individu dan hamper sama dengan penyakit lain. Gejala-gejala tersebut adalah sakit kepala atau rasa berat ditengok. Vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, dan penglihatan kabur.

Penyebab hipertensi : Hipertensi esensial : Hipertensi jenis ini terjadi pada lebih dari 90% penderita hipertensi. Penyebab hipertensi ini tidak jelas dan diduga dipengaruhi oleh faktor genetika. Hipertensi Sekunder : Hipertensi jenis ini terjadi pada kurang dari 10% penderita hipertensi. Hipertensi ini disebabkan oleh penyakit penyerta (seperti: penyakit ginjal kronik, *pheochromocytoma*, penyakit tiroid, dll), obat-obatan (seperti: kortikostteroid, amfetamin, dll), atau makanan (sodium/garam).

Tujuan pengobatan hipertensi ini bukan hanya menurunkan tekanan darah, melainkan yang lebih penting adalah untuk mencapai penurunan risiko morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskular yang optimal. Target tekanan darah <140/90 mmHg pada semua penderita hipertensi dan <130/80 mmHg pada penderita hipertensi dengan faktor risiko tinggi (*myocardial infarction*, stroke, disfungsi renal, proteinuria) atau disertai diabetes mellitus

Faktor yang tidak dapat diubah Riwayat Keluarga, usia, jenis kelamin, etnis, sedangkan faktor yang dapat diubah yaitu diabetes stress, obesitas, nutrisi, penyalahgunaan obat.

Menurut Tambayong dalam Nurarif A.H., & Kusuma H. (2016)

Klasifikasi	TDS (mmHg)	TDD (mmHg)
Optimal	<120	<80
Normal	120-129	80-84
High Normal	130-139	85-89
Hipertensi		
Grade 1 (Ringan)	140-159	90-99
Grade 2 (Sedang)	160-179	100-109
Grade 3 (Berat)	180-209	100-119
Grade 4 (sangat berat)	≥210	≥210

Komplikasi yang dapat ditimbulkan yaitu Mortalitas pada pasien hipertensi dimana lebih cepat apabila penyakitnya tidak terkontrol dan telah menimbulkan komplikasi. Hipertensi dapat menimbulkan kerusakan organ tubuh, baik secara langsung maupun tidak langsung yaitu otak, kardiovaskuler, ginjal, retinopati.

Penggunaan obat hipertensi modern dapat menimbulkan efek samping. Oleh karena itu, obat tradisional bisa menjadi pilihan, salah satunya mentimun. Mentimun dapat menurunkan tekanan darah. obat tradisional yang ada di Indonesia yang dapat digunakan sebagai alternative pengobatan hipertensi adalah mentimun (*cucumis sativus Linn*).Mentimun (*cucumis sativus Linn*), mempunyai kandungan mineral, yaitu kalium, magnesium dan fosfor. Kalium meningkatkan eksresi Na, menurunkan sekresi renin, vasodilatasi arteriolar dan menurunkan respon terhadap Vasokonstriktor endogen, magnesium juga merupakan vasodilatasi kuat karena menurunkan kontraktilitas otot polos pembuluh darah. Para ahli menjawab alasan mengapa khasiat mentimun untuk darah tinggi sangat baik. Alasannya

adalah sifat diuretic pada mentimun yang terdiri dari 90% air mampu mengeluarkan kandungan garam dari dalam tubuh. Mineral yang kaya dalam buah mentimun memang mampu mengikat garam dan dikeluarkan melalui urin (Marbun, 2012).

Buah mentimun memiliki efek hipotensif yang dapat menurunkan tekanan darah dan efek diuretic yang dapat melancarkan air seni sehingga menurunkan jumlah cairan yang beredar dalam aliran darah pada akhirnya dapat mengurangi beban kerja jantung. Hal ini berarti cara kerja terapi dengan mengkonsumsi jus mentimun sama halnya dengan obat-obatan anti hipertensi golongan diuretic dalam menurunkan tekanan darah (Kharisma, dkk, 2012). Pengaruh kandungan mentimun terhadap tekanan darah terlihat jelas dalam peranan kalium, kalsium, dan magnesium terhadap pompa kalium natrium. Kalium berperan dalam menjaga kestabilan elektrolit tubuh melalui pompa kalium natrium. Kurangnya kadar kalium dalam darah akan mengganggu rasio kalium-natrium sehingga kadar natrium akan meningkat. Hal ini dapat menyebabkan pengendapan kalsium pada persendian dan tulang belakang yang meningkatkan kadar air tubuh sehingga meningkatkan beban kerja jantung dan pengumpulan natrium dalam pembuluh darah. Akibatnya dinding pembuluh darah dapat terkikis dan terkelupas yang pada akhirnya menyumbat aliran darah sehingga meningkatkan resiko hipertensi sehingga dengan mengkonsumsi jus mentimun hal ini kemungkinan dapat dihindari. Sedangkan magnesium berperan dalam mengaktifkan pompa natrium –kalium, yang memompa natrium dan kalium masuk kedalam sel (Kharisma, dkk, 2012).

KETERBATASAN PENELITIAN

Dalam proses pembelajaran yang dilakukan secara via daring (online), oleh mahasiswi profesi ners ITKES Wiyata Husada Samarinda di

akhir tahun 2020, banyak hambatan atau kendala yang dialami karena bertepatan dengan adanya covid 19 yang dimana dalam proses pembelajaran ini harus tetap mengikuti protocol kesehatan serta menjaga jarak agar tetap aman diri. Dalam proses kegiatan banyak sekali hambatan mulai dari tidak boleh diadakannya pertemuan atau berkumpul dan bertepatan juga di hari natal serta tahun baru sehingga saat dilakukan pengkajian klien banyak yang menunda untuk dilakukan pengkajian karena memang waktu yang kurang efektif, sehingga pengkajian baru bisa dilakukan pada tanggal 27 desember 2020 dan terhambat lagi dengan adanya tahun baru dimana klien tidak bisa dilakukan intervensi karena kesibukannya untuk beribadah serta berkumpul dengan keluarga, sehingga intervensi pun mulai dilakukan setelah tahun baru yaitu pada tanggal 2 januari 2021.

Pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah, awalnya klien menolak untuk pemberian intervensi ini karena berpikir dan merasa tidak ada waktu untuk membeli dan membuat jusnya untuk dikonsumsi, namun disini saya sebagai mahasiswi pun membantu mempermudah proses kegiatan yaitu dengan membuat jus mentimun selama 1 minggu agar klien tetap patuh dalam mengkonsumsi jus mentimunya. Namun seiring nya waktu kami pun tetap melaksanakan intervensi hingga hari ke 7 sampai dengan proses evaluasi dari kegiatan yang telah dilakukan.

KESIMPULAN

Berdasarkan literature riview dari 10 jurnal dan proses keperawatan yang sudah dilakukan pada 5 responden oleh peneliti dalam bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian jus mentimun sangat efektif karena kandungan yang terdapat dalam Buah mentimun cukup

banyak dan memiliki efek hipotensif yang dapat menurunkan tekanan darah dan efek diuretic yang dapat melancarkan air seni sehingga menurunkan jumlah cairan yang beredar dalam aliran darah pada akhirnya dapat mengurangi beban kerja jantung. Secara statistic terdapat perbedaan rata-rata systole dan diastole yang bermakna sebelum dan sesudah 7 hari pemberian jus mentimun dengan nilai signifikan *p-value* 0.005 yang artinya pemberian jus mentimun berpengaruh terhadap penurunan systole dan diastole.

DAFTAR PUSTAKA

- Alligood, M. R. (2017). *Pakar Teori Keperawatan* (8 ed., Vol. 1). Singapore: Elsevier.
- Black J.M., & Hawis,J.H 2014. *Keperawatan Medikal Bedah : Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang Diharapkan*. Edisi 8 Buku 2
- Somantri, U. W. (2020). Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kondangjaya . *Jurnal Abdidas Volume 1 Nomor 2 Tahun 2020*, 57-63.
- Purba, S. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (Cucumis Sativus Linn) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Sindang Barang Kota Bogor . *Jurnal Ilmiah Wijaya Volume 11 Nomor 2, Juli-Desember 2019*, 121-133.
- Anggreni , D., Mail, E., & Yuliani , F. (2020). Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Wanita Menopause Yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Kesehatan dr. Soebandi Vol. 8, No. 1*.
- Marvia , E., Astuti , F., & Khaeriah, N. (2020). Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Lingkungan Dasan Sari Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk. *Volume 6 No. 1 2020 | 83-88*.
- Yanti , E., Niken, & Andriyani , D. (2017). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi . *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory Volume 2 Nomor 1*.
- Putra, M. A., & Dewi, R. (2020, April). Implementasi Evidence Based Nursing Pada Pasien Hipertensi . *REAL in Nursing Journal (RNJ) Volume 3, No. 1*, pp. 61-67.
- Winata, N. P., Indrayani, T., & Carolin , B. T. (2020). Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Lansia Di Desa Citalahab, Kabupaten Pandeglang Tahun 2020. *Jurnal Riset Global Dalam Kesehatan Masyarakat*, 177-182.
- Pertami Budi, T. S., Budiono, & Rahayu Syanti, D. Y. (2017). Pengaruh (Kukumcucumis SativusJus) Terhadap Tekanan Darah Penurunan Pada Lansia. *Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 30-26.
- Hariyanti , R., Hadisaputro, S., & Widyastuti, E. (2020). Efektifitas Jus Ketimun (Cucumis Sativus) Terhadap Tekanan Darah Pada Hipertensi Menopause. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol.9 No.2 November 2020* , 1771-1778
- Negara, C. K., Erna, & Anna. (2017). Pengaruh Kukum (Cucumis Sativus) Terhadap Hipertensi . *Indonesia Jurnal* .

BIODATA PENELITI



A. Biodata Pribadi

1. Nama : Santi Wijaya
2. Tempat, Tanggal Lahir : Kayungo 1 D, 23 juli 1997
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Warga Negara : Indonesia
5. Agama : Kristen
6. Alamat : Kayungo Sari Kecamatan Longikis
kabupaten Paser
7. Email : santiwijayastikes@gmail.com
8. No.Hp : 085241857837
9. Program Studi : Program Profesi Ners
10. NIM : P1908124
11. Judul KIAN : *Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap (Hipertensi) Terhadap Lansia*
12. Dosen Pembimbing :
Ns. Siti Mukaromah.,S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kom

B. Riwayat Pendidikan

1. TK : Pertiwi Kayungo Sari Kecamatan Longikis Kabupaten Paser
2. SD : Sekolah Dasar Negeri 034 Kayungo Sari
3. SMP : Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Tanah Grogot
4. SMA : Sekolah Menengah Kejuruan Pelita Gamma Penajam
5. S1 : STIKES Wiyata Husada Samarinda

Lampiran 8

LEMBAR KONSUL

Tanggal / hari	Materi Bimbingan	Pembimbing	Mahasiswa
Rabu, 16 desember 2020	Pembekalan kian studi literature review	Ns. Siti Mukaromah S.Kep., M. Kep., Sp. Kom	Santi Wijaya S.Kep
21 desember 2020	Pembuatan bab 1	Ns. Siti Mukaromah S.Kep., M. Kep., Sp. Kom	Santi Wijaya S.Kep
Sabtu, 2 januari 2021	Presentasi hasil studi literature review beserta pasien kian yang telah diambil dilapangan, serta melanjutkan pembuatan bab 1 sampai bab 5	Ns. Siti Mukaromah S.Kep., M. Kep., Sp. Kom	Santi Wijaya S.Kep
Kamis, 14 januari 2021	Diskusi pembahasan kendala atau hambatan yang dihadapi mahasiswa dilapangan dan melanjutkan penyusunan kian dan studi literature	Ns. Siti Mukaromah S.Kep., M. Kep., Sp. Kom	Santi Wijaya S.Kep

<p>Jumat 22 januari 2021</p>	<p>Penambahan pada bab 3-5</p> <p>Klasifikasi jurnal, tabel proyeksi, grafik, ringkasan jurnal, pembuatan rata rata dan kesimpulan</p>	<p>Ns. Siti Mukaromah S.Kep., M. Kep., Sp. Kom</p>	<p>Santi Wijaya S.Kep</p>
--------------------------------------	--	--	---------------------------



