Nerspedia
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444
@ Nerspedia 2022

Asuhan Keperawatan Pada Ny. J dengan Diagnosis Hipertensi Melalui Terapi Jus Belimbing di Desa Mandi Kapau Timur Wilayah UPTD Puskesmas Karang Intan 2 Kabupaten Banjar

Muhammad Hasanul Amal, Tina Handayani Nasution

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat
Email korespondensi: muhammadhasanulamal@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kebiasaan pola hidup yang tidak baik yaitu mengonsumsi ikan asin, dimana mayoritas masyarakat di daerah lahan basah adalah seorang nelayan dimana hasil tangkapannya akan dijadikan ikan asin untuk dikosumsi. Ikan asin sendiri memiliki natrium yang tinggi, natrium sendiri menyebabkantubuh menahan air dengan tingkat melebihi ambang batas normal tubuh sehingga dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah tinggi yang mana dapat menjadikan hipertensi. Menurut informasi yang didapatkan di UPTD Puskesmas Karang Intan 2 sendiri hipertensi merupakan penyakit tertinggi pertama dalam daftar 10 penyakit terbanyak.

Tujuan: memberikan asuhan keperawatan melalui intervensi pemberian jus belimbing manis pada klien dengan hipertensi

Metode: Penelitian ini berupa laporan kasus yang dilakukan tanggal 28 Desember 2021- 3 Januari 2022 di desa Mandi Kapau Timur Wilayah Puskesmas Karang Intan 2

Hasil dan Pembahasan: Hasil asuhan keperawatan setelah dilakukan 7 hari dengan intervensi utama meminum jus belimbing manis 1 kali sehari, masalah dapat teratasi dengan menurunya tekanan darah dari 165/90 mmHg menjadi 145/80 mmHg. Buah belimbing manis memiliki kandungan kalium (potassium) dalam satu buah belimbing 127 gram adalah sebesar 207 mg dankandungan seratnya sebesar 5 g. Hal ini menunjukkan bahwa kandungan kalium dan serat dalambuah belimbing mempunyai jumlah yang cukup signifikan dalam membantu menurunkan tekanan darah, ditambah dengan kandungan natriumnya(sodium) yang relative rendah.

Kesimpulan: Adanya penurunan tekanan darah setelah mengkonsumsi jus belimbing manis 1 kali sehari.

Kata-Kata Kunci: Motivasi Ibu, Imunisasi Dasar, Status Kelengkapan.

ABSTRACT

Background*: Bad lifestyle habits, namely consuming salted fish, where the majority of people in wetland areas are fishermen where the catch will be used as salted fish for consumption. Salted fish itself has high sodium, sodium itselfcauses the body to retain water at levels exceeding the body's normal threshold so that it can increase blood volume and high blood pressure which can cause hypertension. According to information obtained at the Karang Intan 2 Public Health Center UPTD, hypertension is the first highest disease in the list of 10 most common diseases.*

Purpose*: to provide nursing care through the intervention of giving sweet star fruit juice to clients with hypertension.*

Methods*: This research is in the form of a case report conducted on December 28, 2021 - January 3, 2022 in the village of Mandi Kapau Timur, Karang Intan 2 Community Health Center*

Results and Discussion*: The results of nursing care after 7 days with the main intervention drinking sweet star fruit juice 1 time a day, the problem can be resolved by decreasing blood pressure from 165/90 mmHg to 150/80 mmHg. Sweet star fruit contains potassium (potassium) in one 127 gram star fruit is 207 mg and the fiber content is 5 g. This shows that the content of potassium andfiber in star fruit has a significant amount in helping lower blood pressure, coupled with its relatively low sodium content.*

Conclusion*: There was a decrease in blood pressure after consuming sweet star fruit juice 1 time a day*.

Keywords*: Hypertension, Sweet Starfruit*

Cite this as: Amal, M.H., Nasution, T.H. Asuhan Keperawatan Pada Ny. J dengan Diagnosis Hipertensi Melalui Terapi Jus Belimbing Manis di Desa Mandi Kapau Timur Wilayah UPTD Puskesmas Karang Intan 2 Kabupaten Banjar. Nerspedia 2021;4(2): 200-206.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular, hipertensi ditandai dengan keadaan peningkatan tekanan darah sistolik

dan diastolik > 140/90 mmHg (1). Menurut WHO pada tahun 2015, mengungkapkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita penyakit hipertensi (2). Berdasarkan data dari 10 besar penyakit terbanyak di Indonesia pada tahun 2018, hipertensi menjadi peringkat pertama dengan jumlah kasus mencapai 185.857 jiwa (3). Di Provinsi Kalimantan Selatan menduduki peringkat ke satu terbanyak di Indonesia dengan jumlah 44,1% (4). Di Kabupaten Banjar pada tahun 2016 pengukuran tekanan darah yang menjadi sasaran adalah penduduk dengan kelompok umur ≥18 tahun yaitu 173.166 orang dan yang dilakukan pengukuran tekanan darah sebanyak 155.684 orang (5).

Data Profil Puskesmas UPT Karang Intan 2 didapatkan bahwa dari 10 penyakit terbanyak hipertensi berada di urutan pertama yang melakukan kunjungan ke Puskesmas sebanyak (25,6%) dan berdasarakan pengkajian secara langsung dalam stase KKLB didapatkan bahwa penyakit yang paling banyak diderita oleh warga Mandi Kapau Timur yaitu Hipertensi (5).

Hipertensi salah satu masalah kesehatan utama setiap negara yang dianggap serius karena kedatangannya seringkali tidak kita sadari oleh kita. Hipertensi jika tidak segera ditangani makan akan menyebabkan komplikasi, seperti infark miokard, stroke, gagal ginjal, kejang, kerusakan otak, dan kematian. Adapun tindakan nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi hipertensi yaitu dengan cara pemberian jus belimbing manis, yang merupakan salah satu terapi alamiah yang dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (6). Penelitian dari Lip Ardiyanto pada tahun 2014 membuktikan kandungankalsium, kalium, dan magnesium pada belimbing manis *(Averrhoa carambola L.)* dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Konsentrasi kalium, kalsium dan magnesium yang tinggi dalam intraselular dapat merelaksasi otot polos pembuluh darah, kemudian dapat mengurangi resistensi pembuluh darah perifer sehingga dapat menurunkan tekanan darah (7).

Berdasarkan uraian diatas maka sangat penting dilakukan Asuhan keperawatan secara komperhensif untuk menentukan bagaimana cara melakukan perawatan dan pencegahan pada klien dewasa dengan hipertensi. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menerapkan terapi non farmakologi "Terapi Minum Jus Belimbing Manis Terhadap Penurunan Tekanan Darah TerhadapPenderita Hipertensi".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini berupa laporan kasus yang dilakukan tanggal 28 Desember 2021 - 3 Januari 2022 di desa Mandi Kapau Timur Wilayah Puskesmas Karang Intan 2 melalui pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, penegakkan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi. Pemberian intervensi jus belimbing ini di lakukan pada pagi hari. Intervensi dilakukan selama 7 hari dengan 1 kali minum setiap harinya. Melakukan pemeriksaan

Tabel 1. Hasil Intervensi Pemberian Jus Belimbing

No	Hari, Tanggal	Sebelum	Sesudah
1.	Selasa, 28 Desember 2021	165/90 mmHg	155/90 mmHg
2.	Rabu, 29 Desember 2021	160/90 mmHg	150/90 mmHg
3.	Kamis, 30 Desember 2021	160/90 mmHg	150/90 mmHg
4.	Jum'at 31 Desember 2021	155/90 mmHg	145/90 mmHg
5.	1 Januari 2022	155/90 mmHg	150/90 mmHg
6.	2 Januari 2022	150/80 mmHg	145/80 mmHg
7.	3 Januari 2022	150/80 mmHg	145/80 mmHg

tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian jus belimbing sekitar 15 menit. Berat belimbingnya 150 gram dengan madu 10 gram dan air 50 ml.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny J yang berumur 42 tahun diketahui yang menjadi penyebab hipertensi pada Ny J adalah bertambahnya usia dan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi sodium seperti ikan asin (8). Asupan natrium tinggi dapat menyebabkan peningkatan volume plasma, curah jantung dan tekanan darah. Natrium menyebabkan tubuh menahan air dengan tingkat melebihi ambang batas normal tubuh sehingga dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah tinggi. Asupan natrium tinggi menyebabkan hipertropi sel adiposit akibat proses lipogenik pada jaringan lemak putih, jika berlangsung terus-menerus akan menyebabkan penyempitan saluran pembuluh darah oleh lemak dan berakibat pada peningkatan tekanan darah. Selain hal tersebut, individu berat badan lebih dan obesitas kemungkinan besar memiliki sensitifitas garam yang berpengaruh pada tekanan darah (9).

Daerah lahan basah yang merupakan tempat tinggal Ny J tidak memiliki kebudayaan khusus yang berkaitan langsung dengan penyebab hipertensi.Namun pada kebiasaan pola hidup Ny J yang tidak memiliki pola hidup yang baik yaitu mengonsumsi ikan asin, dikarenakan mayoritas masyarakat di daerah lahan basah tempat tinggal Ny. J adalah seorang nelayan dimana hasil tangkapannya akan dijadikan ikan asin untuk dikosumsi. Ikan asin sendiri memiliki natrium yang tinggi, Natrium sendiri menyebabkan tubuh menahan air dengan tingkat melebihi ambang batas normal tubuh sehingga dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah tinggi yang mana dapat menjadikan hipertensi (10).

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan pada Ny J ditemukan bahwa Ny J mengalami hipertensi dengan hasil tekanan darah saat di periksa 170/100 mmHg. Klien mengatakan sebelumnya sejak 1 tahun yang lalu klien di diagnosis hipertensi, Klien juga mengatakan tidak ada melakukan pengobatan ke puskesmas ketika tahu bahwa tekanan darahnya tinggi. klien

menanyakan pengobatan non farmakologi yang dapat membantu menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan wawancara dengan Ny J didapatkan bahwa klien tidak tau cara menurunkan tekanan darah tinggi yang dialaminya, oleh karena itu perawat memilih untuk melakukan pemberian jus belimbing manis (6) dan pendidikan kesehatan mengenai hipertensi, karena kesehatan seseorang dipengaruhi salah satunya pengetahuan yang baik dimana akan menjadikan pola hidup yang baik juga bagi kesehatan *(*11*).*

Klien setiap subuh sekitar jam 5 berjualan roti sampai jam 9. Klien menjualnya sekitaran lingkungan mandi kapau timur. Saya melakukan intervensi kepada klien sekitar pukul 10 setelah klien beristirahat sebentar karena kelelahan berjualan. Sekitar 1 jam kemudian saya mengintervensi klien dengan jus belimbing manis. Selama intervensi 7 hari klien tidak ada memakan yang asin-asin agar tidak mempengaruhi hasil tekanan darah nantinya

Berdasarkan penelitian DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) dikatakan untuk menurunkan tekanan darah sangat dianjurkan mengkonsumsi makanan yang tinggi kalium dan serat. Kandungan kalium (potassium) dalam 1 buah belimbing (127 gram) adalah sebesar 207 mg. Hal ini menunjukkan bahwa kalium dalam buah belimbing mempunyai jumlah yang paling banyak dari jumlah mineral yang ada dalam kandungan 1 buah belimbing Kandungan kalium (potassium) dalam satu buah belimbing 127 gram adalah sebesar 207 mg dan kandungan seratnya sebesar 5 g. Hal ini menunjukkan bahwa kandungan kalium dan serat dalam buah belimbing mempunyai jumlah yang cukup signifikan dalam membantu menurunkan tekanan darah, ditambah dengan kandungan natriumnya (sodium) yang relative rendah (12).

Jus belimbing manis bekerja untuk menurunkan tekanan darah dengan cara menurunkan tekanan darah denga cara menurunkan sekresi hormon antidiuretik (ADH) dan rasa haus. Hormon antidiuretik di produksi di hipotalamus dan bekerja pada ginjal untuk mengatur osmolalitas dan volume urin. Dengan menurunkan ADH, akan banyak urin yang diekskresikan sehingga urin menjadi lebih encer dengan osmolalitas yang rendah. Untuk memekatkannya, volue cairan intra seluler akan di tingkatkan dengan cara menarik cairan dari ekstraseluler. Sedangkan, menurunnya konsentrasi NaCl akan dipekatkan dengan cara menurunkan cairan ekstraseluer. Ditambah dengan berkurangnya rasa haus sehingga asupan cairan juga berkurang. Semua mekanisme tersebut tersebut menghasilkan penurunan tekanan darah (13).

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2014) Semakin tua seseorang pengaturan *metabolism* zat kapur (kalsium) didalam tubuh terganggu, sehingga banyak zat kapur yang mengalir bersama darah. Banyaknya kalsium dalam darah menyebabkan darah menjadi lebih padat dan kental, sehingga aliran darah tidak lancar menyababkan tekanan darah menjadi

meningkat (14). Seiring bertambahnya usia vaskularisasi pembuluh darah akan menurun maka resiko terkena hipertensi menjadi lebih besar (15). Terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi tekanan darah adalah: Asupan garam dan natrium, Nutrisi (Konsumsi belimbing manis, pisang, mentimun, temulawak, dan ekstrak bawang putih), Penurunan berat badan, Berhenti merokok, Jangan stress (16).

Hasil evaluasi dari pemberian jus belimbing manis 1 kali sehari selama 7 hari yang dilakukan adalah Ny J mampu mengontrol tekanan darah tinggi. Rencana tindak lanjutnya nanti untuk klien setelah intervensi 7 hari mengonsumsijus belimbing manis, klien tampak menyukai jus belimbing manis untuk dikonsumsi, jadi diharapkan secara rutin tetap mengkonsumsi jus belimbing 1 kali sehari, banyak belimbing di konsumsinya nanti 150 gram atau sekitar ¼ belimbing besar untuk mengontrol tekanan darah tinggi yang dialami agar tidak ketergantungan juga terhadap obat nantinya dan menyarankan klien untuk selalu rutin memeriksakan kesehatannya dengan datang ke posbindu di desa Mandi Kapau Timur atau datang langsung ke Puskesmas Karang Intan 2 ataupun juga bisa pergi ke praktek dokter minimal 1 kali sebulan.

KETERBATASAN

Keterbatasan pada penelitian ini adalah sarana alat timbang untuk mengukur berat belimbingnya nanti untuk di gunakan dalam pembuatan jus belimbing manis. Selain itu jumlah responden penelitian yang digunakan hanya satu orang di mana hasil dari pemberian jus belimbing manis tidak bisa menggambarkan semua klien dengan hipertensi akan menghasilkan penurunan tekanan darah yang sama jika diberikan implementasi berupa jus belimbing manis.

ETIKA PENELITIAN

Etika penelitian keperawatan merupakan salah satu masalah yang sangat penting didalam proses penelitian, mengingat bahwa penelitian keperawatan berhubungan langsung dengan manusia, maka dari itu etika penelitan harus benar diperhatikan. Etika penelitian yang diterapkan dalam asuhan keperawatan ini oleh perawat yaitu: Autonomi dimana sebelum penelitian dilakukan perawat menanyakan langsung persetujuan kepada klien untuk menjadi responden. Apabila responden tidak bersdia, maka peneliti harus menghormati hak dan pilihan responden. Selanjutnya, kerahasiaan (*confidentiality)* klien Merupakan masalah etika penelitian dengan memberikan jaminan kerahasiaan dari hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang sudah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil penelitian. Selanjutnya yang terakhir *Beneficience* karena pemberian jus belimbing manis merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas hidup klien dalam mengontrol hipertensi dan mencegah terjadinya komplikasi hipertensi apabila tidak terkontrol.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada terjadi konflik kepentingan pada proses pelaksanaan auhan keperawatan pada Ny. J Penelitian dilakukan sesuai prosedur.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih saya berikan kepada Dekan Fakultas Kedokteran Dr. dr. Iwan Aflanie, M. Kes., Sp.F., S.H. dan Kepala Prodi Ilmu Keperawatan Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D. yang telah memberi kesempatan dan

fasilitas dalam pelaksanaan penulisan. Kepada pembimbing Tina Handayani Nasution Ns., M.Kep. yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah Ners ini. Kepada dosen penguji Novi Mustahdiati Nasri, Ns., M.Kep. yang memberi kritik dan saran sehingga Karya Tulis Ilmiah Ners saya menjadi semakin baik.serta tidak lupa pada klien yaitu Ny J dan suami yang berkenan untuk bekerjasama dalam kelancaran studi kasus ini.

PENUTUP

Kesimpulan

Intervensi unggulan yang diberikan pada Ny. J adalah jus belimbing manis yang diperoleh dari jurnal terkait, dalam Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Ny. J dengan Diagnosis hipertensi Melalui Intervensi Jus Belimbing Manis di Desa Mandi Kapau Timur Kabupaten Banjar Tahun 2022. Penerapan intervensi jus belimbing manis dikatakan berhasil yang ditandai dengan adanya penurunan tekanan darah Ny. J setelah diberikan jus belimbing manis selama 7 hari yang mana diberikan sekali setiap hari . Pada saat pengkajian pertama tekanan darah Ny. J adalah 170/100mmHg. Setelah dilakukan intervensi selama 7 hari mengalami penurunan menjadi 145/80mmHg pada saat dilakukan evaluasi akhir pada tanggal 03 Januari 2022. Sebagai rencana tindak lanjut, klien dianjurkan secara rutin tetap mengkonsumsi jus belimbing 1 kali sehari untuk mengontrol tekanan darah tinggi yang dialami agar tidak ketergantungan juga terhadap obat nantinya dan menyarankan klien untuk selalu rutin memeriksakan kesehatannya dengan datang ke posbindu di desa Mandi Kapau Timur atau datang langsung ke Puskesmas Karang Intan 2 ataupun juga bisa pergi ke praktek dokter minimal 1 kali sebulan.

Saran

Di harapkan masalah hipertensi dihadapi klien dengan rutin mengkonsumsi jus belimbing manis. Dukungan keluarga sangat penting dalam terlaksana nya terapi komplementer yang akan dilakukan klien secara mandiri. Sedangkan untuk perawat adalah mengembangkan intervensi keperawatan terkait mengkonsumsi jus belimbing manis sebagai upaya dalam mengontrol tekanan darah, dan untuk institusi pendidikan mengembangkan pendidikan Kesehatan tentang penting nya mengkonsumsi buah-buahan seperti buah belimbing manis yang berfungsi menjadi intervensi untuk mengontrol tekanan darah yang tinggi.

REFERENSI

1. Sari, DWR & Savitri, M. 2017, Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan POSBINDU Penyakit Tidak Menular (PTM) Di Wilayah KerjaPuskesmas Kecamatan Setia

2. Budi Kota Jakarta Selatan Tahun 2018,*Jurnal Kebijakan Kesahatan Indonesia : JKKI, Vol.7, No.2*.

3. WHO. (2019) The World Health Organization Quality of Life.

4. Kemenkes RI, 2019, *Hipertensi*, Infodatin Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.

5. Riset Kesehatan Dasar (RisKesDas) 2018, *Laporan hasil riset kesehatan dasar 2018*, Jakarta, (online), (http://www.depkes.go.id, diakses pada 20 April 2021).

6. Dinas Kesehatan Provinsi

Kalimantan Selatan, 2018, *Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan*, Banjarmasin.

7. Novia, Herlina & Sartiwi, 2018, Pengaruh Pemberian Jus Belimbing (Averrhoe Carambola Linn) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi, *Jurnal Kesehatan Sainitika* Meditory, Vol. 1, No. 2.

8. Anggraini, P, Rusdi & Ilyas E I, 2016, Kadar Na+, K+, Cl-, Dan Kalsium Total Serum Darah Serta Hubungannya Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi, *Biologi UNJ Pres*s, Vol. 12, No. 1

9. Lanny Lingga, 2012, *Bebas hipertensi tanpa obat*, Jakarta: AgroMedia Pustaka. Legi, dkk, 2020, Jus Belimbing Manis (Averrhoa Carambola) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi, *Gizido,* vol.12, No.2.

10. Kautsar.F, Aminuddin Syam, Abdul Salam, 2013, *Hubungan Status Gizi, Asupan Natrium Dan Kalium Dengan Tekanan Darah*. Mahasiswa UniversitasHasanuddin, Prodi Ilmu Gizi FKM, Universitas Hasanuddin

11. Mustamin, 2010, *Asupan Natrium, Status Gizi Dan Tekanan Darah Usia Lanjut*, Media Gizi Pangan, Vol. IX, Edisi 1.

12. Akbar, P, et al, 2014, Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Hamil di Klinik Antenatal Care RSUP DR Kariadi, Puskesmas Ngesrep, dan Puskesmas Halmahera terhadap Tes HIV, *Jurnal Kedokteran Diponegoro,* Vol. 3, No.1.

13. Legi Nonce, 2014, Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Di Poliklinik Interna RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado, Jurnal Gizido, Vol.6, No.2

14. Berawi K.N & Pasya A.V, 2016, Pengaruh Pemberian Jus Belimbing Manis (Averrhoacarambola L) Untuk Menurunkan Tekanan Darah, *Majoritry*, Vol.5, No.1.

15. Dewi, Sofia, 2014, *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, Yogyakarta: Deepublish.

16. Guyton et al, 2008, *Fisiologi Manusia Dan Mekanisme Penyakit*, Jakarta : EGC.

17. Lumbantobing, S. M, 2008, *Tekanan Darah Tinggi*, Jakarta: Balai Penerbit. Manuntung, A, 2018, Terapi Perilaku Kogntif Pada Klien Hipertensi, Malang: Wineka Media.