Nerspedia
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444
@ Nerspedia 2024

Asuhan Keperawatan Ketidakefektifan Manajemen Mandiri Kesehatan pada Ny.S dengan Hipertensi Melalui Pemberian Jus Labu Siam

Emelia Rahmawati, Devi Rahmayanti*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. Ahmad Yani KM. 36 Banjarbaru, 70714

*Email korespondensi: devi.rahmayanti@ulm.ac.id

ABSTRAK
Hipertensi merupakan kasus tertinggi dari 10 penyakit terbanyak yang tercatat di UPT Puskesmas Karang Intan 2. Tingginya kejadian hipertensi disebabkan gaya hidup yang kurang sehat dan kurangnya manajemen kesehatan. Ny.S merupakan warga Desa Awang Bangkal Barat yang menderita hipertensi selama ± 3 tahun dan kurang memperhatikan masalah kesehatannya sehingga tekanan darahnya tidak terkontrol. Tujuan penelitian ini untuk memberikan asuhan keperawatan dengan intervensi jus labu siam untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. S dengan diagnosis ketidakefektifan manajemen mandiri kesehatan. Penelitian ini merupakan metode studi kasus pada salah satu penderita hipertensi. Klien diberikan intervensi jus labu siam selama 7 hari, serta dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan 2 jam setelah pemberian intervensi. Hasil setelah implementasi didapatkan adanya penurunan tekanan darah pada Ny. S karena labu siam mengandung kalium yang dapat menjadi obat alami untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Kesimpulannya bahwa terapi jus labu siam dapat membantu menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Tekanan Darah, Jus Labu Siam

ABSTRACT
Hypertension is the highest case of the 10 most common diseases recorded at UPT Puskesmas Karang Intan 2. The high incidence of hypertension is due to an unhealthy lifestyle and lack of health management. Mrs.S is a resident of Awang Bangkal Barat Village who has suffered from hypertension for ± 3 years and pays little attention to her health problems so her blood pressure is out of control. The purpose of this study was to provide nursing care with the intervention of chayote juice to reduce blood pressure in Mrs. S with a diagnosis of ineffective health self-management. This research is a case study method on one of the hypertension sufferers. The client was given the intervention of chayote juice for 7 days, and blood pressure was measured before and 2 hours after the intervention. The results after implementation showed a decrease in blood pressure in Ny. S because chayote contains potassium which can be a natural remedy for lowering high blood pressure. The conclusion is that chayote juice therapy can help lower blood pressure in hypertensive clients.

Keywords*: Hypertension, Blood Pressure, Chayote Juice*

Cite this as: Rahmawati, E., Rahmayanti, D. Asuhan Keperawatan Ketidakefektifan Manajemen Mandiri Kesehatan pada Ny.S dengan Hipertensi Melalui Pemberian Jus Labu Siam. Nerspedia. 2024; 6(3): 350-356.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang terjadi di seluruh dunia dan salah satu faktor risiko utama penyebab penyakit kardiovaskular (1). Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi. Dengan jumlah penderita yang terus meningkat disetiap tahunnya (2). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 34,1% dibandingkan dengan prevalensi hipertensi pada Riskesdas tahun 2013 yaitu sebesar 25,8%. Didapatkan prevelensi penderita hipertensi tertinggi yaitu di Kalimantan Selatan sebesar 44,13% (1)

Berdasarkan data yang didapat dari Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2017, Kabupaten Banjar berada di urutan kedua dengan kasus hipertensi terbanyak dengan angka kejadian 22.822 kasus. 10 penyakit terbanyak yang didapatkan dari UPT Puskesmas Karang Intan 2 pada Juli-September 2022 pada data kunjungan pasien yang menjalani pemeriksaan kesehatan yaitu kasus yang paling banyak hipertensi, dengan jumlah kasus 69 orang. Pada Desa Awang Bangka Barat didapatkan data 10 kasus masalah kesehatan dari Puskesmas Pembantu dan Pos Pembinaan Terpadu, urutan pertama kasus yang paling banyak adalah hipertensi sebanyak 13 orang dari 46 orang yang terdaftar pada Juli-September 2022.

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang bersifat tidak normal yang diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda agar seseorang dianggap mengalami hipertensi, dengan hasil pengukuran tekanan darah yaitu lebih tinggi dari 140/90 mmHg (3). Komplikasi dari hipertensi apabila dibiarkan dan tidak dikontrol dapat mengakibatkan stroke, serangan jantung dan gagal ginjal (4). Penyakit *degenerative* yang menular maupun tidak menular seperti hipertensi merupakan salah satu sasaran di bidang kesehatan lingkungan lahan basah agar dapat diatasi dengan upaya pencegahan dan pengendalian penyakit.

Daerah - daerah rawa, payau, gambut dan peraian merupakan lahan basah; tetap atau sementara; daerah yang terdapat air menggenang atau mengalir; tawar, payau maupun asin; termasuk wilayah perairan laut dengan kedalaman tidak lebih enam meter saat sedang surut (5). Tempat penelitian berada di Desa Awang Bangkal Barat yang merupakan salah satu wilayah lahan basah yang terletak di sekitar pinggiran sungai selain dekat dengan pegunungan. Luas dan panjangnya aliran sungai yang mengalir membuat sebagian mata pencarian masyarakat yaitu sebagai pembudidaya tambak ikan. Makanan yang dikonsumsi setiap harinya kebanyakan ikan yang diolah dengan berbagai cara seperti digoreng, dibakar, dan dimasak santan. Selain itu dari hasil wawancara dengan RT setempat, banyaknya kasus Hipertensi di Desa Awang Bangkal Barat disebabkan oleh kebudayaan masyarakat saat adanya acara, suguhan yang diberikan oleh tuan rumah adalah makanan bersantan dan ikan-ikan yang diolah dengan garam yang tinggi.

Salah satu intervensi yang dapat dilakukan secara mandiri dalam penatalaksanaan hipertensi adalah dengan terapi non farmakologi. Pemberian intervensi jus labu siam dapat menjadi solusi alternatif sebagai pengobatan herbal untuk menangani masalah hipertensi (6). Intervensi perawatan dengan mengkonsumsi jus labu siam ini dipilih menjadi intervensi karena dapat dilakukkan mandiri oleh klien dirumah. Harga labu siam cukup terjangkau dan mudah didapatkan di pasar dan di penjual sayur keliling. Selain itu Labu siam memiliki kandungan kalium yang lebih tinggi (365 mg/ 100 gr) dibandingkan dengan buah dan sayur lainnya seperti semangka (82gr/100 mg), Pepaya (257 mg/100 gr), mentimun (73 mg/100 gr), Tomat (360 gr/100 gr). mg), belimbing (207 mg/100 gr), Pisang (358 mg/100 gr) (7).

Saat dilakukan pengkajian di Desa Awang Bangkal Barat terdapat salah satu warga yang mengalami hipertensi. Warga tersebut berinisial Ny. S, berdasarkan wawancara Ny. S sudah ± 3 tahun mengalami tekanan darah tinggi, Ny.S mengatakan gemar mengkonsumsi sayur bersantan dan tidak ada pembatasan garam pada masakan. Ny. S sering mengeluhkan sakit kepala, vertigo, dan kesemutan pada tangan, serta tidak rutin meminum obat antihipertensi. Hasil dari pemeriksaan tekanan darah menunjukkan Ny. S mengalami hipertensi kategori tingkat 1 yaitu 157/105 mmHg. Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan ketidakefektifan manajemen mandiri kesehatan pada Ny. S dengan intervensi pemberian jus labu siam untuk menurunan tekanan darah.

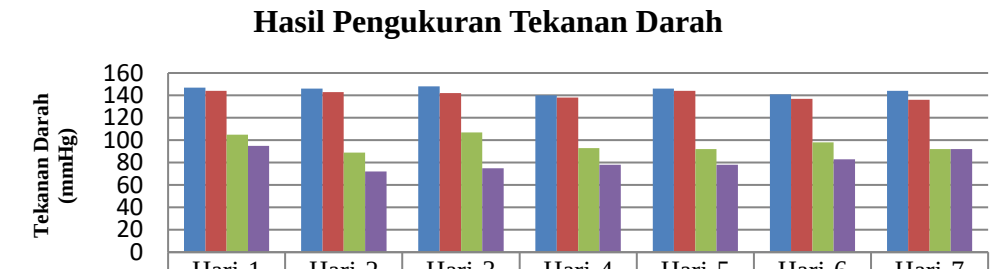
METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus, dengan pendekatan asuhan keperawatan komprehensif yang terdiri dari pengkajian, analisis masalah, merumuskan diagnosis keperawatan, merumuskan perencanaan, melakukan implementasi, dan evaluasi keperawatan. Studi kasus dilakukan dari bulan Oktober hingga November 2022. Pertemuan yang dilakukan dengan klien sebanyak 8 kali yaitu 1 kali pengkajian dan 7 kali implementasi dari tanggal 31 Oktober hingga 06 November 2022. Studi kasus dilakukan di Desa Awang Bangkal Barat RT 01, Kecamatan Karang Intan, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan dengan klien Ny. S yang mempunyai penyakit hipertensi. Peneliti mengumpulkan data melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Peneliti telah mendapatkan ijin dari klien untuk melakukan asuhan keperawatan.

Intervensi utama yang dilakukan yaitu pemberian jus labu siam untuk menurunkan tekanan darah. Pemberian jus labu siam dilakukan sebanyak 1 kali sehari selama 7 hari berturut-turut. Proses pembuatan jus labu siam dilakukan dengan mengupas kulit labu siam terlebih dulu kemudian dicuci dengan air mengalir untuk menghilangkan getahnya, lalu labu siam di potong-potong sebanyak 100 gr dan dihaluskan menggunakan blender yang ditambahkan 200 cc air. Sebelum diberikan jus labu siam klien diukur tekanan darahnya menggunakan tensimeter digital kemudian diukur kembali 2 jam setelah meminum jus labu siam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada Ny. S didapatkan hasil pemeriksaan yaitu tingkat kesadaran: *compos mentis*, tekanan darah 157/105 mmHg, nadi 77 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, temperature 36,5^{o}C, SpO2 98%, berat badan 72 kg, dan tinggi badan 158 cm. Selain itu didapatkan masalah yang dikeluhkan Ny. S yaitu sakit kepala, vertigo, dan kesemutan dikedua tangannya. Ny. S mengatakan sudah mengalami tekanan darah tinggi ± 3 tahun. Maka dapat diangkat diagnosis keperawatan risiko ketidakefektifan perfusi jaringan otak dengan faktor risiko hipertensi. Berdasarkan hasil wawancara, Ny. S juga mengatakan ada mengkonsumsi obat antihipertensi yaitu captopril 25 mg namun tidak teratur dan hanya diminum saat gejala tekanan darah tingginya muncul. Klien mengatakan biasanya makan 2 kali sehari dengan porsi sedang tanpa adanya diet khusus maupun



	Hari-1	Hari-2	Hari-3	Hari-4	Hari-5	Hari-6	Hari-7
Pre Sistol	147	146	148	140	146	141	144
Post Sistol	144	143	142	138	144	137	136
Pre Diastol	105	89	107	93	92	98	92
Post Diastol	95	72	75	78	78	83	92

Gambar 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah

pantangan makanan. Ny. S mengatakan sering makan ikan yang digoreng dan dilengkapi sayur yang dimasak dengan santan karena tempat tinggal Ny. S merupakan penghasil ikan. Kesehatan masyarakat yang berada di sekitar lingkungan lahan basah dapat ditentukan dari gaya hidup dan mata pencahariannya (Ramsar Technical Report No.6) (8). Makanan yang banyak mengandung lemak, protein, dan garam tinggi namun rendah serat, dapat berdampak pada peningkatan penyakit degeneratif seperti hipertensi (9). Sehingga dapat diangkat diagnosis keperawatan ketidakefektifan manajemen mandiri kesehatan berhubungan dengan persepsi tidak realistik tentang keseriusan kondisi. Implementasi yang direncanakan adalah pengajaran proses penyakit hipertensi, kepatuhan terhadap manajemen pengobatan, dan pengajaran peresepan diet salah satunya dengan jus labu siam yang berguna membantu menurunkan tekanan darah.

Hasil pengajaran tentang proses penyakit hipertensi dapat dipahami oleh Ny. S dan menambah pengetahuan klien mengenai penyakit yang dialaminya. Selain itu kepatuhan Ny. S terhadap pengobatan setelah dijelaskan bahwa orang dengan hipertensi harus tetap mengkonsumsi obat antihipertensi walaupun tidak ada gejala guna menghindari komplikasi di masa yang akan datang, membuat Ny. S mau untuk meminum obat secara teratur untuk mengurangi tekanan darah dan didukung dengan pelaksanaan diet yang disarankan seperti diet makanan rendah garam, rendah lemak, dan diet menggunakan jus labu siam (10).

Kepatuhan Ny. S terhadap diet jus labu siam yang direkomendasikan dapat dilihat dari skala 2 (jarang menunjukkan) hari pertama, meningkat ke skala 3 (kadang-kadang menunjukkan) di hari kedua, dan konsisten pada skala 4 (sering menunjukkan) di hari ketiga sampai dengan hari ketujuh pemberian intervensi. Klien rutin setiap harinya mengkonsumsi jus labu siam yang dibuat oleh peneliti, klien mengatakan jus labu siam yang dibuat rasanya segar dan akan mencoba secara mandiri untuk membuat jus labu siam agar dapat menurunkan tekanan darah. Hal tersebut menandakan bahwa klien sudah

paham dan sadar mengenai penyakit hipertensi yang telah dijelaskan sebelumnya dan sekarang klien mau serta mampu untuk mengikuti rekomendasi yang diberikan agar dapat menurunkan tekanan darahnya (Mengikuti diet yang direkomendasikan). Pemberian intervensi merupakan faktor penting dalam perubahan sikap kepatuhan dalam pengobatan penyakit kronik seperti perubahan sikap dalam kepatuhan minum obat, kepatuhan aktivitas sehari-hari dan kepatuhan melaksanakan diet (11). Sehingga dengan meningkatnya kepatuhan klien terhadap diet direkomendasikan memberikan hasil terhadap penurunan tekanan darah klien setiap harinya.

Hasil pengukuran tekanan darah Ny. S dari didapatkan hari pertama sebelum diberikan intervensi yaitu 147/105 mmHg menurun sampai menjadi 136/92 mmHg pada hari ketujuh setelah pemberian intervensi jus labu siam. Hasil ini sejalan dengan penelitian Septiana dan Juwariyah (2021) dimana setelah 7 hari pemberian jus labu siam sebanyak 100 gr, terdapat penurunan tekanan darah dari kedua pasien kelolaannya yaitu tekanan darah dari 160/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg pada Ny. G dan tekanan darah dari 150/100 mmHg menjadi 130/90 mmHg pada Ny. S (12). Pada studi yang dilakukan oleh Hikmah (2020) juga menunjukkan hasil bahwa mengkonsumsi jus labu siam efektif menurunkan tekanan darah sistolik 30 mmHg dan diastolik 10 mmHg (7).

Labu siam mengandung kalium atau potassium yang dapat menjadi obat alami untuk menurunkan tekanan darah tinggi (13). Kalium memiliki sifat diuretik yang kuat sehingga membantu menjaga keseimbangan air, keseimbangan asam basa, tekanan darah, melancarkan pengeluaran air kemih, membantu melarutkan batu pada saluran kemih, kandung kemih, dan ginjal. Banyak obat antihipertensi yang dapat menimbulkan retensi cairan, maka dari itu penggunaan diuretik secara bersamaan dengan anthipertensi sangat dianjurkan. (14). Rutin mengonsumsi jus labu siam salah satu cara paling optimal menurunkan teknan darah pada klien hipertensi. Ini dikarenakan proses penyajian jus labu siam tidak mengalami pengurangan zat atau bahan. Dari penelitian Fauziningtyas (2020) berpendapat, penyajian jus labu siam merupakan proses pengolahan yang tidak mengubah komposisi labu siam. Pengolahan labu siam menjadi jus hanyalah proses perubahan bentuk dari padat menjadi cair. Tidak seperti sajian labu siam yang dikukus dan/atau diperas. Pada kedua jenis penyajian tersebut, terjadi pengurangan zat dan kandungan dalam labu siam. Pengurangan itu berdampak pada optimalisasi kandungan labu siam guna menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (15).

Hasil evaluasi didapatkan bahwa masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan mandiri sudah teratasi pada klien ditandai dengan klien secara konsisten menerapkan diet konsumsi jus labu siam, rutin mengkonsumsi obat, mampu melakukan diet makanan rendah garam dan lemak, adanya penurunan tekanan darah, klien juga mengatakan sudah tidak mengalami sakit kepala lagi dan juga keluhan lainnya hilang.

ETIKA PENELITIAN

Etik yang digunakan dalam penelitian ini meliputi *informed consent* secara lisan dan telah mendapatkan persetujuan dari klien untuk diberikan asuhan keperawatan berupa pemberian jus labu siam. Peneliti melakukan pengkajian, analisis masalah, merumuskan diagnosis, merumuskan perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Peneliti tetap menerapkan aspek etika keperawatan berupa autonomi atau memberikan kebebasan pada klien untuk memilih, beneficience yaitu melakukan tindakan yang bermanfaat untuk klien yang bersifat non maleficience yaitu tindakan yang tidak merugikan klien.

KETERBATASAN

Keterbatasan peneliti yaitu saat pengukuran tekanan darah setelah 2 jam pemberian intervensi masih kurang optimal, karena banyaknya aktivitas yang dilakukan oleh klien di rumah maupun kegiatan di luar rumah membuat klien dalam kondisi lelah yang dapat mempengaruhi hasil pengukuran tekanan darah. Sehingga peneliti memberi waktu istirahat kurang lebih 10 menit kepada klien untuk rileks agar hasil pengukuran tekanan darah dapat cukup akurat.

KONFLIKE KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan dalam penulisan artikel ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulisan artikel ini dapat selesai tepat waktu. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada pembimbing ibu Devi Rahmayanti, Ns., M.Imun selaku pembimbing dalam penulisan karya tulis ilmiah ners ini dari awal hingga akhir, dan terima kasih kepada Ny. S yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, serta terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu saat penelitian sehingga dapat terlaksana dengan baik.

PENUTUP

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu pemberian asuhan keperawatan berupa jus labu siam untuk menurunkan tekanan darah cukup efektif, pada hari pertama tekanan darah klien 147/105 mmHg dan turun secara bertahap menjadi 136/92 mmHg pada hari terakhir setelah diberikan intervensi. Penurunan tekanan darah klien juga dikarenakan adanya perubahan gaya hidup dengan menjalankan diet-diet yang disarankan, dan klien patuh terhadap program pengobatan. Selain itu keluhan sakit kepala dan kesemutan di kedua tangan klien sudah tidak ada lagi.

Penulisan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi untuk pembelajaran di institusi pendidikan dan menjadi acuan bagi kawan-kawan sejawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehat RI. 2018;53(9):1689–99.
2. Hidayat R, Agnesia Y. Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Pulau Jambu Uptd Blud Kecamatan

Kuok Kabupaten Kampar. J Ners. 2021;5(1):8–19.
3. Nurhalimah S, Milwati S, Sulasmini. Pengaruh Labu Siam (Cucurbitaceae) Terhadap Tekanan Darah dan Kolesterol Pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Tlogomas Malang. Vol. 3, Nursing News. 2018.
4. Purwono J, Sari R, Ratnasari A, Budianto A, Dharma Wacana Metro AK, Muhammdiyah U, et al. Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. J Wacana Kesehat [Internet]. 2020 Aug 3 [cited 2022 Oct 17];5(1):531–42. Available from: https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/wacana/article/view/120
5. Anggara AS. Aspek Hukum Pelestarian Lahan Basah pada Situs Ramsar di Indonesia (Studi Terhadap Implementasi Konvensi Ramsar 1971 di Taman Nasional Tanjung Puting). Mimb Huk. 2018;30(2):246.
6. Susila LI. Pengaruh Pemberian Terapi Labu Siam (Sechium Edule) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. 2021.
7. Hikmah, Hastuti H, Mardiana E, Sifaunnisah. The Effect of Chayote Juice (Sechium Edule) to Reduce Blood Pressure in Elderly with Hypertension. Atl Press. 2020;20.
8. Horwitz P, Finlayson CM, Weinstein P. Healthy wetlands, healthy people: a review of wetlands and human health interactions. Ramsar Technical Report No. 6. 2012. 1–114 p.
9. Ikrimah, Handayani E, Suryanto D. Pengaruh Pola Makan dan Riwayat Keluarga Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Cempaka Putih Kota Banjarmasin. UNISKA. 2021;
10. Kandarini Y. Tatalaksana Farmakologi Terapi Hipertensi. In: Trogonum Sudema: Ilmu Penyakit Dalam XXV. Denpasar: FK Universitas Udayana; 2017. p. 13–4.
11. Sari N, Agusthia M, Noer RM. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Kabupaten Lingga. Heal Sains. 2020;217–23.
12. Septiana S, Juwariyah S. Pemberian Jus Labu Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. J Manaj Asuhan Keperawatan. 2021;5(1):32–41.
13. Fauziah NA, Hidajati K, Soejoenoes A. The Effect of Chayote Extract (Sechium edule) On Blood Pressure in Pregnant Women with Hypertension. Indones J Med [Internet]. 2019;4(3):266–77. Available from: http://theijmed.com/index.php?journal=theijmed&page=article&op=view&path%5B%5D=205&path%5B%5D=129
14. Dafriani P. Pendekatan Herbal Dalam Menangani Hipertensi. 1st ed. Arman E, Zainul R, editors. Padang: CV. Berkah Prima; 2019. 98 p.
15. Fauziningtyas R, Ristanto ACA, Makhfudli. Effectiveness of Consumption Sechium Edule on Decreasing Blood Pressure in Elderly with Hypertension in Coastal Area. IOP Conf Ser Earth Environ Sci. 2020.