

## STUDI KASUS

### Pemberian Terapi Jus Labu Siam Untuk Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Wanita Lanjut Usia Di Puskesmas Ngembal Kulon

#### Abstrak

Eny Zunita<sup>1)</sup>, Ernawati<sup>2)</sup>

Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Semarang

Email: [enyzun77@gmail.com](mailto:enyzun77@gmail.com)

#### ABSTRAK

**Latar belakang:** Hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia, karena hipertensi yang sering ditemukan pada pelayanan primer kesehatan. Hal itu merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data Riskesdas 2013. Di samping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia (Infodatin, 2014). Tahun 2016 Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) melihat angka tersebut meningkat jadi 32,4 %.

**Metode penelitian:** studi kasus ini menggunakan metode *driscriptif studi* dengan menggunakan proses pendekatan keperawatan. Responden adalah wanita lansia dengan tekanan darah > 140/90 mmHg. Penyajian data dengan menggunakan content material analysis dengan cara membandingkan teori dengan fakta yang ditemukan pada klien.

**Hasil :** Waktu pengambilan kasus 30 Januari – 1 Februari 2018. Tempat pengambilan penelitian ini di posyandu “Anggrek” lansia wanita dengan tekanan darah tinggi di lingkungan kerja UPT Puskesmas Ngembal Kulon. Cara penelitian dengan memberikan terapi jus labu siam selama 3 hari, dilakukan pengecekan tekanan darah pada awal pemberian hari ke 2 dan hari ke 3, didapatkan hasil bahwa pemberian jus labu siam secara rutin dapat berdampak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia wanita dengan tekanan darah tinggi

**Kesimpulan :** Dari hasil pemberian terapi jus labu siam selama 3 hari kepada wanita lanjut usia dengan tekanan darah, didapatkan hasil bahwa pemberian jus labu siam secara rutin dapat berdampak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia wanita dengan tekanan darah tinggi.

Sehingga dapat dijadikan alternative untuk pengobatan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah.

**Kata Kunci:** Tekanan Darah Tinggi, Wanita Lanjut Usia, Pemberian Terapi Jus Labu Siam

### ABSTRACT

**Background:** Hypertension is still a major challenge in Indonesia, because hypertension is often found in primary health services. This is a high prevalence health problem, which is 25.8%, in accordance with the 2013 Riskesdas data. In addition, controlling hypertension is not adequate even though effective medicines are widely available (Infodatin, 2014). In 2016 the National Health Indicators Survey (Sirkesnas) saw the figure increase to 32.4%.

**Research method:** This case study uses the Driscriptive Study method using the nursing approach process. Respondents were elderly with blood pressure > 140/90 mmHg. Presentation of data by using material analysis content by comparing theories with facts found on clients.

**Result:** Time of taking the case 2 March - 8 March 2018. The place for taking this research was in the area of Tanjungrejo Community Health Center UPT in the elderly with high blood pressure. The method of research by giving therapy for celery boiling water for 7 days, blood pressure checking at the beginning of the 3rd and 7th days, showed that regular water administration of celery stew can reduce blood pressure in the elderly with high blood pressure

**Conclusion:** From the results of the treatment of celery stew water for 7 days to the elderly with blood pressure, it was found that the regular administration of celery stew can have an impact on blood pressure reduction in elderly people with high blood pressure. So that it can be used as an alternative to non-pharmacological treatment to reduce blood pressure.

**Keywords:** High Blood Pressure, Elderly, Giving Celery Stew Water Therapy

### Pendahuluan

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik

lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang.

Hipertensi merupakan *silent killer* dimana gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya (Infodatin, 2014).

Hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia, karena hipertensi yang sering ditemukan pada pelayanan primer kesehatan. Hal itu merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data Riskesdas 2013. Di samping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia (Infodatin, 2014). Tahun 2016 Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) melihat angka tersebut meningkat jadi 32,4 % (Profil Kesehatan Provinsi Jateng, 2015).

Hipertensi menempati peringkat ke 2 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan dirumah sakit di Indonesia. Penderitanya lebih banyak wanita (30%) dan pria (29% ) sekitar 80 % kenaikan kasus hipertensi terjadi terutama dinegara berkembang (Triyanto, 2014).

Hipertensi tidak mempunyai penyebab yang spesifik. Hipertensi terjadi sebagai respon peningkatan *cardiac output* atau peningkatan tekanan perifer. Namun ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi antara lain: genetic,

obesitas, jenis kelamin, stress, kurang olah raga, dan kebiasaan merokok. Hipertensi merupakan faktor resiko utama untuk terjadinya penyakit jantung, gagal jantung kongesif, stroke, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal. Tekanan darah yang tinggi umumnya meningkatkan resiko terjadinya komplikasi tersebut (Nuraini, 2015).

Penyakit darah tinggi pada umumnya kekurangan kalium, potassium, kalsium. Oleh karena itu, mengkonsumsi buah-buahan, sayuran, daun – daunan dan akar – akaran yang mengandung kalium, potassium, kalsium merupakan cara yang paling tepat untuk menurunkan tekanan darah tinggi, salah satunya adalah labu siam (Nisa, 2012).

Menurut Yuninda (2009) dalam penelitiannya tentang pengaruh jus labu siam (*sechium edule*) terhadap tekanan darah. Data yang diukur adalah tekanan darah sistolik dan diastolik (dalam satuan mmHg) pada 30 orang wanita lanjut usia sebelum dan sesudah minum jus labu siam selama 3 hari. Hasil rata-rata tekanan darah sistolik hari pertama, kedua, dan ketiga setelah minum jus labu siam mengalami penurunan sebesar 12,66 mmHg, 9,53 mmHg, dan 7,27 mmHg dibandingkan sebelum minum jus labu siam. Sedangkan

hasil rata – rata tekanan darah diastolik hari pertama, kedua, dan ketiga setelah minum jus labu siam mengalami penurunan sebesar 5,66 mmHg, 3,4 mmHg, dan 2,99 mmHg dibandingkan sebelum minum jus labu siam. Jadi kesimpulan dari penelitian ini adalah jus labu siam menurunkan tekanan darah.

#### METODE STUDI KASUS

Desain yang digunakan dalam penulisan studi kasus ini adalah descriptive study, dimana mahasiswa menggambarkan pengelolaan kasus dalam mengaplikasikan *evidence based nursing practice* dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan untuk menurunkan tekanan darah dengan menggunakan terapi non farmakologis jus labu siam.

Kriteria subyek yang diambil yaitu pasien hipertensi. Penerapan dilakukan pada tanggal 30 Januari 2018 - 1 Februari 2018 dengan memberikan jus labu siam satu kali sehari selama 3 hari berturut-turut.

#### HASIL

Table 1.1

Karakteristik Responden

No	Data	R 1	R 2	R 3	R 4
1	Nama	Ny. M	Ny. K	Ny. T	Ny. R
2	Umur	60 Th	60 Th	68 Th	63 Th
3	Jenis Kelamin	P	P	P	P
4	Alamat	Megaw on rt 03/02	Megaw on rt 03/02	Megaw on rt 03/02	Megaw on rt 03/02
5	Agama	Islam	Islam	Islam	Islam

Tabel 1.2

Perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan pemberian jus labu siam

Nama Responden	Sebelum Dilakukan Asuhan Keperawatan	Setelah Dilakukan Asuhan Keperawatan
Ny. M	160/90 mmHg	130/80 mmHg
Ny. K	150/100 mmHg	130/90 mmHg
Ny. T	150/90 mmHg	130/80 mmHg
Ny. R	150/90 mmHg	130/80 mmHg

#### PEMBAHASAN

Dengan diberikannya jus labu siam selama 3 hari dengan hasil tekanan darah mengalami penurunan secara stabil karena pemberian jus labu siam mengandung Kalium dapat mengurangi sekresi renin yang menyebabkan penurunan angiotensin II sehingga *vasokonstriksi* pembuluh darah berkurang dan menurunnya *aldosteron* sehingga reabsorpsi natrium dan air kedalam darah berkurang. Kalium juga mempunyai efek pompa Na-K yaitu kalium dipompa dari

cairan ekstra selular ke dalam sel, dan natrium dipompa keluar sehingga kalium dapat menurunkan tekanan darah. Pada pemberian obat ke pasien tidak mempengaruhi hasil penurunan tekanan darah karena obat diberikan 2 jam sesudah dan sebelum tindakan.

Penilaian atau evaluasi merupakan langkah evaluasi dari proses keperawatan atau kemajuan klien ke arah pencapaian tujuan (Potter & Perry, 2005). Evaluasi yang didapatkan selama 3 hari dengan melakukan pemberian jus labu siam kepada Ny. M, Ny. K, Ny. T, dan Ny. R didapatkan hasil ada perubahan setelah dilakukan pemberian jus labu siam, dilihat dari adanya penurunan tekanan darah.

Dari keempat kasus tersebut, dapat dilihat adanya penurunan tekanan darah kepada keempat klien, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan penelitian Yuninda (2009) tentang pengaruh jus labu siam (*sechium edule*) terhadap tekanan darah. Data yang diukur adalah tekanan darah sistolik dan diastolik (dalam satuan mmHg) pada 30 orang wanita lanjut usia sebelum dan sesudah minum jus labu siam selama 3 hari. Hasil rata-rata tekanan darah sistolik hari pertama, kedua, dan ketiga setelah minum jus labu siam mengalami

penurunan sebesar 12,66 mmHg, 9,53 mmHg, dan 7,27 mmHg dibandingkan sebelum minum jus labu siam. Sedangkan hasil rata – rata tekanan darah diastolik hari pertama, kedua, dan ketiga setelah minum jus labu siam mengalami penurunan sebesar 5,66 mmHg, 3,4 mmHg, dan 2,99 mmHg dibandingkan sebelum minum jus labu siam. Jadi kesimpulan dari penelitian ini adalah jus labu siam menurunkan tekanan darah.

Dari tindakan keperawatan yang telah diberikan kepada klien dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jus labu siam pada pasien hipertensi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Di buktikan dengan adanya perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi pemberian jus labu siam.

#### KESIMPULAN

Pemberian jus labu siam pada penderita hipertensi dapat menurunkan tekanan darah, yang dapat diartikan juga bahwa pemberian jus labu siam efektif terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ngembal Kulon kecamatan Jati Kota Kudus

#### DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, dkk. (2009). *Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian*



- Hipertensi Pada Pasien yang berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang.* Jurnal Penelitian
- Biarti Nuraini. (2015). *Risk Factors Of Hypertension.* Artikel Review: Jurnal Majority. Vol.4/No.5
- Cahyono. S.B. (2008). *Gaya Hidup Dan Penyakit Modern.* Yogyakarta: Kanisius
- Corwin, E.J. (2008). *Buku Saku Patofisiologi Corwin Edisi Ke 3.* Jakarta: EGC
- Crea, M. (2008). *Hypertension.* Jakarta: EGC
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2006). *Profil kesehatan 2005.* Jakarta: DepKes RI
- Djaelani, E.K.P, Yuli Isnaeni dan Suratini. (2005). *Pengaruh Sari Buah Labu Sial Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi.* Terdapat dalam [http:// digilib.unisayoga.ac.id/](http://digilib.unisayoga.ac.id/) diakses pada tanggal 2 Desember 2017.
- Guyton, A.C., dan Hall, J.E. (2008). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11.* Jakarta: EGC
- Indah Jayani. (2016). *Pemberian Labu Siam Berimplikasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Ibu Hamil Preeklamsi.* Kediri: Jurnal Care. Vol 4/No.2
- Info Datin. (2014). *Pusat Data dan Informasi.* Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kememkes RI. ( 2013). *Prevalensi Hipertensi Penyakit Yang Membahayakan.* Jakarta: Kemenkes RI
- KemenKes RI, Infodatin. (2016). *Situasi Kesehatan Lansia.* Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- KemenKes RI.( 2015). *Profil Kesehatan 2014.* Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Marliani dan Tantan, S, (2007). *Question & Answer Hipertensi.* Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Muhammad Hafiz Bin Moh. Arifin, Wayan Weta dan Ni Luh Ketut Ayu Ratnawati. (2016). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia.* Bandung: Jurnal Medika. Vol.5/No.7
- Nisa, I., (2012). *Ajaibnya Terapi Herbal Tumpas Penyakit Darah Tinggi Lebih*

- aman, Mudah, Murah dan Berkhasiat.*  
Jakarta Timur: Dunia Sehat.
- Price and Wilson. (2005). *Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit Edisi 6 Vol 2.* Jakarta; EGC
- Roehadi. (2008). *Hipertensi. (Online),* (<http://rohaedi/2008/06/hipertensi.html>. Diakses tanggal 5 Mei 2016)
- Sutanto. (2009). *Awas 7 penyakit degenerative.* Yogyakarta: Paradigma Indonesia
- Triyanto, Endang. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu.* Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tul' Aini, Nurjannah, Arneliwati, dan Yulia Irvani Dewi. (2014). *Efektifitas Kombinasi Terapi Kukusan Labu Siam Dan Senam Anti Stroke Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi.* Terdapat dalam [http:// jom.unri.ac.id/](http://jom.unri.ac.id/) diakses pada tanggal 6 desember 2017
- UNDIP Bp. (2008). *Temu ilmiah geriatric semarang..* Semarang: Badan Penerbit UNDIP
- Widjaja dkk. (2013). *Prehypertension and hypertension among young Indonesian adults at a primary health care a rural area.* Jakarta: Universitas Indonesia. Vol. 22/No. 1
- Wolf, Hans Peter. (2008). *Hipertensi.* Jakarta: PT. Buana Ilmu Populer
- Yonata, A., Satria, A. (2016). *Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke.* Majority Vol. 5 No. 3
- Yuninda, E. (2010). *Pengaruh Jus Labu Siam (Sechium Edule) Terhadap Tekanan Darah Wanita Dewasa.* Bandung: Universitas Maranatha