

NASKAH PUBLIKASI

Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Intervensi Pemberian Jus Tomat Di Puskesmas Jati

Windayati¹, Heryanto²

Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Semarang, Jl.Kedungmundu Raya No.18 kedungmundu,
Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah 50273

ABSTRAK

Latar belakang : Berdasarkan tahun 2010 jumlah penderita hipertensi sebanyak 352 lansia. Tahun 2011 sebanyak 446 lansia dan tahun 2012 tercatat penderita hipertensi 598 lansia sedangkan pada bulan Januari-Mei 2013 tercatat penderita hipertensi 482 lansia. Angka kejadian hipertensi ini menunjukkan bahwa penyakit hipertensi menjadi prioritas utama masalah kesehatan yang terjadi. Penyakit hipertensi ini bagi masyarakat sangat penting untuk dicegah dan diobati. Hal ini dikarenakan dapat menjadi pencetus terjadinya stroke yaitu kerusakan pembuluh darah di otak.

Metode penelitian : Pada penelitian ini penulis menggunakan metode descriptive study dengan menggunakan proses pendekatan keperawatan. Subyek dalam studi kasus ini adalah klien dengan hipertensi. Penyajian data dengan menggunakan content material analysis dengan cara membandingkan teori dengan fakta yang ditemukan pada klien.

Gambaran : Waktu pengambilan kasus 12 – 19 Maret 2018. Tempat pengambilan penelitian ini di Puskesmas Jati Kudus. Cara penelitian dengan memberikan jus tomat selama 1 minggu, dilakukan pengecekan tekanan darah pada awal pengkajian dan setelah dilakukan pemberian terapi jus tomat.

Kesimpulan : Dari hasil pengkajian pemberian terapi jus tomat selama 1 minggu kepada klien dengan hipertensi, didapatkan hasil bahwa pemberian terapi jus tomat berdampak terhadap penurunan tekanan darah pada klien dengan hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Lansia, Jus tomat

Abstract

Background: Based on 2010 the number of hypertensive patients was 352 elderly. In 2011, there were 446 elderly people and in 2012 there were 598 elderly people with hypertension while in January-May 2013 there were 482 elderly hypertensive patients. The incidence of hypertension shows that hypertension is the main priority of health problems that occur. This hypertension for the community is very important to be prevented and treated. This is because it can trigger the occurrence of a stroke that is damage to blood vessels in the brain.

Research method: In this study the authors used the descriptive study method by using the nursing approach process. The subjects in this case study were clients with hypertension. Presentation of data by using material analysis content by comparing theories with facts found on clients.

Overview: Time for taking the case 12 - 19 March 2018. The place for this research was taken at the Jati Kudus Community Health Center. Method of research by giving tomato juice for 1 week, blood pressure checks at the beginning of the study and after giving tomato juice therapy.

Conclusion: From the results of the study of tomato juice therapy for 1 week to clients with hypertension, the results obtained that tomato juice therapy has an impact on blood pressure reduction in clients with hypertension.

Keywords: Hypertension, Elderly, Tomato Juice

PENDAHULUAN

Hipertensi di Indonesia rata-rata meliputi 17% - 21% dari keseluruhan populasi orang dewasa artinya, 1 di antara 5 orang dewasa menderita hipertensi. Penderita hipertensi lebih banyak pada perempuan yaitu 37% dari pada laki-laki hanya 28%. Jumlah penduduk Kota Bengkulu tahun 2007 sebanyak 270.080 jiwa yang terdiri dari 133.564 orang laki-laki dan 136.516 orang perempuan. Berdasarkan hasil Riskesdas 2007, dari 136.516 orang perempuan sebanyak 11,3% dari hasil pengukuran indeks massa tubuh (IMT) adalah obesitas dan kurang melakukan aktivitas fisik sebanyak 62,7% serta dalam keadaan tidak stabil atau stress sebanyak 8,6%. Prevalensi penyakit hipertensi di Kota Bengkulu cenderung meningkat, tahun 2005 prevalensi sebesar 1,7% (6.098) meningkat menjadi 2,6% (7.244) pada tahun 2006 dan tahun 2007 sebanyak 2,6% (7.514). Dari Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT 1995) prevalensi hipertensi di Indonesia adalah sekitar 8,3%. Pada survei yang dilakukan di pedesaan Bali tahun 2004 ditemukan prevalensi hipertensi pada pria sebesar 46,2%, sedangkan pada wanita sebesar 53,9%.

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa sampai tahun 2030 penyebab kematian nomor satu adalah hipertensi. Menurut *American Heart*

Association (AHA), penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa (WHO, 2008). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013) prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia termasuk tinggi, yaitu sebesar 25,8%. Hal ini menandakan penyakit hipertensi belum mendapat perhatian lebih. Hal ini terlihat dari hasil pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas ditemukan prevalensi hipertensi sebesar 31,7%, dimana hanya 7,2% penduduk yang sudah mengetahui memiliki hipertensi dan hanya 0,4% kasus yang minum obat hipertensi. Berdasarkan Riskesdas (2013), prevalensi hipertensi berdasarkan wawancara pada usia > 18 tahun menurut provinsi di Indonesia tahun 2013, Jawa Timur berada di urutan ke- 6 (Kemenkes RI, 2013).

Hasil studi pendahuluan di Dinas Kesehatan Kota Kediri pada tanggal 20 Maret 2016 jumlah kunjungan pasien hipertensi selama 1 tahun pada tahun 2015 mencapai 25640 kunjungan. Kunjungan tertinggi di Puskesmas Sukorame sebanyak 5071 kunjungan (19,7%), untuk kunjungan pasien hipertensi di bulan Februari sebanyak 384 kunjungan, dan kunjungan di Pos Pembinaan Terpadu di Kelurahan Mojo Kota Kediri di bawah

binaan Puskesmas Sukorame sebanyak 42 penderita hipertensi.

Universitas Negev Israel tahun 2006 menemukan bahwa mengkonsumsi tomat setiap hari selama delapan minggu dapat menurunkan tekanan darah sistole sebesar 10 mmHg dan tekanan darah diastole sebesar 4 mmHg, apabila disertai dengan diet yang normal. Penelitian ini diikuti 31 responden dengan usia 30-70 tahun. Penderita dengan penyakit penyerta, tidak dimasukkan ke dalam penelitian ini (Anonymous, 2005).

Studi lain menemukan bahwa diet kombinasi buahbuahan, sayuran, dan produk rendah lemak dapat menurunkan tekanan darah sistole rata-rata 5,5 mmHg dan diastole 3 mmHg (Anonymous, 2005). *Double-blind study* mengungkapkan bahwa dari 18 pasien berusia rata-rata 60 tahun dengan diberikan asupan 2,5 gr kalium dapat menurunkan tekanan darah sistolik 12 mmHg dan diastolik 7 mmHg. Di Jawa Timur, prevalensi hipertensi cukup tinggi. Begitu juga di Lawang tahun 1987 sekitar 11% (Pikir, 2003). Makanan sumber kalium mempunyai potensi yang sangat baik untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik (Hull, 1996). Tomat kaya akan kalium (235 mg/100 gr tomat), sedikit natrium, dan lemak. Kerja kalium dalam menurunkan tekanan darah adalah dapat menyebabkan vasodilatasi, sehingga terjadi penurunan retensi perifer

dan meningkatkan curah jantung; kalium berfungsi sebagai diuretika, sehingga pengeluaran natrium dan cairan akan meningkat; kalium menghambat pelepasan renin, sehingga mengubah aktivitas sistem renin angiotensin; kalium dapat mengatur saraf perifer dan sentral yang mempengaruhi tekanan darah (Budiman, 1999). Suplemen kalium dalam tomat dan lycopene, dapat berguna pada terapi hipertensi. Tomat mengandung antioksidan kuat yang menghambat penyerapan oksigen reaktif terhadap endotel yang mengganggu dilatasi pembuluh darah, sehingga menyebabkan hipertensi, ini yang menjadi salah satu patofisiologi mengapa tomat dapat menurunkan tekanan darah. Buah tomat juga memiliki banyak kandungan zat yang berkhasiat yaitu pigmen lycopene (berfungsi sebagai antioksidan yang melumpuhkan radikal bebas, menyeimbangkan kadar kolesterol darah dan tekanan darah, serta melenturkan sel-sel saraf jantung yang kaku akibat endapan kolesterol dan gula darah) dan zat yang lain adalah *Gamma Amino Butyric Acid* (GABA) juga berguna untuk menurunkan tekanan darah (Jacob, 2005).

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 tingkat hipertensi yang dialami pasien dengan hipertensi dengan terapi non farmakologi yaitu jus mkentimun.

Kriteria subyek yang diambil yaitu pasien dengan hipertensi. Penerapan dilakukan pada tanggal 12 Februari 2018 – 18 Februari 2018 dengan memberikan terapi jus mentimun.

HASIL

Tabel 1.1 Karakteristik Responden

DATA	KLIEN 1	KLIEN 2	KLIEN 3
Inisial	Ny. R	Ny. K	Ny. S
Umur	60 th	67 th	61 th
Jenis K	Peremp uan	Perem puan	Perem puan

Table 1.2 perbandingan sebelum dan sesudah dilakukan terapi okupasi menggambar

No.	Inisial pasien	Pre (12 Februari 2018)	Post (18 Februari 2018)
1.	Ny. R	160/90	140/90
2.	Ny. R	160/90	120/90
3.	Ny. R	160/90	130/90

PEMBAHASAN

Pada BAB ini penulis akan membahas mengenai permasalahan tentang pemberian jus tomat terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada lansia dan membandingkan antara teori yang sudah ada dengan kenyataan yang dihadapi pada saat pelaksanaan tindakan pemberian jus tomat pada pasien dengan tekanan darah tinggi yang dimulai pada tanggal 12 Maret 2018 sampai dengan 19 Maret 2018 yang meliputi pengkajian, merumuskan masalah keperawatan, perencanaan untuk memecahkan masalah keperawatan, melakukan tindakan keperawatan dan evaluasi.

Pada pengkajian pasien pertama dilakukan pada tanggal 12 Maret 2018 jam 08.00 WIB di wilayah Puskesmas Jati. Dalam melakukan pengkajian penyusun mengacu pada teori, pada saat melakukan pengkajian keluarga kooperatif dan terbuka, serta menerima kehadiran penyusun, yang dibuktikan dengan kesediaan keluarga dalam menjawab pertanyaan yang diberikan, serta mengikuti petunjuk atau anjuran yang diberikan.

Pada pengkajian didapatkan data subjektif klien mengatakan kepala terasa pusing dan penglihatan kunang – kunang.

Dari hasil pengkajian pasien, penyusun merumuskan diagnosa keperawatan yaitu pusing berhubungan dengan tekanan darah yang lebih dari 140/90 mmHg.

Tahap perencanaan dalam asuhan keperawatan pada pasien dengan tekanan darah tinggi dibuat sesuai dengan rencana tindakan yang telah dibuat dengan memperhatikan kebutuhan pasien dan dibuat sesuai dengan masalah atau diagnosa yang ditegakkan. Penyusun memfokuskan pada manajemen untuk mengontrol tekanan darah tinggi memberikan tindakan nonfarmakologi jus tomat selama 7 hari dengan dua kali evaluasi pada hari ke 3 dan hari ke 7.

Tahap implementasi yang dilakukan penyusun pada tanggal 12 Maret 2018 sampai dengan 19 Maret 2018 yaitu mengkaji tekanan darah dilakukan hari pertama, ke-3, dan ke-7, kemudian memberikan terapi nonfarmakologis jus tomat selama 7 hari, mengkaji skala nyeri dan memberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi di hari ke 2 pada hari ke 1 klien diajarkan bagaimana cara membuat jus tomat dirumah secara mandiri. Secara umum tindakan yang dilakukan berjalan dengan baik, karena dalam perencanaan penyusun melakukan dengan semaksimal mungkin yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi pasien.

Dalam pelaksanaan tindakan, penyusun tidak mengalami kesulitan karena sebelumnya telah menyusun rencana dan didukung oleh keluarga pasien. Pelaksanaan tindakan perawatan yang penyusun lakukan terbagi satu

tindakan keperawatan yaitu memberikan jus tomat.

Pada tahap evaluasi penyusun melakukan evaluasi terhadap tindakan yang telah dilakukan, dari tindakan yang telah dilakukan oleh penyusun didapatkan data sebagai berikut : pasien mengatakan setelah meminum jus tomat pasien merasa pusing yang dirasakan mulai berkurang, dan penglihatanpun sudah tidak berkunang – kunang lagi.

Pada hasil studi kasus Penerapan Pemberian Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Jati pada pasien 1, pasien 2, dan pasien 3 pada asuhan keperawatan hari 1 sampai ke hari ke tiga mengalami penurunan pada tekanan darah, terkecuali pada pasien ke 2 pada pemeriksaan setelah 3 hari pemberian jus tomat pada tekanan sistol mengalami penurunan tapi pada diastolnya tetap sama yaitu 100 mmHg. Hal ini tidak menjadi masalah karena hasil setelah pemberian jus tomat tidak mengalami kenaikan pada hasil. Sehingga jus tomat mempunyai pengaruh terhadap penurunan tekanan darah tinggi.

KESIMPULAN

Pemberian terapi non farmakologi jus tomat berpengaruh terhadap penurunan kadar hipertensi pada lansia. Sehingga terapi pemberian jus tomat ini dapat

menjadi alternative pilihan oleh lansia dalam penanganan hipertensinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anne, A. 2012. *Manfaat jus tomat*. Diperoleh tanggal 5 September 2013 dari <http://www.Anneahira.com>.
- Anonymous. 2014. *Buah tomat manfaat kandungan dan klasifikasi tomat*. Diakses tanggal 23 Agustus 2014 dari <http://www.satwa.net/484/buah>
- Atikah Proverawati, MPH. 2010. *Menopause dan Sindrom Pre Menopause*. Yogyakarta: Muha Medika.
- Azizah, Lilik Ma' rifatul. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia. Edisi I*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Darmojo, dkk. 2010. *Buku Ajar Geriatri*. Jakarta : Balai Penerbit Fakultas
- Depkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan Keentrian Kesehatan RI
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2008. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Lueckanotte, A, G. 2000. *Gerontologi Nursing Second Edition*. Philadelphia : Mosby. Inc
- Lumbantobing, S.M., 2008. *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran.
- Mujahidullah, Khalid. 2012. *Keperawatan Gerontik*. Jogjakarta : Pustaka Pelajar.
- Ningsih Ayu. 2013. *Hipertensi pada lansia*. Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmodjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Palmer & Williams. 2007. *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga.
- Purwati, E dan Khairunisa. 2007. *Budidaya Tomat Dataran Rendah dengan Varietas Unggul serta Tahan Hama dan Penyakit*. Jakarta: Penebar. Swadaya.
- Rahayu Muji Ria. 2017. *Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Menopause dengan Hipertensi di Posyandu Kantil*. Journal of Health Science and Prevention, Vol.1
- Ridwan, M. 2009. *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer Hipertensi*. Jakarta: Pustaka Widyamara.
- Rudianto, Budi F. 2013. *Menaklukkan Hipertensi dan Diabetes*. Yogyakarta: Sakkhasukma.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Utomo, Budi. 2009. *Diet DASH Natrium untuk Penderita Hipertensi*. Diakses Tanggal 1 Mei 2014.
- Wallace, Meredith. 2007. *Essentials of Gerontological Nursing*. New York: Springer Publishing Company.
- WHO. World Health Statistics 2015: World Health Organization: 2015.
- Wolff & Hanns Peter. 2008. *Hipertensi*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer
- Wulandari, Ari., dkk. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta : Andi.

Yogiantoro, Muhammad. 2010. *Hipertensi
Essensial*. Jakarta : Buku Ajar Ilmu
Penyakit Dalam FKUI

