MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 23 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA NY. N DENGAN PENERAPAN TERAPI JUS MENTIMUN TERHADAP RESIKO PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LUBUK BAJA KOTA BATAM

Putri Aldora Roja Islami[1], Dedy Siska[2]
Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
Institut Kesehatan Mitra Bunda
E-mail: Putrialdoracha@gmail.com [1], siskadedy30@gmail.com [2]

ABSTRACT

Hypertension is a cardiovascular condition that is often found in society, especially in the elderly population. Hypertension can cause various complications including heart failure and stroke. High blood pressure cannot be ignored, because it can cause complications. The purpose of this study is to describe Nursing Care for Mrs. N with the Application of Cucumber Juice Therapy to Reduce Blood Pressure in the Elderly on 25 August 2025. The method used in this scientific paper is a case study which is carried out based on nursing care. Blood pressure is measured using a tensiometer. The results of nursing care are the client's condition with the criteria of resolved problem outcomes. Therefore, the Dx of pain and the risk of ineffective peripheral perfusion in Mrs. N were resolved after the intervention. Cucumber Juice Therapy shows Mrs. N before being given cucumber juice of the size of TD: 192/104 mmHg and after being given an Cucumber Juice for 3 days amounted to TD: 130/80 mmHg. Evaluation results Conclusion Cucumber Juice Therapy is effective in reducing blood pressure in elderly people with hypertension.

Keywords: Hypertension in the elderly, nursing care, Cucumber Juice

ABSTRAK

Hipertensi merupakan kondisi kardiovaskular yang sering dijumpai di masyarakat, khususnya pada populasi lanjut usia. Hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk gagal jantung dan stroke. Tekanan darah tinggi tidak boleh diabaikan karena berisiko menimbulkan komplikasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan asuhan keperawatan pada Ny. N melalui penerapan terapi jus mentimun guna menurunkan tekanan darah pada lansia, yang dilaksanakan pada tanggal 25 Agustus 2025. Metode yang digunakan dalam karya tulis ilmiah ini adalah studi kasus yang dilakukan berdasarkan pendekatan asuhan keperawatan. Pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan tensimeter. Hasil asuhan keperawatan menunjukkan kondisi klien dengan kriteria hasil masalah teratasi; dengan demikian, diagnosis nyeri dan risiko perfusi perifer tidak efektif pada Ny. N berhasil teratasi setelah intervensi dilakukan. Terapi jus mentimun menunjukkan perubahan pada Ny. N, di mana tekanan darah awal adalah 192/104 mmHg dan menjadi 130/80 mmHg setelah pemberian jus mentimun selama 3 hari. Kesimpulan hasil evaluasi menunjukkan bahwa terapi jus mentimun efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi pada lansia, asuhan keperawatan, jus mentimun

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855
Vol. 23 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua adalah suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari. Proses penuaan terjadi secara alamiah. Hal ini dapat menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis (Haris, Muh Aris, 2019). Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang akan melewati tiga tahap dalam kehidupannya yaitu masa anak, dewasa dan juga tua (Mujiadi, 2022). Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Mahendro Prasetyo Kusumo, 2020).

Hipertensi adalah suatu kondisi kardiovaskular yang sering ditemui di kalangan masyarakat, terutama pada populasi lansia. Kondisi ini terjadi ketika tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg (Gustianda et al., 2024). Laporan WHO tahun 2022 menyatakan bahwa pada tahun 2021 jumlah kasus hipertensi di dunia adalah 839 juta kasus dan diperkirakan akan semakin meningkat pada tahun 2025 dengan jumlah 1,15 milyar kasus atau sekitar 29% dari total penduduk dunia (World Health Organization, 2025).

Hipertensi pada lansia di beberapa negara di dunia seperti di Amerika menunjukkan 71,6 juta penderita hipertensi. Di bagian Asia tercatat 38,4 juta penderita hipertensi pada tahun 2022 dan diprediksi akan menjadi 67,4 juta orang pada tahun 2025 (Aloanis & Pramono, 2023).

Prevelensi hipertensi di Indonesia meningkat pada kelompok lansia. Jumlah penderita hipertensi di Indonesia pada tahun 2022, berdasarkan umur yaitu pada kelompok umur 45-54 tahun sebesar 35,6%, kelompok umur 55-64 tahun sebesar 45,9%, kelompok umur 65-74 tahun sebesar 57,6%, dan untuk kelompok umur 75 tahun keatas sebesar 63,8% (Kementrian Kesehatan, 2019).

Prevalensi hipertensi di Kepulauan Riau berjumlah 26,3%. Jumlah penderita hipertensi di Kepulauan Riau menurut Kabupaten atau Kota yang paling tinggi yaitu Batam sebanyak 235.689 kasus, Tanjung Pinang sebanyak 56.930 kasus, Natuna sebanyak 18.923 kasus, Karimun sebanyak 16.512 kasus, sedangkan Kepulauan Anambas sebanyak 5.648 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau, 2023).

Data yang di peroleh dari Dinas Kesehatan Kota Batam dengan prevalensi lansia penderita hipetensi menurut Puskesmas di Kota Batam tertingga yaitu Puskesmas Sei Langkai dengan total 17.461 jiwa dan posisi kedua terletak di Puskesmas Lubuk Baja dengan total 16.394 jiwa, di Puskesmas Lubuk Baja total penderita hipertensi sebanyak 12.230 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Batam, 2024)

Penanganan Hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu penanganan non farmakologis seperti pengontrolan berat badan, diet rendah garam, diet rendah lemak, olahraga, berhenti merokok, manajemen stres, teknik relaksasi dan terapi herbal. Sedangkan penanganan dengan obat obatan (farmakologis) meliputi pemberian diuretik, penghambat simpatetik, betabloker, vasodilator dan penghambat enzim konversi angiostensin (Kementrian Kesehatan, 2019)

Sumber daya nabati mempunyai peran penting dan bisa dimanfaatkan untuk mengendalikan tekanan darah, meskipun penggunaan obat antihipertensi telah lama dikenal sebagai metode yang efektif untuk mengelola tekanan darah tinggi. Mengonsumsi sayur dan buah yang mengandung serat, vitamin dan mineral merupakan sumber daya yang bisa digunakan untuk mengontrol tekanan darah (Nailatul Hidayah, 2024).

Banyak tanaman yang di percaya masyarakat dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah, salah satunya adalah mentimun. Buah mentimun sangat baik di konsumsi untuk penderita hipertensi. Suatu makanan dikatakan makanan yang sehat untuk pembuluh darah dan jantung, dimana makanan tersebut mengandung kalium yang merupakan elektrolit intraseluler yang utama, dalam kenyataan, 98% kalium tubuh berada di dalam sel, 2% sisanya berada di luar sel, yang penting adalah 2% ini untuk fungsi neuromuskuler. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skelet maupun otot jantung. Mengkonsumsi mentimun dapat

menurunkan tekanan darah dan sangat baik untuk penderita hipertensi. Mentimun juga mempunyai bersifat diuretik karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah dan dapat meningkatkan buang air kecil (BAK) (Asadha, 2021).

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Intan Tania dkk, (2024) dengan judul "Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik : Hipertensi pada Tn.M dengan Pemberian Jus Mentimun Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarogong" dari hasil Analisa kasus pada pasien hipertensi dengan masalah resiko perfusi perifer tidak efektif untuk menurunkan tekanan darah setelah dilakukan pemberian asuhan keperawatan dengan intervensi pemberian jus mentimun selama 3 hari secara berutut-turut, tekanan darah mengalami perubahan dari 172/100 mmHg pada hari pertama dan 151/90 mmHg pada hari ketiga. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun yaitu terapi non-farmakologis yang efektif dan terbukti dapat menurunkan tekanan darah tinggi secara bertahap. Saran : terapi non-farmakologi pemberian jus mentimun dapat diberikan untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia dengan hipertensi.

Hasil penelitian yang di lakukan oleh Tri Rejeki, dkk 2025, dengan judul "Implementasi Pemberian Jus Mentimun Dalam Mengatasi Resiko Perfusi Serebral Tidak Efektif Pada Hipertensi " Metode pendekatan kualitatif dengan rancangan studi kasus. dengan mengkonsumsi jus mentimun 2 kali dalam sehari (di pagi hari pada jam 10.00 dan sore pada jam 16.00), selama 3 hari. Alat yang digunakan yaitu rancangan pertanyaan untuk mengumpulkan informasi responden, lembar pemeriksaan hipertensi, lembar evaluasi risiko perfusi serebral tidak efektif, lembar pemeriksaan kriteria inklusi, lembar penilaian perfusi serebral, dan lembar prosedur standar operasi. Hasil: Setelah intervensi, terjadi penurunan tekanan darah pada kedua responden (Ny.N: dari 173/96 mmHg menjadi 134/84 mmHg; Ny.M: dari 144/90 mmHg menjadi 129/91 mmHg). Gejala klinis seperti sakit kepala, gelisah, dan kecemasan juga mengalami penurunan. Kesimpulan: Jus mentimun efektif sebagai terapi nonfarmakologis dalam menurunkan risiko perfusi serebral tidak efektif pada hipertensi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Arita Murwani dkk, 2025. dengan judul "Penerapan Jus Mentimun Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Resiko Perfusi Perifer Tidak Efektif" Metode penelitian adalah deskriptif dalam bentuk studi kasus. Peneliti ini melibatkan dua keluarga dengan masalah keperawatan resiko perfusi selebral tidak efektif. Hasil: Hasil evaluasi keperawatan menunjukan bahwa pemberian jus mentimun selama 3 kali pertemuan dengan pemberian 1 kali sehari didapatkan tekanan darah sistolik dan diastolik pasien mengalami penurunan pada Ny. S dari 170/95 mmhg menjadi 140/70 mmhg dan Ny. D dari 150/ 78 mmhg menjadi 130/80 mmhg Kesimpulan: Penerapan jus mentimun dapat mengatasi masalah keperawatan resiko perfusi perifer pada pasien hipertensi.

Hipertensi dapat menyebabkan berbagai macam komplikasi antara lain gagal jantung dan stroke. Tekanan darah yang tinggi tidak dapat diabaikan begitu saja, karena dapat menimbulkan komplikasi. Untuk menghindari kondisi yang buruk munculnya komplikasi maka diperlukan suatu terapi pengobatan. Pengobatan terdiri dari 2 cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan medis, sedangkan non farmakologi yaitu pengobatan tanpa menggunakan bahan kimia. Obat anti hipertensi sudah terbukti efektif untuk mengontrol tekanan darah, namun sumber daya alam nabati juga mampu memberikan peranan penting dan dapat dimanfaatkan untuk mengontrol tekanan darah. Sumber daya yang bisa dimanfaatkan untuk mengontrol tekanan darah yaitu buah buahan dan sayur-sayuran yang kaya vitamin serta mineral (mengandung banyak air) salah satu buah yang dapat dimanfaatkan untuk menekan dan menstabilkan tekanan darah adalah mentimun (Dwi Andrianto, 2024).

Sebagai salah satu alternatif pengobatan non farmakologis, mentimun diharapkan dapat menjadi sebuah terobosan baru dalam mengatasi permasalahan hipertensi. Disamping mengandung zat-zat yang bermanfaat bagi kesehatan, mentimun juga terbilang jauh lebih murah dan ekonomis jika dibandingkan dengan biaya pengobatan farmako logis dan mudah diperoleh di tengah-tengah masyarakat. Mentimun mengandung sejumlah besar kalium, yang

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855
Vol. 23 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

berperan dalam melebarkan pembuluh darah dan akhirnya mengakibatkan penurunan tekanan darah. Kandungan air yang tinggi membuat mentimun memiliki sifat diuretik, membantu menurunkan tekanan darah dan merangsang produksi urine (llis Mahbubah, 2022).

METODE

Penelitian ini merupakan studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang menggunakan fokus pemberian asuhan keperawatan kepada satu orang pasien dengan hipertensi yakni Ny. N umur 68 tahun dengan pendekatan *Evidance Based Practice (EBP)* pemberian jus menstimun. Penelitian ini dilaksanakan di rumah pasien selama rentang waktu 8 September-16 September 2025. Informasi sekunder didapatkan melalui catatan rekam medis yang tersedia di RSUD Embung Fatimah Kota Batam. Pemilihan subjek dilakukan dengan cara mengidentifikasi data pasien kejiwaan dengan gangguan neurotik korban bullying sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan.

Proses pengkajian keperawatan dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2025 - 28 Agustus 2025. Pemberian asuhan keperawatan dilakukan secara menyeluruh terhadap klien sepanjang periode penelitian berlangsung. Pemberian jus menstimun mengikuti Standar Operasional Prosedur (SOP) yang berlaku di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam. Limitasi penelitian ini hanya menggunakan satu subjek tanpa menggunakan kelompok kontrol sebagai pembanding.

HASIL

a. Deskripsi Kasus

Pada tanggal 25 Agustus September 2025 dilakukan pengkajian pasien atas nama Ny. N dengan umur 68 tahun, klien imengatakan sakit kepala terasa berdenyut dan nyeri pada bagian leher dan tengkuk.Ny. N di diagnosa menderita penyakit hipertensi sejak 7 tahun yang lalu. Ny..N mengatakan ada anggota keluarga yang memiliki riwayat hipertensi yaitu orangtua klien.

b. Pengkajian Keperawatan

a) Pengkajian

Pengkajian dilakukan sebelum pemberian jus mentimun untuk mengurangi hipertensi pada pasien. Pasien mengeluh pusing, sakit kepala berdenyut, leher dan tengkuk terasa kaku/berat, serta tidur malam terganggu (hanya 3–4 jam) karena nyeri kepala.

b) Faktor Predisposisi

Pasien pernah mengalami gangguan jiwa sebelumnya, keluarga pasien mengatakan pasien sering berobat dan pernah mengalami penyakit seperti ini. Pasien mengatakan ada pengalaman yang tidak menyenangkan waktu klien di perguruan tinggi yang membuat dia tidak menyelesaikan perguruan tinggi dan tidak bisa mencari pekerjaan.

c) Pemeriksaan Fisik

Keadaan pasien composmentis, GCS 15, Tekanan darah 192/104 mmHg, Nadi 80x/I, Suhu 36,5^{o}C, pernafasan 20x/I, Berat Badan 58 kg dan tinggi badan 150 cm.

d) Pengkajian Sosial

Ny. N memiliki sistem pendukung sosial (*social support system*) yang sangat baik dan sehat dari keluarga dan lingkungan sekitarnya. Namun, tingkat pemahaman atau kesadaran terhadap manajemen kesehatan preventif masih kurang (jarang kontrol jika tidak sakit, sering lupa minum obat), serta membutuhkan edukasi yang melibatkan keluarga untuk memodifikasi gaya hidup sosial-kesehatannya.

e) Mekanisme Koping

Ny. N menunjukkan koping spiritual yang sangat baik. Klien menyatakan sangat bersyukur masih diberi kesehatan dan meyakini bahwa Allah akan memberikan yang terbaik bagi dirinya. Klien juga tetap rajin menjalankan ibadah tepat waktu dan terbangun di sepertiga malam untuk sholat tahajud.

Ny. N memiliki hubungan yang sangat baik dengan anak, cucu, tetangga, dan

saudaranya. Fungsi sosialisasi keluarga klien berada dalam kategori sehat (Skor APGAR Keluarga = 8), yang berarti klien mendapatkan dukungan emosional yang kuat dari lingkungannya untuk menghadapi penyakit. Ny. N dan keluarga bersedia dan kooperatif saat diberikan intervensi inovatif berupa terapi jus mentimun 2 kali sehari selama 3 hari berturut-turut untuk menurunkan tekanan darahnya. Klien mampu mempraktikkan teknik relaksasi napas dalam yang diajarkan oleh perawat untuk membantu mengurangi nyeri kepala dan meningkatkan kenyamanan sebelum tidur. Ny. N mengatakan jarang melakukan kegiatan olahraga dikarenakan takut pusing. Hal ini termasuk koping menghindar (*escape-avoidance*) akibat kecemasan terhadap gejala fisik hipertensinya. Klien mengatakan hanya pergi berobat ke Puskesmas saat merasa sakit saja dan jarang memanfaatkan fasilitas kesehatan untuk kontrol rutin. Ny. N juga sering lupa meminum obat antihipertensi, dan baru mengingatnya jika kepala sudah terasa sangat pusing atau pandangan berputar. Klien masih menunjukkan kondisi cemas dan ketakutan yang belum terselesaikan dengan baik akibat adanya riwayat trauma kecelakaan di masa lalu. Klien mengonsumsi makanan yang sama dengan lansia lainnya tanpa pembatasan ketat, seperti makanan berminyak dan bersantan, yang sebenarnya menjadi faktor pemberat bagi penyakit hipertensinya.

f) Rencana Keperawatan dan Hasil

Intervensi yang diberikan berdasarkan diagnosa keperawatan adalah Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (vasokontriksi pembuluh darah ke otak) yaitu dengan memberikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (mis. TENS, hypnosis, akupresur, terapi music, biofeedback, terapi pijat, aromaterapi, teknik imajinasi terbimbing, kompres hangat/dingin, terapi bermain), mengontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri (mis. Suhu ruangan, pencahayaan, kebisingan), memfasilitas istirahat dan tidur dan mempertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri, Risiko perfusi perifer tidak efektif ditandai dengan hipertensi yaitu dengan menghindari pemasangan infus, atau pengambilan darah di area keterbatasan perfusi, menghindari pengukuran tekanan darah pada ekstremitas dengan keterbatasan perfusi, menghindari penekanan dan pemasangan tourniquet pada area yang cidera,melakukan pencegahan infeksi, melakukan perawatan kaki dan kuku, melakukan hidrasi dan memberikan obat herbal (Jus Mentimun), Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur (nyeri kepala) yaitu dengan cara memodifikasi lingkungan, menjelaskan pentingnya tidur yang cukup.

g) Evaluasi

Evaluasi penerapan intervensi berdasarkan diagnosa keperawatan pada hari pertama Selasa, 26 Agustus 2025 Pukul 09.00 WIB yaitu Klien mengatakan tengkuknya terasa nyeri sampai ke bahu, kepala terasa pusing, dan terasa berat seperti tertekan, Klien mengeluh tidurnya tidak nyenyak dan sering terbangun di malam hari karena nyeri kepala tersebut, Klien mengatakan sering merasa mudah lelah dan mengonsumsi obat penurun tekanan darah, Pengkajian Nyeri: P (nyeri saat beraktivitas), Q (berputar dan ditusuk-tusuk), R (kepala), S (skala 5), T (hilang timbul), klien tampak lemah, konjungtiva anemis dan lama tidur kurang dari 5 jam, Tanda-tanda vital sesudah terapi jus mentimun yaitu Tekanan Darah 180/98 mmHg, Nadi 100x/i,Suhu 36,5^{o}C, Pernafasan 21x/I, Nyeri Akut (sedang diatasi), Masalah risiko perfusi perifer tidak efektif (sedang diatasi), Gangguan Pola Tidur (belum teratasi) dan intervensi dilanjutkan (perawatan sirkulasi, manajemen nyeri dan manajemen lingkungan untuk tidur).

Evaluasi hari kedua pada Rabu, 27 Agustus 2025 Pukul 09.00 WIB, Klien mengatakan pusing, sakit kepala, dan nyeri pada tengkuk sampai bahu sudah mulai berkurang, Klien merasa mudah lelahnya berkurang, Klien mengatakan meminum obat penurun tekanan darah secara rutin berbarengan dengan konsumsi jus mentimun, Klien mengatakan tidurnya masih kurang nyenyak, Pengkajian Nyeri: S (skala nyeri menurun menjadi 3),

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855
Vol. 23 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

Klien tampak lesu dan lemahnya berkurang, Konjungtiva anemis, Pola tidur meningkat dari yang awalnya 3–4 jam menjadi 4–5 jam, Tanda-Tanda Vital sesudah terapi: TD: 168/90 mmHg, Nadi: 94 x/menit, Suhu: 36,8°C, RR: 21 x/menit, Nyeri akut (teratasi sebagian), Risiko perfusi perifer tidak efektif (teratasi sebagian), Gangguan pola tidur (belum teratasi), Intervensi dilanjutkan (identifikasi penyebab gangguan tidur, manajemen lingkungan, dan perawatan sirkulasi).

Evaluasi hari ketiga pada Kamis, 28 Agustus 2025 Pukul 09.00 WIB, Klien mengatakan nyeri kepalanya sudah berkurang banyak dan sudah tidak pusing lagi, Klien mengatakan tidak ada lagi keluhan sulit tidur pada malam hari sebelumnya, Klien mengatakan mengonsumsi obat tekanan darah dan jus mentimun, Pengkajian Nyeri: S (skala nyeri menurun menjadi 1), Klien tampak tenang dan segar, Pola tidur membaik dan meningkat menjadi 5–6 jam dengan kualitas tidur cukup nyenyak, Tanda-Tanda Vital sesudah terapi: TD: 130/80 mmHg, Nadi: 95 x/menit, Suhu: 36,5°C, RR: 21 x/menit.Nyeri akut (teratasi), Masalah risiko perfusi perifer tidak efektif (teratasi), Gangguan pola tidur (teratasi), Intervensi nyeri akut dan gangguan pola tidur dihentikan, Intervensi risiko perfusi perifer dilanjutkan secara mandiri melalui terapi jus mentimun oleh klien di rumah. Terapi jus mentimun yang diberikan 2 kali sehari selama 3 hari berturut-turut terbukti sangat efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah Ny. N secara bertahap, yaitu dari kondisi awal 192/104 mmHg pada hari pengkajian (25 Agustus 2025) menjadi 130/80 mmHg pada hari ketiga evaluasi (28 Agustus 2025). Seiring dengan penurunan tekanan darah tersebut, keluhan nyeri kepala, rasa lelah, serta gangguan tidur yang dialami klien berhasil teratasi dengan baik.

PEMBAHASAN

a. Analisa Pengkajian

Pengkajian adalah tahap awal dari proses keperawatan dan merupakan proses yang sistematis dalam pengumpulan data dari berbagai sumber data untuk mengevaluasi dan mengidentifikasi status kesehatan klien. Pengumpulan data dapat dilakukan dengan menggunakan tiga metode, yaitu wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik (Bolat & Teke, 2020).

Pengkajian dilakukan pada tanggal 25 Agustus 2025 di rumah. Klien mengatakan pusing, klien mengatakan sakit kepala terasa berdenyut dan nyeri pada bagian leher dan tengkuk dengan TD : 192/104 mmHg, Nadi : 80x/i ,RR : 20 x/I, Suhu : 36,8oc, klien mengatakan jika tekanan darahnya meningkat kepala terasa berat seperti tertekan. Klien juga mengeluh tidurnya terganggu dan sering terbangun pada malam hari apabila nyeri kepala timbul.

Data Objektif yang di daptkan Klien tampak meringis kesakitan, P (provocate) : Adanya tekanan darah tinggi, Q (quality) : berputar dan di tusuk-tusuk, R (region) : kepala bagian belakang, leher dan tengkuk, S (scale) : skala nyeri 5, T (time) : nyeri hilang timbul, TD : 192/104 mmHg, Nadi : 80x/i , RR : 20 x/I, Suhu : 36,8°C, Klien tampak sering memegangi kepalanya, klien tampak lemah, Konjungtiva pucat, mata tampak sayup dan tampak hitam pada area bawah mata, Klien lesu, klien tampak bingung dan bagaimana cara mendapatkan informasi tentang penyakitnya, klien tampak ingin sekali mengetahui cara penanganan dari penyakit yang dialaminya, klien sangat ingin ada alternatif lain untuk tentang penyakitnya.

Dari semua keluhan yang timbul pada klien diatas sejalan dengan (Righo, 2014) hipertensi menyebabkan sakit kepala, kelelahan, mual dan muntah, sesak nafas, gelisah, keringat berlebihan, tremor otot, nyeri dada, epistaksis, tinnitus, serta kesulitan tidur, karena ada pembengkakan otak yang di sebut Ensefalopati Hipertensi. Pada umumnya tekanan darah tinggi juga tidak ditandai dengan gejala yang jelas. Karna gejala itulah terkadang penderita tidak menyadari bahwa penderita terkena tekanan darah tinggi atau hipertensi. Yang di maksudkan yaitu sakit kepal, perdarahan dari hidung, kemerahan pada wajah dan kelelahan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa (2020) mengenai "Menentukan Diagnosa dan Asuhan Keperawatan pada pasien Hipertensi" berdasarkan penelitian ini didapatkan hasil pengkajian keluhan yang sering dirasakan pada penderita hipertensi adalah nyeri dibagian tengkuk, nyeri kepala, kelelahan, mengalami gangguan pola tidur, sakit kepala, dan pengelihatan kabur.

Berdasarkan Uraian diatas dapat di simpulkan bahwa terdapat kesamaan antara hasil pengkajian yang dilakukan, teori serta penelitian yang dilakukan sebelumnya.

b. Analisa Diagnosa Keperawatan

Diagnosis keperawatan merupakan suatu penilaian klinis mengenai respons klien terhadap masalah kesehatan atau proses kehidupan yang dialaminya baik yang berlangsung aktual maupun potensial. Diagnosis keperawatan bertujuan untuk mengidentifikasi respons klien individu, keluarga dan komunitas terhadap situasi yang berkaitan dengan kesehatan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016)

Berdasarkan analisa data dapat ditegakkan diagnosa keperawatan berdasarkan teori SDKI PPNI (2017), peneliti mengangkat diagnosa Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (mis, infalamasi, iskemia, meoplasma) hal ini di karenakan klien mengalami penyakit darah tinggi sejak 7 tahun yang lalu dan ada keturunan, jika tekanan darah naik kepala pusing dan sakit dengan skala nyeri 5. Risiko perfusi perifer tidak efektif b.d kurang terpapar informasi tentang faktor pemberat (mis,merokok, gaya hidup kurang gerak, obesitas, imobilitas) di karenakan faktor – faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi, Gangguan Pola tidur b.d kurang control tidur.

Risiko perfusi perifer tidak efektif b.d kurang terpapar informasi tentang faktor pemberat (mis,merokok, gaya hidup kurang gerak, obesitas, imobilitas) hal ini di karenakan kurangnya terpapar informasi tentang faktor pemberat.

Hal ini juga sesuai dengan apa yang di kemukakan oleh (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016) bahwa lansia dengan hipertensi memiliki berbagai masalah keperawatan yaitu; nyeri akut, perfusi perifer tidak efektif, hipervolemia, intoleransi aktivitas, deficit pengetahuan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa (2020) mengenai "Menentukan Diagnosa dan Asuhan Keperawatan pada pasien Hipertensi" maka diperoleh diagnosa Gangguan rasa nyaman: nyeri (sakit kepala) berhubungan dengan peningkatan tekanan vaskuler serebral, Intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan umum, ketidakseimbangan antara suplaidan kebutuhan O2, Kurangnya pengetahuan berhubungan dengan kurangnya informasi tentang proses penyakit dan perawatan diri.

Dari pendapat diatas dapat di simpulkan bahwa dari 2 diagnosa yang muncul terdapat kesamaan antara hasil pengkajian yang dilakukan , teori serta penelitian yang dilakukan sebelumnya.

c. Analisa intervensi Keperawatan

Pada intervensi keperawatan peneliti membuat perencanaan Intervensi keperawatan yang dilakukan berdasarkan diagnosa keperawatan (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018). Intervensi keperawatan adalah Taknik segala treatment yang di kerjakan oleh perawatnya didasarkan dipengetahuan dan dipenilainan klinisnya untuk dicapailuarannya (outcome) yang diharapkan. Sedangkan ditindakan keperawatannya adalah diperilaku atau diaktivitas spesifiknya yang di kerjakan oleh tenaga medis untuk diimplementasikan intervensinya dikeperawatan. Tindakan ini terdiri atas diobservasi, diterapeutik, diedukasi dan berkolaborasi (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Intervensi keperawatan pada diagnose tersebut mengacu pada SIKI (PPNI, 2018). Setelah di lakukan tindakan keperawatan di harapkan klien mampu: pada diagnosa Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, Identifikasi lokasi, karakteristik , durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, Identifikasi skala nyeri, Identifikasi respon nyeri,

Monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan, Berikan terapi teknik nonfarmakalogis untuk mengurangi rasa nyeri (Sumber daya yang bisa dimanfaatkan untuk mengontrol tekanan darah yaitu buah buahan dan sayur-sayuran yang kaya vitamin serta mineral (mengandung banyak air) salah satu buah yang dapat dimanfaatkan untuk menekan dan menstabilkan tekanan darah adalah mentimun.

Diagnosa Risiko perfusi perifer tidak efektif b.d kurang terpapar informasi tentang faktor pemberat (gaya hidup kurang gerak, imobilitas). Pendidikan kesehatan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan tentang kualitas hidup penderita hipertensi. Hal tersebut terjadi karena dengan dilakukan pendidikan maka pengetahuan para pasien tentang kualitas hidup penderita hipertensi meningkat. Karena pendidikan sangat erat kaitanya dengan bertambahnya pengetahuan para pasien sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan para pasien khususnya tentang kualitas hidup penderita hipertensi (Marthilda & Baiq Ruli, 2021).

Intervensi yang dapat dilakukan pada klien hipertensi yaitu dengan pengontrolan farmakologis dan non farmakologis. Pengontrolan farmakologis yaitu dengan cara pemberian obat anti hipertensi, sedangkan untuk pengontrolan non farmakologis yaitu bisa dilakukan dengan cara berhenti merokok, menguranggi konsumsi alkohol yang berlebihan, menurunkan asupan garam dan lemak, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, menurunkan berat badan yang berlebihan dan melakukan latihan fisik (Saputra, 2023).

Pengobatan alternatif terapi nonfarmakologis yang sangat efektif untuk menurunkan dan membantu mengobati hipertensi salah satunya yaitu buah buahan dan sayur-sayuran yang kaya vitamin serta mineral (mengandung banyak air) salah satu buah yang dapat dimanfaatkan untuk menekan dan menstabilkan tekanan darah adalah mentimun (Etri, 2017).

Intervensi yang di lakukan kepada Ny. N yaitu dengan mendemonstrasikan cara meminum jus mentimun sesuai anjuran dimana intervensi ini bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, Prinsip kerja dari terapi ini adalah dengan menggunakan jus mentimun selama 3 hari sebanyak 2x sehari . Tujuan dari terapi ini adalah untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi edema, mengurangi radikal bebas di dalam tubuh, mengurangi resiko kerusakan sel, meningkatkan permeabilitas kapiler sehingga saat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada kasus hipertensi.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Samuel, dkk, (2023) dengan judul "Efektifitas Jus Mentimun Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dikelurahan Naioni Kota Kupang" Hasil studi kasus menunjukkan sebelum diberikan jus Mentimun tekanan darah pasien yaitu 160/90 mmHg, setelah diberikan jus Mentimun158/90mmHg dan pada hari kedua sebelum diberikan jus TD :TD : 161/95mmHg dan setelah diberikan jus mentimun TD : 157/87 mmHg, pada hari ketiga perawatan terjadi penurunan yang cukup signifikan yaitu TD :150/80 mmHg.

Dari urain diatas dapat di simpulkan bahwa tidak ada kesenjangan antara Intervensi yang dilakukan , teori serta penelitian yang dilakukan sebelumnya.

d. Analisa Implementasi

Implementasi keperawatan adalah pengelolaan dan perwujudan dan rencana keperawatan yang telah disusun pada tahap perencanaan. OIeh karena 146 itu, jika intenvensi keperawatan yang telah dibuat dalam perencanaan dilaksanakan atau diaplikasikan pada pasien, maka tindakan tersebut disebut implementasi keperawatan (Setiadi, 2019) Tahap implementasi di mulai setelah rencana tindakan di susun dan di tujukan pada rencana strategi untuk membantu mencapai tujuan yang di harapkan. Oleh sebab itu, rencana tindakan yang spesifik di laksanakan untuk memodifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi masalah kesehatan. Tujuan dari implementasi adalah membantu dalam mencapai tujuan yang telah di tetapkan, yang mencakup peningkatan kesehatan,

pencegahan penyakit, pemulihan kesehatan dan memfasilitasi koping (Vonny Polopadang & Nur Hidayah, 2019).

Implementasi yang di lakukan pada diagnosa Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Sesuai dengan rencana keperawatan yang di perlukan menilai skala nyeri secara komprehensif meliputi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, intensitas atau beratnya nyeri, memposisikan klien yang nyaman, mengukur tekanan darah, menjelaskan teknik manajemen nyeri, mengontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri, fasilitasi istirahat tidur. Implementasi yang dilakukan pada diagnosa Resiko perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan kurang terpapar informasi tentang faktor pemberat (mis,merokok, gaya hidup kurang gerak, obesitas, imobilitas). Mengidentifikasi faktor resiko gangguan sirkulasi, Memberikan terapi non farmakologi (jusmentimun), menganjurkan berolahraga rutin.

Implementasi yang diberikan kepada Ny. N yaitu jus mentimun. Instrumen yang digunakan berupa blender, 200gr mentimun, air 250 cc, dan gelas. Blender 200 gr mentimun dengan 250 cc air. Minum jus mentimun ini sebanyak 2x sehari (pada pagi pukul 10.00 WIB dan sore pukul 16.00). dari implementasi yang diberikan kepada Ny. N di dapatkan hasil setelah melakukan pembetian jus mentimun (2x/hari) didapatkan tekanan darah Ny. N menurun, dengan skala nyeri 2 (1-10) TD : 130/80 mmHg N : 95x /mnt S : 36,5 ^{o}C, R: 20x/mnt. Setelah dilakukan terapi nonfarmakologi jus mentimun, klien mengatakan nyeri di tengkuknya berkurang skala nyeri menurun serta tekanan darah klien menurun. Pada hari pertama pemberian jus mentimun tekanan darah klien berada di 180/98 mmHg dan setelah 3 hari peberian jus mentimun ini tekanan darah klien berada di 130/80 mmHg.

Hasil penelitian yang di lakukan oleh Intan Thania Maharani, dkk 2024, dengan judul "Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik : Hipertensi Pada Tn.M Dengan Pemberian Jus Mentimun Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarogong " Hasil: Dari hasil Analisa kasus pada pasien hipertensi dengan masalah resiko perfusi perifer tidak efektif untuk menurunkan tekanan darah setelah dilakukan pemberian asuhan keperawatan dengan intervensi pemberian jus mentimun selama 3 hari secara berutut-turut, tekanan darah mengalami perubahan dari 172/100 mmHg pada hari pertama dan 151/90 mmHg pada hari ketiga. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun yaitu terapi non-farmakologis yang efektif dan terbukti dapat menurunkan tekanan darah tinggi secara bertahap. Saran : terapi non-farmakologi pemberian jus mentimun dapat diberikan untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia dengan hipertensi.

Bersdasarkan uraian diatas bahwa implementasi yang telah di lakukan peneliti tidak ada perbedaan implementasi baik secara teori ataupun penelitian yang dilakukan sebelumnya.

e. Analisa Evaluasi

Tahap penilaian atau evaluasi adalah perbandingan yang sistematis dan terencana tentang kesehatan klien dengan tujuan yang telah ditetapkan, dilakukan dengan cara bersinambungan dengan melibatkan klien, keluarga, dan tenaga kesehatan lainnya. Tujuan evaluasi adalah untuk melihat kemampuan klien dalam mencapai tujuan yang disesuaikan dengan kriteria hasil pada tahap perencanaan (Harahap, 2019).

Setelah dilakukan tindakan keperawatan, klien mengatakan nyeri kepala berkurang dengan skala nyeri menurun dengan skala nyeri 2 (1-10) TD : 130/80 mmHg N : 95x /mnt S : 36,5 ^{o}C, R: 20x/mnt. Setelah dilakukan terapi nonfarmakologi jus mentimun, klien mengatakan nyeri di tengkuknya berkurang skala nyeri menurun serta tekanan darah klien menurun. Pada hari pertama pemberian jus mentimun tekanan darah klien berada di 180/98 mmHg dan setelah 3 hari peberian jus mentimun ini tekanan darah klien berada di 130/80 mmHg. Dari data tersebut dapat dikatakan bahwa ada pengaruh

pemberian jus mentimun dalam penurunan tekanan darah pada lansia. Dapat disimpulkan bahwa pemberian jus mentimun ini mempunyai efektifitas dalam menurunkan tekanan darah secara tidaksignifikan dan bertahap, maka dari itu pengkonsumsian jus mentimun ini perlu dilakukan secara rutin. Tetapi perlu diingat pemberian jus mentimun ini tidaklah cukup untuk mengontrol tekanan darah perlu juga didampingi oleh obat penurun tekanan darah dalam mengontrol tekanan darah pada lansia dan control rutin ke fasilitas Kesehatan terdekat.

Hasil penelitian yang di lakukan oleh Intan Thania Maharani, dkk 2024, dengan judul "Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik : Hipertensi Pada Tn.M Dengan Pemberian Jus Mentimun Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarogong " Hasil: Dari hasil Analisa kasus pada pasien hipertensi dengan masalah resiko perfusi perifer tidak efektif untuk menurunkan tekanan darah setelah dilakukan pemberian asuhan keperawatan dengan intervensi pemberian jus mentimun selama 3 hari secara berutut-turut, tekanan darah mengalami perubahan dari 172/100 mmHg pada hari pertama dan 151/90 mmHg pada hari ketiga. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun yaitu terapi non-farmakologis yang efektif dan terbukti dapat menurunkan tekanan darah tinggi secara bertahap

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Faradhila, dkk, 2022 dengan judul "Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Menggunakan Terapi Pijat Refleksi" hasil studi kasus menujukan Terapi pijat refleksi efektif menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia hipertensi dengan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 14 mmHg (turun 19%) dan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik sebesar 7,2 mmHg (turun 15%) setelah diberikan terapi pijat refleksi selama 3 hari.

Dari hasil uraian di atas peneliti berasusmsi bahwa terdapat kesamaan antara evaluasi secara teori ataupun penelitian seblumnya.

f. Analisa Jus Mentimun

Pada saat dilakukan pengkajian diketahui bahwa klien menderita hipertensi sejak 7 tahun yang lalu dan diagnosa utama yang muncul yaitu nyeri akut ditandai dengan klien mengeluh sakit kepala karena tekanan darah klien yang tinggi, penulis memberikan intervensi untuk mengatasi masalah tersebut dengan memberikan jus mentimun dan intervensi tersebut sudah berbasis bukti atau sesuai dengan evidence based practice.

Salah satu terapi non farmakologis bagi penderita hipertensi adalah jus mentimun merupakan salah satu terapi nonfarmakologi dengan metode pengobatan menggunakan Jus, dimana terjadi pengikatan natrium oleh kalium yang dimiliki oleh mentimun ke dalam intra selular dan bekerja dengan membuka pembuluh darah (vasodilatasi) yang dapat menurunkan tekanan darah. Kandungan kalium dalam setiap 100 gram mengandung kalium sebesar 147mg. kalium merupakan elektrolit intra seluler yang utama, dalam kenyataannya 98% kalium tubuh dalam sel, 2% ini untuk fungsi neuromuskuler. Kalium mempengaruhi aktifitas baik otot skeletal maupun otot jantung (Nurjaya, 2025).

Hasil penelitian yang di lakukan oleh Dwi Andrianto, dkk 2024, dengan judul "Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hipertensi Dengan Pemberian Intervensi Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Panti Werdha Marfati Tahun 2024 " studi kasus yang didapatkan bahwa setelah klien melakukan penerapan pemberian jus mentimun selama 3 hari terjadi penurunan tekanan darah. Kesimpulan : terdapat pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan hipertensi.

Secara ilmiah Buah mentimun mempunyai sifat hipotensif (menurunkan tekanan darah), karena kandungan air dan kalium dalam mentimun akan menarik natrium kedalam intraseluler dan bekerja dengan membuka pembulu darah (vasodilatasi) yang dapat menurunkan tekanan darah (Beevers, 2007). Kalium merupakan elektrolit

intraseluler yang utama, dalam kenyataannya 98% kalium tubuh berada dalam sel, 2% ini untuk fungsi neuromuskuler. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skeletal maupun otot jantung (Christine, 2021)

KESIMPULAN

Setelah dilaksanakan asuhan keperawatan secara menyeluruh dengan menggunakan terapi non farmakologi jus mentimun maka penulis dapat menyimpulkan:

a. Berdasarkan hasil pengkajian yang telah di lakukan pada Ny. N dengan Hipertensi ditemukan data yang menunjukkan klien tampak meringis kesakitan, P (provocate) : Adanya tekanan darah tinggi, Q (quality) : berputar dan di tusuk-tusuk, R (region) : kepala bagian belakang, leher dan tengkuk, S (scale) : skala nyeri 5, T (time) : nyeri hilang timbul, TD : 192/104 mmHg, Nadi : 80x/i , RR : 20 x/I, Suhu : 36,8°C, Klien lesu, klien tampak bingung dan bagaimana cara mendapatkan informasi tentang penyakitnya, klien tampak ingin sekali mengetahui cara penanganan dari penyakit yang dialaminya, klien sangat ingin ada alternatif lain untuk tentang penyakitnya.
b. Diagnosa keperawatan yang ditemukan pada klien Hipertensi yaitu Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (mis, infalamasi, iskemia, meoplasma) dan Risiko perfusi perifer tidak efektif b.d kurang terpapar informasi tentang faktor pemberat (mis,merokok, gaya hidup kurang gerak, obesitas, imobilitas), Gangguan Pola tidur b.d kurang control tidur.
c. Intervensi yang diberikan pada Ny. N yaitu dengan mendemonstrasikan cara meminum jus mentimun sesuai anjuran dimana intervensi ini bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, Prinsip kerja dari terapi ini adalah dengan menggunakan jus mentimun selama 3 hari sebanyak 2x sehari.
d. Implementasi pada klien di lakukan selama 3 hari. implementasi yang diberikan kepada Ny. N di dapatkan hasil setelah melakukan pembetian jus mentimun (2x/hari) didapatkan tekanan darah Ny. N menurun, dengan skala nyeri 2 (1-10) TD : 130/80 mmHg N : 95x /mnt S : 36,5 oC, R: 20x/mnt. Setelah dilakukan terapi nonfarmakologi jus mentimun, klien mengatakan nyeri di tengkuknya berkurang skala nyeri menurun serta tekanan darah klien menurun.
e. Evaluasi yang di dapatkan setelah melakukan implementasi selama 3 hari: Setelah dilakukan tindakan keperawatan, klien mengatakan nyeri kepala berkurang dengan skala nyeri menurun dengan skala nyeri 2 (1-10) TD : 130/80 mmHg N : 95x /mnt S : 36,5 oC, R: 20x/mnt. Setelah dilakukan terapi nonfarmakologi jus mentimun, klien mengatakan nyeri di tengkuknya berkurang skala nyeri menurun serta tekanan darah klien menurun. Pada hari pertama pemberian jus mentimun tekanan darah klien berada di 180/98 mmHg dan setelah 3 hari peberian jus mentimun ini tekanan darah klien berada di 130/80 mmHg.

DAFTAR PUSTAKA

Adiatman. (2020). *Efektifitas Edukasi dalam Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi Adiatman*. *11*(1), 228–232. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sf11302

Agnes Batmomolin, et al. (2025). *Problematika Lansia*. Pt Media Pustaka Indo.

Akfini Husnul Khotimah, et al. (2023). *Pengaruh Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Model Orem Terhadap Self-Care Pada Pasien Hipertensi Dan Diabetes*. *2*(7), 2758–2767. ejournal.nusantaraglobal.ac.id/index.php/sentri

Aloanis & Pramono. (2023). *Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Sendangmulyo Kecamatan Tembalang*. *10*(2). http://stikeswh.ac.id:8082/journal/index.php/jners

Arif Munandar. (2020). *Ilmu Keperawatan dasar* (Arif Munandar (ed.); pp. vi–281). Media Sains Indonesia. www.medsan.co.id

Asadha. (2021). *Efektivitas Jus Mentimun (Cucumis Sativus L) Dalam Menurunkan Tekanan*

Darah Pada Penderita Hipertensi. *03*(01), 1594–1600. http://jurnalmedikahutama.com

Bolat & Teke. (2020). *Spilled gallstones found incidentally in a direct inguinal hernia sac: Report of a case*. *66*, 218–220. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijscr.2019.12.018

Christine, et al. (2021). *Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Pstw Sinta Rangkang*. *6*(1), 53–58.

Dewi, et al. (2017). *Hubungan Antara Pengetahuan dan Gaya Hidup dengan Hipertensi di Puskesmas Depok 2 Condong Catur Depok Sleman*. 100–106. http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM

Dinarti & Muryanti. (2017). *Dokumentasi Keperawatan : Bahan Ajar Keperawatan*. Kementerian Kesehatan RI.

Dinas Kesehatan Kota Batam. (2024). *Profil Kesehatan Kota Batam Tahun 2024*.

Dwi Andrianto, et al. (2024). *Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hipertensi Dengan Pemberian Intervensi Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Panti Werdha Marfati Tahun 2024*. *5*(2), 25–31. https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa

llis Mahbubah, et al. (2022). *Pengaruh Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. *4*(3), 747–756. http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP%0A

Kementrian Kesehatan. (2019). *Indonesia Masuki Periode Aging Population*. Generasi Sehat, Masa Depan Hebat. https://kemkes.go.id/id/indonesia-masuki-periode-aging-population

Lauralee Sherwood. (2014). *Human Physiology: From Cells to Systems* (8th editio). Brooks/Cole, Cengage Learning.

Mahendro Prasetyo Kusumo. (2020). *Buku Lansia*. Lembaga Penelitian, Publikasi dan Pengabdian Masyaralat (LP3M) UMY.

Nurjaya, et al. (2025). *Efektivitas Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Lingkungan Klinik Duha Medika Center Lampung*. *3*(2), 93–106. https://doi.org/https://doi.org/10.59680/medika.v3i2.1816

Rahmawati, et al. (2025). *Penerapan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomarannu*. *3*(8), 357–363.

Ressa Andriyani Utami, et al. (2023). *Asuhan Keperawatan Keluarga* (Matias Julyus Fika Sirait (ed.)). Yayasan Kita Menulis.

Saputra, et al. (2023). *Diagnosis dan Terapi Non-farmakologis Hipertensi*. *50*(6), 322–330.

Sitanggang. (2019). Tujuan Evaluasi Dalam Keperawatan. *Journal ProsesDokumentasi Asuhan Keperawatan*, *1*(5), 1–23. https://doi.org/10.31227/osf.io/pfx9n

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik* (1st ed.). https://doi.org/610.735 98

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan* (1 cetakan). Tim Pokja SIKI DPP PPNI.

Vonny Polopadang & Nur Hidayah. (2019). *Proses Keperawatan Pendekatan Teori dan Praktek*. Yayasan Pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas.

World Health Organization. (2025). *Hypertension*. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension