

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI KRONIS PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN PEMBERIAN JUS MENTIMUN DI RAAL GRIYA ASIH LAWANG**

KARYA ILMIAH AKHIR



**DISUSUN OLEH :
APRIANA AMA
2023611013**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI
MALANG
2024**

RINGKASAN

Setiap tahun, Indonesia mengalami peningkatan prevalensi hipertensi. Penyakit vaskular atau kelainan kontraktilitas pembuluh darah merupakan sumber nyeri kronis pada penderita hipertensi. Ada beberapa cara untuk menghindari hipertensi, dan jus mentimun hanyalah salah satunya. Rasa tidak nyaman yang kronis sering terjadi pada penderita hipertensi, dan hal ini biasanya menimbulkan kekhawatiran besar. Untuk menjelaskan penggunaan jus mentimun sebagai metode pengobatan kanker kronis bagi pasien hipertensi, RAAL Griya Asih Lawang melakukan studi kasus. Dalam penelitian ini, tiga orang penderita hipertensi dari Griya Asih Lawang dipekerjakan sebagai pelanggan. Studi kasus ini menggunakan desain deskriptif kualitatif yang meliputi observasi langsung, wawancara, pengamatan, dan pengumpulan data melalui pemeriksaan pasien hipertensi. Salah satu masalah toksisitas yang terdeteksi adalah nyeri kronis, yang mana minum jus mentimun dan mengobati kondisi tersebut merupakan terapi yang disarankan. Sebelum menerima intervensi terapi, pasien ketiga melaporkan mengalami sakit kepala, pusing, dan tekanan darah tinggi, menurut penelitian tersebut. Namun demikian, setelah intervensi, tekanan darah pasien kembali normal, pusingnya berkurang, dan mereka tidak lagi merasa tidak nyaman. Hasilnya, penderita hipertensi yang berjuang melawan penyakit kronis dan tekanan darah tinggi dapat memperoleh manfaat dari terapi jus mentimun. Diharapkan penelitian serupa dapat dilakukan oleh teori-teori berbeda yang melihat pengaturan perilaku makan dan menjalani hidup sehat.

Kata Kunci: Hipertensi, Nyeri Kronis, Jus Mentimun

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Angka hipertensi di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Salah satu pencegahan hipertensi adalah dengan minum jus mentimun (Kumala, 2014). Salah satu buah yang membantu menstabilkan dan menurunkan tekanan darah adalah mentimun. Sayuran yang murah dan mudah didapat adalah mentimun. Penggunaan mentimun sebagai suplemen makanan oleh masyarakat umum menunjukkan bahwa mentimun dapat menjadi metode non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah (Kusnul & Munir, 2018).

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi pada tahun 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) memproyeksikan bahwa pada tahun 2025, akan ada 1,5 miliar orang di seluruh dunia yang menderita hipertensi, dan 9,4 juta di antaranya mungkin meninggal dunia akibat kondisi tersebut. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), hanya 34,1% dari 269 juta penduduk negara ini yang berusia 18 tahun atau lebih 91.729 juta kasus yang menderita hipertensi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) melaporkan bahwa 375.127 warga senior di Jawa Timur menderita hipertensi pada tahun itu. Menurut Profil Kesehatan 2018, 58.046 warga senior di Kabupaten Malang menderita hipertensi primer (Dinas Kesehatan Kabupaten Malang, 2018). Jumlah lansia yang mengalami tekanan darah tinggi Menurut organisasi, 13 dari 32

penghuni lansia RAAL Griya Asih pada tahun 2024 mengalami tekanan darah tinggi.

Seiring bertambahnya usia, fungsi organ tubuh manusia akan menurun dan tekanan darah akan meningkat. Akibatnya, lansia akan lebih rentan terkena hipertensi. Lansia yang mengidap hipertensi tidak akan berdampak signifikan terhadap hasil penyakit (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Adriansz dkk. (2016) menemukan bahwa pola makan yang buruk dan konsumsi makanan asin yang berlebihan dapat berdampak negatif terhadap tekanan darah lansia, yang berujung pada hipertensi dan hasil kesehatan yang lebih buruk.

Meskipun penelitian tentang penurunan tekanan darah masih berlangsung, penderita hipertensi dapat memperoleh terapi nonfarmakologis dan farmasi. Jus mentimun merupakan metode alami bebas obat untuk menurunkan tekanan darah. Karena kalium dan udara mendorong natrium ke dalam ruang intraseluler dan menyebabkan vasodilatasi (pembukaan pembuluh darah), mentimun memiliki kualitas yang dapat menurunkan tekanan darah (Asadha, 2021). Elektrolit intraseluler utama adalah kalium; faktanya, 98% kalium tubuh ditemukan dalam sel, dengan 2% sisanya dibutuhkan untuk fungsi neuromuskular. Kalium memiliki efek pada fungsi otot jantung dan rangka (Brunner & Suddarth, 2016).

Ivana, Martini, dan Christine (2021) menyatakan bahwa karena mentimun mengandung kalium, yang dapat memperlebar pembuluh darah dan berfungsi sebagai vasodilator, sehingga menurunkan tekanan darah, mentimun dianggap sebagai makanan yang bermanfaat bagi jantung dan pembuluh darah. Mentimun

memiliki kandungan air yang tinggi, yang membuatnya bersifat diuretic meningkatkan kekuatan buang air kecil dan membantu menurunkan tekanan darah dalam tubuh juga (Cerry, et al., 2015). Mineral kalium, magnesium, dan fosfor yang ditemukan dalam mentimun dapat membantu menurunkan tekanan darah. Nutrisi ini berguna dalam mengelola tekanan darah tinggi. Mentimun mengandung banyak udara dan mineral, yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. Di antara mineral-mineral ini adalah diuretik kalium, magnesium, dan fosfor. Mentimun juga dapat merelaksasi dan melenturkan pembuluh darah, yang meningkatkan keteraturan denyut nadi dan meningkatkan aliran darah. Jadi, jika Anda memiliki tekanan darah tinggi, Anda disarankan untuk mengonsumsi mentimun (Fatonah, 2019). Penelitian tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “asuhan keperawatan nyeri kronis pada pasien hipertensi dengan pemberian jus mentimun di RAAL Griya Asih Lawang”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana program terapi jus mentimun RAAL Griya Asih Lawang bagi penderita hipertensi dalam manajemen nyeri kronis?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan bagaimana jus mentimun diberikan kepada pasien hipertensi di RAAL Griya Asih Lawang untuk meringankan nyeri kronis yang mereka alami.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Jelaskan bagaimana RAAL Griya Asih Lawang menilai nyeri kronis pada pasien hipertensi dan memberikan jus mentimun.
2. Jelaskan bagaimana RAAL Griya Asih Lawang mendiagnosis nyeri persisten pada individu dengan hipertensi dengan memberikan jus mentimun.
3. Jelaskan bagaimana RAAL Griya Asih Lawang mengobati nyeri kronis pada pasien hipertensi dengan memberikan jus mentimun.
4. Jelaskan bagaimana RAAL Griya Asih Lawang mengobati nyeri kronis pada pasien hipertensi dengan memberikan jus mentimun.
5. Jelaskan bagaimana RAAL Griya Asih Lawang mengevaluasi penggunaan jus mentimun sebagai terapi nyeri kronis untuk pasien hipertensi.

1.4 Manfaat

1. Bagi lansia penderita hipertensi
Mendidik masyarakat tentang cara minum jus mentimun dan menjalani gaya hidup sehat dapat membantu para lansia terhindar dari penderitaan akibat tekanan darah tinggi.
2. Bagi peneliti
Dapat memberikan keahlian dan informasi tentang hipertensi mengenai manfaat minum jus mentimun bagi mereka yang mengalami ketidaknyamanan, terutama para lansia.
3. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini digunakan sebagai sumber informasi bagi lansia yang menderita nyeri dan hipertensi, serta sebagai referensi. Penelitian ini juga dapat digunakan untuk lansia dalam penelitian selanjutnya.

1.5 Keaslian Penelitian

No	Judul	Nama Peneliti	Metode	Hasil
1	Kemampuan jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada penderita tekanan darah tinggi	Tukan, Ramdya Akbar. <i>Journal of Borneo Holistic Health</i> 1.1 (2018): 43-50.	Prosedur untuk melakukan telaah pustaka dimulai dengan memilih subjek. Selanjutnya, kata kunci dipilih untuk mencari jurnal dalam bahasa Inggris dan Indonesia dengan memanfaatkan sejumlah basis data, seperti Google Scholar, Ebsco, dan Proquest.	Temuan: Penderita hipertensi, baik pria maupun wanita, dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan dengan mengonsumsi 150 mililiter jus mentimun setiap hari selama tujuh hari. Hal ini berdasarkan penelitian ekstensif penulis tentang manfaat pengobatan jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah.
2	Pemberian Timun Pada Penderita Hipertensi: Dampaknya Terhadap Penurunan Tekanan Darah di Puskesmas Pancur Batu Wilayah Kerja Dusun IV Tanjung Anom	Barus, Mardiaty, Agustaria Ginting, and Agnes Juliana Turnip. " " <i>Jurnal Mutiara Ners</i> 2.2 (2019): 230-237.	Penelitian ini menggunakan desain quasi-experiment dengan metode single group pre-post test. Dalam pendekatan ini, dilakukan pre-test sebelum perlakuan dimulai.	Di Dusun IV, Desa Tanjung Anom, Kecamatan Pancur Batu, pasien hipertensi memiliki rata-rata tekanan darah yang berbeda sebelum dan sesudah mendapatkan terapi mentimun (nilai p = 0,001). Untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, diharapkan tenaga medis dan masyarakat dapat memberikan pengobatan non farmakologis seperti pemberian mentimun.

3	Dampak Pemberian Jus Timun Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Lansia di PSTW Sinta Rangkang Tahun 2020	Meirlina Christine, Theresia Ivana, Margareta Martini. Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI) Vol. 6, No. 1, Juni 2021	Salah satu ciri penelitian ini adalah mengungkap hubungan sebab akibat dengan menggunakan satu kelompok individu dalam desain pra-eksperimental dengan pra-posttest dalam satu kelompok (one-group pre-posttest design).	Penelitian ini menemukan bahwa pemberian jus mentimun kepada partisipan meningkatkan tekanan darah sistolik dan diastolik mereka secara signifikan ($\alpha = 0,025$) dalam Uji Wilcoxon Rank. Demikian pula, hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan yang signifikan ($\alpha = 0,002$). Terdapat perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian jus mentimun jika hasil α kurang dari 0,025. Pasien lanjut usia di PSTW Sinta Rangkang dapat menurunkan tekanan darah mereka secara efektif menggunakan jus mentimun.
4	Dampak Pemberian Jus Timun terhadap Variasi Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Padang Wilayah Operasional Puskesmas Kintom	Arifuddin. <i>Lentora Nursing Journal</i> 4.2 (2024): 27-34.	Pendekatan metodologis yang digunakan adalah desain penelitian quasi-eksperimental (pre-test - post-test with control group). Penggunaan jus mentimun sebagai variabel bebas dalam penelitian ini, sedangkan tekanan darah penderita hipertensi sebagai variabel terikat.	Rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik kelompok terapi adalah 165,26/97,37 mmHg sebelum mendapatkan terapi jus mentimun, dan rata-rata tekanan darah diastolik kelompok terapi adalah 138,68/89,21 mmHg setelah terapi. Pada titik awal dan akhir, rata-rata pengukuran tekanan darah kelompok kontrol adalah 161,0/99,4 mmHg dan 159,4/100,5 mmHg. Penelitian ini menunjukkan bahwa jus mentimun memengaruhi variasi tekanan darah pada pasien hipertensi dalam kelompok perlakuan (nilai-p = (0,000 < 0,05).

5	Di Wilayah Puskesmas Sumber Sari Jember, pemberian jus mentimun kepada pasien Ibu S yang menderita hipertensi, karena tekanan darahnya naik turun	Bayuningtias, Rensania Nancy Fitria, dan Dwi Yunita Haryanti. <i>Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan</i> , 4(2), 11-20.	Metode: digunakan yaitu deskriptif dengan bentuk studi kasus adalah gangguan hipertensi pada Ny. S di wilayah Puskesmas Sumber Sari Jember.	asil pengkajian didapatkan klien tidak mengetahui bagaimana pola hidup sehat terutama bagi penderita hipertensi. Klien kurang menjaga pola makan sehingga menyebabkan tekanan darah tinggi kambuh dan menyebabkan nyeri tengkuk, tekanan darah 157/70 mmHg. Pemberian jus mentimun dilakukan selama 2 pekan. Setelah diterapkan implementasi didapatkan hasil klien sudah mengetahui bagaimana menjaga pola hidup sehat dan pola makan pada pertemuan terakhir didapatkan tekanan darah klien normal yaitu 120/80 mmHg.
---	---	---	---	---

DAFTAR PUSTAKA

- Adibah. 2014. *Pola Makan Sehat Untuk Penderita Hipertensi*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Adriaansz P.N., Rottie J., & Lolong J. 2016. Hubungan Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. *ejournal Keperawatan (e-Kp)* 4 (1). <https://media.neliti.com/media/publications/108574-ID-hubungan-konsumsi-makanan-dengan-kejadia.pdf>. Diakses pada tanggal 26 April 2024.
- Arikunto, S. 2015. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aspiani, R.Y. 2016. Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular Aplikasi NIC & NOC. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Ainun, K., Kristina, K., & Leini, S. (2021). Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Abdimas Galuh*, 3(2), 328. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>
- Asadha, S. A. (2021). Efektivitas Jus Mentimun (*Cucumis sativus* L) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Medika Hutama*, 3(01 Oktober), 1594-1600.
- Asmadi. (2008). Teknik prosedural konsep & aplikasi kebutuhan dasar klien. Jakarta: Salemba Medika.
- Brunner & Suddart. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah vol.2 E/8*. Jakarta: EGC.

- Brunner & Suddarth. (2016). *Keperawatan Medikal-Bedah*. Edisi 12. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran: EGC
- Braverman, E., & Braverman, D. (2006). *Penyakit Jantung dan Penyembuhannya secara Alami*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer
- Cherry, Dkk 2015. Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Tolombukan Kec. Pasan Kab. Minahasa Tenggara Tahun 2015. Vol 3 Nomor 2
- Dahlan. 2017. *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan Edisi 6*. Jakarta: Salmba Medika
- Dinkes Kota Malang. 2018. *Profil Kesehatan Kota Malang*. Malang: Dinkes Kota Malang
- Debora, O.(2011). *Proses Keperawatan dan Pemeriksaan Fisik*. Salemba Medika Edisi kedua. Jakarta.
- FKUI. 2015. *Hipertensi Essensial Dalam Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam (Edisi IV) (Jilid I)*. Jakarta: FKUI.
- Fatonah, E. N. (2019). *Aplikasi Pemberian Jus Mentimun Pada Pasien Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah* (Doctoral dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Ferdisa, R. J., & Ernawati, E. (2021). Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Ners Muda*, 2(2), 47. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6281>
- Fikri. (2008). Mentimun, Murah Menyegarkan. Retrieved August 8, 2015, from <http://tabloidcempaka.com/2008/28/mentimun-murah-menyegarkan/>
- Ivana, T., Martini, M., & Christine, M. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Pstw Sinta Rangkang Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 6(1), 53-58.
- Kadir S. 2019. Pola Makan Dan Kejadian Hipertensi. *Jambura Health and Sport Journal* 1 (2). Univeristas Negeri Gorontalo. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/download/2469/1532>. Diakses pada tanggal 26 April 2024.
- Kemenkes RI. 2011. *Diet Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Direktorat Bina Gizi Subdit Bina Gizi Klinik

- Kemenkes RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia 2018 Menuju Indonesia Sehat*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Kemenkes RI. 2019. *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
<https://www.depkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>. Diakses pada tanggal 27 November 2023.
- Kumala. 2014. Peran Diet Dalam Pencegahan Dan Terapi Hipertensi. *Damianus Journal of Medicine* 13 (1). Universitas Tarumanagara.
<http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/damianus/article/view/208>. Diakses pada tanggal 16 Januari 2024.
- Kurniapuri A. & Supadmi W. 2015. Pengaruh Pemberian Informasi Obat Antihipertensi Terhadap Kepatuhan Pasien Hipertensi Di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta Periode November 2014. *Majalah Farmaseutik 11 (1)*. Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.
<https://journal.ugm.ac.id/majalahfarmaseutik/article/viewFile/24115/15771>. Diakses pada tanggal 26 April 2024.
- Kusnul, Z & Munir, Z (2014). Efek Pemberian Jus Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah <file:///C:/Users/ACER/AppData/Local/Temp/6-161-1-PB.pdf>
- Lebalado, P.,L. (2017). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (Cucumis sativus L.) Terhadap Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Penderita Hipertensi. Mangoting. 2008. Tanaman Lalap Berkhasiat Obat. Jakarta : Penebar Swadaya.
- Muttaqin A. (2011) Pengantar asuhan keperawatan klien dengan gangguan sistem kardiovaskular. Jakarta: Penerbit Salemba Medika
- Potter., & Perry, A. G. (2006). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik. (Ed 4) Volume.2. Jakarta: EGC.
- Price, Wilson. 2006. Patofisiologi Vol 2 ; Konsep Kllinis Proses-proses Penyakit. Penerbit Buku Kedokteran. EGC. Jakarta.
- Puspita, T., Widadi, S. Y., Alfiansyah, R., Rilla, E. V., Wahyudin, W., Octavia, D., & Estria, S. (2023). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), 8-11.
- Pringgayuda, F., Cikwanto, C., & Hidayat, Z. Z. (2021). Pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 23-32.

- Sherwood L. Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem. Ed 8. Jakarta: EGC; 2015: 182-3
- Sudawam, & PH, Li. 2017. Gambaran Tingkat Stres Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 7(1), 32–36.
- Salakory, J. A. (2019). Asuhan keperawatan pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas wamlana kecamatan fena leisela kabupaten buru. *Global Health Science*, 4(1).
- Siswanto, H., Hariyati, S & Sukihananto. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelengkapan pendokumentasian asuhan keperawatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. Volume 16 No.2. ISSN 1410-4490.
- Saraswati, S. 2009. Diet Sehat untuk Penyakit Asam Urat, Diabetes, Hipertensi dan Stroke. Jogjakarta : A plus Book.
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., 2001, “Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner &Suddarth. Vol. 2. E/8”, EGC, Jakarta.
- Stanley, M.& Beare, P. G. 2012. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Jakarta: EGC
- Somantri, U. W. (2020). Efektivitas jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Kondangjaya Pandeglang Banten. *Jurnal Abdidas*, 1(2), 57-63.
- Triyanto, E. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tukan, R. A. (2018). Efektifitas jus mentimun dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Journal of Borneo Holistic Health*, 1(1), 43-50.
- Udjianti, W . 2013. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- WHO. 2018. *A Global Brief On Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crises*. Geneva: World Health Organization.
- Wiryowidagdo, S. 2002. Tanaman Obat Untuk Jantung,Darah Tinggi dan Kolesterol. Jakarta, DKI Jakarta, Indonesia: PT Agromedia Pustaka.
- Widharto. Bahaya Hipertensi. PT Sunda Kelapa Pustaka; 2011
- Zauhani, K, Zainal, M. (2014). Efek Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan

Darah.<http://www.Journal.Unipdi.Ac.ID/index.Php/seminas/article/download/173/120>