Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran
Vol.1, No.4 Oktober 2023
e-ISSN: 2964-9676; p-ISSN: 2964-9668, Hal 58-67
DOI: https://doi.org/10.55606/termometer.v1i4.2360

Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Usia Lanjut Dengan Terapi Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ny. B

Winda Hastuti [1], Alfika Safitri [2], Rina Puspita Sari [3]
Program Studi Profesi Ners, Universitas Yatsi Madani

Jl. Aria Santika No.40A, RT.005/RW.011, Margasari, Kec. Karawaci,
Kota Tangerang, Banten 15114
[1] windaastuti039@gmail.com, [2] afika470@gmail.com, [3] rinapuspitasari@uym.ac.id,

Abstract : Background: *Hypertension is called the Silent Killer or something that can secretly cause the sudden death of sufferers. High blood pressure, if not controlled, can cause complications. The purpose of this study was to find out about Family Nursing Care for the Advanced Age Development Stage with Cucumber Juice Giving Therapy to Lower Blood Pressure in Mrs. B.* ***Method:*** *This study uses interviews and conducts an assessment of nursing care using cucumber juice non-pharmacological therapy.* ***Results:*** *The case study was obtained after the client was given non-pharmacological medicine of cucumber juice for four days; it was found that blood pressure decreased quite well, BP from 170/90 mmHg to 127/83 mmHg and the pain scale decreased enough from S: 6 to S: 2.* ***Conclusion:*** *non-pharmacological therapy giving cucumber juice given to clients is proven to be effective for lowering blood pressure. This can be seen from changes in the evaluation of the client's blood pressure results which show a change in BP from 170/90 mmHg to 127/83.*

Keywords: *Hypertension, Cucumber Juice, Blood Pressure*

Abstrak : Latar Belakang : Hipertensi dijuluki sebagai *Silent Killer* atau sesuatu yang secara diam-diam dapat menyebabkan kematian mendadak para penderitanya. Tekanan darah yang tinggi jika tidak terkontrol dapat menyebabkan terjadinya komplikasi**. Tujuan :** penelitian ini untuk mengetahui mengetahui Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Usia Lanjut Dengan Terapi Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ny. B. **Metode :** penelitian ini menggunakan dengan cara wawancara dan melakukan pengkajian Asuhan keperawatan menggunakan terapi non farmakologi jus mentimun. **Hasil :** Studi kasus didapatkan setelah klien diberikan terapi non faramakologi jus mentimun selama 4 hari didapatkan penurunan tekanan darah cukup membaik TD dari 170/90 mmHg menjadi 127/83 mmHg dan skala nyeri cukup menurun dari S : 6 menjadi S : 2 . **Kesimpulan** : terapi non farmakologi pemberian jus mentimun yang diberikan kepada klien terbukti efektif untuk menurunkan tekanan darah. Hal ini dapat dilihat dari perubahan evaluasi hasil tekanan darah klien yang menunjukkan perubahan TD dari 170/90 mmHg menjadi 127/83.

Kata Kunci : Hipertensi, Jus Mentimun, Tekanan Darah

Received Juni 30, 2023; Revised Juli 18, 2023; Accepted Agustus 09, 2023
* Winda Hastuti, windaastuti039@gmail.com

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan kumpulan dua orang atau lebih yang hidup Bersama dengan keterikatan aturan dan emosional di mana individu mempunyai peran masing-masing yang merupakan bagian dari keluarga. Keluarga memiliki tahap perkembangan dimulai dari keluarga yang baru menikah dan diakhiri dengan tahap perkembangan keluarga usia lanjut. Keluarga adalah institusi terkecil dari suatu masyarakat yang memiliki struktur sosial dan sistem tersendiri dan yang merupakan sekumpulan orang yang tinggal dalam satu rumah yang masih mempunyai hubungan kekerabatan atau hubungan darah karena perkawinan, kelahiran, adopsi (Nurjanah, 2019).

Keluarga mempunyai tahap perkembangan yang didalamnya terdapat tugas perkembangan yang harus dilakukan. Tahap perkembangan keluarga dibagi dalam delapan tahap perkembangan yaitu keluarga dengan pasangan baru (*Bergaining Family*), keluarga dengan anak pertama dibawah 30 bulan (*Child Bearing*), keluarga dengan anak pra sekolah (2-6 tahun), keluarga dengan anak usia sekolah (6-13 tahun), keluarga dengan anak usia remaja (13–20 tahun), keluarga melepas anak usia dewasa muda, keluarga dengan usia pertengahan (44-45 tahun), dan keluarga dengan usia lanjut usia (Agustanti, 2022).

Masalah kesehatan juga dapat muncul pada tahap sesuai perkembangan keluarga, salah satunya tahap perkembangan keluarga dengan lansia. Bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit degeneratif banyak muncul pada lansia, Masalah kesehatan yang sering muncul pada lansia antara lain radang sendi, stroke, diabetes mellitus dan hipertensi (Zaenurrohmah & Rachmayanti, 2017).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2021)

Berdasarkan data dari (WHO, 2021) diperkirakan 1.13 juta jiwa didunia mengalami hipertensi, atau sekitar 1 orang dari 4 orang atau 1 orang dari 5 orang didunia mengalmi hipertensi, dan kurang 1 orang yang mengalami hipertensi dibawah di seluruh dunia, sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap penyakit hipertensi. Diperkirakan setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. 333 juta dari 972 juta pengidap hipertensi berada di negara maju dan sisanya berada di negara berkembang salah satunya Indonesia.

Prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2018 sebesar 34,11%. Prevalensi hipertensi pada penduduk di Indonesia yang berusia 18-24 tahun sebesar (13.22%), umur 25-34 tahun (20,13%) , umur 35-44 tahun (31,61%), umur 45-54 tahun (45,32%), umur 55-64 tahun (55,22%), umur 65-74 tahun (63,22%) dan mengalami peningkatan pada umur >75 tahun (69,53%) (Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi hipertensi yang tertinggi di Indonesia berada di Provinsi Kalimantan Selatan sebesar (44,13%), sedangkan yang terendah di Provinsi Papua (22,22%). Provinsi Bali tahun 2018 prevalensi hipertensi cukup tinggi yaitu (29,97%) (Kemenkes RI, 2019).

Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2020 didapatkan data kasus hipertensi sebesar 1.857.866 jiwa dimana data tertinggi Tahun 2019 adalah kabupaten Tangerang 622.020 kasus,, kabupaten lebak 617.997 kasus, Kota Tangerang selatan 269.443 kasus, Kota Tangerang 112.125 kasus, kabupaten serang 88.081 kasus, kabupaten pandeglang 75.213 kasus, Kota Cilegon 66.906 kasus, dan kota Serang 6.031 kasus. Dengan persentase pengidap Hipertensi lebih banyak adalah pada perempuan, sedangkan penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan baru 50 persen dari total estimasi penderita Hipertensi se Provinsi Banten (Kota Serang, 2021)

Angka kejadian hipertensi yang masih tinggi dan tidak menunjukkan perubahan yang signifikan dalam beberapa dekade terakhir, menyebabkan masih banyak hal yang perlu diketahui mengenai hipertensi, terutama menyangkut etiologinya. Data dalam beberapa dekade terakhir, tidak terjadi penurunan angka kejadian hipertensi yang signifikan, bahkan di negara maju sekalipun. Karena itu, melakukan pemantauan yang ketat menjadi sangat penting sehingga upaya pencegahan komplikasi hipertensi tahap lanjut yang mungkin terjadi.

Hasil penelitian (Suhartini & Nuraeni, 2022) dengan judul penelitian Penerapan Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pembantu Sukamenak. didapatkan hasil penelitian menunjukan penurunan tekanan sistolik rata-rata 4 mmHg, sedangkan tekanan darah diastolik rata-rata 3 mmHg. Kesimpulan pemberian jus mentimun dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Kesimpulan dari penelitian ini setelah dilakukan pemberian Hasil pengukuran tekanan darah sistolik sesudah diberikan jus mentimun mengalami penurunan rata-rata sebesar 4 mmHg. Hasil pengukuran tekanan darah sistolik sesudah diberikan jus mentimun rata-rata sebesar 3 mmHg.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh (Somantri, 2020) dengan judul penelitian Efektivitas jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di desa kondangjaya Pandeglang – Banten. didapatkan hasil penelitian Dengan memberikan perlakuan pada kelompok intervensi dengan pemberian jus mentimun dan kelompok kontrol

tidak diberikan jus mentimun, hari ke-2 hingga ke-6 pada pasien intervensi diintruksikan untuk meminum jus mentimun 2x dalam sehari, waktunya yaitu pagi jam 08.00 WIB, malam jam 20.00 WIB dan pada pasien kontrol tidak diperkenankan meminum jus mentimun dan diperiksa tekanan darah setiap hari. Pada hari terakhir melakukan pemeriksaan tekanan darah dan mengevaluasi hasil kegiatan yang telah dilakukan. Hasil pengabdian masyarakat diketahui berdasarkan presentase rata-rata pada pasien intervensi hari pertama sampai dengan hari ke tujuh mengalami penurunan yang sangat signifikan yaitu 154,4/85,7 mmHg, sedangkan pada pasien kontrol hari pertama sampai dengan hari ke tujuh tidak mengalami penurunan sebesar 168/90,4 mmHg

Intervensi untuk menurunkan tekanan darah sangat dibutuhkan. Strategi untuk mengurangi tekanan darah secara non farmakologis dapat dilakukan dengan menurunkan berat badan, diet rendah lemak, pembatasan alcohol, pembatasan asupan natrium, Teknik relaksasi, menghentikan merokok dan relaksasi modifkasi gaya hidup, modifikasi gaya hidup yang baik salah satunya adalah dengan konsumsi buah-buahan, selah satu asupan yang baik yaitu dengan konsumsi jus Mentimun.

Jus mentimun memiliki kandungan mineral yaitu postassium, magnesium, dan fosfor. Mentimun berfungsi untuk memelihara keseimbangan garam dan cairan serta mengontrol tekanan darah yang normal sedangkan asupan natrium, kalium, kalsium dan magnesium berhubungan dengan tingginya tekanan darah atau kejadian hipertensi, maka mentimun sangatlah bagus menjadi obat herbal untuk penyakit hipertensi (Nugraheni, 2016)

Dengan mengkonsumsi jus mentimun secara teratur, kadar tekanan darah akan berkurang karena Kandungan pada mentimun di antaranya kalium (potassium), magnesium, dan fosfor efektif mengobati hipertensi. Selain itu, mentimun juga bersifat *diuretic* karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Kalium merupakan elekrolit intraselular yang utama, dalam kenyataan 98 % kalium tubuh berada dalam sel, 2% sisanya berada di luar sel. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skelet maupun otot jantung. Berasarkan hal tersebut diatas penulis tertarik untuk melakukan tindakan non farmakologi dengan mengambil judul tentang "Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Usia Lanjut Dengan Terapi Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ny. B"

METODE

Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan kasus. Pengelolaan pemberian jus mentimun dilakukan selama 5 hari dengan teknik berupa wawancara, observasi dan pemberian asuhan keperawatan secara langsung kepada pasien dan keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Keluarga Ny. B (60 Tahun) merupakan *single parent* dengan tiga orang anak yaitu An. I, (29 Tahun) An. N (25 Tahun) dan An. F (22 Tahun) Pada saat Mahasiswi Profesi Ners berkunjung krumah keluarga Ny. B pada tanggal 10 Juli 2023 mendapatkan bahwa Klien mengatakan mengatakan kepala sering pusing, terasa berat dileher belakang, Klien mempunyai penyakit hipertensi sejak 5 tahun yang lalu dan mengatakan sering sakit kepala dan nyeri dibagian tengkuk leher menjalar hingga bahu. P : Nyeri datang tiba-tiba, Q : Seperti di tusuk-tusuk, R : Sakit bagian kepala, S : Skala nyeri 6, T : Nyeri terus menerus. Klien mengatakan tidak pernah menderita penyakit kronis selain hipertensi, Klien juga mengatakan tidak pernah operasi dan tidak mempunyai alergi apapun. Klien mengatakan tidak mengetahui cara mengatasi nyeri yang di alami. mengatakan jika nyeri timbul, klien biasa istirahat tidur. Klien mengatakan tidak mengetahui penyebab masalah kesehatan yang dialami. Klien tampak bertanya – tanya tentang penyakitnya. Hasil Pemeriskaan TTV Kesadaran Composmentis TD 170/90 mmHg, RR : 24 x/menit, N : 93 x /menit, S : 36,5^{o}C

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengkajian dan observasi yang telah dilakukan oleh penulis pada tanggal 10 Juli 2023 didapatkan klien mempunyai penyakit hipertensi sejak 5 tahun yang lalu dan mengatakan sering sakit kepala dan nyeri dibagian tengkuk leher menjalar hingga bahu. Klien mengatakan tidak pernah menderita penyakit kronis selain hipertensi, Klien juga mengatakan tidak pernah operasi dan tidak mempunyai alergi apapun. Klien mengatakan tidak mengetahui cara mengatasi nyeri yang di alami. mengatakan jika nyeri timbul, klien biasa istirahat tidur. Klien mengatakan tidak mengetahui penyebab masalah kesehatan yang dialami. Klien tampak bertanya Tanya tentang penyakitnya. Hasil Pemeriskaan TTV Kesadaran Composmentis TD 170/90 mmHg, RR : 24 x/menit, N : 93 x /menit, S : 36,5oC

Saat kunjungan pertama, penulis datang ke rumah keluarga Ny. B dengan memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud serta tujuan dari kedatangan. Kemudian, setelah menjelaskan maksud, tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan, penulis

meminta persetujuan dan ketersediaan Ny. B untuk menjadi pasien kelolaan. Selanjutnya, penulis akan melakukan tindakan keperawatan untuk menurunkan tekanan darah tinggi dengan metode non farmakologi jus mentimun.

Intervensi inovasi keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah Nyeri akut pada klien Hipertensi adalah dengan melakukan intervensi pengobatan secara non farmakologi dapat dilakukan dengan terapi jus mentimun yang dapat dilakukan setiap hari.

Terapi non farmakologi jus mentimun dilakukan berdasarkan penelitian (Suhartini & Nuraeni, 2022) dengan cara melakukan pengukuran tekanan darah awal terlebih dahulu sebelum di lakukan tindakan non farmakologi pemberian jus mentimun, setelah dilakukan pengukuran tekanan darah maka tindakan non farmakologi pemberian jus mentimun di lakukan.

Penerapan terapi pemberian jus mentimun dilaksanakan selama 4 hari, dengan frekuensi 1x dalam sehari pada pagi hari. Hasil yang di peroleh sebagai berikut :

Tabel 1 Penururunan Tekanan darah setelah pemberian terapi jus mentimun

No	Hari	Tekanan darah
1	10 Juli 2023	170/90 mmHg
2	11 Juli 2023	165/100 mmHg
3	12 Juli 2023	150/80 mmHg
4	13 Juli 2023	127/83 mmHg

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa setelah dilakukan pemberian jus mentimun tekanan darah Ny. B pada hari kedua sampai hari keempat terjadi penurunan yang signifikan.

Jus mentimun memiliki kandungan mineral yaitu postassium, magnesium, dan fosfor. Mentimun berfungsi untuk memelihara keseimbangan garam dan cairan serta mengontrol tekanan darah yang normal sedangkan asupan natrium, kalium, kalsium dan magnesium berhubungan dengan tingginya tekanan darah atau kejadian hipertensi, maka mentimun sangatlah bagus menjadi obat herbal untuk penyakit hipertensi (Suhartini & Nuraeni, 2022)

Pengaruh kandungan mentimun terhadap tekanan darah terlihat jelas dalam peranan kalium, kalsium, dan magnesium terhadap pompa kaliumnatrium. Kalium berperan dalam menjaga kestabilan elektrolit tubuh melalui pompa kalium-natrium. Kurangnya kadar

kalium dalam darah akan mengganggu rasio kalium-natrium sehingga kadar natrium akan meningkat. Hal ini dapat menyebabkan pengendapan kalsium pada persendian dan tulang belakang yang meningkatkan kadar air tubuh sehingga meningkatkan beban kerja jantung danpengumpalan natrium dalam pembuluh darah.Akibatnya dinding pembuluh darah dapat terkikisdan terkelupas yang pada akhirnya menyumbat aliran darah sehingga meningkatkan risiko hipertensi sehingga dengan mengkonsumsi jus mentimun hal ini kemungkinan dapat dihindari. Sedangkan magnesium berperan dalam mengaktifkan pompa natrium-kalium, yang memompa natrium keluar dan kalium masuk ke dalam sel (Kharisna et al., 2022)

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Suhartini & Nuraeni, 2022) dengan judul penelitian Penerapan Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pembantu Sukamenak. didapatkan hasil penelitian menunjukan penurunan tekanan sistolik rata-rata 4 mmHg, sedangkan tekanan darah diastolik rata-rata 3 mmHg. Kesimpulan pemberian jus mentimun dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Kesimpulan dari penelitian ini setelah dilakukan pemberian Hasil pengukuran tekanan darah sistolik sesudah diberikan jus mentimun mengalami penurunan rata-rata sebesar 4 mmHg. Hasil pengukuran tekanan darah sistolik sesudah diberikan jus mentimun rata-rata sebesar 3 mmHg.

Hasil evaluasi yang sudah didapatkan setelah melakukan asuhan keperawatan keluarga pada Ny. B selama 4 hari didapatkan data Klien mengatakan sakit kepalanya sudah mulai hilang, dan rasa berat dileher sudah tidak dirasakan. Klian paham tentang cara melakukan Terapi Jus mentimun. Nyeri akut teratasi dengan TD 127/83 mmHg

Meskpun pemberian jus mentimun pada responden dengan hipertansi dapat menurunkan tekanan darah, tetapi perlu pengkajian ulang, dikarenakan penelitian ini terbatas pada responden hipertensi tanpa komplikasi bawaan, sedangkan untuk hipertensi dengan penyakit bawaan yang lebih kompleks dapat dilakukan penelitian dengan berkolaborasi dengan dokter agar tidak terjadi kegawatdaruratan.

Diagnosa keperawatan prioritas kedua adalah gangguan rasa nyaman yang dialami oleh Ny. B. Saat penulis melakukan pengkajian. Ny. B dan keluarga mengatakan nyeri pada tengkuk leher dan menjalar hingga bahu, Nyeri secara umum, diartikan sebagai suatu keadaan yang tidak menyenangkan akibat terjadinya rangsangan fisik atau mental yang terjadi secara alami yang bersifat subjektif dan personal, Nyeri kepala merupakan gejala yang paling sering dikeluhkan penderita hipertensi karena peningkatan tekanan intra kranial. Edukasi Manajemen Nyeri yang dilakukan pada Ny. B tentang penyakit hipertensi dengan menggunakan media leaflet

Intervensi yang dilakukan yaitu dengan melakukan edukasi manajemen nyeri menggunakan media leaflet selama 4 hari dalam waktu 15 menit. menyarankan melakukan pemberian obat non farmakologi jus mentimun Dengan hasil evaluasi media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang upaya pencegahan. Saat kunjungan pertama Klien mengatakan belum paham mengenai penyebab nyeri, strategi meredakan nyeri dan cara memonitor nyeri, pada kunjungan kedua Klien mengatakan belum telalu paham dengan edukasi yang diberikan, pada kunjungan ke tiga Klien mengatakan paham dengan penyebab nyeri, cara memonitor nyeri dan strategi meredakan nyeri, dan pada kunjungan ke empat Klien mengatakan paham dengan edukasi yang telah dipaparkan selama

Implementasi tersebut sama hal nya dengan penelitian yang dilakukan oleh (Bar et al., 2022) Dengan judul Efektivitas Kalpin Dan Leaflet Dalam Meningkatkan Self-Efficacy Penderita Hipertensi. Didapatkan hasil terjadi peningkatan *self-efficacy* penderita hipertensi setelah pemberian edukasi KALPIN dan *leaflet.*

Diagnosa keperawatan prioritas ketiga adalah Defisit pengetahuan yang dialami oleh Ny. B Saat penulis melakukan pengkjian. Penulis beramsumsi bahwa faktor yang ditimbulkan dari diangkatnya diagnosa *defisit* pengetahuan yaitu karena tingkat pengetahuan keluarga serta tingkat pendidikan keluarga. Kurangnya pengetahuan karena derajat pendidikan terakhir yakni sekolah dasar.

Edukasi Manajemen Nyeri yang dilakukan pada Ny. B tentang penyakit hipertensi dengan menggunakan media leaflet selama 4 hari dalam waktu 15 menit, diagnosa keperawatan pada hari ke 4 sudah tahu cara *mengatasi* nyeri akibat tekanan darah tinggi. Saat kunjungan pertama Ny. B mengatakan belum pernah mendapatkan edukasi seperti ini. Ada hari ke tiga Klien mengatakan paham dengan penyebab nyeri, cara memonitor nyeri dan strategi meredakan nyeri dan pada hari ke empat klien mengatakan paham dengan edukasi yang telah dipaparkan selama ini

Implementasi tersebut sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ariani et al., 2023) yang berujudul Pemanfaatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Lansia Di Posyandu Lansia Melati. didapatkan Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan informasi obat dengan kategori baik sebesar 23,22% dan setelah diberikan informasi obat melalui media leaflet terjadi perubahan yang signifikan dengan kategori baik sebesar 100% ($p<0,05$).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Usia Lanjut Dengan Terapi Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ny. B dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian yang dilakukan pada keluarga Ny. B ditetapkan 3 diagnosa prioritas keperawatan yaitu Nyeri akut, Gangguan rasa nyaman dan defisit pengetahuan.
2. Implementasi yang diberikan untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri akut yaitu dengan implementasi pengobatan non farmakologi jus mentimun selama 4 hari. Dengan hasil evaluasi terjadi penurunan tekanan darah.
3. Implementasi yang diberikan untuk mengatasi masalah keperawatan gangguan rasa nyaman pada keluarga Ny. B yaitu dengan melakukan edukasi manajemen nyeri menggunakan media leaflet selama 4 hari dalam waktu 15 menit. menyarankan melakukan pemberian obat non farmakologi jus mentimun Dengan hasil evaluasi media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang upaya pencegahan.
4. Implementasi yang diberikan untuk mengatasi masalah keperawatan defisit pengetahuan pada keluarga Ny. B diagnosa keperawatan pada hari ke 4 sudah tahu cara mengatasi nyeri akibat tekanan darah tinggi. Saat kunjungan pertama Ny. B mengatakan belum pernah mendapatkan edukasi seperti ini. Ada hari ke tiga Klien mengatakan paham dengan penyebab nyeri, cara memonitor nyeri dan strategi meredakan nyeri dan pada hari ke empat klien mengatakan paham dengan edukasi yang telah dipaparkan selama ini

DAFTAR PUSTAKA

Adzani, F. (2020). *Efek Samping Mentimun yang Bisa Merugikan Kesehatan*. SehatQ.

Agustanti, D. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Mahakarya Citra Utama.

Ariani, N., Prihandiwati, E., Intan Wuri, H., & Apriawan, M. A. N. (2023). Pemanfaatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Lansia Di Posyandu Lansia Melati. *Jurnal Insan Farmasi Indonesia*, *6*(1), 166–173. https://doi.org/10.36387/jifi.v6i1.1379

Bar, A., Kaimuddin, K., & Ridwan, M. (2022). Efektivitas KALPIN dan Leaflet dalam Meningkatkan Self-Efficacy Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, *4*(2), 505–512. https://doi.org/10.31539/joting.v4i2.3940

Clara, E. (2020). *Sosiologi Keluarga*. UNJ Press.

Kemenkes RI. (2019, Mei). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. https://www.kemkes.go.id/article/print/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html

Kharisna, D., Dewi, W. N., & Lestari, W. (2022). *Efektifitas Konsumsi Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. *2*(2).

Lenny, L. (2016). *Bebas Hipertensi Tanpa Obat*. PT. Argo Medika Pustaka.

Leonard, E. (2015). *Hipertensi Manajemen Komprehensif*. Airlangga University Press.

Nugraheni. (2016). *Raja Obat Alami: Mentimun A-Z Seri Apotik Dapur*.

Nurarif, A. H. (2016). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Keperawatan Medis dan Nanda NIC-NOC*. Mediaction Jogjakarta.

Nurjanah, M. (2019). *Teori Keluarga: Studi Literatur*. Universitas Negeri Jakarta.

PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indoensia*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Putri, T. (2019). *Tangkis racun dalam tubuh dengan mentimun*. Laksana.

Ridwan, M. (2020). *Mengenal, mencegah, dan mengatasi Silent Killer Hipertensi*. Romawi Pustaka.

Smaltzer, S. C., & Bare, B. (2016). *Textbook of Medical-Surgical Nursing 10th edition*. Lippincott Williams & Wilkins.

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. https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i2.14

Suhartini, T., & Nuraeni, N. (2022). Penerapan Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pembantu Sukamenak. *Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya*.

WHO. (2021). *Hypertension*. https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab_1

Zaenurrohmah, D. H., & Rachmayanti, R. D. (2017). Relationship Between Knowledge and Hypertension History with Blood Pressure Control in Elderly. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, *5*(2), 174. https://doi.org/10.20473/jbe.V5I22017.174-184