

Pemberian Jus Semangka untuk Mengurangi Nyeri Akut pada Lansia dengan Hipertensi.docx

by Turnitin Student

Submission date: 30-Aug-2024 02:02PM (UTC+0100)

Submission ID: 239076772

File name:

Pemberian_Jus_Semangka_untuk_Mengurangi_Nyeri_Akut_pada_Lansia_dengan_Hipertensi.docx (48.48K)

Word count: 3822

Character count: 23925

Jurnal Ilmiah Keperawatan dan

Kesehatan Alkautsar (JIKKA)

e-ISSN : 2963-9042

online:

<https://jurnal.akperalkautsar.ac.id/index.php/JIKKA>

PEMBERIAN JUS SEMANGKA UNTUK MENGURANGI NYERI AKUT PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Nova Alfianita¹, Ratih Nuryana Susanti², Ratna Kurniawati³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Alkautsar Temanggung

Email : [1novaalfianita02@gmail.com](mailto:novaalfianita02@gmail.com), [2ratihsusanti131@gmail.com](mailto:ratihsusanti131@gmail.com),
[3ratnaummudzaky@gmail.com](mailto:ratnaummudzaky@gmail.com)

Email Korespondensi : novaalfianita02@gmail.com

Telepon Korespondensi : +6288806599273

ABSTRAK

Hipertensi adalah kondisi peningkatan tekanan darah, ditandai dengan tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg. Nyeri kepala adalah gejala yang dirasakan penderita. Prevelensi kejadian hipertensi lebih tinggi di negara berkembang, mencapai 75%, jika dibandingkan dengan negara maju. Data dari WHO menunjukkan sekitar 972 juta orang menderita hipertensi, dan perkiraan mungkin meningkat menjadi sekitar 29,2% pada tahun 2025. Dampak dari hipertensi dapat mengalami nyeri kepala yang menyebabkan tekanan darah meningkat. Salah satu tindakan non-farmakologi yang dapat mengurangi rasa nyeri kepala yaitu mengonsumsi jus semangka. Semangka memiliki kandungan kalium yang dapat mengurangi dampak natrium sehingga tekanan darah menurun. Jus semangka juga memiliki kemampuan untuk menjaga viskositas darah dan mempertahankan tingkat tekanan darah yang stabil. Tujuan penelitian adalah untuk mengurangi nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi. Metode penelitian menggunakan studi kasus. Hasil penelitian kedua responden setelah diberikan jus semangka selama 3 hari, responden mengalami penurunan tekanan darah dan penurunan nyeri. Responden satu dari tekanan darah 156/92 dengan skala nyeri 3 menjadi 132/86 dengan skala nyeri 2 sedangkan responden kedua dari tekanan darah 163/93 dengan skala nyeri 3 menjadi 125/82 dengan skala nyeri 2. Kesimpulannya, pemberian jus semangka efektif untuk menurunkan nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi; Lansia; Nyeri Akut; Jus Semangka

ADMINISTRATION OF WATERMELON JUICE TO REDUCE ACUTE PAIN IN ELDERLY WITH HYPERTENSION

ABSTRACT

Hypertension is a condition of increased blood pressure, characterized by systolic blood pressure above 140 mmHg and diastolic above 90 mmHg. Headache is a symptom felt by sufferers. The prevalence of hypertension is higher in developing countries, reaching 75%, when compared with developed countries. Data from WHO shows that around 972 million people suffer from hypertension, and estimates may increase to around 29.2% in 2025. The impact of hypertension can be experiencing headaches which cause blood pressure to increase. One non-pharmacological action that can reduce headaches is consuming watermelon juice. Watermelon contains potassium which can reduce the impact of sodium so that blood pressure decreases. Watermelon juice also has the ability to maintain blood viscosity and maintain stable blood pressure levels. The aim of the research is to reduce headaches in elderly people with hypertension. The research method uses case studies. The results of the second research showed that after being given watermelon juice for 3 days, the respondents experienced a decrease in blood pressure and decreased pain. The first respondent's blood pressure was 156/92 with a pain scale of 3 to 132/86 with a pain scale of 2, while the second respondent's blood pressure was 163/93 with a pain scale of 3 to 125/82 with a pain scale of 2. In conclusion, giving watermelon juice was effective in reducing headache in elderly with hypertension.

Keywords: Hypertension; Lansia; Acute Pain; Watermel

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah keadaan terjadinya peningkatan tekanan darah yang memberi gejala berlanjut seperti stroke pada otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung, dan hipertrofi ventrikel kanan untuk otot jantung. Hipertensi dikenal sebagai "silent killer" karena seringkali penderita tidak merasakan gejala selama bertahun-tahun. Tanpa disadari, kondisi ini dapat menyebabkan komplikasi pada organ-organ vital seperti jantung, otak, dan ginjal. Gejala-gejala hipertensi, seperti sakit kepala, pusing, detak jantung yang tidak teratur, kelelahan, penglihatan kabur, tinnitus, dan mimisan, sering muncul ketika tekanan darah telah melampaui batas normal (Padede, 2019). Organisasi Kesehatan Dunia (*World*

Health Organization/WHO) memperkirakan bahwa saat ini, sekitar 22% dari total penduduk dunia menderita hipertensi. Namun, hanya sebagian kecil dari penderita hipertensi, yaitu kurang dari seperlima, yang benar-benar berupaya mengendalikan tekanan darah mereka (Kemenkes RI, 2021). Kejadian hipertensi cenderung lebih tinggi di negara-negara berkembang, mencapai sekitar 75%, jika dibandingkan dengan negara-negara maju. Data yang disampaikan oleh WHO menunjukkan bahwa sekitar 972 juta orang atau sekitar 26,4% dari populasi global menderita hipertensi, dan perkiraan angka tersebut mungkin meningkat menjadi sekitar 29,2% pada tahun 2025. Dari total 972 juta penderita

hipertensi, sebanyak 333 juta berada di negara-negara maju, sementara 639 juta sisanya terdapat di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia (WHO, 2021).

Penyakit hipertensi dapat dikelola baik melalui pendekatan farmakologi maupun non-farmakologi. Terapi farmakologi melibatkan penggunaan obat-obatan antihipertensi, seperti diuretik dan beta-bloker. Namun, seringkali penderita hipertensi tidak mematuhi pengobatan ini, dengan alasan efek samping yang mungkin terjadi dan biaya yang cukup tinggi. Di sisi lain, pendekatan non-farmakologi dapat mencakup aspek seperti mengadopsi diet rendah garam dan kolesterol, yang memiliki potensi yang baik untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik (Melanie, 2019). Salah satu metode non-farmakologi lainnya adalah terapi komplementer dengan menggunakan herbal, termasuk mengonsumsi jus buah semangka (Makarim, 2021)

Semangka adalah tanaman herbal merambat yang mengandung kalium, sebuah zat yang memiliki sifat antihipertensi. Selain itu, semangka kaya akan kandungan air dan asam amino yang dapat membantu menjaga tekanan darah tetap dalam batas normal (Shanti, N.M., & Zuraida, 2018). Pemberian jus semangka bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dan menjaga agar tekanan darah tetap dalam kondisi normal. Penggunaan buah-buahan dalam pengobatan

hipertensi mungkin masih kurang dikenal oleh banyak orang. Oleh karena itu, penting untuk menyosialisasikan informasi ini kepada masyarakat, terutama kepada penderita hipertensi, agar mereka dapat menggabungkan pendekatan ini dalam pengelolaan kondisi mereka. Hal ini juga dapat mendorong keluarga untuk memberikan terapi alternatif kepada penderita hipertensi, mengurangi ketergantungan pada obat-obatan farmakologi yang dalam jangka panjang mungkin memiliki efek samping yang signifikan. Dengan dasar ini, penulis tertarik untuk melakukan penelitian guna menilai pengaruh pemberian jus semangka terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Temanggung pada tahun 2023. Penelitian semacam ini dapat memberikan wawasan yang berharga tentang potensi penggunaan buah-buahan, terutama jus semangka sebagai pendekatan pengobatan alternatif untuk hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif dalam desain penelitiannya. Studi kasus adalah jenis penelitian yang bertujuan untuk memahami secara mendalam satu fenomena atau kasus tertentu tanpa mempertimbangkan fenomena-fenomena lainnya (Sukmadinata, 2020). Penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi dampak pemberian jus buah semangka terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami masalah keperawatan berupa nyeri akut.

Langkah-langkah pemberian jus semangka antara lain: Mencuci tangan, Melakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum klien mengonsumsi jus buah semangka, Menyiapkan gelas dan pisau, Potong buah semangka menjadi kecil-kecil (200 gram), Masukkan kedalam blender tambahkan air 100 cc dan blender sampai halus, Tuangkan ke dalam gelas dan diminum 1 kali sehari setelah makan pagi selama 3 hari, Lakukan pemeriksaan tekanan darah setelah klien mengonsumsi jus buah semangka (Di jeda 1 jam setelah klien minum jus buah semangka).

HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

Penelitian studi kasus penulis mengambil dua subjek dengan masalah nyeri akut pada hipertensi sesuai dengan kriteria inklusi yang diinginkan. Subjek pertama adalah Ny. S yang dilakukan pengkajian pada tanggal 13 November 2023 pada jam 15.00 WIB. Diperoleh data sebagai berikut: Ny. S berjenis kelamin perempuan usia 66 Tahun yang beralamat di Tegalsari Rt 02/Rw 01, Wadas, Kandangan, Temanggung. Responden mengatakan menderita hipertensi kurang lebih sudah 8 tahun, responden mengatakan sering sekali nyeri kepala saat tekanan darahnya naik, responden tidak mengonsumsi obat untuk menurunkan tekanan darah yang dikarenakan takut menjadi ketergantungan. Saat pengkajian didapatkan tekanan darah klien 166/94 mmHg saat itu klien juga mengatakan sedang pusing.

Responden pertama sudah dilakukan pengkajian dan sesuai dengan kriteria

inklusi dari penulis selanjutnya responden mengisi lembar persetujuan untuk dilakukan penelitian dan kontrak waktu dengan cara responden bisa menghubungi penulis saat merasa nyeri kepala dan tekanan darahnya tinggi. Responden menghubungi penulis pada tanggal 14 November 2023 dan dilakukan penelitian pada tanggal 15-18 November 2023. Subjek studi kasus yang kedua adalah Ny. K yang dilakukan pengkajian pada tanggal 19 November 2023 pada jam 14.30 WIB. Diperoleh data sebagai berikut: Ny. K berjenis kelamin perempuan usia 64 Tahun yang beralamat di Tegalsari Rt 02/Rw 01, Wadas, Kandangan, Temanggung. Responden mengatakan menderita hipertensi sudah dari tahun 2008, responden mengatakan nyeri kepala saat tekanan darahnya naik, responden kedua juga tidak mengonsumsi obat untuk menurunkan tekanan darah. Saat pengkajian didapatkan tekanan darah klien 173/96 mmHg saat itu klien juga mengatakan sedang pusing. Responden kedua sudah dilakukan pengkajian dan sesuai dengan kriteria inklusi dari penulis selanjutnya responden mengisi lembar persetujuan untuk dilakukan penelitian dan kontrak waktu dengan cara responden bisa menghubungi penulis saat merasa nyeri kepala dan tekanan darahnya tinggi. Responden menghubungi penulis pada tanggal 20 November 2023 dan dilakukan penelitian pada tanggal 21-13 November 2023. Tabel 1 Hasil pengkajian identifikasi:

Variabel 1	Sub Variabel	Item Pertanyaan	Responden 1	Responden 2
Data Inti	Data Demografi	Apakah ada riwayat merokok?	Tidak	Tidak
		Apakah ada riwayat hipertensi?	Ya	Ya
		Apakah hasil tekanan darah responden lebih dari 140 mmHg?	Ya	Ya
		Apakah ada riwayat penyakit jantung?	Tidak	Tidak
		Apakah ada riwayat diabetes melitus?	Tidak	Tidak
		Apakah mengonsumsi makanan dan minuman yang menyebabkan tekanan darah meningkat?	Ya	Ya

Tidak ada Riwayat merokok pada responden 1 maupun responden 2, ada Riwayat hipertensi pada kedua responden, terdapat hasil tekanan darah darah tinggi pada kedua responden, tidak ada Riwayat jantung pada kedua responden, tidak

ada Riwayat diabetes melitus pada kedua responden, kedua responden mengonsumsi makanan dan minuman yang menyebabkan tekanan darah meningkat. Tabel 2 hasil pengkajian identifikasi nyeri:

No	Gejala/Tanda	Responden 1	Responden 2
1	Mengeluh nyeri	✓	✓
2	Tampak meringis	✓	✓
3	Bersikap protektif (mis. Waspada, posisi menghindari nyeri)	✓	✓
4	Frekuensi nadi meningkat	✓	✓
5	Sulit tidur	✓	✓
6	Tekanan darah meningkat	✓	✓
7	Nafsu makan berubah	✓	✓
8	Skala nyeri	6	5

Hasil pengkajian masalah keperawatan kedua responden 90% mengalami nyeri akut dibuktikan dengan keluhan kedua responden yaitu kedua responden

mengeluh nyeri, tampak meringis, bersifat protektif, frekuensi nadi meningkat, sulit tidur, tekanan darah meningkat, nafsu makan berubah dan

skala nyeri pada Ny. S (6) serta pada Ny. K (5). Selain melakukan pengkajian hipertensi dan pengkajian masalah

keperawatan nyeri akut pada responden, Tabel 3 melakukan identifikasi kriteria inklusi:

No	Kriteria Inklusi	Responden 1	Responden 2
1	Lansia penderita tekanan darah tinggi (Hipertensi)	✓	✓
2	Dalam klasifikasi hipertensi ringan sampai berat	✓	✓
3	Lansia dengan keluhan nyeri kepala	✓	✓
4	Tingkat kesadaran <i>compos mentis</i> atau sadar total	✓	✓
5	Mampu menelan	✓	✓
6	Lansia yang mau meminum jus semangka	✓	✓

Hasil kriteria inklusi kedua responden masuk dalam kriteria inklusi yang di buat oleh peneliti yaitu Lansia penderita tekanan darah tinggi (Hipertensi), Dalam klasifikasi hipertensi ringan sampai berat, Lansia dengan keluhan nyeri kepala, Tingkat kesadaran *compos mentis* atau sadar total, Mampu menelan dan Lansia yang mau meminum jus semangka. Evaluasi dilakukan setiap jeda 1 jam selesai melakukan tindakan keperawatan nyeri dengan pemberian jus semangka. Tujuan dilakukan evaluasi adalah untuk mengetahui keefektifan jus semangka dalam mengatasi masalah keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi yang diobservasi dengan 8 standar luaran keperawatan koordinasi responden dengan harapan nyeri berkurang setelah diberikan intervensi keperawatan 1 kali selama 3 hari berturut-turut. Hasil evaluasi kedua responden. Tabel 4 Hasil evaluasi:

Keterangan nomor 1

- 1 : Menurun
- 2 : Cukup menurun
- 3 : Sedang

4 : Cukup meningkat

5 : Meningkat

Keterangan nomor 2-7

1 : Meningkat

2 : Cukup meningkat

3 : Sedang

4 : Cukup menurun

5 : Menurun

Keterangan nomor 8-10

1 : Memburuk

2 : Cukup memburuk

3 : Sedang

4 : Cukup membaik

5 : Membaik

Hasil dari tabel diatas menunjukkan hasil selama 3 hari pemberian jus semangka kedua responden memiliki respon yang sangat baik dan

menunjukkan keberhasilan peneliti dengan pemberian jus semangka pada penderita hipertensi untuk menurunkan nyeri akutsangat baik dan menunjukkan keberhasilan peneliti dengan pemberian

jus semangka pada penderita hipertensi untuk menurunkan nyeri akut

No	Luaran Keperawatan	Responden 1 Hari ke 1	Responden 2 Hari ke 1	Responden 1 Hari ke 2	Responden 2 Hari ke 2	Responden 1 Hari ke 3	Responden 2 Hari ke 3
1	Kemampuan menuntaskan aktivitas	4	4	4	4	5	5
2	Keluhan nyeri	4	5	4	5	5	5
3	Meringis	4	4	5	5	5	5
4	Gelisah	4	4	5	5	5	5
5	Kesulitan tidur	4	4	4	4	5	5
6	Muntah	5	5	5	5	5	5
7	Mual	5	5	5	5	5	5
8	Frekuensi nadi	5	5	5	5	5	5
9	Tekanan darah	5	5	5	5	5	5
10	Nafsu makan	4	4	5	4	5	5

PEMBAHASAN

Pembahasan ini yang akan dibahas peneliti yaitu tentang perbedaan pada tahap identifikasi subjek studi kasus, identifikasi masalah, pencapaian *outcome* dan hasil evaluasi nyeri akut setelah dilakukannya tindakan oleh peneliti.

Identifikasi Subjek Studi Kasus

Identifikasi subjek studi kasus dengan cara melakukan pengkajian hipertensi. Dari pengkajian hipertensi Ny. S berusia 66 tahun di dapatkan data pasien mengalami hipertensi 8 tahun yang menimbulkan nyeri pada kepala. Responden bersedia menjadi klien untuk penelitian studi kasus yang sudah sesuai dengan kriteria inklusi peneliti.

Pengkajian hipertensi Ny. K berusia 64 tahun di dapatkan data pasien mengalami hipertensi 16 tahun yang menimbulkan nyeri pada kepala. Responden bersedia menjadi klien untuk penelitian studi kasus yang sudah sesuai dengan kriteria inklusi peneliti.

Identifikasi Nyeri Akut

Identifikasi masalah nyeri akut berdasarkan karakteristik menurut (PPNI, timpokja SDKI DPP, 2017) meliputi kemampuan menyelesaikan aktivitas, mengeluh nyeri, bersikap protektif, frekuensi nadi meningkat, sulit tidur, tekanan darah meningkat, dan nafsu makan berubah.

Hasil yang didapatkan pada kedua responden adalah:

- a. Kedua responden mengalami penurunan kemampuan menyelesaikan aktivitas saat tekanan darah meningkat dan nyeri kepala
- b. Saat tekanan darah meningkat kedua responden mengeluh nyeri kepala
- c. Kedua responden juga mengalami peningkatan frekuensi nadi serta gelisah
- d. Malam hari kedua responden mengalami kesulitan tidur
- e. Kedua responden tidak nafsu makan atau mengalami penurunan nafsu makan.

Pelaksanaan Tindakan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian jus semangka efektif untuk menurunkan tekanan darah dan juga dapat mengurangi nyeri, penelitian ini dilakukan² di Puskesmas Binaan Kandungan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tirtasari & Kojim², (2019) hal ini berhubungan antara usia dengan hipertensi. Tekanan darah orang dewasa akan bertambah seiring dengan bertambahnya usia karena organ tubuh yang semakin melemah. Sejalan pula dengan penelitian Choi dkk., (2017) bahwa disparitas jenis kelamin perempuan dalam status hipertensi lebih dominan daripada laki-laki.

³ Pemberian jus semangka berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah dan mengurangi nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Munir dan Muhajarah, (2019) tentang pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah

dengan buah semangka 100 gram, penelitian ini dilakukan 3 hari berturut-turut yang sekaligus dapat mengurangi nyeri kepala yang disertai denyutan.

Kenaikan tekanan darah dapat disebabkan oleh pola makan, konsumsi obat antihipertensi, aktivitas yang berlebih karena biasanya orang yang beraktifitas akan menjadikan tekanan darah naik, penelitian ini dilakukan¹ 3 hari berturut saat pagi hari jam 09.00 WIB.

Faktor lain penyebab tekanan darah tinggi adalah adanya zat sisa yang beracun di dalam tubuh. Dalam keadaan normal, hati mengeluarkan produk zat sisa dari usus dan kulit, dan ginjal melepaskan sisa metabolisme tubuh dari saluran kemih. Jika hati dan ginjal tidak mampu mengeluarkan sisa metabolisme tubuh, racun akan menyebar ke aliran darah, dan jika darah mengandung racun yang tidak dikeluarkan akan menghambat sirkulasi darah dan akan meningkatkan tekanan darah (Chalik, 2016).

Kadar kalium darah yang rendah juga menjadi penyebab hipertensi karena efek panjang dari kekurangan kalium akibat asupan kalium yang rendah sehingga menyebabkan retensi natrium dengan merangsang aktivitas transporter natrium di ginjal.

¹ Kandungan kalium (potassium) yang terdapat pada jus semangka sebanyak 409,1 mg Mekanisme kalium dalam mengontrol tekanan darah pada tubulus renal K ginjal di tubulus distal. Perubahan kalium serum dapat menyebabkan vasodilatasi yang

bergantung pada endotel dengan hiperpolarisasi sel otot polos endotel dan pembuluh darah. Terjadinya penurunan tekanan darah dapat menjadikan nyeri pada kepala berkurang pada penderita hipertensi. (Staruschenko2018).

Magnesium adalah vasodilator yang mengatur tekanan darah dengan mengurangi kontraktilitas pembuluh darah. Selain itu magnesium dalam sel endotel.

1

Pengaruh Pemberian Jus

Semangka untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah pedurungan. Penurunan tekanan darah setelah diberikan intervensi jus semangka hal ini karena di dalam buah semangka merupakan buah yang kaya kalium. Kalium mampu menghambat sistem renin- angiotensin, mengurangi sekresi aldosteron, dan mengurangi reabsorpsi natrium dan air di tubulus ginjal output urin meningkat, volume darah menurun, dan tekanan darah menurun. Selain itu, kalium juga menyebabkan pembuluh darah perifer melebar, menyebabkan penurunan resistensi perifer dan menurunkan tekanan darah. Semangka juga sangat bermanfaat sebagai penawar racun karena mengandung banyak air dan memiliki efek diuretik (Keswara dkk., 2017). Terapi farmakologi yang dosisnya sama dengan mengonsumsi jus semangka adalah berupa obat-obatan antihipertensi seperti diuretik dan beta-bloker.

1

Penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi disebabkan karena tingginya kandungan likopen pada semangka dan efek diuretik dari

semangka merah itu sendiri. Lycopene memiliki efek antioksidan dan diuretik serta meningkatkan kelenturan pembuluh darah yang mampu memperlancar sirkulasi darah. Hal ini pada akhirnya akan menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (Sulung & Poluan, 2018)

Semangka adalah sumber alami terkaya L-citrulline, asam amino nonesensial yang bertanggung jawab atas efek hipotensi semangka. (Lum dkk, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Massa dkk., (2016), Larginin mampu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan meningkatkan bioavailabilitas asam amino ini, yang berfungsi sebagai substrat untuk produksi endotel dari vasodilator nitrat oksida. Kandungan serat dalam buah semangka dapat membantu dalam memperlancar aliran darah tersebar sampai keseluruhan tubuh. Serat mempunyai kaitan dengan asam empedu, serat pangan akan mengurangi kadar kolesterol sehingga mampu mengikat garam empedu, dan dapat mencegah penyerapan kolesterol dalam usus sehingga darah yang pekat akan menjadi lebih encer dan tekanan perifernya akan menjadi lebih berkurang (Kholifah dkk, 2017).

EVALUASI TINDAKAN

Evaluasi penurunan nyeri pada penderita hipertensi dengan tindakan pemberian jus semangka peneliti

menggunakan 10 luaran yang setiap luaran memiliki 5 skala indikator.

Dari luaran kemampuan meningkatkan aktifitas memiliki skala indikator 1 : menurun, 2 : cukup menurun, 3 : sedang, 4 : cukup meningkat, 5 : meningkat. Dari luaran keluhan nyeri, meringis gelisah, kesulitan tidur, muntah dan mual memiliki skala indikator 1 : meningkat, 2 : cukup meningkat, 3 : sedang, 4 : cukup menurun, 5 : menurun. Dari luaran frekuensi nadi, tekanan darah dan nafsu makan memiliki skala indikator 1 : memburuk, 2 : cukup memburuk, 3 : sedang, 4 : cukup membaik, 5 : membaik menurut (PPNI 2018).

Hasil pencapaian penurunan nyeri pada kedua subjek studi kasus rata-rata 4 sampai 5 yang artinya terdapat mengurangi nyeri pada penderita hipertensi dengan jus semangka selama 1 kali dalam 3 hari. Karena setelah mengonsumsi buah semangka menjadikan tekanan darah menurun dan juga bisa menjadikan nyeri yang dirasakan berkurang, selain nyeri juga bisa menjadikan gejala-gejala lain berkurang.

Hal ini dibuktikan selama 3 hari dengan 3 kali evaluasi setiap harinya yang mendapat hasil bahwa nyeri menurun setelah diberikan jus semangka. Dari responden Ny. S dan Ny. K mengatakan jus semangka efektif untuk menurunkan tekanan darah dan mengurangi nyeri.

Pada studi kasus yang dilakukan peneliti juga memiliki kessenjangan berupa hasil pencapaian yang sama

walaupun terdapat keluhan nyeri yang berbeda diawal. Hal yang mendasari pencapaian hasil yang sama yaitu berupa latar belakang pasien berupa kemampuan dan pengalaman dalam memperhatikan yang sebelumnya pernah diajarkan oleh peneliti.

SIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan studi kasus pemberian jus semangka untuk menyelesaikan masalah nyeri akut pada pasien hipertensi selama 1 kali dalam 3 hari perawatan didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Hipertensi

Hipertensi adalah kondisi peningkatan tekanan darah, yang seringkali ditandai dengan tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg. Nyeri kepala adalah salah satu gejala yang biasanya terkait dengan hipertensi.

2. Nyeri akut

Nyeri akut adalah pengalaman sensorik atau emosional yang terkait dengan kerusakan jaringan fisik atau gangguan fungsional, yang muncul secara tiba-tiba atau bertahap, serta dapat bervariasi dalam tingkat keparahan, dan biasanya berlangsung selama kurang dari 3 bulan.

3. Jus semangka

Semangka adalah tanaman herbal yang tumbuh merambat dan mengandung komponen antihipertensi seperti kalium. Selain itu, buah semangka memiliki tingkat kandungan air yang tinggi serta mengandung asam amino, yang dapat membantu menjaga tekanan darah tetap

dalam batas **normal**. Jus semangka diberikan 1 kali sehari selama 3 hari.

Pemberian jus semangka mampu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dibuktikan dari hasil evaluasi terakhir dari tekanan darah responden satu 156/92 dengan skala nyeri 3 menjadi 132/86 dengan skala nyeri 2 sedangkan responden dua dari tekanan darah 163/93 dengan skala nyeri 3 menjadi 125/82 dengan skala nyeri 2. Kemampuan melakukan aktifitas meningkat, mual menurun, muntah menurun, pola tidur membaik, nafsu makan membaik. Pemberian jus semangka tidak disarankan pada penderita penyakit Diabetes Mellitus.

Saran Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat lebih melibatkan peran keluarga dalam pemberian jus semangka dengan meningkatkan pemberian yang efektif seperti diberikan jadwal rutinitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, D., & Martini, S. (2018). *The Relationship between Demographical Characteristic and Central Obesity with Hypertension*. Jurnal Berkala Epidemiologi, 6(1), 43.
<https://doi.org/10.20473/jbe.v6i12018.43-50>
- Amila, A., SinagaJ., & Sembiring, E. (2018). *Self Efficacy dan Gaya Hidup Pasien Hipertensi*Jurnal Kesehatan, 9(3)360.
<https://doi.org/10.26630/jk.v9i3.974>
- Aris, M(2019)*Pengaruh Pemberian Seduhan Teh Rosella (Hibiscus Sabdariffa L.) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipetensi Di Wilayah Kerja Puskesmas 1 Baturaden Kecamatan Baituraden Kabupaten Banyumas*. Skripsi
- Aswad, A. (2020). *Relaksasi Finger Hold Untuk Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomi*. Jambura Health and Sport Journal P-ISSN: 2654- 718X e-ISSN: 2656-2863, 2(1), 1–6.
- Chalik R. *Anatomi dan Fisiologi Manusia*. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2016.
- Ernawati, Rurin, dan NJannah. 2017. *Pengaruh dosis pupuk NPK dan jarak tanam terhadap pertumbuhan dan produksi selada (Lactuca sativa L.)*. Agrifor 16(2): 287-300
- Fitriyana, M., & Wirawati, M. K(2022) *Penerapan Pola Diet Dash Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalikangkung Semarang*
- Kemendes RI. (2021). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap*.
- Keswara, Dkk. 2016. *Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Rawat Inap Kemiling Bandar Lampung*. Jurnal Kesehatan Holistik, Vol 10, No. 3.
- Kholifah, S. N. (2018). *Keperawatan Gerontik*. Pusat pendidikan sumber

- daya manusia kesehatan badan pengembangan dan pemberdayaan sumber daya manusia kesehatan, 10
- Krisnanda, MY(2017). *Laporan Penelitian Hipertensi*Laporan Penelitian
- Makarim, F. R. (2021). *Buah-buahan yang Mampu Meredakan Tekanan Darah Tinggi*.
- Melanie, G. C. P. (2019). *Manajemen Pencegahan Hipertensi Pada Lansia*. 3, 40–46.
- NANDA. (2018). *Diagnosa Keperawatan* (1st ed.).
- Ns. Nanik Dwi Astutik, S.Kep., M. K. (2022). *Buku Ajar Hipertensi & Fungsi Kognitif*. 76.
- Padede, dkk. (2019). *Pengaruh pemberian jus semangka terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Hiang*. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/417>
- Putri, emma tristiana. (2018). *Efektivitas Konsumsi Semangka Yang Di Jus Dan Dimakan Secara Langsung Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Ringan – Sedang Di Posyandu Lansia Mawar Indah Desa Janggan Kecamatan Poncol Kabupaten Magetan*. *Skripsi Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun*. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/116/1/8.pdf>
- Setyani, H. L., Arifianto& Rohana, N(2019). *Pengaruh Terapi Relaksasi Guided Imagery Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi*. *Masker Medika*, 9(2), 542-550. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v9i2.468>
- Siti Imroah. (2020). *satuan acara penyuluhan manfaat jus semangka pada pasien hipertensi*. 10.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik* (1st ed.).
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatam* (1st ed.).
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi dan Tindakan Keperawatan* (1st ed.).
- Tirtasari, S. and N. Kodim (2019). *"Prevalensi dan karakteristik hipertensi pada usia dewasa muda di Indonesia."* *Tarumanagara Medical Journal* 1(2): 395- 402.
- Triyanto. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu.
- Lansia Jannati Provinsi Gorontalo*. 4(2), 178–184.
- WHO. (2021). *More Than 700 Million People with Untreated Hypertension*. <https://www.who.int/news/item/25>

-08-2021-more-than-700-million-
people- with-untreated-hypertensio

yufriza Umrah. (2022). *Pengaruh Jus
Semangka Dalam Menurunkan
Tekanan Darah Pasien Hipertensi.*
03.

Pemberian Jus Semangka untuk Mengurangi Nyeri Akut pada Lansia dengan Hipertensi.docx

ORIGINALITY REPORT

16%	16%	2%	10%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	journal.uwhs.ac.id	12%
	Internet Source	
2	repository.poltekkesbengkulu.ac.id	3%
	Internet Source	
3	www.scribd.com	1%
	Internet Source	

Exclude quotes	On	Exclude matches	< 45 words
Exclude bibliography	On		