

**PENERAPAN JUS MENTIMUN PADA LANSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI SELEBRAL TIDAK EFEKTIF**  
*Application Of Cucumber Juice In Family Nursing Care For Elderly Patients With Nursing Problems Of Ineffective Cerebral Perfusion Risk*

Arita Murwani<sup>1</sup>, Rahmawati<sup>2</sup>, Riza Yulina Amry<sup>3</sup>  
Program Studi Keperawatan STIKes Surya Global Yogyakarta  
Email: [nursearita76@gmail.com](mailto:nursearita76@gmail.com)/ 08122585734

**ABSTRACT**

**Background:** Non Communicable Disease is a challenge in the health world, globally PTM is the number 1 cause of death every year, namely cardiovascular diseases. Cardiovascular diseases are diseases caused by disturbances in the functioning of the heart and blood vessels, such as coronary heart disease, heart failure, stroke, and hypertension. The main problem that often occurs in patients with hypertension is the risk of ineffective cerebral perfusion. The risk of ineffective cerebral perfusion is caused by vascular damage to all peripheral vessels. Changes in small arteries or arterioles lead to blood vessel blockages, resulting in disrupted blood flow. **Research Objective:** Analyzing nursing care for the application of cucumber juice in patients with the nursing problem of ineffective cerebral perfusion risk. **Method:** The research method is descriptive in the form of a case study. This researcher involves two families with the issue of ineffective cerebral perfusion nursing risk. **Results:** The results of the nursing evaluation indicate that the administration of cucumber juice during 3 meetings, with 1 serving per day, resulted in a reduction of systolic and diastolic blood pressure in Mrs. S from 170/95 mmHg to 140/70 mmHg and in Mrs. D from 150/78 mmHg to 130/80 mmHg. **Conclusion:** The application of cucumber juice can address the nursing issue of cerebral perfusion risk in hypertensive patients.

**Keywords:** Cucumber, hypertension, ineffective cerebral perfusion risk

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Penyakit tidak menular (PTM) merupakan tantangan dalam dunia Kesehatan, secara global PTM menjadi penyebab kematian nomor 1 setiap tahunnya yaitu penyakit kardiovaskuler. Penyakit kardiovaskuler adalah penyakit yang disebabkan oleh gangguan fungsi jantung dan pembuluh darah, seperti penyakit jantung coroner, penyakit gagal jantung, stroke dan hipertensi. Masalah utama yang sering terjadi pada pasien penderita hipertensi yaitu risiko perfusi serebral tidak efektif. Risiko perfusi serebral tidak efektif disebabkan oleh kerusakan vaskuler pada seluruh pembuluh perifer. Perubahan arteri kecil atau arteriola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah, yang mengakibatkan aliran darah akan terganggu. **Tujuan Penelitian:** Menganalisis asuhan keperawatan penerapan jus mentimun pada pasien dengan masalah keperawatan resiko perfusi selebral tidak efektif **Metode:** 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 menunjukkan 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 selebral pada pasien hipertensi.

**Kata Kunci:** Mentimun, hipertensi, resiko perfusi selebral tidak efektif

**PENDAHULUAN**

Manusia secara alami akan mengalami proses penuaan dengan penurunan fungsi sel yang didalam tubuh sehingga akan menimbulkan penyakit degenerative atau biasa disebut penyakit tidak menular (PTM). Penyakit tidak menular adalah penyakit atau kondisi medis yang tidak dapat ditularkan dari satu individu keindividu lain. PTM merupakan tantangan dalam dunia Kesehatan, secara global PTM menjadi penyebab kematian nomor 1 setiap tahunnya yaitu penyakit kardiovaskuler. Penyakit kardiovaskuler adalah penyakit yang disebabkan oleh gangguan

fungsi jantung dan pembuluh darah, seperti penyakit jantung coroner, penyakit gagal jantung, stroke dan hipertensi (Rahayu et al., 2021). Penyakit tidak menular (PTM) merupakan tantangan dalam dunia Kesehatan, secara global PTM menjadi penyebab kematian nomor 1 setiap tahunnya yaitu penyakit kardiovaskuler. Penyakit kardiovaskuler adalah penyakit yang disebabkan oleh gangguan fungsi jantung dan pembuluh darah, seperti penyakit jantung coroner, penyakit gagal jantung, stroke dan hipertensi. Hipertensi adalah tekanan yang berasal dari aliran darah melalui arteri, yang terjadi ketika jantung

memompa darah ke seluruh tubuh. Tekanan darah merupakan faktor yang sangat penting dalam sistem peredaran darah. Tidak semua tekanan darah berada dalam batas normal sehingga menyebabkan gangguan tekanan darah, khususnya hipertensi atau tekanan darah tinggi dan tekanan darah rendah atau hipotensi (Fadlilah et al., 2020). Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan/atau darah diastolik tekanan  $\geq 90$  mmHg (Nurdesia et al., 2022).

Data WHO (2019), diketahui terdapat sekitar 1,13 miliar orang di dunia yang menderita hipertensi, artinya satu dari tiga orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita darah tinggi semakin meningkat setiap tahunnya. WHO memperkirakan pada tahun 2025, 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi dan setiap tahunnya hingga 9,4 juta orang akan meninggal karena hipertensi dan komplikasinya (Nurdesia et al., 2022). Kejadian hipertensi menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, tercatat terdapat 55,2 % lansia berusia 55 hingga 64 tahun dan 63,2% pada lansia berusia lebih dari 65 tahun. Prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 34,1%, sedangkan tahun 2019 mengalami peningkatan menjadi 36,32% (Kemenkes RI, 2018). Kejadian hipertensi pada lansia dengan jenis kelamin perempuan terlihat lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, dimana pada perempuan sebesar 40,17% dan laki-laki 34,83%. Kejadian masalah kesehatan hipertensi juga terlihat lebih tinggi di perkotaan (39,11%) dibandingkan dengan wilayah pedesaan (37,01%). Prevalensi tertinggi kejadian hipertensi di Indonesia berada di Kalimantan Selatan sebesar 44,13% (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, 2018) dan terendah berada di Papua sebesar 22,22% (Dinas Kesehatan Provinsi Papua Barat, 2018), sedangkan prevalensi hipertensi di wilayah D.I. Yogyakarta yakni sebesar 32,86% (Dinkes DIY, 2018).

Hipertensi yang terjadi pada lansia diakibatkan oleh adanya proses menua dimana terjadi penurunan keelastisitas dinding aorta, katub jantung menebal dan kaku hingga adanya penurunan kemampuan jantung dalam memompa darah (Brunner et al, 2018). Masalah utama yang sering terjadi pada pasien penderita hipertensi yaitu risiko perfusi serebral tidak efektif. Risiko perfusi serebral tidak efektif disebabkan oleh kerusakan vaskuler pada seluruh pembuluh perifer. Perubahan arteri kecil atau arteriola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah, yang mengakibatkan aliran darah akan terganggu. Sehingga suplai oksigen akan menurun dan peningkatan karbondioksida kemudian terjadi metabolisme anaerob di dalam tubuh mengakibatkan peningkatan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak yang disebabkan karena adanya penyempitan pembuluh darah vaskuler cerebral secara tidak adekuat akibat dari peningkatan tekanan

darah vaskuler cerebral tersebut sehingga menekan serabut saraf otak dapat mengakibatkan peningkatan tekanan intracranial yang dapat menyebabkan penurunan sirkulasi darah ke otak (Sylvia Anderson & Wilson, 2012). Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi yaitu dengan dua cara yakni secara farmakologi dan non farmakologi (Fathinah & Dermawan, 2021).

Secara non farmakologis dapat dijadikan sebagai pendamping dari penatalaksanaan secara farmakologi atau bisa dilakukan secara bersamaan untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal. Penatalaksanaan secara farmakologi yaitu dengan pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik dan vasodilator. Sedangkan secara non farmakologi yaitu dengan cara melakukan penurunan berat badan, melakukan olahraga secara teratur, diet rendah garam, diet rendah lemak, dan dengan obat herbal dari berbagai jenis buah dan sayur. Beberapa jenis buah dan sayur yang berkhasiat menurunkan tekanan darah tinggi antara lain seledri, mentimun, labu siam, selada air, lobak, tomat, belimbing wuluh, belimbing manis, semangka, wortel, pisang, apel, dan kiwi. Dari berbagai buah-buahan ini, kandungan pada mentimun yang mampu membantu menurunkan, dan menstabilkan tekanan darah karena mentimun yang bersifat diuretik karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah, yakni pada timun yang berukuran sekitar 17 sentimeter terkandung potasium sebanyak sekitar 273 miligram. Potasium ini tergolong sebagai elektrolit, yang akan bisa membantu mengontrol jumlah sodium yang disimpan oleh ginjal, dan tidak semua jenis buah mengandung potasium sebanyak yang dimiliki oleh mentimun, selain itu mentimun juga merupakan sayuran yang mudah di dapat dan harganya pun murah. Dikalangan masyarakat umum, mentimun sudah lazim dikonsumsi untuk sekedar pelengkap hidangan, serta bisa menjadi solusi untuk mengobati hipertensi secara non farmakologis (Ivana et al., 2021).

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 (Dendy Kharisna et al., 2023).

## **METODE**

Metode penelitian ini adalah deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan melibatkan dua keluarga dengan masalah keperawatan resiko perfusi selebral tidak efektif di Pedukuhan Trayeman pada tanggal 15 April -17 April 2025. Penelitian ini telah mendapatkan nomor etik dengan No: 2.06/KEPK/SSG/III/2025

## HASIL

Hasil yang didapatkan adalah sebagai berikut; Ny. S berjenis kelamin Perempuan, berusia 68 tahun, pasien berasal dari Dusun Trayeman Pleret. Pasien beragama Islam, suku Jawa dan berkebangsaan Indonesia. Ny. S bekerja sebagai Irt, Pendidikan terakhir SMA. Didalam kartu keluarganya Ny. S sebagai kepala keluarga karena suaminya sudah meninggal pada tahun 2019. Pemeriksaan fisik pada Ny. S didapatkan hasil yaitu: keadaan umum baik, pasien mengeluh nyeri kapala bagian belakang, tekanan darah 174/95 mmHg, Gds: 142/mg/dl, N: 80x/menit, S: 316,1 C, RR: 22x/menit. pada Ny. D didapatkan data berjenis kelamin Perempuan, usia 67 tahun, pasien berasal dari dusun trayeman pleret. Pasien beragama islam, suku Jawa dan berkebangsaan Indonesia. Ny. D bekerja sebagai penjual pecel dan bakmie, Pendidikan terakhir SD, didalam kartu keluarga Ny. D sebagai kepala keluarga karena suaminya sudah meninggal Pemeriksaan fisik pada keluarga Ny. D didapatkan hasil yaitu: keadaan umum, pasien mengeluh nyeri kepala bagian belakang dan menjalar kebagian leher, tekanan darah 150/78 mmHg, gds:116mg/dl. N: 80x/menit, S: 36,3 C, RR: 21x/menit. Maka peneliti menegakan diagnosa keperawatan adalah perfusi serebral meningkat dengan kriteria hasil (L. 02014): tekanan darah sistolik dan diastolic membaik, sakit kepala menurun, tekanan intra kranial menurun. Sedangkan untuk SIKI yaitu: manajemen peningkatan tekanan intracranial (I. 09325), Identifikasi penyebab peningkatan TIK (mis. lesi, gangguan metabolisme, edema serebral), monitor tanda/gejala peningkatan TIK (Mis. Tekanan darah meningkat, tekanan nadi, pola napas), Minimalkan stimulus dengan menyediakan lingkungan yang tenang, Berikan posisi semi fowler dan Berikan terapi jus mentimun.

Tahap perencanaan dan pelaksanaa peneliti lebih memfokuskan untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. S dan Ny. D sehingga perumusan rencana tindakan dilakukan meningkatkan perfusi serebral dengan menurunkan tekanan darah sistolik/diastolic serta menurunkan nyeri kepala yang dirasakan pasien, dengan penerapan jus mentimun selama 3 kali pertemuan dengan waktu 15-30 menit. Dalam pelaksanaan intervensi peneliti menerapkan sesuai dengan SOP yang sudah ada. peneliti melakukan wawancara dan mengobersasi terkait tekana darah responden dan keluhan yang dirasakan dan dapatkan hasil pada Ny. S mengatakan mengeluh nyeri kapala bagian belakang dan memiliki Riwayat hipertensi 4 tahun yang sudah tidak terkontrol, TD:174/95 mmHg, sedangkan pada Ny. D mengeluh nyeri kepala bagian belakang dan menjalar kebagian leher dan memiliki riwayat hipertensi yang tidak terkontrol, TD:150/78 mmHg, N: 80x/menit, S:36,3C, RR:21x/mnt.

Implementasi yang dilakukan yaitu, pada hari pertama tanggal 15 April 2025 Pukul 09.00 WIB yaitu

membina hubungan saling percaya dengan Ny. S, mempersiapkan alat, mengobservasi reaksi no verbal ketidaknyaman, melakukan pengkajian identifikasi penyebab peningkatan Tekanan Intra Kranial (TIK), monitor tanda/gejala peningkatan TIK, Minimalkan stimulus dengan menyediakan lingkungan yang tenang, Berikan posisi semi fowler, Berikan terapi jus mentimun sebanyak 250 ml dengan waktu 15-30 menit serta melibatkan anggota keluarga dirumah. Sedangkan pada pukul 09.30 WIB Pada Ny. D yaitu membina hubungan saling percaya dengan Ny. S, mempersiapkan alat, mengobservasi reaksi no verbal ketidaknyaman, melakukan pengkajian identifikasi penyebab peningkatan TIK, monitor tanda/gejala peningkatan TIK (Mis. Tekanan darah meningkat, tekanan nadi, pola napas), Minimalkan stimulus dengan menyediakan lingkungan yang tenang, Berikan posisi semi fowler, Berikan terapi jus mentimun sebanyak 250 ml dengan waktu 15-30 menit serta melibatkan anggota keluarga dirumah. evaluasi dilakukan pada tanggal 15 april 2025 dinilai berdasarkan implementasi yang dilakukan pemberian jus mentimun data subjektif yang bersumber dari Ny. S mengatakan mengatakan masih mengeluh nyeri kapala bagian belakang. O: Ny. S terlihat memegang kepala bagian belakang saat merasakan nyeri dan menghabiskan jus mentimun yang diberikan sebanyak (250 ml) 1 kali sehari TD: 165/85 mmHg, N: 80 x/menit, S:36,1oC, RR:21 x/mnt, A: masalah belum teratasi, P: lanjut intervensi: Memonitor tanda/gejala peningkatan TIK dan melakukan pemberian jus mentimun. Sedangkan pada Ny. D dihari pertama didapat data subjektif: Ny. D mengatakan masih mengeluh nyeri kepala bagian belakang dan menjalar kebagian leher, O: pasien terlihat memegang leher bagian belakang saat merasakan nyeri dan pasien menghabiskan jus mentimun yang diberikan sebanyak (250 ml) 1 kali sehari, TD:150/78 mmHg, N: 80x/menit, S:36,3oC, RR:21x/mnt, A: masalah belum teratasi, P: lanjut intervensi: Memonitor tanda/gejala peningkatan TIK (Mis Tekanan darah meningkat, tekanan nadi: pola napas, suhu), Melakukan pemberian terapi jus mentimun.

Implementasi hari kedua pada tanggal 16 April 2025 Pukul 09.00 WIB pada Ny. S yaitu: Melakukan pemberian jus mentimun sebanyak (250 ml), 1 kali sehari dengan waktu 15-30 menit, Memonitor tanda/gejala peningkatan TIK (Mis. Tekanan darah meningkat, tekanan nadi: pola napas, suhu). Sedangkan pada pukul 09.30 WIB Pada Ny. D yaitu: Melakukan pemberian jus mentimun sebanyak (250 ml), 1 kali sehari dengan waktu 15-30 menit, Memonitor tanda/gejala peningkatan TIK (Mis. Tekanan darah meningkat, tekanan nadi: pola napas, suhu). Saat dilakukan implementasi hari kedua pada tanggal 16 April 2025 dilakukan evaluasi setelah pemberian jus mentimun Dimana didapatkan data subjektif pada Ny. S mengatakan nyeri kepalanya sedikit membaik di

bandingkan sebelumnya dan badanya terasa lebih rileks, menghabiskan jus yang diberikan sebanyak (250 ml) 1 kali sehari dan tekanan darah pasien sudah mulai membaik, Td: 144/71 mmHg, N: 90 x/menit, S:36,0 C, RR:20 x/mnt. Sedangkan pada Ny. D evaluasi kedua dilakukan dihari yang sama didapatkan data subjektif Ny. D mengatakan nyeri kepala bagian sudah mulai membaik dibandingkan sebelumnya dan badanya sedikit lebih rileks, pasien menghabiskan jus mentimun yang diberikan sebanyak (250 ml) 1 kali sehari dan tekanan darah pasien sudah mulai membaik TD:145/78 mmHg, N: 80x/menit, S:36,1C, RR:22x/mnt,

Sedangkan pada hari Ketika tanggal 17 April 2025 Pukul 09.00 pada Ny. S yaitu: Melakukan pemberian jus mentimun sebanyak (250 ml), 1 kali sehari dengan waktu 15-30 menit. Memonitor tanda/gejala peningkatan TIK (Mis. Tekanan darah meningkat, tekanan nadi: pola napas, suhu). Sedangkan pukul 09.30 WIB pada Ny. D Melakukan pemberian jus mentimun sebanyak (250 ml), 1 kali sehari dengan waktu 15-30 menit. Memonitor tanda/gejala peningkatan TIK (Mis. Tekanan darah meningkat, tekanan nadi: pola napas, suhu). Saat dilakukan implemetasi hari ketiga pada tanggal 17 april 2025 dilakukan evaluasi setelah pemberian jus mentimun pada Ny. S Dimana data subjektif yang bersumber dari pasien mengatakan setelah minum jus mentimun selama 3 kali badanya terasa lebih rileks, nyeri yang dirasakan pada kepala bagian belakang dan ketegangan otot tengkuk yang dirasakan berkurang, pemberian jus mentimun sebanyak (250 ml) 1 kali sehari dan tekanan darah pasien sudah mulai membaik Td: 140/70 mmhg N: 90 x/menit, S:36,0 C, RR:20 x/mnt. Sedangkan pada Ny. D evaluasi ketiga dilakukan dihari yang sama didapatkan data subjektif Ny. D mengatakan setelah minum jus mentimun selama 3 kali badanya terasa lebih rileks, nyeri yang dirasakan pada kepala bagian belakang dan ketegangan otot tengkuk yang dirasakan berkurang, pasien menghabiskan jus mentimun yang diberikan sebanyak (250 ml) 1 kali sehari dan tekanan darah sistolik/diastolic pasien sudah mulai membaik, Td 130/80 mmhg, N: 90 x/menit, S:36,0C, RR:21x/mnt

## PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas berdasarkan studi kasus pada klien 1 (Ny. S) dan klien 2 (Ny. D) di Pedukuhan Trayeman.. Hipertensi bisa terjadi pada segala usia, namun paling sering dijumpai pada usia 35 tahun atau lebih. Hal ini disebabkan oleh perubahan alami pada jantung, pembuluh darah dan hormon. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Loleo (2021), Selain umur, Pendidikan juga mempengaruhi tingginya tekanan darah, Dimana pada penelitian ini masih ada responden yang memiliki Tingkat Pendidikan rendah yaitu SD (18,75). Tingkat

pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat, terutama mencegah kejadian hipertensi. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pula kemampuan seseorang dalam menjaga pola hidupnya agar tetap.

Selain itu, jenis pekerjaan responden yaitu IRT (Ibu Rumah Tangga), pedagang, hal ini kemungkinan disebabkan oleh kurangnya aktivitas yang dilakukan ibu rumah tangga dimana kebanyakan mereka hanya berdiam diri di rumah dengan rutinitas yang membuat mereka merasa suntuk. Berbeda dengan ibu yang bekerja yang justru lebih banyak aktivitasnya dan menyempatkan waktu untuk melakukan olahraga. Selain itu biasanya ibu yang bekerja biasanya lebih aktif daripada ibu yang tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga. Hal ini sesuai dengan pernyataan.Dendy Kharisna et al. (2023) individu yang aktivitasnya rendah berisiko terkena hipertensi 30-50% daripada individu yang aktif.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Pringgayuda et al., 2021), Jenis kelamin juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan. Perempuan cenderung menderita hipertensi dari pada laki-laki. Pada penelitian yang dilakukan (Pringgayuda et al., 2021), didapatkan sebanyak 27,5% perempuan mengalami hipertensi, sedangkan untuk laki-laki hanya sebesar 5,8%. Perempuan akan mengalami peningkatan resiko tekanan darah tinggi (hipertensi) setelah menopause yaitu usia diatas 45 tahun. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu responden dengan berjenis kelamin Perempuan dengan hipertensi. Pada penelitian ini dilakukan pemberian jus mentimun pada pasien dengan hipertensi, diketahui dari penelitian sebelumnya jus mentimun efektif untuk menurunkan tekanan darah.

Jus mentimun mengandung *potassium* bermanfaat membersihkan zat karbon dioksida dalam darah, memicu kerja otot dan simpul saraf serta mengatur tekanan osmotik Bersama natrium. Kandungan mineral kalium, magnesium dan serta dalam mentimun bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah. Mineral magnesium berperan melancarkan aliran darah, selain itu mentimun bersifat *diuretic* karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Unsur fosfor, asam folat dan vitamin C pada mentimun bermanfaat menghilangkan ketegangan atau stress (Wijaya, 2019). Sebuah penelitian yang dilakukan Marvia (2020), menemukan bahwa asupan jus

mentimun secara teratur menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, jus mentimun digunakan sangat efektif untuk menurunkan hipertensi pada pasien hipertensi (Marvia, 2020).

Penelitian ini juga didukung oleh beberapa faktor yang tidak diteliti tapi memungkinkan dapat mempengaruhi pemberian terapi jus mentimun dalam penurunan tekanan darah yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terkait keadaan fisik dan psikis responden adalah motivasi responden yang dapat meningkatkan keinginan responden untuk meminum jus mentimun. Kandungan mineral dari mentimun yaitu potasium, magnesium dan fosfor dapat mengobati hipertensi. Selain itu mentimun juga bersifat diuretik karena kandungan airnya yang tinggi juga berfungsi sebagai penurun tekanan darah. Mengonsumsi mentimun juga dapat menurunkan berat badan karena kandungan kalornya yang rendah dan kaya akan serat (Pringgayuda et al., 2021)). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yulianti & Lismayanti (2020), intervensi jus mentimun terbukti tekanan darahnya mengalami perubahan selama 3 kali penerapan intervensi yaitu pada hari pertama 160/100 mmHg, hari kedua 150/90 mmHg, dan menurun menjadi 144/80 mmHg. Penelitian ini juga didukung oleh beberapa faktor yang tidak diteliti tapi memungkinkan dapat mempengaruhi pemberian terapi jus mentimun dalam penurunan tekanan darah yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terkait keadaan fisik dan psikis responden adalah motivasi responden yang dapat meningkatkan keinginan responden untuk meminum jus mentimun (Yulianti & Lismayanti, 2020). Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi adalah segala hal yang berada diluar individu misalnya kesibukan masing-masing

responden diluar rumah dapat mengakibatkan kurangnya atau tidak sesuai jadwal meminum jus mentimun yang sudah diberikan peneliti dengan penjelasan yang sudah diberikan.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah pemberian jus mentimun terhadap masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif berhasil diterapkan. 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.

## SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas penulis memberikan saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Klien

Diharapkan keluarga mampu mengenali tanda gejala, penatalaksanaan penyakit hipertensi yang diderita serta melakukan pencegahan dan penanganan pada keluarga

### 2. Bagi ilmu keperawatan keluarga

Dapat dijadikan acuan aplikatif bagi pengembangan asuhan keperawatan khususnya pada keluarga dengan penyakit hipertensi dengan resiko perfusi serebral tidak efektif

### 3. Bagi peneliti

Memberi referensi dan masukan untuk memperluas keilmuan tentang penyakit hipertensi dan menjadi bahan peneliti selanjutnya

## DAFTAR PUSTAKA

- Dendy Kharisna, Wan Nisfha Dewi, & Widia Lestari. (2023). Efektifitas Konsumsi Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ners Indonesia*, 2(2).
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. (2018). Profil Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan 2018. In *Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Papua Barat. (2018). Profil Kesehatan Provinsi Papua Barat Tahun 2018. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Dinkes DIY. (2018). Profil Kesehatan Propinsi Yogyakarta. In *Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*.
- Fadlilah, S., Hamdani Rahil, N., & Lanni, F. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (SPO2). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 21–30. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.408>
- Fathinah, R. Z., & Dermawan, D. (2021). Penatalaksanaan Pemberian Rebusan Daun Alpukat Dan Kompres Hangat Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kelurahan Sukoharjo. *Indonesian Journal on Medical Science*, 8(2). <https://doi.org/10.55181/ijms.v8i2.330>
- 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.

<https://doi.org/10.51143/jksi.v6i1.263>

- Marvia, E. (2020). Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Lingkungan Dasan Sari Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk. *Prima : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(1). <https://doi.org/10.47506/jpri.v6i1.172>
- Nurdesia, M., Ali, M., & Sativani, Z. (2022). Pengaruh Aerobic Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Studi Literatur Effect Of Aerobic Exercise On Blood Pressure In Patients With Hypertension: A Literature Study. *Indonesian Journal of Physiotherapy*, 1(2), 69–80. <https://doi.org/10.52019/ijpt.v1i2.3333>
- Pringgayuda, F., Cikwanto, C., & Hidayat, Z. Z. (2021). Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1). <https://doi.org/10.52657/jik.v10i1.1313>
- Rahayu, D., Irawan, H., Santoso, P., Susilowati, E., Atmojo, D. S., & Kristanto, H. (2021). Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(1). <https://doi.org/10.37287/jpm.v3i1.449>
- Sylvia Anderson, P., & Wilson, L. M. (2012). Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit Edisi 6 Volume 2. In *Elsevier Science* (Vol. 2).
- Wijaya. (2019). *Kandungan Buah Mentimun Bagi Tubuh*. Graha Ilmu.
- Yulianti, D., & Lismayanti, L. (2020). Penerapan Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2.