

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan asuhan keperawatan keluarga pada Ny. C dengan masalah manajemen keluarga tidak efektif pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cikoneng tepatnya di Dusun Colendra RT. 013 RW. 05, Desa Sindangsari, Kecamatan Cikoneng, Kabupaten Ciamis, maka penulis dapat menarik kesimpulan dari proses, pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, evaluasi keperawatan dan dokumentasi keperawatan sebagai berikut:

5.1.1 Pengkajian

Pengkajian keperawatan merupakan sebuah proses tahap awal dilakukannya sebuah proses keperawatan yang memiliki tujuan untuk mengumpulkan data klien untuk menggali masalah pada klien. Hasil pengkajian pertama pada tanggal 31 Mei 2023 didapati masalah keluarga klien Ny. C yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif karena keluarga jarang memeriksakan kesehatannya ke fasilitas kesehatan dan sudah jarang meminum obat penurun darah tinggi.

Tanda-tanda vital hari pertama tanggal 31 Mei 2023 sebelum pemberian buah melon Tekanan darah: 160/100 mmHg, nadi: 80x/menit, respirasi 21x/menit, suhu 35,6 C pasien merasa cemas dengan keadaanya.

5.1.2 Diagnosa Keperawatan

Setelah dilakukan tahapan pengkajian pada Ny. C dengan masalah manajemen kesehatan tidak efektif pada pasien hipertensi, ditemukan suatu permasalahan yang kemudian dirumuskan menjadi diagnosa keperawatan keluarga tidak efektif (D.0115) berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga yang sakit dan ketidakmampuan keluarga mengambil keputusan yang tepat.

5.1.3 Intervensi Keperawatan

Pada tahap perencanaan ini dilakukan bersama klien dan keluarga berdasarkan permasalahan yang diperoleh, kemampuan, situasi, kondisi serta sarana prasarana yang ada. Perencanaan dalam studi kasus ini adalah pemberian buah melon (*Cucumis melo L*) untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yang dilakukan selama 3 hari pemberian.

5.1.4 Implementasi Keperawatan

Tindakan keperawatan terhadap pasien dapat dilakukan sesuai dengan rencana asuhan keperawatan yang telah disusun, tetapi diberikan sesuai situasi dan kondisi pasien, sarana dan prasarana, serta waktu pelaksanaan, termasuk keterbatasan penulis dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif.

5.1.5 Evaluasi

Evaluasi hasil tindakan asuhan keperawatan yang telah diberikan pada pasien. Hari pertama dilakukan pada tanggal 31 Mei 2023 saat dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital tekanan darah pasien Tekanan darah: 160/100 mmHg, nadi: 80x/menit, respirasi 21x/menit, suhu 35,6 C pasien merasa cemas dengan keadaanya.

Hari ke-2 kunjungan yang dilakukan pada tanggal 01 Juni 2023 pukul 08.50 WIB penulis mulai memberikan intervensi pemberian pertama buah melon sebanyak 300 gram, pasien disuruh memakan secara perlahan dan menikmatinya. Hasil pemeriksaan pada hari ke-2 didapatkan hasil tekanan darah pasien turun menjadi TD: 150/90 mmHg.

Hari ke-3 kunjungan pada tanggal 02 Juni 2023 pukul 10.00 WIB pemberian kedua dengan intervensi pemberian buah melon, pasien lebih tenang dan cemas berkurang. Saat dilakukan pemeriksaan tekanan darah didapat hasil TD: 160/90 mmHg.

Hari ke-4 tanggal 03 Juni 2023 pukul 09.00 pemberian ketiga intervensi buah melon, pasien merasa makin tenang gejala pusing dan kaku dibagian kuduk terasa hilang timbul TD: 150/90 mmHg, pasien juga mengatakan akan rutin mengontrol kesehatannya ke fasilitas kesehatan.

Setelah diberikan intervensi dan implementasi pemberian buah melon terdapat masalah yang teratasi sebagian, dikarenakan masalah tekanan darah pasien yang tadinya 160/100 MmHg menjadi 150/90 MmHg setelah dilakukan pemberian buah melon selama 3 hari dan pasien masih dikategorikan sebagai hipertensi tahap 1. Terbukti bahwa pemberian buah melon dapat menurunkan tekanan darah, sehingga diharapkan klien dapat melakukan tindakan secara mandiri di rumah. sesuai dengan penelitian Anindea tahun 2019 dalam (Eliza et al., 2021) Pengaruh Pemberian Buah Melon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Penderita Hipertensi Usia 41-64 Tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi melon sebanyak 200g selama 9 hari memiliki efek penurunan tekanan darah baik sistolik dan diastolik.

Pasien juga mengatakan akan menggunakan fasilitas kesehatan untuk mengontrol penyakitnya agar tekanan darah klien mencapai angka normal, dan kondisi klien bisa normal kembali. Dengan diberikannya terapi non farmakologi pemberian buah melon terbukti bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, manfaat terapi akan maksimal apabila dilakukan secara berkala, bertahap dan melibatkan keluarga.

5.1.6 Dokumentasi

Proses asuhan keperawatan yang terdiri dari pengkajian. Diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi Seluruh tindakan keperawatan selanjutnya didokumentasikan oleh penulis sebagai persyaratan legal dalam setiap lingkungan masyarakat. Kemudian hasil tersebut didokumentasikan dalam Karya Tulis Ilmiah.

5.2 Saran

Setelah penulis melakukan tindakan asuhan keperawatan keluarga pada Ny. C dengan masalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif pada klien hipertensi di Wilayah UPTD Kesehatan Puskesmas Cikoneng, Dusun Colendra RT. 013 RW. 05, Desa Sindangsari, Kecamatan Cikoneng, Kabupaten Ciamis. Pada tanggal 04 Juli 2023 dilakukanya sidang Karya Tulis Ilmiah ini, maka penulis menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi pasien dan Keluarga

Dari hasil penelitian ini sebaiknya keluarga meningkatkan motivasi klien untuk berperilaku hidup sehat, penjaga pola makan, teratur melakukan pemeriksaan kesehatan ke fasilitas kesehatan untuk kesembuhan klien dan sebagai salah satu upaya untuk mencegah dan timbulnya komplikasi penyakit lain yang berhubungan dengan penyakit hipertensi. Serta harapanya pasien mengkonsumsi buah melon setiap harinya sesuai yang telah dianjurkan penulis.

5.2.2 Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat luas khususnya yang menderita hipertensi agar melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin ke fasilitas kesehatan yang terdekat dan meminum obat hipertensi sesuai anjuran dokter. Serta harus mencari berbagai informasi mengenal cara penanganan hipertensi komplikasi apa yang dapat terjadi, serta mengetahui makanan dan obat-obatan herbal apa yang dapat menurunkan tekanan darah.

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai peningkatan kualitas dan pengetahuan perihal penyakit hipertensi dan cara pencegahan maupun penangananya. Penulis mengharapkan untuk memperbanyak buku dengan terbitan terbaru mengenal kasus tentang asuhan keperawatan pada pasien hipertensi, sehingga dapat digunakan sebagai referensi yang baru untuk mempermudah mahasiswa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.

5.2.4 Bagi Mahasiswa

Diharapkan agar karya tulis ilmiah ini dapat menambah wawasan ilmu dan juga pengetahuan bagi penulis dalam memberikan dan menyusun asuhan keperawatan pada pasien hipertensi sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Program Studi D-III Keperawatan STIKes Muhammadiyah Ciamis.

5.2.5 Bagi Penulis Selanjutnya

Bagi penulis diharapkan lebih mendalam dalam memberikan asuhan keperawatan keluarga. Penulis tidak sepenuhnya melakukan intervensi yang telah disusun karena terdapat faktor kendala yaitu waktu, lingkungan, dan keluarga dalam penyusunannya. Maka dari itu bagi penulis selanjutnya agar lebih maksimal dalam memberikan asuhan keperawatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, E., & Pradana, A. A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia: Literature Review. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 5(1), 41–48.
- Anindea, N. M., Ambarwati, R., Tursilowati, S., & Supadi, J. (2019). Pengaruh Pemberian Buah Melon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Penderita Hipertensi Usia 41-64 Tahun. *Jurnal Riset Gizi*, 7(1), 9–14.
- Ansar, J., Dwinata, I., & Apriani, M. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu Di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 28–35.
- Desira, M., Sulendri, N. K. S., Luthfiah, F., & Suhaema, S. (2019). Pemberian Puding Tomat Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Babakan, Kota Mataram. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 4(1), 31–39.
- Dewi, I. K., Sopiah, P., & Rosyda, R. (2023). Pengaruh Rebusan Ketumbar Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Narrative Literature Review. *Teknosains: Jurnal Sains, Teknologi Dan Informatika*, 10(2), 262–266.
- Drajayati, E. J. (2021). *Gambaran Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Lansia Mengikuti Senam: Literature Review*. Universitas Hasanuddin.
- Efendi, H., & Larasati, T. A. (2017). Dukungan Keluarga Dalam Manajemen Penyakit Hipertensi. *Jurnal Majority*, 6(1), 34–40.
- Eliza, E., Lestari, A., Sumarman, S., & Yunianto, A. E. (2021). Pengaruh Pemberian Puding Pisang Melon Dan Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Riset Gizi*, 9(1), 28–32. <https://doi.org/10.31983/Jrg.V9i1.6769>
- Essa, N. P. (2022). *Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. K Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya*. Stikes Hang Tuah Surabaya.
- Fachrul Iman, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Hipertensi Dengan Nyeri Akut Di Ruang Dahlia li Rsud Ciamis*.
- Febriyanti, R. (2020). *Penyuluhan Sosial: Membaca Konteks Dan Memberdayakan Masyarakat*. Lekkas.
- Firmansyah, A., & Sherina, N. (2022). Studi Kasus Implementasi Terapi Non Farmakologi Air Rebusan Daun Salam Dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Keluarga Dengan Hipertensi: A Case Study Implementation Of Non-Pharmacological Therapy With Bay Leaf Decoction Water In Controlling Blood Pressure. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal Of Nursing)*, 8(4), 607–611.
- Fuinkali, F. E., Putra, K. W. R., Triestuning, E., & Riesmiyatiningdyah, R. (2021). *Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Keluarga Tn. S Dengan Diagnosa Medis Hipertendi Di Desa Rangkah Kidul, Kabupaten Sidoarjo, Kecamatan Sidoarjo*. Politeknik Kesehatan Kerta Cendekia.
- Hadi, A. (2023). The Relationship Between Self-Efficacy And Family Support, Adherence To Taking Hypertension Medication. *Asian Journal Of Healthcare Analytics*, 2(1), 151–164.
- Hamdan, H., & Musniati, N. (2020). Ekstrak Daun Sirsak Terhadap Tekanan

- Darah Pada Hipertensi. *Journal Of Holistic And Traditional Medicine*, 5(02), 439–447.
- Handayani, A., Yulianti, P. D., & Setiawan, A. (2019). Mindful Parenting Based On Family Life Cycle [Mengasuh Berkesadaran Berdasarkan Tahap Perkembangan Keluarga]. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 35(1).
- Hasanah, U., & Tri Pakarti, A. (2021). Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(4), 502–511.
- Hasyanah, N. U. R. (2022). *Asuhan Keperawatan Keluarga Terhadap individu Ny. R Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Pada Kasus Stroke Diwilayah Kerja Puskesmas Kotabumi li Kabupaten Lampung Utara Tanggal 21-23 Februari 2022*. Poltekkes Tanjungkarang.
- Huda, A. N., Suwarno, W. B., & Maharijaya, A. (2018). Karakteristik Buah Melon (Cucumis Melo L.) Pada Lima Stadia Kematangan. *Jurnal Agronomi Indonesia (Indonesian Journal Of Agronomy)*, 46(3), 298–305.
- Kamilah, N. (2021). *Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Di Tangerang*. Akademi Keperawatan Berkala Widya Husada.
- Kanadita, N. (2021). *Hubungan Kebiasaan Makan Keluarga Dengan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Mahasiswa Kesehatan Di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*.
- Karlina, A. W. (2022). *Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tn. S Dengan Diagnosa Medis Dermatitis Atopik Di Wilayah Dusun Sirapan Desa Kemangsen Sidoarjo*. Stikes Hang Tuah Surabaya.
- Kurniawan, I., Sriyati, M. K., & Sugiyono, A. M. K. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Ngudi Waras Di Dusun Pelemsewu Panggung Harjo Sewon Bantul*. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Kusariana, N., & Manik, W. C. O. (2020). Peningkatan Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi Melalui Pemberdayaan Kader Kesehatan Di Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pematang. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Undip 2020*, 1(1).
- Makmun, M., & Rahmawati, S. (2022). Peran Orang Tua Dalam Pembentukan Keluarga Married By Accident. *Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 7(1), 1–16.
- Mantari, T. (2021). *Hubungan Kebiasaan Mencuci Tangan Pakai Sabun Dengan Air Mengalir Terhadap Kejadian Stunting Di Desa Koncang, Kecamatan Cipeucang, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten Dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam*. Universitas Yarsi.
- Mardiyanti, A., Lindawati, T., & Khasanah, U. (2018). Tiga Alasan Buah Melon Banyak Disukai Orang. *Universitas Nahdlatul Ulama Sidoarjo, Universitas Nahdlatul Ulama Sidoarjo*.
- Marlina, D., Taadi, T., & Hidayati, S. (2019). *Hubungan Peran Orang Tua Dalam Kemampuanelihara Diri Kesehatan Gigi Dan Mulut Dengan Status Karies Pada Anak Retardasi Mental Di Slb C*. Polteknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta.
- Marwanto, Y. N. (2022). *Pengaruh Pemberian Teh Sari Bunga Telang (Clitoria Ternatea) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Musyarofah, M. (2021). Pendidikan Agama Sebagai Dasar Dalam Membangun

- Ketahanan Keluarga. *Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 8(02), 112–130.
- Nopitasari, B. L., Adikusuma, W., Qiyaam, N., & Fatmala, A. (2019). Pengaruh Kepatuhan Dan Ketepatan Waktu Minum Obat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Primer. *Jurnal Ulul Albab*, 23(1), 28–32.
- Noviati, E. (2021). Pengaruh Senam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Dusun Cintasari Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran. *Jurnal Kesehatan: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Kebidanan, Farmasi Dan Analis Kesehatan, Sekolah Tinggi Kesehatan Muhammadiyah Ciamis*, 8(2), 14–25.
- Nurhayati, I. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Keluarga Tentang Hipertensi Dengan Klasifikasi Hipertensi. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 18(2), 72–80.
- Nurmalita, V., Annisaa, E., & Pramono, D. (2019). *Hubungan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi*. Faculty Of Medicine.
- Pamungkas, R. A., Rohimah, S., & Zen, D. N. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Berobat Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciamis Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 2(1), 9–18.
- Permata, F., Andri, J., Padila, P., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Teknik Alternate Nostril Breathing Exercise. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 3(2), 60–69.
- Pradana, W. (2023). *Hubungan Antara Fungsi Afektif Dan Fungsi Ekonomi Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Rural*. Universitas Dr. Soebandi.
- Priharsiwati, D., & Kurniawati, T. (2021). Gambaran Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2: Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 324–335.
- Purwono, J., & Ayubbana, S. (2021). Penerapan Aroma Terapi Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2), 166–174.
- Putra, F. (2021). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Hipertensi Primer Dengan Masalah Intoleransi Aktivitas Di Wilayah Kerja Puskesmas Wates Kabupaten Pringsewu Tahun 2021*. Universitas Muhammadiyah Pringsewu.
- Rahmatika, A. F. (2021). Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Medika Utama*, 2(02 Januari), 706–710.
- Ratna, R., & Aswad, A. (2019). Efektivitas Terapi Pijat Refleksi Dan Terapi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jambura Health And Sport Journal*, 1(1), 33–40.
- Restianingsih, U. M. I. (2019). *Gambaran Klinis Pasien Hipertensi Di Rsud Ajibarang*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Rina, D., Fitria, N., & Hendrawati, H. (2021). Literature Review Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 7(1), 15–19.
- Rohmawati, D. L., & Prawoto, E. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Peduli Hipertensi Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah Melalui Terapi Komplementer. *Jurnal Of Community Health Development*, 1(01), 62–67.
- Safitri, A. (2020). *Studi Literatur: Asuhan Keperawatan Keluarga Penderita Skizofrenia Dengan Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah Kronis*. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

- Sari, S. M. (2022). *Skripsi: Perbandingan Sistem Tanam Bracket Pot, Tunnel Ajir, Dan Tali Rambatan Pada Seleksi Galur Murni Melon Makuwauri*. Politeknik Negeri Lampung.
- Sefiana, M. (2021). *Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Remaja (Studi Literatur)*. Poltekkes Tanjungkarang.
- Setia, A., & Nusadewiarti, A. (2022). The Management Of Hypertension: Penatalaksanaan Hipertensi Dan Gout Arthritis. *Medical Profession Journal Of Lampung*, 12(1), 1–8.
- Setiawati, R., & Bafdal, N. (2020). Dampak Kualitas Air Tanah Terhadap Kualitas Melon (Cucumis Melo L.). *Agrotekma: Jurnal Agroteknologi Dan Ilmu Pertanian*, 4(2), 83–93.
- Silwanah, A. S., Yusuf, R. A., & Hatta, N. (2020). Pengaruh Aktifitas Jalan Pagi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia Mappakasunggu Pare-Pare. *Journal Of Aafiyah Health Research (Jahr)*, 1(2), 74–83.
- Sinambela, V. M. (2021). *Asuhan Keperawatan Keluarga Terhadap individu Ny. S Dengan Gangguan Aman Nyaman pada Kasus Stroke Di wilayah Kerja Puskesmaskotabumi li Kabupatenlampung Utara Tanggal 23-26 Maret 2021*. Poltekkes Tanjungkarang.
- Subantara, D. O., Nurachmah, E., Dahlia, D., & Maria, R. (2022). Pengaruh Cold Pressure Test Pada Tekanan Darah. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1170–1180.
- Suprayitno, E., Damayanti, C. N., & Hannan, M. (2019). Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 20–24.
- Supriyadi, F. I. (2020). *Literatur Riview: Kualitas Hidup Lansia Dengan Hipertensi*.
- Swastini, N. (2021). Efektivitas Daun Sirsak (*Annona Muricata* Linn) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 413–415.
- Tamamengka, D., Kepel, B., & Rompas, S. (2019). Fungsi Afektif Dan Perawatan Keluarga Dengan Kepatuhan pengobatan Tb Paru. *Jurnal Keperawatan*, 7(2).
- Tyas, R. C. (2020). Penentuan Prioritas Masalah Kesehatan Dan Jenis Intervensi Di Rw 13 Dan Rw 14 Kelurahan Ampel Kecamatan Semampir Surabaya Tahun 2018. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 18(1), 10–13.
- Uguy, J. M., Nelwan, J. E., & Sekeon, S. A. S. (2019). Kebiasaan Merokok Dan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Molompar Belang Kecamatan Belang Kabupaten Minahasa Tenggara Tahun 2018. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 8(1).
- Ulfa, S. (2023). *Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Dengan Inovasi Intervensi Pemberian Terapi Musik Suara Alam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Di Ruang Hemodialisa Rsud Am Parikesit Tenggarong*.
- Wahid, A., & Halilurrahman, M. (2019). Keluarga Institusi Awal Dalam Membentuk Masyarakat Berperadaban. *Cendekia: Jurnal Studi Keislaman*, 5(1), 103–118.
- Wardana, I. E., Sriatmi, A., & Kusumastuti, W. (2020). Analisis Proses Penatalaksanaan Hipertensi (Studi Kasus Di Puskesmas Purwoyoso Kota

- Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 8(1), 76–86.
- Widiyono, S. K., Indriyati, S. K., & Astuti, T. B. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. Lembaga Chakra Brahmana Lentera.
- Widyarani, L. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Solanum Lycopersicum*) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Stadium I. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 7(widyarani(1), 1–8.
- Widyawati, V. (2019). *Buah, Daun, Umbi-Umbian, Kacang-Kacangan, Dan Biji-Bijian Tokcer Demi Momongan Berkualitas*. Laksana.
- Wiyanto, A., Sundari, R. S., & Umbara, D. S. (2023). Perbedaan Hasil Usaha Buah Melon Yang Menggunakan Naungan Dan Tidak Naungan. *Jurnal Sosiologi Pertanian Dan Agribisnis*, 5(1), 44–54.
- Wulandari, A., Narendra, T., & Mutiara, S. (2023). Gambaran Penggunaan Antihipertensi Di Puskesmas Ogan Permata Indah. *Jurnal Endurance*, 8(2), 272–281.
- Zahirah, U., Nurwati, N., & Krisnani, H. (2019). Dampak Dan Penanganan Kekerasan Seksual Anak Di Keluarga. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 10. <https://doi.org/10.24198/jppm.V6i1.21793>
- Zulfah, M. (2019). Analisis Efektivitas Biaya Kombinasi Obat Antihipertensi Pada Pasien Rawat Inap Di Rsud Dr. Soekardjo Tasikmalaya. *Journal Of Pharmacopolium*, 2(1).
- Zuraida, R., Larasati, T. A., Sari, D. A., Alatas, F., & Lubis, F. (2019). Penatalaksanaan Holistik Diabetes Melitus Dengan Komplikasi Ulkus Diabetikum Pada Wanita Usia 63 Tahun. *Agromedicine Unila*, 6(2), 416–626.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Alfi Fadilah
Jenis Kelamin : Laki-laki
NIM : 2001277005
Agama : Islam
Tempat Tanggal Lahir: Kuningan 20 November 2000
Alamat : Dusun Tarikolot, RT 01, RW. 01, Desa Tangkolo,
Kecamatan Subang, Kabupaten Kuningan
Golongan Darah : B
Tinggi Badan : 173 cm
Berat Badan : 46 Kg
Hobby : Nonton Anime One Piece
Nomor Hp : 085862156096
Instagram : alfi.fadlh
E-Mail : alfifadilah1120A@gmail.com



Riwayat Pendidikan

1. TK LKMD Desa Tangkolo 2006-2007
2. SDN 2 Tangkolo 2007-2013
3. SMPN 1 Cijeungjing 2013-2016
4. SMKN 1 Rancah 2016-2019
5. STIKes Muhammadiyah Ciamis 2020-Sekarang

Riwayat Organisasi

Lampiran 2**SATUAN ACARA PENYULUHAN**

| | |
|------------------|------------------------------------|
| Poko Bahasan | : Hipertensi |
| Sub Poko Bahasan | : Pentingnya pencegahan hipertensi |
| Waktu | : 20 menit |
| Sasaran | : Ny. C dan keluarga |
| Hari/Tanggal | : 31 Mei 2023 |
| Waktu | : pukul 08.00 |
| Tempat | : Rumah Ny. C |

A. Tujuan Instruksional Umum (TIK)

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan selama 20 menit, diharapkan pasien dan keluarga dapat memahami mengenai penyakit hipertensi.

B. Tujuan Instruksional Khusus (TIK)

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan selama 30 menit diharapkan sasaran individu dapat:

1. Memahami pengertian hipertensi
2. Memahami penyebab hipertensi
3. Memahami cara mencegah hipertensi
4. Memahami pengaturan pola dan jenis makanan pada hipertensi

C. Materi

Terlampir

D. Metode

Ceramah dan tanya jawab

E. Media

leaflet

F. Waktu

Rabu, 31 Mei 2023 pukul 08.00

G. Tempat

Rumah Ny. C

H. Kegiatan penyuluhan

| No | Tahapan Kegiatan | Waktu | Kegiatan Mater | Sasaran |
|----|------------------|----------|--|--|
| 1 | Pembukaan | 5 menit | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menyampaikan tentang tujuan poko materi 4. Menyampaikan pokok pembahasan 5. Kontrak waktu | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan dan menyimak 3. Bertanya mengenai perkenalan dan tujuan jika ada yang kurang jelas |
| 2 | Pelaksanaan | 10 menit | <ol style="list-style-type: none"> 1. Penyampaian Materi: 2. Menjelaskan pengertian hipertensi 3. Menjelaskan penyebab hipertensi 4. Menjelaskan cara pencegahan hipertensi 5. Menjelaskan pengaturan pola dan jenis makanan pada hipertensi. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mendengarkan dan menyimak 2. Bertanya mengenai hal-hal yang belum jelas dimengerti |
| 3 | Penutup | 5 menit | <ol style="list-style-type: none"> 1. Tanya jawab 2. Memberikan kesempatan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Sasaran dapat menjawab tentang |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | | | <p>pada peserta untuk bertanya</p> <p>3. Melakukan evaluasi</p> <p>4. Menyampaikan kesimpulan materi</p> <p>5. Mengakhiri pertemuan dan mengucapkan salam</p> | <p>pertanyaan yang diajukan</p> <p>2. Mendengar</p> <p>3. Meperhatikan</p> <p>4. Menjawab salam</p> |
|--|--|--|---|---|

I. Kriteria evaluasi

1. Struktur

a. Persiapan penyuluhan

- 1) Penyuluhan menyiapkan diri untuk membawakan materi yang akan disampaikan kepada peserta penyuluhan.
- 2) Penyuluhan mampu menyiapkan satuan acara penyuluhan (SAP)

b. Media

Media yang digunakan berupa leaflet

c. Peserta

- 1) Peserta bersedia mengikuti acara penyuluhan
- 2) Peserta penyuluhan merupakan keluarga Ny. C

d. Tempat

Tempat penyuluhan dirumah pasien, dengan suasana yang nyaman dan kondusif.

2. Proses

- a. Penyuluhan membuat kontrak dengankeluarga pasien untuk waktu pelaksanaan kegiatan penyuluhan.
- b. Peserta mengikuti kegiatan penyuluhan sejak awal hingga akhir kegiatan.
- c. Penyuluhan mampu menarik perhatian peserta terhadap materi yang disampaikan

- d. Kegiatan penyuluhan berjalan secara sistematis
3. Hasil
 - a. Penyuluh mampu memberikan materi penyuluhan yang telah dibuat minimal 90% dari materi penyuluhan.
 - b. Peserta diharapkan mengerti mengenai materi penyuluhan minimal 90%
 - c. Saat penyuluh melakukan evaluasi kepada peserta diharapkan peserta dapat memberikan umpan baik yang positif misalnya peserta dapat menjawab pertanyaan penyuluh
 - d. Media dapat terdistribusi kepada peserta penyuluhan

MATERI PENYULUHAN

A. Definisi

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda. Tekanan darah normal bervariasi sesuai usia, sehingga setiap diagnosis hipertensi harus bersifat spesifik usia. Namun, secara umum seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih tinggi daripada 160mmHg sistolik atau 90mmHg diastolik. (Elizabeth J. Corwin, 2000)

B. Penyebab

Penyebab hipertensi terdiri dari faktor genetik (keturunan), bertambahnya usia dan lingkungan. Paling sedikit ada 3 faktor lingkungan yang dapat menyebabkan hipertensi, yakni makan garam (natrium) berlebihan, stress psikis, dan obesitas.

Hipertensi sekunder, dapat disebabkan oleh penyakit ginjal, Penyakit endokrin (hipertensi endokrin), obat, dan alkohol, serta kehamilan. Penyebab hipertensi antara lain adalah :

- Stres,
- Usia,
- Merokok,
- Obesitas (kegemukan),
- Alkohol,
- Faktor keturunan,
- Faktor lingkungan (gaduh/bising)

C. Jeni-jenis hipertensi

Jenis-jenis hipertensi adalah:

1. Hipertensi ringan: Jika tekanan darah sistolik antara 140 — 159 mmHg dan atau tekanan diastolik antara 90 — 95 mmHg
2. Hipertensi sedang: Jika tekanan darah sistolik antara 160 — 179 mmHg dan atau tekanan diastolik antara 100 — 109 mmHg
3. Hipertensi berat: Jika tekanan darah sistolik antara 180 — 209 mmHg dan atau tekanan diastolik antara 110 — 120 mmHg

D. Tanda dan gejala

Tanda dan gejala yang biasanya terjadi :

1. Pusing
2. Rasa berat di tengkuk
3. Mudah marah
4. Telinga berdenging
5. Sukar tidur
6. Sesak nafas
7. Mudah lelah
8. Mata berkunang-kunang

Jika hipertensinya berat atau menahun dan tidak diobati, bisa timbul gejala berikut:

- a. sakit kepala
- b. kelelahan
- c. mual
- d. muntah
- e. sesak nafas
- f. gelisah
- g. pandangan menjadi kabur yang terjadi karena adanya kerusakan pada otak, mata, jantung dan ginjal.

E. Komplikasi

Komplikasi hipertensi antara lain:

- a. Penyakit jantung (gagal jantung)
- b. Penyakit ginjal (gagal ginjal)
- c. Penyakit otak (stroke)

F. Pengobatan

Pengobatan hipertensi untuk mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut:

- a. Pengobatan farmakologis yaitu dengan menggunakan obat-obatan atas izin dokter
- b. Pengobatan non farmakologis yaitu dengan
 1. Mengurangi asupan garam dan lemak
 2. Mengurangi atau menghilangkan kebiasaan minum alkohol
 3. Berhenti merokok bagi yang merokok
 4. Menurunkan berta badan bagi yang kegemukan
 5. Olah raga teratur seperti jogging, jalan cepat, bersepeda, berenang
 6. Menghindari ketegangan
 7. Istirahat cukup
 8. Hidup tenang
- c. Pencegahan agar tidak terjadi komplikasi dari hipertensi
 1. Kontrol teratur
 2. Minum obat teratur
 3. Diit rendah garam dan lemak

G. Makanan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi antara lain:

1. Sayur-sayuran hijau kecuali daun singkong, daun melinjo dan melinjonya.
2. Buah-buahan kecuali buah durian.
3. Ikan laut tidak asin terutama ikan laut air dalam seperti kakap dan tuna
4. Telur boleh dikonsumsi maksimal 2 butir dalam 1 minggu dan diutamakan putih telurnya saja.
5. Daging ayam (kecuali kulit, jeroan dan otak karena banyak mengandung lemak)

H. Makanan yang perlu dihindari

1. Makanan yang di awetkan seperti makanan kaleng, mie instant, minuman kaleng
2. Daging merah segar seperti hati ayam, sosis sapi, daging kambing
3. Makanan berlemak dan bersantan tinggi serta makanan yang terlalu asin

I. Pengobatan tradisional

Pengobatan tradisional yang dapat dibuat dirumah antara lain dengan mengkonsumsi secara teratur jus:

1. Buah mentimun
2. Buah belimbing
3. Daun seledri

DAFTAR PUSTAKA

Anonim. _____. *Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)*.
www.medicastore.com. Diakses: 6 Maret 2012

Astawan, Made, Prof. dr. Ir. Ms. _____. *Cegah Hipertensi dengan Pola Makan*. www.depkes.co.id. Diakses: 6 Maret 2012

Mansjoer A, Triyanti K, Savitri R, Wardhani W. I, Setiowulan W, “*Kapita Selekta Kedokteran*” Edisi ke-3 jilid 1, Media Aesculapius Fakultas Kedokteran UI, Jakarta, 1999.

Lampiran 3

LEAFLET



Hipertensi dan Pencegahannya

Apa itu Hipertensi ?

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (InfoDATIN, Kemenkes RI). Secara umum hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas nilai normal (Musakkar & Djafar, 2021).





Penyebab hipertensi

Penyebab hipertensi terdapat dari faktor genetik (keturunan), bertambahnya usia dan lingkungan. Paling sedikit ada 3 faktor lingkungan yang dapat menyebabkan hipertensi, yakni makan garam (natrium) berlebihan, stress psikis, dan obesitas.

Penyebab lainnya :

- Stres,
- Usia,
- Merokok,
- Obesitas (kegemukan),
- Alkohol,
- Faktor keturunan,
- Pola hidup

Jenis Hipertensi

- Hipertensi ringan: Jika tekanan darah sistolik diastolik antara 140/90 — 159/95 mmHg
- Hipertensi sedang: Jika tekanan darah sistolik diastolik antara 160/100 — 179/109 mmHg
- Hipertensi berat: Jika tekanan darah sistolik dan diastolik antara 180/110 — 209/120 mmHg.

Tanda dan gejala

- Pusing
- Sakit kepala
- Rasa berat ditengok/pundak
- Mudah marah
- Telinga berdenging
- Sukar tidur
- Sesak nafas
- Mudah lelah
- Mata berkunang-kunang

Komplikasi yang di timbulkan

1. Penyakit jantung (gagal jantung)
2. Penyakit ginjal (gagal ginjal)
3. Penyakit otak (stroke)

pengobatan

Pengobatan hipertensi untuk mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut:

1. Pengobatan farmakologis yaitu dengan menggunakan obat-obatan atas ijin dokter
2. Pengobatan nonfarmakologis yaitu dengan :
 - Mengurangi asupan garam dan lemak
 - Mengurangi atau menghilangkan kebiasaan minum alkohol
 - Berhenti merokok bagi yang merokok
 - Menurunkan berat badan bagi yang kegemukan
 - Olahraga teratur seperti jogging, jalan cepat, bersepeda, berenang
 - Menghindari ketegangan
 - Istirahat cukup
 - Hidup tenang

Pencegahan agar tidak terjadi komplikasi dari hipertensi :

- Kontrol teratur
- Minum obat teratur
- Diit rendah garam dan lemak

Makan yang dianjurkan

1. Sayur-sayuran hijau kecuali daun singkong, daun melinjo dan melinjonya
2. Buah-buahan kecuali buah durian
3. Ikan, kurangi konsumsi ikan asin
4. Telur boleh dikonsumsi maksimal 2 butir dalam 1 minggu dan diutamakan putih telurnya saja
5. Daging ayam (kecuali kulit, jeroan dan otak karena banyak mengandung lemak)

Pengobatan Tradisional yang bisa dibuat di rumah

1. Buah mentimun
2. Buah belimbing
3. Air rebusan daun seledri
4. air kelapa muda
5. Alpukat
6. Semangka



Terimakasih

Lampiran 4







DOKUMENTASI KEGIATAN









Lampiran 5

CATATAN BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Alfi Fadilah
 NIM : 2001277005
 Judul KTI : Implementasi Terapi Non Farmakologi Pemberian Buah Melon (*Cucumis Melo L*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Ny. C Dengan Penderita Hipertensi Di Dusun Colendra Rt 13 Rw 05 Desa Sindangsari Kecamatan Cikoneng Kabupaten Ciamis.
 Pembimbing KTI : Dr. H. Dedi Supriadi, S.Sos., S.Kep., Ners., M.M.Kes

| NO | Hari, Tanggal, Jam | Catatan Bimbingan | Paraf Pembimbing | Paraf Mahasiswa |
|----|--------------------|---|---|-----------------|
| 1 | 30 Mei 2023 | Konsul Pengumpulan data dan pengkajian data |  | |
| 2 | 31 Mei 2023 | Konsul Judul KTI |  | |
| 3 | 12 Juni 2023 | Konsul Bab 1 |  | |
| 4 | 12 Juni 2023 | Konsul Bab 2 |  | |
| 5 | 12 Juni 2023 | Konsul Bab 3 |  | |
| 6 | 12 Juni 2023 | Kata pengantar |  | |

| | | | | |
|----|--------------|---|---|--|
| 7 | 15 Juni 2023 | Konsul Bab 1,2,3, kata pengantar ACC |  | |
| 8 | 26 Juni 2023 | Konsul Bab 4 Acc |  | |
| 9 | 26 Juni 2023 | Konsul Bab 5 Acc |  | |
| 10 | 26 Juni 2023 | Konsul daftar pustaka, motto Acc |  | |
| 11 | 26 Juni 2023 | Konsul lembar persetujuan TTD Pembeimbing |  | |
| 12 | 26 Juni 2023 | Konsul persiapan sidang |  | |

Mengetahui

Ketua Program Studi D III Keperawatan
STIKes Muhammadiyah Ciamis

Elis Roslianti, SKM., MKM
NIK. 0432777905032