Nerspedia
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444
@ Nerspedia 2023

Asuhan Keperawatan pada Ny.S dengan Masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan melalui Intervensi Pemberian Jus Wortel

Yulia Rahayu[1], Tina Handayani Nasution[1*]

[1] Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. Ahmad Yani KM. 36 Banjarbaru, 70714

*Email korespondensi: tina.nasution@ulm.ac.id

ABSTRAK
Hipertensi merupakan keadaan peningkatan tekanan darah diatas tekanan darah normal yakni tekanan sistolik ≥140 mmHg dan tekanan diastolik <90 mmHg. Berdasarkan data Puskesmas Karang Intan 2 bulan Januari- November 2021 didapatkan sebanyak 445 orang (23%) menderita hipertensi dari 1871 orang yang memeriksakan kesehatan di Puskesmas Karang Intan 2. Dari bulan Agustus – November 2021 secara berturut – turut kasus hipertensi menduduki peringkat pertama dari 10 penyakit terbanyak. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan pada pada Ny.S dengan masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan melalui pemberian jus wortel di Desa Awang Bangkal Barat Kabupaten Banjar. Penelitian berupa laporan kasus dari tanggal 27 Desember 2021 sampai 2 januari 2022 dengan pemberian jus wortel sebagai terapi nonfarmakologi mengatasi hipertensi. Hasil yang didapat setelah dilakukan intervensi pemberian jus wortel selama 7 hari dengan waktu pelaksanaan 2 kali sehari sebanyak 100 gram wortel setiap kali pemberian. Masalah dapat teratasi dengan penurunan tekanan darah dari 200/90 mmhg menjadi 160/87 mmhg, sehingga terdapat pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan tekanan darah. Kesimpulannya terapi non farmakologi pemberian jus wortel secara rutin mampu menurunkan tekanan darah pada Ny.S.

Kata-Kata Kunci: Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan, Hipertensi Wortel

ABSTRACT
Hypertension is a condition of increased blood pressure above normal blood pressure, namely systolic pressure 140 mmHg and diastolic pressure <90 mmHg. Based on data from the Karang Intan Health Center 2 from January to November 2021, it was found that 445 people (23%) suffered from hypertension from 1871 people who checked their health at the Karang Intan Health Center 2. From August to November 2021, hypertension cases were ranked first out of 10. most diseases. This study aims to provide nursing care on client mrs. s with health management infactivity problems through intervention carrot juice in the awang bangkal barat village karang intan. This study is in the form of a case report conducted from 27 December 2021 to 2 January 2022 with the provision of carrot juice intervention as a non-pharmacological therapy to treat hypertension in the Karang Intan 2 Community Health Center Work Area, Awang Bangkal Barat Village. The results obtained after the intervention giving carrot juice for 7 days with a time of execution 2 times a day as much as 100 grams of carrots each time given. The problem can be resolved by decreasing blood pressure from 200/90 mmHg on the first day of intervention to 160/87 mmHg. So that there is an effect of giving carrot juice on reducing blood pressure in the elderly. The conculsion is non-pharmacological therapy of giving carrot juice on a regular basis able to lower blood pressure in Mrs.S.

Keywords*: Health Management Infactivity Problems, Hypertension, Carrot*

Cite this as: Rahayu, Yulia., Nasution, Tina H. Asuhan Keperawatan pada Ny.S dengan Masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan melalui Intervensi Pemberian Jus Wortel. Nerspedia. 2023;5(3): 239-245.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi medis dengan prevalensi tinggi, kasus hipertensi global diestimasi sebesar 22% dari total populasi

dunia. Sekitar 2/3 dari penderita hipertensi berasal dari negara ekonomi menengah ke bawah (1). Pada tahun 2018, sebanyak 427.218 penduduk Indonesia meninggal akibat hipertensi. Hipertensi sering menimbulkan komplikasi seperti stroke (36%), penyakit jantung (54%), dan penyakit gagal ginjal (32%). Provinsi Kalimantan Selatan memiliki prevalensi tertinggi sebesar 44,13% diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6%, Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Provinsi Papua memiliki prevensi hipertensi terendah sebesar 22,2% diikuti oleh Maluku Utara sebesar 24,65% dan Sumatera Barat sebesar 25,16% (2) .

Berdasarkan data Puskesmas Karang Intan 2 bulan Januari- November 2021 didapatkan sebanyak 445 orang (23%) menderita hipertensi dari 1871 orang yang memeriksakan kesehatan di Puskesmas Karang Intan 2. Dari bulan Agustus – November 2021 secara berturut – turut kasus hipertensi menduduki peringkat pertama dari 10 penyakit terbanyak. Lansia menjadi kelompok terbanyak yang menderita hipertensi di desa awang bangkal barat. Hal tersebut didapatkan dari wawancara kepada bidan desa bahwa penyakit terbanyak warga desa awang bangkal barat adalah hipertensi pada lansia. Berdasarkan hasil kunjungan di puskesmas karang intan 2 pada November 2021 bahwa hipertensi menjadi penyakit tertinggi kedua setelah diabetes pada kelompok lansia.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Awang Bangkal pada kelompok lansia dengan cara melakukan hasil survei awal pengukuran tekanan darah serta wawancara diperoleh hasil pemeriksaan tekanan darah pada 31 lansia dengan kriteria tidak menderita hipertensi sebanyak 9 orang dan yang menderita hipertensi sebanyak 22 orang . Berdasarkan hasil wawancara dengan lansia, diketahui pola hidup lansia yang menjadi kebiasaan adalah mengkonsumsi kopi 3-4 gelas/ hari dan merokok. Hal ini sejalan dengan faktor pemicu terjadinya kejadian hipertensi didapatkan dari gaya hidup sedentary yang hanya sedikit mengeluarkan energi, konsumsi makanan instan dengan kandungan bahan kimia, perilaku merokok, konsumsi alkohol, dan rendahnya konsumsi buah dan sayur. Perilaku kurang konsumsi buah dan sayur memiliki persentase yang sangat tinggi di antara perilaku sedentary lainnya, yaitu 95,4% di tahun 2018. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penduduk di Indonesia sangat kurang mengkonsumsi buah dan sayur. Kecenderungan peningkatan kurang masyarakat mengkonsumsi buah dan sayur dapat disebabkan semakin maraknya produk makanan kemasan dan cepat saji yang cenderung lebih disukai oleh masyarakat karena kenikmatan rasa dan kemudahan cara memperoleh yang ditawarkan (3).

Penangan hipertensi dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi, pengobatan farmakologi menggunakan obat anti hipertensi sedangkan non farmakologi menerapkan pola hidup sehat (4). Pengobatan non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengobati hipertensi salah satunya yaitu, mengkonsumsi wortel. Kandungan pada wortel adalah kalium yang berfungsi menurunkan dan mengendalikan tekanan darah yang bersifat sebagai diuretik, sehingga membantu menjaga keseimbangan tekanan darah. Kalium mampu mempengaruhi sistem saraf perifer dan sentral yang berfungsi mempengaruhi tekanan darah, sehingga tekanan darah dapat terkontrol (5). Penggunaan wortel sebagai

intervensi unggulan pada klien di Desa Awang Bangkal Barat karena wortel sebagai upaya pengobatan serta pencegahan hipertensi yang mudah ditemukan, mudah dijangkau dan khasiatnya yang mampu menurunkan tekanan darah juga minim efek samping jika dikonsumsi dalam jumlah yang tepat.

Berdasarkan hasil wawancara pada lansia yakni Ny.S mengatakan bahwa Ny.S jarang memeriksakan kesehatannya klien juga tidak mengetahui menderita hipertensi sejak kapan Saat dilakukan pemeriksaan didapatkan hasil pemeriksaan tekanan darah klien 180/77 mmhg masuk kategori hipertensi. Berdasarkan uraian diatas, maka sangat penting dilakukan asuhan keperawatan secara komprehensif untuk menentukan bagaimana cara melakukan perawatan dan pencegahan pada lansia dengan masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini berupa laporan kasus yang dilakukan dari tanggal 27 desember 2021 sampai 2 januari 2022 dengan pemberian intervensi jus wortel sebagai terapi non farmakologi mengatasi hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Intan 2 Desa Awang Bangkal Barat. Pertemuan yang dilakukan terdiri dari 16 kali pertemuan yaitu 2 kali pengkajian dan 14 kali implementasi yang dilakukan selama 7 hari berturut-turut kepada Ny.S dengan masalah keperawatan ketidakefektifan manajemen kesehatan.

Intervensi utama yang dilakukan yaitu pemberian jus wortel untuk mengontrol hipertensi. Pemberian jus wortel kompres hangat jahe dilakukan selama 7 hari berturut-turut. Proses pembuatan jus wortel dilakukan dengan membersihkan wortel sebanyak 100 gram (± 1 buah wortel ukuran sedang) kemudian diblender dengan air ±100 ml sampai hancur. Setelah semua bahan diblender kemudian disaring, lalu tambahkan 1 sdm madu sebagai pemanis (6).

Instrumen (alat ukur) yang digunakan untuk mengukur tekanan darah berupa alat pengukuran tekanan darah yaitu *sphygmomanometer* dan *stethoscope.* Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum diberikan kombinasi jus wortel dan madu serta sesudah diberikan jus wortel selama satu minggu. Hasil pengukuran tekanan darah dicatat dalam lembar observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil evaluasi dari pemberian jus wortel 2 kali sehari selama 7 hari yang dilakukan adalah Ny.S mampu mengontrol tekanan darah tinggi. Selama 7 hari didapatkan tekanan darah pasien yaitu hari pertama 190/90 mmHg, hari kedua 180/90 mmHg pada hari pertama dan kedua Klien mengatakan masih terbangun jika tengah malam dan sulit tidur kembali. hari ketiga 160/70 mmHg, hari keempat 150/70 mmHg, hari kelima 140/70 mmHg, pada hari kelima pasien mengeluhkan pusing dikarenakan pasien mengkonsumsi buah sirsak. Pada hari keenam 160/70 mmHg dan hari ketujuh 160/87 mmHg. Terjadi peningkatan, kembali pada hari keenam dan peningkatan diastolik pada hari ketujuh, Namun peningkatan tekanan darah lebih rendah dari hari pertama pengkajian ataupun hari pertama pemberian intervensi. Klien juga tidak mengeluh pusing atau sakit kepala. Ny.S mengatakan tidurnya nyaman saat malam hari.

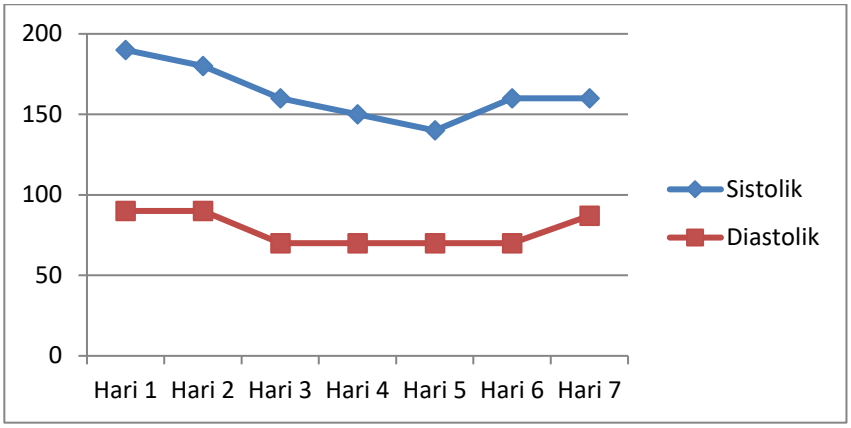
Pada hari pertama dan kedua evaluasi klien mengeluhkan terbangun jika tengah malam dan sulit tidur kembali faktor yang mempengaruhi kualitas tidur yaitu penyakit, kelelahan, stres psikologis, obat, nutrisi, lingkungan, usia dan gaya hidup (7).Semakin meningkatnya umur seseorang maka permasalahan yang dihadapi juga semakin banyak, berupa perubahan fisik seperti penurunan fungsi sel, sistem pendengaran, sistem penglihatan, sistem kardiovaskuler, sistem pengaturan temperatur (suhu tubuh), sistem respirasi, sistem gastrointestinal, sistem endokrin, sistem kulit serta sistem muskuloskeletal . Sehingga dapat dipahami bahwa peningkatan usia akan menyebabkan perubahan fisik dan mental yang diikuti oleh perubahan pola tidur seperti Ny.S sering mengalami terbangun pada tengah malam dan susah untuk tidur kembali. Kualitas tidur yang buruk merupakan salah satu faktor risiko hipertensi pada orang dewasa. Kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan endokrin yang dapat berkontribusi menyebabkan gangguan kardiovaskular. Kualitas tidur yang tidak baik akan memudahkan penderita hipertensi mengalami kekambuhan penyakit hipertensi, karena kualitas tidur yang buruk dapat mengubah hormon stres kortisol dan sistem saraf simpatik, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah (7).

Pada hari kelima pasien mengeluhkan pusing dikarenakan pasien mengkonsumsi buah sirsak setelah diberikan intervensi pemberian jus wortel. Buah sirsak mengandung kalium yang dapat menurunkan tekanan darah. Kalium dalam buah sirsak menyebabkan jantung menjadi rileks dan juga membuat frekuensi jantung menjadi lambat. Selain itu kalium juga mengatur keseimbangan cairan tubuh bersama natrium, menghambat pengeluaran renin, berperan dalam vasodilatasi arteriol, dan mengurangi respon vasokontriksi endogen sehingga tekanan darah turun (8). Hal tersebut membuat tekanan darah Ny.S turun karena ada kombinasi pemberian jus wortel dan sirsak dalam waktu yang dekat sehingga merasa pusing.

Target ideal dari terapi tekanan darah tergantung dari populasi pasien, tetapi guidelin merekomendasikan terhadap populasi secara umum. Sampai saat ini target tekanan darah adalah < 140/90 mmHg untuk hipertensi *uncomplicated* dan target yang lebih rendah <130/80 mmHg untuk mereka yang berisiko tinggi yaitu pasien dengan diabetes, penyakit kardiovaskuler atau serebrovaskuler dan penyakit ginjal kronik. Khusus untuk guideline JNC VIII, usia <60 tahun target kendali TD adalah sama yaitu <140/90 mmHg dan usia ≥60 tahun adalah <150/90 mmHg (9).

Tekanan darah normal pada orang lanjut usia (lansia) cenderung lebih tinggi, yaitu itu <150 mmHg untuk tekanan sistolik dan <90 mmHg untuk tekanan diastolik. Hal ini disebabkan pembuluh darah pada lansia cenderung lebih kaku, sehingga jantung memerlukan tekanan lebih tinggi untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Jika tekanan darahnya terlalu rendah, lansia malah bisa mengalami pusing dan hipotensi ortostatik sehingga meningkatkan risiko jatuh dan cedera (10).

Terjadi peningkatan kembali pada hari keenam dan peningkatan diastolik pada hari ketujuh namun peningkatan tekanan darah lebih rendah dari hari pertama pengkajian ataupun hari pertama pemberian intervensi. Klien juga tidak mengeluh pusing atau sakit



Gambar 1. Hasil pemeriksaan tekanan darah

kepala. Ny.S mengatakan tidurnya nyaman saat malam hari.

Wortel dapat menurunkan tekanan darah disebabkan karena wortel memiliki kandungan kalium. Kalium merupakan kandungan mineral yang baik untuk menurunkan atau mengendalikan tensi. Kalium bersifat sebagai diuretik yang kuat sehingga membantu menjaga keseimbangan air, tekanan darah, keseimbangan asam basa, melancarkan pengeluaran air kemih, membantu melarutkan batu pada saluran kemih, kandung kemih dan ginjal. (11). Kalium juga memiliki fungsi sebagai vasodilatasi pada pembuluh darah. Vasodilatasi pada pembuluh darah dapat menurunkan tekanan perifer dan meningkatkan curah jantung sehingga tekanan darah dapat normal. Kalium juga dapat menghambat pelepasan renin sehingga mengubah aktifitas sistem renin angiotensin dan kalium juga mampu mempengaruhi sistem saraf perifer dan sentral yang mempengaruhi tekanan darah sehingga tekanan darah dapat terkontrol (7).

Adanya perubahan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah pemberian jus wortel pada penderita hipertensi yang diberikan perlakuan berupa meminum jus wortel dikarenakan wortel mengandung kalium atau potassium yang berfungsi untuk menurunkan efek natrium sehingga tekanan darah menurun (5).

Senyawa aktif pada wortel adalah kalium, kalium pada wortel dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan menghambat pelepasan renin sehingga terjadi peningkatan renin sehingga terjadi ekskresi natrium dan air. Renin beredar dalam darah dan bekerja dengan mengkatalis penguraian angiotensin menjadi angiotensin I. Angiotensin I berubah menjadi bentuk aktifnya yaitu angiotensin II dengan bantuan *Angiotensin Converting Enzyme* (ACE).Angiotensin II berpotensi besar meningkatkan tekanan darah karena bersifat bagai *vasoconstrictor* dan dapat merangsang pengeluaran aldosterone. Aldosteron meningkatkan tekanan darah dengan jalan retensi natrium. Retensi natrium dan air menjadi berkurang dengan adanya kalium, sehingga terjadinya penurunan volume

plasma, curah jantung, tekanan perifer, dan tekanan darah (12).

KETERBATASAN

Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian terdapat keterbatasan. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah adalah makanan yang dikonsumsi klien tidak dapat dipantau sepenuhnya. Terdapat beberapa makanan yang juga memiliki kandungan penurun tekanan darah yaitu kalium salah satunya buah sirsak yang dikonsumsi Ny.S, sehingga intervensi yang diberikan dalam penelitian ini masih terbatas dalam kekuatan secara ilmiah terkait konsumsi jus wortel sebagai penurun tekanan darah. Oleh karena itu, perlu adanya pengontrolan terhadap variabel tersebut salah satunya pada makanan yang dikonsumsi klien selama pemberian intervensi agar didapatkan hasil yang lebih akurat.

ETIKA PENELITIAN

Etik yang digunakan dalam penelitian ini meliputi *informed consent* secara lisan dan telah mendapatkan persetujuan dari klien untuk diberikan asuhan keperawatan berupa implementasi pemberian jus wortel. Peneliti menerapkan aspek etika keperawatan berupa *autonomy* yaitu kebebasan pasien untuk memilih, *beneficence* yaitu melakukan tindakan yang bermanfaat untuk klien, dan *non maleficence* yaitu berbuat hal yang tidak merugikan klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam proses penelitian. Penelitian dilakukan sesuai prosedur. Penelitian tidak berhubungan dengan kepentingan pihak lain atau manapun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat karena telah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini serta instansi terkait lainnya seperti Puskesmas Karang Intan 2 dan Kepala Desa Awang Bangkal Barat yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat dilakukan. Penulis juga mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu dan selalu mendukung penulis selama penelitian ini dilakukan.

PENUTUP

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu pemberian asuhan keperawatan berupa pemberian jus wortel untuk mengatasi hipertensi memiliki pengaruh dalam menurunkan tekanan darah. Hasil yang didapat setelah dilakukan intervensi pemberian jus wortel selama 7 hari dengan waktu pelaksanaan 2 kali sehari sebanyak 100 gram wortel setiap kali pemberian. Masalah dapat teratasi dengan penurunan tekanan darah dari 200/90 mmhg pada saat hari pertama intervensi menjadi 160/87 mmhg.

Karya tulis ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan penelitian lanjutan terkait permasalahan lansia khususnya di bidang lahan basah untuk meningkatkan tingkat pengendalian tidak menular pada lansia khususnya hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi

sarana bagi fasilitas pelayanan kesehatan untuk melakukan terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah.

REFERENSI

1. Kemenkes. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak diidap masyarakat* . Jakarta : Departemen Kesehatan RI. Https://Www.Kemkes.Go.Id/Article/View/19051700002/Hipertensi-Penyakit-Paling-Banyak-Diidap-Masyarakat.Html
2. RISKESDAS. (2018). *Badan Penelitian dan Pengebangan Kesehatan* . Kementerian kesehatan .
3. Infodatin. (2019). *Hipertensi.* Kementerian Kesehatan. Https://Pusdatin.Kemkes.Go.Id/Resources/Download/Pusdatin/Infodatin/Infodatin-Hipertensi-Si-Pembunuh-Senyap.Pdf
4. PERKI. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskuler* . Jakarta: Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskuler Indonesia. Http://Kardiologi.Fk.Unand.Ac.Id/Attachments/Article/166/Pedoman_Tatalaksna_Hipertensi_Pada_Penyakit_Kardiovaskular_2015.Pdf
5. Lubna, M. (2016). *Jus Ampuh Penumpas Penyakit Berat.* Yogyakarta: Flash Books.
6. Wijaya , I. A., Pradnya, I. D., & Dita, I. P. (2018, Desember). Pengaruh Kombinasi Jus Wordu (Wortel dan Madu) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. *CARING, 2*, 58-62.
7. Kozier, & Synder . (2011). *Buku Ajar Fundamental : Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik.* Jakarta: EGC.
8. Guyton, A., & J E, H. (2007). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* . Jakarta: EGC.
9. Johnson, R., Feehally, J., & Floege, J. (2015). *Comprehensive Clinical Nephrology 5th Edition.* Philadelpia: Eleseiver Sauders.
10. Wahab. (2021). Kenali Tekanan Darah Normal Berdasarkan Usia. Https://Dppkbpmd.Bantulkab.Go.Id/Kenali-Tekanan-Darah-Normal-Berdasarkan-Usia/
11. Junaidi , I. (2010). *Hipertensi Pengenalan, pencegahan, dan pengobatan* . Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer .
12. Murray, R., Granner , D., & Rodwell, V. (2009). *Biokimia Harper (27 ed).* Jakarta: EGC.