

Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. J Tentang Pemberian Air Kelapa Muda Dalam Menurunkan Tekanan Darah Di Desa Simpang Kubu Wilayah Kerja Upt Puskesmas Air Tiris Tahun 2023

Ade Irmawan¹, Ridha Hidayat², Muhammad Nurman³

¹Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Kampar, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: Maret, 29, 2024

Revised: Maret, 29, 2024

Available online: April, 18 2024

KEYWORDS

Family, Hypertension, Young Coconut Water,

Air Kelapa Muda, Hipertensi, Keluarga

CORRESPONDENCE

E-mail: adeirmawan053@gmail.com

No. Tlp : +62 822-8499-7578

A B S T R A C T

Welfare that is not realized optimally in the family causes various changes that occur physiologically. Functional changes that occur in the body's systems will cause various health problems, one of which is high blood pressure (hypertension). There are many medicinal plants or herbs that have the potential to be used as medicine for hypertension, namely young coconut water. Coconut water contains several ingredients such as sugar, vitamins, calcium and potassium. Consuming foods with high potassium and low sodium content is important for maintaining blood pressure within normal limits. Young coconut water contains high levels of potassium. The aim of the research is to determine nursing care by providing young coconut water to reduce blood pressure in clients who experience hypertension. The research was conducted on 20-22 September 2023, implementation was carried out for 3 consecutive days. The results of the research showed that there was a decrease in blood pressure in clients with a BP ratio of 170/96 mmHg, which decreased until the third day, BP was found to be 132/80 mmHg. Clients are expected to check their blood pressure regularly, pay attention to the hypertension diet that has been taught and consume young coconut water regularly in the hope that the client's blood pressure is always controlled.

A B S T R A K

Kesejahteraan yang tidak terealisasi secara optimal dalam keluarga menimbulkan berbagai perubahan yang terjadi secara fisiologis. Perubahan fungsi yang terjadi pada sistem tubuh akan mengalami berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah tekanan darah tinggi (hipertensi). Banyak tanaman obat atau herbal yang berpotensi dimanfaatkan sebagai obat hipertensi yaitu air kelapa muda. Air kelapa mengandung beberapa kandungan seperti gula, vitamin, kalsium dan kalium. Konsumsi bahan makanan dengan kandungan kalium tinggi dan natrium rendah penting untuk mempertahankan tekanan darah dalam batas normal. Air kelapa muda mengandung unsur kalium yang tinggi. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui asuhan keperawatan dengan memberikan air kelapa muda untuk menurunkan tekanan darah pada klien yang mengalami hipertensi. Penelitian dilakukan pada tanggal 20-22 September 2023, implementasi dilakukan selama 3 hari berturut-turut. Hasil penelitian didapatkan terjadi penurunan tekanan darah pada klien dengan perbandingan TD: 170/96 mmHg mengalami penurunan hingga hari ketiga didapatkan TD: 132/80 mmHg. Diharapkan klien untuk melakukan pengecekan tekanan darah secara rutin, memerhatikan diet hipertensi yang telah diajarkan serta mengonsumsi air kelapa muda dengan rutin dengan harapan tekanan darah klien selalu terkontrol.

PENDAHULUAN

Asuhan keperawatan keluarga merupakan proses asuhan keperawatan diberikan pada klien dan anggota keluarganya agar dapat mengatasi kesehatan keluarga secara mandiri. Proses keperawatan yang diberikan pada setiap anggota keluarganya dimulai dengan tahap promosi kesehatan sampai dengan tahap rehabilitasi. Pengkajian yang dilakukan terhadap setiap anggota keluarga hal yang penting untuk mencapai kesejahteraan yang optimal (Biahimo dkk, 2020).

Kesejahteraan yang tidak terealisasi secara optimal dalam keluarga menimbulkan berbagai perubahan yang terjadi secara fisiologis (Zaenal & Baco, 2018) Perubahan fungsi yang terjadi pada sistem tubuh akan menemui bermacam masalah kesehatan diantaranya yaitu hipertensi (tekanan darah tinggi). Lanjut usia biasanya mempunyai masalah kesehatan pada dirinya yaitu beberapa penyakit degenerative yang menyerang lansia seperti diabetes, jantung dan Hipertensi (Putri et al., 2022).

Hipertensi ialah wujud dari tekanan darah individu ada diatas normal tekanan darah. Hipertensi umumnya dikatakan silent killer (pembunuh gelap). Tekanan darah tinggi bisa terbunuhnya individu mendadak dengan tidak mengetahui gejalanya dahulu. Hipertensi ditandai dengan Tekanan Darah Sistolik diatas 120 mm Hg dan Tekanan Darah Diastolik diatas 80 mm Hg (Mayangsari, 2018)

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) mengatakan menderita hipertensi sebanyak 22% populasi dunia di Asia Tenggara dengan prevalensi hingga 36%. Tekanan darah tinggi adalah alasan penting meninggal sebanyak 23,7% dari 1.7% juta jiwa meninggal di Indonesia (Samsudin, 2020). Berdasarkan Riskesdas (2018), di Indonesia persentase penduduk penderita hipertensi sebanyak 34,1%. Total kasus hipertensi di Indonesia kira-kira sebanyak 63.309.620 jiwa, angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebanyak 427.218 jiwa. Proporsi penduduk penderita hipertensi di Indonesia menurut karakteristik umur 45 hingga 54 tahun semakin meningkat, yaitu sebesar 45,3% pada kelompok umur 55 sampai 64 tahun meningkat menjadi 55,2% sedangkan pada kelompok umur 65 sampai 74 tahun sebesar 55,2%.63,2% dan penduduk berusia 75 tahun ke atas sebesar 69% penduduknya menderita tekanan darah tinggi (Wiwit Desi Intarti, 2022).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Riau 2021, jumlah estimasi penderita hipertensi usia 15 tahun di Kampar berjumlah 180.051 orang, sedangkan pada tahun 2022 di desa Simpang Kubu sebanyak 435 orang dengan laki-laki 210 orang dan perempuan 225 orang.

Hipertensi terjadi terus-menerus untuk waktu panjang berbahaya untuk orang dengan mengidap darah tinggi dan bisa memicu komplikasi. Komplikasi tekanan darah tinggi bisa mempengaruhi jantung, otak (pembuluh darah otak), mata dan ginjal (Andika et al., 2018)

Ada dua metode pengobatan darah tinggi, farmakologis dan nonfarmakologis. Pada pengobatan nonfarmakologi adalah dengan langkah terapi komplementer yang biasa disebut dengan pengobatan tradisional misalnya air kelapa muda (Sari, 2022)

Air kelapa muda adalah jenis air bisa didapatkan dalam buah kelapa muda dan manis rasanya, air kelapa banyak memuat bahan misalnya kalium, gula, vitamin dan kalsium. Mengonsumsi makanan kaya potasium dan rendah natrium diperlukan agar menjaga pada batas normal tekanan darah. Air kelapa muda mempunyai kandungan potasium banyak (Andika et al., 2018)

Kandungan potasium pada air kelapa muda mempunyai fungsi untuk menjaga tekanan darah tetap normal. Kalium adalah senyawa kimia yang mempunyai peran untuk menjaga otot, pengaturan tekanan darah, jantung dan sistem saraf. Pasien menderita darah tinggi rutin meminum air kelapa muda secara terus-menerus meningkatkan jumlah kalium pada tubuh. Kalium memberikan efek menurunkan resistensi pembuluh darah vaskular diakibatkan vasodilatasi (Sari, 2022)

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada Ny. J di desa simpang kubu didapatkan data klien mengeluh kepala pusing tengkuk terasa berat dan nyeri, nyeri hilang timbul, setelah dilakukan pemeriksaan tekanan darah didapatkan hasil TD : 170/96mmhg.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan Asuhan Keperawatan Pada Ny. J Dengan Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan darah Di Desa Simpang Kubu Wilayah Kerja UPT Puskesmas Air Tiris Tahun 2023.

ILUSTRASI KASUS

Ilustrasi kasus berisi informasi tentang kasus mulai dari pengkajian, diagnosa keperawatan, rencana asuhan keperawatan, implementasi keperawatan sampai evaluasi dan tindak lanjut. Semuanya dimuat secara padat dengan bahasa yang efektif, efisien dan informatif mengikuti uraian-uraian berikut:

1. Pengkajian.

Bab ini menjelaskan rangkuman asuhan keperawatan yang dilakukan terhadap Ny. J dengan Hipertensi yang dilakukan pemberian air kelapa muda untuk menurunkan tekanan darah yang dialami oleh klien. Asuhan Keperawatan dilakukan sejak tanggal 20 september 22 september 2023 yang di mulai dari tahap pengkajian keperawatan , menganalisa data, menegakkan diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan.

Klien berinisial Ny. J berumur 48 tahun, beragama Islam, berpendidikan SMP dan bekerja sebagai ibu rumah tangga Ny. J bertempat tinggal di dusun 1 desa Simpang Kubu kecamatan Kampar Riau, klien mengatakan dirinya tinggal dengan anaknya karena suaminya sudah lama meninggal. Pada saat pengkajian klien mengeluh pusing dan tidak nyaman pada tengkuk leher. Klien tampak memegang area nyeri, nyeri yang dirasakan seperti ditusuk-tusuk sehingga klien merasa gelisah, nyeri terjadi saat melakukan aktivitas yang berlebihan dan dapat muncul secara tiba-tiba. Skala nyeri yang dialami Ny. J yaitu skala 5 dengan durasi cukup lama klien juga tampak meringgis ketika menunjukkan bagian tubuh yang tersa nyeri. Ny. J mengatakan sudah lama merasakan nyeri ditengkuknya, Ny. J mengetahui penyakitnya dari 8 tahun yang lalu, Ny. J mengatakan nyeri ditengkuk sering muncul dalam 1 tahun ini sehingga jam tidur tidak teratur, jumlah jam tidur hanya 4 jam dalam sehari, klien mengatakan sering terbangun tengah malam dan pada siang harinya klien juga sulit tidur.

Pada saat pemeriksaan fisik didapatkan tekanan darah 170/96 mmHg, nadi 98x/menit, pernapasan 20x/menit, suhu 36,6°C, klien mengkonsumsi obat hipertensi. Klien mengatakan melakukan pengecekan tekanan darah harus ke fasilitas kesehatan, klien dalam mengatasi rasa nyeri ditengkuk, sakit kepala dengan cara istirahat dan minum obat saat nyeri berat. Klien mengataan tidak memiliki alergi makanan atau obat-obatan, klien suka mengkonsumsi makanan mengandung santan dan garam.

Berdasarkan data penunjang keluarga kondisi rumah dan lingkungan klien terlihat bersih dan rapi, rumah klien memiliki 2 kamar dan 1 kamar mandi. Rumah klien terdapat ventilasi yang kurang, pencahayaan rumah terang, tersedia tempat sampah depan rumah dengan jarak 1 meter, dan memiliki sumber air sendiri didalam rumah. Berdasarkan hasil wawancara yang didapatkan pada Ny. J bahwa Ny. J kurang dalam memperhatikan penyakit yang dideritanya, ketika anak Ny. J diwawancara di dapatkan hasil bahwa Ny. J kurang mengetahui tentang kondisi kesehatan Ny. J dan tidak begitu paham terkait pengobatan dan risiko yang dapat ditimbulkan dari penyakit yang diderita klien.

2. Nursing Care Plan atau Asuhan Keperawatan

Diagnosa keperawatan keluarga dirumuskan berdasarkan data yang didapatkan pada pengkajian yang terdiri dari masalah keperawatan yang akan berhubungan dengan etiologi yang berasal dari pengkajian fungsi perawatan keluarga. Berdasarkan pengkajian yang telah dilakukan oleh peneliti, didapatkan dua diagnosa yang muncul pada Ny. J, yaitu

- a. Nyeri akut berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga dengan hipertensi
- b. Gangguan pola tidur berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga dengan hipertensi

3. Implementasi Asuhan Keperawatan

Rencana tindakan keperawatan yang peneliti lakukan untuk mengatasi masalah keperawatan yang dialami Ny.j yaitu :

- a. Nyeri akut b.d Ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga dengan hipertensi

Setelah dilakukan tindakan asuhan keperawatan keluarga selama 3x24 jam diharapkan, keluarga mampu mengenal kesehatan guna menurunkan nyeri, kriteria hasil meliputi :

- 1) Mampu mengontrol nyeri (tahu penyebab nyeri, mampu menggunakan tehnik nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri, mencari bantuan)
- 2) Melaporkan bahwa nyeri berkurang dengan menggunakan manajemen nyeri
- 3) Mengenal nyeri (skala, intensitas, frekuensi dan tanda nyeri)
- 4) Menyatakan rasa nyaman setelah nyeri berkurang

Rencana tindakan keperawatan yang akan di susun untuk Ny. J yaitu :

Mangement nyeri

- 1) Lakukan pengkajian nyeri secara komprehensif termasuk lokasi, karakteristik, durasi frekuensi, kualitas dan faktor presipitasi
- 2) Observasi reaksi nonverbal dan ketidaknyamanan
- 3) Bantu pasien dan keluarga untuk mencari dan menemukan dukungan.
- 4) Ajarkan tentang tehnik non farmakologi (minum air kelapa muda)
- 5) Berikan informasi tentang nyeri seperti penyebab nyeri, berapa lama nyeri akan berkurang danantisipasi

- b. Ganggguan pola tidur b.d Ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga dengan hipertensi

Tujuan yang diharapkan dilakukan tindakan asuhan keperawatan keluarga selama 3x24 jam diharapkan, keluarga mampu mengenal kesehatan guna klien dapat mencapai tidur, meliputi :

- 1) Tidur efektif
- 2) Waktu tidur teratur
- 3) Perasaan segar setelah
- 4) tidur

Rencana tindakan keperawatan yang akan di susun untuk Ny J yaitu :

Peningkatan tidur

- 1) Jelaskan kepada klien pentingnya tidur yg cukup selama perawatan
- 2) Monitor pola tidur serta jumlah jam tidur klien dan catat kondisi fisik (nyeri/ketidaknyamanan)
- 3) Sesuaikan lingkungan (cahaya, kebisingan, dan tempat tidur)
- 4) Monitor makanan dan intake sebelum tidur yang dapat mengganggu tidur

4. Implementasi Asuhan Keperawatan

a. Hari pertama

Tindakan hari pertama rabu 20 september 2023 mengkaji nyeri secara komprehensif dengan respon subjektif pasien mengatakan kepala pusing dan nyeri. P: nyeri dan pusing semakin terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa ditusuk-tusuk jarum, R: nyeri pada bagian kepala dan tengkuk, S: skala 5 (nyeri sedang), T: nyeri yang dirasakan hilang timbul. Respon objektif yang didapat klien tampak meringis, TD: 170/96 mmHg, N : 98x/menit, RR : 20x/menit.

Peneliti memberikan informasi tentang pengobatan nonfarmakologi dengan meminum air kelapa muda yang membantu mengurangi nyeri yang dirasakan dan menurunkan tekanan darah yang dialami klien. Setelah menjelaskan mengenai manfaat dan kandungan dari air kelapa muda klien setuju untuk mencoba mengonsumsi air kelapa muda yang telah disediakan oleh peneliti. Peneliti menyediakan air kelapa muda sebanyak 250ml/hari, selang menunggu 2 jam untuk dilakukan post test tingkat nyeri dan tekanan darah, peneliti melanjutkan dengan mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur klien, klien mengatakan semalam hanya tidur 4 jam, sering terbangun pada malam hari, dan sulit untuk tidur pada siang harinya. menganjurkan klien melakukan relaksasi napas dalam pada saat sebelum tidur di malam hari dan mencoba untuk tidur tepat waktu.

Setelah 2 jam kemudian peneliti melakukan pengkajian ulang terkait tingkat nyeri dan tekanan darah pada klien. Penilaian skala nyeri menggunakan menggunakan skala Numeric Rating Scale, didapatkan skala nyeri yang dialami klien dengan skala 3, sedangkan untuk penilaian tekanan darah menggunakan sphygmomanometer yang didapatkan TD: 158/94 mmHg, N : 95x/menit, RR : 18x/menit.

b. Hari kedua

Pada hari kedua kamis 21 september 2023 peneliti kembali melakukan pengkajian nyeri secara komprehensif, mengobservasi TTV dengan data subjektif yang didapat P: nyeri dan pusing semakin terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa ditusuk-tusuk jarum, R: nyeri pada bagian kepala dan tengkuk, S: skala 3 (nyeri sedang), T: nyeri yang dirasakan hilang timbul. Respon objektif yang didapat klien tampak meringis, TD: 158/94 mmHg, N : 95x/menit, RR : 18x/menit.

Peneliti kembali menyediakan air kelapa muda sebanyak 250ml/hari dan menganjurkan klien untuk kembali meminumnya, klien kembali bersedia mencoba meminumnya dikarenakan perlahan-

lahan klien merasakan efek yang baik pada dirinya setelah meminum air kelapa muda, klien mengatakan kepalanya sedikit terasa menjadi ringan dari pada hari-hari sebelumnya. Setelah klien meminum air kelapa muda, peneliti mencoba melanjutkan dengan mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur klien, klien mengatakan semalam bisa tidur tepat waktu, ketika nyeri muncul dengan respon klien mengatakan akan meminum air kelapa muda secara mandiri, klien kooperatif dengan anjuran yang diberikan waktu mulai dari jam 21.00 - 02.00 WIB kemudian tidur kembali jam 03.00 - 05.30 dan ketika bangun tidur klien mengatakan badan sudah terasa segar. Peneliti kembali mengingatkan untuk berusaha tidur tepat waktu pada malam hari kepada klien.

Setelah 2 jam kemudian peneliti melakukan pengkajian ulang terkait tingkat nyeri dan tekanan darah pada klien. Penilaian skala nyeri menggunakan menggunakan skala Numeric Rating Scale, didapatkan skala nyeri yang dialami klien skala 2 pada pengukuran tekanan darah didapatkan TD: 146/81 mmHg, N : 90x/menit, RR : 19x/menit.

c. Hari ketiga

Pada hari ketiga jumat 22 september 2023, peneliti kembali melakukan pengkajian nyeri secara komprehensif dan observasi TTV, data subjektif yang didapatkan, P: nyeri yang dirasakan sudah berkurang ketika pasien bergerak, Q: terasa ditusuk-tusuk jarum, R: nyeri pada bagian kepala, S: skala 2 (nyeri ringan), T: nyeri yang dirasakan hilang timbul. TD: 146/81 mmHg, N : 90x/menit, RR : 18x/menit. Peneliti kembali menganjurkan klien untuk meminum air kelapa muda klien kembali bersedia meminumnya, klien mengatakan nyaman mengonsumsi air kelapa muda dan merasakan efek yang baik pada dirinya setelah meminum air kelapa muda, klien mengatakan kepala dan tenguknya semakin terasa menjadi ringan dari pada hari-hari sebelumnya. Setelah 2 jam kemudian peneliti melakukan pengkajian ulang terkait tingkat nyeri dan tekanan darah pada klien. Penilaian skala nyeri menggunakan menggunakan skala Numeric Rating Scale, didapatkan skala nyeri yang dialami klien skala 0 (tidak ada nyeri) pada pengukuran tekanan darah didapatkan TD: 132/80 mmHg, N : 88x/menit, RR : 18x/menit. Peneliti melanjutkan dengan mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur, klien mengatakan tidur mulai jam 21.00 - 05.00 WIB dan ketika bangun tidur klien mengatakan badan semakin terasa segar dan relaks, klien mengatakan senang karena tidak ada terbangun lagi ditengah malam.

5. Evaluasi dan Tindak Lanjut

a. Hari pertama

Evaluasi yang dilakukan pada tanggal 20 september 2023 dengan diagnosa nyeri akut terhadap nyeri yang dialami klien. Didapatkan hasil data subjektif yaitu klien merasa nyeri di tengkuk berkurang dan tubuh lebih rileks dan tenang. Berdasarkan data objektif setelah diberikannya air kelapa muda ditemukan penurunan tekanan darah dengan hasil 158/94 mmHg, N : 95x/menit, RR : 18x/menit dan skala nyeri 3 (sedang), Masalah dapat teratasi sebagian.

Evaluasi pada diagnosa gangguan pola tidur. Didapatkan hasil data subjektif yaitu didapatkan klien mengatakan mengerti dengan edukasi yang disampaikan, klien mengatakan akan mencoba untuk tidur tepat waktu. Data objektif yang peneliti dapatkan klien tampak antusias mendengarkan informasi yang disampaikan, klien tampak membaca leaflet yang diberikan.

b. Hari kedua

Evaluasi yang dilakukan pada tanggal 21 september 2023 dengan diagnosa nyeri akut terhadap nyeri yang dialami klien. Didapatkan hasil data subjektif yaitu klien mengatakan tegang di tengkuk dan leher berkurang, klien juga mengatakan merasa lebih rileks. Data objektif yang peneliti dapatkan tekanan darah klien TD: 146/81 mmHg, N : 90x/menit, RR : 19x/menit. dan skala nyeri 2 (sedang). Peneliti juga menyampaikan kepada keluarga untuk memantau kondisi kesehatan klien.

Evaluasi pada diagnosa gangguan pola tidur, didapatkan hasil data subjektif yaitu klien mengatakan semalam bisa tidur tepat waktu, ketika nyeri muncul dengan respon klien mengatakan akan meminum air kelapa muda secara mandiri, ketika bangun tidur klien mengatakan badan sudah terasa segar. Berdasarkan data objektif yang peneliti temukan klien kooperatif dengan anjuran yang diberikan waktu mulai dari jam 21.00 - 02.00 WIB kemudian tidur kembali jam 03.00 - 05.30, klien tampak segar, klien mampu menjelaskan hambatan yang dihadapinya.

c. Hari ketiga

Evaluasi yang dilakukan pada tanggal 22 september 2023 dengan diagnosa nyeri akut terhadap nyeri yang dialami klien. Didapatkan hasil data subjektif yaitu klien mengatakan nyeri berkurang, klien juga mengatakan merasa lebih rileks. Data objektif yang peneliti dapatkan tekanan darah didapatkan 132/80 mmHg, N : 88x/menit, RR : 18x/menit dan skala nyeri 0 (tidak ada nyeri). Peneliti juga menyampaikan kepada keluarga untuk memantau kondisi kesehatan klien, makanan klien serta keluarga, dan melanjutkan terapi air kelapa muda yang telah diajarkan.

Evaluasi pada diagnosa gangguan pola tidur, didapatkan hasil data subjektif yaitu klien mengatakan kepala dan tengkuknya semakin terasa menjadi ringan dari pada hari-hari sebelumnya, klien mengatakan tidur mulai jam 21.00 - 05.00 WIB dan ketika bangun tidur klien mengatakan badan semakin terasa segar dan relaks, klien mengatakan senang karena tidak ada terbangun lagi ditengah malam. Berdasarkan data objektif yang peneliti temukan klien tampak segar, tampak senang klien mampu menjelaskan hambatan yang dihadapinya

PEMBAHASAN

Peneliti melakukan pembahasan untuk mengetahui sejauh mana asuhan keperawatan pada Ny. J dengan menggunakan metode pemberian air kelapa muda yang dapat menurunkan tekanan darah dan adanya kesenjangan serta membandingkan antara teori dan kenyataan yang sesuai di lapangan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

1. Pengkajian

Peneliti melakukan pengkajian pada Ny. J didapatkan data subjektif klien mengatakan kepala pusing tengkuk terasa berat dan nyeri. Tanda dan gejala hipertensi sangat bervariasi dimulai dengan tanpa gejala, sakit kepala ringan ataupun gejala lain yang hampir sama dengan penyakit lainnya. Gejala lainnya yaitu sakit kepala/rasa berat di tengkuk, mumet (vertigo), jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan.(Maulana, 2022)

Menurut (Reckelhoff and Wofford, 2022) hipertensi merupakan faktor risiko utama untuk kejadian kardiovaskular dan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia. Beberapa faktor yang meningkatkan tekanan darah, yaitu kurangi makan buah

dan sayuran, makan terlalu banyak garam, kegemukan/kelebihan berat badan (obesitas), kurangnya aktivitas fisik, minum terlalu banyak alkohol, Dislipidemia, diet tinggi lemak, stres (Ayu A et al. 2022).

Tekanan darah sebelum meminum air kelapa muda adalah TD: 170/96 mmHg. Pada saat pengkajian klien mengatakan kepala pusing, tungkuk terasa berat dan nyeri. TD: 170/96 mmHg, N : 98x/menit, RR : 19x/menit.

Menurut asumsi peneliti dari pengkajian yang dilakukan tentang pasien yang menderita hipertensi sering kali mengalami gejala yang sama, yaitu kepala pusing, tungkuk terasa berat dan nyeri. Hal ini terjadi karena beberapa penyebab diantaranya faktor makan terlalu banyak garam, kegemukan/kelebihan berat badan (obesitas), kurangnya aktivitas fisik, stres.

2. Diagnosa

Setelah dilakukan pengkajian diagnosa keperawatan yang muncul yaitu Gangguan rasa nyaman nyeri berhubungan dengan Ketidakadekuatan keluarga dalam sumber daya pengetahuan. Hipertensi adalah peningkatan abnormal tekanan darah di arteri selama periode waktu tertentu. Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik 140 mmHg atau tekanan darah diastolik 90 mmHg (Amir et al. 2022). Penentuan diagnosa ini muncul karena hasil pengkajian ditemukan tanda dan gejala hipertensi kepala pusing, tungkuk terasa berat, nyeri dan peningkatan tekanan darah, klien tampak gelisah dan memegang area yang nyeri.

Menurut (Widyarani, 2021) Terapi komplementer merupakan salah satu alternatif untuk mengatasi masalah kesehatan. Salah satu terapi komplementer yang dapat diaplikasikan pada pasien hipertensi adalah hidroterapi. Berdasarkan data yang didapat, peneliti mengangkat diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut dan gangguan pola tidur. Peneliti meyakini bahwa diagnosa tersebut sesuai dengan kondisi pasien.

3. Intervensi

Intervensi keperawatan yang peneliti lakukan dengan jurnal yang peneliti terapkan memiliki kesamaan yaitu klien yang menderita hipertensi atau tekanan darah tinggi. Menurut (Tory et al. 2021) Faktor yang dikaitkan dengan peningkatan prevalensi hipertensi adalah pertumbuhan populasi, penuaan populasi, dan risiko perilaku faktor, seperti pola makan yang buruk, merokok, aktivitas fisik, penggunaan alkohol yang berbahaya, dan kelebihan berat badan atau obesitas. Peneliti membuat beberapa intervensi untuk mengatasi masalah Gangguan rasa nyaman nyeri berhubungan dengan Ketidakefektifan keluarga dalam menemukan sumber informasi. Salah satunya adalah penerapan pemberian air kelapa muda untuk menurunkan tekanan darah.

Penelitian yang dilakukan (Adi Try Wurjatmiko, Aluddin, 2022) penelitian ini menyimpulkan bahwa terapi air kelapa muda (*cocos nucifera*) dapat menurunkan tekanan darah secara signifikan pada penderita hipertensi di wilayah pesisir Bone Rombo Kabupaten Buton Utara. Menurut (Rita Sari, Janu Purwono, 2022) Ada pengaruh air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah kerja puskesmas sumberejo. Minum air kelapa muda disarankan pada penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah.

Terapi pemberian Air kelapa muda merupakan air yang biasa ditemukan pada buah kelapa yang masih mudah dan memiliki rasa yang manis, air kelapa mengandung beberapa kandungan seperti gula,

vitamin, kalsium dan kalium. Konsumsi bahan makanan dengan kandungan kalium tinggi dan natrium rendah penting untuk mempertahankan tekanan darah dalam batas normal(Sari, 2022)

Menurut asumsi peneliti intervensi yang diangkat sesuai dengan kebutuhan pasien, untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan dan juga penikatan tidur pasien. Peneliti meyakini intervensi yang akan dilakukan dapat membantu pasien untuk pulih.

4. Implementasi

Implementasi yang diberikan yaitu memberikan terapi pemberian air kelapa muda untuk mengurangi tekanan darah pada klien. Pada hari pertama sebelum dilakukan tindakan terapi pemberian air kelapa muda tekanan darah klien 168/94 mmHg, berdasarkan implementasi yang dilakukan pasien tampak rileks, nyaman dan dapat mengikuti anjuran dari peneliti dengan baik.

Pada saat dilakukan terapi pada hari kedua klien mengatakan nyeri sedikit berkurang. data objektif tampak sedikit menahan nyeri dan didapatkan 146/81 mmHg, N : 96x/menit, RR : 19x/menit. dan skala nyeri 2 (sedang). Pada hari ketiga melakukan pemberian air kelapa muda hasilnya klien semakin rileks dan nyaman setelah melakukan terapi rendam kaki air hangat. Data objektif klien tidak terlihat lemah dan didapatkan TD: 132/80 mmHg, N : 88x/menit, RR : 18x/menit dan skala nyeri 0 (tidak ada nyeri).

Menurut asumsi peneliti saat dilakukan intervensi selama 3x24 jam,nyeri pasien terus mengalami penurunan setiap harinya. Pasien juga mengerti apa yang dijelaskan perawat. Peneliti meyakini faktor lingkungan dan keluarga juga sangat membantu dalam proses pemulihan.

5. Evaluasi

Hasil evaluasi yang didapatkan skala nyeri dari hari pertama sampai hari ketiga mengalami penurunan yaitu dari skala nyeri 5 (nyeri sedang) menurun menjadi skala nyeri 0 (tidak ada nyeri). Hal tersebut sesuai dengan kriteri hasil yang telah ditetapkan yaitu keluhan nyeri menurun (tidak ada nyeri), gelisah menurun dan melaporkan nyeri terkontrol meningkat. Klien mengatakan nyaman mengonsumsi air kelapa muda dan merasakan efek yang baik pada dirinya setelah meminum air kelapa muda, klien mengatakan kepala dan tengkuknya semakin terasa menjadi ringan dari pada hari-hari sebelumnya.

Untuk pengukuran tekanan darah juga mengalami penurunan dari hari pertama hingga hari ketiga, perbandingan tekanan darah dari hari pertama didapatkan TD: 146/81 mmHg mengalami penurunan hingga hari ketiga didapatkan TD: 132/80 mmHg. Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian air kelapa muda dalam pemberian asuhan keperawatan Ny. J untuk menurunkan skala nyeri dan tekanan darah pada klien.

Menurut asumsi peneliti, seluruh tindakan keperawatan yang dilakukan kepada pasien berjalan sesuai yang diharapkan peneliti. Peneliti meyakini dari hasil evaluasi pada pasien sangat positif.

SIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan pada asuhan keperawatan pada Ny. J tentang pemberian air kelapa muda untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan masalah utama hipertensi, maka disimpulkan :

1. Pengkajian yang didapatkan yaitu klien mengeluh sakit kepala, dan berat pada tengkuk, nyeri terasa tertusuk-tusuk, nyeri kepala hilang timbul dirasakan sejak satu minggu lalu. Setelah dilakukan pemeriksaan

tekanan darah, didapatkan tekanan darah 170/96 mmHg, Ny. J tampak memegang tengkuk dan meringis dengan skala nyeri 5.

2. Diagnosa yang muncul adalah nyeri akut b.d ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga yang sakit, gangguan pola tidur b.d ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga dengan hipertensi.
3. Intervensi yang diberikan yaitu pemberian air kelapa muda untuk menurunkan tekanan darah.
4. Implementasi yang diberikan pada klien adalah sesuai dengan intervensi yaitu memberikan pemberian air kelapa muda sampai masalah teratasi dan tidak ada perbedaan yang signifikan dengan penelitian terlebih dahulu.
5. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah pemberian air kelapa muda.

Hasil inovasi pemberian air kelapa muda didapatkan hasil terdapat pengaruh pemberian air kelapa muda dalam pemberian asuhan keperawatan Ny. J untuk menurunkan skala nyeri yaitu dari skala nyeri 5 (nyeri sedang) menurun menjadi skala nyeri 0 (tidak ada nyeri) dan tekanan darah pada klien dengan perbandingan TD: 170/96 mmHg mengalami penurunan hingga hari ketiga didapatkan TD: 132/80 mmHg..

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih saya ucapkan kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi khususnya klien dan keluarga, selanjutnya terimakasih kepada Ns. Ridha Hidayat, M.Kep dan Ns. Muhammad Nurman, M.Kep selaku pembimbing yang telah berkontribusi serta mendukung penuh dalam melakukan penelitian ini.

REFERENSI

- Adi Try Wurjatmiko, & Aluddin. (2022). *Pengaruh Terapi Air Kelapa Muda (Cocos Nucifera) Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Pesisir Bone Rombo Buton Utara*. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 5(2), 178–182. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i2.2028>
- Andika, F., Haniarti, & Pantintingan, A. (2018). *Effect of Young Coconut Water on Decreasing Blood Pressure on Hypertension Patients in Lanrisang Community Health Center in Pinrang District*. Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan, 1(3), 217–229.
- Amir, Nurhidayah, Rifki Sakinah Nompoo, Angela L. Thome, Yuliana Done, Viertianingsih Patungo, and Fathia Fakhri Inayati Said. (2022). “*Studi Literature: Cara Menurunkan Hipertensi Dengan Latihan Fisik*.” 4:259–70.
- Ayu A, Delfriana, Addina Fitri Sinaga, Nabila Syahlan, Siti Maharani Siregar, Shakila Sofi, Siddiq Zega, Adellia Rusdi, and Tengku Anisa Dila. (2022). “*Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara*.” Jurnal Kesehatan Masyarakat 10(2):136–47. doi: 10.14710/jkm.v10i2.32252.
- Maulana, N. (2022). *Pencegahan dan Penanganan Hipertensi Pada Lansia*. Jurnal Peduli Masyarakat, 4(1), 163168. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/992/784>
- Mayangsari, M. (2018). *The Influence Of Young Coconut Water (Cocos Nucifera L.) On The Decrease In Hypertensive Patients*. Penelitian Ilmiah.
- Putri, E., Safitri, Y., & Apriza, A. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Ny. L Tentang Pemberian Rebusan Daun Sirsak Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Desa Naumbai Wilayah Kerja Upt Puskesmas Air Tiris Tahun 2022*. SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu, 1(4), 33-39.

- S.P. Rahayu, V. M. E., Mertha, I. M., Ari Rasdini, I. G. A., & Putra Yasa, I. D. P. G. (2021). *Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi*. *Jurnal Gema Keperawatan*, 14(2), 126–133. <https://doi.org/10.33992/jgk.v14i2.1808>
- Sari, R. (2022). *Pengaruh Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Effect Of Coconut Water On Blood Pressure Reduction In Hypertension Patients*.
- Tarwoto, T., Mumpuni, M., & Widagdo, W. (2018). *Pengaruh Konsumsi Air Kelapa Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 12(1), 1–7. <https://doi.org/10.36082/qjk.v12i1.23>
- Tory, Smita Roy, Nahian Rahman, Syeda Saima Alam, Shaidaton Nisha, Faroque Md Mohsin, Mahmudul Mannan, Mahedi Hasan, Mahbubur Rahman, Sabrina Rahman, Abu Zobayed, Mosharop Hossain, Jakaria Al Mamun, Omar Faruk, Sumaiya Jahan Dina, and Khaleda Islam. (2021). “*Prevalence of Hypertension and Its Associated Factors among Adults in Selected Areas of Bangladesh: A Community Based Cross-Sectional Study*.” *Journal of Food Research* 10(6):56. doi: 10.5539/jfr.v10n6p56.
- Widyarani, Linda. (2021). “*Hidroterapi Sebagai Terapi Komplementer Dalam Stadium I Hydrotherapy As a Complementary Therapy To Reduce*.” *Linda Widyarani* 3:26–33.