

ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH PADA KASUS HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN *EVIDENCE BASED THERAPY* PISANG AMBON PADA LANSIA TN.M.N UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI DESA KAUNERAN KECAMATAN SONDER

Mega Lumingkewas^{1*}, Finanti Djamluki²

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Pembangunan Indonesia Manado^{1,2}

*Corresponding Author : megaamelia02@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis kronis di mana tekanan darah di arteri meningkat, yang mengharuskan jantung bekerja lebih keras dari biasanya untuk mengalirkan darah melalui pembuluh darah. Hipertensi merupakan suatu keadaan tekanan darah dalam arteri mengalami peningkatan yang tidak normal secara terus menerus. Hipertensi dapat diartikan sebagai suatu kondisi dimana tekanan darah seseorang bertambah di atas batas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kematian. Sedangkan faktor-faktor yang dapat dikontrol diantaranya pola makan, kebiasaan merokok, kelebihan berat badan, kurang melakukan aktivitas fisik seperti kebiasaan olahraga, mengonsumsi garam dengan jumlah berlebihan. Lansia merupakan proses atau tahapan akhir yang akan dilalui seseorang dalam kehidupannya. Seseorang dikatakan telah berusia lanjut apabila telah mencapai usia lebih dari 60 tahun. (Ramadhani *et al.*, 2021) juga menyatakan hal serupa bahwa seseorang dikatakan lansia apabila telah berusia >60 tahun. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menggolongkan lanjut usia menjadi tiga kategori yaitu lanjut usia (*elderly*) usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) yakni seseorang yang berusia 75-90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) ketika seseorang telah berusia >90 tahun (Lukman, 2020). Pisang ambon adalah pisang yang memiliki rasa yang manis, pisang ambon banyak mengandung manfaat bagi kesehatan tubuh manusia menurut honestdocs, pisang ambon mengandung beberapa vitamin : yaitu vit.C, vit c dapat menjaga kesehatan dan juga kebugaran tubuh, selain itu pisang ambon juga mengandung vit B untuk peningkatan fungsi pada jantung dan otak dan pisang ambon mengandung kandungan mineral agar kesehatan pada tulang tetap terjaga

Kata kunci : hipertensi, lansia terapi jus pisang

ABSTRACT

Hypertension, or high blood pressure, is a chronic medical condition in which blood pressure in the arteries increases, requiring the heart to work harder than usual to circulate blood through the vessels. Hypertension is a condition in which blood pressure in the arteries experiences a persistent, abnormal increase. Hypertension can be defined as a condition in which a person's blood pressure rises above the normal limit, which can lead to increased mortality. Controllable factors include diet, smoking, being overweight, lack of physical activity, and excessive salt consumption. Elderly is a process or final stage that a person will go through in their life (Wirenviona et al., 2021). A person is said to be elderly if they have reached the age of more than 60 years. (Ramadhani et al., 2021) also stated the same thing that a person is said to be elderly if they are >60 years old. The World Health Organization (WHO) classifies elderly people into three categories, namely elderly (elderly) aged 60-74 years, old elderly (old) namely someone aged 75-90 years and very old age (very old) when someone is >90 years old. Ambon bananas are bananas that have a sweet taste, Ambon bananas contain many benefits for human health according to Jujurdocs, Ambon bananas contain several vitamins: namely vitamin C, vitamin C can maintain the health and fitness of the body, besides that Ambon bananas also contain vitamin B to improve heart and brain function and Ambon bananas contain mineral content so that bone health is maintained.

Keywords : hypertension, elderly, banana juice therapy

PENDAHULUAN

Lanjut usia (Lansia) adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas (Kemenkes, 2016). Persentase penduduk lansia di Indonesia meningkat dari 7,57% pada tahun 2012 dan menjadi 10,48% pada tahun 2022. Lanjut usia yakni tahap akhir dari suatu proses perkembangan kehidupan seseorang yang paling akhir. Menurut World Health Organization (WHO) mengatakan tahap lanjut usia dibagi menjadi empat kelompok, yaitu usia petengahan di umur 45–59 tahun, lanjut usia di umur 75–90 tahun dan usia lebih dari 90 tahun. Proses penuaan merupakan sebuah proses yang tidak bisa dihindari dimana perubahan tersebut berhubungan dengan waktu, dimulai dari sejak lahir hingga seumur hidup (Fatiha, Ma'rufi, & Rokhmah, 2021). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis kronis di mana tekanan darah di arteri meningkat, yang mengharuskan jantung bekerja lebih keras dari biasanya untuk mengalirkan darah melalui pembuluh darah. Hipertensi merupakan suatu keadaan tekanan darah dalam arteri mengalami peningkatan yang tidak normal secara terus menerus (Hastuti & Kep, 2020).

Hipertensi merupakan salah satu faktor utama kematian di seluruh dunia, diperkirakan sekitar 9,4 juta kematian di sebabkan oleh hipertensi menurut WHO. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah Stroke dan Tuberculosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia, hipertensi merupakan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas 160/80 mmHg (Tarigan et al., 2018) Faktor yang memicu timbulnya penyakit hipertensi salah satunya status gizi yang tidak seimbang. Perubahan status gizi yang ditandai dengan peningkatan berat badan dapat secara langsung mempengaruhi perubahan tekanan darah. Menurut Eny (2017) natrium dan kalium merupakan kation utama dalam cairan ekstraseluler tubuh yang mempunyai fungsi mengatur ke seimbangan cairan dan asam basa tubuh serta berperan dalam transmisi saraf dan kontraksi otot. Asupan natrium yang berlebih dapat menyebabkan gangguan keseimbangan tubuh, sehingga dapat menyebabkan oedema, asites, dan hipertensi.

P prevalensi peningkatan jumlah penderita hipertensi diseluruh dunia menurut WHO dari sekitar 1,3 miliar orang pada tahun 2015 diperkirakan menjadi 1,5 miliar orang pada tahun 2025, dan diperkirakan 9,4 juta orang meninggal dunia karena penyakit hipertensi serta komplikasinya. Banyak penderita hipertensi yang tidak menyadari bahwa dirinya terkena hipertensi justru tidak rutin mengonsumsi obat. Dari hasil pengkajian yang di dapat pada desa kauneran kecamatan sonder kususnya jaga IV sebanyak 189 penduduk (KK), dan dkaji dari segi kesehatan yaitu hipertensi sebanyak 77 orang (20%). dan pada pengobatan hipertensi di bagi menjadi dua; yaitu menggunakan terapi farmakologis dan juga nonfarmakologis, terapi farmakologis yaitu terapi yang menggunakan obat-obatan sedangkan terapi nonfarmakologis yaitu terapi yang menggunakan jus pisang. Pisang terkenal akan kandungan potasiumnya. Satu buah pisang berukuran sedang mengandung potasium atau sering kita sebut dengan kalium sebanyak ± 400 mg. Pisang mengandung *angiotensin converting enzyme* alami atau ACE inhibitor alami (15).

Di Indonesia, pisang merupakan buah yang mudah ditemukan. Rasanya yang enak, harganya yang murah, mudah dijangkau, dan memiliki banyak sekali manfaat untuk kesehatan membuat pisang menjadi salah satu buah yang banyak digemari oleh semua kalangan. Namun tidak semua orang menyadari khasiat buah pisang yang salah satunya adalah untuk menurunkan tekanan darah. Pisang yang merupakan salah satu buah-buahan dengan kandungan kalium yang cukup tinggi adalah pisang ambon. Pada 100 gr pisang ambon terdapat 435 mg kandungan kalium (Luthbis & Ratnasari, 2020). Serta rendah natrium 18 mg dengan berat rata-rata 140 gr untuk perbuah. Pisang ambon dengan kandungan kalium dapat menurunkan dan menstabilkan tekanan darah karena bekerja sama dengan farmakologi antihipertensi pada tubuh seperti komponen penting yang bersifat sebagai

Angiotensinconverting Enzyme (ACE) Inhibitor dalam mengatur pelepasan angiotensin II yang 4 Profesi Ners UNSULBAR merupakan substansi penyebab meningkatnya tekanan darah melalui vaskokonstriksi pembuluh darah (Agustianingrum et al, 2020).

DESKRIPSI KASUS

Berdasarkan dari hasil pengkajian yang di lakukan kepada pasien/klien,maka ppenulis menerapkan intervensi sesuai jurnal *evidence dased* “asuhan keperawatan medical bedah pada kasus hipertensi dengan pendekatan evidence based terapi jus pisang ambon pada lansia Tn.M,N Untuk menurunkan tekanan darah di desa kauneran kecamatan sonder”. Intervensi yang terpilih untuk mengatasi masalah kesehatan pada pasien yang mengalami di hipertensi adalah dengan menggunakan pemberian terapi jus pisang ambon,dan pada pelaksanaan tersebut melibatkan satu orang lansia yang berasal di desa kauneran terkhususnya pada jaga V,kemudian sebelum dilakukan pemberian terapi jus pisang ambon pada pasien kelolaan di ukur terkebih dahulu tekanan darah pasien,lanjutkan dengan pemberian jus pisang ambon yang sudah di sediakan,evaluasi kembali tekanan darah setelah 15 menit sesudah mengonsumsi jus pisang ambon lihat apakah ada perubahan pada tekanan darah

Tabel 1. Hasil Tekanan Darah Pre-Post dan Post Tes Pemberian Jus Pisang Ambon Untuk Menurunkan Hipertensi

No	Nama	Waktu pemberian	hasil pre-post	Hasil post-test
1	T.n.M.N	Pagi (08:00)	188/100 mmHg	173/91 mmHg
		malam (19:00)	170/90 mmHg	167/87 mmHg
		Pagi (08:00)	165/87 mmHg	161/85 mmHg
		malam (19:00)	157/85 mmHg	150/81 mmHg
		Pagi (08:00)	146/88 mmHg	140/83mmHg
		malam (19:00)	139/80 mmHg	130/80mmHg

Terapi pemberian jus pisang ambom pada pasien hipertensi tersebut di lakukan selama 3 hari dan pemberian jus pisang di lakukan pada pagi dan malam sebelum makan,di lakukan pengukuran tekanan darah sebelum pemberian jus pisang ambon,setelah pemberian selama tiga hari terdapat perubahan pada tekanan darah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil pengkajian yang di lakukan pada tanggal 26 september 2025 pada Tn.dengan usia 61 tahun yang bekerja sebagai petani,bertempat di desa kauneran kecamatan sonder,Tn.M tinggal bermasa istri,anak dan cucunya. Penderita hipertensi umumnya tidak mempunyai gejala atau keluhan tertentu,namun penderita hipertensi dapat mengalami nonspesifik seperti : sakit pada bagian kepala,tiba-tiba pusing,seringkali merasa gelisa,rasa berat pada bagian leher,dan bisa juga sering merasa lelah,sedangkan pada kasus teori kesman tanda dan gejala yang di dapatkan yaitu seperti sakit kepala,pusing terasa berat pada bagian belakang kepala. Pada saat implementasi penerapan evidence based terapi jus pisang pada lansia untuk menurunkan tekanan darah di lakukan teratur selama 3 hari dan pemberian jus pisang ambon dilakukan sebanyak 6 kali pemberian,pagi dan malam sebelum makan sebanyak satu gelas,dilakukan pengkuran tekanan darah sebelum pemberian jus pisang ambon,kemudian kembali evaluasi tekanan darah setelah 15 menit.

Pada saat di lakukan implementasi pada pasien maksimalnya selama 7 hari berturut-turut tapi peneliti hanya melakukan implementasi selama 3 hari berturut-turut,tetapi ada perubahan pada apa yang di berikan,tekanan darah awal 188/100mmHg setelah di lakukan pemberian

jus pisang ambon selama 3 hari sebanyak 6 kali pemberian,terdapat hasil menurun atau membaik dengan hasil 130/80mmHg,dengan keluhan nyeri menurun dan pusing berkurang

KESIMPULAN

Dari hasil pengkajian yang di lakukan pada tanggal 26 september 2025 dari data yang di dapatkan pasien mengalami hipertensi sejak 5 bulan lalu,pasien mengeluh nyeri kepala,dan pola makan yang tidak sehat dan terlalu mengonsumsi makan berlebihan garam. Dari hasil pengkajian dan data yang di dapatkan terdapat dua diagnose yaitu : nyeri akut dan defisit pengetahuan. Intervensi yang telah di berikan pada pasien yaitu edukasi pendidikan kesehatan tentang hipertensi :pemberian jus pisang. Implementasi yang telah di berikan pada pasien yaitu edukasi pendidikan kesehatan tentang hipertensi :pemberian jus pisang. Setelah di berikan terapi selama 3 hasi Terdapat adanya perubahan setelah di berikan jus pisang,perubahan tekanan darah,perubahsan nyeri dan perubahan pada pusing tiba-tiba. Terdapat perubahan pada defisit pengetahuan : pengetahuan membaik dan mampu menerima informasi atau saran dari peneliti.

Dengan adanya hasil penelitian ini bisa di harapkan menjadi suatu informasi bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mengetahui tentang terapi pemberian jus pisang ambon untuk menurunkan hipertensi pada pasien dan bisa mengembangkan sebagai salah satu teknik non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terimakasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustianingrum, P., Cholifah, S., & Sari, R. P. (2020). Pengaruh Pemberian Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca* Var. *Sapientum Linnaeus*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 63–72. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v9i2.276>
- Ainurrafiq, Risnah, & Azhar, M. U. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: *Systematic Review*. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.80>
- Arifki, H. H., & Barliana, M. I. (2019). Karakteristik dan Manfaat Tumbuhan Pisang di Indonesia : Review Artikel. *Jurnal Farmaka*, 16(3), 196203.
- ASIAH, N. A., MAJID, R., & AKIFAH, A. (2022). Hubungan Konsumsi Makanan Asin, Merokok, Aktivitas Olahraga Dan Stres Dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmaslepo-Lepo Kota Kendari Tahun 2020. *Jurnal Wawasan Promosi Kesehatan*, 2(3), 82–89. <https://doi.org/10.37887/jwins.v2i3.29382>
- Clarisa, G. A. Della, Nuryanto, K., & Sandra, I. P. G. Y. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Ubud I. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED20178ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

- Dirnasari,. Eva .Y .Satriani. (2024). Pengaruh konsumsi pisang ambon (*musa acuminata cavendish*) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di dusun kekkes.
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). Hipertensi : Kenali Penyebab, Tanda Gejala dan Penangannya. In Hipertensi.
- Hermawan., J & karunia., R (2021). Pemberian pisang ambon pada Ny.S dengan hipertensi di desa sungai ulu kecamatan martapura barat. Jurnal keperawatan Hipertensi Menuju Lansia Sehat. Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M), 4(4), 776–783. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v4i4.21164>
- Memah, M., Kandou, G. D., & Nelwan, J. E. (2019). Hubungan Antara Kebiasaan Merokok dan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Junaidi,H.,Rachmawati,K.Pemberian pisang ambon pada Ny.S Dengan hipertensi di desa sungai rangas ulu kecamatan martapura barat.nerpedia (2021:2(2)
- Lidya, L. O., Sulung, N., & Adriani. (2022). Pengaruh Pemberian Pisang Ambon terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nilam Sari. Collaborative Medical Journal (CMJ), 5(1), 32–39.
- Maulidina, C. M., Widiatika, A. R., Gunawan, W., Ikhsan, M. N., Adani, A. T., Syafa, B., Arum, A. S., Rahmadani, S., Powiec, N. F., & Adiyanto, O. (2024). Edukasi Pencegahan Kombi Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa. Jurnal Kesmas, 8(1), 68–74.
- Kurniawan, S. T., Suryandari, D., Mustikarani, I. K., Saelan, Wibowo, M. A., &Faradisi, F. (2022). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon (*Musa AcuminataCavendish*) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi PadaLanjut Usia Di Boyolali. Jurnal Keperawatan Notokusumo (JKN), 10(1),36–43.
- Mulyadi, A. (2019). Gambaran Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Yang Melakukan Senam Lansia. *Journal of Borneo Holistic Health*, 2(2), 148–157. <https://doi.org/10.35334/borticalth.v2i2.740>
- Nurhamidah,R. H., Wilda,.L.,Atika ,Putri, K.,(2019), Pengaruh pemberian pisanng ambon (*musa paradisiaca s*) terhadap tekanan darah darah pra lansia hipertensi dipuskesmas lubuk buaya padang.
- Nurlaili, B. S., Khairari, N. D., & Aupia, A. (2021). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wanasaba. *ProHealth Journal*, 18(2), 71–79.<https://doi.org/10.59802/phj.202118260>
- Putri, W. R., Nugroho, A. S., & Dzakiy, M. anas. (2023). Keanekaragaman Varietas Buah Pisang (*Musa sp.*) di Desa Sendangharji, Grobogan. Prosiding Webinar Biofair, 252–266.
- Rahmiati, C., & Zuriyah, T. I. (2020). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah. Jurnal Penjaskesrek, 7(1), 15–28.
- Septimar, Z.M., Rustami, M.,&Wibisosno, A.Y.G.(2020).Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi diTangerangTahun 2020: A Literature Review. Jurnal Menara Medika,
- Silalahi, B. (2018). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pralansia yang mengalami Hipertensi di Dusun VIII Desa Tembung. Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA, 4(2), 510–515.
- Sutria, E., & Insani, A. (2013). Pengaruh Komsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi. *Journal of Islamic Nursing*, 1(1),33–41. journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/join/article/download/.../3282
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016.Jurnal Kesehatan,11(1),9–17.<https://doi.org/10.24252/kesehatan.v11i1.5107>
- Totok, H., & Fahrur, N. R. (2017). Pengaruh Senam Hipertensi Lanisa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Werda Darma Bhakti Kelurahan

- Panjang Surakarta. Jurnal Kesehatan, 10(1), 26–31.
<http://journals.ums.ac.id/index.php/jk/article/view/5489/3571>
- Vinet, L., & Zhedanov, A. (2019). *A “missing” family of classical orthogonal polynomials. Journal of PhysicsA: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1689–1699.
<https://doi.org/10.1088/17518113/44/8/085201>
- Yulianti, I., Prameswari, V. E., & Wahyuningrum, T. (2019). Pengaruh pemberian Pisang Ambon terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(1), 070–076.
<https://doi.org/10.26699/jnk.v6i1.art.p070-076>
- Zedadra, O., Guerrieri, A., Jouandeau, N., Seridi, H., Fortino, G., Spezzano, G., Pradhan-Salike, I., Raj Pokharel, J., The Commissioner of Law, Freni, G., La Loggia, G., Notaro, V., McGuire, T. J., Sjoquist, D. L., Longley, P., Batty, M., Chin, N., McNulty, J., TVERSK, K. A. A., ... Thesis, A. (2019)Title. Sustainability (Switzerland), 11(1), 1–14.
http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTA
- Zulkifli, Lukmanasari, P., Hardi, N. A., & Akbar, D. (2023). Karakterisasi MorfologiPisang di Kabupaten Kampar Provinsi Riau. *Vegetalika*, 12(1), 76.