PENERAPAN TERAPI KOMPLEMENTER JUS MENTIMUN PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN KRAJAN TIMUR DESA CANDI JATI KECAMATAN ARJASA

KARYA ILMIAH AKHIR

Oleh :

Muhamad Jefri Prastiyo S. Kep

NIM. 25101132

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

JEMBER

2026

LEMBAR PENGESAHAN

PENERAPAN TERAPI KOMPLEMENTER JUS MENTIMUN PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN KRAJAN TIMUR DESA CANDI JATI KECAMATAN ARJASA

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh

Muhamad Jefri Prastiyo

25101132

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian siding karya ilmiah akhir ners pada tanggal dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners (Ns) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1	: Junianto Fitriyadi, S. Kep., Ns., M. Kep NIDN. 0710068603	( )
Penguji 2	: Syahroni Bachtiar, S.Kep., Ns., M. Kes NIP. 197907312007011001	( )
Penguji 3	: Sulton Wariin, S. Kep., Ns., M. Kep NIDN. 7700017750	( )

Ketua Program Studi Profesi Ners

Ns. Roby Aji Permana S.Kep., M.Kep

NIDN. 07140669205

PENERAPAN TERAPI KOMPLEMENTER JUS MENTIMUN PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN KRAJAN TIMUR DESA CANDI JATI KECAMATAN ARJASA

M. Jefri Prasetyo[1], Sulton Wariin[2]
Profesi Ners, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi
Email Koresponden : muhamadjefrip@gmail.com

Received : **Accepted :** **Published:**

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi tetap menjadi masalah kesehatan utama pada kelompok lansia, yang sering kali dipicu oleh penurunan elastisitas pembuluh darah serta gaya hidup tidak sehat. Pemeliharaan kesehatan yang tidak efektif akibat minimnya manajemen non-farmakologis dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular yang berat. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi komplementer jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan laporan studi kasus (*case report*) yang membandingkan dua pasien lansia laki-laki dengan diagnosis hipertensi di Dusun Krajan Timur, Desa Candi Jati, Kecamatan Arjasa. (Tn. J, 61 tahun) diberikan jus mentimun segar sebanyak 100 gram sekali sehari selama tiga hari berturut-turut yang dikombinasikan dengan edukasi (*coaching*) serta pemberdayaan keluarga, sedangkan (Tn. R, 74 tahun) hanya menerima edukasi kesehatan standar. Tekanan darah diukur sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) intervensi menggunakan tensimeter terkalibrasi.

Hasil: Pengkajian awal menunjukkan kedua pasien mengalami pemeliharaan kesehatan tidak efektif yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah (165/100 mmHg pada Tn. J dan 158/95 mmHg pada Tn. R), pusing, serta kaku pada tengkuk. Setelah tiga hari intervensi, Tn. J dan Tn R menunjukkan akselerasi pemulihan yang sangat signifikan: tekanan darah turun secara konsisten hingga mencapai 127/80 mmHg, keluhan pusing dan kaku leher hilang sepenuhnya, serta tercipta kemandirian keluarga dalam mengolah terapi.

Kesimpulan: Penerapan terapi komplementer jus mentimun yang diintegrasikan dengan asuhan keperawatan berbasis keluarga terbukti efektif menurunkan tekanan darah serta mengoptimalkan pemeliharaan kesehatan pada lansia hipertensi secara holistik. Efek diuretik alami dan vasodilatasi dari kandungan kalium serta air pada mentimun yang didukung oleh keterlibatan aktif keluarga berhasil meningkatkan kenyamanan fisik dan luaran klinis pasien. Pendekatan non-farmakologis ini sangat direkomendasikan sebagai intervensi inovatif dalam pelayanan keperawatan gerontik dan komunitas.

Kata Kunci: Hipertensi, Jus Mentimun, Terapi Komplementer, Lansia, Keperawatan Komunitas.