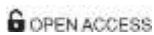


Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny. S Dengan Hipertensi Dengan Pemberian Air Kelapa Muda Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Perum GSA Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya

Hudi Sholahudin¹, Lilis Lismayanti¹, Zaenal Mutaqin¹

¹ Departemen Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Jawa Barat, 46191, Indonesia



SENAL : Student Health Journal

Volume 3 No. 1 (2026) No. Hal. 50-59
©The Author(s) 2026

Article Info

Submit : 10 November 2025
Revisi : 11 Desember 2025
Diterima : 12 Januari 2026
Publikasi : 28 Februari 2026

Corresponding Author

Hudi Sholahudin

Hudisholahudin8@gmail.com

Website

<https://journal.umas.ac.id/index.php/SENAL>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

E-ISSN :-

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi pada usia lanjut dan dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular jika tidak ditangani dengan baik. Asuhan keperawatan gerontik memegang peran penting dalam pengelolaan hipertensi secara holistik, termasuk intervensi non-farmakologis seperti pemberian air kelapa yang mengandung kalium tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan asuhan keperawatan gerontik pada Ny. S, usia 68 tahun, yang mengalami hipertensi di Perum GSA, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang mencakup pengkajian, diagnosa, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Intervensi utama yang diberikan adalah konsumsi air kelapa 250 ml per hari selama 3 hari berturut-turut sebagai upaya menurunkan tekanan darah. Hasil menunjukkan adanya penurunan tekanan darah dari 160/100 mmHg menjadi 145/90 mmHg serta berkurangnya keluhan pusing dan kelelahan. Klien juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pengelolaan hipertensi. Kesimpulan dari studi ini adalah pemberian air kelapa sebagai intervensi keperawatan dapat membantu menurunkan tekanan darah secara alami pada lansia dengan hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup klien.

Kata kunci : Asuhan keperawatan gerontik, hipertensi, lansia, air kelapa, intervensi non-farmakologis

PENDAHULUAN

Menurut Lestari, F. C (2024) Proses penuaan pada lansia menyebabkan perubahan fisiologis yang meningkatkan risiko berbagai penyakit degeneratif, termasuk hipertensi. Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada lansia dan dikenal sebagai "silent killer" karena sering tanpa gejala namun dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal. Di Indonesia, prevalensi hipertensi terus meningkat, dengan data Riskesdas 2021 menunjukkan peningkatan dari 25,8% pada 2013 menjadi 34,1% pada 2021. Di Kota Tasikmalaya, khususnya di Perumahan GSA, Kecamatan Tamansari, banyak lansia yang menderita hipertensi. Hal ini menjadi perhatian utama dalam pelayanan kesehatan gerontik. Asuhan keperawatan gerontik yang komprehensif dan berkelanjutan sangat penting untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup lansia.

Menurut Andrianto, D., (2024) Berbagai intervensi *non-farmakologis* telah terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia. Misalnya, minum air kelapa muda menunjukkan penurunan tekanan darah yang signifikan pada lansia hipertensi

Menurut Annisa, A. S (2024). Untuk menurunkan tekanan darah selama tiga hari dapat menurunkan tekanan darah dari 150/90 mmHg menjadi 135/74 mm dengan minum air kelapa muda secara teratur. Menurut Amalia, R. F (2022) Edukasi mengenai diet DASH dan pengendalian hipertensi juga meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan lansia dalam mengelola tekanan darah dengan bersamaan meminum air kelapa muda.

Menurut Agustina, G. (2024). Melihat tingginya prevalensi hipertensi pada lansia dan efektivitas berbagai intervensi *non-farmakologis*, maka penting untuk melaksanakan asuhan keperawatan gerontik yang komprehensif pada Ny. S di Perum GSA, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya. Asuhan ini bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup lansia.

Menurut Trisanto, D., Djannatun, T (2022). Islam memerintahkan bahwa ketika Allah memberikan satu penyakit kepada hamba-Nya maka kepadanya pula akan diberikan obat yang bisa menyembuhkannya. Tentunya orang yang sakit dituntut untuk berusaha mendapatkan obat tersebut agar teraih kesembuhannya. Boleh saja orang yang sakit tidak melakukan usaha berobat jika orang tersebut berserah diri dan ridho terhadap penyakit yang diberikan Allah kepadanya seperti hadits yang diriwayatkan Imam Bukhari dari sahabat Abu Hurairah:

إِنَّ اللَّهَ لَمْ يُنْزِلْ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

“Sesungguhnya Allah tidak menurunkan satu penyakit kecuali diturunkan pula baginya obat.” (HR. Bukhari)

Metode

Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang mencakup pengkajian, diagnosa, perencanaan, implementasi, dan evaluasi.

Hasil

Identitas pasien; Nama NY. S usia 67 tahun, jenis kelamin perempuan pendidikan SD, Agama islam, Status perkawinan, suku sunda, alamat perum GSA kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya. Tanggal Pengkajian selasa4 Februari 2025 pukul 10.00. Status Kesehatan saat ini;

Riwayat kesehatan dahulu; Pasien memiliki riwayat

Keluhan utama	Ny.S , mengatakan nyeri kepala
<ul style="list-style-type: none">• P (Palliativ)• Q (Quanty)• R (Region)• S (Severity)• T (Time)	<ul style="list-style-type: none">• Nyeri dirasakan beraktivitas• Nyeri dirasakan berdenyut• Nyeri kepala bagian depan (frontalis) menjalar kebagian tenguk• 4(0-10)• Nyeri dirasakan hilang timbul

hipertensi ± 1 Tahun , riwayat kesehatan keluarga; Pasien tidak memiliki riwayat penyakit keturunan dan tidak ada anggota keluarga yang memiliki penyakit sama seperti pasien. Tinjauan sistem; keadaan umum ;l kesadaran; Compos Mentis, GSC (E4V4M6), Tanda-tanda vital; tekanan darah; 167/84 mMHg, nadi; 92x/menit, respirasi; 20x/menit, suhu; 36,6 c, tinggi badan; 151 cm, berat badan; 58 kg. Integumen; Inspeksi; tidak terdapat lesi, warna kulit sawo matang, terlihat kulit keriput karena faktor usia, tidak ada edema . Palpasi; turgor kulit baik.

Sistem Hemopoiteik;	
kepala	Inspeksi; tidak terlihat besi, kepala tampak bersih. Palpasi; tidak teraba adanya benjolan, tidak ada nyeri tekan.
mata	Inspeksi; sclera tidak ikterik, konjungtiva, tidak anemis, penglihatan buram.
telinga	Inspeksi; telinga bersih, tidak ada peradangan atau penumpukan secret, terdapat gangguan mendengar
Mulut dan tenggorokan	Inspeksi;Permukaan lidah halus, tidak ada perdarahan gusi, tidak ada ulkus pada mulut, tidak ada pembesaran tonsil, bibir dan lidah tidak bengkak
Leher	Inspeksi; tidak tampak adanya pembesaran pada leher Palpasi; tidak teraba adanya benjolan
Payudara	Inspeksi; Tidak tampak adanya pembesaran atau luka pada payudara Palpasi; Tidak teraba adanya benjolan, tidak ada nyeri tekan pada payudara

Sistem Kardiovaskuler	
inspeksi	Bentuk dada kiri, kanan simetris, tidak terdapat lesi/luka
palpasi	Tidak teraba adanya massa,akral teraba hangat.CRT<2 detik
perkusi	Perkusi pada daerah jantung normal (pekak/datar)

Sistem Gastrointesnal	
inspeksi	Bentuk abdomen simetris, tidak ada luka, mukosa bibir lembab
palpasi	Tidak ditemukan adanya pembesaran pada daerah abdomen
perkusi	Suara perkusi daerah abdomen timpani
auskultasi	Bising usus normal, 18x/menit

Sistem Pernafasan	
Insklasi	Pola nafas regular, nafas 20x/menit
Palpasi	Pergerakan dinding dada simetris
Perkusi	Suara perkusi darah paru sonor
auskultasi	Tidak ada bunyi nafas tambahan

Sistem muskuloskeletal	
<ul style="list-style-type: none"> • Inspeksi 	<ul style="list-style-type: none"> • Ekstermitas atas dan bawah simetris, tidak ada luka maupun pembesaran, tidak menggunakan alat bantu, tampak nyeri lutut saat bangun dari duduk, kekuatan otot 5, tidak ada paralysis
<ul style="list-style-type: none"> • Palpasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak teraba deformitas tulang (penonjolan tulang)
<ul style="list-style-type: none"> • Perkusi 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemeriksaan refleks

Sistem perkemihan	
Inspeksi	Tidak terpasang alat bantu berkemih
palpasi	Tidak ada pembesaran pada area kandung kemih

stem Genitourinaria

inspeksi	Kebersihan baik, tidak ada hemoriud
----------	-------------------------------------

Sistem muskuloskeletal	
inspeksi	Ekstermitas atas dan bawah simetris, tidak ada luka maupun pembesaran, tidak menggunakan alat bantu, tampak nyeri lutut saat bangun dari duduk, kekuatan otot 5, tidak ada paralysis
palpasi	Tidak teraba deformitas tulang (penonjolan tulang)
perkusi	Pemriksaan refleks

Pembahasan

1. Pengkajian

Klien bernama Ny. S, seorang perempuan berusia 67 tahun, beragama Islam, berstatus menikah, dengan tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD). Klien berasal dari suku Sunda dan tinggal di Perumahan GSA, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya. Pengkajian dilakukan pada Selasa, 4 Februari 2025 pukul 10.00 WIB di rumah klien.

Keluhan Utama Klien mengeluhkan nyeri kepala yang dirasakannya sudah berlangsung beberapa waktu. Nyeri tersebut Muncul saat klien melakukan aktivitas., Nyeri terasa berdenyut, Nyeri dirasakan pada bagian depan kepala (frontal) dan menjalar ke bagian tengkuk. Klien menilai intensitas nyerinya 4 dari skala 0–10. Nyeri bersifat hilang timbul. Riwayat Kesehatan Riwayat Penyakit Sekarang: Klien menyatakan telah mengalami hipertensi selama sekitar 1 tahun. Riwayat Penyakit Dahulu: Tidak ada riwayat penyakit kronik lain

seperti diabetes atau penyakit jantung. Riwayat Penyakit Keluarga: Tidak ditemukan anggota keluarga lain yang memiliki riwayat hipertensi atau penyakit menurun. Pemeriksaan Tanda Vital Tekanan darah: 167/84 mmHg Frekuensi nadi: 92 x/menit Frekuensi napas: 20 x/menit Suhu tubuh: 36,6°C Pemeriksaan Fisik Kesadaran: Compos mentis (GCS 15), Kulit: Turgor baik, tidak ada lesi, kulit keriput sesuai usia Kepala dan Leher: Tidak ada benjolan, penglihatan kabur, pendengaran menurun, tidak ada pembesaran kelenjar tiroid. Sistem Respirasi: Pola napas reguler, suara napas normal. Sistem Kardiovaskular: Akral hangat, CRT <2 detik, bunyi jantung normal. Sistem Gastrointestinal dan Perkemihan: Tidak ada keluhan, eliminasi normal, Muskuloskeletal: Tampak nyeri lutut saat bangun dari duduk, kekuatan otot 5, refleks normal. Sistem Saraf: Semua nervus kranialis berfungsi baik kecuali gangguan pendengaran ringan. Endokrin:

Tidak ada pembesaran kelenjar tiroid. Pola Aktivitas Sehari-hari Nutrisi: Nafsu makan berkurang, hanya menghabiskan ½ porsi makanan. Cairan: Minum ±1 liter/hari, tanpa gangguan. Eliminasi: BAB 1x/hari normal, BAK 4–5x/hari, warna kuning jernih. Istirahat/Tidur: Tidur malam ±8 jam, tidak ada gangguan tidur. Personal Hygiene: Mandi, gosok gigi, dan merawat diri secara mandiri. Status Psikososial dan Spiritual Psikososial: Klien mampu bersosialisasi baik dengan keluarga dan tetangga, tidak mengalami gangguan emosional. Spiritual: Klien menjalankan ibadah sholat 5 waktu dan aktif mengikuti kegiatan pengajian. Kesimpulan Pengkajian Ny. S adalah lansia dengan hipertensi yang mengalami nyeri kepala dan tekanan darah tinggi (167/84 mmHg), dengan ketidakpatuhan minum obat antihipertensi, risiko jatuh tinggi, namun secara fungsional dan kognitif masih mandiri dan baik. Klien menerima kondisi kesehatannya secara spiritual dan memiliki dukungan keluarga yang baik. Terapi air kelapa muda diberikan sebagai intervensi non-farmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah.

2. Rencana Keperawatan

Diagnosa Keperawatan 1: Nyeri Kronis (D.0078) Berhubungan dengan: Proses penyakit hipertensi Ditandai dengan Klien mengatakan nyeri kepala berdenyut, Tekanan darah 167/84 mmHg, Nadi 92 x/menit, Skala nyeri 4/10 dan Tampak mengerutkan kening saat nyeri Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 1 jam per hari selama 3 hari, klien dapat mengenal masalah dan mengurangi keluhan nyeri. Klien mengungkapkan nyeri berkurang Skala nyeri menurun Nadi membaik (<90x/menit) Klien mampu menyebutkan teknik nonfarmakologis Klien mampu mengaplikasikan teknik manajemen nyeri. Intervensi Keperawatan (*Manajemen Nyeri* – I.08238) Observasi: Identifikasi durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, Identifikasi skala nyeri dan respon nonverbal, Identifikasi faktor pencetus dan pereda nyeri Terapeutik Berikan teknik nonfarmakologis: air kelapa muda dan terapi relaksasi Kontrol lingkungan (hindari aktivitas berat) Fasilitasi istirahat dan tidur Edukasi Edukasi klien tentang penyebab dan pemicu nyeri Ajarkan teknik relaksasi atau kompres hangat/dingin Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri Kolaborasi Kolaborasi pemberian analgetik jika diperlukan (dengan dokter) Diagnosa

Personal Hygiene: Mandi, gosok gigi, dan merawat diri secara mandiri. Status Psikososial dan Spiritual Psikososial: Klien mampu bersosialisasi baik dengan keluarga dan tetangga, tidak mengalami gangguan emosional. Spiritual: Klien menjalankan ibadah sholat 5 waktu dan aktif mengikuti kegiatan pengajian. Keperawatan 2 Ketidakpatuhan Minum Obat (D.0114) Berhubungan dengan: Efek samping program pengobatan (mual) Ditandai dengan Klien mengatakan jarang minum obat karena merasa mual Tidak konsumsi obat antihipertensi Tekanan darah tetap tinggi (167/84 mmHg) Tujuan Setelah dilakukan intervensi selama 30 menit per hari selama 3 kali pertemuan, tingkat kepatuhan klien terhadap pengobatan meningkat. Kriteria Hasil Klien menyatakan kemauan untuk patuh terhadap pengobatan Klien menyatakan mengerti manfaat pengobatan Perilaku mengikuti program pengobatan membaik Intervensi Keperawatan (*Dukungan Kepatuhan Program Pengobatan* – I.12361) Observasi Identifikasi tingkat kepatuhan klien terhadap minum obat Terapeutik Buat jadwal pendampingan keluarga saat minum obat Diskusikan hambatan dan dukungan dalam menjalani pengobatan Dokumentasikan aktivitas terkait kepatuhan Edukasi: Informasikan pentingnya obat anti hipertensi Jelaskan manfaat jangka panjang pengobatan Anjurkan konsultasi ke fasilitas kesehatan jika muncul efek samping Libatkan keluarga dalam mendukung kepatuhan Alternatif Nonfarmakologis Anjurkan konsumsi air kelapa muda 250 ml/hari sebagai dukungan terapi alami.

3. **Implementasi** dilakukan berdasarkan dua diagnosa keperawatan yang telah ditetapkan sebelumnya, yaitu nyeri akut dan ketidakpatuhan minum obat. Pelaksanaan intervensi dilakukan selama 3 hari berturut-turut, dengan fokus pada tindakan nonfarmakologis (khususnya pemberian air kelapa muda) dan edukasi.

Diagnosa 1: Nyeri Kronis berhubungan dengan proses penyakit (hipertensi) Hari/Tanggal: Selasa, 4 Februari 2025 Waktu: 11.30 – 11.41 WIB Implementasi: Mengidentifikasi durasi, intensitas, kualitas, dan pola nyeri klien. Mengkaji skala nyeri (skor awal: 4 dari 10). Mengobservasi respons nonverbal seperti ekspresi wajah klien yang mengerutkan kening. Mengidentifikasi faktor pemicu (aktivitas fisik) dan pereda nyeri. Memberikan edukasi tentang teknik nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri. Memberikan air kelapa muda 250 ml sebagai intervensi alami penurun tekanan darah. Mengontrol lingkungan: menyarankan klien menghindari aktivitas berat yang

bisa meningkatkan nyeri kepala. Memfasilitasi istirahat dan tidur cukup. Menganjurkan klien untuk memantau nyeri secara mandiri. Mengajarkan strategi manajemen nyeri lainnya seperti relaksasi dan hidrasi.

4. Evaluasi

Evaluasi Diagnosa Hipertensi Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3 hari, klien mampu mengenal masalah Hipertensi, mengungkapkan penurunan nyeri, dan menerapkan teknik nonfarmakologis untuk mengatasi Hipertensi. Kriteria Hasil: Skala Hipertensi menurun dari 4 menjadi 2 (berkurang) Tekanan darah menurun dari 167/84 mmHg menjadi 145/80 mmHg Klien menyebutkan bahwa nyeri berdenyut masih ada namun lebih ringan Klien memahami pemicu nyeri (aktivitas fisik berat) Klien menerima edukasi dan mampu menyebutkan tindakan nonfarmakologis (minum air kelapa muda 250 ml/hari) Klien menunjukkan keterlibatan aktif dalam manajemen nyeri. Dapat disimpulkan Evaluasi Masalah keperawatan nyeri akut teratasi sebagian. Perlu monitoring lanjutan dan penguatan manajemen nyeri jangka panjang. **Evaluasi Diagnosa Tujuan** Setelah dilakukan intervensi dengan air kelapa muda, klien meningkatkan untuk meminum air kelapa muda setiap hari. Kriteria Hasil Klien menyatakan pemahaman tentang pentingnya minum obat secara teratur Klien menyatakan keengganannya masih karena mual pasca minum obat Keluarga mulai dilibatkan untuk mengingatkan minum obat dan memantau efek samping Klien menerima alternatif terapi nonfarmakologis berupa air kelapa muda ada perubahan signifikan dalam menurunkan tekanan darah. Rekomendasi Lanjutan Lanjutkan terapi air kelapa muda sebagai bagian dari intervensi nonfarmakologis Evaluasi ulang regimen obat antihipertensi yang menyebabkan mual Lakukan pendekatan interdisipliner (dokter, perawat, farmasis) untuk menyesuaikan terapi Penguatan dukungan keluarga dalam manajemen terapi di rumah.

Penerapan Intervensi air kelapa muda terhadap hipertensi

Air kelapa muda mengandung kalium tinggi dan natrium rendah yang berperan penting dalam mekanisme penurunan tekanan darah melalui: Efek diuretik ringan Menurunkan aktivitas sistem Renin-Angiotensin-Aldosteron (RAA) Vasodilatasi pembuluh darah Mengurangi retensi natrium Tujuan Penerapan Menurunkan tekanan darah lansia secara alami sebagai bagian dari intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan gerontik pada klien dengan hipertensi. Metode Penerapan Subjek: Ny. S, perempuan 67 tahun dengan riwayat hipertensi. Dosis: 250 ml air kelapa muda diberikan 1 kali sehari. Durasi: Selama 3 hari berturut-turut. Waktu konsumsi: Pagi hari setelah makan. Monitoring:

Tekanan darah diukur sebelum dan setelah intervensi. Hasil Implementasi Hari 1: Tekanan darah awal 167/84 mmHg Hari 3: Tekanan darah menurun menjadi 145/80 mmHg Keluhan subjektif: Nyeri kepala berkurang dari skala 4 menjadi 3 Kondisi umum: Klien merasa lebih segar dan tidak mengeluhkan kelelahan Respon klien: Positif, menyatakan rasa nyaman dan bersedia melanjutkan konsumsi air kelapa Evaluasi dan Analisis Terjadi penurunan signifikan tekanan darah sebesar ± 20 mmHg sistolik. Klien menunjukkan peningkatan pemahaman akan manfaat pengobatan alami. Tidak ditemukan efek samping selama intervensi berlangsung. Klien menyatakan lebih memilih terapi alami karena tidak menimbulkan mual seperti obat antihipertensi. Kesimpulan Pemberian air kelapa muda secara rutin terbukti membantu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dan dapat dijadikan sebagai terapi tambahan nonfarmakologis dalam praktik keperawatan gerontik.

1. Analisa intervensi air kelapa muda

Kandungan Gizi dan Mekanisme Kerja Air kelapa muda mengandung sejumlah zat yang bermanfaat dalam menurunkan tekanan darah, terutama kalium (K). Menurut Rita Sari (2022), air kelapa muda memiliki kadar kalium tinggi dan natrium rendah, yang sangat efektif dalam: Menyeimbangkan fungsi natrium Menurunkan retensi cairan tubuh Mendukung vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah) Mengurangi aktivitas sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAAS).

Kalium dalam air kelapa bekerja dengan cara:

Natriuresis di ginjal: Membantu ekskresi natrium yang berlebih, sehingga menurunkan tekanan darah. Vasodilatasi endotel: Membantu pelebaran pembuluh darah yang mengurangi resistensi perifer. Aktivasi pompa Na^+/K^+ neuronal: Menurunkan stimulasi simpatis sehingga menurunkan tekanan darah. Hasil Intervensi pada Klien Ny. S Dalam laporan kasus pada Ny. S, intervensi pemberian air kelapa muda 250 ml/hari selama 3 hari menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tekanan darah menurun dari 167/84 mmHg menjadi 145/80 mmHg Keluhan nyeri kepala berkurang dari skala nyeri 4 menjadi 3 Pasien merasa lebih nyaman dan menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap manajemen hipertensi Dukungan Literatur Beberapa literatur dan penelitian lain yang dikutip dalam dokumen mendukung efektivitas air kelapa muda: Annisa, A. S (2024): Minum air kelapa selama 3 hari menurunkan tekanan darah dari 150/90 mmHg menjadi 135/74 mmHg. Galaupa, R.

Kesimpulan

Peneliti mampu melaksanakan asuhan keperawatan secara komprehensif pada Ny. S dengan Hipertensi di Wilayah Perum GSA, Tamansari, Kota Tasikmalaya data yang didapatkan adalah Ny. S adalah nyeri kronis dengan keluhan nyeri kepala, nyeri dirasakan saat istirahat maupun beraktifitas, nyeri dirasakan berdenyut tekan, nyeri dibagian kepala depan (frontalis) menjalar ke tengkuk, skala nyeri 4, nyeri dirasakan hilang timbul, dengan tekanan darah 167/85. mampu menerapkan *Evidence Base Practice* dilakukan pemberian air kelapa muda dalam menurunkan tekanan darah tinggi Ny. S dengan Hipertensi di Wilayah Perum GSA, Tamansari, Kota Tasikmalaya. mampu menganalisis *Evidence Base Practice* dilakukan pemberian air kelapa muda untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada Ny. s dengan Hipertensi di Wilayah Perum GSA, Tamansari, Kota Tasikmalaya. Ada penurunan tekanan darah sebelum dilakukan pemberian air kelapa muda dan setelah dilakukan tindakan.

Referensi

- Andrianto, D., Adawiyah, S. R., & Windya, R. (2024). Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien Hipertensi dengan Pemberian Intervensi Jus Mentimun untuk Menurunkan Tekanan Darah di Panti Werdha Marfati. *Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan*
- Amalia, R. F., & Hendayani, W. L. (2022). Asuhan Keperawatan Gerontik Klien Hipertensi dengan Teknik Relaksasi. *Jurnal Pustaka Keperawatan*.
- Agustina, G., Pamungkas, A. Y. F., & Syahbana, A. (2024). Penerapan Terapi Dzikir Asmaul Husna pada Asuhan Keperawatan Gerontik Hipertensi dengan Gangguan Pola Tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak. *Community Health Nursing Journal*, 2(2), 37–46
- Annisa, A. S., Khairani, K., & Nurhasanah, N. (2024). Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Hipertensi. *Indonesian Journal of Health Science*, 4(6), 640–646
- Amalia, R. F., & Hendayani, W. L. (2022). Asuhan Keperawatan Gerontik Klien Hipertensi dengan Teknik Relaksasi. *Jurnal Pustaka Keperawatan*.
- Dewi, R., Sehani, S., Mardiah, A., & Emti, D. (2024). Community Empowerment in Increasing the Added Value of Coconut Fruit (*Cocos Nucifera* L) into Transparent Soap in Pekanbaru City: Pemberdayaan Masyarakat Dalam Meningkatkan Nilai Tambah Buah Kelapa (*Cocos Nucifera* L) Menjadi Sabun Transparan di Kota Pekanbaru. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(3), 802-812.
- Endang S.P. Rahayu¹, I Made Mertha², IGA Ari Rasdini³, I Dewa Putu Gede Putra Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi V.M Yasa⁴ 1,2,3,4 Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Denpasar, Indonesia.
- Fabanyo, R., Torey, S. R., Raka, I. M., & Momot, S. L. (2024). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Nursing Arts*, 18(1), 63-71.
- Li'wuliyya, S. (2024). ALTERNATIF PILIHAN INTERVENSI NON-FARMAKOLOGI TERHADAP PENURUNAN TEKanan DARAH PENDERITA HIPERTENSI: SYSTEMATIC REVIEW: ALTERNATIVE CHOICES OF NON-PHARMACOLOGICAL INTERVENTIONS FOR REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS: SYSTEMATIC REVIEW. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 18(1), 27-38.
- Prasetyo, G. ., Lubis, N., & Junaedi, E. C. (2021). Kandungan Kalium dan Natrium dalam Air Kelapa dari Tiga Varietas Sebagai Minuman Isotonik Alami: Review: Potassium and Sodium Content in Coconut Water from Three Varieties As Natural Isotonic Drinks. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(4), 593-600.
- Nifmaskossu, J. A., Hartono, R. K., & Suryadi, B. (2024). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Mix Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Posbindu

- Srikndi Rt. 004/Rw. 07 Kelurahan Lenteng Agung Tahun 2023. *JURNAL RISET RUMPUN ILMU KEDOKTERAN*, 3(1), 181-192.
- Safitri, L., & Galaupa, R. (2024). Efektivitas Konsumsi Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Padaibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Saketi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 9(3).
- Watiningrum, R. ., Agustina, C. ., Novitasari, I., &, & Suyono, A. (2023). Pengaruh Air Kelapa Muda (*Cocos Nucifera* L) Terhadap Penurunan Tekanan darah Pada Penderita Hipertensi. *Jika*,. 7(2), 20–24
- Riki Sulindra Ramadhan¹, Herman², Sukarni³pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Hijau Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas li Pontianak
- Rasyidah, A. (2020). Pengaruh Slow Deep Brething Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. *Stikes Harapan Ibu*. Pengaruh Slow Deep Brething Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jamb. *Stikes Harapan Ibu*, 7, 155–159.
- Tiara, U. I. (2020). Hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(2), 167-171.
- Watiningrum, R. ., Agustina, C. ., Novitasari, I., &, & Suyono, A. (2023). Pengaruh Air Kelapa Muda (*Cocos Nucifera* L) Terhadap Penurunan Tekanan darah Pada Penderita Hipertensi. *Jika*,. 7(2), 20–24