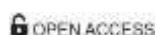


Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik dengan Intervensi Jus Buah Semangka untuk Mengurangi Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi

Muhammad Ariz¹, Miftahul Falah¹, Asep Muksin¹

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



SENAL : Student Health Journal

Volume 3 No. 1 (2026) No. Hal. 116-123
©The Author(s) 2026

Article Info

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

Corresponding Author

Muhammad Ariz

muhammadariz@gmail.com

Website

<https://journal.umtas.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 atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan perubahan dimana tekanan darah meningkat secara kronik. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Lama menderita hipertensi akan menyebabkan beberapa komplikasi seperti gagal jantung, gagal ginjal, stroke. Oleh karena itu, membutuhkan penanganan yang baik. Salah satu penatalaksanaan non-farmakologi jus semangka yang untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Ciwaas Kelurahan Sukahurip Kota Tasikmalaya. Tujuan : dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jus buah semangka terhadap tingkat tekanan darah pada lansia dengan Hipertensi. Metode : Desain penelitian ini merupakan desain penulisan studi kasus dengan evaluasi tindakan pada terapi pemberian jus buah semangka. Hasil : penelitian pada Ny. E setelah pemberian jus buah semangka sebanyak 250 gram selama 4 hari di dapatkan penurunan tekanan darah dengan tekanan *systolic* 145 mmHg dan *diastolic* 80 mmHg. Semangka mempunyai kandungan yang bermanfaat bagi penderita hipertensi yaitu diantaranya kalium, air, vitamin C, vitamin A, (karetenoid), vitamin B6, vitamin K, licopein dan asam amino sitrulin. Kesimpulan : dari penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh jus semangka terhadap perubahan tekanan darah pada Ny. E dengan penyakit hipertensi. Peneliti menyarankan dalam melakukan penatalaksanaan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dapat melakukan dengan cara mengkonsumsi jus semangka.

Kata Kunci : Hipertensi, Jus Semangka, Penurunan Tekanan Darah

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu keadaan seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal .Hipertensi merupakan tekanan darah di dalam pembuluh-pembuluh darah sangat tinggi yang merupakan pengangkut darah dari jantung yang memompa darah keseluruh jaringan dan organ-organ tubuh (Nurfitri, Budiharto, & Yulanda 2019).

Menurut Riset Kesehatan dasar (2018), Hipertensi sebagai penyakit paling banyak diderita lansia yang termasuk penyakit tidak menular. Data *World Health Organization* (WHO) (2015) menunjukan pasien hipertensi di dunia sebanyak 1,13 miliar orang, satu dari tiga orang terdiagnosis mengidap peyakit hipertensi. Pada tahun 2025 diperkirakan terjadi peningkatan sebesar 1,5 miliar orang mengidap penyakit hipertensi. Setiap tahunnya dapat diperkirakan 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Haryati, 2020).

Beberapa hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terdapat pengaruh jus semangka terhadap penurunan tekanan darah dari nilai rata-rata *sistole* sebesar 153, 8 mmHg dan *diastole* 100, 7 mmHg menjadi nilai rata-rata *sistole* sebesar 132, 5 mmHg dan *diastole* 90, 2 mmHg (Harun & Idris 2022). Begitu juga dengan temuan (Stikes & Padang, 2019) menyatakan hal yang serupa yaitu jus semangka mampu menurunkan tekanan darah dari nilai 150 menjadi 130. Hal tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Permata Sari et all., n.d, 2020) yang menyatakan bahwa dari 15 orang kelompok intervensi mengalami penurunan tekanan darah dari 174, 00/ 96,67 mmHg menjadi 156, 00/ 82,00 mmHg.

Penelitian yang dilakukan Suwanti, Purawaningsih, & Setyoningrum (2019) penatalaksanaan farmakologi hipertensi dapat menimbulkan efek samping yang serius sehingga terapi non-farmakologi dapat menjadi pilihan alternatif dengan resiko tinggi lebih rendah. Dengan mengubah pola hidup seperti mengurangi jumlah asupan garam, menurunkan berat badan, minuman beralkohol, rokok, dan melakukan aktivitas fisik seperti olahraga dapat menurunkan tekanan darah. Terapi non-farmakologi yang mudah dilakukan oleh lansia yaitu mengkonsumsi jus buah semangka. Namun buah semangka belum menjadi alternatif yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah, harus dikombinasi dengan minum obat antihipertensi terlepas dari efek sampingnya (Yufriza, 2022).

Dalam agama Islam Allah SWT. memerintahkan kepada hambanya untuk berikhtiar menuju pada suatu keadaan yang lebih baik dalam segala hal, termasuk hipertensi bisa diupayakan untuk sembuh kembali, karena setiap penyakit ada obatnya, termasuk penyakit hipertensi yang dapat diambil obatnya dari buah-buahan yang memberikan banyak manfaat untuk manusia. Hal ini Allah isyaratkan dalam salah firman Allah Swt. dalam surat An-Nahl ayat 11:

يُنَبِّئُكُمْ بِهِ الْزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ ۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ. (سورة النحل: 11)

“Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, korma, anggur dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang memikirkannya.”. (QS. An-Nahl: 11)

Ayat di atas memberikan gambaran, bahwa berdasarkan pengalaman manusia yang didasarkan kepada pengalaman dan pembuktian secara ilmiah juga berdasarkan kepada petunjuk-petunjuk *kauniyah*, dan juga petunjuk *ilahiyyah* ditemukan beberapa buah-buahan yang bermanfa’at untuk manusia, salah satu tumbuhan itu adalah buah semangka yang mengandung kalium yang berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, sehingga aliran darah lebih cepat dan lancar dan meringankan kerja jantung dalam memompa darah pada penderita hipertensi.

Metode

Desain penelitian ini merupakan desain penulisan studi kasus dengan evaluasi tindakan pada terapi pemberian jus buah semangka.

Hasil

Identitas Pasien

Nama	: Ny. E
Usia	: 61 tahun
Jenis Kelamin	: Perempuan
Pendidikan	: SD
Agama	: Islam
Status	: Cerai mati
Perkawinan	
Suku	: Sunda
Alamat	: Ciwaas RT/RW 005/007 Kelurahan Sukahirup Kecamatan

Tamansari Kota
Tasikmalaya

Tanggal : 8 Januari 2025
Pengkajian

Status Kesehatan Saat Ini

Keluhan : Ny. E mengatakan nyeri utama kepala
P (Palliativ) : Nyeri dirasakan ketika beraktivitas dan beristirahat

Q : Nyeri dirasakan

(Quantity) berdenyut seperti di tekan ekan

R (Region) : Nyeri kepala bagian belakang kiri menjalar kebagian tengkuk

S (Severity) : 4 (0-10)

T (Time) : Nyeri dirasakan hilang timbul

Pola aktivitas sehari-hari

Tabel 1 Pola aktifitas sehari-hari

No	Aktivitas	Sebelum Sakit	Ketika Sakit
1.	Makan <ul style="list-style-type: none"> - Frekuensi - Porsi - Makanan alergi - Makanan pantangan - Alergi 	3x/hari 1 porsi Tidak ada Tidak ada Tidak ada	3x/hari 1 porsi Tidak ada Asin,gurih2,jeroan,daging merah Tidak ada
2.	Minum <ul style="list-style-type: none"> - Frekuensi - Jumlah - Jenis - Gangguan 	5-6 gls/hari ± 1 L Air putih Tidak ada	5-6 gls/hari ± 1 L Air putih Tidak ada
3.	Eliminasi, BAB: <ul style="list-style-type: none"> - Frekuensi - Konsistensi - Warna - Bau - Gangguan 	1x/ hari Padat Kuning kecoklatan Khas Tidak ada	1x/ hari Padat Kuning kecoklatan Khas Tidak ada
4.	Eliminasi, BAK: <ul style="list-style-type: none"> - Frekuensi - Jumlah - Warna - Kekeuhan - Gangguan 	4- 5 x/hari Tidak tahu Kuning jernih Tidak Tidak	4- 5 x/hari Tidak tahu Kuning jernih Tidak Tidak
5.	Istirahat Tidur <ul style="list-style-type: none"> - Tidur siang jam, lama - Tidur malam jam, lama - Pengantar tidur - Gangguan 	Kurang lebih 1 jam 20.30-04.30, ± 8 jam Tidak ada Tidak ada	Kurang lebih 1 jam 20.30-04.30, ± 8 jam Tidak ada Tidak ada
5.	Personal hygiene: Mandi <ul style="list-style-type: none"> - Frekuensi Personal hygiene: Gosok gigi <ul style="list-style-type: none"> - Frekuensi Personal hygiene: Cuci rambut <ul style="list-style-type: none"> - Frekuensi Personal hygiene: Gunting kuku <ul style="list-style-type: none"> - Frekuensi 	2x/hari 2x/hari 2x/minggu 2 minggu sekali	2x/hari 2x/hari 2x/minggu 2 minggu sekali

6.	Aktivitas Keseluruhan (mandiri, dibantu)	Secara (mandiri,	Mandiri	Mandiri
----	--	------------------	---------	---------

Pembahasan

1. Pengkajian

Pengkajian merupakan bagian dari proses keperawatan yang melibatkan tiga kegiatan dasar meliputi: pengumpulan data secara sistematis, pemilihan dan pengorganisasian data dalam format yang dapat diakses (Melliany, 2019). Pengkajian asuhan keperawatan ini dilakukan pada tanggal 8 Januari 2025, pengkajian ini dilakukan pada Ny. E berusia 61 tahun yang beralamat di Ciwaas RT 005 / RW 007, Kelurahan Sukahurip Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya dengan Diagnosa Hipertensi. Saat dilakukan pengkajian didapatkan data subjektif : klien mengatakan sering sakit kepala,. Data Objektif : Ny . O tampak memegang kepala saat merasakan nyeri. tanda – tanda vital TD: 170/110 mmHg N: 87 x / m R: 21x/m S : 36,95c.

Gejala yang sering muncul pada pasien yang mengalami hipertensi biasanya akan merasakan pusing, nyeri kepala, dan kelelahan dan tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Selain itu gejala lain yang dirasakan penderita hipertensi adalah, nyeri pada tengkuk ,mual muntah, epitaksis, kesadaran menurun, tetapi ada juga penderita hipertensi yang tidak mengalami gejala.bahkan akan mengalami gangguan tidur. Tetapi setelah melakukan pengkajian pada Ny. E yang klien keluhan klien hanya merasa sering nyeri kepala, nyeri dirasakan saat beraktivitas maupun istirahat,nyeri seperti ditekan tekan,nyeri dikepala belakang menjalar ke tengkuk,skala nyeri 4,nyeri hilang timbul, gejala yang dirasakan Ny. e masuk kedalam gejala yang lazim pada penderita hipertensi.

Berdasarkan penelitian (Nisa 2020) Pada hipertensi tanda dan gejala dibedakan menjadi: Tidak Bergejala, maksudnya tidak ada gejala spesifik yang dapat dihubungkan dengan peningkatan tekanan darah, selain penentuan tekanan arteri oleh dokter yang memeriksa, jika kelainan arteri tidak diukur, maka

hipertensi arterial tidak akan pernah terdiagnosa. Gejala yang lazim: gejala yang lazim menyertai hipertensi adalah nyeri kepala, kelelahan. Namun hal ini menjadi gejala yang terlazim pula pada kebanyakan pasien yang mencari pertolongan medis. Gejala lainnya yang sering ditemukan: marah, telinga berdengung, rasa berat di tengkuk, sukar tidur, mata berkunang-kunang

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa Keperawatan adalah bagian penting memilih asuhan keperawatan yang sinkron membantu klien mencapai Kesehatan yang optimal (Tim Pokja SDKI, 2016). Diagnosa keperawatan yang muncul pada asuhan keperawatan ini adalah Nyeri akut dan defisit pengetahuan diagnosa keperawatan yang muncul sesuai dengan data Subjektif dan data Objektif menurut (SDKI).

Diagnosa pertama yaitu nyeri akut,nyeri akut merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari tiga bulan (PPNI, 2017).

.Data Subjektif : Ny.E mengatakan nyeri kepala,nyeri dirasakan ketika beraktivitas dan istirahat,nyeri seperti ditekantekan,nyeri dikepala bagian belakang menjalar ke tengkuk,skala nyeri 4,nyeri hilang timbul. Data Objekif : Ny E Tampak mengerutkan kening nya ketika merasakan sakit,TD :170/110 N :87.

Sedangkan untuk diagnosa keperawatan yang kedua yaitu Defisit Pengetahuan, Defisit pengetahuan (D.0111) berhubungan dengan kurang terpapar informasi Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan data klien menanyakan terkait kondisi yang dirasakannya, klien menunjukkan perilaku yang tidak sesuai anjuran seperti masih mengkonsumsi makanan tinggi garam,

menunjukkan persepsi yang keliru terhadap penyakit yang dideritanya, dan juga klien menjalani pemeriksaan yang tidak tepat seperti klien tidak pernah kontrol ke pelayanan kesehatan karena ketidaktahuannya mengenai penyakit yang diderita.

Hal ini sejalan dengan SDKI, (2017) dimana data mayor yang terdapat pada diagnosa defisit pengetahuan adalah menanyakan terkait masalah yang dihadapi. Tingkat pengetahuan yang rendah membuat klien tidak akan menangani penyakit yang dideritanya dengan tepat. Dengan demikian diperlukannya adanya pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan klien mengenai hipertensi.

3. Perencanaan Keperawatan

Intervensi keperawatan adalah segala *treatment* yang dikerjakan oleh perawat didasarkan pada pengetahuan dan penilaian klinis untuk mencapai luaran (*outcome*) yang diharapkan. Sedangkan tindakan keperawatan adalah perilaku atau aktivitas spesifik yang dikerjakan oleh perawat untuk mengimplementasikan intervensi keperawatan. tindakan pada intervensi keperawatan terdiri atas observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi (PPN, 2018)

Intervensi Keperawatan merupakan segala *treatment* yang di kerjakan sang perawat yang di dasarkan dalam pengetahuan dan penilaian klinis untuk mencapai luaran (*Outcome*) yang di harapkan pada asuhan keperawatan pada Ny. E ini adalah perencanaan dengan diagnosa keperawatan nyeri akut dan defisit pengetahuan dengan rencana intervensi yaitu manajemen nyeri edukasi kesehatan (PPNI, 2018)

Adapun terapi Non-Farmakologis terhadap perawatan atau pengobatan hipertensi pada Ny. e yaitu dengan melakukan terapi komplementer pemberian jus buah semangka untuk menurunkan tekanan darah.

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi yang dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan pemberian terapi pemberian jus buah semangka yaitu memberikan Pendidikan kesehatan

mengenai Hipertensi, dan terapi non-farmakologi untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan pemberian jus buah semangka. Peneliti menyiapkan terlebih dahulu SAP serta Leaflet mengenai hipertensi dan terapi non-farmakologi pemberian jus buah semangka untuk menurunkan tekanan darah, kemudian peneliti juga menyiapkan alat dan bahan untuk melakukan demonstrasi pemberian terapi non-farmakologi pemberian jus buah semangka.

Penatalaksanaan pemberian jus buah semangka dilakukan mengacu pada jurnal dan SOP pemberian jus buah semangka, buah semangka yang dibutuhkan setiap harinya sebanyak 250 gram pemberian 1 kali sehari selama 4 hari berturut-turut yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. e. Kemudian pemeriksaan tekanan darah dengan sphygmomanometer manual sebelum dan sesudah dilakukan terapi pemberian jus buah semangka dengan hasil ada penurunan tekanan darah pada Ny. e. Sesuai hasil dari penelitian Menurut Nurleny (2019) mengemukakan bahwa mengkonsumsi jus semangka dengan dosis 100 gram buah semangka pada penderita hipertensi terbukti berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan hasil didapatkan tekanan darah sebelum diberikan intervensi tekanan *syastolik* 167,50 mmHg dan *dyastolik* 105.33 mmHg sedangkan setelah pemberian intervensi mengalami penurunan menjadi tekanan *syastolik* 152.67 mmHg dan *dyastolik* 85.33 mmHg. Hasil tersebut menunjukan bahwa jus semangka terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dan sejalan juga dengan hasil penelitian Arianto (2021) mengkonsumsi jus semangka pada penderita hipertensi terbukti efektif menurunkan tekanan darah dengan hasil didapatkan tekanan darah *systolik* 200 mmHg dan *dyastolik* 100 mmHg sedangkan setelah pemberian intervensi mengalami penurunan menjadi tekanan *syastolik* 140 mmHg dan *dyastolik* 85.00 mmHg.

5. Evaluasi Keperawatan

Hasil penelitian pada Ny. E setelah

pemberian jus buah semangka sebanyak 250 gram dalam kali sehari selama 4 hari didapatkan penurunan tekanan darah *systolic* awal responden didapatkan rata-rata 180 mmHg dan rata-rata tekanan darah *diastolic* 110 mmHg. Kemudian tekanan darah *systolic* akhir responden yaitu 145 mmHg dan rata-rata tekanan darah *diastolic* akhir responden 90 mmHg. Terdapat perubahan tekanan darah responden ketika sebelum dan sesudah mengonsumsi jus semangka selama 4 hari. Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas, peneliti berasumsi bahwa pemberian jus semangka kepada penderita hipertensi dapat membantu menurunkan tekanan darah baik *systolik* maupun *diastolic* dan dapat dijadikan alternatif non-farmakologis dalam menjaga tekanan darah. Keteraturan responden dalam mengonsumsi jus semangka tiap pagi juga merupakan salah satu alasan terjadinya perubahan tekanan darah yang signifikan. Selain itu saat dilakukannya intervensi, responden mendapatkan istirahat yang cukup dan memperhatikan nutrisinya sehingga dalam pengukuran tekanan darah didapatkan hasil yang bagus. Dukungan dari orang terdekat seperti keluarga ataupun lingkungan sekitar juga berpengaruh terhadap tekanan darah responden karena bisa memberikan support dan masukan yang baik dalam keteraturan responden mengonsumsi jus semangka tiap pagi dan mengingatkan bahwa responden harus memiliki istirahat dan nutrisi yang baik.

Semangka memiliki kandungan kalium, vitamin C, karbohidrat, likopen yang berfungsi meningkatkan kerja jantung serta citrulline yang mampu mendorong aliran darah ke seluruh bagian tubuh sehingga dapat digunakan sebagai terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Kandungan kaliumnya yang cukup tinggi dan berperan sebagai diuretik alami dapat membantu kerja jantung dan menurunkan tekanan darah (Nurleli, 2019). Dan menurut penelitian (Nisa, 2012) mengatakan bahwa kandungan asam amino semangka mampu meningkatkan fungsi arteri dan menurunkan tekanan

darah pada aorta. Semangka dapat menurunkan tekanan darah karena mengandung potassium, vitamin C, karbohidrat, likopen yang berfungsi untuk meningkatkan kerja jantung dan sitrulin yang mampu mendorong aliran darah keseluruh bagian tubuh serta memberi efek arfosidiak, semangka mengandung banyak manfaat, seperti likopen yang mengandung zat anti oksidan dan arginin. Prosedur yang dilakukan adalah sebelum meminum jus buah semangka Ny. E di cek tekanan darahnya terlebih dahulu kemudian Ny. O meminum buah semangka sebanyak 1 kali sehari lalu dievaluasi kembali setelah 15-30 menit setelah meminum jus buah semangka.

B. Hambatan dan kendala dalam ketidakberdayaan

Dalam penelitian ini tidak ada hambatan yang ditemukan karena klien kooperatif dalam pelaksanaan asuhan keperawatan sehingga dilakukan intervensi pemberiaan jus buah semangka ini berjalan dengan lancar dan sesuai dengan rencana.

C. Pemecahan masalah yang dihadapi selama melakukan asuhan keperawatan

Selama pemberian asuhan keperawatan penulis terlebih dahulu melakukan pendekatan sehingga terjadi hubungan saling percaya antara penulis dengan klien sehingga memudahkan pemeriksaan yang dilakukan dan memudahkan dalam pemberian terapi atau asuhan keperawatan yang akan diberikan.

kesimpulan

Asuhan keperawatan yang dilakukan pada Ny. E dengan Hipertensi di Wilayah Kampung Ciwaas RT 005 / RW 007, Kelurahan Sukahurip, Tamansari, Kota Tasikmalaya selama 4 hari dapat disimpulkan Peneliti mampu melaksanakan asuhan keperawatan secara komprehensif pada Ny. E dengan Hipertensi di Wilayah Kampung Ciwaas RT 005 / RW 007, Kelurahan Sukahurip, Tamansari, Kota Tasikmalaya data yang didapatkan adalah

Ny. E adalah nyeri akut berhubungan dengan proses penyakit ditandai dengan klien mengeluh nyeri kepala, nyeri dirasakan saat istirahat maupun beraktifitas, nyeri dirasakan seperti ditekan tekan, nyeri dibagian kepala belakang menjalar ke tengkuk, skala nyeri 4, nyeri dirasakan hilang timbul, dengan tekanan darah 170/110. Dan defisit pengetahuan berhubungan dengan kurang terpapar informasi dibuktikan dengan klien menanyakan mengenai penyakitnya, klien belum mengetahui mengenai hipertensi dan cara penanganan yang tepat. Peneliti mampu menerapkan *Evidence Base Practice* dilakukan pemberian jus buah semangka dalam menurunkan tekanan darah tinggi Ny. E dengan Hipertensi di Wilayah Kampung Ciwaas RT 005 / RW 007, Kelurahan Sukahurip, Tamansari, Kota Tasikmalaya. Dilakukan pemberian jus buah semangka yaitu selama 4 hari berturut-turut. Peneliti mampu menganalisis *Evidence Base Practice* dilakukan pemberian jus buah semangka untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada Ny. O dengan Hipertensi di Wilayah Kampung Ciwaas RT 005 / RW 007, Kelurahan Sukahurip, Tamansari, Kota Tasikmalaya. Ada penurunan tekanan darah sebelum dilakukan pemberian jus buah semangka dan setelah dilakukan tindakan.

- Gilang Wangsa Permana, Miftahul Falah (2022) Penerapan Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi, *HealthCare Nursing Journal*, 2022 - journal.umtas.ac.id
- Felysuslince Aryati Manno, Nilawati Soputri, Idauli Simbolon (2016) Efektivitas Buah Semangka Merah (*Citrullus Vulgaris*

- Schard) Terhadap Tekanan Darah
- Nurleny (2019) Pengaruh Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo
- Atria Nurwahyu Adegita, Bayu Brahmantia (2021) Penerapan Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi, *HealthCare Nursing Journal*, 2022 - journal.umtas.ac.id
- Hermina Roselita Hutasoit, Edy Waliyo (2018) Pengaruh Konsumsi Buah Semangka Merah (*Citrullus Vulgaris* Schard) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan Di Wilayah Puskesmas Perumnas I Pontianak Barat
- Agustina, S., Sari, S, M., Savita, R. (2014). Faktor – Faktor yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia diatas Umur 65 Tahun. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 2 (4).
- Andriana, D. (2019). Manfaat Semangka Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi. Jakarta: Cempaka Putih
- Angelina, C., Yulyani, V., & Efriyani, E. (2021). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi di Puskesmas Biha Pesisir Barat Tahun 2020. *Indonesian Journal Of Health And Medical..*
- Arturo. (2014). Turunkan Hipertensi Dengan Semangka.
- Defi Setyawati, H. M. (2017). Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.
- Hilyatul Ajjiah, J., Selvi, E. (2021). Pengaruh Kompetensi dan Komunikasi Terhadap Kinerja Perangkat Desa. *Jurnal Manajemen*.
- Hutasoit, dkk. 2018. Pengaruh Konsumsi Buah Semangka Merah (*Citrullus Vulgaris* Schard) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Perumnas I Pontianak Barat. *Pontianak Nutrition Journal*. Volume1 .
- Jehani, Y., Hepilita, Y., Krowa, Y, R, R. (2022). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara Tahun 2022. *Jurnal Wawasan Kesehatan*.
- Laksana, R., Solihatin, Y., Muttaqin, Z. (2022). Penerapan Jus Semangka Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kampung Tamansari Rt 01 Rw 07 Kelurahan Mandalahayu. *Health Care*

- Nursing Journal.
- Lemone, P. (2016). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Eliminasi dan Gangguan Kardiovaskular (A. Linda (ed); Bahasa Ind). Jakarta: EGC, 2015 Rihianto, T., Widodo, M. (2018). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kabupaten Tulang Bawang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*.
- Lutfiasari, D., Kris Prasetyanti, D. (2017). Perbedaan Efektifitas Pemberian Jus Pepaya Dengan Jus Semangka Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Wanita Menopause Dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*.
- Munir Zainal dan Muhajarah. 2019. Efek Pemberian Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Jurnal Ilmiah*.
- Nisa Berawi, K., Virgita Pasya, A. (2016). Pengaruh Pemberian Jus Belimbing Manis (Averrhoacarambola L) Untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Medical Journal Of Lampung University*.
- Nurwahyu Adegita, A., Brahmantia, B. (2022). Penerapan Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Health Care Nursing Journal*.
- Nova., Vivi., dkk (2013). Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Riwayat Hipertensi Di Kota Padang. *Jurnal Mnm. Mercu Bakti Jaya Padang*
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan dan Kementerian RI Tahun 2018
- Sari, D, R., Qosim, A., Nudesti, N, P. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Permas : Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*.
- Sapardi, V.S., Fridalni, N. (2014). Pengaruh Pemberian Jus Semangka (*Citrus Vulgaris Schrad*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Riwayat Hipertensi di Kota Padang (skripsi). Padang: Stikes Mercu Bakti Jaya
- Setyawati, dkk. 2017. Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. Volume 3 .
- Shanti, M, N., Zuraida, R. (2016). Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia. *Medical Journal of Lampung University*.
- Sinurat, L, R, E, S., Simamora, M. (2019). Pengaruh Jus Semangka Terhadap MAP (Mean Arteri Pressure) Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Binjai Estate. *Indonesian Trust Health Journal*.
- Titi Handayani, L. (2018). Kajian Etik Penelitian Dalam Bidang Kesehatan Dengan Melibatkan Manusia Sebagai Subyek. *The Indonesian Journal Of Health Science*.
- Umrah, Y., Rosjidi, C. H., Idris, K., S1, P., Stikesikaryaikesehatan, K., Bina, P., Kendari, H., Kunci, K., Jus, :, & Semangka, H. (n.d.). *JURNALILMIAHIKARYAIKESEHATAN Pengaruh Jus Semangka Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi*.
- Permata Sari, R., Restipa, L., Yonira Putri, M., & Tinggi Ilmu Keperawatan Alifah Padang, S. (n.d.). Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Kesehatan*,