



## LITERATURE REVIEW ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN TERAPI JUS BELIMBING MANIS PADA LANSIA HIPERTENSI

Rina Sholihach<sup>1</sup>, Nina Pamela Sari<sup>2</sup>, Asep Muksin<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

### Article Information

---

Received: Agustus 2021

Revised: November 2021

Available online: Januari 2022

### Keywords

---

Hipertensi, Jus Belimbing Manis, Lanjut usia

### Correspondence

---

Phone : (+62) 811-2112-784

E-mail: [ninapamelasari@gmail.com](mailto:ninapamelasari@gmail.com)

### ABSTRACT

---

Hipertensi atau dikenal dengan tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang umum dan pada kondisi serius dapat menyebabkan berbagai macam masalah kesehatan. Salah satu pengobatan alternatif nonfarmakologis penurunan tekanan darah untuk penderita hipertensi yaitu dengan penerapan terapi jus belimbing manis. Tujuan penyusunan karya tulis ilmiah ini untuk mengetahui pengaruh jus belimbing manis terhadap tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi. Desain penelitian ini menggunakan metode studi literature review. Teknik pengumpulan data menggunakan data sekunder. Hasil telaah artikel jurnal menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian jus belimbing manis terhadap perubahan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi. Sedangkan dalam penerapan asuhan keperawatan dengan melalui pendekatan proses keperawatan didapatkan data fokus Ny.1 mengeluh sakit kepala, sering mengkonsumsi makanan tinggi garam, dan jarang berolahraga. Diagnosa yang ditegakkan yaitu resiko perfusi serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi. Tahap implementasi sesuai dengan rencana tindakan yang disusun yaitu diberikan jus belimbing manis sebanyak 200 ml , satu kali dalam sehari selama 7 hari. Evaluasi yang didapatkan setelah diberikan jus belimbing manis tekanan darah menurun. Oleh karena itu disarankan kepada perawat untuk menerapkan alternatif non farmakologi jus belimbing manis dalam membantu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi

## PENDAHULUAN

Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan yaitu anak, dewasa dan tua (Kholifah, 2016). Hipertensi merupakan keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang tunjukkan oleh angka systolic dan angka diastolic pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa (Sphygmomanometer) ataupun alat digital lainnya (Irwan, 2016). Faktor yang dapat mempengaruhi hipertensi ada dua yaitu, faktor yang dapat dikendalikan seperti obesitas, gaya hidup, stress dan faktor yang tidak dapat di kenali seperti usia, riwayat keluarga, jenis kelamin (Junaedi, 2013). Hipertensi juga salah satu penyakit yang sering dijumpai pada golongan lanjut usia yang disebabkan karena kemunduran fungsi kerja pembuluh darah serta merupakan salah satu penyakit degenerative yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi. Hipertensi pada lanjut usia bila tidak segera diobati dapat menyebabkan gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Arlita, 2014).

Badan Kesehatan Dunia (WHO, 2018) menyebutkan jumlah penderita hipertensi terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada 2025 mendatang diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. WHO menyebutkan negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia Tenggara 36%. Kawasan Asia penyakit ini telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya.

Terapi nonfarmakologis selalu menjadi pilihan yang dilakukan penderita hipertensi karena biaya yang dikeluarkan untuk terapi farmakologis relatif lebih mahal. Langkah awal pengobatan hipertensi nonfarmakologis adalah dengan menjalani polahidup sehat, salah satunya dengan terapi komplementer yang menggunakan bahan-bahan alami yang ada disekitar kita, seperti relaksasi otot progresif, meditasi, aromaterapi, terapi herbal, dan terapi nutrisi (Nissa, 2013). Banyak pengobatan alternative yang menggunakan unsur-unsur dari

alam salah satunya tanaman. Belimbing merupakan salah satu alternatif dalam pengobatan hipertensi secara non farmakologi, mengingat tanaman belimbing sering dijumpai di lingkungan sekitar kita sehingga masyarakat bisa memanfaatkan buah belimbing untuk dijadikan jus dalam mengontrol tekanan darah pada lansia hipertensi (Nisa, 2013).

Salah satu tanaman yang banyak tumbuh dipekarangan dan dimanfaatkan sehari-hari oleh masyarakat Indonesia adalah belimbing. Tanaman jenis ini dapat tumbuh di mana-mana dan mudah dikembang biakan melalui metode cangkok. Al-Qur'an banyak menyebut mengenai potensi tumbuh-tumbuhan yang dapat dimanfaatkan oleh manusia. Di antara ayat-ayat yang menjelaskan, salah satunya adalah QS. Al-Asy-Syu'ara /26: 7

Dari ayat tersebut, dapat dipahami bahwa Allah senantiasa mengisyaratkan kepada manusia untuk mengembangkan dan memperluas ilmu pengetahuan khususnya ilmu yang membahas tentang obat-obatan yang berasal dari alam, baik dari tumbuh-tumbuhan, hewan maupun mineral. Ketiga hal tersebut telah dijelaskan didalam Al-Qur'an mengandung suatu zat/obat yang dapat digunakan untuk menyembuhkan manusia dari penyakit (Syamsuarni, 2016).

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan asuhan keperawatan gerontik dengan penerapan terapi jus belimbing terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi berdasarkan hasil studi literature review.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan yaitu literature review karena penulis ingin mengetahui gambaran asuhan keperawatan gerontik dengan pemberian terapi jus belimbing terhadap lansia dengan hipertensi untuk menurunkan tekanan darah.

Subjek studi literature yang digunakan adalah tiga jurnal dan satu asuhan keperawatan dengan pemberian jus belimbing manis untuk menurunkan tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi.

Jenis data yang dilakukan dalam studi literature ini menggunakan jenis data sekunder. Data yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung tetapi dari hasil penelitian yang telah dilakukan penelitian terlebih dahulu dengan menggunakan teks book

satu asuhan keperawatan pada penderita hipertensi.

### **HASIL PENELITIAN**

Pada hasil studi literature dalam asuhan keperawatan gerontik dengan penerapan terapi jus belimbing manis terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi ini menelaah 4 referensi yang terdiri 3 artikel penelitian dan 1 artikel asuhan keperawatan. Menurut Noor, 2018 Pengaruh Jus Belimbing Manis (*Averrhoa Carambola* Linn) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia didapatkan hasil adanya pengaruh pemberian jus belimbing manis pada tekanan darah. Hal ini sejalan juga dengan hasil penelitian lip, 2018 dan Putri, 2018. Menurut Devia, A., 2018 dalam asuhan keperawatannya juga menyebutkan bahwa pemberian jus belimbing selama 7 hari dapat menurunkan tekanan darah.

### **PEMBAHASAN**

Pengkajian adalah pemikiran dasar dari proses keperawatan yang bertujuan untuk mengumpulkan informasi atau data tentang pasien, agar dapat mengidentifikasi, mengenali masalah, kebutuhan kesehatan dan keperawatan pasien, baik fisik, mental, social dan lingkungan (Dermawan, 2012).

Menurut (Aspiani, 2016) salah satu penyebab dari penyakit hipertensi yaitu berdasarkan kebiasaan hidup seperti konsumsi garam yang tinggi (lebih dari 30g), kegemukan, jarang berolahraga, stress, merokok, minum alkohol, dan mengonsumsi obat-obatan. Serta gejala yang ditimbulkan umumnya sakit kepala, pegal, nyeri ditengkuk, kelelahan, gelisah, telinga berdengung, hidung berdarah, dan mudah marah. Berdasarkan pengkajian pada kasus Ny.I dalam asuhan keperawatan Devia (2014) dalam data subjektif didapatkan : klien nyeri kepala, sering mengonsumsi makanan tinggi garam dan jarang berolahraga. Dalam data objektif didapatkan TTV yaitu TD: 160/90mmHg , Nadi : 95x/menit , Respirasi : 22x/menit , Suhu : 36,3 C. Dari hasil pengkajian yang diperoleh, terdapat persamaan gejala yang umum terjadi pada penderita hipertensi yaitu nyeri kepala, sering mengonsumsi makanan tinggi garam dan jarang berolahraga. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan oleh penulis yaitu resiko perfusi serebral tidak efektif berhubungan dengan

hipertensi. Diagnosa resiko perfusi serebral tidak efektif ditegakkan karena terkait kondisi tekanan darah Ny.I yaitu 160/90MmHg. Hal tersebut tidak sesuai dengan teori pada pathway namun, pada komplikasi yang di timbulkan dari peyakit hipertensi menurut (Trianto,2014) bahwa komplikasi berupa stroke dan serangan iskemik. Stroke dapat terjadi pada hipertensi kronik apabila arteri-arteri yang memperdarahi otak mengalami hipertrofi dan menebal sehingga aliran darah ke daerah-daerah yang diperdarahi berkurang. Di dalam Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, tidak terdapat tanda mayor dan minor untuk masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi. Namun didalam asuhan keperawatan Devia, A (2014) pada kasus Ny.I didapatkan data fokus klien mengeluh sakit kepala, sering mengonsumsi makanan tinggi garam, dan jarang berolah-raga.

Dalam perencanaan menurut asuhan keperawatan Devia, A (2014) terhadap kasus Ny.I dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi, yaitu memberikan terapi non farmakologi jus belimbing manis 1x dalam sehari selama 7 hari dengan harapan risiko perfusi serebral tidak terjadi, dan dengan kriteria hasil : sakit kepala berkurang atau hilang, tekanan darah sistol dan diastol membaik atau dalam rentang normal (110/80-140/80). Sedangkan menurut SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia) tahun 2018, menggunakan intervensi pendukung yaitu memberikan edukasi program pengobatan dengan mengidentifikasi pengetahuan dan penggunaan pengobatan tradisional yang direkomendasikan. Terdapat persamaan intervensi antara kasus Ny.I dengan SIKI (2018) yaitu menerapkan penanganan secara tradisional atau non farmakologi.

Pada tahapan implementasi, penelitian yang dilakukan oleh Lestari pada tahun 2012, menerapkan jus belimbing sebanyak 200 ml sebanyak 1 kali sehari yang diberikan selama 7 hari. Hasil penelitian tersebut Pemberian jus belimbing berpengaruh secara bermakna terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik setelah dikontrol dengan asupan lemak dan serat. Cara membuat jus belimbing manis 200 ml yaitu disiapkan alat- alat dan bahan, cuci buah belimbing hingga bersih, potong

belimbing beberapa bagian dan buang bagian atas belimbing dan isinya, timbang belimbing yang telah dipotong sebanyak 150 gram, masukkan belimbing yang telah dipotong kedalam blender, masukkan madu 10 gram dan air 50 ml, tunggu beberapa menit, masukkan belimbing yang telah diblender yang telah tersedia, jus belimbing siap diminum.

Hasil penelitian dari tiga jurnal dan satu asuhan keperawatan yang sudah ditelaah bahwa didapatkan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada lansia. Dari hasil evaluasi asuhan keperawatan Ajeng Devia (2014) pada kasus Ny.I sebelum diberikan jus belimbing manis tekanan darah klien 160/90mmHg. Sesudah diberikan jus belimbing manis mengalami penurunan menjadi 145/80mmHg. Kemudian hasil penelitian dari ketiga jurnal rata-rata diperoleh  $p=0,000$  (sistolik),  $p=0,000$  (diastolik) yang berarti terdapat pengaruh pemberian jus belimbing manis terhadap perubahan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi. Serta menurut Artalesi (2012) didapatkan sebagian besar responden pada penelitian ini menyatakan bahwa mereka mendapat ketenangan setelah mendapat terapi jus buah belimbing manis dan ada yang menyatakan tubuh lebih terasa segar serta sakit kepala dan ketegangan otot pada tengkuk yang mereka alami berkurang bahkan hilang, hal ini menunjukkan bahwa kandungan jus buah belimbing manis yang dikonsumsi dapat mengurangi risiko terkena hipertensi dengan membantu mengurangi ketegangan otot dan emosional responden.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang didapatkan oleh penulis berdasarkan hasil telaah jurnal, teori dan juga asuhan keperawatan pada lansia hipertensi dengan pemberian jus belimbing manis adalah pada tahap pengkajian bahwa lansia dengan hipertensi yang paling dominan yaitu tekanan darah diatas normal, dan yang umum terjadi yaitu klien merasa pusing atau sakit kepala, pegal, kaku serta tidak nyaman pada tengkuk. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan yaitu resiko perfusi serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi. Intervensi yang disusun disesuaikan dengan diagnosa yang ditegakkan, dengan menggunakan intervensi pendukung yaitu edukasi program pengobatan secara tradisional salah

satunya dengan terapi jus belimbing manis untuk menurunkan tekanan darah. Implementasi untuk menurunkan tekanan darah berdasarkan telaah jurnal dan asuhan keperawatan terapi non farmakologi jus belimbing manis berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah, dengan langkah-langkah berdasarkan SOP dengan cara siapkan alat-alat dan bahan, cuci buah belimbing hingga bersih, potong belimbing beberapa bagian dan buang bagian atas belimbing dan isinya, timbang belimbing yang telah dipotong sebanyak 150 gram, masukkan belimbing yang telah dipotong kedalam blender, masukkan madu 10 gram dan air 50 ml, tunggu beberapa menit, masukkan belimbing yang telah diblender yang telah tersedia, jus belimbing siap diminum. Hasil evaluasi penelitian dari tiga jurnal dan satu asuhan keperawatan yang sudah ditelaah bahwa terapi jus belimbing manis didapatkan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada lansia. Saran Bagi Responden bahwa Terapi pengobatan non farmakologi jus belimbing manis efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah. Selain mudah dilakukan, buah belimbing manis juga mudah didapatkan dan harganya terjangkau. Saran bagi Perawat dalam melakukan asuhan keperawatan gerontik hendaknya menggunakan pendekatan proses keperawatan secara komprehensif dengan melibatkan peran serta klien sehingga dapat tercapai sesuai dengan tujuan. Saran bagi Penulis Selanjutnya Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat menambah referensi dalam melakukan asuhan keperawatan lansia dengan hipertensi selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aspiani, R.. (2016). Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler: Aplikasi NIC & NOC. Jakarta: EGC.
- Artalesi, Erwin. 2011. efektifitas terapi jus buah belimbing manis (*averrhoe carambola linn*) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi.
- Dermawan, Deden. 2012. Proses Keperawatan. Yogyakarta : Gosyen Publishing Dwipayanti, P. 2011. Efektivitas Buah Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.
- GN Fitri, L Lismayanti, NP Sari – Media Informasi, 2017. SEFT Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia

Hipertensi.

<http://ejurnal.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/BMI/article/view/82>

lip, (2014). "Efektifan Jus Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Tawangmas Baru Kecamatan Semarang Barat". Jurnal ilmu keperawatan dan kebidanan.

Kemkes RI. 2014. Laporan nasional. Jakarta: departemen kesehatan RI.

Kholifah, SN. (2016). Keperawatan Gerontik. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Keperawatan-Gerontik-Kom-prehensif.pdf>. diunduh pada tanggal 18 Desember 2018.

Mulyanti, Yuli (2017). Dokumentasi Keperawatan. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 167. Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan.

Nisa, Intan. (2013). Khasiat sakti tanaman obat untuk darah tinggi. Jakarta: Dunia Sehat.

Oktaviani, Noni. (2013). 150 terapi jus dan sejuta khasiatnya. Yogyakarta: In Azna Books.

Padila. 2013. Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam. Yogyakarta :Nuha Medika.

Pudjiastuti, Ratna (2011). Penyakit Pemicu Stroke. Yogyakarta: Nuha Medika.

Riskesdas. 2018. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Pusat Data Informasi.Pdf

Setiadi. (2013). Konsep Dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. 2017. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. 2018. Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. 2019. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Widyanto, F. C. (2014). Keperawatan Komunitas. Yogyakarta: Nuha Medika.