

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Dan Lokasi penelitian

4.1.1. Puskesmas Waingapu

Puskesmas Waingapu adalah pusat antara sarana kesehatan bagi masyarakat di Kecamatan Kota Waingapu. Puskesmas Waingapu terletak di Kelurahan Kamalaputi Kecamatan Kota Waingapu dengan luas 78,3 km². Puskesmas Waingapu memiliki 4 (empat) kelurahan dan 1 desa yaitu Kelurahan Kambajawa, Kelurahan Hambala, Kelurahan Matawai, Kelurahan Kamalaputi, dan Desa Mbatakapidu.

Puskesmas Waingapu terletak di Kelurahan Kamalaputi dengan beberapa jenis pelayanan kesehatan meliputi pelayanan kesehatan Ibu dan Anak (KIA)/KB, Poli umum, Poli gigi, Gizi, Imunisasi, Laboratorium sederhana, Kesehatan Lingkungan, Puskesmas Keliling, Usaha Kesehatan Sekolah, Kesehatan Usia Lanjut, dan memiliki satu buah PONED (pelayanan Obstetri Neonatal Essesial Dasar) yaitu PONED Hambala, 2 buah pustu yaitu pustu Mbatakapidu dan pustu Pambotanjara, 5 buah polindes, 15 posyandu lansia serta 29 buah posyandu bayi balita.

4.2 Data Asuhan Keperawatan Gerontik

4.2.1 Identitas Klien

Tabel 4.1. Identitas Klien

Nama	Ny. B.M.T
Umur	67 Tahun
Jenis kelamin	Perempuan
Alamat	Kambajawa
Pendidikan	Tamat SMA
Riwayat Pekerjaan	Pasien adalah seorang ibu rumah tangga
Penanggung Jawab Lansia	Tn. A
Suku	Adonara
Agama	Katolik
Status perkawinan	Menikah
Tanggal Pengkajian	10 maret 2025, Jam 11.00

4.2.2 Status Kesehatan Saat Ini

Tabel 4.2. Status Kesehatan Saat Ini

Keluhan Utama	Pasien mengeluh sering sakit kepala, dengan leher dan tengkuk yang terasa tegang
Status kesehatan Umum	Pasien berusia 67 tahun dengan riwayat hipertensi. Pasien mengeluh sering merasa sakit kepala, serta leher dan tengkuk yang terasa tegang.
Status Kesehatan Umum Selama Setahun yang Lalu	Satu tahun yang lalu, pasien berusia 67 tahun dengan riwayat hipertensi. Kondisi fisiknya cukup baik meskipun sering merasa lelah dan tengkuk terasa tegang setelah beraktivitas berat.
Status kesehatan Umum selama 5 Tahun yang lalu	pasien mengungkapkan sakit kepala terutama di bagian tengkuk dan merasa tidak nyaman, serta terkadang mengalami kesulitan tidur di malam hari.
Pengetahuan/Pemahaman Tentang Penatalaksanaan Masalah kesehatan	Pasien memahami bahwa hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darahnya lebih tinggi dari batas normal. Pasien tahu bahwa memeriksa tekanan darah secara rutin sangat penting untuk mengontrol hipertensi. Pasien terkadang mengukur tekanan darah di rumah, namun tidak secara rutin melakukannya setiap hari. Pasien lebih cenderung mengukur tekanan darah hanya jika merasa pusing, sakit kepala dan tidak enak badan.
Derajat keseluruhan fungsi relatif terhadap masalah kesehatan dan diagnosa medic	Pasien, seorang wanita berusia 67 tahun, Pasien masih dapat melakukan sebagian besar aktivitas fisik sehari-hari, seperti berjalan di sekitar rumah, memasak, dan merawat kebun.
Obat-Obatan	Pasien tidak pernah mengonsumsi obat anti hipertensi

4.2.3 Riwayat Kesehatan Dahulu

Tabel 4.3. Riwayat Kesehatan Dahulu

Penyakit masa anak-anak	Pasien mengatakan pada masa anak-anak biasanya hanya sakit batuk dan pilek
Penyakit serius atau kronik	Pasien mengatakan tidak ada penyakit serius/kronik yang ia alami selain hipertensi, pasien menderita hipertensi sejak tahun 2015.
Trauma	Tidak ada
Perawatan di rumah sakit (alasan, tanggal, tempat, durasi, dokter)	Pasien mengatakan hanya sekali ke rumah sakit.
Operasi (perhatikan jenis, tanggal, alasan, dokter)	Pasien mengatakan tidak pernah melakukan operasi

4.2.4 Riwayat Kesehatan Keluarga

Pasien menyatakan bahwa ibunya meninggal dengan riwayat hipertensi, begitu juga dengan ayahnya yang meninggal akibat hipertensi. Pada saat pemeriksaan, ditemukan tekanan darah 158/91 mmHg, nadi 83 x/m, suhu 36,7°C, dan frekuensi respirasi 20 x/m.

4.3 Penentuan Diagnosa keperawatan

Tabel 4.4. Analisa & Klasifikasi Data

a. Analisa data

Data Subyektif (DS)	Data Obyektif (DO)
Pasien mengeluhkan sering sakit kepala, tengkuk yang tegang, merasa tidak nyaman, dan kesulitan tidur pada malam hari.	Tanda-tanda vital (TTV) menunjukkan tekanan darah 158/91 mmHg, nadi 83 x/m menit, pasien terlihat gelisah, menunjukkan gejala stres, dan sesekali memijat bagian belakang leher.

b. Klasifikasi Data

Data (DS & DO)	Masalah (Problem)	Penyebab (Etiologi)
DS : Pasien mengeluhkan sering sakit kepala, tengkuk yang tegang, merasa tidak nyaman, dan kesulitan tidur pada malam hari. DO : Tanda-tanda vital (TTV) menunjukkan tekanan darah 158/91 mmHg, nadi 83 x/m menit, pasien terlihat gelisah, menunjukkan gejala stres, dan sesekali memijat bagian belakang leher.	Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif	Hipertensi

c. Perumusan Diagnosa keperawatan

Penegakan diagnosa keperawatan berpedoman pada buku Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI 2017) dan diawali dengan analisa data hasil pengkajian. Berdasarkan analisa data di atas ditegakkan diagnosa keperawatan yang diambil yaitu risiko perfusi serebral tidak efektif (D.0017) dibuktikan dengan klien mengeluh nyeri kepala, terutama bagian tengkuk dan terasa tegang, malam susah tidur, merasa tidak nyaman, tampak gelisah, sesekali memijat leher belakang, tanda-tanda vital tekanan darah sistol 158 mmHg dan diastolik 91 mmHg.

4.3.1 Diagnosa Keperawatan

Penegakan diagnosa keperawatan berpedoman pada buku Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI 2017) dan diawali dengan analisa data hasil pengkajian. Berdasarkan analisa dan klasifikasi data di atas ditegakkan diagnosa keperawatan yang diambil yaitu risiko perfusi serebral tidak efektif (D.0017) dibuktikan dengan klien mengeluh nyeri kepala, terutama bagian tengkuk dan terasa tegang, malam susah tidur, merasa tidak nyaman, tampak gelisah, sesekali memijat leher belakang, tanda-tanda vital tekanan darah sistol 158 mmHg dan diastolik 91 mmHg.

4.4 Perencanaan Keperawatan

Tahap selanjutnya adalah merencanakan tindakan keperawatan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan pasien saat ini. Secara umum, intervensi keperawatan yang diberikan kepada pasien mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Setelah dilakukan 3 kali kunjungan rumah, diharapkan perfusi serebral pasien dapat meningkat dengan kriteria hasil berupa perbaikan tekanan darah sistolik, perbaikan tekanan diastolik, dan perbaikan tekanan darah rata-rata. Intervensi yang diberikan meliputi Pemantauan Tanda Vital (I.02060), yang terdiri dari:

Tabel 4.5. Intervensi Keperawatan

Diagnosa Keperawatan	Tujuan & Kriteria Hasil	Intervensi Keperawatan
Risiko perfusi serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi (D.0017)	Setelah dilakukan kunjungan rumah selama 3 hari diharapkan perfusi serebral meningkat dengan kriteria hasil : 1. Sakit kepala menurun 2. Gelisah menurun 3. Nilai rata-rata tekanan darah membaik 4. Tekanan darah sistolik membaik 5. Tekanan darah diastolik membaik	Pemantauan Tanda Vital (I.02060) Observasi: 1. Monitor tekanan darah 2. Monitor nadi 3. Identifikasi penyebab perubahan tanda vital 4. Lakukan pemantauan terhadap tekanan darah sebelum dan setelah pemberian jus labu siam, (Amati apakah ada perbaikan penurunan tekanan darah). Terapeutik: 1. Atur interval pemantauan sesuai kondisi pasien 2. Dokumentasikan hasil pemantauan 3. Terapkan pemberian jus labu siam (150 ml/hari) sebagai bagian dari terapi nonfarmakologis untuk mengurangi tekanan darah dan meningkatkan perfusi serebral pada pasien hipertensi. Edukasi: 1. Jelaskan tujuan dan prosedur pemantauan 2. Informasikan hasil pemantauan, jika perlu 3. Berikan edukasi pada pasien mengenai manfaat jus labu siam serta cara pembuatan dan pemberian jus labu siam sebagai bagian dari perawatan hipertensi.

4.5 Implementasi Keperawatan

a. Pasien Ny. B. M. T

Implementasi dilakukan selama 3 hari, yaitu dari 10 hingga 13 Maret 2025. Pada hari pertama, Senin, 10 Maret 2025 pukul 14.00, dilakukan implementasi pada Ny. B. M. T dengan hasil observasi sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi pengetahuan tentang pengobatan yang direkomendasikan: Pasien mengungkapkan bahwa dia biasanya minum rendaman bawang putih saja namun hanya diminum jika merasa tidak enak badan.
2. Mengidentifikasi penggunaan pengobatan tradisional dan kemungkinan efek terhadap pengobatan: Pasien menyebutkan bahwa dia pernah menggunakan bawang putih sebagai pengobatan tradisional, tetapi tidak merasakan perubahan dan keluhannya tetap sama.

3. Memberikan dukungan untuk menjalani program pengobatan dengan baik dan benar: Pasien menerima anjuran yang diberikan, dan peneliti menjelaskan manfaat serta efek samping dari program pengobatan yang direkomendasikan.
4. Menganjurkan kemampuan melakukan pengobatan sendiri (*self medication*): Pasien dianjurkan untuk melakukan pengobatan mandiri menggunakan jus labu siam sebagai obat tradisional untuk menurunkan tekanan darah tinggi.
5. Memonitor tekanan darah: Tekanan darah pasien tercatat 158/91 mmHg.

Hari Pertama

Tabel 4.6. Implementasi Hari Pertama Pemberian Jus Labu Siam

No	Implementasi Keperawatan	Evaluasi Keperawatan
1	<p>1. Memonitor tekanan darah Hasil : 158/91 mmHg</p> <p>2. Memonitor nadi Hasil : 83 x/m</p> <p>3. Mengidentifikasi penyebab perubahan tanda vital</p> <p>4. Mengatur interval pemantauan sesuai kondisi pasien Hasil : melakukan pemeriksaan tekanan darah setiap jam 14.00</p> <p>5. Mendokumentasikan hasil pemantauan</p> <p>6. Merapkan pemberian jus labu siam (150 ml/hari) sebagai bagian dari terapi nonfarmakologis untuk mengurangi tekanan darah dan meningkatkan perfusi serebral pada pasien hipertensi. Hasil : 11 Maret 2025 pukul 14.00, dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum diberikan jus labu siam, dengan hasil tekanan darah 158/91 mmHg. Setelah itu, pasien diberikan jus labu siam, dan tiga jam kemudian dilakukan pemeriksaan kembali, yang menunjukkan hasil tekanan darah 156/96 mmHg.</p> <p>7. Menjelaskan tujuan dan prosedur pemantauan Hasil : memberitahukan pasien tujuan dan prosedur pemantauan adalah untuk mengetahui perubahan tekanan darah pasien sebelum dan sesudah pemberian jus labu siam.</p> <p>8. Menginformasikan hasil pemantauan Hasil : Setelah dilakukan pemantauan tekanan darah, pasien diberitahukan berapa tekanan darah sebelum dan sesudah minum jus labu siam</p> <p>9. Memberikan edukasi pada pasien mengenai manfaat jus labu siam serta cara pembuatan dan pemberian jus labu siam sebagai bagian dari perawatan</p> <p>ensi.</p>	<p>S : Pasien mengeluhkan sering sakit kepala, tengkuk tegang, kesulitan tidur malam, dan merasa tidak nyaman dan tubuhnya terasa berat</p> <p>O : Sebelum diberikan terapi jus labu siam, tekanan darah tercatat 158/91 mmHg. Setelah pemberian jus labu siam selama 3 jam, tekanan darah mengalami penurunan menjadi 156/96 mmHg</p> <p>A : Masalah belum teratasi</p> <p>P : Intervensi dilanjutkan</p>

Hari Kedua

Tabel 4.7. Implementasi Hari Kedua Pemberian Jus Labu Siam

No	Implementasi Keperawatan	Evaluasi Keperawatan
1	<p>1. Memonitor tekanan darah Hasil : 155/98 mmHg</p> <p>2. Memonitor nadi Hasil : 79 x/m</p> <p>3. Mengidentifikasi penyebab perubahan tanda vital</p> <p>4. Mengatur interval pemantauan sesuai kondisi pasien Hasil : melakukan pemeriksaan tekanan darah setiap jam 14.00</p> <p>5. Mendokumentasikan hasil pemantauan</p> <p>6. Merapkan pemberian jus labu siam (150 ml/hari) sebagai bagian dari terapi nonfarmakologis untuk mengurangi tekanan darah dan meningkatkan perfusi serebral pada pasien hipertensi. Hasil : 12 Maret 2025 pukul 14.00, dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum diberikan jus labu siam, dengan hasil tekanan darah 155/98 mmHg. Setelah itu, pasien diberikan jus labu siam, dan tiga jam kemudian dilakukan pemeriksaan kembali, yang menunjukkan hasil tekanan darah 154/98 mmHg.</p> <p>7. Menjelaskan tujuan dan prosedur pemantauan Hasil : memberitahukan pasien tujuan dan prosedur pemantauan adalah untuk mengetahui perubahan tekanan darah pasien sebelum dan sesudah pemberian jus labu siam.</p> <p>8. Menginformasikan hasil pemantauan Hasil : Setelah dilakukan pemantauan tekanan darah, pasien diberitahukan berapa tekanan darah sebelum dan sesudah minum jus labu siam</p> <p>9. Memberikan edukasi pada pasien mengenai manfaat jus labu siam serta cara pembuatan dan pemberian jus labu siam sebagai bagian dari perawatan hipertensi.</p>	<p>S : Pasien mengatakan bahwa tubuhnya terasa lebih ringan, tengkuk masih terasa tegang dan sakit kepala tetapi malam hari sudah bisa tidur dengan baik.</p> <p>O : Pasien terlihat lebih rileks namun masih sesekali memijat tengkuk, Tekanan darah sebelum diberikan jus labu siam tercatat 155/98 mmHg, yang kemudian mengalami penurunan menjadi 154/98 mmHg setelah tiga jam minum jus labu siam</p> <p>A : Masalah belum teratasi</p> <p>P : Intervensi dilanjutkan</p>

Hari Ketiga

Tabel 4.8. Hari Ketiga Pemberian Jus Labu Siam

No	Implementasi Keperawatan	Evaluasi Keperawatan
1	<p>1. Memonitor tekanan darah Hasil : 152/104 mmHg</p> <p>2. Memonitor nadi Hasil : 86 x/m</p> <p>3. Mengidentifikasi penyebab perubahan tanda vital</p> <p>4. Mengatur interval pemantauan sesuai kondisi pasien Hasil : melakukan pemeriksaan tekanan darah setiap jam 14.00</p> <p>5. Mendokumentasikan hasil pemantauan</p> <p>6. Merapkan pemberian jus labu siam (150 ml/hari) sebagai bagian dari terapi nonfarmakologis untuk mengurangi tekanan darah dan meningkatkan perfusi serebral pada pasien hipertensi. Hasil : 13 Maret 2025 pukul 14.00, dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum diberikan jus labu siam, dengan hasil tekanan darah 152/104 mmHg. Setelah itu, pasien diberikan jus labu siam, dan tiga jam kemudian dilakukan pemeriksaan kembali, yang menunjukkan hasil tekanan darah 148/100 mmHg.</p> <p>7. Menjelaskan tujuan dan prosedur pemantauan Hasil : memberitahukan pasien tujuan dan prosedur pemantauan adalah untuk mengetahui perubahan tekanan darah pasien sebelum dan sesudah pemberian jus labu siam.</p> <p>8. Menginformasikan hasil pemantauan Hasil : Setelah dilakukan pemantauan tekanan darah, pasien diberitahukan berapa tekanan darah sebelum dan sesudah minum jus labu siam</p> <p>9. Memberikan edukasi pada pasien mengenai manfaat jus labu siam serta cara pembuatan dan pemberian jus labu siam sebagai bagian dari perawatan hipertensi.</p>	<p>S : Pasien mengatakan bahwa tubuhnya terasa lebih ringan, sakit kepala berkurang, tengkuk yang terasa sakit atau tegang berkurang, serta dapat istirahat dengan cukup di malam hari.</p> <p>O : Pasien tampak lebih rileks dan segar Sebelum diberikan jus labu siam, tekanan darah tercatat 152/104 mmHg, dan setelah diberikan jus labu siam selama tiga jam, tekanan darah mengalami penurunan menjadi 148/100 mmHg.</p> <p>A : Masalah Teratasi Sebagian</p> <p>P : Intervensi Dilanjutkan Menganjurkan pasien untuk menerapkan terapi nonfarmakologi seperti jus labu siam dengan cara di parut lalu di peras dan minum setiap hari 1 gelas dengan konsisten dan ketekunan karena membutuhkan waktu lebih lama untuk memberikan efek dibandingkan dengan obat-obatan, serta memberitahukan pasien untuk selalu mengecek tekanan darah.</p>

Tabel 4. 9. perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan jus labu siam

Hari Ke	Sebelum	Sesudah
1	158/91 mmHg	156/96 mmHg
2	155/98 mmHg	154/98 mmHg
3	152/104 mmHg	148/1020 mmHg

4.6 Pembahasan

4.6.1 Melakukan Pengkajian pada Pasien Lansia dengan Hipertensi

Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. B.M.T, perempuan usia 67 tahun yang tinggal di Kambajawa Km5, ditemukan tekanan darah 158/100 mmHg. Lansia merupakan kelompok rentan terhadap hipertensi karena adanya penurunan fungsi tubuh akibat proses penuaan. Kondisi ini memengaruhi kesehatan secara menyeluruh. Penanganan hipertensi pada lansia penting untuk mencegah komplikasi dan kematian akibat penyakit jantung dan pembuluh darah. Mengontrol tekanan darah dapat mencegah kerusakan organ. Hipertensi umumnya meningkat seiring bertambahnya usia (Triyanto, 2021). Penulis menyimpulkan bahwa hipertensi dapat terjadi pada semua usia, meskipun usia tua adalah salah satu faktor risiko yang tidak bisa dihindari. Dari wawancara dan observasi, ditetapkan diagnosis utama: risiko perfusi serebral tidak efektif. Salah satu intervensi yang diberikan adalah memantau tanda vital dan terapi non-obat, seperti pemberian jus labu siam untuk menurunkan tekanan darah. Menerapkan Intervensi Pemberian Jus Labu Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Tekanan darah diukur melalui nilai sistolik dan diastolik, di mana sistolik lebih mencerminkan perubahan tekanan. Hasil pengukuran pada responden menunjukkan bahwa ia mengalami hipertensi derajat 2. Berdasarkan klasifikasi WHO (2022), tekanan sistolik 150–179 mmHg dan diastolik 100–109 mmHg termasuk kategori tersebut. Jadi, sebelum diberikan jus labu siam, lansia ini tergolong hipertensi derajat 2.

Setelah lansia menerima terapi berupa jus labu siam selama tiga hari berturut-turut, dilakukan pengukuran ulang tekanan darah. Hasilnya menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik turun menjadi 148 mmHg dan tekanan diastolik tetap berada di angka 100 mmHg. Meskipun penurunan tidak terlalu besar, hasil ini tetap menunjukkan adanya efek positif dari pemberian jus labu siam dalam menurunkan tekanan darah, terutama sistolik. Temuan ini didukung oleh penelitian dari Utami (2018) yang berjudul "Pengaruh Pemberian Jus Labu Siam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Wanita Usia Lanjut Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan." Dalam penelitiannya, pemberian jus labu siam terbukti secara statistik dapat menurunkan tekanan darah secara signifikan, baik sistolik maupun diastolik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p untuk tekanan darah sistolik sebesar 0,001 dan untuk diastolik

sebesar 0,000, yang keduanya lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), menandakan bahwa perubahan tersebut tidak terjadi secara kebetulan. Dengan demikian, baik dari hasil pengukuran pada responden lansia maupun dari penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa jus labu siam memiliki potensi sebagai terapi non-farmakologis dalam menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.

Dalam penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa pemberian jus labu siam dapat menjadi salah satu intervensi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hal ini didasarkan pada kandungan kalium, magnesium, dan serat yang terdapat dalam labu siam, yang diketahui dapat membantu mengatur tekanan darah. Sejumlah studi sebelumnya juga menunjukkan bahwa makanan dengan kandungan kalium yang tinggi berperan dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Menurut peneliti, penurunan tekanan darah yang efektif melalui konsumsi jus labu siam dapat mengurangi risiko terjadinya perfusi serebral tidak efektif, yang sering kali terjadi pada pasien hipertensi dengan tekanan darah yang tidak terkontrol. Hal ini karena tekanan darah tinggi dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah otak, mengganggu aliran darah, dan akhirnya mempengaruhi fungsi otak. Dengan penurunan tekanan darah yang signifikan, diharapkan aliran darah ke otak dapat meningkat, sehingga mengurangi risiko gangguan perfusi serebral.

Peneliti juga berpendapat bahwa intervensi yang lebih sederhana, seperti pemberian jus labu siam secara rutin, dapat menjadi alternatif pengobatan yang lebih aman dan dapat diakses oleh masyarakat, terutama di daerah yang mungkin kurang memiliki akses ke perawatan medis yang lebih canggih.

4.6.2 Menganalisis Pengaruh Pemberian Jus Labu Siam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada tekanan darah sebelum dan setelah diberikan terapi jus labu siam pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas waingapu, km5 Kambajawa. Sebelum pemberian terapi jus labu siam, pada hari pertama tekanan darah sistolik tercatat 158 mmHg dan tekanan darah diastolik antara 91 mmHg dan setelah pemberian jus labu siam selama 3 jam di lakukan Kembali pengukuran tekanan darah dan mengalami penurunan menjadi 156/96 mmHg. Pada hari kedua di lakukan Kembali pengukuran tekanan darah sebelum pemberian jus labu siam tercatat 155/98 mmHg setelah tiga jam pasien minum jus labu siam dilakukan pengukuran tekanan darah dimana tercatat 154/98 mmHg, dan pada hari ketiga dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum minum jus labu siam tercatat 152/104 mmHg, setelah pasien minum jus labu siam selama tiga jam di lakukan Kembali pengukuran tekanan darah dan tercatat 148/100 mmHg.

Labu siam mengandung senyawa penting seperti kalium, alkaloid, dan flavonoid yang memiliki peran dalam menurunkan tekanan darah. Kalium bekerja sebagai diuretik alami, membantu ginjal membuang kelebihan cairan dan garam melalui urin. Ketika kadar garam dalam darah menurun, maka volume cairan dalam pembuluh darah berkurang, sehingga beban kerja jantung menjadi lebih ringan dan tekanan darah pun menurun. Kalium juga membantu mengontrol tekanan darah, mendukung fungsi otot dan saraf, serta memperlancar pengangkutan oksigen ke otak. Selain itu, kalium memengaruhi hormon aldosteron yang mengatur pengeluaran natrium dan air dari tubuh, yang berdampak pada penurunan volume darah dan tekanan darah. Senyawa alkaloid dalam labu siam berfungsi sebagai vasodilator, yaitu melebarkan pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lebih lancar dan tekanan darah menurun. Sementara itu, flavonoid

memiliki efek menghambat enzim ACE (*Angiotensin Converting Enzyme*), yang berperan dalam menaikkan tekanan darah. Dengan menghambat ACE, flavonoid membantu mencegah penyempitan pembuluh darah dan menjaga kelancaran aliran darah. Flavonoid juga memiliki efek diuretik tambahan, mirip seperti kalium. Penelitian Hidayathilla (2022) mendukung temuan ini, di mana jus labu siam terbukti efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Dusun Sendang Gede, Desa Sambeng, Kecamatan Kasiman, Bojonegoro.

Berdasarkan hasil studi kasus, peneliti menyimpulkan bahwa labu siam memiliki pengaruh yang cukup besar dalam menurunkan tekanan darah. Salah satu zat aktif utama dalam labu siam adalah kalium, yang berperan dalam menekan sekresi renin dari ginjal. Rendahnya kadar renin akan mengurangi pembentukan angiotensin II, yaitu senyawa yang biasanya menyebabkan penyempitan pembuluh darah (*vasokonstriksi*). Jika angiotensin II menurun, pembuluh darah akan menjadi lebih rileks dan terbuka. Selain itu, berkurangnya angiotensin II juga akan menghambat produksi hormon aldosteron, yang berfungsi menyerap kembali natrium dan air ke dalam aliran darah. Jika penyerapan ini berkurang, maka volume darah dalam tubuh ikut menurun. Penurunan volume darah inilah yang kemudian membuat tekanan darah ikut turun.

4.6.3 Keterbatasan Studi Kasus

Perawatan yang diberikan selama 3 hari ini berhasil mencapai tujuan yang direncanakan, yaitu untuk menerapkan pemberian jus labu siam sebagai alternatif pengobatan non-farmakologis pada penderita hipertensi. Selama tiga hari tersebut, klien mampu memahami pentingnya pengelolaan hipertensi dan mengenali kandungan yang terdapat dalam labu siam, yang berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah. Selain itu, klien juga dapat mempraktikkan secara langsung cara pembuatan jus labu siam sebagai bagian dari upaya menurunkan tekanannya.

Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mengenai hipertensi dan manfaat jus labu siam sangat diterima dengan baik oleh klien, dan klien juga telah dapat mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, pemberian jus labu siam dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif terapi non-farmakologis yang efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.