

Implementasi Pemberian Jus Labu Siam Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman Nyaman (Nyeri) Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Weekarou Kabupaten Sumba Barat Tahun 2025

Yunita Malo¹, Anderias Tarawatu Ora², Maria M.P. Saghu³

ABSTRAK

Latar belakang Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak diderita masyarakat dan sering menimbulkan rasa tidak nyaman, termasuk nyeri kepala, gelisah, dan ketidaknyamanan emosional. Penanganan non-farmakologis menjadi salah satu alternatif untuk membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan rasa aman dan nyaman pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan pemberian jus labu siam sebagai upaya pemenuhan kebutuhan rasa aman dan nyaman (terkait nyeri) pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Weekarou, Kabupaten Sumba Barat, tahun 2025. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi-eksperimen dengan pendekatan pre dan post-test tanpa kelompok kontrol. Sampel terdiri dari 2 pasien hipertensi yang dipilih secara purposive sampling. Intervensi berupa pemberian jus labu siam 200ml per hari selama 3 hari berturut-turut. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah intervensi serta penurunan keluhan nyeri kepala berdasarkan skala nyeri yang diukur. Pemberian jus labu siam terbukti membantu menciptakan rasa nyaman melalui pengurangan gejala nyeri dan menurunkan tekanan darah secara alami. Kesimpulan: jus labu siam dapat dijadikan terapi komplementer yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi melalui peningkatan rasa aman dan nyaman.

Kata kunci: Jus labu siam, hipertensi, nyeri, rasa aman, nyaman.