

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN EDUKASI PEMBERIAN JUS MENTIMUN SEBAGAI
TERAPI NONFARMAKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
DEFISIT PENGETAHUAN DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS
KANATANG

*Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*



OLEH

YUMIATI NDAU NEDUR
NIM : PO5303203221252

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
WAINGAPU
2025

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : yumiaty ndau nedur
Nim : PO5303203221252
Program Studi : DIII Keperawatan Waingapu
Judul karya tulis ilmiah : Pedukasi pemberian jus mentimun sebagai terapi nonfarmakologis pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan di wilayah kerja puskesmas kanatang

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa karya tulis ilmiah ini mengandung unsur plagiasi lebih dari 30% sebagaimana hasil pemeriksaan menggunakan perangkat pendeteksi plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Waingapu.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, 26 Juni 2025



(yumiaty ndau nedur)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : yumiaty ndau nedur
Nim : PO5303203221252
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : penerapan edukasi pemberian jus mentimun sebagai terapi nonfarmakologis pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan diwilayah kerja puskesmas kanatang

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah murni hasil pemikiran, penelitian, dan analisis saya sendiri, bukan hasil jiplakan atau penyalinan dari karya orang lain tanpa mencantumkan sumber yang sesuai. Semua kutipan, data, atau informasi yang berasal dari sumber lain telah dituliskan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Saya juga menyatakan bahwa karya ini belum pernah diajukan untuk memenuhi tugas akhir atau karya ilmiah di institusi pendidikan lain. Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia mempertanggung jawabkan sepenuhnya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab

Waingapu, 26 Juni 2025

Yang menyatakan,



(yumiaty ndau nedur)

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN EDUKASI PEMBERIAN JUS MENTIMUN SEBAGAI TERAPI
NONFARMAKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN DEFISIT
PENGETAHUAN DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS KANATANG

*Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan*

OLEH

YUMIATI NDAU NEDUR
NIM : PO5303203221252

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi DIII Keperawatan Waingapu,
Pada Tanggal 09 juli 2025

PEMBIMBING


Yublina Kohi SST.Keb.M.Kes
NIP. 198407122006042013

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU


MARIA KARERI HARA S.Kep.Ns..M.Kes
NIP. 196702101989032001

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN EDUKASI PEMBERIAN JUS MENTIMUN SEBAGAI TERAPI

NONFARMAKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN DEFISIT

PENGETAHUAN DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS KANATANG

OLEH

YUMIATI NDAU NEDUR

PO5303203221252

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi DIII Keperawatan Waingapu,
Pada tanggal 09 juli 2025

PENGUJI II



Yublina Rohi SST.Keb.M.Kes
NIP. 198407122006042013

PENGUJI I



Umu Putal Abselian S.Kep. Ns., M.Tr.,Kep
Nip. 19790725200110021003

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU



Maria Kareri Hara, S. Kep.Ns., M.Kes
NIP. 196702101989032001

BIODATA PENULIS

Nama : Yumiati Nda Nedur

Tempat tanggal lahir : Lendiwacu, 07 Juni 2003

Jenis kelamin : Perempuan

Agama : Kristen Protestan

Riwayat pendidikan :

1. SDM Langgaliru tahun 2016
2. SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay tahun 2019
3. SMAK Waingapu tahun 2022
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu 2025

MOTTO :

“Pendidikan memiliki akar yang pahit, tetapi buahnya manis”

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat tuhan yang maha esa karena atas berkat dan rahmat-nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini sesuai harapan dengan judul “Penerapan Edukasi Pemberian Jus Mentimun Sebagai Terapi Nonfarmakologis Pada Pasien Hipertensi Dengan Defisit Pengetahuan Diwilayah Kerja Puskesmas Kanatang”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada ibu Yublina Rohi SST.Keb., M. Kes sebagai dosen pembimbing sekaligus penguji II yang telah mendampingi dan memberikan arahan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan. Penulis mengucapkan terima kasih yang sama pula kepada Bapak Uumbu Putal Abselian S.Kep. Ns., M.Tr.,Kep sebagai Penguji I yang telah memberikan masukan dan bimbingan kepada penulis demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini juga banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu ijin penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Irfan H, SKM., M.Kes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu.
2. Ibu Maria Kareri Hara, S. Kep, Ns., M. Kes sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Prodi Keperawatan Waingapu.

3. Bapak dan ibu Dosen yang telah membekali penulisan dengan pengetahuan selama mengikuti perkuliahan
4. Bapak Frengky Miliara, A.md.Kep sebagai Kepala Puskesmas Kanatang yang telah memberikan tempat bagi penelii untuk melakukan penelitian
5. Orang tua dan keluarga tercinta yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan baik secara spiritual, material dan moral kepada penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Semua teman-teman Tingkat 3A Angkatan 2022 yang telah memberikan dukungan baik secara spiritual, material dan moral kepada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu memberikan bantuan moral maupun material kepada Penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menambah referensi di perpustakaan prodi keperawatan waingapu.

Waingapu, Juni 2025

Penulis

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu
Karya Tulis Ilmiah, Waingapu Juni 2025

Yumiati Ndau Nedur

“PENERAPAN EDUKASI PEMBERIAN JUS MENTIMUN SEBAGAI TERAPI NONFARMAKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN DEFISIT PENGETAHUAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANATANG”.

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan global yang dapat menimbulkan komplikasi serius jika tidak ditangani dengan baik. Banyak penderita hipertensi di Indonesia belum menyadari kondisi mereka dan kurang mendapatkan edukasi tentang pengelolaan tekanan darah. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang potensial adalah pemberian jus mentimun yang kaya kalium dan memiliki efek menurunkan tekanan darah.. **Tujuan:** Mengetahui penerapan edukasi pemberian jus mentimun sebagai terapi nonfarmakologis dalam meningkatkan pengetahuan pasien dan membantu mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kanatang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan tahapan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Subjek penelitian terdiri dari dua pasien hipertensi dengan defisit pengetahuan. Intervensi dilakukan berupa edukasi dan pemberian jus mentimun sebanyak 250 ml dua kali sehari selama tujuh hari. **Hasil:** pengkajian ditemukan keluhan utama menderita tekanan darah tinggi nyeri dibagian tengkuk pemeriksaan fisik tekanan darah 160/90 mmHg diagnosa yang ditemukan defisit pengetahuan, intervensi yang ditetapkan adalah jus mentimun. Setelah diberikan jus mentimun selama 3 hari dan dikonsumsi dua kali sehari, tekanan darah menurun dan nyeri menurun. **Kesimpulan:** Penerapan edukasi dan pemberian jus mentimun terbukti efektif sebagai terapi nonfarmakologis dalam meningkatkan pengetahuan dan menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi ini dapat dijadikan alternatif tambahan dalam pengelolaan hipertensi di tingkat komunitas.

Kata Kunci: Hipertensi, Edukasi Kesehatan, Jus Mentimun, Terapi Nonfarmakologis, Defisit Pengetahuan.

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu
Karya Tulis Ilmiah, Waingapu Juni 2025

Yumiati Ndau Nedur

“Implementation On Giving Cucumber Juice As A Non-Pharmacological Therapy In Hypertension Patients With Knowledge Deficit In The Work Area Of Kanatang Community Health Center”.

Background: Hypertension is a global health problem that can cause serious complications if not treated properly. Many hypertensive patients in Indonesia are not aware of their condition and lack education about blood pressure management. One potential non-pharmacological approach is the provision of cucumber juice which is rich in potassium and has the effect of lowering blood pressure. **Objective:** To determine the application of cucumber juice education as a non-pharmacological therapy in increasing patient knowledge and helping to control blood pressure in hypertensive patients in the Kanatang Health Center work area. **Method:** This study used a case study approach with stages of the nursing process including assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The subjects of the study consisted of two hypertensive patients with knowledge deficits. The intervention was carried out in the form of education and the provision of 250 ml of cucumber juice twice a day for seven days. **Results:** The assessment found the main complaint of suffering from high blood pressure, pain in the nape of the neck, physical examination of blood pressure 160/90 mmHg, the diagnosis found was a knowledge deficit, intervention of cucumber juice, evaluation of decreased blood pressure and decreased pain. **Conclusion:** The implementation of cucumber juice education has proven effective as a non-pharmacological therapy in increasing knowledge and lowering blood pressure in hypertensive patients. This therapy can be used as an additional alternative in managing hypertension at the community level.

Keywords: Hypertension, Health Education, Cucumber Juice, Non-pharmacological Therapy, Knowledge Deficit.

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
BIODATA PENULIS	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR ISTILAH	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar belakang	1
1.2. Rumusan masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penelitian.....	4
1.5. Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1. Konsep Dasar Hipertensi.....	8
2.1.1 Defenisi.....	8
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi	8
2.1.3 Etiologi	9

2.1.4	Patofisiologi.....	11
2.1.5	Pathway	13
2.1.6	Pemeriksaan Penunjang.....	15
2.1.7	Penatalaksanaan.....	15
2.1.8	Komplikasi	17
2.2.	Konsep Keluarga	19
2.1.1	Defenisi Keluarga	19
2.1.2	Tipe Keluarga	20
2.1.3	Fungsi keluarga.....	20
2.1.4	Tugas keluarga dalam bidang kesehatan.....	21
2.1.5	Peran Perawat Keluarga.....	21
2.3.	Terapi Nonfarmakologis Jus Mentimun	22
2.3.1.	Pengertian Mentimun	22
2.3.2.	Kandungan Mentimun	22
2.3.3.	Manfaat Mentimun	23
2.3.4.	Bahan Pembuatan Jus Mentimun	24
2.3.5.	Cara Pembuatan Jus Mentimun :	25
2.3.6.	Proses Mentimun Dapat Menurunkan Tekanan Darah	25
2.3.7.	Cara mengevaluasi penggunaan jus mentimun.....	26
2.3.8.	Edukasi Kesehatan.....	26
2.4.	Konsep asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi.....	26
2.4.1	Pengkajian	27
2.4.2	Diagnosa keperawatan keluarga	30
2.4.3	Intervensi	33
2.4.4	Implementasi keperawatan	35
2.4.5	Evaluasi keperawatan	36
BAB III METODE PENELITIAN.....		37
3.1.	Pendekatan Atau Desain Penelitian	37

3.2.	Subjek Studi Kasus.....	37
3.3.	Fokus Penelitian	37
3.4.	Definisi Operasional.....	38
3.5.	Instrument Laporan Kasus.....	39
3.6.	Metode Pengumpulan Data	39
3.7.	Teknik Pengumpulan Data.....	39
3.8.	Jalannya penelitian	41
3.9.	Lokasi dan Waktu	43
3.10.	Analisa Data	43
3.11.	Etika studi kasus	44
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		45
4.1.	Gambaran Lokasi Penelitian.....	45
4.2.	Data Asuhan Keperawatan.....	45
4.2.1	Pengkajian Keperawatan	45
4.2.2	RIWAYAT DAN TAHAP PERKEMBANGAN KELUARGA	47
4.2.3	RIWAYAT KESEHATAN KELUARGA INTI	48
4.2.4	PENGKAJIAN LINGKUNGAN	48
4.2.5	STKTRUR KELUARGA	51
4.2.6	FUNGSI KELUARGA.....	51
4.2.7	STRESS DAN KOPING KELUARGA	53
4.2.8	PEMERIKSAAN FISIK ANGGOTA KELUARGA YANG SAKIT	54
4.2.9	DIAGNOSA ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA	56
4.2.10	Intervensi Keperawatan	61
4.2.11	Implementasi Keperawatan	64
4.3.	PEMBAHASAN.....	70
4.3.1.	Pengkajian	70
4.3.2.	Diagnosa Keperawatan.....	72
4.3.3.	Intervensi Keperawatan	73

4.3.4. Implementasi Keperawatan	75
4.3.5. Evaluasi Keperawatan	77
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	80
5.1 KESIMPULAN.....	80
5.2 SARAN.....	81
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN.....	85

DAFTAR ISTILAH

WHO	: World Health Organization
ACE	: Angiotensin Converting Enzyme
CCB	: Calcium Channel Blocker
NTT	: Nusa Tenggara Timur
ADH	: Antidiuretic Hormone
RIKEDAS	: Riset Kesehatan Dasar

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway Hipertensi	13
Gambar 4. 1 Genogram Ny.D	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	6
Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	9
Tabel 2. 2 intervensi keperawatan	34
Tabel 4. 1 Identitas Umum	45
Tabel 4. 2 . Komposisi Keluarga	46
Tabel 4. 3 1.Riwayat kesehatan masing-masing anggota keluarga	48
Tabel 4. 4 Keperawatan Klien Dengan Kasus Hipertensi	61
Tabel 4. 5 Implementasi Dan Evaluasi 1	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden.....	85
Lampiran 2 Persetujuan Menjadi Responden	86
Lampiran 3 Keaslian Penelitian	87
Lampiran 4 Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi.....	88
Lampiran 5 Undangan Ujian Proposal.....	89
Lampiran 6 Undangan Ujian Kti.....	90
Lampiran 7 Berita Acara Ujian Proposal	91
Lampiran 8 Daftar Hadir Ujian Proposal.....	92
Lampiran 9 Berita Acara Sidang Karya Tulis Ilmiah.....	93
Lampiran 10 Daftar Hadir Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah.....	94
Lampiran 11 Lembar Konsultasi Proposal.....	95
Lampiran 12 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah	97
Lampiran 13 Sop Instruksi Kerja Jus Mentimun	99
Lampiran 14 Format Asuhan Keperawatan.....	101
Lampiran 15 Dokuementasi	109