

PENGARUH PEMBERIAN JUS MENTIMUN UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA HIPERTENSI

Madyo Maryoto
Universitas Harapan Bangsa

Email :

***Corresponding Author: Dwi Muliana**

Email : mulianadwi538@gmail.com

Universitas Harapan Bangsa

ABSTRAK

Hipertensi “the silent killer” merupakan penyakit yang di tandai dengan tekanan darah yang melebihi batas normal, tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2021 mencatat Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi dengan nonfarmakologis salah satunya yaitu mentimun. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang terdiri dari lima tahap yaitu pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi. Pengumpulan data didapatkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Subjek yang digunakan yaitu pasien Ny. K dengan diagnosa medis hipertensi di Desa Ciberung Kecamatan Ajibarang. Hasil penelitian di dapatkan bahwa pemberian jus emntimun selama 3x24 jam dengan pemberian 2x sehari tekanan darah pasien mengalami penurunan, dari 168/90 mmHg menjadi 130/90 mmHg. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan keluarga terkait penanganan hipertensi terapi nonfarmakologi dengan memanfaatkan mentimun.

Kata kunci: tekanan darah, hipertensi, mentimun.

ABSTRACT

Hypertension is "the silent killer" of a disease characterized by blood pressure that exceeds normal limits, systolic pressure above 140 mmHg and diastolic pressure above 90 mmHg. Data from the Ministry of Health of the Republic of Indonesia in 2021 recorded an estimated number of hypertension cases in Indonesia of 63,309,620 people, while the death rate in Indonesia due to hypertension was 427,218 deaths. One of the management that can be done in hypertensive patients with nonpharmacological is cucumber. This study uses a case study method with a nursing process approach consisting of five stages, namely assessment, diagnosis, intervention, implementation, and nursing evaluation. The purpose of this study is to find out whether there is an effect of giving cucumber juice on hypertensive patients. Data collection was obtained through interviews, observations, physical examinations, and documentation. The subject used was patient Mrs. K with a medical diagnosis of hypertension in Ciberung Village, Ajibarang District. The results of the study found that the administration of cucumber juice for 3x24 hours with the administration of 2x a day the patient's blood pressure decreased, from 168/90 mmHg to 130/90 mmHg. So it can be concluded that there is an effect of giving cucumber juice on lowering blood pressure. It is hoped that the results of this study can increase family knowledge related to the treatment of hypertension with nonpharmacological therapy by utilizing cucumbers.

Keywords: blood pressure, hypertension, cucumber.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit yang di tandai dengan tekanan darah yang melebihi batas normal, tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg.

Hipertensi dapat menyebabkan sebagian keadaan komplikasi beberapa penyakit seperti penyakit jantung, stroke, gangguan syaraf, dan gagal ginjal. World Health Organization (WHO) menyebutkan hipertensi menjadi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia dengan lebih dari 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita serta lebih dari satu miliar orang mengalami kondisi tersebut (N. tri Putri et al., 2022). Hipertensi sering disebut “the silent killer” karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak tahu kalau dirinya mengidap hipertensi, tetapi kemudian mendapatkan dirinya sudah terdapat penyakit penyulit atau komplikasi dari hipertensi.

(WHO) mengestimasi tahun 2020 prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27%. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2021 mencatat Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat (2). Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo Utara tahun 2018, jumlah total pasien hipertensi di Puskesmas di Kabupaten Gorontalo Utara tahun 2018 sebanyak 74.791 orang sedangkan pasien yang menderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan sebanyak 4.136 orang (Windari, Umamity dan Minaely, 2020). Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57 persen. Prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17persen) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (34,83 persen). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11 persen) dibandingkan dengan perdesaan (37,01 persen). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur (Jateng Dinkes, 2021). Jumlah Estimasi Penderita Hipertensi berusia >15 tahun sebanyak 172.022 (seratus tujuh puluh dua ratus dua puluh dua) jiwa (Banyumas Dinkes, 2023)

Ada beberapa pendekatan dalam penanganan hipertensi diantaranya dengan memperbaiki pola atau gaya hidup dengan perilaku PATUH (Periksa Kesehatan secara rutin, Atasi penyakit dengan pengobatan teratur, Tetap diet dengan gizi seimbang, Upayakan aktivitas fisik, Hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik) dan mengelola (memanage) stress yang dihadapi. Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi yaitu dengan dua cara yakni secara farmakologi dan non farmakologis. Secara non farmakologis dapat dijadikan sebagai pendamping dari penatalaksanaan secara farmakologi atau bisa dilakukan secara bersamaan untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal. Penatalaksanaan secara farmakologi yaitu dengan pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik dan vasodilator. Sedangkan secara non farmakologi yaitu dengan cara melakukan penurunan berat badan, melakukan olahraga secara teratur, diet rendah garam, diet rendah lemak, dan melakukan terapi komplementer (Kusuma et al., 2021). Beberapa penelitian tentang mentimun, menunjukkan bahwa Mentimun mempunyai sifat hipotensif (menurunkan tekanan darah), karena kandungan air dan kalium dalam mentimun akan menarik natrium kedalam intraseluler dan bekerja dengan membuka pembuluh darah (vasodilatasi) yang dapat menurunkan tekanan darah. Kandungan kalium di dalam buah mentimun setiap 100 gram mengandung kalium sebesar 147 mg. Kalium merupakan elektrolit intraseluler yang utama, dalam kenyataannya 98% kalium tubuh dalam sel, 2% ini untuk fungsi neuromuskuler. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skeletal maupun otot jantung (H. Putri et al., 2023). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (H. Putri et al., 2023) dengan judul efektivitas jus mentimun terhadap tekanan darah

pasien hipertensi menunjukkan data bahwa tekanan darah sistolik yang semula 145 mmHg, tekanan darah diastolik yang semula 81,82 mmHg setelah diberikan intervensi berupa jus mentimun menjadi, tekanan darah sistolik 121 mmHg dan tekanan darah diastolik 71 mmHg. Dari uraian diatas tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jus mentimun untuk menurunkan nyeri pada hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang terdiri dari lima tahap yaitu pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Penelitian kualitatif dengan metode case study. Partisipan yang digunakan dalam studi kasus ini adalah pasien Ny. K dengan diagnosa medis hipertensi di Desa Ciberung Kecamatan Ajibarang Waktu pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 30 Oktober sampai 2 November 2023. Teknik pengumpulan data dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini adalah observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Etika penelitian dalam melakukan studi kasus yaitu dengan menekankan etika yang meliputi autonomy (menghormati keputusan), confidentiality (kerahasiaan), justice (keadilan), non maleficence (tidak merugikan) dan benefits (memberi manfaat) (Maturroh & Anggita, 2018) dalam (Windari, Umamity dan Minaely, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengkajian pada Pasien

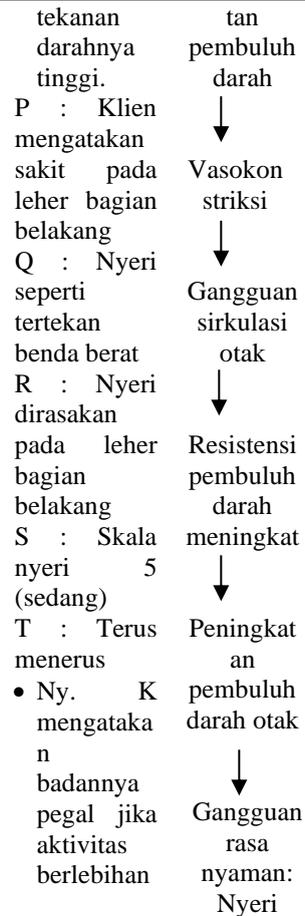
Pengkajian dilakukan pada pasien Ny. K tanggal 30 Oktober 2023 pukul 09.00 WIB. Klien berjenis kelamin perempuan berumur 88 tahun. Saat dilakukan pengkajian ditemukan data Ny. K mengatakan mengatakan kepala terasa pusing, tengkuk terasa berat, tekanan darahnya tinggi. Ny. K mengatakan sakit pada leher bagian belakang, nyeri seperti tertekan benda berat, nyeri dirasakan pada leher bagian belakang dengan skala nyeri 5, nyeri dirasakan terus menerus. Ny. K mengatakan badannya pegal jika aktivitas berlebihan. Ny. K tampak memegang tengkuk, tampak lemas dan tampak. Keadaan umum pasien baik/composmentis. Pemeriksaan TTV: Tekanan darah 168/100 mmHg, Nadi 95x/menit, RR 20x/menit, Suhu 36,7 oC.

Diagnosa pada Pasien

Diagnosa keperawatan pada studi kasus ini didapatkan berdasarkan pengkajian yang telah dilakukan, lalu dianalisis sesuai data pengkajian, setelah itu dirumuskan menjadi sebuah diagnosa keperawatan. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan sesuai dengan beberapa tanda dan gejala mayor-minor yang muncul pada pasien, dan ditemukan masalah yaitu nyeri akut dengan etiologi atau penyebab agen pencedera fisiologis (PPNI, 2017).

Table 1.
Analisa Data

Hari/Tgl/ Jam	Data	Etiologi	Problem
Senin, 31 Oktober 2023 Jam 09.00 WIB	DS: • Ny. K mengatakan kepala terasa pusing, tengkuk terasa berat,	Hipertensi ↓ Kerusakan vaskuler pembuluh darah ↓ Penyumbatan	Nyeri akut



DO:

- TD: 168/100 mmHg
- N: 95x/menit
- RR: 20x/menit
- Ny. K terlihat lemas
- Ny.K tampak memegangi tengkuk
- Ny.K tampak gelisah

Intervensi dan Implementasi pada Pasien

Berdasarkan studi kasus ini, diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut berhubungan agen pencedera fisiologis. Intervensi yang di berikan adalah manajemen nyeri (PPNI, 2018) dengan terapi yang diberikan pada pasien yaitu terapi nonfarmakologi dengan intervensi pemberian jus mentimun. Implementasi keperawatan pada studi kasus ini dilakukan selama 3x24 dengan pemberian 2 kali sehari. Mentimun memiliki sifat

hipotensif (menurunkan tekanan darah), karena kandungan air dan kalium dalam mentimun akan menarik natrium kedalam intraseluler dan bekerja dengan membuka pembuluh darah (vasodilatasi) yang dapat menurunkan tekanan darah.

Evaluasi Keperawatan pada Pasien

Hasil evaluasi dalam mengatasi masalah nyeri akut berhubungan agen pencedera fisiologis memperlihatkan bahwa setelah diberikan jus mentimun selama 3x24 jam dengan pemberian 2x sehari tekanan darah mengalami penurunan, dari 168/100 mmHg menjadi 148/88 mmHg. Mentimun mengandung air dan kalium yang akan menarik natrium kedalam intraseluler dan bekerja dengan membuka pembuluh darah (vasodilatasi) yang dapat menurunkan tekanan darah.

Pembahasan Pengkajian pada Pasien

Hasil pengkajian di dapatkan bahwa Ny. K nyeri di leher bagian belakang . Saat dilakukan pengkajian di dapatkan data yaitu Ny. K tidak mual, tidak muntah, nyeri di leher belakang seperti tertekan benda berat dengan skala nyeri 5 dan dirasakan terus menerus. Kesadaran umum Ny. K baik/composmentis. Pemeriksaan tanda-tanda vital: Tekanan Darah 168/100 mmHg, Nadi: 95x/menit, RR = 20x/menit. Riwayat penyakit dahulu yaitu Ny. K asam lambung, tidak ada riwayat jatuh. Riwayat kesehatan keluarga yaitu orangtua Ny. K memiliki riwayat tekanan darah tinggi. Hipertensi di ditandai dengan meningkatnya tekanan darah di dalam arteri dimana tekanan darah sistol diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg (Moonti et al., 2023).

Diagnosa pada Pasien

Diagnosa keperawatan merupakan penilaian klinis mengenai respon klien terhadap masalah kesehatan yang dialaminya baik berlangsung aktual maupun potensial (PPNI, 2017) . Hal ini yang menjadi dasar penulis dalam pemilihan diagnosa keperawatan yang sesuai antara respon pasien dengan standar teori yang ada. Masalah keperawatan prioritas pada Ny. K adalah nyeri akut dimana dalam buku standar diagnosis keperawatan Indonesia (SDKI) nyeri akut adalah pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan actual atau fungsional dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan.

Intervensi dan Implementasi pada Pasien

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada Ny. K untuk mengatasi permasalahan nyeri akut disesuaikan dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) yaitu manajemen nyeri (I.08238) yang dilakukan selama 3x24 jam. Tindakan yang dilakukan antara lain pada observasi dilakukan identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri. Tindakan terapeutik yang dilakukan yaitu berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, fasilitasi istirahat dan tidur. Tindakan edukasi yang dilakukan yaitu ajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri. Manajemen nyeri adalah mengidentifikasi dan mengelola pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan jaringan atau fungsional dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat dan konsisten (PPNI, 2018). Terdapat beberapa cara untuk menurunkan atau mengatasi nyeri pada hipertensi yaitu dengan cara farmakologi (analgetik) serta non farmakologi.

Pada kasus Ny. K dilakukan salah satu penatalaksanaan terapi nonfarmakologis untuk mengatasi rasa nyeri pada hipertensi yaitu pemberian jus mentimun. Kandungan pada mentimun di antaranya kalium (potassium), magnesium, dan fosfor efektif mengobati hipertensi. Selain itu, mentimun juga bersifat diuretic karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Kalium merupakan elektrolit intraselular yang utama, dalam kenyataan 98 % kalium tubuh berada dalam sel, 2%

sisanya berada di luar sel. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skelet maupun otot jantung (Suhartini & Nuraeni, 2022). Pemberian jus mentimun dilakukan sebanyak 2 kali sehari. Implementasi keperawatan yang dilakukan pada Ny. K dengan diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis yaitu dilakukan selama 3 hari yaitu tanggal 31 Oktober 2023 sampai dengan 2 November 2023. Implementasi dilakukan sesuai dengan intervensi keperawatan yang telah dibuat, pelaksanaannya dilakukan dengan anggota tim medis lainnya, klien dan keluarga klien. Implementasi keperawatan yang dilakukan adalah mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, memberikan teknik nonfarmakologis (jus mentimun) (PPNI, 2018).

Berdasarkan penelitian Sari (2022) menjelaskan teknis pemberian jus mentimun yang pertama dilakukan adalah mempersiapkan alat dan bahan untuk membuat jus mentimun yaitu sebanyak 100g kemudian di cuci dan masukan di blender masukan air matang 100ml. Jus di tuang di dalam gelas. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2023) dengan judul efektivitas jus mentimun terhadap tekanan darah pasien hipertensi menunjukkan data bahwa tekanan darah sistolik yang semula 145 mmHg, tekanan darah diastolik yang semula 81,82 mmHg setelah diberikan intervensi berupa jus mentimun menjadi, tekanan darah sistolik 121 mmHg dan tekanan darah diastolic 71 mmHg. Penulis menggunakan jus mentimun sebagai intervensi utama untuk menurunkan hipertensi yang dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari perawatan di Rumah.

Implementasi utama yang diberikan adalah pemberian jus mentimun dengan cara memblender mentimun sebanyak 100g dengan air 100ml. Setelah halus tuang ke dalam gelas dan berikan ke pasien sebanyak 2 kali sehari. Pada tahap pra interaksi langkah yang dilakukan yaitu mencuci tangan, menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan. Tahap orientasi yaitu, memberi salam dan perkenalan diri, menanyakan keluhan utama pasien, menjelaskan tujuan, prosedur, dan kontrak waktu tindakan, berikan kesempatan pada pasien maupun keluarga untuk bertanya sebelum dilakukan tindakan. Tahap kerja, cuci tangan, identifikasi frekuensi defekasi pasien, berikan jus mentimun biji yang telah di masukkan kedalam botol atau gelas menggunakan sendok makan, jika memungkinkan bisa langsung diminum dari gelas/botol, anjurkan kepada pasien atau keluarga untuk memberikan jus mentimun 2 kali sehari. Selanjutnya pada tahap terminasi, melakukan evaluasi tindakan, berpamitan dengan pasien/keluarga, kontrak waktu pertemuan selanjutnya, membereskan alat, mencuci tangan, dan mencatat kegiatan dalam lembar catatan keperawatan (Loleo, 2021).

Evaluasi Keperawatan pada Pasien

Evaluasi keperawatan merupakan tahapan dalam proses keperawatan pada tahap evaluasi ini dilakukan kembali pengkajian ulang mengenai respon pasien terhadap tindakan yang sudah diberikan oleh perawat. Evaluasi keperawatan adalah kegiatan yang terus menerus dilakukan untuk menentukan apakah rencana keperawatan efektif dan bagaimana rencana keperawatan dilanjutkan, merevisi rencana atau menghentikan rencana keperawatan (Tampubolon, n.d.). Berdasarkan hasil asuhan keperawatan selama 3 x 24 jam didapatkan hasil evaluasi yaitu:

a. Tanggal 31 Oktober 2023

Evaluasi pada hari pertama dengan masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis didapatkan hasil bahwa Ny. K mengatakan masih nyeri di leher bagian belakang seperti tertekan benda berat dengan skala nyeri 5 dan dirasakan terus menerus. Pemeriksaan tanda-tanda vital: Tekanan Darah 168/90 mmHg, Nadi: 100x/menit, RR = 18x/menit Masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera

fisiologis belum teratasi dan dilanjutkan intervensi lanjutan.

b. Tanggal 1 November 2023

Evaluasi pada hari kedua dengan masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis menunjukkan hasil bahwa Ny. K mengatakan nyeri di leher bagian belakang telah berkurang, nyeri seperti tertekan benda berat dengan skala nyeri 4 dan dirasakan terus menerus. Pemeriksaan tanda-tanda vital: Tekanan Darah 145/100 mmHg, Nadi: 100x/menit, RR = 20x/menit Masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis belum teratasi dan dilanjutkan intervensi lanjutan.

c. Tanggal 2 November 2023

Evaluasi pada hari ketiga dengan masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis didapatkan hasil bahwa Ny. K mengatakan nyeri di leher bagian belakang telah berkurang dengan skala nyeri 3. Pemeriksaan tanda-tanda vital: Tekanan Darah 130/90 mmHg, Nadi: 100x/menit, RR = 20x/menit Masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis teratasi dan hentikan intervensi.

Hal ini membuktikan bahwa pemberian jus mentimun efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dimana setelah diberikan jus mentimun 2 kali sehari selama 3 hari. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (H. Putri et al., 2023) dengan judul efektivitas jus mentimun terhadap tekanan darah pasien hipertensi menunjukkan data bahwa tekanan darah sistolik yang semula 145 mmHg, tekanan darah diastolik yang semula 81,82 mmHg setelah diberikan intervensi berupa jus mentimun menjadi, tekanan darah sistolik 121 mmHg dan tekanan darah diastolik 71 mmHg.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari studi kasus menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun selama 3x24 jam dengan pemberian 2x sehari tekanan darah pasien mengalami penurunan, dari 168/100 mmHg menjadi 130/90 mmHg, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Banyumas Dinkes. (2023). Banyumas Tahun 2023. Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2023, 254.
- Jateng Dinkes. (2021). Jawa Tengah Tahun 2021. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2021, i-123.
- Kusuma, W., Trianda, Y., & Sukron. (2021). Terapi Komplementer Yang Berpengaruh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Indonesia: Literature Riview. Terapi Komplementer Yang Berpengaruh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Indonesia: Literature Riview, 1.
- Loleo, I. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Buah terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi (Vol. 3, Issue 2, p. 6).
- Maturoh, I., & Anggita, T. T. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Moonti, M. A., Sutandi, A., & Fitriani, N. D. (2023). Hubungan Life Style Dengan Kejadian Hipertensi Pada Dewasa Di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2023. National Nursing Conference, 1(2), 55-68. <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.860>
- PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (1st ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Indonesia.
- PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indoneisa (1st ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Indonesia.
- Putri, H., Suryarini, Y., & Roza, D. (2023). Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah

- Pasien Hipertensi. *JHCN Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, 3, 63–70.
<https://doi.org/10.36082/jhcn.v3i2.1334>
- Putri, N. tri, R, R., Febrianti, N., & S, S. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil. *An Idea Nursing Journal*, 1(01), 43–50.
<https://doi.org/10.53690/inj.v1i01.114>
- Sari, A. F., Akhir, L. T., Kesehatan, P., Karang, T., Kebidanan, J., Diii, P., & Tanjung, K. (2022). DENGAN HIPERTENSI DALAM KEHAMILAN DI PMB.
- Suhartini, T., & Nuraeni, N. (2022). Application Of Cucumber Juice Towards Reducing Blood Pressure In Hypertension Patients In The Area Of Sukamenak Servant Health Center. *Healthcare Nursing Journalare*, 32–37.
- Tampubolon, K. N. (n.d.). TAHAP-TAHAP PROSES KEPERAWATAN DALAM PENGOPTIMALAN ASUHAN KEPERAWATAN.
- Windari, Umamity dan Minaely, 2020. (2020). *Global Health Science*. *Global Health Science*, 3(4), 394–399.