

ABSTRAK

Nadhira Rahma Widhianti (2026). *Implementasi Pemberian Jus Semangka untuk Menurunkan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gribig Kota Malang*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Malang, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing: Dr. Tri Anjaswarni, S.Kp., M.Kep

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang banyak terjadi di masyarakat, terutama pada lansia, yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi seperti stroke hingga kematian apabila tidak dikendalikan dengan baik. Salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya komplikasi tersebut adalah penanganan hipertensi yang tidak dilakukan secara konsisten. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengontrol tekanan darah adalah pemberian jus semangka karena mengandung kalium, likopen, dan L-sitrulina yang bermanfaat dalam menjaga kesehatan pembuluh darah. Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan implementasi pemberian jus semangka dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gribig Kota Malang. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, serta pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian jus semangka. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pemberian jus semangka dapat membantu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi, dengan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 7 mmHg dan diastolik sebesar 6 –7,6 mmHg. Selain itu, subjek juga merasakan berkurangnya keluhan seperti pusing dan rasa berat pada tengkuk setelah intervensi diberikan. Oleh karena itu, pemberian jus semangka dapat direkomendasikan sebagai salah satu terapi nonfarmakologis berbasis kearifan lokal yang mudah diperoleh, aman, dan dapat dimanfaatkan masyarakat untuk membantu mengontrol tekanan darah secara mandiri serta sebagai alternatif intervensi nonfarmakologis untuk implementasi lanjutan pada lansia dengan hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Jus Semangka, Tekanan Darah.

ABSTRACT

Nadhira Rahma Widhianti (2026). *Implementation of Watermelon Juice Administration to Reduce Blood Pressure in Elderly Patients with Hypertension in the Working Area of Gribig Public Health Center, Malang City. Scientific Paper of Case Study, Diploma III Nursing Program Malang, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Malang. Supervisor: Dr. Tri Anjaswarni, S.Kp., M.Kep.*

Hypertension is one of the most common diseases in the community, particularly among older adults, and can lead to various complications such as stroke and even death if not properly controlled. One of the factors contributing to these complications is the inconsistent management of hypertension. One non-pharmacological therapy that can be used to help control blood pressure is the administration of watermelon juice, as it contains potassium, lycopene, and L-citrulline, which are beneficial for maintaining vascular health. This case study aimed to describe the implementation of watermelon juice administration in reducing blood pressure among older adults with hypertension in the working area of Gribig Community Health Center, Malang City. The study employed a case study design using a nursing care approach. Data were collected through observation, interviews, and blood pressure measurements before and after the administration of watermelon juice. The results of the case study showed that the administration of watermelon juice helped reduce blood pressure in older adults with hypertension, with an average decrease of 7 mmHg in systolic blood pressure and 6–7.6 mmHg in diastolic blood pressure. In addition, the subjects reported a reduction in complaints such as dizziness and a feeling of heaviness in the neck after the intervention was provided. Therefore, the administration of watermelon juice can be recommended as a non-pharmacological therapy based on local wisdom that is easily accessible, safe, and can be utilized by the community to help control blood pressure independently, as well as an alternative non-pharmacological intervention for further implementation in older adults with hypertension.

Keywords: Hypertension, Elderly, Watermelon Juice, Blood Pressure.