

**IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KESEHATAN TERAPI JUS MENTIMUN
PADA ANGGOTA KELUARGA TN X DENGAN DIAGNOSA
MANAJEMEN KESEHATAN KELUARGA TIDAK EFEKTIF TENTANG
PENGENDALIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS CIKONENG**

PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH



SILVY HERLIANI

NIM : P2.06.20.12.3042

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

TASIKMALAYA

2026

**IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KESEHATAN TERAPI JUS MENTIMUN
PADA ANGGOTA KELUARGA TN X DENGAN DIAGNOSA
MANAJEMEN KESEHATAN KELUARGA TIDAK EFEKTIF TENTANG
PENGENDALIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS CIKONENG**

PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat

untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan

Pada Program Studi Keperawatan

Tasikmalaya



SILVY HERLIANI

NIM : P2.06.20.12.3042

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

TASIKMALAYA

2026

ABSTRAK

Implementasi Pendidikan Kesehatan Terapi Jus Mentimun pada Anggota Keluarga Tn. X dengan Diagnosis Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif tentang Pengendalian Hipertensi di Puskesmas Cikoneng

Silvy Herliani

Kusmiyati, S.Kp., M.Kes

Heri Djamiatul Maulana, M. Kes

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di masyarakat karena dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan gangguan ginjal. Pengendalian hipertensi tidak hanya dilakukan melalui terapi farmakologis, tetapi juga dapat didukung dengan terapi nonfarmakologis, salah satunya melalui pemberian jus mentimun. Mentimun mengandung kalium, magnesium, dan kadar air yang tinggi yang berperan dalam membantu menurunkan tekanan darah. Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan implementasi pendidikan kesehatan terapi jus mentimun pada keluarga dengan anggota yang menderita hipertensi. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan keluarga. Intervensi yang diberikan berupa pendidikan kesehatan mengenai hipertensi serta demonstrasi pemberian jus mentimun sebanyak 500 ml per hari selama 5 hari berturut-turut. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran tekanan darah dan penilaian kemampuan keluarga dalam pengelolaan hipertensi. Hasil implementasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kemampuan keluarga dalam mengenali masalah kesehatan, mengambil keputusan, serta melakukan perawatan anggota keluarga yang mengalami hipertensi. Selain itu, terjadi penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi setelah pemberian terapi jus mentimun selama lima hari. Keluarga juga menunjukkan respons positif terhadap tindakan yang diberikan. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang disertai terapi jus mentimun dapat membantu menurunkan tekanan darah serta meningkatkan kemampuan keluarga dalam melakukan pengendalian hipertensi secara mandiri.

Kata kunci: hipertensi, jus mentimun, pendidikan kesehatan, tekanan darah, keperawatan keluarga.

Kementetrian Kesehatan Republik Indonesia
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

ABSTRACT

Implementation of Health Education on Cucumber Juice Therapy for a Family Member of Mr. X with Ineffective Family Health Management Diagnosis in Hypertension Control at Cikoneng Community Health Center

Silvy Herliani

Kusmiyati, S. Kp., M.Kes

Heri Djamiatul Maulana, M. Kes

Hypertension is one of the major non-communicable diseases and remains a significant public health concern due to its association with cardiovascular disease, stroke, and kidney disorders. Hypertension management can be achieved not only through pharmacological treatment but also through non-pharmacological interventions, including cucumber juice therapy. Cucumber contains potassium, magnesium, and high water content, which may contribute to blood pressure reduction. This scientific paper aimed to describe the implementation of health education and cucumber juice therapy for a family member diagnosed with hypertension. This study employed a case study approach using the family nursing process. The intervention consisted of health education regarding hypertension and a demonstration of cucumber juice therapy, administered at a dose of 500 ml per day for five consecutive days. Evaluation was conducted through blood pressure monitoring and assessment of the family's ability to manage hypertension. The results showed an improvement in the family's knowledge and ability to identify health problems, make appropriate decisions, and provide care for family members with hypertension. Furthermore, a reduction in blood pressure was observed after five days of cucumber juice therapy. The family also demonstrated a positive response to the intervention. In conclusion, health education combined with cucumber juice therapy may help reduce blood pressure and improve the family's ability to independently manage hypertension

Keywords: *hypertension, cucumber juice, health education, blood pressure, family nursing.*

*Ministry of Health of the Republic of Indonesia
Poltekkes Kemenkes Tasimalaya*

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul “Implementasi Pendidikan Kesehatan Terapi Jus Mentimun Pada Anggota Keluarga Tn X Dengan Diagnosa Kesiapan Peningkatan Pengetahuan Di Puskesmas Cikoneng”. Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini disusun dalam rangka menyelesaikan tugas akhir untuk memperoleh gelar Ahli Madya di program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya. Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini dapat tersusun atas upaya maksimal yang dapat saya berikan sebagai penulis serta arahan pembimbing, dan keterlibatan berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam penulisan KTI ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners., M.Kep., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak H. Ridwan Kustiawan, M.Kep, Sp, Kep, Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.

4. Ibu Novi Indriani, S.ST., Ners., M.Tr.Kep selaku Pembimbing Akademik yang sudah memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Kusmiyati, S.Kp., M.Kes selaku Pembimbing 1 yang sudah membimbing penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak Heri Djamiatul Maulana, M.Kes selaku pembimbing 2 yang sudah membimbing penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Seluruh staff dan dosen di lingkungan Jurusan keperawatan Politeknik kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
8. Bidadari surgaku, Ibunda tercinta yang selalu menjadi penyemangat penulis dan menjadi sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi yang luar biasa. Karya Tulia Ilmiah ini penulis persembahkan untuk beliau. Terimakasih untuk doa-doa yang selalu diberikan untuk penulis, terimakasih selalu berjuang untuk penulis, berkat doa serta dukungannya sehingga penulis bisa berada dititik ini. Tolong hidup lebih lama didunia ini, izinkan penulis mengabdikan dan membalas segala pengorbanan yang ibu lakukan selama ini.
9. Untuk diri saya sendiri terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih kepada peneliti Karya Tulis Ilmiah ini yaitu diriku sendiri, Silvy Herliani. Anak perempuan terakhir dan harapan terakhir orang tuanya. Terimakasih telah hadir di dunia ini, telah berjalan sejauh ini, dan terus berjalan melewati segala tantangan semesta hadirkan. Terima kasih karena tetap berani

menjadi dirimu sendiri. Rayakan apapun dalam dirimu dan jadikan dimanapun dirimu sebagai sosok yang bermanfaat untuk dirimu sendiri maupun orang lain. Penelitian ini mungkin tidak sempurna, tetapi proses ini menjadi pengalaman yang penuh makna dan pembelajaran pribadi yang mendalam.

10. Kepada kedua orang tua, dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis, dua orang yang selalu mengusahakan menempuh pendidikan setinggi-tingginya meskipun mereka tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, namun mereka telah memberikan segalanya hingga penulis mampu menyelesaikan studinya. Penulis percaya doa-doa merekalah yang selalu menyelamatkan dan menuntut penulis melewati masa-masa sulit. Tak lupa kepada kakak tercinta yang selalu menjadi pelita semangat dalam setiap langkah, serta seluruh keluarga besar yang senantiasa memberikan doa dan dukungan.
11. Teman-teman seperjuangan yang selalu kebersamai dalam proses Karya Tulis Ilmiah ini, saling menguatkan dan berbagi tawa serta air mata. Terimakasih cerita, pelukan hangat dan semangat tak pernah padam.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Dasar Penyakit.....	8
1. Definisi Penyakit.....	8
2. Etiologi.....	9
3. Patofisiologi.....	10
4. Manifestasi Klinis.....	13
5. Komplikasi.....	13

6. Penatalaksanaan.....	16
7. Klasifikasi.....	18
B. Konsep Pendidikan Kesehatan.....	22
1. Definisi Pendidikan Kesehatan.....	22
2. Tujuan Pendidikan Kesehatan.....	23
3. Media yang digunakan.....	24
C. Konsep Mentimun.....	25
1. Definisi Mentimun.....	25
2. Kandungan Mentimun.....	25
3. Manfaat Mentimun.....	27
D. Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Hipertensi.....	29
1. Konsep keluarga.....	29
2. Konsep Proses Keperawatan Keluarga.....	42
3. Kerangka Teori.....	58
4. Kerangka Konsep.....	59
BAB III METODE KTI.....	60
A. Desain KTI.....	60
B. Subyek KTI.....	60
C. Definisi Operasional/Batasan Istilah.....	60
D. Lokasi dan Waktu.....	61
E. Prosedur Penyusunan KTI.....	61
F. Teknik Pengumpulan Data.....	62
G. Instrumen Pengumpulan Data.....	63
H. Keabsahan Data.....	64
I. Analisa data.....	64
J. Etika Penelitian.....	65
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	67
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	67
B. Hasil Studi Kasus.....	67
C. Pembahasan.....	84
D. Keterbatasan.....	92

E. Implikasi.....	93
BAB V PENUTUP.....	94
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA.....	97

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	18
Tabel 2.2 Skoring Masalah Keperawatan.....	54
Tabel 2.3 Intervensi Keperawatan.....	55

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	58
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Perencanaan.....</i>	101
---	-----

<i>Lampiran 2 Lembar Informed Consent.....</i>	103
<i>Lampiran 3 Lembar Observasi Tekanan Darah.....</i>	104
<i>Lampiran 4 Lembar Pedoman Wawancara.....</i>	105
<i>Lampiran 5 Lembar Standar Operasional Prosedur.....</i>	106
<i>Lampiran 6 Satuan Acara Penyuluhan.....</i>	109
<i>Lampiran 7 Leaflet.....</i>	117
<i>Lampiran 8 Dokumentasi.....</i>	118
<i>Lampiran 9 Lembar Bimbingan.....</i>	119
<i>Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup.....</i>	125
<i>Lampiran 11 Cek Turnitin.....</i>	126