

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN JUS MENTIMUN PADA KELUARGA DENGAN
HIPERTENSI TERHADAP KEPERAWATAN KELUARGA
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINDANGKASIH**



Zul Huda

P2.06.20.6.25.083

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

2026

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN JUS MENTIMUN PADA KELUARGA DENGAN
HIPERTENSI TERHADAP KEPERAWATAN KELUARGA
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINDANGKASIH**



Zul Huda

P2.06.20.6.25.083

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

PENERAPAN JUS MENTIMUN PADA KELUARGA DENGAN HIPERTENSI TERHADAP KEPERAWATAN KELUARGA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINDANGKASIH

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Oleh:

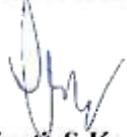
ZUL HUDA

NIM. P2.06.20.6.25.083

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada ujian sidang Karya Ilmiah Akhir

Pada Tanggal 24 Juni 2026

Ketua Sidang,



Kusmiyati, S.Kp., M.Kes.

NIP. 196704211990032013

Penguji 2,



Nerry Nurafliyah, S.Kep., Ns.

NIP. 197909102006042015

Penguji 1,



Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa

NIP. 197504142006041007

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



Ida Rosdiana, M.Kep., Ns., Sp.Kep.M.B

NIP. 197708272002122001

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zul Huda
NIM : P2.06.20.6.25.083
Prodi : Pendidikan Profesi Ners
Judul KIA : Penerapan Jus Mentimun Pada Keluarga Dengan Hipertensi
Terhadap Keperawatan Keluarga di Wilayah Kerja
Puskesmas Sindangkasih

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Ilmiah Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Tasikmalaya, 08 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Zul Huda

NIM. P2.06.20.6.25.083

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zul Huda
NIM : P2.06.20.6.25.083
Prodi : Pendidikan Profesi Ners
Judul KIA : Penerapan Jus Mentimun Pada Keluarga Dengan Hipertensi
Terhadap Keperawatan Keluarga di Wilayah Kerja
Puskesmas Sindangkasih

Mengizinkan/menyetujui Karya Ilmiah Akhir Ners yang saya susun untuk dipublikasikan untuk kepentingan akademik, baik secara keseluruhan mau pun sebagian dari Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Demikian Pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tasikmalaya, 08 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Zul Huda

NIM. P2.06.20.6.25.083

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini, sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW. Penulisan karya ilmiah akhir ners dengan judul “Penerapan Jus Mentimun Pada Keluarga Dengan Hipertensi Terhadap Keperawatan Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangkasih” dapat terselesaikan dengan baik, sebagai syarat mencapai gelar Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Kelancaran penulis ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, baik secara moril maupun materil. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih banyak khususnya kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Ns., Sp.Kep.KMB selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Kepala UPTD Puskesmas Sindangkasih yang telah mengizinkan peneliti untuk studi pendahuluan dan pengambilan data di Puskesmas Sindangkasih.
5. Ibu Kusmiyati, S.Kp., M.Kes., selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dengan memberikan saran serta masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.

6. Bapak Ridwan Kustiawan, Ners, M. Kep, Sp. Kep. J. selaku dosen penguji internal yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
7. Ibu Nerry Nurafliyah, S.Kep., Ns., selaku penguji eksternal yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
8. Ibu Dewi Aryanti, S. Kep., Ns., M.Sc., selaku dosen pembimbing akademik yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, kritik serta saran dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
9. Almarhum Ayah Zainun dan Almarhumah Ibu Masnun. Terima kasih atas segala kasih sayang, doa, perjuangan, dan pengorbanan yang telah diberikan. Meskipun Ayah dan Mama telah tiada, cinta dan kenangan kalian selalu menjadi kekuatan dalam setiap langkah hidup saya. Semoga Allah SWT menempatkan Ayah dan Mama di surga-Nya yang terbaik. Aamiin.
10. Kakak perempuan tercinta Dr. Hilda Fahlana, S.Si., M.Si. dan Abang saya Wahyu Rahman yang selalu hadir sebagai sosok penyemangat, pembimbing, sekaligus pelindung dalam setiap langkah perjalanan akademik ini. Terima kasih atas nasihat, perhatian, doa yang tak pernah putus, serta kasih sayang yang begitu besar yang telah menjadi kekuatan luar biasa bagi penulis hingga titik ini, segala kebaikan yang diberikan menjadi amal jariyah dan mendapat balasan terbaik dari Allah SWT.
11. Teman saya Ibnu Hidayat dan Abdurrahman Yusuf yang sudah menghibur saya dengan kelucuannya dan tingkah lakunya.

12. Bapak Budiman, Ibu Neti dan Tari Rahmawati, atas segala bentuk dukungan, perhatian, dan doa yang tulus selama proses akademik ini, terutama di saat-saat sulit dalam menyelesaikan karya ini. Semangat dan nasihat kalian selalu menjadi penyemangat dalam setiap langkah.
13. Pasangan saya Cici Zulianingsih yang telah dengan tulus mendampingi setiap proses, memberikan ketenangan di tengah tekanan, dan menjadi sumber kekuatan dalam setiap langkah perjuangan. Kehadirannya menjadi motivasi besar yang tak ternilai dalam menyelesaikan karya ini. Di balik keberhasilan seseorang, ada doa yang tak terdengar, ada kesetiaan yang tak terlihat, dan cinta yang menguatkan tanpa syarat..

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ners ini tidak terlepas dari kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk karya ilmiah akhir ners ini. Semoga karya ilmiah akhir ners ini dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu keperawatan.

Tasikmalaya, 08 Juli 2026



Zul Huda
NIM. P2.06.20.6.25.083

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir Ners, Juli 2026

Penerapan Jus Mentimun Pada Keluarga Dengan Hipertensi Terhadap Keperawatan
Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangkasih

Zul Huda, Kusmiyati, Ridwan Kustiawan, Nerry Nurafliyah

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara menetap akibat gangguan keseimbangan hemodinamik yang dipengaruhi oleh resistensi perifer, sistem renin-angiotensin-aldosteron, serta faktor gaya hidup. Kondisi ini meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal sehingga memerlukan penatalaksanaan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Keluarga memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan pengelolaan hipertensi melalui pemberian perawatan, pengawasan kepatuhan terapi, dan penerapan gaya hidup sehat. **Tujuan:** Mengetahui penerapan pemberian jus mentimun dalam asuhan keperawatan keluarga pada keluarga dengan hipertensi. Jus mentimun merupakan terapi komplementer nonfarmakologis yang mengandung kalium, magnesium, dan kadar air tinggi yang berperan meningkatkan ekskresi natrium, memberikan efek diuretik, serta membantu vasodilatasi pembuluh darah sehingga berpotensi menurunkan tekanan darah. Edukasi dan keterlibatan keluarga mendukung keberhasilan pengendalian hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan keluarga pada dua keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan hipertensi. Intervensi berupa pemberian jus mentimun dilakukan selama tiga kali kunjungan disertai edukasi kesehatan, demonstrasi pembuatan jus mentimun, dan pendampingan keluarga. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran tekanan darah, observasi kondisi klien, serta penilaian kemampuan keluarga dalam melakukan perawatan mandiri. **Hasil:** Kedua responden mengalami penurunan tekanan darah, yaitu Ny. E dari 145/95 mmHg menjadi 125/80 mmHg dan Ny. T dari 140/90 mmHg menjadi 120/79 mmHg. Selain itu, terjadi peningkatan pengetahuan, kepatuhan, dan kemampuan keluarga dalam mengelola hipertensi. **Kesimpulan:** Penerapan jus mentimun sebagai terapi komplementer yang dipadukan dengan edukasi dan pendampingan keluarga efektif membantu menurunkan tekanan darah serta meningkatkan kemampuan keluarga dalam melakukan perawatan hipertensi secara mandiri.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan Keluarga, Hipertensi, Jus Mentimun, Non-Farmakologis

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir Ners, July 2026

*The Application of Cucumber Juice in Families with Hypertension on Family
Nursing in the Working Area of Sindangkasih Health Center*

Zul Huda, Kusmiyati, Ridwan Kustiawan, Nerry Nurafliyah

ABSTRACT

Background: Hypertension is a non-communicable disease characterized by persistently elevated blood pressure resulting from impaired hemodynamic balance influenced by peripheral resistance, the renin–angiotensin–aldosterone system, and lifestyle factors. This condition increases the risk of cardiovascular disease, stroke, and kidney failure, thereby requiring both pharmacological and non-pharmacological management. Family involvement plays a crucial role in supporting successful hypertension management through caregiving, treatment adherence, and the adoption of healthy lifestyle behaviors. **Objective:** To describe the implementation of cucumber juice administration in family nursing care for families with hypertension. Cucumber juice is a complementary non-pharmacological therapy containing potassium, magnesium, and high water content, which promote sodium excretion, exert a diuretic effect, and facilitate vasodilation, thereby contributing to blood pressure reduction. Family education and active involvement also support effective hypertension control. **Methods:** This study employed a case study design using the family nursing process approach involving two families with members diagnosed with hypertension. The intervention consisted of cucumber juice administration over three home visits, accompanied by health education, demonstrations of cucumber juice preparation, and family assistance. Evaluation was conducted through blood pressure measurements, observation of the clients' condition, and assessment of the family's ability to perform self-care. **Results:** Both participants experienced reductions in blood pressure. Mrs. E's blood pressure decreased from 145/95 mmHg to 125/80 mmHg, while Mrs. T's blood pressure decreased from 140/90 mmHg to 120/79 mmHg. In addition, improvements were observed in family knowledge, treatment adherence, and the ability to manage hypertension. **Conclusion:** The implementation of cucumber juice as a complementary therapy, combined with family education and assistance, effectively reduced blood pressure and improved the family's ability to manage hypertension independently.

Keywords: Cucumbar Juice, Family Nursing Care, Hypertension, Non-Pharmacological

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat	7
1. Bagi Keluarga Klien dan Klien.....	7
2. Bagi Pelayanan Kesehatan	7
3. Bagi Pendidikan	7
BAB II TINJAUAN LITERATUR	8
A. Konsep Dasar Penyakit Hipertensi.....	8
1. Definisi Penyakit	8
2. Klasifikasi	8
3. Etiologi	9
4. Patofisiologi.....	11
5. Tanda dan Gejala	12
6. Faktor Risiko	13
7. Penatalaksanaan.....	15
8. Faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah.....	19
9. <i>Web of Caution</i>	21
B. Konsep Intervensi Jus Mentimun.....	21

1. Definisi.....	21
2. Prinsip Kerja	23
3. Prosedur Pembuatan.....	25
C. Konsep Dasar Keluarga.....	25
1. Definisi.....	25
2. Ciri-Ciri Keluarga.....	26
3. Tipe Keluarga	26
4. Tahap Perkembangan Keluarga	30
D. Konsep Asuhan Keperawatan.....	34
1. Pengkajian	34
2. Diagnosa Keperawatan	51
3. Intervensi Keperawatan	53
4. Implementasi Keperawatan	55
5. Evaluasi Keperawatan	57
E. Kerangka Konsep.....	59
BAB III GAMBARAN KASUS.....	60
A. Gambaran Lokasi Penelitian	60
B. Resume Asuhan Keperawatan Keluarga 1 dan Keluarga 2.....	60
1. Pengkajian	60
2. Diagnosa Keperawatan	64
3. Intervensi Keperawatan	66
4. Implementasi Keperawatan	69
5. Evaluasi Keperawatan	71
C. Gambaran Perubahan Respon pada Ny. E dan Ny. T yang Diberikan Jus Mentimun.....	72
D. Analisis Kesenjangan pada Ny. E dan Ny. T Setelah Pemberian Jus Mentimun.....	76
BAB IV PEMBAHASAN.....	78
A. Gambaran Tahapan Asuhan Keperawatan Keluarga Ny. E dan Keluarga Ny. T	78
1. Pengkajian Tahap I dan Tahap II.....	78
2. Diagnosa Keperawatan.....	80
3. Intervensi Keperawatan	81
4. Implementasi Keperawatan	86
5. Evaluasi Keperawatan	89

B. Gambaran Pelaksanaan Pemberian Jus Mentimun	92
C. Gambaran Respon Perubahan pada Keluarga Ny. E dan Keluarga Ny. T	94
D. Analisis Kesenjangan pada Keluarga Ny. E dan Keluarga Ny. T	96
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	98
A. Kesimpulan	98
B. Saran	100
1. Bagi Masyarakat	100
2. Bagi Institusi Pendidikan	100
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	101
DAFTAR PUSTAKA.....	102
LAMPIRAN.....	108

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (2021)	9
Tabel 2.2 Perilaku CERDIK dan PATUH.....	15
Tabel 2.3 Tingkat Kemandirian Keluarga	51
Tabel 2.4 Tabel Diagnosa Keperawatan	51
Tabel 2.5 Tabel Skoring Keluarga	52
Tabel 2.6 Intervensi Keperawatan	54
Tabel 3.1 Pengkajian Tahap I.....	60
Tabel 3.2 Pengkajian Tahap II	61
Tabel 3.3 Diagnosa Keperawatan Pada Keluarga Ny E dan Keluarga Ny T	64
Tabel 3.4 Intervensi Keperawatan pada Keluarga Ny E dan Keluarga Ny T.	66
Tabel 3.5 Implementasi Keperawatan Keluarga Ny E dan Keluarga Ny T....	69
Tabel 3.6 Evaluasi Keperawatan pada Keluarga Ny E dan Keluarga Ny T...	71
Tabel 3.7 Gambaran Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku	72
Tabel 3.8 Gambaran Respon Perubahan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi	75
Tabel 3.9 Gambaran Kesenjangan Perubahan Tekanan Darah Ny E dan Ny T Setelah Dilakukan Intervensi	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Web of Caution.....	21
Gambar 2.2 Standar Operasional Prosedur Pembuatan Jus Mentimun.....	25
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi Responden.....	108
Lampiran 2 Informed Consent	109
Lampiran 3 SOP Pemeriksaan Tekanan Darah	111
Lampiran 4 SOP Pemberian Jus Mentimun	112
Lampiran 5 Lembar Observasi Tekanan Darah	113
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	114
Lampiran 7 Lembar Bimbingan.....	115
Lampiran 8 Catatan Perkembangan.....	116
Lampiran 9 Turnitin	126
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup	127