

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN TEKNIK KONSUMSI PISANG AMBON TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI
KELURAHAN SUKARAME II TELUK BETUNG BARAT
BANDAR LAMPUNG

Dewi Kusumaningsih¹, Eka Trismiyana^{2*}, Rudi M. Irawan³

¹⁻³Universitas Malahayati

Email Korespondensi: ekatrismiyana@gmail.com

Disubmit: 30 Juli 2021

Diterima: 03 Agustus 2022

Diterbitkan: 03 Mei 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i5.4745>

ABSTRAK

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi (Kemenkes RI, 2019). Tujuan pemberian teknik konsumsi pisang ambon untuk mengetahui efektivitas sebelum dan sesudah mengonsumsi pisang ambon pada pasien yang memiliki hipertensi apakah mengalami penurunan atau tidak. Rancangan studi kasus (*case study*) menggunakan 2 subjek yang berdomisili di Kelurahan Sukarame II Betung Barat Bandar Lampung Tahun 2021. Analisa data dilakukan menggunakan analisis deskriptif dan asuhan keperawatan. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian konsumsi pisang ambon selama 3 hari berturut-turut pagi dan sore hari terjadi penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi. Mengonsumsi pisang ambon disarankan untuk terus dikonsumsi oleh pasien untuk menjadikan tekanan darah dalam keadaan normal dan agar tidak selalu mengonsumsi obat dengan bahan kimia yang memiliki efek samping serta mengonsumsi pisang ambon haruslah diimbangi dengan pola hidup yang sehat, aktivitas yang rutin.

Kata Kunci: Hipertensi, Keperawatan Komprehensif, Pisang Ambon

ABSTRACT

Data from the World Health Organization (WHO) in 2015 showed that around 1.13 billion people in the world have hypertension. The number of people with hypertension continues to increase every year, it is estimated that in 2025 there will be 1.5 billion people affected by hypertension, and it is estimated that every year 9.4 million people die from hypertension (Kemenkes RI, 2019). The purpose of giving the Ambon banana consumption technique is to determine the effectiveness before and after consuming Ambon banana in patients who have hypertension whether it has decreased or not. The case study design uses 2 subjects who are domiciled in Sukarame II Betung Barat Village, Bandar Lampung in 2021. Data analysis was carried out using descriptive analysis and nursing care. The results of the case study showed that after consuming Ambon bananas for 3 consecutive days in the morning and evening there was a decrease in blood pressure in patients with hypertension. Consuming Ambon bananas is

recommended to be consumed by patients to make blood pressure normal and not always take drugs with chemicals that have side effects and consuming Ambon bananas must be balanced with a healthy lifestyle, routine activities.

Keywords: *Hypertension, Comprehensive Nursing, Banana Ambon*

1. PENDAHULUAN

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019). Riskesdas 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data di Dinas Kesehatan Provinsi Lampung bahwa, penyakit hipertensi di setiap tahunnya selalu masuk ke dalam 10 (sepuluh) besar penyakit yang diderita masyarakat dimana pada tahun 2004 menduduki peringkat VIII sebanyak 89.204 kasus atau 6,58 % , tahun 2005 peringkat ke VI sebanyak 110.622 kasus atau 7,33 % dan pada tahun 2006 peringkat ke III sebanyak 52.147 kasus atau 9,87 % , dan pada tahun 2008 urutan 7 yang mana mengalami penurunan 4,21% atau 65.282, sedangkan pada tahun 2012 mengalami peningkatan yang spesifik yaitu 71034 menjadi peringkat ke 3 dengan demikian hipertensi merupakan masalah kesehatan yang ada di 10 (sepuluh) besar penyakit yang diderita masyarakat tiap tahunnya (Dinkes Provinsi Lampung, 2014).

Berdasarkan catatan dan laporan dari Sistem Informasi Kesehatan Puskesmas Teluk Betung Barat yang pelayanannya mencakup beberapa kelurahan menunjukkan bahwa hipertensi yang terjadi di daerah teluk betung memasuki jumlah yang cukup banyak. Pada tahun 2020 didapatkan data total penderita hipertensi sejumlah 204 orang yang semuanya adalah hipertensi dan pada tahun 2021 dari bulan Januari sampai April terdapat 56 kunjungan dengan diagnosa hipertensi. Untuk itulah perlu dilakukan upaya pelayanan kesehatan keluarga dengan hipertensi yang salah satunya adalah keluarga Tn. T (Dinkes 2020-2021).

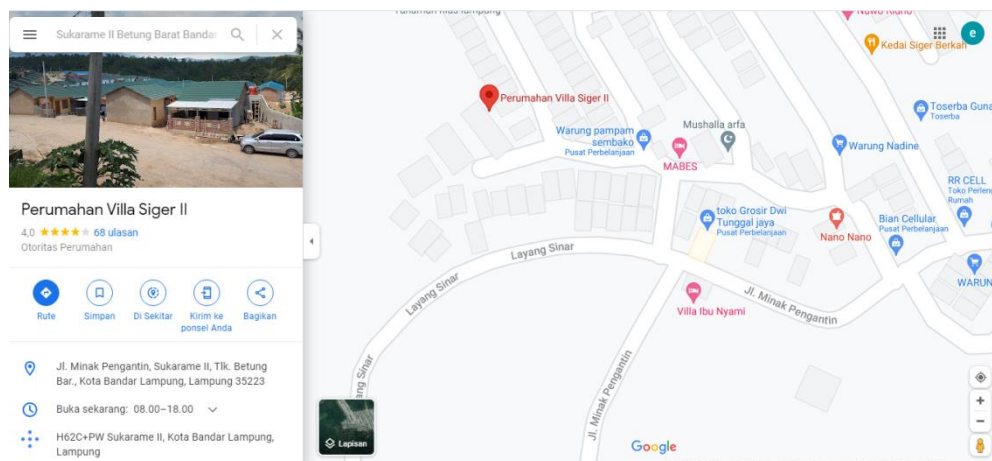
Menurut penelitian yang dilakukan Dini Tryastuti (2012) tentang pengaruh konsumsi tambahan dua buah pisang ambon (± 140 g/buah) perhari pada menu makan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi sedang di keluarga binaan Padang-Sumatra Barat, menunjukkan bahwa Sebelum konsumsi 2 buah pisang ambon (± 140 g/buah) perhari selama 1 minggu rata-rata tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik lansia hipertensi sedang adalah 170,65 mmHg dan 98,75 mmHg. Setelah konsumsi 2 buah pisang ambon (± 140 g/buah) perhari selama 1 minggu rata-rata tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik lansia hipertensi sedang adalah 159,16 mmHg dan 94,80 mmHg. Konsumsi 2 buah pisang ambon

(140g/buah) perhari selama 1 minggu dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi sedang.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan yang berfokus pada keperawatan keluarga dengan judul” Asuhan Keperawatan Keluarga Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Dengan Menggunakan Teknik Konsumsi Pisang Ambon Di Kelurahan Sukarame II Betung Barat Bandar Lampung Tahun 2021”

2. MASALAH

Alasan penulis memilih tempat kegiatan di Kelurahan Sukarame II Betung Barat Bandar Lampung karena daerah yang termasuk wilayah tempat tinggal peneliti, serta dengan riwayat Hipertensi yang didominasi terjadi pada lansia. Walaupun fasilitas kesehatan seperti puskesmas tidak jauh namun, obat anti hipertensi yang rutin dikonsumsi mengandung zat kimia dengan efek samping yang toksik yaitu dapat menyebabkan hipokalemia, aritmia, syok, gagal ginjal, dan sebagainya. Serta pengetahuan masyarakat/ keluarga tentang teknik konsumsi pisang ambon masih kurang untuk membantu menurunkan tekanan darah.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. METODE

a. Tujuan Persiapan

Pada kegiatan ini yang harus dipersiapkan adalah pembuatan pre planing dengan pasien, persiapan lembar observasi, alat dan bahan yang digunakan pisang ambon, sarung tangan, sphygmomanometer/tensimeter dan stetoskop

b. Tahapan Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan dengan mendatangi pasien yang telah kontrak waktu dengan peneliti, dilanjutkan dengan memeriksa tekanan darah pasien untuk mengetahui tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan pemberian pisang ambon, selanjutnya menganjurkan pasien untuk mengonsumsi 1 pisang ambon pada pagi hari dan 1 pada sore hari, evaluasi tindakan dengan pasien serta kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya untuk mengecek tekanan darah sebelum dan sesudah mengonsumsi pisang ambon pada pagi dan sore hari.

c. Evaluasi

i. Struktur

Pasien pertama dan kedua didatangi oleh peneliti kerumah masing-masing perlengkapan seperti lembar observasi, alat dan bahan pisang ambon, sarung tangan, sphygmomanometer/tensimeter dan stetoskop tersedia dan digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang komunikatif dalam penyampaian terkait prosedur yang akan dilakukan serta manfaat yang akan didapatkan setelah dilakukan prosedur mengonsumsi pisang ambon pada pasien dengan hipertensi, pasien dapat memahami prosedur yang akan dilakukan oleh peneliti dan dapat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti.

ii. Proses

Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 27-29 Juni 2021 di rumah pasien pertama di kelurahan Sukarame II Betung Barat Bandar Lampung, dan tanggal 23-25 Juli 2021 di rumah pasien kedua di kelurahan Sukarame II Betung Barat Bandar Lampung dengan memberikan teknik mengonsumsi pisang ambon pada pasien hipertensi masing-masing subjek sama yaitu dengan waktu 15-30 menit.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 27-29 Juni 2021 di rumah pasien pertama di kelurahan Sukarame II Betung Barat Bandar Lampung, dan tanggal 23-25 Juli 2021 di rumah pasien kedua di kelurahan Sukarame II Betung Barat Bandar Lampung. Pelaksanaan kegiatan ditujukan pada 2 pasien yang memiliki riwayat penyakit hipertensi yang kurang pengetahuan tentang mengonsumsi pisang ambon pada penderita hipertensi. Kegiatan ini menggunakan lembar observasi, pisang ambon, sarung tangan, sphygmomanometer/ tensimeter dan stetoskop. Metode yang digunakan adalah pemberian teknik mengonsumsi pisang ambon pada pasien hipertensi, tanya jawab atau evaluasi dengan mempraktikkan untuk mengonsumsi 1 pisang ambon pada pagi dan sore hari dirumah untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Pasien yang di berikan konsumsi pisang ambon selama pemberian pisang ambon tidak di anjurkan untuk mengonsumsi obat anti hipertensi untuk mengukur atau mengetahui apakah pisang ambon mampu menurunkan tekanan darah. Maka didapatkan hasil yaitu Pada pasien pertama penurunan tekanan darah signifikan yaitu pada tanggal 27 Juni 2021 sebelum mengonsumsi pisang ambon tekanan darah 160/100 mmHg karena pasien melakukan konsumsi pisang ambon sesuai dengan jadwal yaitu 2 kali sehari selama 3 hari setelah mengonsumsi pisang ambon tekanan darah turun menjadi 130/100 mmHg dan klien juga memiliki riwayat darah tinggi yang mudah untuk di turunkan tekanannya sehingga dengan di berikan konsumsi pisang ambon tekanan darah tinggi bisa menjadi normal kembali, serta pasien selalu menjaga pola hidup sehat dengan menjaga pola makan, kebiasaan dan pola aktivitas. Pada pasien kedua penurunan tekanan darah tidak signifikan, yaitu pada tanggal 23 Juli 2021 sebelum mengonsumsi pisang ambon tekanan darah 180/100 mmHg dan setelah 3 hari mengonsumsi pisang ambon tekanan darah menjadi 160/100 mmHg yang artinya pada masalah pasien kedua yaitu karena pasien tidak rutin mengonsumsi pisang ambon dan pada riwayat hipertensi tingkat 2 dan

pasien juga sulit untuk menjaga pola makan, pola aktivitas dan kebiasaan. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



Tn.S



Ny.Y



Tn. S



Ny. Y

Gambar 2. Kegiatan PKM

5. KESIMPULAN

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang bisa menyerang siapa saja dari yang paling muda sampai yang paling tua dan tidak memandang orang kaya maupun miskin. Dari sekitar 90% penderita hiper-tensi, penyebabnya tidak diketahui secara pasti (Uta- miningsih, 2015). Tujuan dari kegiatan ini ialah menggambarkan pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, evaluasi asuhan keperawatan keluarga terhadap peningkatan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi dengan menggunakan teknik konsumsi pisang ambon di Kelurahan Sukarame II Betung Barat Bandar Lampung Tahun 2021. Dari kegiatan ini Maka didapatkan hasil yaitu Pada pasien pertama penurunan tekanan darah signifikan yaitu pada tanggal 27 Juni 2021 sebelum mengonsumsi pisang ambon tekanan darah 160/100 mmHg karena pasien melakukan konsumsi pisang ambon sesuai dengan jadwal yaitu 2 kali sehari selama 3 hari setelah mengonsumsi pisang ambon tekanan darah turun menjadi 130/100 mmHg dan klien juga memiliki riwayat darah tinggi yang mudah untuk di turunkan tekanan darahnya sehingga dengan di berikan konsumsi pisang ambon tekanan darah tinggi bisa menjadi normal kembali, serta pasien selalu menjaga pola hidup sehat dengan menjaga pola makan, kebiasaan dan pola aktivitas. Pada pasien kedua penurunan tekanan darah tidak signifikan, yaitu pada tanggal 23 Juli 2021 sebelum mengonsumsi pisang ambon tekanan darah 180/100 mmHg dan setelah 3 hari mengonsumsi pisang ambon tekanan darah menjadi 160/100 mmHg yang artinya pada masalah pasien kedua yaitu karena pasien tidak rutin mengonsumsi pisang ambon dan pada riwayat hipertensi tingkat 2 dan pasien juga sulit untuk menjaga pola makan, pola aktivitas dan kebiasaan. Dapat disimpulkan bahwa dengan di berikan konsumsi pisang ambon mampu menurunkan tekanan darah, yang artinya pisang ambon dapat di gunakan untuk obat nonfarmakologi untuk pasien hipertensi tanpa harus mengonsumsi obat yang sudah di resepkan, namun keberhasilan tekanan darah dapat turun adalah dari pola hidup dan aktivitas yang dilakukan oleh pasien itu sendiri, jikalau pola hidup maupun aktivitas yang dilakukan tidak dimaksimalkan maka sangat sedikit kemungkinan tekanan darah pada penderita hipertensi dapat turun.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Achjar Komang A. H. (2010). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Keluarga*. Jakarta: Sugong Seto
- Arifputera A, (2014). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga (Riset, Teori Dan Praktik)*” Jakarta : EGC
- Alimul Hidayat A. A.,. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan Pradigma Kuantitatif*. Jakarta :Healt Books
- Dinkes RI. (2020). *Profil data kependudukan dan jumlah usia lansia*. Indonesia tahun 2020
- Dinkes, 2019. (2018). *Profil Dinkes Provinsi Lampung 2019*, Bandar Lampung, di akses tanggal 17 Desember 2019
- Friedman. (2011). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga (Riset, Teori Dan Praktik)*. Jakarta : EGC
- Friedman. (2014). *“Buku Ajar Keperawatan Keluarga (Riset, Teori Dan Praktik)”* Jakarta : EGC

- Muhammadun. (2011). *Hidup Bersama Hipertensi Seringai Darah Tinggi Sang Pembunuh Sekejap*. Yogyakarta: In Books
- Nanda. (2016). *Asuhan Keperawatan Praktis Berdasarkan Penerapan Diagnosa Nanda Nic Noc Dalam Berbagai Kasus*. Media Action Jakarta
- Palmer A. dan Williams, B. (2007). *Simple Guides Tekanan Darah Tinggi*. EGC. Jakarta
- Pradipta. (2014). *Kapita selekta kedokteran*. Jakarta. EGC
- Udjianti. (2011). *Keperawatan Kardiovaskuler*. Salemba Medika
- Widagdo. (2016). *Kebutuhan Ajar Kebutuhan Dasar Manusia Teori Dan Aplikasi Dalam Praktik*, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC <https://www.neliti.com/publications/184991/pengaruh-teknik-relaksasi-benson-dan-murottal-al-quran-terhadap-tekanan-darah-pa>
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar tahun 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Simandalahi, T., Sartiwi, W., & Toruan, E. N. A. L. (2019). *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(3), 641-650.
<http://ejournal.lldikti10.id/index.php/endurance/article/view/4471>
- Smeltzer, S.C. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddart*. Alih bahasa : agung Waluyo. Edisi 12. Jakarta : EGC.
- WHO. (2013). *World Health Statistic 2016*. https://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/EN_WHS2013_Full.pdf