

**ANALISIS PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN PADA PASIEN
HIPERTENSI DENGAN INTERVENSI INOVASI TEKNIK KOMBINASI
BRISK WALKING EXERCISE DENGAN PEMBERIAN JUS MENTIMUN
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



DISUSUN OLEH :

MIRAWATI, S.Kep

2011102412073

**PROGRAM PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2021

**Analisis Praktik Klinik Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan
Intervensi Inovasi Teknik Kombinasi *Brisk Walking Exercise* dengan
Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah**

Karya Ilmiah Akhir Ners

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners Keperawatan



Disusun Oleh :

Mirawati, S.Kep

2011102412073

PROGRAM PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mirawati

NIM : 2011102412073

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIA-N : "Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Inovasi Teknik Kombinasi Brisk Walking Exercise Dengan Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah"

Menyatakan bahwa karya ilmiah akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Samarinda, Desember 2021

Mahasiswa



Mirawati
2011102412073

LEMBAR PERSETUJUAN

**ANALISIS PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN PADA PASIEN
HIPERTENSI DENGAN INTERVENSI INOVASI TEKNIK KOMBINASI
BRISK WALKING EXERCISE DENGAN PEMBERIAN JUS MENTIMUN
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DI SUSUN OLEH :

Mirawati, S.Kep

2011102412073

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, Desember 2021

Pembimbing

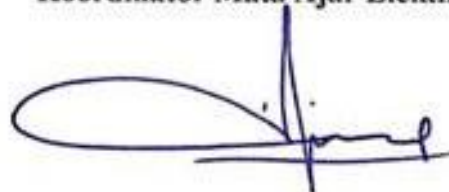


Ns. Andri Praja Satria., S.Kep., M.Sc

NIDN: 1104068405

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Elektif



Ns. Enok Sureskiarti, M.Kep

NIDN: 1119018202

LEMBAR PENGESAHAN

**ANALISIS PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN PADA PASIEN
HIPERTENSI DENGAN INTERVENSI INOVASI TEKNIK KOMBINASI
BRISK WALKING EXERCISE DENGAN PEMBERIAN JUS MENTIMUN
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH**

DI SUSUN OLEH :

**Mirawati, S.Kep
2011102412073**

**Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal, 23 Desember 2020**

Penguji I

**Ns. Alfi Ari F.R., M.Kep
NIDN. 1111038601**

Penguji II

**Ns. Thomas Ari W., M.Kep
NIDN. 1104098701**

Penguji III

**Ns. Andri Praja S., S.Kep., M.Sc
NIDN. 1104068405**

Mengetahui,

Ketua

Program Studi Profesi Ners

**Ns. Enok Sureskiarti, M.Kep
NIDN: 1119018202**



Motto

Untuk Ayah dan Ibu

“Rangking-1” ku di Dunia

KATA PENGANTAR



Puji serta syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita sebagai hamba-Nya atas kekuatan, kesehatan dan kesempatan sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) dengan judul “Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Inovasi Teknik Kombinasi Brisk Walking Exercise Dengan Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah”. Penulis laporan karya ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Samarinda.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan laporan karya ilmiah ini. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan serta bimbingan yaitu kepada :

1. Kedua orang tua penulis yaitu Ayahanda Murni dan Ibunda tercinta Hasnawati dan Kakak Muhlas al amin serta adik-adik ku Mardeya dan Siti Juwayriah terimakasih atas segala dukungan baik dalam materi, nasehat, kasih sayang serta doa yang tak pernah putus dipanjatkan kepada Allah SWT demi kesuksesan saya

2. Yth. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
3. Yth. Ibu Dr. Hj. Nunung H.,SKp.,M.Pd sebagai Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
4. Yth Ibu Ns. Enok Sureskiarti, M.Kep sebagai Ketua Program Studi Profesi Ners dan selaku Kordinator Mata Ajar Elektif Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
5. Yth bapak Ns. Alfi Ari F R., M.Kep sebagai penguji I yang telah menyediakan waktu untuk menguji
6. Yth bapak Ns. Thomas Ari W., M.Kep sebagai penguji II yang telah menyediakan waktu untuk menguji
7. Yth bapak Ns. Andri Praja S.,S.Kep.,MSc sebagai Pembimbing penyusunan proposal sekaligus penguji III yang telah menyediakan waktu selama proses pengajuan judul, bimbingan proposal hingga terselesaikannya proposal penelitian ini
8. Yth Kepada seluruh dosen dan staf pendidikan pada Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
9. Terimakasih kepada sahabat-sahabat ku Citra Rahayu, Resta Revalda Ningsih, Sri Indah Dakmawati, Wilma Wilisandi atas segala canda tawa, dukungan serta motivasi selama kurang lebih 4 tahun lamanya.
10. Semua rekan-rekan seangkatan Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur angkatan 2021, terimakasih atas persahabatan, persaudaraan, serta dukungan dan kerjasamanya selama ini. Seemoga kita dapat berdiri bersama menggunakan toga dan

berbahagia bersama tanpa ada satu hambatan. Amin ya robbal alamin.

Semoga Allah SWT. memberikan kemurahan atas segala budi baik yang telah diberikan. Penulis telah berusaha semaksimal mungkin demi kesempurnaan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) ini, namun masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu saran dan kritik yang bersifat membangun sangat diharapkan. Penulis berharap agar laporan ini dapat bermanfaat secara maksimal untuk semua pihak dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamm'ualaikum Wr.Wb

Samarinda, 23 Desember 2021

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'F. R. H.', is written over a faint rectangular watermark.

Penulis

Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Hipertensi dengan Intervensi Inovasi Teknik Kombinasi *Brisk Walking Exercise* dengan Pemberian Jus Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah

Mirawati¹, Andri Praja²

INTISARI

Hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang sering muncul pada lansia, dengan peningkatan sistolik lebih dari 150 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg, tekanan sistolik 150-155 mmHg dianggap masih normal pada lansia (Sudarta, 2013). Hipertensi merupakan keadaan seseorang yang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka morbiditas dan mortalitas, tekanan darah fase sistolik 140 mmHg menunjukkan fase darah yang sedang dipompa oleh jantung dan fase diastolik 90 mmHg menunjukkan fase darah yang kembali ke jantung (Triyanto, 2014). Menurut the American College of Sports Medicine, olahraga atau aktivitas fisik dengan intensitas sedang, seperti berjalan cepat dapat menurunkan mortalitas penderita gangguan kardiovaskuler seperti hipertensi. *Brisk Walking Exercise* merupakan salah satu bentuk latihan aerobik dengan bentuk latihan aktivitas sedang pada pasien hipertensi dengan teknik jalan cepat (Niederhoffer KG, 2009 dalam Sonhaji dkk, 2020). Buah 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 (Beevers, 2007 dalam Christine dkk, 2021). Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk menganalisis intervensi inovasi terapi *brisk walking exercise* dengan pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Menggunakan standar prosedur operasional (SOP) *brisk walking exercise* dengan pemberian jus mentimun. Pada tanggal 06 Desember 2021 didapatkan hasil akhir dari pengukuran yaitu TD: 140/95 mmHg menjadi 125/80 mmHg didapat penurunan sistol sebesar 15 mmHg dan diastol sebesar 15 mmHg, Nadi: 69x/menit menjadi 77x/menit, RR: 18x/menit menjadi 22x/menit, dan Suhu: 36,3oc menjadi 36,7oc, pada jam 16.00 TD: 150/100 mmHg menjadi 135/80 mmHg didapat penurunan sistol sebesar 15 mmHg dan diastol sebesar 20 mmHg, Nadi: 68x/menit menjadi 70x/menit, RR: 24x/menit menjadi 22x/menit, Suhu 36,4oc menjadi 36,3oc. Analisis menunjukkan adanya perubahan yang meningkat baik pada hasil observasi tanda-tanda vital sebelum dan sesudah intervensi

Kata Kunci : *Brisk walking exercise*, Jus Mentimun, Hipertensi

¹ Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Program Studi Profesi Ners

² Dosen Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Analysis of Nursing Clinic Practices in Hypertension Patients with Innovation Intervention Technique Combination of Brisk Walking Exercise with The Administration of Cucumber Juice on Blood Pressure Reduction

Mirawati³, Andri Praja⁴

ABSTRACT

Hypertension is a disorder of the circulatory system that often appears in the elderly, with an increase in systolic of more than 150 mmHg and diastolic of more than 90 mmHg, systolic pressure of 150-155 mmHg is considered normal in the elderly (Sudarta, 2013). Hypertension is a condition of a person who experiences an increase in blood pressure above normal which can lead to an increase in morbidity and mortality, a systolic blood pressure of 140 mmHg indicates the phase of blood being pumped by the heart and a diastolic phase of 90 mmHg indicates a phase of blood returning to the heart (Triyanto, 2014). According to the American College of Sports Medicine, moderate-intensity exercise or physical activity, such as brisk walking, can reduce mortality in people with cardiovascular disorders such as hypertension. Brisk Walking Exercise is a form of aerobic exercise with moderate activity in hypertensive patients with the brisk walking technique (Niederhoffer KG, 2009 in Sonhaji et al, 2020). Cucumber fruit has hypotensive properties (lowers blood pressure), because the water and potassium content in cucumber will attract sodium into the intracellular and work by opening blood vessels (vasodilation) which can lower blood pressure (Beevers, 2007 in Christine et al, 2021). This Final Scientific Paper for Nurses (KIAN) aims to analyze the innovation intervention of brisk walking exercise therapy by giving cucumber juice to reduce blood pressure in hypertensive patients. Using standard operating procedure (SOP) brisk walking exercise by giving cucumber juice. On December 6, 2021, the final results of measurements were obtained, namely BP: 140/95 mmHg to 125/80 mmHg, there was a decrease in systolic 15 mmHg and diastolic 15 mmHg, Pulse: 69x/minute to 77x/minute, RR: 18x /minute to 22x/minute, and Temperature: 36.3 oc to 36.7 oc, at 16.00 BP: 150/100 mmHg to 135/80 mmHg, the systolic reduction of 15 mmHg and diastolic by 20 mmHg, Pulse: 68x/minute to 70x/minute, RR: 24x/minute to 22x/minute, Temperature 36.4oc to 36.3oc. The analysis showed an increasing change in both the observation of vital signs before and after the intervention

Keywords: Brisk Walking Exercise, Cucumber Juice, Hypertension

³ Student University Muhammadiyah Kalimantan Timur Profesional Study Program Ners

⁴ Lecture University Muhammadiyah Kalimantan Timur

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pernyataan Keaslian Penelitian	ii
Halaman Pesetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Motto	v
Kata Pengantar	vi
Intisari	ix
Abstract	x
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	11
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	12

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A.	Tinjauan Teori.....	14
B.	Konsep Intervensi Inovasi.....	36
C.	Konsep Asuhan Keperawatan.....	57

BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA

A.	Pengkajian Pasien.....	63
B.	Analisa Data.....	70
C.	Masalah Keperawatan.....	71
D.	Intervensi Keperawatan.....	72
E.	Intervensi Tindakan Inovasi.....	74
F.	Implementasi Inovasi.....	75
G.	Implementasi Keperawatan.....	76
H.	Evaluasi Keperawatan.....	85

BAB IV ANALISA SITUASI

A.	Profil Lahan Praktik.....	91
B.	Analisa Masalah Keperawatan	92
C.	Analisis Intervensi Inovasi.....	94
D.	Alternatif Pemecahan yang dapat dilakukan.....	98

BAB V PENUTUP

A.	Kesimpulan	99
B.	Saran	100

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	18
2.2 Tabel Intervensi Keperawatan.....	58
3.1 Tabel Analisa Data.....	70
3.2 Tabel Intervensi Keperawatan.....	72
3.3 Tabel Intervensi Inovasi.....	74
3.4 Tabel Hasil Observasi Tanda-tanda Vital.....	75
3.5 Tabel Implementasi Keperawatan.....	76
3.6 Tabel Evaluasi Keperawatan.....	85
4.1 Tabel Pencatatan Tanda-tanda Vital Klien.....	94
5.1 Tabel Pencatatan Tanda-Tanda Vital Klien.....	99

DAFTAR GAMBAR

2.1 Gambar Pathway Penyakit.....	28
2.2 Gambar Pathway Intervensi Inovasi.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Lembar SOP *Brisk Walking Exercise* dengan Pemberian Jus
Mentimun

Lampiran 3 Lembar Peretujuan (informed consent)

Lampiran 4 Lembar Lembar Konsultasi

Lampiran 5 Hasil Uji Plagiasi