

## Pemberian Air Kelapa Muda Pada Tn. S dengan Diagnosis Hipertensi di Desa Awang Bangkal Barat Kecamatan Karang Intan: Studi Kasus

Farid Akhmad Abdi Khairi, Agianto

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat  
Email korespondensi: agianto@ulm.ac.id

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Masyarakat di area lahan basah memiliki pola hidup yang tidak baik yaitu gemar mengonsumsi sayur yang bersantan seperti gangan humbut bersama makanan asin (ikan Wadi) dan gorengan, dari kebiasaan inilah klien kelolaan merasakan sering merasakan sakit kepala.

**Tujuan:** Untuk menerapkan asuhan keperawatan dengan pemberian air kelapa muda pada pasien S dengan diagnosis Hipertensi di desa Awang Bangkal Barat Kecamatan Karang Intan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pengumpulan data menggunakan lembar asesmen keperawatan pola Gordon dan dengan melakukan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik. Selanjutnya dilanjutkan dengan analisa data, penegakan diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi.

**Hasil&Pembahasan:** Terdapat pengaruh pemberian air kelapa muda pada Tn S dengan di tandai turunnya tekanan darah. Turunnya tekanan darah ini karena air kelapa mengandung kalium. Kalium dari air kelapa inilah yang membuat pembuluh darah mengalami vasodilatasi, menghambat proses sekresi renin dan hormon aldosteron sehingga dapat menurunkan tekanan darah.

**Kesimpulan:** Terjadinya penurunan tekanan darah setelah diberikan air kelapa muda yang menandakan adanya pengaruh dari air kelapa muda untuk menurunkan tekanan darah.

**Kata-Kata Kunci:** Hipertensi, Pemberian Air Kelapa Muda, dan Studi Kasus.

### ABSTRACT

**Background:** People in the wetland area have an unfavorable lifestyle, which is fond of consuming vegetables with coconut milk such as gangan humbut with salty food (Ikan Wadi) and fried foods, from this habit the managed clients often feel headaches.

**Objective:** To apply nursing care by giving young coconut water to patient S with a diagnosis of hypertension in Awang Bangkal Barat Village, Karang Intan district.

**Method:** This research used a case study method with data collection used a Gordon pattern nursing assessment sheet and by conducting interviews, observations and physical examinations. Then proceed with data analysis, diagnosis, intervention, implementation and evaluation..

**Result& Discussion:** There is an effect of giving young coconut water to Mr S with a marked decrease in blood pressure. This drop in blood pressure is because coconut water contains potassium. Potassium from coconut water is what makes blood vessels vasodilate, inhibits the secretion of renin and the hormone aldosterone so that it can lower blood pressure.

**Conclusion:** The occurrence of a decrease in blood pressure after being given young coconut water which indicates the effect of young coconut water to lower blood pressure.

**Keywords:** Case Studygiving Young Coconut Water, and Hypertension.

**Cite this as:** Khairi, F.A.A., Agianto. Pemberian Air Kelapa Muda Pada Tn. S dengan Diagnosis Hipertensi di Desa Awang Bangkal Barat Kecamatan Karang Intan: Studi Kasus. Nerspedia 2023;5(4): 336-342.

### PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah yang mengalami peningkatan

diatas normal. Seseorang bisa dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistoliknya melebihi 140 mmHg atau tekanan diastoliknya diatas 90 mmHg (12).

Hipertensi apabila dibiarkan dan tidak dikontrol dapat mengakibatkan stroke, serangan jantung dan menjadi faktor utama dari gagal ginjal. (2).

Salah satu intervensi yang dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat dalam penatalaksanaan hipertensi adalah dengan terapi non farmakologi. Pemberian intervensi kelapa muda dapat menjadi solusi alternatif untuk menangani dari masalah hipertensi. pengaruh yang signifikan air kelapa muda terhadap penurunan darah tinggi. Air kelapa muda mengandung beberapa kandungan seperti gula, vitamin, kalsium dan kalium. Kalium sendiri dapat membantu tubuh untuk mengontrol natrium dalam tubuh agar tekanan darah dapat normal. Pemberian Kelapa muda setiap hari dapat membantu mengurangi tekanan darah (3). Meminum air kelapa muda selama 5 hari, maksimal 2 kali dalam sehari sebanyak 300 cc berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah (4).

Dari data yang didapatkan di wilayah kerja puskesmas karang intan 2 hipertensi masuk urutan tertinggi penyakit tidak menular. Data dari Posbindu di desa Awang Bangkal Barat hipertensi menjadi mayoritas terbanyak yang didapatkan. Menurut WHO (2015) jumlah kenaikan tekanan darah usia lebih dari 18 tahun pada tahun 2014 terdapat di Afrika sebanyak 30% dan terendah berada di Amerika yaitu sebanyak 18%. Di kawasan Asia Tenggara khususnya di Indonesia menduduki posisi ke-6 dengan jumlah hipertensi sebanyak 24% (10). Hipertensi menduduki tempat pertama sebagai penyakit tidak menular terbanyak di Indonesia dengan jumlah sebanyak 166.511 jiwa. Prevalensi penderita hipertensi berdasarkan pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun di Kalimantan Selatan berjumlah

10.162 jiwa (Riskesdas 2018). (5).. Berdasarkan data Profil Kesehatan Kabupaten Banjar tahun 2017, cakupan penderita Hipertensi di Kabupaten Banjar dengan presentase 62,7% (Dinas Kesehatan Kab. Banjar 2017) (6).

Kalimantan Selatan merupakan salah satu daerah lahan basah di Indonesia. Sebagai salah satu daerah lahan basah, orang banjar umumnya bekerja sebagai petani dan nelayan. Area lahan basah menjadi salah satu unggulan penelitian dari Universitas Lambung Mangkurat. Mengacu pada RIP ULM 2020-2024, penelitian di lingkungan ULM diarahkan pada unggulan lingkungan lahan basah dan 6 fokus bidang unggulan khususnya kemandirian dan ketahanan pangan dan kesehatan. Lingkungan lahan basah selain memiliki potensi positif yang unik juga berpotensi untuk penyebaran beberapa jenis penyakit menular dan tidak menular tertentu. Salah satu upaya yang dilakukan dalam fokus bidang kesehatan di lahan basah adalah dengan pengendalian penyakit menular dan tidak menular (11).

Berdasarkan hasil observasi dan pengkajian klien kelolaan ini dipilih karena usia yang sudah memasuki 50 tahun dan aktivitas pekerjaan yang berat yaitu bekerja sebagai RT dan supir yang mana pola tidur serta makan tidak teratur ditambahkan merokok minimal sebungkus sehari dan bisa sampai tiga bungkus kalau saat sedang membawa truk. Selain itu klien kelolaan gemar mengkonsumsi sayur yang bersantan seperti gangan hambut bersama makanan asin (ikan Wadi) dan gorengan, setiap pagi sarapan klien kelolaan selalu gorengan dan teh hangat di warung karena sudah jadi kebiasaan sehari-hari. Dalam 6 bulan terakhir klien sering mengeluhkan sakit kepala dan saat dilakukan pengecekan saat

kegiatan Posbindu klien di diagnosis Hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menerapkan asuhan keperawatan dengan pemberian air kelapa muda pada pasien S dengan diagnosis Hipertensi di desa Awang Bangkal Barat Kecamatan Karang intan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus, melalui metode pendekatan asuhan keperawatan komprehensif yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Menurut Agianto dkk (2018) asuhan keperawatan lebih baik jika dimulai dari pemahaman perawat tentang konsep, teori, dan ilmu yang mendasari keperawatan sehingga dapat membantu perawat dalam melakukan pengkajian dengan baik. Pengumpulan data yang baik tentunya akan sangat membantu dalam mengidentifikasi masalah keperawatan atau diagnosis keperawatan yang muncul pada pasien. Hal ini berlanjut ke tahap selanjutnya yaitu menentukan nursing outcomes dan juga *nursing intervention*. Pembuatan asuhan keperawatan menggunakan NANDA-1, *Nursing Outcomes Classification* ( NOC ), dan *Nursing Intervention Classification* ( NIC ) sebagai Bahasa standar keperawatan di dunia (1). Studi kasus ini dilakukan pada bulan Desember 2021 sampai Januari 2022.

Pertemuan dengan klien kelolaan dilakukan selama 7 pertemuan yaitu satu kali pengkajian pada tanggal 26 Desember 2021 dan 6 kali implementasi yang dilakukan selama 6 hari sejak tanggal 31 Desember 2021 hingga 5 Januari 2022. Studi kasus ini dilakukan di Desa Awang Bangkal Barat, Kecamatan Karang intan, Kabupaten Banjar,

Kalimantan Selatan kepada Tn. S dengan diagnosis hipertensi. Pasien Tn S tinggal di Desa Awang Bangkal RT. 03 berkerja sebagai aparat desa dan supir truk. Peneliti mendapatkan data-data pasien melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Peneliti telah mendapatkan izin dari pasien untuk melakukan asuhan keperawatan. Intervensi yang diberikan yaitu pemberian air kelapa muda sebagai alternatif untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Air kelapa muda diberikan selama 6 hari berturut-turut sebanyak 300ml 1 kali dalam sehari. Hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk grafik dan narasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil pengkajian didapatkan melalui teknik wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik didapatkan data yaitu inisial Tn. S berusia 50 tahun, beragama Islam dan bersuku Banjar sehingga bahasa sehari-hari yang digunakan di rumah adalah bahasa Banjar. Tn. S berlatar pendidikan terakhir sederajat SD, dan saat ini Tn S bekerja sebagai aparat desa dan supir truk pengantar batu gunung. Berdasarkan hasil pengkajian, Tn. S mengeluh sering sakit kepala karena akhir-akhir ini aktivitas Tn S cukup padat seperti mendata warga yang belum vaksinasi. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 170/100 mmHg RR:19 x/menit N: 96 x/menit SpO2 98%.. Hasil tekanan darah Tn S menandakan hipertensi,

Riwayat penyakit terdahulu, Tn S mengatakan sebelumnya pernah berobat ke Posbindu karena sering sakit kepala namun obat penurun darah *amlodipine* yang diberikan tidak diminum rutin oleh Tn S karena takut candu atau ketergantungan. Tn. S juga masih sering mengonsumsi sayur

yang bersantan seperti gangan hambut bersama makanan asin (ikan wadi) dan gorengan. Ikan asin sendiri memiliki natrium yang tinggi, Natrium sendiri menyebabkan tubuh menahan air dengan tingkat melebihi ambang batas normal tubuh sehingga dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah tinggi yang mana dapat menjadikan hipertensi (8). setiap pagi sarapan klien kelolaan selalu gorengan dan teh hangat di warung karena sudah jadi kebiasaan sehari-hari. Usia yang sudah 50 tahun juga faktor yang memicu hipertensi pada Tn S. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2014) Semakin tua usia seseorang, maka pengaturan metabolisme kalsium dalam menjadi terganggu, sehingga banyak kalsium yang ikut mengalir bersama darah. Banyaknya kalsium ini mengakibatkan darah akan kental, sehingga laju aliran darah menjadi tersumbat mengakibatkan tekanan darah menjadi tidak normal. Penumpukan kalsium *aterosklerosis* mengakibatkan pembuluh darah menjadi sempit. Akibatnya,

terganggunya aliran darah. Hal ini dapat mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Bertambahnya usia juga menyebabkan elastisitas pembuluh darah semakin berkurang. Dari beberapa faktor tersebut maka intervensi pengenalan proses penyakit hipertensi penting diberikan agar bertambahnya pengetahuan terkait penyakit dan tercapainya kesehatan yang optimal pada klien Tn S dengan diagnosis hipertensi. (9) Berdasarkan pengkajian tersebut maka dapat ditegaskan dua diagnosis yaitu ketidakefektifan manajemen kesehatan berhubungan dengan kurang pengetahuan dan Ketidakefektifan perfusi jaringan perifer berhubungan dengan penyakit hipertensi.

Intervensi keperawatan yang dilakukan untuk diagnosis Ketidakefektifan perfusi jaringan perifer berhubungan dengan penyakit hipertensi adalah dengan menggunakan air kelapa muda selama 6 hari berturut-turut sebanyak 300ml (4). Setelah dilakukan implementasi pemberian air kelapa muda selama 6 hari, terjadi penurunan tekanan darah.

Tabel 1. Tekanan Darah Tn. S Selama Implementasi

<b>Hari/Tanggal</b>	<b>Tekanan Darah</b>
Pengkajian Minggu, 26 Desember 2021 Jam 20.00 Wita	170/100 mmHg
Intervensi Pertama Jum'at, 31 Desember 2021 Jam 16.00 Wita	Sebelum Intervensi 155/90 mmHg Sesudah Intervensi 140/90 mmHg Klien mengatakan segar sehabis meminum air kelapa muda dan tidak ada keluhan hari ini
Intervensi Kedua Sabtu, 1 Januari 2021 Jam 20.00 Wita	Sebelum Intervensi 146/110 mmHg Sesudah Intervensi 140/100 mmHg Klien mengatakan tidak ada efek sakit perut atau sakit kepala sehabis minum air kelapa kemarin sampai saat ini

<b>Hari/Tanggal</b>	<b>Tekanan Darah</b>
Intervensi Ketiga Minggu, 2 Januari 2022 Jam 20.00 Wita	Sebelum Intervensi 159/111 mmHg Sesudah Intervensi 149/110 mmHg Klien mengatakan hari ini tidak ada keluhan hanya masih cape pulang ngatar batu dari gunung
Intervensi Keempat Senin, 3 Januari 2022 Jam 20.00 Wita	Sebelum Intervensi 153/108 mmHg Sesudah Intervensi 150/99 mmHg Klien mengatakan hari ini hanya kecapean tidak ada keluhan sakit kepala
Intervensi Kelima Selasa, 4 Januari 2022 Jam 16.00 Wita	Sebelum Intervensi 154/117 mmHg Sesudah Intervensi 149/109 mmHg Klien mengatakan hari ini tidak ada keluhan sakit kepala hanya sedikit cape sehabis balik kerja
Intervensi Keenam Rabu, 5 Januari 2022 Jam 16.00 Wita	Sebelum Intervensi 152/100 mmHg Sesudah Intervensi 142/100 mmHg Klien hari ini mengatakan selama seminggu klien meminum air kelapa muda tubuh rasa enakan dan tidak ada efek samping yang timbul.

Air kelapa muda mampu menstabilkan tekanan darah karena mengandung kalium. Kalium sendiri dapat membantu tubuh untuk mengkondisikan fungsi natrium agar tekanan darah menjadi normal. Kalium merupakan salah satu fungsi utama untuk mengontrol tekanan darah normal, dari sini dapat disimpulkan bahwa kelapa muda mampu mengontrol kemungkinan seseorang terkena hipertensi ataupun penyakit jantung. Mengatur tekanan darah adalah fungsi terpenting dari mineral ini. Air kelapa muda memiliki kandungan kalium yang cukup tinggi untuk mengimbangi asupan natrium yang tinggi. Air kelapa mengandung Kalium 290 mg per 100 ml (7).

Intervensi yang dilakukan pada diagnosis ketidakefektifan manajemen kesehatan yaitu pengajaran proses penyakit. Implementasi yang diberikan sebanyak 1 kali pertemuan, yaitu hanya pada hari pertama implementasi dan hari lainnya hanya berupa monitor terhadap tanda vital terutama tekanan darah. Implementasi berupa pengajaran proses

penyakit tentang hipertensi secara umum dan diit patuh untuk hipertensi, serta menjelaskan pada klien untuk menghindari makanan yang dipantang dan mengonsumsi makanan yang diperbolehkan untuk hipertensi. Klien juga diberikan media berupa poster untuk memudahkan klien mengingat materi yang sudah dijelaskan. Hasil yang didapatkan setelah evaluasi pada hari terakhir yaitu adanya pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan hipertensi pada tn. S.

#### **KETERBATASAN**

Keterbatasan yang didapatkan saat pelaksanaan tindakan pemberian air kelapa muda selama 6 hari ini yaitu kesibukan Tn S yang bekerja di balai desa dan sebagai supir truk mengantarkan pesanan batu gunung ataupun memancing yang dadakan dan mengubah jadwal rutin yang bisa dilakukan untuk pemberian intervensi di sore hari jam 16.00 WITA ada jeda istirahat kurang lebih 1 ½ jam dari klien pulang kerja di balai desa

bisa berubah ke malam hari jam 20.00 WITA setelah beliau mengantar batu tidak ada istirahat langsung diberikan intervensi karena tidak memungkinkan menunggu 1 ½ jam dimalam hari karena klien perlu istirahat . Serta Tn S yang masih kesulitan beradaptasi mengubah pola hidup diit yang seimbang karena faktor budaya yang begitu kuat dan itu menjadi kebiasaan sehari-hari dan ini menjadi hambatan yang ditemui oleh peneliti . Tn S sendiri sempat mengikuti diit mengurangi gorengan, ikan wadi maupun sayuran bersantan namun memang tidak bisa ditahan Tn S kembali mengkonsumsi makanan tersebut. Aktivitas Tn S yang aktif bekerja setiap hari dan kurangnya istirahat menjadi faktor yang tidak dapat hindari. Tn S mengatakan akan merubah pola hidup dan mengikuti diit yang disarankan dan berusaha lebih mementingkan kesehatan karena Tn S sadar masih sebagai tulang punggung keluarga.

### **ETIKA PENELITIAN**

Dalam penelitian ini etika yang digunakan meliputi *informed consent* secara lisan serta telah mendapatkan persetujuan dari klien untuk diberikan asuhan keperawatan berupa pemberian air kelapa muda. Aspek yang diterapkan yaitu etika keperawatan berupa *autonomy* yaitu kebebasan pasien untuk memilih, *beneficence* yaitu melakukan tindakan yang bermanfaat untuk klien, dan *non maleficence* yaitu berbuat hal yang tidak merugikan klien.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang telah memfasilitasi terselenggaranya penelitian ini serta kepada instansi terkait lainnya seperti Puskesmas

Karang Intan 2 dan Kepala Desa Awang Bangkal Barat yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu dan selalu mendukung penulis selama penelitian ini.

### **PENUTUP**

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu didapatkan hasil Tn. S mengatakan merasa tubuhnya lebih nyaman dan tidak ada masalah kesehatan yang dirasakan setelah meminum air kelapa muda selama 6 hari berturut-turut. Tn S mengatakan akan berusaha mengubah pola hidup dan meminum rutin air kelapa muda. Terjadinya penurunan tekanan darah setelah diberikan air kelapa muda yang menandakan adanya pengaruh dari air kelapa muda untuk menurunkan tekanan darah dan hasil dari *Nursing Outcome* manajemen diri hipertensi sudah mengalami kenaikan skala pada item mengikuti diit yang direkomendasikan (air kelapa muda). Saran dalam penerapan intervensi pemberian air kelapa muda, dianjurkan istirahat dulu 1 ½ jam sehabis aktivitas ataupun setelah bekerja untuk memaksimalkan hasil yang di dapat dan perilaku patuh terhadap diit yang di ajarkan seperti mengurangi konsumsi santan dan makanan asin di rumah agar dapat membantu menurunkan tekanan darah.

### **REFERENSI**

1. Agianto. 2018. Asuhan Keperawatan Pasien Stroke: (Aplikasi NANDA-I, NOC dan NIC Pada Pasien Stroke. Purwokerto: Penerbit CV IRDH.
2. Utami, R. S., & Raudatussalamah. (2016). Hubungan Dukungan Sosial keluarga dengan kepatuhan berobat

- Penderita Hipertensi Di Puskesmas Tualang. *Jurnal Psikologi*, 91-98.
3. Ni Komang Matalia Gandari. 2016. Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Banjar Pisang Desa Taro Kabupaten Gianyar. *Jurnal Dunia Kesehatan*, Volume 5 nomor 2
  4. Fandi Andika. 2018. Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lanrisang Kabupaten Pinrang. Vol. 1, No. 3 September
  5. Riset Kesehatan Dasar. 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
  6. Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar. 2017. Profil Kesehatan Kabupaten Banjar Tahun 2017
  7. Bogadenta, A. 2013. Manfaat Air Kelapa dan Minyak Kelapa. Yogyakarta. Diva Press
  8. Mustamin. 2010. Asupan Natrium, Status Gizi dan Tekanan Darah Tinggi Usia Lanjut. *Jurnal Media Gizi Pangan*. Volume IX. Edisi 1 : Makassar.
  9. Dewi, Sofia (2014). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Deepublish.
  10. WHO. 2015. *Global Health Observatory ( GHO ) data : Raised Blood Pressure, Situation and Trend Available*.
  11. ULM. Rencana Induk Penelitian 2020-2024. Banjarmasin: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Universitas Lambung Mangkurat Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat; 2020
  12. Kemenkes Kesehatan RI, 2018 diakses pada tanggal 25 Desember 2021