

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN INTERVENSI JUS WORTEL UNTUK MENURUNKAN DARAH
TINGGI DI PANTI WERDHA MARFATI**

Enggar Pradiasa Mardika Candi¹, Siti Robeatul Adawiyah², Regina Windyastuti³,

¹Mahasiswa Universitas Yatsi Madani

²Dosen Pembimbing Akademik Universitas Yatsi Madani

¹Pembimbing Klinik Panti Werdha Marfati Tangerang

Korespondensi Penulis : menggarpradiass@gmail.com

ABSTRAK

Modernisasi saat ini mengakibatkan terjadinya perubahan gaya hidup didalam masyarakat, seperti kebiasaan makan berlebihan, terlalu banyak aktivitas, banyak merokok, dan kurang istirahat. Pola dan gaya hidup tersebut menyebabkan penyakit jantung dan pembuluh darah banyak menyerang, terutama penduduk usia di atas 40 tahun. Salah satunya yaitu timbulnya penyakit darah tinggi atau yang sering disebut dengan hipertensi. Untuk menurunkan Mampu melaksanakan asuhan keperawatan pada lansia dengan Hipertensi. Jenis penelitian ini menggunakan design metode kasus asuhan keperawatan, sampel studi kasus menggunakan 1 pasien Nn.Y dengan pengaplikasian terapi non farmakologi jus wortel selama 5 hari dengan jumlah 200 gram/ hari didapatkan tekanan darah tinggi menurun. Hasil pemberian jus wortel membuktikan hasil penurunan tekanan darah secara bertahap dan dilakukan selama 5 hari berturut turut, pemberian hari pertama 165/100 mmHg, pemberian hari kedua 161/100 mmHg, pemberian hari ketiga 160/100 mmHg, pemberian hari ke empat 159/97 mmHg, dan pemberian hari ke lima 155/94 mmHg. Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian jus wortel terhadap hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Lansia, Jus Wortel

ABSTRACT

Current modernization has resulted in changes in lifestyle in society, such as excessive eating habits, too much activity, smoking a lot, and lack of rest. These patterns and lifestyles cause heart and blood vessel diseases to attack many, especially people over the age of 40 years. One of them is the emergence of high blood pressure or what is often called hypertension. To reduce Able to carry out nursing care for the elderly with Hypertension. This type of research uses a nursing care case study design, a case study sample using 1 patient Ms. Y with the application of non-pharmacological carrot juice therapy for 5 days with an amount of 200 grams/day, high blood pressure decreased. The results of giving carrot juice prove the results of a gradual decrease in blood pressure and are carried out for 5 consecutive days, the first day of administration 165/100 mmHg, the second day of administration 161/100 mmHg, the third day of administration 160/100 mmHg, the fourth day of administration 159/97 mmHg, and the fifth day of administration 155/94 mmHg. It can be concluded that there is an effect of giving carrot juice on hypertension.

Keywords : Hypertension, Elderly, Carrot Juice

1. PENDAHULUAN

Modernisasi saat ini mengakibatkan terjadinya perubahan gaya hidup didalam masyarakat, seperti kebiasaan makan berlebihan, terlalu banyak aktivitas, banyak merokok, dan kurang istirahat. Pola dan gaya hidup tersebut menyebabkan penyakit jantung dan pembuluh darah banyak menyerang, terutama penduduk usia di atas 40 tahun. Salah satunya yaitu timbulnya penyakit darah tinggi atau yang sering disebut dengan hipertensi (Rini & Hairitama, 2021).

Menurut Undang-Undang no. 13 tahun 1998 mengenai kesejahteraan lanjut usia pasal 1 ayat 2 berbunyi “Lanjut usia merupakan seorang individu yang telah memasuki usia 60 (enam puluh) tahun keatas”. Lanjut usia ialah alur proses penuaan yang akan dialami oleh tiap manusia meliputi berubahnya sistem anatomis, fisiologis dan biokimia pada jaringan tubuh dan sistem organ yang dapat berpengaruh terhadap keadaan fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan. Seorang yang telah lanjut usia akan mengalami penurunan fungsi tubuh, salah satunya adalah penurunan fungsi kerja pada pembuluh darah. Penyakit yang sering ditemukan pada golongan lanjut usia adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi. Hipertensi adalah suatu penyakit degenerative (proses penuaan) yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas yang cukup signifikan. Hipertensi adalah gangguan yang mengakibatkan meningkatnya tekanan darah arterial sistemik baik peningkatan pada sistolik maupun diastoliknya (Rahmah, 2021).

Hipertensi sering disebut sebagai silent killer karena termasuk penyakit yang mematikan, dengan komplikasi dari hipertensi dapat meningkatkan risiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal. Dampak hipertensi secara fisik adalah penyumbatan arteri koroner dan infark, hipertrofi ventrikel kiri, gagal jantung, memicu gangguan serebrovaskuler dan arterosklerosis koroner, serta menjadi penyebab kematian (Annisa et al., 2024).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dengan menggunakan obat-obatan maupun dengan terapi non-farmakologis. yaitu dengan menerapkan pola hidup sehat yaitu berupa

penurunan berat badan, olah raga, berhenti merokok, modifikasi diet seperti mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran, mengurangi asupan garam, konsumsi jus wortel dan mengurangi konsumsi alkohol (Annisa et al., 2024).

Wortel merupakan bahan pangan (sayuran) yang digemari dan dapat dijangkau oleh seluruh lapisan masyarakat. Bahkan mengkonsumsi wortel sangat dianjurkan, terutama untuk menghadapi masalah kekurangan vitamin A. Vitamin A dan beta-karoten merupakan komposisi wortel yang paling dominan, wortel sebagai bahan makanan yang penuh gizi. Umbi wortel banyak mengandung vitamin A, B, C, D, E, dan K. Selain itu, juga mengandung mineral – mineral penting bagi tubuh seperti kalsium, zat besi, fosfor, klorin, sulfur, silikon, magnesium, dan niacin. selain kaya akan kalium, wortel juga merupakan sumber beta karoten yang tinggi. Oleh karena itu, wortel sangat ampuh untuk mengontrol hipertensi dan baik untuk dikonsumsi penderita hipertensi (Suwanto, 2021).

Data menurut WHO 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi sangat bervariasi di seluruh dunia, dengan Eropa memiliki prevalensi tertinggi (39,6%) dan Pasifik Barat memiliki prevalensi terendah (27,8%). Secara global, diperkirakan terdapat 1,28 miliar orang yang menderita hipertensi pada tahun 2019-2020, dan angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 1,6 miliar orang pada tahun 2025. Menurut WHO dan the International Society of Hypertension (ISH), saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahunnya. Tujuh dari setiap 10 penderita tersebut tidak mendapatkan pengobatan secara adekuat. Di Indonesia masalah hipertensi cenderung meningkat.

Prevelensi penyakit hipertensi pada wilayah kota tangerang berdasarkan data profil dinas kesehatan tahun 2024 sebesar 78,18. Prevelensi hipertensi pada lansia di Tangerang, hasil studi pendahuluan di panti marfati terdapat 761% menderita hipertensi (Pokhrel, 2024).

Menurut penelitian Andika, 2021 diketahui adanya pengaruh pada jus wortel terhadap penurunan darah tinggi lansia. Peneliti merekomendasikan kesehatan masyarakat pelayanan di bidang promosi kesehatan masyarakat dan perawat untuk

dapat menerapkan terapi wortel sebagaiantisipasi pertolongan pertama pada keluarga objek hipertensi dan sebagai tindakan perawatan diri yang dapat digunakan untuk menurunkan darah tinggi penyakit. Menurut peneliti Suwanto, 2021 metode terapi dengan Wortel diblender 150 gram ditambah ± 100 cc air mineral + 1 sendok makan madu (sebagai pemanis) diberikan kepada responden sebanyak ± 200 gram /hari selama 5 hari berturut-turut. Setelah pemberian masalah hipertensi teratasi dengan terapi jus wortel dan efektif pada penurunan tekanan darah.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam studi ini adalah metode kasus asuhan keperawatan, *sampel study* kasus menggunakan satu pasien lansia dengan pengaplikasian terapi non farmakologis jus wortel selama 5 hari dengan jumlah 200 gram/ hari.

Subjek penelitian ini digunakan 2 jurnal dan satu asuhan keperawatan dengan pemberian jus wortel untuk menurunkan tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi.

3. HASIL

Tabel 1 hasil dari pemberian intervensi jus wortel pada klien hipertensi di panti werdha marfati dilakukan selama 5 hari pada tanggal 03 Desember 2024 - 07 Desember 2024. Sebelum melakukan intervensi keperawatan dilakukan pemeriksaan fisik berupa cek tekanan darah, nadi, respirasi, dan suhu klien, serta melakukan kontrak waktu dengan pasien untuk melakukan intervensi pemberian jus wortel.

Sebelum intervensi dilakukan pada tanggal 02 Desember 2024 klien dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital, dan didapatkan hasil tekanan darah 170/100mmHg, N: 64x/m, S: 36,4C, RR: 22x/m, Tinggi badan 150 cm, berat badan 44 kg. Pada tanggal 03 Desember dilakukan pemberian jus wortel untuk penurunan tekanan darah. Tujuan dari pemberian jus wortel untuk mrnurunkan tekanan darah, dan bisa menetralkan pola tidur yang sulit. Klien pun sangat antusias dengan pemberian jus wortel karena sebelumnya tidak pernah tau terkait jus tersebut bisa berfungsi untuk

menurunkan tekanan darah tinggi.

Pada tanggal 03 Desember 2024 hari pertama dilakukan pemberian pendidikan kesehatan terkait jus wortel manfaat serta keunggulan jus wortel, didapati hasil klien mampu mengikuti dan memahami materi jus wortel dan klien sangat antusias untuk setiap harinya ingin banyak mengetahui jus wortel. Pada pemberian terapi non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri kepala akibat tekanan darah dilakukan relaksasi dan pemberian jus wortel serta pemberian edukasi terkait jus tersebut, sebelum pemberian klien dilakukan cek tekanan darah terlebih dahulu setelah 60 menit dari pemberian baru dilakukan cek tekanan darah ulang dengan hasil TD165/100mmhg lalu setelah pemberian jus wortel, klien diajarkan untuk relaksasi nafas dalam dan relaksasi pikiran yang bertujuan ketika rasa nyeri kepala klien timbul bisa dilakukan, dan saat sulit tidur bisa ditrapkan.

Pada tanggal 04 Desember 2024 hari kedua dilakukan pemberian pendidikan kesehatan terkait jus wortel manfaat serta keunggulan jus wortel, didapati hasil klien mampu mengikuti dan memahami materi jus wortel dan klien sangat antusias untuk setiap harinya ingin banyak mengetahui jus wortel. Pada pemberian terapi non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri kepala akibat tekanan darah dilakukan relaksasi dan terapi non farmakologis jus wortel serta pemberian edukasi terkait jus tersebut, sebelum pemberian klien dilakukan cek tekanan darah terlebih dahulu setelah 60 menit dari pemberian baru dilakukan cek tekanan darah ulang dengan hasil TD 161/100mmhg lalu setelah pemberian jus wortel, klien diajarkan untuk relaksasi nafas dalam dan relaksasi pikiran yang bertujuan ketika rasa nyeri kepala klien timbul bisa dilakukan, dan saat sulit tidur bisa ditrapkan. Klien mengatakan setelah minum jus wortel tidur klien lebih mudah meskipun tidak signifikan.

Pada tanggal 05 Desember 2024 hari ketiga dilakukan pemberian pendidikan kesehatan terkait jus wortel manfaat serta keunggulan jus wortel, didapati hasil klien mampu mengikuti dan memahami materi jus wortel dan klien sangat antusias untuk setiap harinya ingin banyak mengetahui jus wortel. Pada pemberian terapi non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri kepala akibat tekanan darah dilakukan relaksasi dan terapi non farmakologis jus wortel serta pemberian

edukasi terkait jus tersebut, sebelum pemberian klien dilakukan cek tekanan darah terlebih dahulu setelah 60 menit dari pemberian baru dilakukan cek tekanan darah ulang dengan hasil TD 160//100mmhg lalu setelah pemberian jus wortel, klien diajarkan untuk relaksasi nafas dalam dan relaksasi pikiran yang bertujuan ketika rasa nyeri kepala klien timbul bisa dilakukan, dan saat sulit tidur bisa ditrapkan. Klien mengatakan pipisnya jadi lebi banyak dari biasanya setelah pemberian jus wortel, dan tidurnya makin berasa nyenyak.

Pada tanggal 06 Desember 2024 hari ke empat dilakukan pemberian pendidikan kesehatan terkait jus wortel manfaat serta keunggulan jus wortel, didapati hasil klien mampu mengikuti dan memahami materi jus wortel dan klien sangat antusias untuk setiap harinya ingin banyak mengetahui jus wortel. Pada pemberian terapi non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri kepala akibat tekanan darah dilakukan relaksasi dan terapi non farmakologis jus wortel serta pemberian edukasi terkait jus tersebut, sebelum pemberian klien dilakukan cek tekanan darah terlebih dahulu setelah 60 menit dari pemberian baru dilakukan cek tekanan darah ulang dengan hasil TD 159/97mmhg lalu setelah pemberian jus wortel, klien diajarkan untuk relaksasi nafas dalam dan relaksasi pikiran yang bertujuan ketika rasa nyeri kepala klien timbul bisa dilakukan, dan saat sulit tidur bisa ditrapkan. Klien mengatakan pipisnya jadi lebi banyak dari biasanya setelah pemberian jus wortel, dan tidurnya makin berasa nyenyak.

Pada tanggal 07 Desember 2024 hari ke lima dilakukan pemberian pendidikan kesehatan terkait jus wortel manfaat serta keunggulan jus wortel, didapati hasil klien mampu mengikuti dan memahami materi jus wortel dan klien sangat antusias untuk setiap harinya ingin banyak mengetahui jus wortel. Pada pemberian terapi non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri kepala akibat tekanan darah dilakukan relaksasi dan terapi non farmakologis jus wortel serta pemberian edukasi terkait jus tersebut, sebelum pemberian klien dilakukan cek tekanan darah terlebih dahulu setelah 60 menit dari pemberian baru dilakukan cek tekanan darah ulang dengan hasil TD 155/95mmhg lalu setelah pemberian jus wortel, klien diajarkan untuk relaksasi nafas dalam dan relaksasi pikiran yang bertujuan ketika rasa nyeri

kepala klien timbul bisa dilakukan, dan saat sulit tidur bisa ditrapkan. Klien mengatakan pipisnya jadi lebi banyak dari biasanya setelah pemberian jus wortel, tidurnya makin berasa nyenyak, sudah paham fungsi dan khasiat jus wortel, nyeri sudah berkurang. Dan menganjurkan untuk diterapkan dalam penyembuhan penurunan darah tinggi selain menggunakan obat amlodipine 5 mg.

Tabel 1

Perubahan Tekanan Darah Sistolik Sesudah Minum Jus Wortel

Waktu	Setelah Konsumsi Jus Wortel
03 Desember 2024 08.35 WIB	165/100 mmhg
04 Desember 2024 08.43 WIB	161/100 mmhg
05 Desember 2024 09.10 WIB	160/100 mmhg
06 Desember 2024 09.22	159/97 mmhg
07 Desember 2024 09.18	155/95 mmhg

4. PEMBAHASAN

Tekanan darah tinggi apabila tidak diobati dan ditangani, maka dalam jangka panjang akan menyebabkan kerusakan arteri didalam tubuh sampai organ yang mendapat suplai darah dari arteri tersebut. Komplikasi hipertensi dapat terjadi pada organ-organ seperti jantung, otak, ginjal dan mata. Berdasarkan uraian tersebut peneliti berasumsi bahwa penderita hipertensi bisa diatasi dengan pemberian jus wortel. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan tidak terjadinya penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi ini disebabkan oleh pola aktifitas, gaya hidup yang tidak sehat, kegemukan, stress selain itu juga disebabkan oleh faktor lain seperti umur, jenis kelamin dan genetik (Rodríguez, 2019).

Wortel mengandung potassium suksinat yang memiliki sifat obat anti-hipertensif sehingga membantu menurunkan tekanan darah, sehingga wortel juga merupakan menu makanan yang baik bagi penderita hipertensi (tekanan darah tinggi). Kandungan mineral yang tertinggi pada wortel adalah kalium yang berfungsi menjaga keseimbangan air dalam tubuh dan membantu menurunkan tekanan darah. Kalium berfungsi sebagai diuretic yang kuat sehingga selain membantu

menurunkan tekanan darah juga dapat melancarkan pengeluaran air kemih, membantu melarutkan batu pada saluran kemih, kandung kemih dan ginjal. Kalium juga dapat menetralkan asam dalam darah (Rodríguez, 2019).

Pemberian pendidikan kesehatan untuk mengetahui cara mengatasi penyakit hipertensi dengan menggunakan jus wortel. PkM ini dilaksanakan dengan cara ceramah dan demonstrasi cara pembuatan jus wartel yang tepat untuk mengatasi hipertensi. Peserta yang datang sebanyak 20 orang. Dimana setelah dilakukannya kegiatan PkM, 90% peserta mengalami peningkatan pengetahuan dan memahami cara pembuatan jus wortel yang tepat untuk pengobatan hipertensi. Kandungan mineral yang tertinggi dari wortel adalah kalium yang berfungsi menjaga keseimbangan air dalam tubuh dan membantu menurunkan tekanan darah. Kalium bersifat sebagai diuretic yang kuat sehingga selain membantu menurunkan tekanan darah juga dapat melancarkan pengeluaran air kemih, membantu melarutkan batu pada saluran kemih, kandung kemih, dan ginjal. Diharapkan puskesmas Talang Jambe bekerja sama dengan kader RT 15 untuk melakukan kegiatan yang lain yang dapat mengatasi penyakit yang di alami oleh lansia RT 15 sehingga penyakit dapat di atasi dengan cepat dan mencegah komplikasi (Putra & Soebaykto, 2024).

Berdasarkan penelitian Klaten, 2024 pengetahuan Ibu-ibu PKK di Dukuh Jetis, Gondangsari, Juwiring, Klaten sebelum dilakukan penyuluhan diperoleh nilai rata-rata 68,72 termasuk dalam kategori pengetahuan cukup, sedangkan nilai rata-rata pengetahuan Ibu-ibu PKK setelah penyuluhan yaitu 85,52 termasuk dalam kategori pengetahuan baik dengan selisih nilai rata-rata antara pretest dan posttest 16,80. Hasil selisih tersebut dapat terjadi karena peningkatan pengetahuan dalam penyuluhan didukung oleh pendidikan, pekerjaan dan umur. Selain ketiga hal tersebut sosial budaya dan lingkungan juga dapat meningkatkan pengetahuan. Data hasil penelitian berdistribusi normal setelah diuji dengan Shapiro-wilk karena hasil dari uji normalitas 0,057 ($\text{sig} > 0,05$), karena data berdistribusi normal maka dilakukan uji dengan Paired sample T test. Setelah diuji dengan Paired sample T test didapatkan nilai

P value adalah 0,000 ($P < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya adanya pengaruh yang signifikan penyuluhan tentang Jus Wortel sebagai Penurun Tekanan Darah Tinggi efektif dalam meningkatkan pengetahuan Ibu-ibu PKK di Dukuh Jetis, Gondangsari, Juwiring, Klaten.

Pemberian pendidikan kesehatan ini adalah ingin mengetahui manfaat jus wortel dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Pengabdian dilakukan pada 15 lansia yang mengalami hipertensi. Tim pelaksanaan pengabdian memberikan pelatihan cara mengolah jus wortel di desa Talun Kenas Deli Serdang. Tim melakukan kunjungan rumah sebagai evaluasi program pengabdian. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar. Terdapat 7 pasien bertanya tentang materi penyuluhan. Pentingnya dilakukan kegiatan penyuluhan rutin kepada lansia tentang keluhan lainnya yang diderita untuk meningkatkan derajat kesehatannya (Zuliawati et al., 2021).

Rata-rata tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum diberikan Jus Wortel adalah 161,56/91 mmHg di Desa Padang Gelugur Wilayah Kerja Puskesmas Tapus Kecamatan Padang Gelugur tahun 2019. Rata-rata tekanan darah pada penderita hipertensi setelah diberikan Jus Wortel adalah 135,94/80 mmHg di Desa Padang Gelugur Wilayah Kerja Puskesmas Tapus Kecamatan Padang Gelugur tahun 2019. Ada pengaruh antara tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan setelah diberikan jus wortel di Desa Padang Gelugur Wilayah Kerja Puskesmas Tapus Kecamatan Padang Gelugur tahun 2019, dimana tekanan darah sistolik didapatkan nilai p value = 0,000 dan tekanan diastolik dengan nilai p value = 0,000 (Yulia, 2019).

Asuhan Keperawatan Komprehensif Pada klien Hipertensi Dengan Terapi Komplementer Jus Wortel di Desa Bauh Gunung Sari Lampung Timur Tahun 2020. Metode terapi dengan Wortel diblender 150 gram ditambah ± 100 cc air mineral + 1 sendok makan madu (sebagai pemanis) diberikan kepada responden sebanyak ± 200 gram /hari selama 5 hari berturut-turut pada pukul 13.00-15.00wib. masalah hipertensi teratasi dengan terapi jus wortel dengan hasil efektif pada kedua pasien hanya saja kadar penurunan tekanan darah dan waktu penurunan berbeda diantara kedua pasien dikarenakan intensitas nyeri antara

kedua pasien, dan kadar tekanan darah kedua pasien yang berbeda (Suwanto, 2021).

Melihat dari hasil penelitian sebelumnya, didapatkan asumsi peneliti dari hasil penelitian dan teori penelitian sejalan dan disimpulkan bahwa efektifnya pemberian terapi non farmakologi jus wortel terhadap penurunan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan intervensi yang dilakukan peneliti selama 5 hari melakukan pemberian jus wortel terhadap penurunan tekanan darah tinggi. Hasil yang didapatkan adanya penurunan setiap harinya.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan hasil proses selama melakukan penelitian di panti werdha marfati. Hipertensi yang dialami klien adalah hipertensi stadium 2, dimana pada tahap ini, penderita biasanya membutuhkan lebih dari satu obat. Kerusakan organ tubuh mungkin sudah terjadi, begitu juga dengan kelainan kardiovaskular, walaupun belum tentu bergejala.

Berdasarkan hasil implementasi dan evaluasi selama 5 hari dengan intervensi pemberian jus wortel terhadap penurunan tekanan darah tinggi yang dilakukan secara rutin menghasilkan adanya perubahan yang signifikan secara objektif dan subjektif. Ditandai dengan menurunnya rasa nyeri kepala akibat tekanan darah tinggi, menurunnya tensi yang tinggi, menurunnya keluhan sulit tidur klien, menambah ilmu pendidikan Kesehatan terhadap klien yang belum mengetahui bahwa jus wortel mampu menurunkan darah tinggi. Dan wortel relatif mudah dan murah untuk dilakukan secara mandiri. Sehingga dapat disimpulkan intervensi ini efektif dilakukan pada klien yang menderita hipertensi.

Saran

Untuk panti Werdha Marfati diharapkan panti dapat mengaplikasikan terapi non farmakologi dengan pemberian jus wortel terhadap penurunan tekanan darah sehingga bisa membantu pengobatan pada klien hipertensi selain menggunakan obat dokter.

Dalam pengembangan dan implementasi perlu bekerja sama profesi keperawatan yang diharapkan dapat

menjadi bahan masukan untuk perawat dan dapat diterapkan sebagai tindakan mandiri sebelum dilakukan tindakan kolaborasi dengan tim medis.

Agar para lansia mendapatkan ilmu serta pendidikan kesehatan bisa dilakukan setiap harinya dan menambah wawasan baru.

Universitas perlu melakukan penelitian berkelanjutan agar mampu mengembangkan terapi jus wortel terhadap penurunan darah tinggi, serta dapat menambah responden yang lebih banyak dalam melakukan intervensi keperawatan.

6. REFERENSI

- Rini, S. S., & Hairitama, R. (2011). Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi dalam Pemenuhan Diet Hipertensi (Agrina, Sunarti Swastika Rini dan Riyan Hairitama) KEPATUHAN LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DALAM PEMENUHAN DIET HIPERTENSI Agrina. *Sorot*, 6(1), 46–53.
<https://sorot.ejournal.unri.ac.id/index.php/JS/article/view/2001>
- Rahmah, R. N. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Lansia Ny. S Dengan Masalah gangguan mobilitas fisik Di Desa Lempuyang Kecamatan Wonosalam Kabupaten Demak. *KaryaaTulis Ilmiah*, 40901800085, 1–59.
- Annisa, A. Savira, Khairani, K., & Nurhasanah, N. (2024). Asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi. *Indonesian Journal of Health Science*, 4(6), 640–646.
<https://doi.org/10.54957/ijhs.v4i6.1083>
- Pokhrel, S. (2024). No TitleEAENH. *Ayan*, 15(1), 37–48.
- Suwarto 1, Prima Dian Furqoni 2 * 2 Mahasiswa Profesi Ners Universitas Malahayati Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati. (2021). 4, 1184–1189.
- Andika, H. (2021). The Effect of Carrot Juice (*Daucus Carota L.*) on Reducing Hypertension on Hypertension Objects in the Working Area of Lubuk Buaya Field 2021. *Proceedings of the 2nd Syedza*

- Saintika International Conference on Nursing, Midwifery, Medical Laboratory Technology, Public Health, and Health Information Management (SeSICNiMPH 2021)*, 39(SeSICNiMPH), 371–374.
- Rodríguez, Velastequí, M. (2019). *No Covariance structure analysis of health-related indicators in elderly people living at home, focusing on subjective health status Title*. 1–23.
- Putra, R. S., & Soebyakto, D. H. (2024). Manajemen Edukasi Penanganan Hipertensi pada Lansia dengan Jus Wortel. *Journal of Cross Knowledge*, 2(1), 244–249. 56/jpmph.v1i1.725
- <https://edujavare.com/index.php/IJK/article/view/294>
- Klaten, G. J. 2024 (n.d.). *AS HYPOTENSIVE AGENT TO INCREASE KNOWLEDGE OF FAMILY WELFARE PROGRAMME MEMBER IN VILLAGE JETIS*. 21–34.
- Zulawati, Z., Hariati, H., Rosaulina, M., Marlina, S., & Tumanggor, L. S. (2021). Penyuluhan Tentang Pemanfaatan Jus Wortel Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau*, 1(4), 33–36. <https://doi.org/10.366>