

**TINDAKAN MANDIRI KEPERAWATAN PENDIDIKAN KESEHATAN MENGENAI (PEMBERIAN BUAH MELON) PADA KASUS HIPERTENSI DI DESA JATIREJO, KECAMATAN NGARGOYOSO, KABUPATEN KARANGANYAR**

**Sri Iswahyuni, Wafa Adilla Nurma Aini, Rika Kustanti, Nur Laila Widiyanti, Wildatul Kiromiah, Nining, Ilham Muhammad Firnanda**

Program Studi D-3 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba ul Ulum Surakarta. Jalan Ringroad Utara, Mojosongo, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57127

**Informasi Artikel**

Diajukan: 18/01/2023

Diterima: 27/02/2023

Diterbitkan: 05/03/2023

**ABSTRAK**

Dusun manduk RT 02 RW 03 di Desa Jatirejo, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar, Provinsi Jawa Tengah memiliki kurang lebih 300 KK. Hasil survei menunjukkan bahwa masyarakat di Desa Jatirejo terutama lansia memiliki riwayat penyakit hipertensi. Pada tindakan mandiri keperawatan (pemberian buah melon) dikarenakan buah ini mudah didapat. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang manfaat pemberian buah melon pada kasus hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode cermah, yaitu menggambarkan kondisi masyarakat secara nyata dengan observasi langsung dan menganalisa hasil penelitian. Teknik pengambilan sample yaitu dengan dan metode. Total Sampling. Warga dusun manduk senang antusias mengenai tindakan mandiri keperawatan (pemberian buah melon) pada kasus hipertensi di desa jatirejo. Banyak warga yang tidak menyangka bahwa buah melon dapat mengatasi masalah hipertensi. Hasil dari kegiatan ini peningkatan pengetahuan dan kesadaran warga Dusun Manduk tentang pemanfaatan buah melon untuk kesehatan terutama pada penyakit hipertensi.

Kata Kunci: Buah melon, hipertensi

**Korespondensi**

Email:

[iswahyunimus@gmail.com](mailto:iswahyunimus@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Dusun Manduk RT 02 RW 03 in Jatirejo Village, Ngargoyoso District, Karanganyar Regency, Central Java Province has approximately 300 families. The survey results show that the people in Jatirejo Village, especially the elderly, have a history of hypertension. In independent nursing actions (giving melons) because this fruit is easy to get. Increase public knowledge about the benefits of giving melon fruit in cases of hypertension. This research uses qualitative descriptive research, which describes the real condition of the community by direct observation and analyzes the results of the study. The sampling technique is by using the Total Sampling method. Residents of Dusun Manduk are enthusiastic about independent nursing actions (giving melons) in cases of hypertension in Jatirejo Village. Many people do not think that melon can overcome the problem of hypertension. The results of this activity increased the knowledge*

*and awareness of Dusun Manduk residents about the use of melons for health, especially for hypertension.*

*Keywords: Melon fruit, hypertension*

## **PENDAHULUAN**

Desa Jatirejo merupakan desa yang terletak di Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten, Jawa Tengah. Desa Jatirejo memiliki 4 dusun salah satunya dusun Candi. Desa Jatirejo berbatasan langsung dengan desa desa lainnya, baik dengan desa di Kecamatan Ngargoyoso maupun kecamatan lainnya di Kabupaten Karanganyar. Hipertensi merupakan penyakit yang sering kita jumpai dimasyarakat sekitar dan penyakit ini sangat beresiko karena bisa menyebabkan komplikasi bagi penderitanya. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah melewati batas normal sistolik 140 mmHg atau lebih dan diastolik 90 mmHg atau lebih pada 2 kali pengukuran dalam waktu selang 2 menit (Erdwin Wicaksana et al., 2019). Kondisi peningkatan tekanan darah seseorang di atas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (Sumartini, Zulkifli, & Adhitya, 2019).

Tekanan darah sistolik adalah tekanan darah yang terjadi pada saat jantung berkontraksi dan memompa darah keluar dari arteri sedangkan tekanan darah diastolik adalah tekanan darah pada saat jantung relaksasidan mengisi darah kembali (Sumaryati, 2018). Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, dan gaya hidup kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas. Mengurangi faktor resiko tersebut menjadi dasar pemberian intervensi oleh tenaga kesehatan (Tirtasari & Kodim, 2019).

## **METODE**

Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan dilaksanakan dengan cara penyuluhan dengan mengumpulkan warga Dusun Candi dan Dusun Manduk di posko 7 yang bertepatan di depan Bapak Sugeng Kepala Desa Jatiroto. Kegiatan pendidikan kesehatan menggunakan metode ceramah dan menggunakan media poster, leaflet tentang hipertensi, dan video senam Pencegahan Stroke (Widiyanto, 2020).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Pelaksanaan kegiatan sejumlah 55 peserta, peserta tersebut dihadiri oleh ibu-ibu, mbah, dan juga bapak-bapak. Kegiatan acara ini di mulai pukul 13.00 WIB, yang pertama yaitu registrasi peserta, pemeriksaan tekanan darah, dan pemeriksaan cek asam urat. Acara yang selanjutnya yaitu penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dan para peserta banyak yang merespon dan menerima materi penyuluhan dengan baik.

Hasil evaluasi pelaksanaan tahap persiapan kegiatan dapat dilihat dalam tabel 1.

Tabel 1. Hasil evaluasi ketercapaian tahap persiapan kegiatan

No.	Kegiatan	Ketercapaian 100%	
		Terlaksana	Belum terlaksana
1.	Survei tempat pelaksanaan kegiatan	100 %	-
2.	Pengurusan administrasi dan izin lokasi pengabdian masyarakat	100 %	-
3.	Persiapan alat dan bahan pelaksanaan kegiatan serta materi leaflet bahan pelaksanaan kegiatan serta materi leaflet	100 %	-
Ketercapaian tahap persiapan kegiatan		100 %	-

Dalam pelaksanaan kegiatan ini mendapat respon yang baik dari pihak Kelurahan Jatirejo dan seluruh masyarakat yang hadir. Seluruh kegiatan pengabdian masyarakat yang direncanakan dapat terlaksana 100% dalam kegiatan ini.

Tabel 2. Hasil evaluasi ketercapaian tahap persiapan kegiatan

No	Nama	Tekana Darah Awal ( mmHg )
1	Ny.N	120/70
2	Ny.W	100/70
3	Ny.S	160/80
4	Tn.S	130/80
5	Ny.N	125/85
6	Ny.W	130/70
7	Ny.N	100/85
8	Ny.W	115/85
9	Ny.S	145/100
10	Ny.N	128/80
11	Tn.S	150/100
12	Ny.S	90/60
13	Ny.D	110/60
14	Ny.S	120/70
15	Ny.S	100/60
16	Ny.T	160/80
17	Ny.S	140/70

18	Ny.S	180/80
19	Ny.S	130/85
20	Ny.W	130/70
21	Ny.N	155/100
22	Ny.J	130/80
23	Ny.P	110/80
24	Ny.K	150/90
25	Tn.W	115/80
26	Ny.S	140/70
27	Ny.S	130/80
28	Ny.S	130/90
29	Ny.S	130/90
30	Ny.S	110/80
31	Ny.E	150/80
32	Ny.G	150/90
33	Tn.A	160/70
34	Ny.K	100/60
35	Ny.T	180/90
36	Ny.S	140/80
37	Ny.S	140/90
38	Ny.S	160/80
39	Ny.W	110/70
40	Ny.D	140/70
41	Tn.K	160/70
42	Tn.P	150/90
43	Ny.M	140/70
44	Ny.S	100/80
45	Ny.K	120/80
46	Ny.S	130/70
47	Ny.S	110/70
48	Ny.S	120/80
49	Ny.S	160/80
50	Ny.P	100/60
51	Ny.T	90/70
52	Ny.F	120/70
53	Ny.F	140/80
54	Tn.D	140/80
55	Tn.M	120/70

---

Dan Setelah pemaparan materi kami memberikan sesi tanya jawab kepada para peserta. Peserta menanyakan beberapa pertanyaan antara lain yaitu

1. Cara penanganan hipertensi secara mandiri?
2. Kenapa faktor usia dapat menyebabkan hipertensi?
3. Cara penanganan hipertensi selain menggunakan buah melon?
4. Mengapa sering merasa cepat lelah?
5. Mengapa sering merasa gampang pusing?

#### **PEMBAHASAN:**

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang pemeriksaan tekanan darah, cek kesehatan dan tindakan mandiri keperawatan pemberian buah melon pada masyarakat di Kelurahan Jatirejo, kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar antara lain:

##### 1. Persiapan Tim

Sesampainya di lokasi, tim melaksanakan koordinasi dengan pihak kelurahan.

##### 2. Proses Pemeriksaan Kesehatan

Kegiatan dilaksanakan pada pukul 13.00-Selesai, dengan diawali registrasi serta pengkajian awal dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah dan cek kesehatan lainnya. Semua pertanyaan sudah terjawab dan jawaban bisa diterima oleh peserta. Sesi tanya jawab selesai, acara berikutnya senam pencegahan stroke yang diikuti peserta dengan baik. Senam selesai berikutnya penutupan dilanjut sesi foto bersama. Dari hasil acara tersebut peserta yang mengalami kasus hipertensi sebanyak 14orang (perempuan) dan 4 orang (laki-laki). Jadi yang mengalami hipertensi sebanyak 18 orang dari 55 peserta yang hadir.



Gambar 1. Pemeriksaan tekanan darah



Gambar 2. Pendidikan kesehatan tentang hipertensi



Gambar 3. Pemberian buah melon

ABSENSI WARGA / PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT MELALUI TINDAKAN MANDIRI KEPERAWATAN (PEMBERIAN BUAH MELON) PADA KASUS HIPERTENSI DI DESA JATIREJO, KECAMATAN NGARGOYOSO, KABUPATEN KARANGANYAR

NO	NAMA	UMUR	TD	GULA DARAH	ASAM URAT	SPO2
1	Mrs. Hani	51	120/70	126	5,1	
2	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
3	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
4	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
5	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
6	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
7	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
8	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
9	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
10	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
11	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
12	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
13	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
14	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
15	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
16	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
17	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
18	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
19	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
20	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
21	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
22	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
23	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
24	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
25	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
26	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
27	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
28	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
29	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
30	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
31	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
32	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
33	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
34	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
35	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
36	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
37	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
38	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
39	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
40	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
41	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
42	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
43	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
44	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
45	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
46	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
47	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
48	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
49	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
50	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
51	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
52	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
53	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
54	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
55	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	

ABSENSI WARGA / PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT MELALUI TINDAKAN MANDIRI KEPERAWATAN (PEMBERIAN BUAH MELON) PADA KASUS HIPERTENSI DI DESA JATIREJO, KECAMATAN NGARGOYOSO, KABUPATEN KARANGANYAR

NO	NAMA	UMUR	TD	GULA DARAH	ASAM URAT	SPO2
1	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
2	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
3	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
4	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
5	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
6	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
7	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
8	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
9	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
10	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
11	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
12	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
13	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
14	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
15	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
16	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
17	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
18	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
19	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
20	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
21	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
22	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
23	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
24	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
25	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
26	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
27	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
28	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
29	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
30	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
31	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
32	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
33	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
34	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
35	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
36	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
37	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
38	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
39	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
40	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
41	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
42	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
43	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
44	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
45	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
46	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
47	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
48	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
49	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
50	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
51	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
52	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
53	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
54	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	
55	Mrs. Supatni	59	140/70	113	5,0	

Gambar 4. Hasil pemeriksaan

**SIMPULAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat melalui terapi mandiri keperawatan dengan mengkonsumsi buah melon pada kasus hipertensi di Desa Jatirejo, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar memiliki kesimpulan sebagai berikut : peserta antusias dalam mengikuti kegiatan, mampu meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi, mampu dan memahami manfaat mengkonsumsi buah melon, dan mampu melakukan gerakan senam pencegahan stroke yang dapat dilakukan mandiri 2x dalam seminggu dengan durasi waktu 10-15 menit. Dari hasil kegiatan ini didapatkan data peserta yang mengalami kasus hipertensi sebanyak 14 orang (perempuan) dan 4 orang (laki-laki). Jadi warga yang mengalami hipertensi sebanyak 18 orang dari 55 peserta yang hadir. Adanya pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui terapi mandiri keperawatan dengan mengkonsumsi buah melon diharapkan mampu membantu penanganan hipertensi, selain itu bisa menjaga pola hidup dan pola makan yang sehat serta rutin melakukan pemeriksaan tekanan untuk mengetahui nilai tekanan darahnya. Para peserta mampu mengatasi hipertensi dengan terapi mandiri tersebut apabila nilai tekanan darah melebihi batas normal.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan selesainya penelitian tersebut maka kelompok mengucapkan terimakasih, kepada:

1. Bapak Sugeng,S.Pd, selaku Kepala Desa Jatirejo, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar, Provinsi Jawa Tengah yang telah memberikan izin kepada kelompok dalam melakukan kegiatan tersebut diwilayah kerjanya.
2. .Ketua Rt 02 Manduk, Jatirejo, ,Ngargoyoso, Karanganyar, Jawa Tengah yang telah memberikan izin kepada kelompok dalam melakukan kegiatan tersebut diwilayah kerjanya.
3. Bapak Joko Tri Atmojo, S.Kep., M.K.M selaku Ketua Stikes Mamba'ul 'Ulum Surakarta yang telah memberikan pengarahan dan dukungannya kepada kelompok.
3. Ibu Sri Iswahyuni,S.Kep.,Ns., M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan pengarahan dan motivasinya kepada kelompok.
4. Orang tua yang selalu memberikan semangat dan doa restunya kepada kelompok.
- 8.Keluarga Bapak Warso, yang telah memfasilitasi kelompok dalam melakukan kegiatan penelitian diwilayahnya.
5. Teman-teman seperjuangan Program Studi D3 Keperawatan Stikes Mamba'ul 'Ulum Surakarta NIM 2020.
6. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam proses pembuatan penelitian tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anindea, N. M., Ambarwati, R., Tursilowati, S., & Supadi, J. (2019). Pengaruh Pemberian Buah Melon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Penderita Hipertensi Usia 41-64 Tahun. *Jurnal Riset Gizi*, 7(1), 9-14.
- Nadia, C. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Melon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Alai Padang. *Jurnal Nursing Stikesi Nightingale*, 8(2), 60-68.
- Setiowati, E. A., Astuti, D., & Puspasari, F. D. (2020). Efektivitas Pemberian Jus Melon Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hipertensi. *Journal Of Nursing And Health*, 5(1), 19-27.
- Sumartini, N. P., Zulkifli, Z., & Adhitya, M. A. P. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(2), 47-55.
- Sumaryati, M. (2018). Studi Kasus Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Keluarga Ny" M" Dengan Hipertensi Dikelurahan Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 7(2), 205-209.
- Suprayitno, E., Damayanti, C. N., & Hannan, M. (2019). Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 20-24.
- Widiyanto, A., Atmojo, J. T., Fajriah, A. S., Putri, S. I., & Akbar, P. S. (2020). Pendidikan Kesehatan Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 172-181.