

EFEKTIVITAS PEMBERIAN PISANG AMBON UNTUK MENGATASI RISIKO PERFUSI SEREBRAL TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN HIPERTENSI

Meilani Ainun Nisa¹, Luthfi Fauzy Asriyanto², Ratna Kurniawati³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Alkautsar Temanggung

¹meilaniainunnisa09@gmail.com, ²luthfifauzy15@gmail.com, ³ratnaummudzaky@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di seluruh dunia. Fenomena ini didasarkan fakta bahwa prevalensi hipertensi semakin meningkat, terutama di negara-negara yang tergolong *low and middle income countries*. Ketika tekanan darah seseorang berada pada angka 140 mmHg atau lebih tinggi pada sisi sistolik dan 90 mmHg atau lebih tinggi pada sisi diastolik, maka kondisi tersebut dianggap hipertensi. Tujuan: Mengetahui efektivitas pemberian pisang ambon untuk mengatasi risiko perfusi serebral tidak efektif pada penderita hipertensi. Metode: Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan desain studi kasus. Hasil: Hasil tekanan darah yang didapatkan setelah pemberian pisang ambon sebanyak 3x sehari selama 7 hari berturut-turut mengalami penurunan pada Ny.SL yaitu tekanan darah sistolik berkurang 30 mmHg dan tekanan darah diastolik 12 mmHg. Dan untuk Ny.SG, tekanan darah sistolik meningkat 1 mmHg dan tekanan darah diastolik menurun 7 mmHg. Dan menunjukkan bahwa intervensi pisang ambon terbukti efektif pada subjek pertama, namun tidak terlalu signifikan pada subjek kedua. Kesimpulan: Pemberian pisang ambon sebanyak 3x sehari selama 7 hari berturut-turut efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan risiko perfusi serebral tidak efektif.

Kata Kunci: Hipertensi, Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif, Pisang Ambon

ABSTRACT

Background: Hypertension remains one of the leading global health issues. This phenomenon is based on the fact that the prevalence of hypertension continues to increase, particularly in low- and middle-income countries. A person is diagnosed with hypertension when their systolic blood pressure is ≥ 140 mmHg and/or diastolic blood pressure is ≥ 90 mmHg. This condition can lead to ineffective cerebral perfusion in hypertensive patients. Objective: To determine the effectiveness of Ambon banana administration in overcoming ineffective cerebral perfusion risk in hypertensive patients.

Method: This research is a qualitative study with a case study design. Results: The results showed that after giving Ambon

Article History:

Received: June 2025

Reviewed: June 2025

Published: July 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

bananas 3 times daily for 7 consecutive days, the subject Ny. SL experienced a decrease in systolic blood pressure by 30 mmHg and diastolic pressure by 12 mmHg. For subject Ny. SG, systolic blood pressure decreased by 11 mmHg and diastolic by 7 mmHg. These results indicate that Ambon banana intervention was effective in lowering blood pressure, although not significantly in all subjects. Conclusion: Consuming Ambon bananas 3 times daily for 7 consecutive days was proven effective in lowering blood pressure in hypertensive patients with a risk of ineffective cerebral perfusion.

Keywords: *Hypertension, Ineffective Cerebral Perfusion Risk, Ambon Banana*

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di seluruh dunia. Fenomena ini didasarkan fakta bahwa prevalensi hipertensi semakin meningkat, terutama di negara-negara yang tergolong *low and middle income countries/LMIC* (Riu, 2023). Penderita hipertensi sering tidak menunjukkan keluhan atau gejala, namun dapat menyebabkan kerusakan serius pada beberapa organ penting tubuh, atau dikenal sebagai *silent killer* (Apriani & Oklaini, 2022). Ketika tekanan darah seseorang berada pada angka 140 mmHg atau lebih tinggi pada sisi sistolik dan 90 mmHg atau lebih tinggi pada sisi diastolik, maka kondisi tersebut dianggap hipertensi (Silalahi & Harahap, 2018). Risiko akibat penyakit hipertensi meningkat seiring peningkatan tekanan darah seseorang (Lukito et al., 2019).

Prevalensi hipertensi menunjukkan tren peningkatan setiap tahunnya. *World Health Organization* (WHO) mengemukakan hipertensi menyerang sekitar 1,28 miliar orang dewasa yang berusia 30-79 tahun di seluruh dunia. Jumlah tersebut setara dengan 22% total populasi penduduk dunia. Pada tahun 2025, penderita hipertensi diperkirakan akan meningkat jumlahnya menjadi sekitar 1,5 miliar orang (Elsya et al., 2024). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia diperkirakan mencapai angka 34,1%. Jumlah ini mengalami peningkatan dibanding prevalensi hipertensi berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, yaitu sebesar 25,8% populasi penduduk (Kurnia et al., 2024). angka tersebut, prevalensi hipertensi cukup tinggi di Indonesia.

Hipertensi dianggap sebagai penyakit yang serius karena memiliki dampak yang sangat luas, bahkan dapat mengakibatkan kematian. Penderita hipertensi sering menunjukkan manifestasi klinis berupa sakit kepala, jantung berdebar, nyeri dada, dan penglihatan kabur (Hartoyo et al., 2024). Penatalaksanaan penderita hipertensi bertujuan mencegah komplikasi dan menurunkan angka morbiditas dan mortalitasnya. Terdapat dua pendekatan utama dalam penanganan hipertensi, yaitu terapi farmakologis dan non-farmakologis. Penggunaan obat-obatan seperti diuretik, *beta blocker*, *calcium channel blocker*, *angiotensin receptor blocker*, dan *alpha blocker* dikenal sebagai terapi farmakologis pada pasien hipertensi (Asmidar et al., 2022). Di sisi lain, hipertensi juga dapat ditangani tanpa menggunakan obat-obatan, yaitu melalui terapi nonfarmakologis.

Penanganan hipertensi memerlukan perubahan gaya hidup ke arah yang lebih sehat dan upaya untuk menghindari faktor risiko, yang meliputi: 1) Manajemen berat badan; 2) Memperbanyak asupan sayuran; 3) Mengurangi asupan garam; dan 4) Aktivitas fisik (Apriani & Oklaini, 2022). Berbagai studi penelitian telah dikembangkan untuk menghasilkan terapi hipertensi yang lebih baik, salah satunya adalah pemanfaatan tumbuhan obat. Kelebihan tumbuhan obat sebagai alternatif terapi adalah bahan baku melimpah, relatif lebih murah, tetap memiliki efektivitas yang baik, minimal efek samping, dan dapat lebih mudah diterima oleh tubuh.

Salah satu bahan alam yang dipercaya dapat menurunkan tekanan darah adalah pisang ambon (Mohamad et al., 2021). Pisang ambon mengandung kalium yang berperan penting dalam mengatur tekanan darah. Di dalam pisang ambon terdapat kalium yang lebih tinggi dibandingkan dengan jenis pisang lainnya; terdapat kalium 435 mg dan 18 mg natrium dalam 100 gram pisang ambon. Kadar kalium dalam satu buah pisang ambon adalah sekitar 600 mg; mengingat berat satu buah pisang pada umumnya sekitar ± 140 gram (Elsya et al., 2024). Kalium sangat penting bagi tubuh karena berfungsi untuk menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit, serta fungsi sel normal (Asmidar et al., 2022).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan kajian literatur dan studi pendahuluan yang termuat dalam latar belakang, penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: "Bagaimana efektivitas pemberian pisang ambon untuk mengatasi risiko perfusi serebral tidak efektif pada penderita hipertensi?"

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas pemberian pisang ambon untuk mengatasi risiko perfusi serebral tidak efektif pada penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- Menguraikan konsep hipertensi.
- Mengidentifikasi masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif.
- Menguraikan konsep edukasi diet: pemberian pisang ambon untuk mengatasi masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif pada penderita hipertensi.
- Mengidentifikasi dan menganalisa pengaruh pemberian pisang ambon untuk menurunkan risiko perfusi serebral tidak efektif pada penderita hipertensi.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan desain studi kasus. Strategi ini memungkinkan peneliti untuk melakukan evaluasi dan analisis secara komprehensif terhadap suatu kasus atau fenomena dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data. Peneliti menggunakan pendekatan komprehensif, yang meliputi pengumpulan data subjek studi kasus secara menyeluruh dan analisis data, dengan fokus pada pemecahan masalah yang signifikan pada subyek studi kasus tersebut (Notoatmodjo, 2018).

Penelitian ini difokuskan pada upaya penurunan risiko perfusi serebral tidak efektif pada subjek studi kasus yang menderita hipertensi dengan tindakan keperawatan pemberian pisang ambon.

HASIL

Studi kasus ini dilaksanakan di wilayah Kecamatan Kandangan. Kecamatan Kandangan adalah salah satu dari 20 kecamatan yang berada di Kabupaten Temanggung. Jarak tempuh dari pusat kota Temanggung adalah sekitar 8 Km di sebelah utara. Wilayah Kecamatan Kandangan berada pada ketinggian rata-rata 657,3 Mdpl dengan luas wilayah sekitar 7.836 Ha. Mayoritas wilayah Kecamatan Kandangan adalah lahan bukan persawahan, yaitu seluas 6.320 Ha, sedangkan 1.516 Ha lainnya adalah lahan persawahan. Berkaitan dengan aspek administratif, Kecamatan Kandangan terdiri dari 16 Desa, 108 Dusun, 101 Rukun Warga (RW), dan 373 Rukun Tetangga (RT). Peneliti menggunakan Desa Wadas dan Desa Kandangan sebagai lokasi pelaksanaan studi kasus.

Berkaitan dengan kasus Hipertensi, jumlah penderita Hipertensi yang tercatat di Puskesmas Kandangan berjumlah sekitar 1.703 orang pada tahun 2021. Data-data ini diperoleh dari Puskesmas Kandangan dan kader kesehatan Desa Kandangan yang mana digunakan oleh peneliti untuk melakukan skrining dan identifikasi subjek studi kasus.

Studi kasus ini melibatkan dua orang penderita hipertensi dengan tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg dan sakit kepala. Langkah awal yang dilakukan peneliti yaitu mengidentifikasi subjek studi kasus melalui kader kesehatan dan register data puskesmas. Berdasarkan survei awal, peneliti memperoleh informasi terdapat sepuluh lansia yang menderita Hipertensi Stadium 2 dan tujuh lansia menderita Hipertensi Stadium 1. Pada langkah selanjutnya, peneliti melakukan skrining subjek studi kasus mengacu pada kriteria inklusi dan eksklusi penelitian, yaitu tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg namun kurang dari 180/100 mmHg, memiliki fungsi kognitif baik, tidak rutin mengonsumsi obat penurun tekanan darah, tidak memiliki penyakit DM, dan tidak menderita gagal jantung atau gagal ginjal. Berdasarkan kriteria tersebut, peneliti berhasil mengidentifikasi subjek studi kasus yang ditunjukkan pada tabel di bawah.

Tabel 1 Hasil Pengkajian Kriteria Inklusi Subjek Studi Kasus

Kriteria Inklusi	Ny. SL		Ny. SG	
	Ada	Tidak	Ada	Tidak
Memiliki tekanan darah sistolik $\geq$ 140 mmHg atau diastolik $\geq$ 90 mmHg	✓		✓	
Seseorang yang berusia $\geq$ 60 tahun (lansia)	✓		✓	
Memiliki fungsi kognitif baik	✓		✓	
Tidak mengonsumsi obat-obatan penurun tekanan darah	✓		✓	
Jumlah	4	0	4	0

Tabel 2 Hasil Pengkajian Kriteria Eksklusi Subjek Studi Kasus

Kriteria Eksklusi	Ny. SL		Ny. SG	
	Ada	Tidak	Ada	Tidak
Penderita krisis hipertensi dengan tekanan sistolik $\geq$ 180 mmHg atau diastolik $\geq$ 100 mmHg		✓		✓
Tidak mempunyai penyakit DM		✓		✓
Penderita hipertensi yang mengalami komplikasi seperti gagal ginjal atau gagal jantung kongesif		✓		✓
Jumlah	0	3	0	3

Hasil pengkajian pada tanggal 31 Januari 2025 diperoleh data: Ny. SL mengeluh sakit kepala, tekanan darah 176/96 mmHg. Ny. SL mengatakan sehari-hari melakukan aktivitas seperti biasa misalnya memasak, mencuci, dan kadang juga ke ladang. Ny. SL mengatakan sudah ditawarkan untuk ikut program prolanis tetapi tidak mau.

Hasil pengkajian pada Ny. SG yang dilakukan pada tanggal 1 Febuari 2025 diperoleh data: Ny. SG mengeluh sakit kepala sudah 2 hari, dan tekanan darahnya 179/97 mmHg. Ny. SG mengatakan aktivitas sehari-hari yang dilakukan yaitu memberi makan ayam dan berkebun, karena pekerjaan rumah tangga sudah diurus oleh menantunya. Ny. SG mengatakan bahwa pergi berkebun sudah termasuk berolahraga. Ny. SG juga mengatakan ikut posyandu lansia tetapi tidak mengikuti program prolanis.

Intervensi keperawatan pemberian pisang ambon dilakukan setelah kedua subjek studi kasus mendapatkan informasi mengenai penelitian, memberikan persetujuan, dan menandatangani lembar *informed consent*. Implementasi tindakan keperawatan pada kedua subjek dimulai pada tanggal 3 Februari 2025. Rangkaian implementasi yang diberikan kepada kedua subjek adalah sebagai berikut:

Pelaksanaan intervensi keperawatan pemberian pisang ambon hari pertama pada subjek pertama (Ny. SL) dilakukan tanggal 3 Febuari 2025 jam 08:00. Implementasi diawali dengan mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan. Selanjutnya peneliti melakukan tindakan keperawatan berdasarkan SPO pemberian pisang ambon sebagai berikut: mengucapkan salam dan memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan dan prosedur, memberikan edukasi tentang diit pisang ambon, dan memberikan 3 buah pisang ambon untuk dikonsumsi 3 kali sehari. Peneliti melakukan evaluasi tekanan darah dan frekuensi nadi Ny. SL. Pada hari kedua, yaitu tanggal 4 Februari 2025, hingga hari ketujuh pada 9 Februari 2025, peneliti melakukan tindakan dengan tetap mengacu pada SPO.

Tabel 3 Evaluasi Tekanan Darah, Frekuensi Nadi, dan MAP Setelah Pemberian Pisang Ambon Pada Ny. SL

Hari Ke	Jam	Tekanan Darah	Frekuensi Nadi	MAP
1	15:58	162/105 mmHg	83 x/menit	124
2	16:00	154/101 mmHg	92 x/menit	118,7
3	16:08	136/97 mmHg	80 x/menit	110
4	16:05	146/102 mmHg	77 x/menit	116,7
5	16:10	151/99 mmHg	81 x/menit	116,4
6	16:07	133/88 mmHg	70 x/menit	103
7	16:15	132/93 mmHg	85 x/menit	106

Tabel 3 mendeskripsikan hasil evaluasi tindakan pemberian pisang ambon menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada Ny. SL. Tekanan darah mengalami penurunan dari 162/105 mmHg (sebelum intervensi) menjadi 132/93 mmHg (setelah intervensi); sehingga dapat disimpulkan bahwa tekanan darah sistolik mengalami penurunan 30 mmHg dan tekanan darah diastolik 12 mmHg. Frekuensi nadi meningkat dari 83 kali/menit menjadi 85 kali/menit, dan MAP menurun dari 124 mmHg menjadi 106 mmHg.

Pelaksanaan intervensi keperawatan pemberian pisang ambon hari pertama pada subjek kedua (Ny. SG) dilakukan pada tanggal 3 Febuari 2025 jam 09:00. Implementasi diawali dengan peneliti mempersiapkan peralatan dan bahan yang diperlukan. Selanjutnya peneliti melakukan tindakan keperawatan berdasarkan SPO pemberian diet pisang ambon: mengucapkan salam dan memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan dan prosedur, memberikan edukasi tentang diit pisang ambon, dan memberikan 3 buah pisang ambon untuk dikonsumsi 3 kali sehari. Peneliti melakukan evaluasi tekanan darah dan frekuensi nadi Ny. SG. Pada hari kedua, yaitu tanggal 4 Februari 2025, hingga hari ketujuh, tanggal 9 Februari 2025, peneliti melakukan tindakan keperawatan berdasarkan SPO tersebut. Hasil pelaksanaan tindakan pada Ny. SG dideskripsikan pada tabel dibawah.

Tabel 4 Evaluasi Tekanan Darah, Frekuensi Nadi, dan MAP Setelah Pemberian Pisang Ambon Pada Ny. SG

Hari Ke	Jam	Tekanan Darah	Frekuensi Nadi	MAP
1	16:30	174/94 mmHg	67 x/menit	120,7
2	16:42	169/89 mmHg	65 x/menit	115,7
3	16:53	159/84 mmHg	75 x/menit	109
4	16:39	151/96 mmHg	80 x/menit	114,4
5	16:58	152/91 mmHg	82 x/menit	111,4
6	16:48	169/90 mmHg	59 x/menit	116,4
7	17:05	175/87 mmHg	60 x/menit	116,4

Tabel 4 mendeskripsikan hasil evaluasi pemberian pisang ambon yang menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik Ny. SG meningkat dan tekanan diastoliknya menurun, yaitu dari 174/94 mmHg (sebelum intervensi) menjadi 175/87 mmHg (setelah intervensi); sehingga dapat disimpulkan bahwa tekanan darah sistolik tidak mengalami penurunan, sedangkan tekanan darah diastolik mengalami penurunan 7 mmHg. Frekuensi nadi subjek studi kasus menurun dari 67 kali/menit menjadi 60 kali/menit, dan MAP menurun dari 120,7 mmHg menjadi 116,4 mmHg.

A. Pencapaian Tujuan

Pada hari pertama pelaksanaan tindakan Ny. SL mengatakan sakit kepala P: Nyeri bertambah saat aktivitas berat dan berkurang jika untuk duduk/bersantai Q: Nyeri berdenyut R: Nyeri pada semua bagian kepala T: Nyeri hilang timbul dan skala nyeri sedang 4. Hari ke-2 sakit kepala sudah menurun daripada hari sebelumnya, skala nyeri menjadi cukup menurun 2. Sedangkan hari ke-3 sampai hari ke-7, Ny.SL mengatakan sudah tidak nyeri lagi sehingga dikategorikan menjadi menurun 0. Evaluasi hasil yang didapatkan dari tekanan arteri rata-rata dari hari ke-1 sampai hari ke-7 yaitu memburuk menjadi membaik. Kriteria hasil dari tekanan darah sistolik mengalami penurunan dari cukup memburuk menjadi membaik. Sedangkan tekanan darah diastolik mengalami penurunan dari cukup memburuk menjadi membaik.

Pada hari ke-1 sampai dengan hari ke- 6 Ny. SG mengatakan sakit kepala menurun dan hari ke-7 sakit kepala cukup menurun P: Nyeri bertambah saat untuk berjalan dan berkurang ketika duduk Q: Nyeri berdenyut R: Nyeri pada semua area kepala S: Nyeri skala 4 T: Nyeri hilang timbul. Hasil evaluasi nyeri dari menurun menjadi cukup menurun. Evaluasi hasil yang didapatkan dari tekanan arteri rata-rata dari hari ke-1 sampai hari ke-7 mengalami perubahan yang tidak stabil dari cukup memburuk menjadi sedang. Tekanan darah sistolik tidak mengalami penurunan, yaitu tetap cukup memburuk. Sedangkan tekanan darah diastolik mengalami penurunan dari cukup membaik menjadi membaik.

PEMBAHASAN

Identifikasi subjek studi kasus dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi berikut: Tekanan darah subjek di atas batas normal, pada saat dilakukan pengkajian awal, tekanan darah pada kedua subjek studi kasus menunjukkan di atas batas normal, yaitu 176/96 mmHg (subjek pertama) dan 179/97 mmHg (subjek kedua). Kategori tekanan darah tersebut sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan peneliti. Seorang individu dikatakan menderita hipertensi jika tekanan darah sistoliknya 140 mmHg atau lebih tinggi dan/atau tekanan darah diastoliknya 90 mmHg atau lebih tinggi (Silalahi & Harahap, 2018). Keluhan sakit kepala yang dirasakan subjek studi kasus disebabkan karena oksigen yang dibawa oleh sel darah merah kesulitan mencapai otak karena adanya perubahan struktur pada pembuluh darah (Hartoyo et al., 2024).

Hasil analisis data demografi menunjukkan bahwa kedua subjek studi kasus berusia di atas 60 tahun. Kelompok usia ini dipilih karena sebagian besar penderita hipertensi berada pada usia lebih dari 45 tahun. Tekanan darah yang meningkat pada kelompok usia tersebut berkaitan dengan perubahan pada struktur pembuluh darah, seperti penyempitan lumen, meningkatnya kekakuan dinding pembuluh darah, serta menurunnya elastisitas pembuluh darah (Watiningrum et al., 2023). Hipertensi yang tidak terkontrol dan berlangsung lama dapat mengakibatkan kerusakan organ atau gangguan fungsi organ, seperti serangan jantung, kerusakan ginjal, glaukoma, stroke, demensia, alzheimer dan disfungsi ereksi (Apriani & Oklaini, 2022). Literatur lain menyebutkan bahwa penuaan dapat menyebabkan perubahan struktural dan fungsi pembuluh darah yang meningkatkan risiko hipertensi pada usia lanjut (Veranita et al., 2024). Tekanan darah cenderung lebih tinggi seiring bertambahnya usia. Hal ini disebabkan karena semakin bertambahnya usia, terutama pada usia lanjut, secara alami pembuluh darah akan menebal dan lebih kaku. Perubahan ini dapat meningkatkan risiko hipertensi (Batmomolin et al., 2025).

Peneliti juga memilih subjek studi kasus dengan fungsi kognitif yang baik, tanpa komplikasi, serta bukan penderita krisis hipertensi dan DM. Pemilihan kriteria tersebut bertujuan untuk meminimalkan adanya faktor pengganggu yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Status kognitif yang baik memastikan bahwa subjek mampu memahami instruksi dan memberikan informasi yang faktual selama proses pengumpulan data. Selain itu, pemilihan subjek juga difokuskan pada pasien yang tidak menderita krisis hipertensi, sehingga penelitian ini dapat berfokus pada hipertensi yang stabil. Komplikasi lain, seperti gagal ginjal atau gagal jantung, dapat memunculkan variabel tambahan yang sulit dikontrol. Penderita DM juga menjadi kriteria eksklusi dikarenakan penelitian ini menggunakan pisang ambon yang manis dan mengandung banyak gula sehingga tidak mempengaruhi kadar glukosa darah pasien (Silalahi & Harahap, 2018).

Pemberian pisang ambon merupakan suatu tindakan edukasi diit yang dilakukan dengan cara memberikan diit pisang ambon kepada subjek studi kasus yang mengalami hipertensi. Pisang ambon memiliki kandungan kalium tinggi yang berperan penting dalam menurunkan tekanan darah. Pada 100 gram pisang ambon terdapat ± 435 mg kalium dan ± 18 mg natrium, sehingga di dalam satu pisang ambon seberat 140 gram mengandung ± 600 mg kalium. Pemberian pisang ambon dalam studi kasus ini diberikan sebanyak 3 kali sehari selama tujuh hari berturut-turut. Dalam penelitian Asmidar, Merdekawati, dan Buhari di tahun 2022, menunjukkan bahwa pisang ambon dapat membantu menurunkan tekanan darah penderita hipertensi dari 151/95 mmHg menjadi 130/86 mmHg (Asmidar et al., 2022).

EVALUASI HASIL

Tekanan darah yang didapatkan pada Ny. SL setelah pemberian pisang ambon mengalami penurunan, yaitu dari 162/105 mmHg menjadi 132/93 mmHg (Hipertensi stadium 2). Hal tersebut menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik berkurang sebesar 30 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 12 mmHg. Sedangkan untuk Ny. SG juga mengalami penurunan pada tekanan darah diastolik, namun tekanan darah sistolik mengalami peningkatan, yaitu dari 174/94 mmHg menjadi 175/87 mmHg (Hipertensi stadium 2). Tekanan darah sistolik meningkat sebesar 1 mmHg dan tekanan darah diastolik menurun sebesar 7 mmHg.

Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa intervensi pisang ambon terbukti efektif pada subjek pertama, namun tidak terlalu signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada subjek kedua. Hasil yang kurang signifikan pada subjek kedua dapat diakibatkan oleh pengaruh faktor genetik dan pemahaman subjek mengenai perawatan hipertensi. Sebuah literatur mengemukakan beberapa faktor yang dapat menghambat turunnya tekanan darah yaitu kebiasaan merokok, kurang aktivitas fisik, stress, pola konsumsi garam dan kafein (Purwono et al., 2020).

Penelitian lain yang mendukung ketidakefektifan penurunan tekanan darah pada subjek kedua adalah studi GenSalt. Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak semua orang merespons kalium dengan cara yang sama. Sebagai contoh, saat seseorang makan makanan tinggi kalium seperti pisang, sebagian orang akan mengalami penurunan tekanan darah, namun sebagian lainnya tidak. Salah satu alasannya adalah karena perbedaan genetik dalam tubuh setiap orang. Pertama, Gen EDN1 dan SELE; kedua gen ini mengatur kerja pembuluh darah dan sistem peredaran darah. Beberapa orang memiliki variasi gen (disebut SNP) yang membuat efek kalium tidak terlalu kuat dalam menurunkan tekanan darah. Kedua heritabilitas 20-25%, artinya sekitar 20 sampai 25 persen perbedaan kemampuan orang merespons kalium disebabkan oleh faktor keturunan. Ketiga, Gen WNK1; gen ini berperan dalam mengatur seimbangnya natrium dan kalium di ginjal. Apabila seseorang memiliki variasi tertentu dalam gen ini, maka tubuhnya bisa kurang sensitif terhadap kalium, sehingga tekanan darah tetap tinggi meskipun mengonsumsi makanan tinggi kalium. Jadi, makan pisang atau makanan tinggi kalium belum tentu langsung menurunkan tekanan darah, karena faktor genetik dalam tubuh turut menentukan seberapa besar efeknya (Li et al., 2017).

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan tindakan keperawatan pemberian pisang ambon sebanyak 3x sehari selama tujuh hari berturut-turut, didapatkan kesimpulan sebagai berikut.

1. Ketika tekanan darah seseorang berada pada angka 140 mmHg atau lebih tinggi pada sisi sistolik dan 90 mmHg atau lebih tinggi pada sisi diastolik, maka kondisi tersebut dianggap hipertensi.
2. Risiko perfusi serebral tidak efektif adalah kondisi dimana seorang individu berisiko mengalami penurunan sirkulasi darah ke otak.
3. Pemberian diet pisang ambon merupakan salah satu intervensi keperawatan untuk mengatasi risiko perfusi serebral tidak efektif dengan menurunkan tekanan darah penderita hipertensi.
4. Hasil implementasi pemberian pisang ambon sebanyak 3x sehari selama 7 hari berturut-turut efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan risiko perfusi serebral tidak efektif, dibuktikan dengan perfusi serebral meningkat dengan kriteria hasil sakit kepala menurun, tekanan arteri rata-rata membaik, tekanan darah sistolik membaik, dan tekanan darah diastolik cukup membaik. Tekanan darah yang didapatkan setelah pemberian pisang ambon tersebut mengalami penurunan pada Ny. SL, yaitu dari 162/105 mmHg menjadi

132/93 mmHg. Sedangkan untuk Ny.SG juga mengalami penurunan pada tekanan darah diastolik dan peningkatan pada tekanan darah sistolik yaitu dari 174/94 mmHg menjadi 175/87 mmHg. Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa intervensi pisang ambon terbukti efektif pada subjek pertama, namun tidak terlalu signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada subjek kedua.

B. Saran

1. Klien dan Keluarga

Kepada klien diharapkan tetap semangat dalam menjaga kesehatan dan kebugaran dan dapat termotivasi untuk selalu menjaga pola hidup sehat. Kepada keluarga klien diharapkan untuk selalu menyediakan lingkungan yang nyaman untuk klien, memberi motivasi dan dukunga untuk selalu menjaga kesehatan klien.

2. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian lebih lanjut dengan subjek lebih banyak, agar lebih menggambarkan keefektifan pemberian pisang ambon untuk mengatasi risiko perfusi serebral tidak efektif pada pasien hipertensi.

3. Institusi Pendidikan

Sebagai masukan untuk meningkatkan mutu, ilmu pengetahuan dalam pendidikan mendatang pada ilmu keperawatan dan juga kesehatan dan

Diharapkan untuk menambah buku terkait dengan penyakit-penyakit yang sering dialami oleh lansia dengan referensi tahun terbaru maksimal lima tahun kebelakang untuk dijadikan sarana menambah wawasan mahasiswa dan referensi peneliti selanjutnya.

4. Penyedia Pelayanan

Diharapkan pelayanan perawatan dapat memberikan edukasi lebih lanjut kepada lansia yang menderita hipertensi tentang pemberian pisang ambon untuk mengatasi risiko perfusi serebral tidak efektif pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriani, W., & Oklaini, suhita tri. (2022). Jurnal Kesehatan Saintika Meditory Jurnal Kesehatan Saintika Meditory. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 4(4657), 78-84.
- Asmidar, R., Merdekawati, D., & Buhari, B. (2022). Penurunan Tekanan darah dengan Pemberian Pisang Ambon (*Musa Acuminata Cavendish*. S). *Indonesian Journal of Health Community*, 3(1), 6. <https://doi.org/10.31331/ijheco.v3i1.1858>
- Batmomolin, A., Metanfanuan, R., Idayanti, Jumriani, Tumurang, M. N., Mardiaty, E., Rahayu, U. B., Suyanto, Tri Sulistyowati, E., Amalia Rakhman S. Ftr., F. M. B., & others. (2025). *PROBLEMATIKA LANSIA*. <https://books.google.co.id/books?id=pMNVEQAAQBAJ>
- Elsya, I. S. R. P., Safitri, Y., & Murlianis. (2024). Pemberian Pisang Ambon terhadap Penurunan tekanan darah lansia mengalami hipertensi. *JURNAL PAHLAWAN KESEHATAN*, 1.
- Hartoyo, M., Hidayat, A., Ayu, S. A., Arisdiani, T., Netty, Yuliasuti, R. A., Zainurridha, Y. A., Sujana, T., Anida, Amalindah, D., & Indrawati, L. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah (Kardiovaskuler, Hematologi, Pernafasan, Persarafan)* (1st ed.). PT Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Kemkes. (2021). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07 Tahun 2021 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1-85.
- Kurnia, R., Permata Sari, I., & Akip, M. (2024). Pengaruh Pemberian Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Pada Lansia. <Http://Jurnal.Globalhealthsciencegroup.Com/Index.Php/JPPP>, 2(5474), 1333-1336.

- Li, C., He, J., Chen, J., Zhao, J., Gu, D., Hixson, J. E., Rao, D. C., Jaquish, C. E., Rice, T. K., Sung, Y. J., & Kelly, T. N. (2017). Genome-Wide Gene-Potassium Interaction Analyses on Blood Pressure: The GenSalt Study (Genetic Epidemiology Network of Salt Sensitivity). *Circulation: Cardiovascular Genetics*, 10(6), 1-8. <https://doi.org/10.1161/CIRCGENETICS.117.001811>
- Lukito, A. A., Harmeiwaty, E., & Hustrini, N. M. (2019). Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. *Indonesian Society Hipertensi Indonesia*, 1-90.
- Mohamad, F., Falah, F., & Lumenta, I. (2021). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Hulonthalangi Kota Gorontalo. *Journal of Noncommunicable Disease*, 1(1), 51. <https://doi.org/10.52365/jond.v1i1.226>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>
- Riu, S. D. (2023). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Perawatan Penyakit Dalam Rumah Sakit Robert Wolter Mongisidi Kota Manado. *Klabat Journal of Nursing*, 5(2), 49. <https://doi.org/10.37771/kjn.v5i2.975>
- Silalahi, B., & Harahap, W. A. (2018). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pralansia yang Mengalami Hipertensi Di Dusun viii Desa Tembung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 4(2), 139-144.
- Veranita, A., Alamsyah, P. R., Wardana, A. A., Nuraelah, A., Widhi, A. S., Yudhayanti, D., Fauziah, N., Sidabutar, S., Nurvitasari, R. I., Rayanti, R. E., & others. (2024). *Gizi Lansia*. Sada Kurnia Pustaka. <https://books.google.co.id/books?id=idYEEQAAQBAJ>
- Watiningrum, R. Y., Elly Agustina, C., Novitasari, I., & Suyono, A. (2023). *PENGARUH AIR KELAPA MUDA (COCOS NUCIFERA L) TERHADAP PENURUNAN TEKanan DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KONANG WILAYAH KERJA PUSKESMAS GALIS KABUPATEN PAMEKASAN*. 7, 20-24.