

Penerapan Pemberian Terapi Perasan Labu Siam (*Sechium Edule*) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Melalui Aplikasi Teori Ida Jean Orlando Di Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2025

The Application of Chayote Juice Therapy (*Sechium edule*) Using the Ida Jean Orlando Nursing Theory Approach to Reduce Blood Pressure in Hypertensive Patients at Simpang Nangka Public Health Center, Rejang Lebong, 2025

Intan Pratiwi ¹, Sulastri ²

^{1,2} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: intanpratiwi2702@gmail.com ¹; sulastry2007@gmail.com ²

How to Cite :

Pratiwi. I., Sulastri. (2026). Penerapan Pemberian Terapi Perasan Labu Siam (*Sechium Edule*) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Melalui Aplikasi Teori Ida Jean Orlando Di Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong Tahun . Jurnal Kesehatan Mitra Sekawan. 2(2).

ARTICLE HISTORY

Received [10 Desember 2025]

Revised [26 Februari 2026]

Accepted [04 Maret 2026]

KEYWORDS

Ida Jean Orlando, Chayote Juice, Blood Pressure Reduction, Hypertension.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh. Sehingga jantung harus bekerja lebih keras untuk memnuhi kebutuhan tersebut sehingga tekanan darah meningkat dengan nilai sistolik maupun diastolik $\geq 140/90$ mmHg. Dari beberapa model konsep tersebut, salah satunya adalah Ida Jean Orlando. Tujuan penelitian ini adalah agar penulis memahami dan menerapkan Pemberian Terapi Perasan Labu Siam (*SECHIUM EDULE*) dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Melalui Aplikasi Teori Ida Jean Orlando Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Nangka. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan studi kasus. Responden pada penelitian ini 2 orang laki-laki yang di Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong. Tindakan yang diberikan kepada responden yaitu terapi perasan labu siam (*Sechium Edule*) yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian terapi perasan labu siam (*Sechium Edule*) menunjukkan bahwa tekanan darah pasien menurun dari pasien 1 178/96 mmHg, pasien 2 160/100 mmHg menjadi pasien 1 142/82 mmHg, pasien 2 130/76 mmHg. Diharapkan pihak puskesmas dapat mengintegrasikan terapi perasan labu siam (*Sechium Edule*) sebagai alternatif terapi non-farmakologis untuk pasien dengan hipertensi.

ABSTRACT

researcher to understand and apply Chayote Juice Therapy (*Sechium edule*) in reducing blood pressure among hypertensive patients through the application of Ida Jean Orlando's Nursing Theory at the Simpang Nangka Public Health Center working area. The research method used in this study is a case study approach. The respondents consisted of two male patients at Simpang Nangka Public Health Center, Rejang Lebong District. The intervention given to the respondents was Chayote Juice Therapy (*Sechium edule*), which aimed to reduce blood pressure. The results showed that after the administration of Chayote Juice Therapy (*Sechium edule*), the respondents experienced a decrease in blood pressure from 178/96 mmHg and 160/100 mmHg to 142/82 mmHg and 130/76 mmHg, respectively. It is expected that the public health center may integrate Chayote Juice Therapy (*Sechium edule*) as an alternative non-pharmacological therapy for patients with hypertension.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global karena prevalensinya tinggi dan berpotensi menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal kronis. Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah dengan nilai sistolik maupun diastolik $\geq 140/90$ mmHg, yang terjadi akibat gangguan pada pembuluh darah sehingga suplai oksigen dan nutrisi terhambat ke jaringan tubuh. Kondisi ini menyebabkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan metabolik jaringan, sehingga tekanan darah meningkat. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis.

Salah satu alternatif terapi nonfarmakologis yang mulai banyak dikembangkan adalah penggunaan bahan herbal. Labu siam (*Sechium edule*) diketahui memiliki kandungan kalium, flavonoid, antioksidan, dan zat diuretik alami yang berperan dalam membantu menurunkan tekanan darah. Berbagai penelitian menunjukkan efektivitas konsumsi labu siam dalam menurunkan tekanan darah melalui mekanisme vasodilatasi dan peningkatan ekskresi natrium. Dalam praktik keperawatan, penerapan intervensi terapeutik membutuhkan dasar teori agar layanan keperawatan diberikan secara sistematis dan terarah.

Salah satu teori yang relevan dalam praktik keperawatan pasien hipertensi adalah teori Ida Jean Orlando, yang menekankan pentingnya interaksi antara perawat dan pasien dalam mengidentifikasi kebutuhan yang nyata maupun potensial secara individual. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menerapkan terapi perasan labu siam (*Sechium edule*) dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi melalui aplikasi teori Ida Jean Orlando di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Nangka. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan terapi komplementer berbasis evidence based practice pada pelayanan keperawatan

LANDASAN TEORI

Teori Ida Jean Orlando

Teori Ida Jean Orlando menyatakan bahwa keperawatan merupakan proses yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan pasien melalui interaksi yang dinamis antara perawat dan pasien. Perawat berperan mengidentifikasi kebutuhan pasien baik yang nyata maupun potensial berdasarkan respon verbal maupun nonverbal. Model ini menekankan bahwa setiap tindakan keperawatan harus didasarkan pada kebutuhan pasien, bukan sekadar rutinitas. Proses keperawatan dalam teori Orlando terdiri dari mengamati perilaku pasien, melakukan interpretasi dan validasi, serta memberikan tindakan yang sesuai untuk mencapai perubahan kondisi pasien.

Konsep Hipertensi

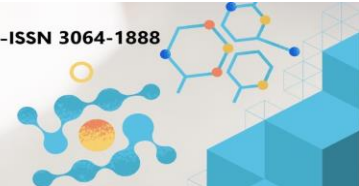
Hipertensi adalah kondisi meningkatnya tekanan darah secara persisten $\geq 140/90$ mmHg. Penyebab hipertensi umumnya dikaitkan dengan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer akibat penyempitan atau kekakuan pembuluh darah. Kondisi ini menyebabkan terganggunya perfusi jaringan karena suplai oksigen dan nutrisi tidak adekuat, sehingga jantung bekerja lebih keras untuk mempertahankan aliran darah. Faktor risiko hipertensi di antaranya usia, obesitas, stres, konsumsi garam berlebih, gaya hidup sedentari, riwayat keluarga, dan merokok. Bila tidak ditangani dengan baik, hipertensi dapat menyebabkan komplikasi seperti stroke, gagal ginjal, penyakit jantung, dan gangguan retina.

Terapi Herbal Labu Siam (*Sechium edule*)

Labu siam merupakan tanaman pangan tinggi air, kalium, flavonoid, serat, serta memiliki efek diuretik alami yang berperan dalam membantu penurunan tekanan darah. Mekanisme kerja labu siam dalam mengontrol tekanan darah antara lain melalui peningkatan ekskresi natrium sehingga menurunkan volume cairan intravaskular dan resistensi perifer. Selain itu, kandungan antioksidan membantu memperbaiki fungsi endotel sehingga terjadi vasodilatasi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konsumsi perasan labu siam secara rutin dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi.

Evidence Based Practice (EBP)

Evidence Based Practice (EBP) merupakan pendekatan dalam praktik keperawatan yang memadukan hasil penelitian terbaik, pengalaman klinis perawat, serta nilai dan preferensi pasien dalam pengambilan keputusan tindakan keperawatan. Penerapan EBP bertujuan untuk meningkatkan mutu pelayanan, efektivitas intervensi, dan meminimalkan risiko melalui penggunaan intervensi yang terbukti ilmiah. Dalam penelitian ini, EBP diaplikasikan melalui penggunaan terapi nonfarmakologis berupa perasan labu siam sebagai intervensi dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.



METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan pendekatan studi kasus (case study). Pendekatan ini digunakan untuk mengevaluasi dan mengkaji secara mendalam penerapan terapi perasan labu siam (*Sechium edule*) dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Pemilihan metode ini sesuai dengan tujuan penelitian yaitu mengevaluasi perubahan kondisi fisiologis responden sebelum dan setelah diberikan intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada dua orang responden laki-laki dengan diagnosis hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong. Intervensi yang diberikan berupa terapi perasan labu siam (*Sechium edule*) yang dikonsumsi secara rutin sesuai prosedur penelitian. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan setelah intervensi.

Tabel 1 Perubahan Tekanan Darah Responden Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi

Responden	Tekanan Darah Sebelum Intervensi	Tekanan Darah Setelah Intervensi	Penurunan
1.	178/96 mmHg	142/82 mmHg	↓ 36/14 mmHg
2.	160/100 mmHg	130/76 mmHg	↓ 30/24 mmHg

Berdasarkan hasil tabel di atas, terdapat penurunan tekanan darah signifikan pada kedua responden setelah diberikan terapi. Responden pertama mengalami penurunan dari 178/96 mmHg menjadi 142/82 mmHg, sementara responden kedua mengalami penurunan dari 160/100 mmHg menjadi 130/76 mmHg. Dengan demikian, terapi perasan labu siam menunjukkan efek positif terhadap penurunan tekanan darah pada kedua responden.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian terapi perasan labu siam (*Sechium edule*) efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penurunan tekanan darah pada kedua responden dapat dijelaskan melalui kandungan nutrisi dalam labu siam, seperti kalium, flavonoid, antioksidan, serta efek diuretik alami yang berperan dalam membantu mengontrol tekanan darah. Kalium berfungsi membantu mengurangi efek natrium dalam tubuh. Semakin tinggi asupan kalium, semakin besar potensi terjadinya penurunan tekanan darah melalui mekanisme vasodilatasi dan pengaturan keseimbangan cairan tubuh. Senyawa flavonoid dan antioksidan yang terkandung dalam labu siam juga membantu memperbaiki fungsi endotel dan mengurangi stres oksidatif, yang merupakan salah satu penyebab kekakuan pembuluh darah pada penderita hipertensi. Selain itu, efek diuretik pada labu siam meningkatkan pengeluaran cairan dan natrium melalui urin, sehingga menurunkan volume intravaskular dan resistensi perifer yang berdampak pada penurunan tekanan darah.

Penerapan teori Ida Jean Orlando dalam penelitian ini turut berkontribusi terhadap keberhasilan terapi, karena pendekatan ini menekankan interaksi perawat-pasien dalam mengidentifikasi kebutuhan, memberikan intervensi, serta mengevaluasi perubahan respon pasien secara individual. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa labu siam efektif sebagai terapi komplementer dalam mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi. Dengan demikian, terapi perasan labu siam dapat direkomendasikan sebagai salah satu alternatif terapi nonfarmakologis yang mudah diterapkan dalam praktik keperawatan berbasis evidence-based practice.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Pengkajian yang dilakukan pada pasien hipertensi melalui pendekatan Ida Jean Orlando di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2025
2. Telah menegakkan menganalisa dan merumuskan diagnosa keperawatan pada pasien Hipertensi, ditemukan pada pasien yaitu Perfusi perifer tidak efektif b.d peningkatan tekanan darah d.d akral teraba dingin melalui pendekatan Teori Ida Jean Orlando di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2025.

3. Perencanaan asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi melalui pendekatan Teori Ida Jean Orlando di Wilayah Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2025.
4. Telah memberikan implementasi : Perasan labu siam (*sechium edule*) melalui pendekatan Teori Ida Jean Orlando di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2025.
5. Telah menganalisis hasil evaluasi : dengan menerapkan penerapan terapi perasan labu siam (*sechium edule*) melalui pendekatan Teori Ida Jean Orlando Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Nangka Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2025.

Saran

1. Bagi masyarakat
Diharapkan dapat menerapkan terapi perasan labu siam (*sechium edule*) dalam kehidupan sehari-hari pada pasien hipertensi, yang bertujuan untuk mempercepat penurunan tekanan darah.
2. Bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, bahan informasi, serta dapat mengembangkan ilmu tentang terapi non farmakologi sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan pemberian terapi perasan labu siam (*sechium edule*) pada pasien hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
3. Bagi peneliti
Bagi peneliti diharapkan agar menjadi informasi tambahan berbasis evidence based untuk pengembangan penelitian lebih lanjut. Selanjutnya peneliti juga dapat menggunakan herbal yang lain untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Fauziah, N. A., Hidajati, K., & Soejoenoes, A. (2019). The Effect of Chayote Extract (*Sechium edule*) On Blood Pressure in Pregnant Women with Hypertension. *Indonesian Journal of Medicine*, 4(3), 266–277. <https://doi.org/10.26911/theijmed.2019.04.03.10>
- Fauziningtyas, R., Ristanto, A. C. A., & Makhfudli. (2020a). Effectiveness of Consumption *Sechium Edule* on Decreasing Blood Pressure in Elderly with Hypertension in Coastal Area. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 519(1), 0–5. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/519/1/012005>
- Fauziningtyas, R., Ristanto, A. C. A., & Makhfudli. (2020b). Effectiveness of Consumption *Sechium Edule* on Decreasing Blood Pressure in Elderly with Hypertension in Coastal Area. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 519(1), 2–7. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/519/1/012005>
- Hikmah, Hastuti, H., Mardiana, E., & Sifaunnisah. (2020). *The Effect of Chayote Juice (Sechium Edule) to Reduce Blood Pressure in Elderly with Hypertension*. 20(Icch 2019), 256–259. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200204.055>
- Indriyani, Y. W. I., & Komala, G. M. (2020). Pengaruh Pemberian Labu Siam Berimplikasi Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Maja Kabupaten Majalengka. *Journal of Midwifery Care*, 1(1), 22–32. <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i1.191>
- Nurarif, & Kusuma. (2016). *Pengaruh Hipertensi terhadap perilaku hidup pada lansia*. 2011, 8–25.
- SDKI, T. P. S. P. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik*. Jakarta: Dewan Pengurus PPNI.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus PPNI.
- Rahayu, A. (2021). *Terapi Komplementer Pada Hipertensi*. Surabaya: Pustaka Taman Ilmu.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Provinsi Bengkulu RISKESDAS 2018*. Bengkulu : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Smeltzer. S. C, B. B. (2017). *Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth*. Jakarta: EGC.
- World Health Organization. (2019). *Blood Pressure/Hypertension*.