



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

LAPORAN PROFESI KARYA ILMIAH AKHIR

**PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT (*SOLANUM LYCOPERSICUM*)
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI**

KARYA ILMIAH AKHIR

Oleh:

Munirah, S.Kep

04064822427006

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEDOKTERAN BAGIAN KEPERAWATAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2024



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

LAPORAN PROFESI KARYA ILMIAH AKHIR

**PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT (*SOLANUM LYCOPERSICUM*)
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI**

KARYA ILMIAH AKHIR

OLEH :

Munirah, S.Kep

04064822427006

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEDOKTERAN BAGIAN KEPERAWATAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2024

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini:

Nama : Munirah

NIM : 04064822427006

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Profesi Keperawatan (Ners). Jika dikemudian hari dinyatakan saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Oktober 2023



Munirah

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : Munirah
NIM : 04064822427006
JUDUL : **PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT (*SOLANUM LYCOPERSICUM*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Indralaya, 30 September 2024

PEMBIMBING

Jaji, S.Kep., Ners., M. Kep
NIP. 197605142009121001


(.....)

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Profesi Ners





Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

LEMBAR PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR

**NAMA : MUNIRAH
NIM : 04064822427006
JUDUL : PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT (*SOLANUM LYCOPERSICUM*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Laporan karya ilmiah akhir keperawatan ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji laporan karya ilmiah akhir Program Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, Oktober 2024

Pembimbing

Jaji, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.197605142009121001


(.....)

Penguji i

Sukmah Fitriani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIP. 198802282023212041


(.....)

Penguji 2

Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns.,M.Kep
NIP. 198304302006042003


(.....)

Mengetahui,-



Koor. Program Profesi Ners


Dhona Andhini, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.198306082008122002

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**Karya Ilmiah Akhir, Oktober 2024
Munirah**

**PENGARUH PEMBERIAN JUS TOMAT (*SOLANUM LYCOPERSICUM*)
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI
x + 99 Halaman + 4 Tabel + 6 Lampiran**

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi masih menjadi salah satu penyebab utama mortalitas dan morbiditas di Indonesia. Data dari Kemenkes (2018) menyebutkan prevalensi di Indonesia mencapai 34,1%. Oleh karena itu, deteksi dini dan pengelolaan jangka Panjang yang tepat sangat diperlukan untuk mencegah komplikasi dengan cara farmakologis maupun non farmakologis. Terapi non farmakologis yang dapat menurunkan tekanan darah adalah jus tomat. **Tujuan:** menerapkan hasil telaah evidence based nursing dengan minum jus tomat pada keluarga dengan hipertensi. **Metode:** menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus dan pengimplementasian asuhan keperawatan sesuai hasil analisis 10 artikel penelitian pada tiga keluarga kelolaan. **Hasil:** ketiga anggota keluarga kelolaan yang menderita hipertensi menunjukkan adanya permasalahan pada perfusi perifer berkaitan dengan peningkatan tekanan darah dan nampak menunjukkan ketidakmampuan keluarga merawat anggota ke luarga yang menderita hipertensi. Hasil implementasi selama 3 hari pada ketiga anggota keluarga kelolaan yang menderita hipertensi yang diberikan jus tomat menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik. **Pembahasan:** Manfaat dari penurunan tekanan darah yang terjadi pada ketiga klien yang dapat memengaruhi perfusi perifer klien diperoleh melalui manfaat tomat. **Kesimpulan:** Adanya pengaruh pada penurunan tekanan darah ketiga anggota keluarga kelolaan yang menderita hipertensi sehingga jus tomat dapat digunakan sebagai pilihan terapi nonfarmakologis dalam mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan, Hipertensi, Jus Tomat, Keluarga

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING DEPARTMENT
NURSING STUDY PROGRAM**

**Final Scientific Research, October 2024
Munirah**

**THE EFFECT OF GIVING TOMATO JUICE (SOLANUM LYCOPERSICUM)
ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE PATIENTS**

x + 99 pages + 4 tables + 6 attachments

ABSTRACT

Background: Hypertension remains one of the leading causes of mortality and morbidity in Indonesia. Data from the Ministry of Health (2018) states that the prevalence in Indonesia reached 34.1%. Therefore, early detection and proper long-term management are needed to prevent complications by pharmacological and non-pharmacological means. Non-pharmacological therapy that can lower blood pressure is tomato juice. **Objective:** to apply the results of the review of evidence-based nursing by drinking tomato juice in families with hypertension. **Methods:** using descriptive qualitative methods with a case study approach and implementing nursing care according to the results of analyzing 10 research articles on three managed families. **Results:** the three members of the managed family suffering from hypertension showed problems with peripheral perfusion related to increased blood pressure and appeared to show the inability of the family to care for family members suffering from hypertension. The results of implementation for 3 days on the three members of the managed families suffering from hypertension who were given tomato juice showed a decrease in systolic blood pressure and diastolic blood pressure. **Discussion:** The benefits of the decrease in blood pressure that occurred in the three clients that could affect the client's peripheral perfusion were obtained through the benefits of tomatoes. **Conclusion:** There is an effect on reducing the blood pressure of the three managed family members who suffer from hypertension so that tomato juice can be used.

Keywords: Nursing Care, Hypertension, Tomato Juice, Family

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, Tuhan yang tidak pernah meninggalkan hambanya, Allah SWT yang telah senantiasanya memberikan rahmat dan pertolongan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah ini yang berjudul “Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Solanum Lycopersicum*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”. Dalam lembar ini, Penulis mengungkapkan rasa syukur dan ucap terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung serta kebersamai penulis dalam proses menyelesaikan karya ilmiah ini dalam upaya mendapatkan gelar “Ners”, diantaranya kepada:

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kepala Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
2. Ibu Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Koordinator Program Profesi Ners Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
3. Bapak Jaji, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen pembimbing yang selalu menyediakan waktu, pikiran dan tenaga untuk membimbing, mengarahkan dan memotivasi dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini
4. Ibu Sukmah Fitriani, S. Kep, Ners, M.Kep,Sp. Kep.Kom dan Ibu Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen penguji yang telah berkenan untuk menyisihkan waktu, pikiran dan tenaga untuk menguji, memberi saran dan masukan dalam upaya menyempurnakan karya ilmiah ini
5. Seluruh dosen dan staf administrasi Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah memberikan ilmu serta membantu dalam menyelesaikan urusan administrasi selama program Profesi berlangsung
6. Kedua orang tua hebatku, adik-adikku terkasih dan teman-temanku tersayang, yang senantiasa kebersamai, mendengarkan keluh kesahku, dan mendukungku selama menjalani program profesi

7. Teman-teman angkatan Profesi Ners 2024 genap, atas perjalanan panjang penuh makna dan cerita.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini tidak luput dari kekurangan sehingga besar harapan penulis untuk mendapat kritik, saran dan masukan membangun agar karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi institusi, profesi keperawatan serta masyarakat.

Indralaya, Oktober 2024

Penulis.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR	ii
LEMBAR PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	3
C. Manfaat Penelitian	4
D. Metode Penelitian	5
BAB II TINJAUAN TEORI	6
A. Konsep Dasar Hipertensi	6
B. Konsep Terapi Jus Tomat	14
C. Konsep Lanjut Usia.....	15
D. Konsep Keluarga.....	25
E. Konsep Keperawatan Keluarga.....	32
F. Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga.....	34
G. Penelitian Terkait.....	38
BAB III GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN	48
A. Gambaran Pengkajian Kasus Pasien Kelolaan	48
B. Gambaran Hasil Diagnosa Keperawatan	59
C. Gambaran Hasil Intervensi dan Implementasi Keperawatan.....	60
D. Gambaran Hasil Evaluasi Keperawatan	77
BAB IV PEMBAHASAN	88
A. Pembahasan Kasus Berdasarkan Teori dan Hasil Penelitian Terkait Aplikasi Jurnal yang Digunakan.....	88
B. Implikasi Kesehatan.....	93
C. Dukungan dan Hambatan Selama Profesi	94
BAB V PENUTUP	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA	97

DAFTAR TABEL

Tabel 2.2.1 Klasifikasi hipertensi menurut Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (2019).....	6
Tabel 2.2 Penelitian Terkait	47
Tabel 3.1. Gambaran Hasil Pengkajian.....	58
Tabel 4.1 Hasil Pemantauan Tekanan Darah Klien Kelolaan.....	91

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Manuskrip Studi Kasus
- Lampiran 2 Asuhan Keperawatan Lengkap
- Lampiran 3 Dokumentasi
- Lampiran 4 Standar Prosedur Operasional
- Lampiran 5 Leaflet Pendidikan Kesehatan
- Lampiran 6 Artikel Terkait Aplikasi Intervensi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi yang umum dikenal sebagai tekanan darah tinggi adalah kondisi di mana tekanan darah sistolik seseorang mencapai 140 mmHg atau lebih, serta tekanan darah diastolik mencapai 90 mmHg atau lebih. Banyak orang mungkin tidak menyadari pentingnya perhatian terhadap hipertensi atau tekanan darah tinggi. Dalam dunia kesehatan, kondisi ini dianggap berbahaya dan sering disebut sebagai "*the silent killer*" karena dapat menyerang siapa saja tanpa menunjukkan gejala yang jelas. (WHO, 2023).

Statistik yang disampaikan oleh WHO (2023) yaitu Sekitar satu miliar orang di seluruh dunia mengalami hipertensi, dengan dua pertiga di antaranya tinggal di negara berkembang dengan penghasilan menengah ke bawah. Diperkirakan prevalensi hipertensi akan meningkat secara signifikan, sehingga pada tahun 2025, sekitar 29% orang dewasa di dunia akan terpengaruh. Hipertensi menyebabkan sekitar 8 juta kematian setiap tahun, dengan 1,5 juta di antaranya terjadi di Asia Tenggara, di mana sepertiga dari populasi menderita kondisi ini.

Data dari Kementerian Kesehatan (2018) menyebutkan frekuensi penderita penyakit tekanan darah tinggi di Indonesia mencapai 34,1%, yang menunjukkan kenaikan dibandingkan dengan frekuensi pada Riskesdas 2013 yang sebesar 25,8%. Data Riskesdas 2018 juga mengungkapkan bahwa di Provinsi Jawa Barat, prevalensi hipertensi naik dari 34,5% menjadi 39,6% pada tahun 2020.

Pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi garam berlebihan, rendahnya asupan kalium, serta tingginya konsumsi lemak dan gula, merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap perkembangan hipertensi (Saragih et al., 2022). Garam yang berlebihan menyebabkan retensi cairan dalam tubuh, meningkatkan volume darah, dan akhirnya memicu peningkatan tekanan darah. WHO merekomendasikan asupan garam kurang dari 5 gram per hari untuk mengurangi risiko hipertensi. Selain itu, kurangnya konsumsi buah dan sayuran yang kaya kalium dapat meningkatkan risiko hipertensi karena kalium berperan dalam menyeimbangkan kadar natrium dalam tubuh (Sulastri et al., 2023). Pola

makan yang tinggi lemak jenuh, lemak trans, dan gula tambahan juga dapat menyebabkan obesitas, peningkatan kolesterol, dan resistensi insulin, yang semuanya berkontribusi terhadap peningkatan risiko hipertensi.

Selain pola makan, faktor gaya hidup seperti kurangnya aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan, dan merokok juga berperan penting dalam perkembangan hipertensi (Mayasari et al., 2019). Gaya hidup yang sedentari berkontribusi terhadap peningkatan berat badan dan resistensi insulin, yang dapat meningkatkan tekanan darah. Olahraga teratur sangat penting dalam menjaga berat badan yang sehat, mengurangi stres, dan meningkatkan kesehatan jantung. Di sisi lain, konsumsi alkohol yang berlebihan dan merokok dapat merusak dinding arteri, menyebabkan penyempitan pembuluh darah, dan meningkatkan tekanan darah (Kurnia, 2021). Kombinasi dari kedua kebiasaan ini sangat meningkatkan risiko hipertensi, terutama jika disertai dengan stres kronis yang juga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah melalui mekanisme hormonal yang kompleks.

Pengelolaan hipertensi yang efektif sangat penting untuk mencegah penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung koroner dan stroke. Dengan menurunkan tekanan darah, risiko beban pada jantung dan kerusakan pembuluh darah dapat diminimalisir, sehingga mencegah serangan jantung, stroke, dan gagal jantung (Hutagalung, 2021). Selain itu, pengelolaan yang baik juga dapat mencegah kerusakan organ lainnya, seperti ginjal, mata, dan otak, yang dapat dipicu oleh tekanan darah yang tidak terkontrol.

Selain mencegah komplikasi serius, pengelolaan hipertensi yang baik juga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup dan harapan hidup. Pengelolaan yang efektif dapat mengurangi gejala seperti sakit kepala dan kelelahan, serta menjaga produktivitas individu dalam kehidupan sehari-hari. Dari segi ekonomi, pengelolaan yang baik dapat mengurangi biaya perawatan kesehatan jangka panjang dan mencegah ketidakmampuan akibat komplikasi hipertensi (Andrianto, 2022). Oleh karena itu, deteksi dini dan pengelolaan jangka panjang yang tepat sangat diperlukan untuk mencegah perkembangan penyakit lebih lanjut dan memastikan kualitas hidup yang optimal.

Untuk mencegah komplikasi lebih lanjut akibat hipertensi, diperlukan

penanganan yang tepat dan efektif. Selain metode farmakologis, banyak orang kini memilih obat herbal alternatif untuk menurunkan tekanan darah. Penggunaan obat herbal untuk mengatasi hipertensi semakin populer di Indonesia. Masyarakat percaya bahwa di sekitar kita banyak tumbuhan yang dapat di gunakan untuk menurunkan tekanan darah termasuk tomat (Sulistiani & Supriyanti,. 2020).

Penelitian terkait efek konsumsi jus tomat terhadap tekanan darah menunjukkan hasil yang menjanjikan dalam pengelolaan hipertensi. Beberapa studi menemukan bahwa jus tomat dapat secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada individu dengan hipertensi ringan hingga sedang (Septimar et al., 2020). Penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi jus tomat, yang kaya akan likopen dan antioksidan lainnya, dapat memperbaiki fungsi endotelium dan mengurangi stres oksidatif yang berkontribusi pada peningkatan tekanan darah. Selain itu, beberapa mekanisme potensial termasuk efek vasodilatasi dari likopen dan pengurangan peradangan yang dapat berkontribusi pada pengurangan tekanan darah.

Kelebihan jus tomat sebagai intervensi untuk hipertensi terletak pada sifatnya yang mudah diakses, alami, dan potensial. Jus tomat dapat diintegrasikan dengan mudah ke dalam diet sehari-hari dan relatif murah dibandingkan dengan beberapa intervensi farmakologis. Selain itu, jus tomat menyediakan manfaat gizi tambahan melalui kandungan vitamin dan mineralnya, seperti vitamin C, kalium, dan folat, yang juga berkontribusi pada kesehatan kardiovaskular secara keseluruhan.

Mengacu pada uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dan menganalisis artikel-artikel penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Solanum Lycopersicum*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi”.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan hasil studi kasus keperawatan keluarga yang berfokus pada asuhan keperawatan dengan menerapkan hasil evaluasi keperawatan

berdasarkan bukti di Desa Meranjat II yang melibatkan pemberian jus tomat kepada keluarga dengan hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk memamparkan hasil pengkajian keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi di Desa Meranjat II
- b. Untuk memamparkan diagnosis keperawatan yang muncul pada asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi di Desa Meranjat II
- c. Untuk memamparkan intervensi keperawatan yang akan dilakukan pada asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi di Desa Meranjat II
- d. Untuk memamparkan implementasi keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi di Desa Meranjat II
- e. Untuk memamparkan hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi di Desa Meranjat II
- f. Untuk memamparkan hasil telaah *evidence based nursing* mengenai pemberian jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pada keluarga dengan hipertensi di Desa Meranjat.

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mahasiswa keperawatan mengenai konsep dan penatalaksanaan hipertensi secara farmakologi maupun non farmakologi dengan pemberian jus tomat.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan informasi maupun referensi dalam melakukan asuhan keperawatan khususnya mengenai hipertensi dengan pemberian jus tomat

3. Bagi Institusi Pendidikan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa dan institusi keperawatan khususnya pada mata kuliah keperawatan keluarga.

D. Metode Penelitian

Laporan ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan melalui beberapa tahap, diantaranya:

1. Pemilihan tiga klien berdasarkan kriteria menderita hipertensi
2. Analisis teori menggunakan beberapa literatur dan artikel penelitian untuk memahami permasalahan klien dengan tepat
3. Membuat format asuhan keperawatan sesuai dengan proses keperawatan yaitu pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan hingga evaluasi keperawatan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di stase keperawatan keluarga
4. Penegakkan diagnosis keperawatan menggunakan panduan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, perencanaan menggunakan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia dan penetapan tujuan dan kriteria hasil menggunakan Standar Luaran Keperawatan Indonesia
5. Mengaplikasikan asuhan keperawatan kepada keluarga dengan hipertensi dengan difokuskan pemberian jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pada anggota keluarga yang menderita hipertensi berdasarkan pada hasil telaah literatur pada 10 artikel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, A. G. A., Nelwan, J. E., & Wariki, W. M. V. (2018). Kejadian hipertensi dan riwayat keluarga menderita hipertensi di Puskesmas Paceda Kota Bitung. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 7(5).
- Adrian, S. J. (2019). *Hipertensi esensial: diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa*. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(3), 172–178.
- Agustin, I., Putri, P., Erman, I., & Maharani, S. C. (2021). Perbandingan Efektifitas Jus Semangka Merah dan Jus Tomat Terhadap Tekanan Darah. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 24–32.
- Agustinus, I., Santoso, E., & Rahayudi, B. (2018). Klasifikasi Risiko Hipertensi Menggunakan Metode Learning Vector Quantization (LVQ). *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer*, 2(8), 2947–2955.
- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Azhar, M. U. (2019). Terapi non farmakologi dalam pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi: Systematic review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199.
- Andrianto. (2022). *Menangani Hipertensi*. Airlangga University Press.
- Anshari, Z. (2020). Komplikasi hipertensi dalam kaitannya dengan pengetahuan pasien terhadap hipertensi dan upaya pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 54–61.
- Ariyanti, S., Sulistyono, R. E., Rahmawati, P. M., Surtikanti, S., Aristawati, E., Rahmi, C., ... & Nurcahyaningtyas, W. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Damayanti, R., Fauzan, S., Fahdi, F.K. (2021). Hubungan Penderita Hipertensi dengan Tingkat Stres di Wilayah Kerja UPK Puskesmas Kampung Dalam Pontianak Timur. *Jurnal Untan: ProNers Vol. 6 (2)*
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). *Kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya*. *Hipertensi*, 28.
- Erman, I., Damanik, H.D.L., Sya'diyah. (2021). Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, Vol. 1 No. 1
- Fauziah, T., Nurmayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2021). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap “Yuk Kenali Pencegahan dan Penanganannya.”* In Buku Saku.
- Gunawan, I., & Solihat, Y. (2022). Penerapan Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *HealthCare Nursing Journal*, 4(2b), 18–23.
- Hidayah, N., Utomo, A. S., & Denys, D. (2018). Pengaruh Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Lansia. *The Indonesian Journal of Health Science*, 77–83.
- Hutagalung, M. (2021). Pengetahuan, sikap dan tindakan stroke dan tentang hipertensi sebagai faktor risiko stroke: Panduan lengkap stroke. NUSAMEDIA.
- Jayanti, I.G.A.N., Wiradnyani, N.K., Ariyasa, I. G. (2017). Hubungan Pola Konsumsi Minuman Beralkohol terhadap Kejadian Hipertensi pada Tenaga Kerja Pariwisata di Kelurahan Legian. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, Vol. 6 (1)

- Kemenkes RI. (2016). *Buku Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan. (2018). RISKESDAS. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Kholifah, S. (2016). *Modul Bahan Ajar : Keperawatan Gerontik*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kurnia, A. (2021). *Self-management hipertensi*. Jakad Media Publishing.
- Mayangsari, E. (2019). *Farmakoterapi Kardiovaskuler*. Tim UB Press.
- Mailani, F. (2023). *Terapi Komplementer dalam Keperawatan*.
- Marhabatsar, N. S., & Sijid, S. A. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Prosiding Biologi Achieving the Sustainable Development Goals*, November, 72–78. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Marlina, R., & Mujahid, I. (2020). Efektifitas Jus Jeruk Dan Jus Tomat Terhadap Hipertensi Di Desa Tambaksogra Banyumas. *Human Care Journal*, 5(3), 786–797.
- Mayasari, M., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Azzam, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 344–353. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i2.849>
- Mu'min, N., Rachmadi, F., & Fahdi, F. K. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Solanum Lycopersicum*) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Kampung Dalam Kecamatan Pontianak Timur. *ProNers*, 3(1).
- Mujiadi & Rachmah, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Mojokerto : STIKes Majapahit Mojokerto.
- Musakkar, & Djafar, T. (2021). *Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi*. CV. Pena Persada.
- Nasrullah, D. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1 Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan NANDA 2015 - 2017 NIC dan NOC*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- NHLBI. (2022). *High Blood Pressure: Causes and Risk Factors*. Diakses dari: <https://www.nhlbi.nih.gov/health/high-blood-pressure/diagnosis> pada tanggal 20 April 2024
- Ningtyas, W. N., Anggraeni, W., & Zakaria, A. (2023). Pengaruh Konsumsi Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(6), 341–347.
- Nugroho, Y. W., & Nuasirina, L. W. (2019). Efektivitas Diet Jus Tomat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Selogiri Kabupaten Wonogiri. *Jurnal Keperawatan GSH*, 8(1), 40–47.
- Nurarif, A.H., Kusuma, H. (2016). *Asuhan Keperawatan Praktis Berdasarkan Penerapan Diagnosa NANDA NIC NOC dalam Berbagai Kasus Edisi 1*. Yogyakarta: Mediacion Jogja
- Organization, W. H. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Panggabean, M. S. (2023). Penatalaksanaan Hipertensi Emergensi. *Cermin Dunia Kedokteran*, 50(2), 82–91. <https://doi.org/10.55175/cdk.v50i2.520>
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. (2019). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi*. Jakarta: PERHI

- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531–542.
- Runturambi, Y. N., Kaunang, W. P. J., & Nelwan, J. E. (2019). Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi. *Kesmas*, 8(7).
- Salamung, N., Pertiwi, M. R., Ifansyah, M. N., Riskika, S., Maurida, N., Suhariyati, S., ... & Rumbo, H. (2021). *Keperawatan Keluarga= Family Nursing*.
- Saragih, M., Aryanti, D., & Yuliza, E. I. (2022). *Asuhan Gizi dan Keperawatan pada Hipertensi*.
- Septimar, Z. M., Rustami, M., & Wibisono, A. Y. G. (2020). Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Tangerang Tahun 2020: A Literature Review. *Jurnal Menara Medika*, 2(2), 66–73.
- Setiyorini, E. (2018). *Asuhan Keperawatan Lanjut Usia Dengan Penyakit Degeneratif*. Media Nusa Creative.
- Silaswati, S. (2020). Perawatan Lansia Secara Umum Dan Pertolongan Pertama Pada Keadaan Darurat. Materi Paparan Narasumber pada Webinar Orientasi Panduan Caregiver Juli Tahun 2020.
- Sulastrri, W., Hasneli, Dwiyantri, D., Sartika, W., & Kasmiyetti. (2023). Gambaran Asumsi Kalium Dan Natrium Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. *Jurnal Gizi Mandiri*, 01 (02)(02), 49–59.
- Sulistiani, E., & Supriyanti, S. (2020). Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Lycopersicum Commune*) dan Mentimun (*Cucumis Sativus*) terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Paya Bujuk Teungoh Kecamatan Langsa Barat. *NASUWAKES: Jurnal Kesehatan Ilmiah*, 13(2), 119–131.
- Susanto, W.H.A., Evi, S., Abiddin, A.H., Yunike., Gultom, R., Ester., Nuraeni, A., Lalla, N.S.N., Ayu, I.P. (2022). *Ilmu Keperawatan Komunitas dan Keluarga*. Sumatera Barat: PT Global Eksekutif Teknologi
- Trismiyana, E., Isnainy, U. C. A. S., & Herizon, H. (2020). Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kotabumi 2 Kecamatan Kotabumi Selatan Kabupaten Lampung Utara. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 791–800.
- Widyarani, L. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Solanum Lycopersicum*) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi Stadium I. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 7(1), 1–8.