



## Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Kolesterol Dengan Pemberian Intervensi Jus Jambu Biji Merah Untuk Menurunkan Kadar Kolesterol Di Panti Werdha Kasih Ayah Bunda Tangerang

Indah Fitriyani <sup>1</sup>, Siti Robeatul Adawiyah <sup>2</sup>, Rina Puspita Sari <sup>3</sup>, Siti Rahayu <sup>4</sup>

Program Studi Profesi Ners Universitas Yatsi Madani

Jl. Aria Santika No.40A Bugel, Margasari, Karawaci Kota Tangerang

Email: [f.indaah27@gmail.com](mailto:f.indaah27@gmail.com)

**Abstrak. Latar Belakang :** Kolesterol merupakan suatu kondisi jumlah kolesterol darah melebihi batasan normal. Kolesterol menjadi salah satu indikator pada pembuluh darah dan menjadi prioritas utama dalam penanggulangan masalah kesehatan dinegara maju dan berkembang. Penyebab kolesterol adalah asupan makanan tidak sehat, seperti mengkonsumsi tinggi lemak, konsumsi buah dan sayur rendah, obesitas, aktifitas fisik rendah, hipertensi, stress, merokok, dan penggunaan alkohol. **Tujuan :** Tujuan dari penulisan ini untuk memberikan gambaran asuhan keperawatan pasien kolesterol dalam menurunkan kadar kolesterol dengan pemberian jus jambu biji merah. **Metode :** Desain studi kasus menggunakan asuhan keperawatan. Sampel studi kasus ini menggunakan 1 pasien dilakukan intervensi selama 7 hari. **Hasil :** berdasarkan hasil implementasi pada Ny. M dengan mengaplikasikan pemberian jus jambu biji selama 7 hari didapatkan data kadar kolesterol pada Ny. M dihari ketiga mengalami penurunan dari 288 mg/dl menjadi 199 mg/dl dan kadar kolesterol pada hari ke-7 190 mg/dl. Sehingga diagnosa nyeri akut teratasi dan dapat disimpulkan dengan adanya perubahan, hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus jambu biji dalam menurunkan kadar kolesterol.

**Kata Kunci :** Asuhan Keperawatan, Kolesterol, Jus Jambu Biji Merah,.

**Abstract. Background:** Cholesterol is a condition where the amount of blood cholesterol exceeds normal limits. Cholesterol is one of the indicators in blood vessels and is a top priority in the management of health problems in developed and developing countries. The cause of cholesterol is unhealthy food intake, such as consuming high fat, low fruit and vegetable consumption, obesity, low physical activity, hypertension, stress, smoking, and alcohol use. **Purpose:** The purpose of this paper is to provide an overview of nursing care for cholesterol patients in lowering cholesterol levels by administering red guava juice. **Method:** Case study design using nursing care. This case study sample used 1 patient who was intervened for 7 days. **Results:** based on the results of implementation on Ny. M with the application of guava juice for 7 days obtained data on cholesterol levels in Ny. M on the third day decreased from 288 mg/dl to 199 mg/dl and cholesterol levels on the 7th day 190 mg/dl. So that the diagnosis of acute pain is resolved and it can be concluded that there is a change, this shows the effect of giving guava juice in lowering cholesterol levels

**Keywords:** Nursing Care, Cholesterol, Red Guava Juice.

## PENDAHULUAN

*World Health Organisation* (WHO) menjelaskan populasi lansia di Indonesia menduduki peringkat keempat didunia setelah Republik Rakyat Cina (RRC), India dan Amerika Serikat. Berdasarkan lima dekade terakhir persentase lansia Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat (1971-2020), yakni menjadi 9,92% (26 juta-an) berbanding 47,71% . Berdasarkan seluruh lansia yang ada di Indonesia, lansia muda (60-69 tahun) jauh mendominasi dengan besaran yang mencapai 64,29%, selanjutnya diikuti oleh lansia madya (70-79 tahun) dan lansia tua (80+ tahun) dengan besaran masing- masing 27,23% dan 8,49%. Tahun ini sudah ada 6 provinsi yang memiliki struktur penduduk tua di mana penduduk lansianya sudah mencapai 10%, yaitu: DI Yogyakarta (14,71%), Jawa Tengah (13,81%), Jawa Timur (13,38%), Bali (11,58%), Sulawesi Utara (11,51%), dan Sumatera Barat (10,07%). Provinsi Bali khususnya Kabupaten Badung jumlah lansia mengalami peningkatan yaitu dari tahun 2010 sebesar 7,38 % kemudian ditahun 2020 sebesar 9,19 % (Badan Pusat Statistik, 2020).

Data Riskesdas (2018), menyatakan prevalensi persentase kasus PJK di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada rentang usia 55 – 64 sebesar 3,9 %, sedangkan pada rentang usia 65 – 74 sebesar 4,6 % dan pada usia lebih dari 75 tahun sebesar 4,7 %. Berdasarkan data kunjungan pasien rawat jalan Rumah Sakit Daerah (RSD) Mangusada Kabupaten Badung dikatakan bahwa 2 tahun terakhir kunjungan poli jantung masih berada dalam jumlah tinggi dimana pada tahun 2018 (14.344 kunjungan) dan 2019 (13.039 kunjungan). *World Health Organisation* menjelaskan bahwa 20% serangan stroke dan 50% serangan jantung disebabkan oleh tingginya kadar kolesterol dalam darah (Devi, 2018).

Lanjut usia merupakan proses mengalami penuaan anatomi, fisiologis, dan biokimia pada jaringan organ yang dapat mempengaruhi keadaan fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan. Pada lanjut usia terjadi kemunduran fungsi tubuh dimana salah satunya adalah kemunduran fungsi kerja pembuluh darah. Lansia adalah seorang yang telah berusia >60 tahun dan tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari (Ratnawati, 2019).

Kolesterol merupakan salah satu gangguan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan kadar kolesterol total darah. Saat ini prevalensi hiperkolesterolemia masih tinggi. Prevalensi hiperkolesterolemia di dunia sekitar 45% di Asia Tenggara sekitar 30% dan di Indonesia 35%. Faktor pemicu peningkatan kadar kolesterol dalam darah yaitu kebiasaan mengkonsumsi makanan yang tidak sehat terutama makanan yang mengandung kadar lemak jenuh seperti santan, jeroan, otak sapi, daging kambing, kulit ayam, kerang, udang, cumi, dll.

Kurangnya aktifitas fisik juga dapat menjadi faktor pemicu, selain itu kebiasaan merokok atau minuman beralkohol (Kemenkes RI, 2019; Balibangkes, 2020; WHO, 2019).

Kolesterol tinggi merupakan kondisi dimana kadar kolesterol total 190 mg/dL atau lebih. Persentase kolesterol tinggi yang tercatat di Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) PTM dan Puskesmas yang sudah menggunakan sistem informasi surveilans PTM menurut jenis kelamin, pada laki-laki sebesar 48% sedangkan pada perempuan 54.3%. Persentase kolesterol tinggi menurut umur sebagian besar pada kelompok umur >60 tahun sebesar 58.7%. Menurut data provinsi, persentase pengunjung dengan kolesterol tinggi di posbindu dan FKTP di Indonesia paling tinggi di Provinsi Papua Barat yaitu 70%. Untuk data Banten terdapat jumlah yang diperiksa 568 orang, jumlah kolesterol tinggi terdapat 217 orang dengan persentase 38,2%. Data pada tabel ini mungkin tidak dapat mewakili secara nasional karena hanya berdasarkan pada jumlah yang diperiksa sehingga tidak bisa disimpulkan (Kemenkes, 2019).

Berdasarkan keadaan ini, perlu adanya pencegahan dan penanggulangan penyakit jantung dan pembuluh darah dengan memperbaiki pola konsumsi makanan rendah lemak dan kolesterol. Penanganan diperlukan untuk mengendalikan kadar kolesterol darah sebagai upaya pencegahan terjadinya dampak lebih lanjut dari hiperkolesterol. *Therapeutik Lifestyle Changes* (TLC) mencakup penurunan asupan lemak jenuh dan kolesterol, pemilihan bahan makanan yang dapat menurunkan kadar LDL, penurunan berat badan, dan peningkatan aktifitas fisik yang teratur. Oleh karena itu perlunya dilakukan implementasi pemberian jus jambu untuk menurunkan kadar kolesterol.

Berdasarkan penelitian yang ada pemberian jambu biji dalam bentuk sari, ekstrak, jus maupun dalam bentuk utuh sama-sama bisa menurunkan kadar kolesterol. Selain itu jambu biji tidak hanya dapat menurunkan kadar kolesterol tetapi juga dapat menurunkan kadar glukosa, efek antipiretik berdarah dan memiliki kandungan flavonoid yang tinggi (Yosa, T. 2020).

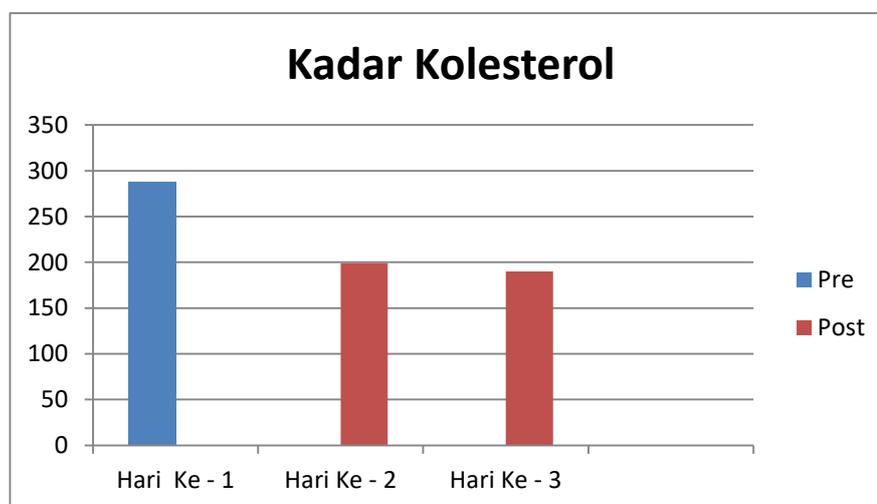
## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan observasional melalui studi kasus untuk memperoleh gambaran pemberian jus jambu biji merah pada penderita kolesterol. Subyek yang digunakan dalam studi kasus yang diambil yaitu pasien dengan kolesterol. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian gerontik dan melakukan tindakan pemberian jus jambu biji merah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Intervensi dilakukan pada Ny. M untuk masalah keperawatan Nyeri Akut yaitu pemberian jus jambu biji merah, menurut buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (2018). Untuk mengatasi kolesterol dapat dilakukan intervensi Observasi : Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi nyeri non verbal, dan monitor keberhasilan terapi komplementer yang telah diberikan. Terapeutik : berikan teknik non farmakologis untuk mengurangi kadar kolesterol yang mengakibatkan nyeri dengan pemberian jus jambu biji merah.

### Grafik Kadar Kolesterol pad Ny. M Selama Pemberian Jus Jambu Biji Merah



Pada saat kunjungan hari pertama Rabu, 12 Juli 2023 dilakukan pengecekan kolesterol, melakukan pemberian jus jambu biji merah, sebelum diberikan jus jambu biji merah, didapatkan hasil kolesterol 288 mg/dl. Setelah pengecekan kolesterol Ny. M meminum jus jambu biji merah, jus jambu biji merah diberikan 2 x pemberian dalam sehari pada pagi dan siang hari, pemberian jus jambu biji merah dilakukan selama 7 hari berturut-turut dan pengecekan kolesterol dilakukan pre dan post (hari pertama, hari ketiga, hari ke tujuh), selanjutnya di lakukan edukasi kesehatan tentang apa itu kolesterol dengan evaluasi Ny. M masih belum mengetahui apa itu kolesterol dan apa penyebabnya dan dilakukan edukasi pencegahan jatuh untuk mecegah terjadinya jatuh pada Ny.M. Pada Kamis, 13 Juli 2023 melakukan implementasi pemberian jus jambu biji merah kepada Ny. M dengan evaluasi Ny. M mengatakan masih terasa sedikit berkurang nyeri diarea tengkuknya dengan skala nyeri 5, selanjutnya dilakukan edukasi kesehatan tentang kolesterol dengan evaluasi Ny.M sudah mengetahui apa itu kolesterol dan apa saja kebiasaan supaya kolesterol tidak naik dan dilakukan edukasi pencegahan jatuh dengan evaluasi Ny. M akan berhati-hati jika berjalan dan

kalau ada yang susah di ambil meminta bantuan kepada suster yang ada di panti. Pada Jum'at, 14 Juli 2023 melakukan implementasi kembali yaitu pemeberian jus jambu biji merah kepada Ny. M dan sebelum diberikan jus jambu biji merah dilakukan pengecekan kolesterol didapati hasil kolesterol 199 mg/dl, pada hari ketiga terjadi penurunan kadar kolesterol dari hari pertama, setelah dilakukan pengecekan kemudian diberikan jus jambu biji merah dengan evaluasi Ny. M mengatakan masih terasa nyeri dibagian tengkuknya namun sudah mulai berkurang dengan skala nyeri 4. Melakukan implementasi pada hari ke-4 Sabtu, 15 Juli 2023 yaitu pemberian jus jambu biji merah kepada Ny. M dengan evaluasi tengkuknya masih terasa nyeri namun sudah mulai berkurang sedikit demi sedikit dengan skala nyeri 3. Implementasi hari ke-5 Minggu, 16 Juli 2023 yaitu pemberian jus jambu biji merah kembali kepada Ny. M dengan evaluasi masih terasa nyeri dibagian tengkuk dengan skala nyeri 3. Implementasi hari ke 6 Senin, 17 Juli 2023 dengan pemberian jus jambu biji merah kepada Ny. M dengan evaluasi nyerinya sudah berkurang dengan skala nyeri 2. Pada hari ke-7 Selasa, 18 Juli 2023 diberikan jus jambu biji merah dan setelah diberikan jus jambu biji merah melakukan pengecekan kembali kolesterol untuk mengetahui kadar kolesterol pada Ny. M setelah pengecekan didapatkan hasil kolesterol yaitu 190 mg/dl.

Asuhan keperawatan ini sejalan dengan penelitian Nadiyah (2021) dengan judul Pengaruh Pemberian Jus Daging Buah Jambu Biji (*Psidium guajava*) Terhadap Penurunan Kolesterol Pada Pasien Hiperkolesterolemia. Hasil penelitian (Nadiyah A.A & Hajrah H.K, 2021) dengan judul penelitian Pengaruh Pemberian Jus Daging Buah Jambu Biji (*Psidium guajava*) Terhadap Penurunan Kolesterol Pada Pasien Hiperkolesterolemia. Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen quasi, pre test dan post test dengan desain kontrol, dengan purposive sampling sebagai metode dalam pengambilan sampel. Pada penelitian ini subjek sebanyak 10 orang dibagi menjadi 2 kelompok perlakuan, kelompok perlakuan 1 diberikan jus jambu biji dengan dosis 250 g sekali sehari dan kelompok perlakuan 2 diberikan dosis 200 g dua kali sehari, dan kedua perlakuan ini diberikan selama 7 hari. Data Kolesterol diambil dengan metode strip-test dan analisis data menggunakan uji Paired T Test. Hasil analisa diperoleh nilai p untuk kelompok perlakuan 1 sebesar 0,018, kelompok perlakuan 2 sebesar 0,00, dan perbedaan antara kelompok 1 dan 2 sebesar 0,00. Hasil analisis data menunjukkan nilai  $p < 0,05$ . Jadi, tidak ada perbedaan signifikan diantara kedua perlakuan sehingga dapat disimpulkan bahwa jus daging buah jambu biji dengan dosis 250 g sekali sehari dan dosis 200 g dua kali sehari dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan kolesterol.

Sedangkan menurut Surya (2020) dengan judul penelitian Efek Jus Buah Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava L.*) Terhadap Kadar Kolesterol LDL Pada Serum. Jenis penelitian ini

adalah penelitian eksperimental dengan menggunakan pre-test dan post-test tanpa kontrol, kemudian subjek penelitian diberi jus buah jambu biji merah sebanyak 200ml diberikan 2 kali sehari pada pagi dan siang hari selama 7 hari. Pada hasil penelitian diperoleh nilai rata-rata LDL sebelum perlakuan (pretest) sebesar 129.08 mg /dl dan setelah perlakuan (posttest) nilai rata-rata LDL 82.92 mg/dl. Pemberian jus jambu biji memiliki nilai pre test dan post test, memiliki p-value 0,0001.

Sejalan dengan penelitian diatas, penulis mendapatkan hasil bahwa setelah dilakukannya implementasi pemberian jus jambu biji merah untu mengurangi kadar kolesterol yang menyebabkan nyeri ditengkuk Ny.M pada Rabu, 12 Juli 2023, dilakukan implementasi pemberian jus buah jambu biji merah untuk mengurangi kadar kolesterol yang menyebabkan Ny. M tengkuknya sakit, dengan implementasi pada evaluasi diatas Ny. M mengatakan nyeri dirasakan skala 6, pada kamis, 13 Juli 2023 kembali dilakukan implementasi untuk mengurangi kadar kolesterol Ny. M agar nyeri ditengkuknya mereda dengan hasil evaluasi skala nyeri Ny. M skala 5. Pada Jum'at, 14 Juli 2023 dilakukan pemberian jus buah jambu biji merah dan didapatkan evaluasi hasil skala nyeri Ny.M skala 4 dengan kadar kolesterol 199 mg/dl. Pada Sabtu, 15 Juli 2023 kembali dilakukan implementasi didapatkan evaluasi skala nyeri masih 4. Pada Minggu, 16 Juli 2023 kembali diberikan implementasi dan didapatkan hasil skala nyeri Ny. M skala 3. Pada Senin, 17 Juli 2023 dilakukan implementasi dan diidapatkan skala nyeri Ny. M skala 2, dan terakhir dilakukan implementasi pada hari Selasa, 18 Juli 2023 didapatkan skala nyeri Ny. M skala 1 dan hasil kadar kolesterol Ny. M 190 mg/dl.

Kandungan jambu biji merah yaitu flavonoid juga termasuk senyawa fenolik alam yang berpotensi sebagai antioksidan dan mempunyai bioaktifitas sebagai obat. Flavonoid dapat dipercaya melindungi tubuh dari berbagai penyakit degeneratif dengan cara mencegah terjadinya proses preoksidasi lemak. Peran antioksidan buah jambu biji merah sangat penting dalam meredam efek radikal bebas. Buah jambu biji juga terdapat tannin, fenol, triterpen, minyak esensial, saponin, karotenoid, lektin, vitamin, asam lemak dan lemak. Buah jambu biji lebih tinggi dalam vitamin C dan mengandung vitamin A yang cukup banyak. Flavonoid memiliki ikatan difenilpropana (C6-C3-C6) yang diketahui memiliki sifat sebagai antioksidan, antiperadangan, anti-alergi, dan dapat menghambat oksidasi dari LDL (Low Density Lipoprotein). Sifat antioksidan dari flavonoid dapat mengurangi risiko tumor, kanker, penyakit jantung, stroke pada manusia. Flavonoid quersetin mampu menghambat oksidasi LDL dengan cara mengkelat ion tembaga, yang dapat menginduksi oksidasi dari LDL kolesterol (Suryana, 2020).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil implementasi pada Ny. M dengan pengaplikasian intervensi jus jambu biji merah selama 7 hari, masalah nyeri pada tengkuk dengan pemberian jus jambu biji merah didapatkan hasil kadar kolesterol menurun dari 228 mg/dl sebelum pemberian, dilakukan pemberian jus jambu biji merah pada hari pertama, kemudian di berikan jus jambu biji merah pada hari ke dua, kemudian dihari ke tiga dan sebelum diberikan jus jambu biji merah dilakukan pengecekan, nilai kadar kolesterol Ny. M 199 mg/dl, yang artinya terjadi perubahan dari hari pertama, diberikan kembali jus jambu biji merah sampai hari ke 7 dilakukan pengecekan kadar kolesterol, nilai kadar kolesterol Ny. M 190 mg/dl masalah nyeri pada tengkuk teratasi dengan adanya perubahan kadar kolesterol Ny. M.

## DAFTAR PUSTAKA

- Blum, C. B., Levy, R. I., Eisenberg, S., Hall IIIrd, M., Goebel, R. H., & Berman, M. (2019). High density lipoprotein metabolism in man. *Journal of Clinical Investigation*, 60(4), 795–807. <https://doi.org/10.1172/JCI108833>
- Dinira, R., Weni, L., Arsyad, M., Dinira, R., Weni, L., & Arsyad, M. (2021). Efektivitas Jus Buah Jambu Biji ( *Psidium Guajava* , L ) Untuk Menurunkan Kolestrol Dan Trigliserida Pada Satpam Universitas YARSI The Effectiveness of Guava Fruit Juice ( *Psidium Guajava* , L ) to Lower Cholesterol and Triglycerides in YARSI University Security Personel. 13(1), 12–15.
- Eni. (2019). Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Darah. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 241. <https://doi.org/10.26630/Jk.V9i2.947>.
- Ibrahim, Irviani A, Y. E. (2020). Kadar Kolestrol Pada Aparatur Sipil Negara. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 53–60. <https://doi.org/10.24252/Kesehatan.V13i1.14156>
- Ikhsanto, jurusan teknik mesin L. N. (2020). Konseling Diet Rendah Kolesterol Dan Tinggi Serat Terhadap Pengetahuan Dan Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 65. <https://doi.org/10.34011/Juriskesbdg.V11i1.655>. 21(1), 1–9.
- Lilyawati, S. A., Fitriani, N., & Prasetya, F. (2019). *Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences. Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences, April 2021, 135–138.* <http://prosiding.farmasi.unmul.ac.id/index.php/mpc/article/view/416/399>
- Nurhasanah, A. (2018). PENGARUH JUS JAMBU BIJI MERAH (*Psidium Guajava*) TERHADAP PERSEN LEMAK TUBUH DAN KADAR KOLESTEROL PADA WUS DIDESAN NGARU-ARU BOYOLALI. [Skripsi] Surakarta : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) PKU Muhammadiyah Surakarta, 28.
- Palgrave, T., Heritage, C., Timothy, D. J., Nyaupane, G. P., Crooke, E., Raffestin, C., Butler, S. A., Publications, S., Eldem, E., HARVEY, D. C., Gill, R., HARVEY, D. C., Castañeda, Q. E., Matthews, C. N., HARVEY, D. C., Fernández-kelly, E. P., Shefner, J., Hampton, M., Riley, M., ... Geismar, H. (2010). Kadar Kolestrol Pada Aparatur

Sipil Negara. Jurnal Kesehatan, 13(1), 53–60.  
<https://doi.org/10.24252/Kesehatan.V13i1.14156>

- Patricia, C. O. S. (2021). Pengaruh Therapeutic Lifestyle Change Terhadap Pengaturan Diet, Aktivitas Fisik, Dan Kadar Kolesterol Total Pasien Hiperkolesterolemia Di Puskesmas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), 112–125.
- Prabowo. (2018). Universitas Muhammadiyah Magelang. Naskah Publikasi, 4–35.
- Putri, S. A., & Rahman, S. (2020). Efek Jus Buah Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava L.*) Terhadap Kadar Kolesterol LDL Pada Serum. *Jurnal Pandu Husada*, 1(4), 239. <https://doi.org/10.30596/jph.v1i4.5613>
- Rini, F. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Jompo Kota Malang. *Repository UMM*, 9–46. [http://repository.potensi-utama.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2990/6/BAB II.pdf](http://repository.potensi-utama.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2990/6/BAB%20II.pdf)
- WHO. (2021). Batasan Batasan Lanjut Usia. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local*, 1(69), 5–24.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Defini dan Indikator (Edisi I).
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan (Edisi I).
- Tim Pokjs SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Intervensi Keperawatan (Edisi I).