



ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA TN. D DENGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DENGAN PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MERAH

Meysi Nazakha Rambu Ataria*, Mariah Ulfah

Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Jl. Raden Patah No. 100, Kedunglongsir, Ledug, Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah 53182, Indonesia

*meysinazakharambuataria@gmail.com

ABSTRAK

Lansia mengalami pola hidup yang buruk sehingga dapat menyebabkan kolesterol tinggi karena terlalu banyak lemak di dalam darah. Diketahui bahwa kadar kolesterol normal dalam tubuh adalah berkisar 160-200 mg/dl. Kolesterol didefinisikan sebagai salah satu komponen lemak yang terdapat dalam makanan dan utuh. Dikatakan hiperkolesterol apabila jumlah kolesterol dalam tubuh >200mg/dl. Penatalaksanaan kadar kolesterol yang lebih dari 200 mg/dl menggunakan dua metode yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi dalam penatalaksanaan kadar kolesterol yang tinggi salah satunya adalah menggunakan buah yang mengandung tinggi serat dan antioksidan seperti buah naga. Tujuan studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan keluarga dengan tahap perkembangan usia lanjut keluarga Tn. D dengan Hiperkolesterolemia di Desa Ciberung. Metode studi kasus yang dilakukan dengan observasi selama 3 kali pertemuan dan intervensi pemberian jus buah naga merah selama 3 hari pada tanggal 25 Oktober sampai 27 Oktober 2023. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar observasi keperawatan keluarga dan melakukan tindakan pemberian jus buah naga merah. Hasil studi kasus didapatkan bahwa pemberian jus buah naga merah pada Ny. R selama 3 hari terdapat perubahan kadar kolesterol. Sebelum mengonsumsi jus buah naga merah kadar kolesterol menunjukkan hasil 225 mg/dl, setelah mengonsumsi jus buah naga merah kadar kolesterol mendapatkan hasil 165 mg/dl. Kesimpulan dari studi kasus ini yaitu terdapat pengaruh jus buah naga merah terhadap penurunan kolesterol pada lansia.

Kata kunci: jus buah naga merah; kolesterol; lanjut usia

TN FAMILY NURSING CARE. D WITH HYPERCHOLESTEROLEMIA BY ADMINISTRATION OF RED DRAGON FRUIT JUICE

ABSTRACT

Elderly people have a bad lifestyle which can cause high cholesterol because there is too much fat in the blood. It is known that normal cholesterol levels in the body are around 160-200 mg/dl. Cholesterol is defined as a fat component found in food and intact. It is said to be hypercholesterolemia if the amount of cholesterol in the body is >200mg/dl. Management of cholesterol levels of more than 200 mg/dl uses two methods, namely pharmacological and non-pharmacological therapy. One of the non-pharmacological therapies for treating high cholesterol levels is using fruit that is high in fiber and antioxidants, such as dragon fruit. The aim of this case study aims to describe family nursing care with the development stage of Mr. D with Hypercholesterolemia in Ciberung Village. The case study method was carried out by observing during 3 meetings and intervention by providing red dragon fruit juice for 3 days from 25 October to 27 October 2023. The instrument used in collecting data used a family care observation sheet and carrying out red dragon fruit juice distribution measures. The results of the case study showed that giving red dragon fruit juice to Mrs. R for 3 days there were changes in cholesterol levels. Before consuming red dragon fruit juice the cholesterol level showed a result of 225 mg/dl, after consuming red dragon fruit juice the cholesterol level showed a result of 165 mg/dl. The conclusion from this case study is that there is an effect of red dragon fruit juice on reducing cholesterol in the elderly.

Keywords: cholesterol; elderly; red dragon fruit juice

PENDAHULUAN

Perkembangan manusia tahap akhir adalah lanjut usia. Menurut Undang-Undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yang dimaksud lanjut usia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Akbar, 2019). Pada lanjut usia akan menjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi (Badaruddin & Betan, 2021). Pada usia tersebut lansia mengalami pola hidup yang buruk sehingga dapat menyebabkan kolesterol tinggi karena terlalu banyak lemak di dalam darah (Lasanuddin et al., 2022). Kolesterol adalah senyawa lemak kompleks dalam aliran darah atau sel tubuh yang dibutuhkan untuk pembentukan dinding sel dan sebagai bahan baku beberapa hormon. Kolesterol dalam tubuh manusia dapat dihasilkan sendiri oleh organ hati, korteks, kulit, usus, lambung dan otak. Kolesterol juga dapat diperoleh dari luar tubuh yaitu melalui makanan hewani seperti daging, unggas, ikan, margarin dan susu (Widayanti & Prastyawati, 2023). Diketahui bahwa kadar kolesterol normal dalam tubuh adalah berkisar 160-200 mg/dl. Kolesterol didefinisikan sebagai salah satu komponen lemak yang terdapat dalam makanan dan tuuh. Dikatakan hiperkolesterol apabila jumlah kolesterol dalam tubuh >200mg/dl (Emilia, 2023).

Pengidap hiperkolesterolemia pada tahun (2020) sebesar 756.425. Penderita pada generasi muda, yakni usia 25-35 tahun mencapai 9,3%. Wanita menjadi kelompok sangat banyak menderita kasus ini, yakni 14,5% maupun hampir dua kali lipat kelompok laki-laki. Tertulis beberapa 4,4 juta kematian Hiperkolesterolimia maupun sebesar 7,9% dari jumlah kematian, diperlihatkan bahwa faktor resiko Hiperkolesterolimia pada wanita di Indonesia lebih tinggi yakni 37,2% dibandingkan dengan laki-laki yang hanya 32,8%. Prevalensi Hiperkolesterolimia pada kelompok usia 25-35 tahun ialah 9,3% dan meningkat sesuai dengan bertambahnya usia hingga 15,5% pada kelompok usia 55-64 tahun (Nabila Nuranjumi & Wijaya, 2022).

Melihat kondisi diatas upaya pencarian dan pengembangan obat-obatan untuk mengatasi kolesterol harus terus di berikan. Penatalaksaan kadar kolesterol yang lebih dari 200 mg/dL menggunakan dua metode yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi yang biasanya digunakan oleh penderita hiperkolesterol salah satunya adalah obat asam nikotinik (niasin). Niasin memiliki efek samping pada sebagian orang yaitu mual dan rasa sakit di bagian abomen, meningkatkan kadar asam urat (hiperurikemia) dengan menghambat sekresi tubular asam urat. Terapi non farmakologi dalam penatalaksaan kadar kolesterol yang lebih dari 200 mg/dl salah satunya adalah menggunakan jenis sayur dan buah yang mengandung tinggi serat dan antioksidan. Buah naga merupakan kerabat tanaman kaktus (*Cactacea*) yang berasal dari daratan Mexico, Amerika Tengah dan Amerika Selatan. Tanaman ini mulai dikenal di Indonesia mulai tahun 2000. Kandungan gizi buah naga sangat beragam diantaranya mengandung banyak air, protein, serat, karbohidrat dan beberapa vitamin lainnya. Sedangkan manfaat buah naga diantaranya adalah untuk menurunkan berat badan, mencegah kanker, sumber antioksidan, menurunkan kolesterol dan lain sebagainya (Indrawati et al., 2021). Buah naga memiliki rasa yang manis dan segar serta warna yang menarik, selain buah naga juga mengandung komponen biokatif seperti asam fenolat, vitamin C, flavonoid, antosianin dan alkaloid. Kandungan serat dalam buah naga dapat mengikat garam empedu (produk akhir kolesterol) didalam saluran pencernaan kemudian dikeluarkan bersamaan dengan feces sehingga dapat menurunkan kadar kolesterol dalam darah (Yastutik et al., 2022). Terapi non farmakologi dalam penatalaksaan kadar kolesterol yang tinggi salah satunya adalah menggunakan buah yang mengandung tinggi serat dan antioksidan seperti buah naga. Tujuan studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan keluarga dengan tahap perkembangan usia lanjut keluarga Tn. D dengan Hiperkolesterolemia di Desa Ciberung.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan observasional melalui studi kasus untuk memperoleh asuhan keperawatan keluarga dengan usia lanjut keluarga Tn. D dengan hiperkolesterolemia di Desa Ciberung. Sampel yang digunakan yaitu klien yang terdiagnosis hiperkolesterolemia dan bersedia menjadi responden yaitu Ny.R berusia 64 tahun di Desa Ciberung, Ajibarang, Banyumas. Proses asuhan keperawatan dilakukan selama 3 kali dalam satu minggu. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 25 Oktober sampai 27 Oktober 2023. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar observasi keperawatan keluarga dan melakukan tindakan pemberian jus buah naga merah. Pengumpulan data diperoleh dengan wawancara langsung kepada klien, pengkajian, penegakan diagnosa, perencanaan keperawatan, pelaksanaan dan evaluasi setelah data terkumpul kemudian dilakukan intervensi, implementasi dan evaluasi yang dilakukan selama 3x24 jam.

HASIL

Hasil pengkajian yang telah dilakukan pada tanggal 24 Oktober 2023 terdapat suatu keluarga Desa ciberung RT 03/RW 01, Kecamatan Ajibarang dengan tahap perkembangan keluarga usia lanjut. Keluarga tersebut merupakan keluarga Tn. D dan Ny.R, mereka memiliki anak yaitu Anak K yang berusia 28 tahun. Setelah dilakukan pengkajian pada tanggal 24 Oktober 2023 didapatkan bahwa Ny. R memiliki riwayat kolesterol dan sampai saat ini masih sering kambuh. Ny. R tidak mengkonsumsi obat kolesterol walaupun sudah mengetahui bahwa memiliki riwayat kolesterol. Ny. R hanya membeli obat diwarung apabila mengalami pegal-pegal dan tidak enak badan. Sesekali Ny. R menemui bidan desa apabila dirasa sakit yang berat. Hasil dari pemeriksaan tanda-tanda vital diperoleh TD : 130/80 mmHg, N : 80 x/menit, R : 18x/menit, S : 36,3°C dan hasil kadar kolesterol: 225mg/dl.

Keluarga Tn. D mengatakan tidak mengetahui makanan yang sehat pada penderita kolesterol dan kurang memahami masalah Ny R yang khawatir kolesterolnya tinggi. Berdasarkan dari data tersebut maka dapat diambil diagnosa keperawatan yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif pada keluarga Tn. D khususnya Ny. R dengan masalah kesehatan hiperkolesterol. Intervensi yang diberikan yaitu pemberian jus buah naga merah untuk menurunkan kadar kolesterol pada Ny. R, sebelum dilakukan intervensi terlebih dahulu diukur kadar kolesterol, kemudian diukur kembali setelah diberikan pemberian jus buah naga merah. Hasil dari sebelum pemberian jus buah naga merah menunjukkan hasil kolesterol yaitu 225 mg/dl. Setelah diberikan intervensi selama 3 hari berturut-turut dan dilakukan pemberian sebanyak 1 kali dalam sehari pada tanggal 25 Oktober sampai 27 Oktober 2023, maka hasil implementasi post pemberian jus buah naga merah pada Ny. R mengalami penurunan pada hari ke 3 menjadi 165 mg/dl. Sehingga dapat disimpulkan bahwa selama pemberian jus buah naga merah terjadi penurunan kadar kolesterol pada Ny. R.

PEMBAHASAN

Pemberian jus buah naga merah pada Ny. R selama 3 hari terdapat perubahan kadar kolesterol. Sebelum mengkonsumsi jus buah naga merah kadar kolesterol menunjukkan hasil 225 mg/dl, setelah mengkonsumsi jus buah naga merah kadar kolesterol mendapatkan hasil 165 mg/dl berarti terdapat penurunan kadar kolesterol pada Ny. R sehingga Ny. R juga sudah mengetahui cara menurunkan kadar kolesterol selain dengan obat-obatan medis (farmakologi). Terapi pemberian jus buah naga merah ini berdasarkan penelitian menurut Indrawati et al (2021) yaitu jurnal tentang “Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah Terhadap Penurunan Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia Usia 35-50 Tahun Di Puskesmas Kampar” yang menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia. Penelitian lainnya oleh Aulia et al (2023) mengatakan

pemberian jus buah naga merah selama 7 hari dapat menurunkan kadar kolesterol total pada penderita hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pasirkaliki. Dari hasil penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa sebelum, diberikan jus buah naga merah didapatkan hasil rata-rata sebesar 223,6 mg/dl dengan nilai minimum 216 mg/dl dan nilai maksimum 230 mg/dl. Sedangkan hasil pengukuran kadar kolesterol sesudah pemberian jus buah naga merah, terjadi penurunan kadar kolesterol dengan rata-rata 194 mg/dl dan nilai minimum 165 mg/dl dan nilai maksimum 217 mg/dl.

Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizius*) adalah pangan fungsional yang baik untuk kesehatan. Buah naga merah memiliki kandungan tokotrienol yang tinggi sebagai inhibitor HMG-KoA reduktase. Tokotrienol dapat menghambat proses biosintesis kolesterol dalam hati. Tokotrienol yaitu zat gizi esensial vitamin E yang dapat menghambat HMG-KoA reduktase yang mengendalikan jalur biosintesis kolesterol didalam hati yang menghambat pembentukan mevalonat sehingga produksi kolesterol akan menurun. Kandungan serat yang tinggi yang akan menghambat absorpsi asam empedu di usus, sebagai kompensasinya hati akan mensintesis lebih banyak asam empedu yang membutuhkan kolesterol, sehingga untuk mendapatkan jumlah kolesterol yang cukup, hati akan memperbanyak reseptor untuk menangkap kolesterol dari darah sehingga kadar kolesterol dalam darah berkurang (Ulantari et al., 2019).

SIMPULAN

Peimbeirrian jus buah naga meirah pada Ny. R seilama 3 harii teirdapat peirubahan kadar koleisteirol. Seibeilum meingkonsumsii jus buah naga meirah kadar koleisteirol meinunjukkan hasil 225 mg/dl, seiteilah meingkonsumsii jus buah naga meirah kadar koleisteirol meindapatkan hasil 165 mg/dl beirartii teirdapat peinurunan kadar koleiseirol pada Ny. R seihiingga Ny. R juga sudah meingeitahuui cara meinurunkan kadar koleisteirol seilaiin deingan obat-obatan meidiis (farmakologii).

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M. (2019). Kajian Terhadap Revisi Undang-Undang No.13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia. Jurnal Mimbarnya Kesejahteraan Sosial, 2(2), 30–39. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/jmks/article/view/10605/7130>
- Aulia, B., Yenny, M., Nita, I., & Wilihelms, S. Y. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah Dan Biji Chia Terhadap Kadar Kolesterol Total Pada Penderita Hiperkolesterolemia. Jurnal Gizi Dan Dietetik, 2(2), 69–78. <https://doi.org/10.34011/jgd.v2i2.1834>
- Badaruddin, B., & Beitan, A. (2021). Fungsi Gerak Lansia dengan Tingkat Keimandirian Lansia. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 10(2), 605–609. <https://doi.org/10.35816/jiiskh.v10i2.663>
- Eminia, E. (2023). Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Kolesterol Total Dengan Hiperkolesterolemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Gedang Kota Sungai
- Pengaruh Provinsi Jambi Tahun 2022. Jurnal Multidisiplin Dehasein (MUDEI), 2(2), 287–294. <https://doi.org/10.37676/mudei.v2i2.3901>

- Iindrawatii, Feibriia, D., & Viirgo, G. (2021). Peingaruh Peimbeirriian Jus Buah Naga Meirah Teirhadap Peinurunan Koleisteirol Pada Peindeiriita Hiipeirkoleisteiroleimiia Usiia 35 – 50 Tahun Dii Puskesmas Kampar. *Jurnal Neirs*, 5(23), 35–41.
- Lasanuddiin, H. V., Rosmiin Ilham, & Riiantii P. Umanii. (2022). Hubungan Pola Makan Deingan Peiniingkatan Kadar Koleisteirol Lansiia Dii Deisa Teinggeila Keicamatan Tiilango. *Jurnal Ilmu Keidokteiran Dan Keiseihatan Indoneisiia*, 2(1), 22–34. <https://doi.org/10.55606/jiikkii.v2ii1.566>
- Nabiila Nuranjumii, & Wijaya, J. Ii. (2022). Peinatalaksanaan Ny. M Usiia 58 Tahun Deingan Hiipeirkoleisteiroleimiia Meilaluii Peindeikatan Dokter Keiluarga. *Jurnal Peineiliitiian Peirawat Profeisiional*, 2(5474), 1333–1336.
- Ulantarii, Ii., Kusdaliinah, K., & Eiliiana, Ei. (2019). Peimbeirriian Jus Buah Naga Meirah dapat Meinurunkan Koleisteirol Total Waniita deingan Diiabeiteis Meiliitus. *Jurnal Ilmu Dan Teiknologii Keiseihatan*, 7(1), 90–95. <https://doi.org/10.32668/jiiteik.v7ii1.229>
- Wiidayantii, M. R., & Prastyawatii, Ii. Y. (2023). Iimpleimeintasii Deiteiksii Kadar Koleisteirol Pada Warga Keidung Anyar Iili RT 3 RW 12 Surabaya. *Jurnal Peingabdiiian Masyarakat*, 3(2), 12–15. <https://doi.org/10.47560/peingabmas.v3ii2.372>
- Yastutiik, Ii. Y., Tiinggii, S., Keiseihatan, Ii., Jombang, H., & Amiinatii, F. R. (2022). Peingaruh Peimbeirriian Jus Buah Naga Meirah (Hyloceireius Polyrhiizus) Dan Eidukasii Teirhadap Kadar Koleisteirol Pada Biidan Deingan Prei-Hiipeirkoleisteiroleimiia Dii Puskesmas Tanggulasiin Siidoarjo. *Journal of Nursiing and Heialth*, 7(3, Deiseimbeir), 220–231. <https://doi.org/10.52488/jnh.v7ii3,%20Deiseimbeir.183>.

