

ABSTRAK

Penyakit hipertensi dapat di timbulkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah gaya atau pola hidup yang tidak sehat yang dapat dilihat dari kebiasaan dan pola makan seseorang. Ny.S adalah responden di UPTD Griya Werdha Surabaya yang mengalami hipertensi dan memiliki gaya hidup tidak sehat dimana Ny.S suka sekali dengan makanan yang mengandung lemak dan mengandung purin seperti jeroan tetapi Ny.S tidak pernah berolahraga sehingga penyakit hipertensi yang dimiliki oleh Ny.S tidak terkontrol.

Metode yang digunakan yaitu studi kasus dengan menggunakan 1 responden pada Ny.S yang memiliki hipertensi dengan masalah keperawatan ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan.

Hasil penerapan inovasi ini didapatkan pengetahuan Ny.S tentang pemeliharaan kesehatan bertambah setelah diberikan pendidikan kesehatan serta diberikan cara membuat jus belimbing dengan takaran yang sesuai untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi.

Simpulan dari studi kasus ini penerapan jus belimbing efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi serta ada peningkatan pengetahuan tentang pemeliharaan kesehatan pada Ny.S.

Kata Kunci : Belimbing, Lansia, Hipertensi