



EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR REBUSAN SELEDRI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI

Riska Mauliza¹, Rahmat Mouliansyah^{2*} dan Rohana³

Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Darussalam Lhokseumawe, Aceh^{2,3}
Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Darussalam Lhokseumawe, Aceh¹
riskamauliza00@mail.com¹; nmatt51@gmail.com²; rohana.rn12@gmail.com³

*)Correspondence Author

Abstract

According to the American Heart Association (AHA), the American population over 20 years old suffers from hypertension, which has reached 74.5 million people, but almost 90-95% of cases have no known cause. The aim of this study was to determine the effectiveness of giving boiled celery water to reduce blood pressure in elderly people with hypertension in Gampong Cot Saleut, Peusangan Siblah Krueng District, Bireuen Regency. The research used a pre-experimental design with a one group pre test post test design. This research was carried out from March 27 2023 to May 23 2023. The population of this study was all elderly people aged > 60 years in Gampong Cot Saleut, Peusangan Siblah Krueng District, Bireuen Regency, totaling 55 people. The sampling technique for this research was a total sampling of 55 elderly people. Data processing by editing, coding, processing, tabulating and using the T paired test. Univariate test results showed that the blood pressure of respondents before being given boiled celery water was in the moderate hypertension category with a frequency of 23 people (41.8%) with an average blood pressure of 169.62/101.45 mmHg and the blood pressure of respondents after being given boiled celery water. was in the mild category with a frequency of 37 people (67.3%) with an average blood pressure of 145.31/90.36 mmHg. The results of the bivariate analysis showed that the p value (0.000) < α (0.05), ha was accepted, meaning that giving boiled celery water was effective in reducing blood pressure in elderly people with hypertension in Gampong Cot Saleut, Peusangan Siblah Krueng District, Bireuen Regency. It is hoped that seniors will increase their information by attending counseling and choosing non-pharmacological solutions or management to reduce blood pressure, such as consuming boiled water from celery leaves.

Keywords : Administration of Celery Boiled Water, Blood Pressure, Elderly, Hypertension



Abstrak

Menurut *American Heart Association* (AHA), penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita Hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen. Penelitian menggunakan desain *pra-eksperimen* dengan rancangan *one group pre test post test design*. Penelitian ini telah dilaksanakan mulai 27 Maret 2023 sampai dengan 23 Mei 2023. Populasi penelitian ini adalah semua lansia yang berusia > 60 tahun di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen berjumlah 55 orang. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *total sampling* berjumlah 55 lansia. Pengolahan data dengan *editing, coding, processing, tabulating* dan menggunakan uji *T paired test*. Hasil uji univariat diperoleh tekanan darah responden sebelum diberikan air rebusan seledri berada pada kategori hipertensi sedang dengan frekuensi 23 orang (41,8%) dengan rata-rata tekanan darah 169,62/101,45 mmHg dan tekanan darah responden sesudah diberikan air rebusan seledri berada pada kategori ringan dengan frekuensi 37 orang (67,3%) dengan rata-rata tekanan darah 145,31/90,36 mmHg. Hasil analisis bivariat didapatkan nilai p (0,000) < α (0,05), ha diterima, berarti pemberian air rebusan seledri efektif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen. Diharapkan lansia untuk menambah informasi dengan mengikuti penyuluhan dan memilih solusi atau penatalaksanaan nonfarmakologi untuk penurunan tekanan darah seperti mengkonsumsi air rebusan daun seledri.

Kata Kunci : *Pemberian Air Rebusan Seledri, Tekanan Darah, Lansia, Hipertensi*

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi sering disebut sebagai *the silent disease* atau penyakit tersembunyi. Sebutan tersebut berawal dari banyaknya orang yang tidak sadar tekanan darah. Hipertensi dapat menyerang siapa saja, dari berbagai kelompok umur dan status sosial ekonomi. Secara umum hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan darah yang tinggi didalam arteri menyebabkan meningkatnya resiko

terhadap penyakit-penyakit yang berhubungan dengan kardiovaskuler seperti stroke, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan ginjal (Simamora, 2021).

Hipertensi merupakan gejala peningkatan tekanan darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan (Susanty, 2022). Hipertensi biasanya menyerang mereka yang berusia paruh baya (di atas 40 tahun), meskipun semakin banyak menyerang orang yang berusia 18

Efektivitas Pemberian Air Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi



tahun. Namun, banyak orang tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi. Ini karena tanda-tanda hipertensi terkadang menipu dan menyebabkan masalah kesehatan utama (Alifariki, 2022).

Hipertensi yang terjadi pada lansia disebabkan adanya perubahan gaya hidup dan bertambahnya usia, pengkonsumsian garam yang meningkat serta stres, reaksi yang muncul terhadap impuls stress yaitu tekanan darah yang meningkat dan pada umumnya seseorang yang mengalami stres kesulitan untuk istirahat atau tidur yang mengakibatkan tekanan darah menjadi meningkat. Pola hidup yang baik serta diimbangi pola makan yang sehat merupakan pilihan yang tepat untuk menghindari dari gejala hipertensi (Yulianti, 2022).

Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi adalah faktor genetik, umur, jenis kelamin, obesitas, asupan garam, kebiasaan merokok dan aktifitas fisik. Individu dengan riwayat keluarga hipertensi mempunyai resiko 2 kali lebih besar untuk menderita hipertensi daripada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi. Hipertensi meningkat seiring dengan penambahan usia, dan pria memiliki resiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi lebih awal. Obesitas juga dapat meningkatkan kejadian hipertensi, hal ini disebabkan lemak dapat menimbulkan sumbatan pada pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan tekanan darah secara bertahap. Adapun cara yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi adalah dengan dua pendekatan yaitu

secara farmakologi dan non farmakologi (Lazdia, 2020).

Pengobatan secara non farmakologi dapat dilakukan dengan menggunakan pengobatan komplementer yang telah dikenal di kalangan masyarakat. Secara farmakologis, Obat-obat kimia banyak digunakan untuk mengatasi hipertensi, akan tetapi sering menimbulkan efek samping seperti :bronkopasme, insomnia, memperburuk gangguan pembuluh darah perifer, hipertrigliserida, dan lain-lain (Lazdia, 2020).

Menurut *American Heart Association* (AHA), penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita Hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Di Indonesia Hipertensi merupakan penyakit dengan peringkat pertama setiap tahunnya diperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus Hipertensi terutama terjadi di negara berkembang pada tahun 2025, dari jumlah 639 juta kasus di tahun 2000. Jumlah ini diperkirakan meningkat menjadi 1,15 miliar kasus di tahun 2025 (WHO, 2021)

Dari hasil Riskesdas yang terbaru tahun 2018 di indonesia prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34,1%, angka ini meningkat cukup tinggi dibandingkan hasil riskesdas tahun 2013 yang menyampaikan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat indonesia berusia 18 tahun ke atas adalah 25,8%, sedangkan prevalensi hipertensi menurut propinsi di Indonesia terdapat 8 propinsi yang kasus



penderita hipertensi melebihi rata-rata nasional yaitu: Sulawesi Selatan 27%, Sumatra Barat 27%, Jawa Barat 26%, Jawa Timur 25%, Sumatra Utara 24%, Riau 23%, dan Kalimantan Timur 22% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data Dinkes Aceh diperoleh jumlah kasus penyakit tidak menular (PTM) tahun 2018 untuk hipertensi berjumlah 172.213 kasus dan tahun 2020 meningkat menjadi 184.842 (Dinkes Aceh, 2020). Berdasarkan data Dinkes Aceh (2020) Kabupaten Bireuen menduduki peringkat pertama jumlah penderita hipertensi yaitu 26.373 dengan jumlah penderita laki-laki 9.112 dan penderita perempuan 17.261.

Tingginya kejadian hipertensi pada lansia dan tidak terkontrol memicu timbulnya penyakit degeneratif seperti gagal jantung kongestif, gagal ginjal dan penyakit vaskuler misalnya stroke dan penyakit arteri perifer, beberapa studi menunjukkan bahwa tekanan darah lebih tinggi dari 140/90 mmhg menunjukkan infark miokard pertama (MI). Hipertensi disebut “*silent killer*” karena sifatnya asimtomik dan setelah beberapa tahun menimbulkan stroke yang fatal atau penyakit jantung (Amin, 2022).

Namun dengan kemajuan di dunia kesehatan saat ini, banyak peneliti yang mulai meneliti tanaman yang bisa digunakan sebagai terapi salah satunya untuk mengatasi hipertensi. Saat ini penanganan non farmakologis juga banyak diminati oleh masyarakat karena sangat mudah untuk dipraktikkan, tidak mengeluarkan biaya yang terlalu banyak dan tidak menimbulkan efek samping

berbahaya. Salah satu terapi non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah adalah terapi komplementer. Ada banyak jenis terapi komplementer dimana salah satunya penggunaan herbal seledri (Lazdia, 2020).

Pada penelitian seorang dokter Mark Houston menyatakan bahwa seledri dapat menurunkan tekanan darah. Para ahli pengobatan cina bahkan sudah meresepkan bahwa seledri merupakan obat untuk pasien yang mengalami hipertensi. Kandungan yang terdapat didalam Seledri yaitu fitokimia dikenal sebagai phthallides yang mampu mengendurkan jaringan otot dalam dinding arteri sehingga aliran darah menjadi meningkat (Mariyona, 2020).

Seledri telah banyak digunakan di masyarakat dan telah banyak dilakukan penelitian mengenai efek farmakologinya dan telah terbukti mampu menurunkan tekanan darah tinggi. Kandungan Apigenin, dalam seledri berfungsi sebagai beta blocker yang dapat memperlambat detak jantung dan menurunkan kekuatan kontraksi jantung sehingga aliran darah yang terpompa lebih sedikit dan tekanan darah menjadi berkurang. Manitol dan apiin, bersifat diuretic yaitu membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari dalam tubuh, sehingga berkurangnya cairan dalam darah akan menurunkan tekanan darah (Simamora, 2021).

Seledri merupakan herbal tegak, tahunan, dan memiliki tinggi sekitar 25–100 cm. Batang seledri bersegi dan beralur membujur, dengan bunga berjumlah banyak, kecil, dan berwarna putih atau



putih kehijauan. Kandungan kimia tanaman ini antara lain 1,5-3% minyak terbang (yang berisi 60-70% limonene, pthalides), flavo-glukoside (apin) apigenin, kolin, lipase, asparagin, zat pahit, vitamin A, vitamin B, vitamin C, coumarins, furano coumarins (bergapten), dan flavonoids. Minyak terbang yang terdapat dalam seledri mempunyai efek yang lembut pada sistem syaraf pusat dan berfungsi sebagai penurun tekanan darah. Kandungan isinya bersifat sedatif, dan *anticonvulsant action* (Alifariki, 2022).

Penelitian Huawei (2021) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah baik sistole maupun diastole pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat. Penelitian Suryarini (2021) diperoleh hasil penelitian terdapat perbedaan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan rebusan seledri. Kesimpulan mengkonsumsi rebusan seledri efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi derajat I dan II.

Berdasarkan hasil survei awal pada tanggal 30 Maret 2023 di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen diperoleh jumlah lansia sebanyak 85 orang lansia usia 60-74 tahun dan lansia yang menderita hipertensi sebanyak 55 orang. Hasil wawancara dengan 10 lansia diperoleh 6 lansia mengalami peningkatan tekanan darah diatas 140/90 mmHg dan belum pernah mendapatkan pengobatan nonfarmakologi dengan menggunakan

daun seledri, sedangkan 4 lansia dengan tekanan darah normal dan belum pernah mendapatkan pengobatan nonfarmakologi dengan menggunakan daun seledri.

Hal inilah yang melatarbelakangi penulis melakukan penelitian tentang “Efektivitas Pemberian Air Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen”.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen*, dengan rancangan *one group pre test post test design* yaitu penelitian yang terdiri dari *pre test* sebelum dilakukan intervensi dan *post test* setelah dilakukan intervensi (Setiana, 2018). Populasi adalah keseluruhan dari subjek dan atau objek yang akan menjadi sasaran penelitian (Riyanto, 2020).

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang berusia > 60 tahun di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen berjumlah 55 orang (data bulan Maret 2023). Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Riyanto, 2020). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total populasi* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel berjumlah 55 lansia. Metode pengumpulan data pada penelitian



ini adalah dengan menggunakan data primer dan sekunder. Teknik pengumpulan data: pemeriksaan data (*editing*), pemberian kode (*coding*).

pemrosesan data (*processing*), penyusunan data (*tabulating*). Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan di Gampong Meunasah Nibong Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen diperoleh hasil berikut:

Tabel. 1 Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
1	Umur		
	60-64 tahun	21	38,2
	65-69 tahun	30	54,5
	70-74 tahun	4	7,3
	Jumlah	55	100
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	26	47,3
	Perempuan	29	52,7
	Jumlah	55	100
3	Pendidikan		
	SD	10	18,2
	SMP	21	38,2
	SMA	21	38,2
	Perguruan Tinggi	3	5,5
	Jumlah	55	100
4	Pekerjaan		
	Bekerja	22	40
	Tidak Bekerja	33	60
	Jumlah	55	100
5	Tipe Keluarga		
	Inti	36	65,5
	Besar	19	34,5
	Jumlah	55	100
6	Lama menderita hipertensi		
	≥ 3 tahun	33	60
	< 3 tahun	22	40
	Jumlah	55	100

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa mayoritas umur responden penelitian adalah 65-69 tahun dengan frekuensi sebanyak 30 orang (54,5%), jenis kelamin perempuan dengan frekuensi sebanyak 29 orang (52,7%), responden berpendidikan SMP dan SMA



dengan frekuensi sebanyak 21 orang (38,2%), responden tidak bekerja dengan frekuensi sebanyak 33 orang (60%), tipe keluarga inti dengan frekuensi sebanyak 36 orang (65,5%), lama menderita hipertensi ≥ 3 tahun dengan frekuensi sebanyak 33 orang (60%).

Tabel 2 Tekanan Darah *Pre-test* pada Lansia Penderita Hipertensi

No	Tekanan Darah <i>Pre-test</i>	F	%	Mean		SD	
				Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik
1.	Ringan	11	20	169,62	101,45	20,273	9,363
2.	Sedang	23	41,8				
3.	Berat	18	32,7				
4.	Maligna	3	5,5				
Jumlah		55	100				

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa mayoritas tekanan darah responden sebelum diberikan air rebusan seledri berada pada kategori hipertensi sedang dengan frekuensi 23 orang (41,8%) dengan nilai mean tekanan darah 169,62/101,45 mmHg dan nilai standar deviasi 20,273/9,363.

Tabel 3. Tekanan Darah *Post-test* pada Lansia Penderita Hipertensi

No	Tekanan Darah <i>Post-test</i>	F	%	Mean		SD	
				Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik
1.	Ringan	37	67,3	145,31	90,36	13,203	6,516
2.	Sedang	17	30,9				
3.	Berat	1	1,8				
4.	Maligna	-	-				
Jumlah		55	100				

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa mayoritas tekanan darah responden sesudah diberikan air rebusan seledri berada pada kategori ringan dengan frekuensi 37 orang (67,3%) dengan nilai mean tekanan darah 145,31/90,36 mmHg dan nilai standar deviasi 13,203/6,516.

Tabel 4. Uji Normalitas

Variabel	<i>Pre-test</i>			<i>Post-test</i>		
	Mean	Standar Deviasi	ρ	Mean	Standar Deviasi	ρ
Tekanan Darah	169,62	20,273	0,185	145,31	13,203	0,142

Sumber: Data Primer (2023)



Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai p tekanan darah *pre-test* (0,185) > α (0,05) dan nilai p tekanan darah *post-test* (0,142) > α (0,05), sehingga data tekanan darah terdistribusi normal dengan menggunakan uji *kolmogrov smirnov* dikarenakan sampel 55 orang.

Tabel 5. Uji T (Paired)

Variabel	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>		Selisih		p value	α
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD		
Tekanan Darah Sistolik	169,62	20,273	145,31	13,203	24,309	11,117	0,000	0,05
Tekanan Darah Diastolik	101,45	9,363	90,36	6,516	11,091	7,799	0,000	0,05

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas didapatkan kadar asam urat *pre-test* yaitu mean 6,630 mg/dL dengan SD 0,704, pada kadar asam urat *post-test* diperoleh mean 6,128 mg/dL dengan SD 0,678. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 0,501 mg/dL dengan SD 0,224. Hasil uji statistik didapatkan nilai p (0,000) < α (0,05), ha diterima, berarti pemberian jus nanas efektif terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia di Gampong Meunasah Nibong Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen.

B. Pembahasan

Berdasarkan tabel di atas didapatkan tekanan darah *pre-test* yaitu mean 169,62/101,45 mmHg dengan SD 20,273/9,363, pada tekanan darah *post-test* diperoleh mean 145,31/90,36 mmHg dengan SD 13,203/6,516. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 24,309/11,091 mmHg dengan SD 11,117/7,799. Hasil uji statistik didapatkan nilai p (0,000) < α (0,05), ha diterima, berarti pemberian air rebusan seledri efektif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblih Krueng Kabupaten Bireuen.

Peneliti berasumsi bahwa pemberian air rebusan seledri dapat menurunkan tekanan darah pada lansia. Hal ini terlihat pada saat penelitian, dimana lansia yang telah mengkonsumsi air rebusan seledri mengalami penurunan tekanan darah. Adanya efektivitas air rebusan seledri terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi dipengaruhi oleh adanya kandungan *Apigenin* dalam daun seledri yang dapat mencegah penyempitan pembuluh darah dan *Phthalides* yang dapat mengendurkan otot-otot arteri atau merelaksasi pembuluh darah. Zat tersebut yang mengatur aliran darah sehingga memungkinkan pembuluh darah membesar dan mengurangi tekanan darah. Seledri diketahui mengandung senyawa



aktif yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu *apiin*.

Rebusan daun seledri umumnya dapat menurunkan tekanan darah dan mengontrolnya antara lain yaitu, memberikan efek dilatasi pada pembuluh darah dan menghambat *angiotensin converting enzym* (ACE). Penghambat sistem *renin-angiotensin* dapat menurunkan kemampuan ginjal dalam meningkatkan tekanan darah. Tekanan darah mulai turun sehari setelah pengobatan yang diikuti dengan membaiknya tidur terasa nyaman, dan jumlah urin yang dikeluarkan meningkat. Seledri mengandung flevonoid, saponi, tanin 1% minyak asiri 0,033%, *flavuglukosida* (*apiin*), *apigenin*, *fitosterol*, *kolin*, *lipase*, *pthalides*, *asparagine*, zat pahit, vitamin (A, B dan C), *apiin* minyak menguap, *apigenin* dan *alkaloid*. Kandungan kimia daun seledri secara keseluruhan. *Apigenin* dalam daun seledri berfungsi sebagai beta blocker yang dapat memperlambat detak jantung dan menurunkan kekuatan kontraksi jantung sehingga aliran darah yang terpompa lebih sedikit dan tekanan darah menjadi berkurang.

Mekanisme pada tanaman seledri terhadap tekanan darah yaitu memberikan efek dilatasi pada pembuluh darah serta dapat menghambat *angiotensin converting enzyme* (ACE), penghambatan tersebut mampu menurunkan kemampuan ginjal pada peningkatan tekanan darah. Pada umumnya tekanan darah akan berangsur turun setelah perlakuan dan disertai dengan perilaku yang sehat dengan mengurangi garam, tidak merokok,

istirahat yang cukup dan rajin berolahraga (Yulianti, 2022).

Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Lazdia (2020) bahwa rerata tekanan darah sistolik sesudah mengonsumsi rebusan daun seledri adalah sebesar 136 mmHg (SD = 10,750), lebih rendah daripada rerata tekanan darah sistolik sebelum mengonsumsi rebusan daun seledri, yakni sebesar 142 mmHg (SD=13,984) ($p>0,05$). Rata-rata tekanan darah diastolik sesudah mengonsumsi rebusan daun seledri adalah sebesar 87 mmHg (SD=4,830), lebih rendah daripada rata-rata tekanan darah diastolik sebelum mengonsumsi rebusan daun seledri sebesar 94 mmHg (SD=9,661) ($p<0,05$).

Penelitian Suryarini (2021) menyatakan terdapat perbedaan yang bermakna terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi pada lansia yang sudah diberi intervensi rebusan seledri. Hal ini disebabkan menurut teori karena kandungan vitamin C dalam seledri berperan penting melalui proses kolesterol, karena dalam proses metabolisme kolesterol, vitamin C dapat meningkatkan laju kolesterol yang dibuang dalam bentuk asam empedu dan mengatur metabolisme kolesterol.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa Tekanan darah lansia di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblih Krueng Kabupaten Bireuen sebelum diberikan air rebusan seledri berada pada kategori sedang. Tekanan darah lansia di



Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen sesudah diberikan air rebusan seledri berada pada kategori ringan. Pemberian air rebusan seledri efektif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Gampong Cot Saleut Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen.

SARAN

Bagi Peneliti, diharapkan menjadi sumber informasi sebagai data dasar tentang hipertensi pada lansia dan sebagai sarana untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diberikan dan diterima dalam rangka pengembangan kemampuan diri dan sebagai syarat dalam menyelesaikan program studi keperawatan di STIKes Darussalam Lhokseumawe. Bagi Instansi Pendidikan, diharapkan menjadi sumber informasi dan menambah bahan kepustakaan dalam meningkatkan perkembangan ilmu keperawatan secara nyata khususnya mengenai penatalaksanaan hipertensi pada lansia dan dapat merencanakan tindakan keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut. Bagi Puskesmas,

diharapkan memberikan informasi kepada Puskesmas dan instansi terkait serta petugas lapangan posyandu lansia tentang hipertensi pada lansia sehingga dapat menetapkan intervensi yang tepat untuk menangani masalah peningkatan tekanan darah pada lansia. Selain itu diharapkan untuk memberikan penyuluhan mengenai manfaat pengobatan nonfarmakologi seperti air rebusan daun seledri pada lansia dalam upaya mengontrol tekanan darah agar tetap normal. Bagi Lansia, diharapkan dapat menambah informasi dan pengetahuan tentang hipertensi, sehingga lansia dapat memilih solusi atau penatalaksanaan yang tepat seperti mengkonsumsi air rebusan daun seledri untuk mengatasi peningkatan tekanan darah dan mulai menjaga pola makan makanan yang menyebabkan peningkatan tekanan darah. Bagi Peneliti Selanjutnya, Diharapkan menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut berkaitan dengan variabel tekanan darah pada lansia hipertensi dengan menggunakan terapi farmakologi selain pemberian air rebusan seledri guna penyempurnaan penelitian ini.



BIBLIOGRAPHY

- Alifariki, L.O., & Salma, W.O. (2022). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Systematic Review. *Jurnal Ilmiah Obsgin - Vol.14. No. 1* (2022)
- Amin, H., Niar., & Wahyuni, S. (2022). Pengaruh Rebusan Daun Seledri Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Mambi. *Jurnal Kesehatan Marendeng Vol.VI, No. 1, Agustus 2022, pp 15-22* <http://e-jurnal.stikmar.ac.id/index>
- Dinkes Aceh. (2020). *Profil Kesehatan Propinsi Aceh*.
- Huawe, G., Sumah, D., Lilipory, M., Jotlely, H., & Nindatu, M. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri (*Apium Graveolens*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat. *Biofaal Journal; Vol 2, No 2. Desember 2021. Pp 64 – 74*.
- Kemendes RI. (2018). *Pelayanan Dasar Kesehatan Lansia*. Kemendes RI.
- Lazdia, W., Rahma, W.A., Lubis, A.S., Sulastri, T. (2020). Pengaruh Rebusan Daun Seledri Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Empowering Society Journal Volume 1;No.1 (April, 2020): 26-32*
- Machfoedz, I. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif Bidang kesehatan, Keperawatan, Kebidanan, Kedokteran*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Mariyona, K. (2020). Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi dengan Pemberian Air Rebusan Seledri. *Maternal And Neonatal Health Journal, 4(1), 1–6*.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Laporan Nasional RKD2018 FINAL*. In Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (pp. 221–222).
- Simamora, L., Pinem, S. B., & Fithri, N. (2021). Efektifitas Jus Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simalingkar. *Journal of Health (JoH), 8(2), 67–74*.
- Suryarinilsih, Y., Fadrijanti, Y., Hidayatullah. (2021). Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *MENARA Ilmu Vol. XV No.02 Januari 2021*
- Susanty, S., Sukurni, S., & Siagian, H. J. (2022). Analisis Bibliometrik Penelitian Pengobatan Herbal Penderita Hipertensi di Indonesia Menggunakan VOS-Viewer. *Jurnal Keperawatan Silampari, 5(2), 764–771*
- Yulianti, N., Ulpawati., & Susanti. (2022). Efektifitas rebusan daun seledri terhadap penderita hipertensi pada lansia. *Jurnal Samodra Ilmu Cendekia - Volume 13 Nomor 01* (2022).
- WHO. (2021). *Hipertension*. Geneva: World Health Organization