

Pengaruh pemberian air rebusan daun seledri pada lansia terhadap penurunan tekanan darah

Penulis:

Elpiana Sari¹
Amvina²
Nursyaidah³
Alda Karisma⁴

Afiliasi:

Institut Teknologi dan
Kesehatan Sumatera
Utara

Korespondensi:

elpianasari10@gmail.com
anaamvina@gmail.com
Syaidahsiregar22@gmail.com
ail.com
aldakharisma634@gmail.com
il.com

Histori Naskah:

Diajukan: 18-06-2023
Disetujui: 29-06-2023
Publikasi: 22-07-2023

Abstrak:

Proses “aging” atau penuaan merupakan masa ketika seseorang berusaha untuk tetap menjalani hidup bahagia melalui perubahan dalam hidup. Penuaan ditandai dengan perubahan fisiologis yang terlihat dan tidak terlihat. Tekanan darah meningkat merupakan salah satu angka kesakitan yang tinggi pada lansia dan adanya proses aliran pembuluh darah arteri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Manfaat penelitian dapat menambah pengetahuan responden terhadap kegunaan air rebusan daun seledri. Daun seledri mengandung apigenin yang dapat mencegah penyempitan pembuluh darah. Jenis penelitian ini adalah design eksperimental dengan menggunakan one-group-pre testpost test design. Populasi penelitian berjumlah 30 orang dan sampel berjumlah 18 orang, berlokasi di Panti Jompo Ma’rif Muslimin Kota Padangsidempuan. Hasil penelitian diperoleh paired T-test dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha\text{-value} 0,005$, hal ini berarti H_0 ditolak, H_a diterima. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah. Saran dapat melanjutkan penggunaan air rebusan daun seledri sebagai pengobatan tradisional.

Kata kunci: Pengaruh, Seledri, Penurunan, Tekanan Darah

Pendahuluan

Hipertensi juga merupakan salah satu dari penyakit yang dapat mengakibatkan angka kesakitan yang tinggi pada lansia. Hipertensi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh arteri secara terus menerus lebih dari satu periode. Seseorang dapat dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistole sama dengan atau diatas 140 mmHg dan tekanan diastole sama dengan atau 90 mmHg. Sustrani dkk, mengatakan hipertensi sering kali disebut sebagai pembunuh gelap (silent killer) karena termasuk yang mematikan tanpa disertai dengan gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan.

Hipertensi pada lansia dibedakan atas hipertensi dimana tekanan sistole sama atau lebih besar dari 140 mmHg dan atau tekanan diastole sama atau lebih besar dari 90 mmHg, serta hipertensi sistole terisolasi dimana tekanan sistole lebih besar dari 160 mmHg dan tekanan diastole lebih rendah dari 90 mmHg.

Kabupaten Karo salah satu jumlah hipertensi yang terbanyak, menyusul Kabupaten Deli Serdang. Tahun 2016 jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Karo sebesar 12.608 orang, prevalensi ini lebih tinggi pada jenis kelamin perempuan (52%), lelaki (48%), terbesar pada kelompok umur 55 – 59 tahun (Aisyah, A N & F, 2020). Jenis penelitian ini adalah eksploratif dengan menggunakan metode kuantitatif dengan

pendekatan quasi experiment. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan pemberian Air Rebusan Daun Seledri Pada Lansia.

Khasiat daun seledri itu adalah karena terdapat kandungan apigenin merupakan senyawa flavonoid yang memiliki sifat antioksidan. Senyawa berguna untuk mencegah penyempitan pembuluh darah dan memperlambat detak jantung, sehingga tekanan darah menjadi berkurang. Selain itu, kandungan phthalides dalam seledri dapat mengendurkan dan merelaksasi otot-otot pembuluh darah, sehingga tekanan darah dapat menurun. Tak hanya itu, kandungan-kandungan lainnya dalam seledri juga dapat berperan pada tekanan darah. Hal ini termasuk serat kalium, magnesium, zat besi dan vitamin c. Kalium bermanfaat untuk menyeimbangkan natrium didalam tubuh yang merupakan salah satu penyebab hipertensi.

Hasil penelitian dari (Anonim, 2019), dengan menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai Z hitung untuk tekanan darah sistole sebesar 2,911 dengan p-value sebesar 0,004, hal ini disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah baik sistole maupun diastole pada lansia penderita hipertensi di Dusun Gogodalem Barat.

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidimpuan pada data tahun 2023, terdapat 30 orang lansia dan yang menderita Hipertensi berjumlah 15 orang. Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara pada 5 orang lansia yang akan dijadikan sampel atau responden dalam penelitian ini, salah satu pertanyaan yang disampaikan adalah apakah sudah pernah dilakukan pengobatan secara tradisional dengan cara mengkonsumsi/meminum air rebusan daun seledri ketika tekanan darah meningkat, dan hasil wawancara pada lansia tersebut adalah masih belum pernah melakukan atau mengkonsumsi air rebusan tersebut sejak menderita hipertensi. Dan menurut keterangan dari Pihak Pengurus Panti Jompo juga belum pernah dilakukan penelitian tentang hal tersebut di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidimpuan

Studi Literatur

Pengaruh adalah daya yang menyebabkan sesuatu terjadi, sesuatu yang dapat membentuk atau mengubah sesuatu yang lain dan tunduk atau mengikuti karena kuasa atau kekuasaan orang lain.

Seledri adalah sayuran daun dan tumbuhan obat yang biasa digunakan sebagai bumbu masakan. Beberapa negara termasuk Jepang, Cina dan Korea mempergunakan bagian tangkai daun sebagai bahan makanan. Di Indonesia tumbuhan ini diperkenalkan oleh penjajah Belanda dan digunakan daunnya untuk menyedapkan sup atau sebagai lalap. Penggunaan seledri paling lengkap adalah di Eropa: daun, tangkai daun, buah, dan umbinya semua dimanfaatkan. (Salma W. O, 2022).

Menua atau menjadi tua adalah suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari. Proses penuaan terjadi secara alamiah. Hal ini dapat menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis (Aisyah, A N & F, 2020). Lansia (lanjut usia) adalah proses alamiah yang terjadi pada seseorang karena telah memasuki tahap akhir dari fase kehidupan, proses ini terjadi secara berkesinambungan dimana ketika seseorang mengalami beberapa perubahan yang mempengaruhi fungsi dan kemampuan seluruh tubuh yang disebut dengan proses penuaan atau aging process.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian dengan menggunakan design eksperimental. Penelitian ini menggunakan one-group-pre testpost test design. Lokasi penelitian ini dilakukan di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidimpuan Tahun 2023. Populasi penelitian ini ada 30 orang di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidimpuan tahun 2023. Sampel yang akan diambil untuk dijadikan responden sekaligus sampel dengan teknik accidental sampling, berdasarkan sampel yang kebetulan ditemui peneliti yang dilakukan selama 1 hari. Data yang digunakan meliputi data primer dan data sekunder.

Hasil

1. Data Khusus Responden Tekanan Darah Sebelum Perlakuan

Tabel 1 : Tekanan Darah Sebelum Perlakuan Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidimpuan.

Tekanan Darah				
	N	Mean	Minimal	Maximal
Sistole	18	166,67	170	190
Diastole	18	146,67	100	110

Tabel di atas menunjukkan bahwa tekanan darah sebelum dilakukan perlakuan pemberian air rebusan daun seledri adalah dengan rata-rata sistole 166,67 mmHg, rerata diastole 146,67 nilai terendah sistole 170 mmHg dan diastole 100 mmHg, dan nilai tertinggi sistole 190 dan nilai tertinggi diastole 110 mmHg

2. Data Khusus Responden Tekanan Darah Sesudah Perlakuan

Tabel 2 : Tekanan Darah Sesudah Perlakuan Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidimpuan.

Tekanan Darah	N	Mean	Minimal	Maximal
Sistole	18	98,1	130	150
Diastole	18	89,72	80	90

Tabel diatas menunjukkan bahwa tekanan darah sesudah perlakuan pemberian air rebusan daun seledri adalah dengan rata-rata sistole 98,1 mmHg dan diastole 89,72 mmHg nilai terendah sistole 130 mmHg dan nilai terendah diastole 80 mmHg, nilai tertinggi sistole 150 mmHg dan nilai tertinggi diastole 90mmHg

3. Pengaruh Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Tabel 3 : Analisa Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidimpuan

Tekanan Darah	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	T	P.Value
-Pre-Test	8,889	2,139	0,054	17.631	0,000
-Post-Test					

Tabel diatas berdasarkan hasil uji statistik paired T-test diperoleh $p\text{-value}=(p<\alpha 0,005)$ sehingga H_0 ditolak, berarti ada pengaruh yang signifikan antara air rebusan seledri terhadap tekanan darah pada lansia di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidempuan.

Pembahasan

Tekanan Darah Sebelum Diberikan Air Rebusan Daun Seledri Pada Lansia :

Hasil penelitian terhadap 18 lansia di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidempuan sebelum diberikan air rebusan daun seledri pada lansia didapatkan rata-rata yang sebelumnya sistole 166,67 mmHg dan diastole 146,67 mmHg.

Tekanan Darah Sesudah diberikan Air Rebusan Daun Seledri Pada Lansia :

Hasil penelitian terhadap 18 Lansia di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidempuan sesudah diberikan air rebusan daun seledri rata-rata sistole 98,1 mmHg dan diastole 89,72 mmHg. Tekanan darah sesudah diberikan air rebusan daun seledri rata-rata mengalami penurunan yang sebelumnya naik dan adanya penurunan karena pemberian air rebusan daun seledri.

Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah :

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Peneliti membuktikan tekanan darah pada Lansia di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidempuan mengalami penurunan tekanan darah sesudah diberikan air rebusan daun seledri seperti terlihat pada tabel 4.2, dimana didapatkan rata-rata tekanan darah sesudah diberikan air rebusan daun seledri sangat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah telah dilakukan uji statistik paired T-test dengan nilai $p\text{ value} = 0,000 < \alpha 0,005$, hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Kesimpulan dari uji statistik ini adalah ada pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidempuan.

Maka dapat disimpulkan oleh Peneliti bahwa pemberian air rebusan daun seledri merupakan pengobatan herbal yang tidak membutuhkan banyak dana dan sangat mudah untuk dicari. Hasil yang dilakukan oleh peneliti pada Maret 2023 didapatkan hasil bahwa ada perubahan sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah.

Kesimpulan

Tekanan Darah pada lansia sebelum pemberian air rebusan daun seledri di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidempuan rata-rata sistole 166,67 mmHg dan diastole 146,67 mmHg. Tekanan Darah pada lansia sesudah pemberian air rebusan daun seledri di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidempuan rata-rata sistole 98,1 mmHg dan diastole 89,72 mmHg. Ada pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Panti Jompo Ma'Arif Muslimin Kota Padangsidempuan.

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas Rahmat dan Karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan tepat waktu dan tentunya masih banyak kekurangan untuk kesempurnaan penelitian ini. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada teman-teman yang telaah bersedia membantu dan mensupport dalam penyelesaian penelitian ini, semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi kita semua terkhusus kepada pembaca.

Referensi

- Aisyah, A. N. & F. (2020). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEAKTIFAN LANSIA DALAM MENGIKUTI K
- Andhini, N. F. (2017). Hubungan asupan natrium dn lemak pada kejadian hipertensi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Anonim. (2019). Klasifikasi Seledri (*Aipun graveolens* L). *Jurnal Universitas Muhammadiyah malang*, 2018, 9-29
- Ardiyarningsih, N. K. D. (2019). Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Abiansemal III Kabupaten Badung. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar*, 6–23. repository.poltekkes-denpasar.ac.idhttp://repository.poltekkes-denpasar.ac.id
- Ari Wibowo, R. (2019). Aplikasi Rebusan Daun Seledri (*Apium Graveolens*) Sbg Penurunan Tekanan Darah Pd Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 17(1), 74–84.
- Dewi, N. M. I. M. (2020). Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Mambang Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan Tahun 2022. *Poltekkes Denpasar Repository*, 10–21.
- Indonesia, K. K. R. (2015). Analisis Gambaran Klinis ..,Hana Wahyuningtyas, Fakultas Ilmu Kesehatan UMP, 2019. 1–5.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis/Nursalam*. Jakarta: Salemba Merdeka, 172–191.
- Salma, W. O. (2022). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Systematic Review. *JURNAL ILMIAH OBSGIN: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan* P-ISSN: 1979-3340 e-ISSN: 2685-7987, 14(1), 98–108.
- Smeltzer, S. C. (2015). Hipertensi pada lansia yang dapat mengakibatkan kerusakan pembuluh darah. *Hipertensi Pada Lansia Yang Dapat Mengakibatkan Kerusakan Pembuluh Dara*, 6–64.
- Susanti, R. (2013). Penerapan Pendekatan Demonstrasi Interaktif untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Fisika Siswa SMA. *Universitas Pendidikan Indonesia*, 19–29. repository.upi.edu
- UNIVERSITAS MUHAMMADIYA MALANG. (2020). Metodologi Penelitian EKSPERIMENTAL. *Jurnal Penelitian Pembelajaran Fisika*, 42–52.
- Utama, Y. A. (2021). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi : Literatur Review. In *Jurnal 'Aisiyah Medika* (Vol. 6, Issue 2). <https://doi.org/10.36729/jam.v6i2.663>