

PENGARUH REBUSAN DAUN SELEDRI UNTUK MENYEMBUHKAN HIPERTENSI

WINDI NOVIA RAMADHANI, SHINTA DEWI KASIH BRATHA

Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Tengku Maharatu Pekanbaru
wndynoviaaa@gmail.com

Abstract: Hypertension is an abnormal increase in blood pressure in the arteries continuously for more than one period. One non-pharmacological treatment used to reduce high blood pressure is celery. Celery (*Apium Graviolens L*) is one type of herbal therapy for treating hypertension. From several literature reviews, this is to determine the effect of celery leaves in curing hypertension. This research design uses a literature review. National journal searches using the Google Scholar data base used for the last 10 years. The search was carried out from 27 September to 26 December 2023. From the analysis of 15 journals, it shows that there is an effect of celery leaves on the incidence of hypertension, men and women can suffer from a history of hypertension, but can reduce these symptoms by finding out what sources of information The effect of celery leaves to cure hypertension. There is an effect of giving boiled celery water on reducing blood pressure, both systole and diastole, in hypertensive sufferers.

Keywords: Celery; Hypertension; Healing; Decoction; Herbal.

Abstrak: Hipertensi merupakan suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh arteri secara terus menerus lebih dari satu periode. Salah satu penanganan non farmakologis yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi adalah seledri. Seledri (*Apium Graviolens L*) merupakan salah satu dari jenis terapi herbal untuk menangani penyakit hipertensi. Dari beberapa literature review ini adalah untuk mengetahui pengaruh daun seledri untuk menyembuhkan hipertensi. Desain Penelitian ini menggunakan literatur review. Pencarian jurnal Nasional menggunakan data base Scholar Google yang digunakan 10 tahun terakhir. Pencarian dilakukan pada tanggal 27 September sampai 26 Desember 2023. Dari analisa 15 jurnal menggambarkan bahwa terdapat pengaruh daun seledri untuk kejadian hipertensi, bagi laki-laki dan perempuan bisa terkena riwayat hipertensi, namun bisa mengurangi gejala tersebut dengan mencari tahu sumber informasi apa saja pengaruh daun seledri untuk menyembuhkan hipertensi tersebut. Ada pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah baik systole maupun diastole pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Seledri; Hipertensi; Penyembuhan; Rebusan; Herbal

A. Pendahuluan

Masalah kesehatan di dunia salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri yang mengangkut darah dari jantung dan memompa keseluruhan jaringan dan organ-organ tubuh secara terus-menerus lebih dari suatu periode. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan oleh berbagai faktor, baik faktor yang dapat diubah seperti pola hidup maupun faktor yang tidak dapat diubah seperti faktor usia dan genetik (Huwaie et al 2021).

Data yang dikeluarkan oleh *World Health Organization (WHO, 2018)* menunjukkan bahwa sekitar 26,4% penduduk dunia mengalami hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Sebanyak kurang lebih 60% penderita hipertensi berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Menurut data yang telah dikeluarkan oleh Departemen

Kesehatan, hipertensi dan penyakit jantung lain meliputi lebih dari sepertiga penyebab kematian, dimana hipertensi menjadi penyebab kematian kedua setelah stroke (Masturoh & Anggita, 2018).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Prevalensi hipertensi tertinggi berada di Kalimantan Selatan yaitu sebanyak 44,1%, sedangkan prevalensi hipertensi terendah berada di Papua yaitu sebesar 22,2%. Di Indonesia, jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang dan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Kasus hipertensi pada kelompok umur 31-44 tahun sebanyak 31,6%, umur 45-54 tahun sebanyak 45,3%, dan umur 55-64 tahun kasus hipertensi sebanyak 55,2%. Sampai saat ini, banyak masyarakat yang tidak menyadari bahwa dirinya memiliki tekanan darah tinggi sehingga perlu dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya diagnosis dini apabila terkena hipertensi. Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa di Indonesia terjadi peningkatan prevalensi hipertensi pada penduduk usia produktif. Sebanyak 50% dari 15 miliar orang memiliki tekanan darah tidak terkontrol (Casmuti & Fibriana, 2023).

Penderita hipertensi di provinsi Riau tidak merata di setiap Kabupaten/Kota. Prevalensi hipertensi tertinggi berada di Kabupaten Rokan Hulu sebesar 56,64% disusul oleh Kabupaten Bengkalis sebesar 45,5%, Kabupaten Rokan Hilir 24,9%, Kabupaten Indragiri Hulu 19,42%, Kabupaten Kuantan Singingi 19,32%. Prevalensi hipertensi di Kabupaten Rokan Hilir yaitu 17,79% pada laki-laki dan 14,11% pada perempuan (Yoon, 2014). Hipertensi merupakan salah satu dari sepuluh penyakit terbanyak rawat jalan di Provinsi Riau. Tahun 2018 hipertensi menduduki posisi kedua dengan angka 37,869 kasus. Laporan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi 2 hipertensi di Provinsi Riau pada penduduk berusia >18 tahun yaitu 21% pada laki-laki dan 21,7% pada perempuan. Prevalensi hipertensi pada kelompok usia 55-64 tahun sebesar 45,6%, kelompok usia 65-74 tahun sebesar 61,8 % dan kelompok usia > 75 tahun sebesar 72,5% (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi menempati urutan nomor 4 dari 10 penyakit terbanyak rawat inap di Rumah Sakit Provinsi Riau tahun 2018 yaitu 5148 kasus. Penyakit hipertensi merupakan urutan pertama jenis penyakit kronis tidak menular yang dialami oleh kelompok usia lanjut di Provinsi Riau dan di Kota Pekanbaru (Riskesdas, 2018).

B. Metodologi Penelitian

Metode yang digunakan dalam tulisan ini adalah literatur review. Pencarian jurnal Nasional menggunakan data base Scholar Google yang digunakan 10 tahun terakhir. Pencarian dilakukan pada tanggal 27 September sampai 26 Desember 2023. Kata kunci yang digunakan dalam literatur review ini seledri, hipertensi, penyembuhan rebusan, herbal. Terdapat sejumlah 29.100 jurnal yang ditemukan sesuai dengan kata kunci tersebut. Setelah artikel tersebut dievaluasi sesuai kriteria, yaitu pengaruh daun seledri dengan kejadian hipertensi, didapatkan sejumlah jurnal yang ditelaah untuk direview. Dari jurnal tersebut ada 15 jurnal yang memiliki pengaruh daun seledri.

C. Hasil dan Pembahasan

Hipertensi dapat diobati dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis yaitu dengan cara pemberian rebusan daun seledri. Berdasarkan penelitian Solihati, Teddy Kurniawan (2019), didapatkan bahwa nilai rata-rata tekanan darah responden sebelum dilakukan intervensi pada kelompok Eksperimen sebesar 146,67 mmHg dan Kelompok Kontrol sebesar 144 mmHg. Dan setelah dilakukan intervensi pada kelompok Eksperimen didapatkan rata-rata tekanan darah responden pada kelompok Eksperimen sebesar 140,3 mmHg dan pada Kelompok Kontrol sebesar 144,67 mmHg. Terdapat penurunan pada kelompok eksperimen secara signifikan dan pada kelompok kontrol terdapat

peningkatan namun tidak secara signifikan.

Berdasarkan penelitian Siti Aisyah, Harita Mulya (2023), didapatkan bahwa ada pengaruh rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Bacang tahun 2021. Bagi Desa Bacang, disarankan pada petugas kesehatan lebih meningkatkan pelayanan untuk memberikan informasi kesehatan khususnya pada lansia hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian dari Rania Putri Ananda (2022), dapat diketahui bahwa rata-rata tekanan darah systole lansia sebelum diberikan air rebusan seledri sebesar 180,50 mmHg kemudian turun menjadi 170,0 mmhg sesudah diberikan rebusan seledri. Sedangkan tekanan darah diastolenya juga mengalami penurunan dari 118,50 mmHg sebelum diberikan air rebusan selendri menjadi 112,0 mmHg sesudah diberikan air rebusan seledri. Berdasarkan uji statistic wilcoxon didapatkan nilai Z hitung untuk tekanan darah sistole sebesar -3,666 dengan p-value sebesar $0,000 < p\text{-value} < 0,05$, dan Z hitung untuk tekanan darah diastole sebesar -3,659 dengan p-value $0,000 < p\text{-value} < 0,05$.

Dari penelitian Rania Putri Ananda (2022), ini adalah ada pengaruh terapi rebusan air daun seledri pada penderita hipertensi di Lembang La'bo. Untuk itu penderita hipertensi diharapkan dapat menerapkan penggunaan terapi rebusan air daun seledri sebagai pengobatan alternative karena ada daun seledri terdapat kandunga nlikopain, bioflavonoid, dan kalium yang dapat menurunkan tekanan darah. Berdasarkan penelitian dari Febrina Angraini Simamora, Diana Khanifah Pardede, Edi Sujoko (2021) diharapkan bagi responden dan masyarakat dapat menjadi wawasan dan bahan pertimbangan untuk memilih pengobatan alternatif yang tepat dan praktis dalam penyembuhan penyakit hipertensi pada lansia.

Berdasarkan hasil penelitian dari Nurwahidah, Jubair(2019) ini menunjukkan ada perbedaan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum, pada hari pertama dan hari kedua setelah pemberian Air Rebusan Seledri dengan nilai signifikansi $p < 0,05$. Ada pengaruh yang signifikan Pemberian Air Rebusan Seledri terhadap penurunan Tekanan darah Penderita Hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian dari Rahmat Ismail, Fitriyana Junaidi (2022), diketahui bahwa pemberian rebusan daun seledri sebelum dilakukan pemberian rebusan daun seledri yaitu TD Sistolik 160 yaitu 5 responden (29.4) ,TD Sistolik 150 yaitu 5 responden (29.4). Dan TD Diastolik 90 yaitu 9 responden (52.9%). Dan setelah dilakukan pemberian rebusan daun seledri yaitu TD Sistolik 120 yaitu 9 responden Dan TD Diastolik 13 yaitu 13 responden Hasil p value $0,000 (< 0.05)$, sehingga Ha diterima.

Berdasarkan hasil dari Intan Eka Oktavia, Junaidi, Ainurafiq (2017) ini menunjukkan ada perbedaan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum, pada hari pertama dan hari kedua setelah pemberian Air Rebusan Seledri dengan nilai signifikansi $p < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan Pemberian Air Rebusan Seledri terhadap penurunan Tekanan darah Sistolik dan Diastolik Penderita Hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian dari Bardiansyah, Dian Syahlani, Ahmad Hakim, Ali Rakhman (2023) menunjukkan adanya selisih tekanan darah pretest-posttest sistolik didapatkan mean rank pemberian jus buah semangka sebesar (10,78) dan rebusan daun seledri sebesar (26,22) hasil p-value sebesar 0,000, dan pada diastolik pemberian jus buah semangka sebesar (13,33) dan rebusan daun seledri sebesar (23,67) hasil p-value sebesar 0,001. Melihat hasil yang ada maka dapat disimpulkan terdapat perbandingan efektivitas antara pemberian jus buah semangka dan rebusan daun seledri pada lansia penderita hipertensi. Dimana diketahui rebusan daun seledri lebih efektif dalam mengurangi tekanan darah diastolik dibandingkan dengan jus buah semangka pada lansia di wilayah kerja UPT Puskesmas Cempaka Putih.

Berdasarkan hasil penelitian dari Nur Safitri, Wijanarko Heru Pramono (2020) didapatkan bahwa studi menunjukkan ketiga responden didapatkan hasil penurunan intensitas nyeri dengan presentase rata-rata penurunan nyeri 5 setelah diberikan rebusan air seledri. Dapat disimpulkan bahwa rebusan air seledri dapat menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Hasil penelitian dari Anuhgera, Diah Evawanna Yolanda, Rizky Sitorus, Riris Ritonga, Nikmah Jalilah, Damayanti (2020) ini menunjukkan bahwa ada perubahan penurunan tekanan darah melalui pemberian rebusan daun seledri dengan selisih penurunan tekanan darah 28,47 mmHg. Pemberian rebusan daun seledri diberikan sebanyak 1 kali 1 hari tepatnya di sore hari pada interval waktu 14.00-16.00 WIB sebanyak 200 cc. Berdasarkan hasil penelitian dari Huwae, Gridche Sumah, D Lilipory, M Jotlely, Hery Nindatu, Maria (2021) didapatkan data antara lain umur, jenis kelamin. Dari responden hipertensi banyak dialami pada usia 46-50 tahun sebanyak 60% atau 24 orang. Meningkatnya usia seseorang tentu saja akan memberikan dampak pada penurunan fungsi- fungsi tubuh sehingga semakin rentan terhadap penyakit hipertensi.

Hasil penelitian dari Fithriana, Dina (2022) menunjukan bahwa hipertensi pada responden sebelum pemberian rebusan air seledri 18 orang yang hipertensi sedang 10 responden dan 8 responden hipertensi ringan, sesudah pemberian rebusan air seledri sebanyak 16 responden mengalami hipertensi ringan dan 2 responden hipertensi sedang, dari uji analisa di dapatkan nilai p value 0.000 dengan taraf signifikan 0.05 maka p value < α sehingga H₀ di tolak dan H_a di terima. Berdasarkan hasil penelitian dari Lasria Simamora, Srilina Br.Pinem, Nurhamida Fithri (2021) pada kelompok pemberian jus seledri sebanyak 10 responden yang mengalami hipertensi, didapatkan bahwa sebelum pemberian jus seledri nilai rata-rata systole 171 mmHg dan dystole 101 mmHg, tetapi sesudah diberikan intervensi yaitu pemberian jus seledri selama 1 minggu, didapatkan nilai rata-rata systole 141 mmHg dan dystole 87 mmHg dengan selisih setelah diberikan jus seledri terjadi penurunan TD systolik sebesar 30 mmhg dan dystolik sebesar 14 mmhg.

Berdasarkan hasil penelitian dari Fitira, Cemy Nur Anggraini, Meidina Putri Handayani, Sri (2021) menjelaskan pembahasan tentang pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi grade 1. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin ada 5 responden (33%) berjenis kelamin laki-laki. Kemudian, terdapat 10 responden (67%) berjenis kelamin perempuan, berdasarkan umur ada 7 responden (46%) yang berumur 44-51 tahun. Kemudian, terdapat 8 responden (54%) yang berumur 52-59 tahun. Berdasarkan dari penelitian di atas hal ini didapatkan bahwa penelitian Olgrid Alga Tasya Gratia Ginur (2023) lebih efektif dikarenakan ada pengaruh terapi rebusan air daun seledri pada penderita hipertensi di Lembang La'bo. Untuk itu penderita hipertensi diharapkan dapat menerapkan penggunaan terapi rebusan air daun seledri sebagai pengobatan alternative karena pada daun seledri terdapat kandunga nlikopain, bioflavonoid, dan kalium yang dapat menurunkan tekanan darah.

D. Penutup

Berdasarkan telaah dari 15 jurnal, ada yang menyatakan bahwa ada pengaruh daun seledri dengan kejadian hipertensi, seledri memiliki efek yang baik untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi. Kemudian, dari hal tersebut berkaitan dengan kandungan daun seledri. Tekanan darah umumnya mulai turun sehari setelah pengobatan yang diikuti dengan membaiknya subjektif seperti tidur terasa nyaman, dan jumlah urin yang dikeluarkan meningkat, kemudian kandungan yang dapat menurunkan tekanan darah tinggi yaitu apiin, apigenin, flavonoid dan 3-n butyl phthalide (3nB), (Rahayu, 2017). Dalam penulisan dan penelitian jurnal ini, terdapat beberapa kelebihan dan kekurangan diantaranya adalah ada 6 jurnal yang memaparkan secara jelas dan lengkap mulai dari pendahuluan atau latar belakang dari permasalahan mengapa penulis tertarik meneliti tentang pemberian daun seledri terhadap hipertens, dan ada 9 jurnal yang tidak lengkap dan penulis tetap tertarik meneliti tentang itu. Dari 15 jurnal, terdapat 6 jurnal yang menuliskan penggunaan alat dan 9 jurnal yang tidak menuliskannya. Kemudian, kata yang digunakan dalam jurnal ini bersifat baku.

Daftar Pustaka

- Allo, O. A., Mapandin, A., & Ginur, T. G. (2023). Pengaruh Terapi Rebusan Air Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Lembang La'bo' Kecamatan Sanggalangi Kabupaten Toraja Utara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*.
- Ananda, R. P. (2022). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Seledri Pada Lansia Dengan Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(7), 224–228. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i7.48>
- Anuhgera, D. E., Yolanda, R., Sitorus, R., Ritonga, N. J., & . D. (2020). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Seledri (*Apium Graveolens L*) Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Menopause Dengan Hipertensi. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 3(1), 67–74. <https://doi.org/10.35451/jkk.v3i1.502>
- Bardiansyah, D., Syahlani, A., & Hakim, A. R. (2023). Perbandingan Efektivitas Jus Buah Semangka dan Rebusan Daun Seledri Terhadap Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 15, 1531–1540. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Dianti, Y. (2017). 濟無No Title No Title No Title. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2(6), 5–24. <http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB2.pdf>
- Fithriana, D. (2022). *Pengaruh Pemberian Rebusan Air Seledri Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di BSLU Mandalika Mataram*. 6(2), 2494–2501.
- Fitira, C. N., Anggraini, M. P., & Handayani, S. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Grade I. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 19(1), 24.
- Huwae, 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*, 2(2), 64–74. <https://doi.org/10.30598/biofaal.v2i2pp64-74>
- Nurwahidah, N., & Jubair, J. (2019). Pengaruh Penggunaan Rebusan Seledri terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cenggu Tahun 2018. *Bima Nursing Journal*, 1(1), 43. <https://doi.org/10.32807/bnj.v1i1.530>
- Pangiang, J. P., Iii, L., Bunaken, K., Manado, K., & Utara, S. (2022). *Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Seledri Terhadap Tekanan Manado Rahmat Ismail Fitriyana Junaidi PENDAHULUAN Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mengakibatkan angka kesakitan yang tinggi . Hipertensi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan dara*. 4(1), 64–71.
- Safitri, N., & Pramono, W. H. (2020). Penerapan Konsumsi Rebusan Air Seledri Dalam Menurunkan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Panti Wreda Harapan Ibu Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 4(2), 119–127. <https://doi.org/10.33655/mak.v4i2.99>
- Simamora, L., Pinem, S. B., & Fithri, N. (2021). the Effectiveness of Celery Juice To Reduce Blood Pressure on Elderly With Hypertension in the Simalingkar Health Center Efektifitas Jus Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simalingkar. *Journal of Health* |, 67, 67–74.
- Solihati, & Siska Yenyanti. (2019). Pengalaman Orang Tua Yang Mendampingi Pengobatan Anak Penderita Thalasemia Di Rumah Sakit Umum Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 110–119. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v8i1.167>