Jurnal Kesmas Asclepius
Volume 8, Nomor 2, Juli-Desember 2026
e-ISSN: 2684-8287
p-ISSN: 2656-8926
DOI: https://doi.org/10.31539/3vas2y09

IMPLEMENTASI AIR REBUSAN SELEDRI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Rahmawati Reza[1], Haryani Sri[2], Misniarti[3]
Poltekkes Kemenkes Bengkulu[1,2,3]
sri.ani37@gmail.com[1]

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Metode penelitian ini menggunakan metode studi kasus yang meliputi pengkajian, menentukan masalah keperawatan, membuat rencana keperawatan, dan melakukan tindakan keperawatan serta melakukan evaluasi dari tindakan keperawatan yang telah dilakukan pada 2 orang klien hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian air rebusan daun seledri selama 6 hari berturut-turut pada 2 orang klien yang mengalami peningkatan tekanan darah, dimana pada klien ke-1 tekanan darah sebelum diberikan air rebusan daun seledri adalah 171/107 mmHg dan turun menjadi 165/100 mmHg setelah 6 hari pemberian air rebusan daun seledri. Pada klien ke-2 tekanan darah sebelum diberikan air rebusan daun seledri adalah 189/118 mmHg dan turun menjadi 160/97 mmHg setelah 6 hari pemberian air rebusan daun seledri. Simpulan penelitian bahwa tindakan terapi non farmakologis pemberian air rebusan daun seledri terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi.

Kata Kunci: Air Rebusan Seledri, Hipertensi, Lansia.

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the effect of administering celery leaf decoction on lowering blood pressure in elderly patients with hypertension. A case study method was employed, comprising assessment, identification of nursing problems, care planning, implementation of nursing interventions, and evaluation of the interventions performed on two hypertensive clients. The results showed that administering celery leaf decoction for six consecutive days to two clients with elevated blood pressure led to a reduction in readings: for the first client, blood pressure dropped from 171/107 mmHg to 165/100 mmHg, and for the second client, it fell from 189/118 mmHg to 160/97 mmHg. The study concludes that the non-pharmacological therapy of administering celery leaf decoction is effective in lowering blood pressure among elderly patients with hypertension.

Keywords: Celery Decoction, Elderly, Hypertension.

PENDAHULUAN

Lansia (lanjut usia) merupakan usia yang lebih dari 60 tahun dan mengalami kemunduran fisik dan psikologis seiring pertambahan usia terutama di bidang kemampuan fisik. Penurunan fungsi yang dialami lansia diantaranya pada sensori persepsi auditori yaitu berkurangnya pendengaran, fungsi visual, keelastisitasan kulit berkurang, kering, berkerut, menipis dan berbecak. Selain itu lansia kerap mengalami

perubahan pada sistem kardiovaskular. Kekakuan pada arteri sering dialami lansia yang dapat menyebabkan kecenderungan tekanan darah pada lansia meningkat atau yang umum kita kenal dengan hipertensi (Astuti & Purnama, 2024). Hipertensi dapat dikatakan sebagai pembunuh diam-diam atau *the silent killer*. Hipertensi umumnya terjadi tanpa gejala (asimptomatis). Sebagian besar orang tidak merasakan apa pun, meski tekanan darahnya sudah jauh di atas normal. Hipertensi merupakan suatu kondisi tekanan darah sistolik >140 mmHg dan tekanan darah diastolik >90 mmHg berdasarkan rata-rata dua atau lebih pengukuran tekanan darah yang akurat diambil selama dua atau lebih kontak dengan penyedia layanan kesehatan (Astuti & Purnama, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) Tahun (2025) diperkirakan 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi pada tahun 2024 ini mewakili 33% dari populasi dalam rentang usia ini. Menurut data *National Center for Health Statistics* (NCHS) di Amerika Serikat hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia. Prevalensinya adalah 23,4% pada orang dewasa usia 18–39 tahun dan meningkat menjadi 52,5% pada usia 40–59 tahun dan 71,6% pada usia 60 tahun ke atas (Fryar et al., 2024) dan (Ruslang et al, 2023). Indonesia mengalami peningkatan sebesar 28,14% dan prevalensi hipertensi pada lansia di Kota Bengkulu sebesar 2,45% (Efendi et al., 2023). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong pada tahun 2025 bulan Januari-Oktober di dapatkan bahwa Puskesmas Curup menjadi urutan pertama yang menderita hipertensi terbanyak yaitu 1.907 kasus dari 33.942 jiwa penduduk di Puskesmas Curup lalu di urutan kedua ada Puskesmas PU Tanding yaitu 1.050 kasus dari 20.076 jiwa penduduk di Padang Ulak Tanding, dan di urutan ketiga ada Puskesmas Perumnas yaitu 829 kasus dari 35.094 jiwa penduduk di Curup Tengah. Berdasarkan data yang di peroleh langsung di Puskesmas Curup tahun 2025 bulan Januari-Oktober didapatkan jumlah lansia yang mengalami hipertensi sebanyak 1.227 kasus.

Banyak penderita hipertensi yang tidak memperhatikan gejala dan mungkin tidak menyadari ada masalah. Gejala dapat berupa sakit kepala di pagi hari, mimisan, detak jantung tidak teratur, perubahan penglihatan, dan telinga berdengung (Astuti & Purnama, 2024). Orang dengan tekanan darah sangat tinggi (biasanya 180/120 atau lebih tinggi) dapat mengalami gejala-gejala berikut seperti sakit kepala parah, nyeri dada, pusing, sesak napas, mual, muntah, penglihatan kabur atau perubahan penglihatan lainnya, kecemasan, kebingungan, telinga berdengung, mimisan, dan irama jantung abnormal (WHO, 2025). Selain itu hipertensi juga bisa disebabkan karena banyaknya perubahan gaya hidup, umur, ras, riwayat keluarga, jenis kelamin, kegemukan, stres, dan sikap yang mendorong timbulnya penyakit hipertensi. Pada individu atau kelompok yang telah mengalami lanjut usia, hal ini disebabkan oleh ketegangan yang lebih tinggi dalam arteri sehingga menyebabkan hipertensi. Lansia sering terkena hipertensi disebabkan oleh kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat (Astuti & Purnama, 2024).

Hipertensi yang tidak dikendalikan dalam jangka panjang akan berdampak pada timbulnya komplikasi penyakit lain. Komplikasi penyakit hipertensi sangat berbahaya bagi tubuh dan mempersulit proses kesembuhan. Komplikasi hipertensi meliputi kerusakan pada otak, kerusakan pada jantung, ginjal dan mata (Astuti & Purnama, 2024). Selain itu tekanan darah yang tinggi merupakan salah satu faktor risiko untuk stroke, serangan jantung, gagal jantung, aneurisma arterial dan merupakan penyebab utama gagal jantung kronis (WHO., 2025). Selanjutnya diperlukan penanganan yang tepat dan efisien diperlukan untuk mencegah agar hipertensi tidak menyebabkan komplikasi lebih lanjut.

Penanganan hipertensi secara umum berupa terapi farmakologis dan non farmakologis. Penanganan secara farmakologis yaitu dengan obat-obat anti hipertensi yang bersifat diuretik, simpatetik, beta bloker dan vasodilator. Penanganan farmakologis dianggap mahal oleh sebagian masyarakat, selain itu penanganan secara farmakologis sering menimbulkan efek samping negatif baik secara langsung atau terakumulasi (Ernawati et al., 2022). Penanganan lainnya bisa dengan penanganan non farmakologi yaitu dengan merubah gaya hidup sehat, diet rendah lemak dan garam serta terapi komplementer. Penanganan non farmakologis mudah untuk dipraktikkan dan tidak membutuhkan terlalu banyak biaya serta tidak memiliki efek samping. Berbagai macam terapi non farmakologis ini sudah dibuat penelitiannya yaitu hidroterapi, senam hipertensi, pemberian aroma terapi, terapi relaksasi seperti yoga, terapi musik dan terapi herbal. Terapi herbal yang biasa digunakan untuk mengatasi hipertensi diantaranya yaitu memanfaatkan belimbing dan timun menjadi jus, rebusan daun salam, mahoni dan membuat seduhan seledri hingga membuat air rebusan seledri (Astuti & Purnama, 2024).

Seledri tidak hanya digunakan sebagai pelengkap makanan saja, tetapi banyak riset yang menunjukkan bahwa seledri (Apium graveolens L) memiliki banyak kandungan yang berkhasiat guna mengembalikan elastisitas pembuluh darah juga memperbaiki kerja sistem kardiovaskuler lainnya untuk menurunkan tekanan darah dari pada tumbuhan lain seperti daun salam yang hanya memiliki kandungan minyak atsiri dan flavonoid untuk menurunkan tekanan darah dan mahoni yang hanya memiliki kandungan flavonoid (Alobaidi., 2024). Selain itu Yuliawan & Andari (2025) mengatakan bahwa dari hasil penelitian yang dilakukannya terdapat pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Penelitian (Astuti & Purnama, 2024) juga menyimpulkan bahwa ada pengaruh air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada kelompok intervensi secara signifikan. Selain itu, Ernawati, (2024) menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah baik sistole maupun diastole pada lansia penderita hipertensi.

Berdasarkan penelitian tersebut dapat di simpulkan air rebusan seledri efektif dalam menurunkan tekanan sistole maupun diastole pada Lansia. Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada perawat lansia di Puskesmas Curup Daerah Kabupaten Rejang Lebong mengatakan bahwa belum pernah melakukan implementasi pemberian air rebusan seledri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan di Puskesmas Curup Kabupaten Rejang Lebong tahun 2026. Subjek dalam penelitian ini adalah 2 klien hipertensi, dengan kriteria inklusi Pasien lanjut usia umur >60 tahun yang di diagnosa hipertensi di Puskesmas Curup, klien tidak sedang minum obat hipertensi, klien sadar penuh dengan kesadaran composmentis, klien hipertensi dengan derajat 2, klien yang kooperatif terhadap tindakan yang diberikan, serta klien yang bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu klien yang mengalami komplikasi atau kondisi pemburukan sehingga membutuhkan penanganan lebih di RS selama studi kasus, klien tidak dapat diajak kerja sama dengan tidak bersedia jadi responden. Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan oleh seorang peneliti yaitu salah satunya dengan menggunakan air rebusan seledri dibuat dengan cara 40 gram seledri atau 2 batang seledri beserta daunnya yang direbus dengan air sebanyak 400 ml atau 2 gelas lalu direbus dan disurutkan menjadi 200 ml atau 1 gelas dan diberikan kepada

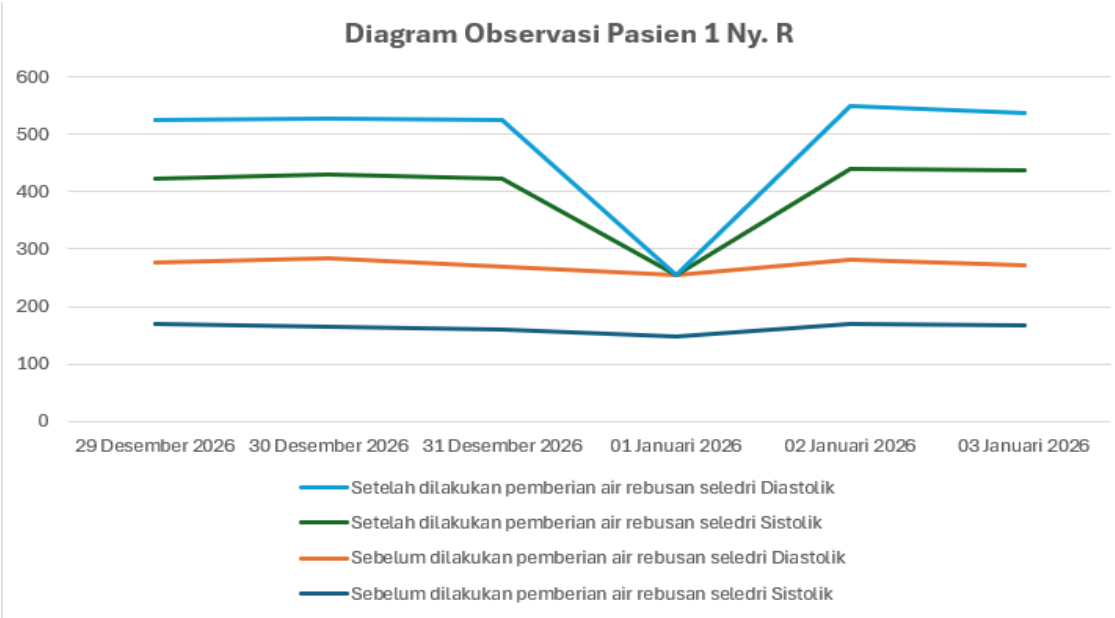
responden dengan durasi selama 6 hari pada pagi hari sekitar pukul 09.00-11.00 WIB. Intervensi ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada kelompok intervensi lansia penderita hipertensi. Parameter hemodinamik (tekanan darah) diukur pada dua titik yaitu dilakukan sebelum dan sesudah pemberian air rebusan seledri. Alat ukur dalam penelitian ini adalah lembar observasi untuk mengukur status hemodinamik meliputi tekanan darah sistolik, diastolik dan nadi.

Demi melindungi hak asasi manusia mendasar, keselamatan, dan martabat seluruh partisipan, penelitian ini secara ketat menerapkan langkah-langkah etis sebagai berikut. Protokol penelitian telah ditelaah dan dinyatakan layak etik sesuai 7 standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan *Privacy*, dan 7) Persetujuan setelah penjelasan, yang merujuk pada pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar oleh Komisi Etik (Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu dengan nomor No.KEPK.BKL/648/07/2026).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Lembar Observasi Pasien 1 Ny. R.

No	Hari/tanggal	Jam pre	Sebelum dilakukan pemberian air rebusan seledri		Jam post	Setelah dilakukan pemberian air rebusan seledri		Keterangan
			Sistolik	Diastolik		Sistolik	Diastolik	
1.	Senin, 29 Desember 2025	09.21 WIB	171 mmHg	107 mmHg	10.27 WIB	145 mmHg	103 mmHg	-
2.	Selasa, 30 Desember 2025	09.57 WIB	166 mmHg	117 mmHg	10.53 WIB	147 mmHg	98 mmHg	-
3.	Rabu, 31 Desember 2025	09.50 WIB	159 mmHg	111 mmHg	10.53 WIB	152 mmHg	103 mmHg	-
4.	Kamis, 01 Januari 2026	10.07 WIB	149 mmHg	106 mmHg	-	-	-	Tidak dilakukan pemeriksaan post karena kesibukan pasien
5.	Jumat, 02 Januari 2026	10. 06 WIB	169 mmHg	112 mmHg	11.18 WIB	159 mmHg	109 mmHg	-
6.	Sabtu, 03 Januari 2026	09.14 WIB	167 mmHg	105 mmHg	10.24 WIB	165 mmHg	100 mmHg	-



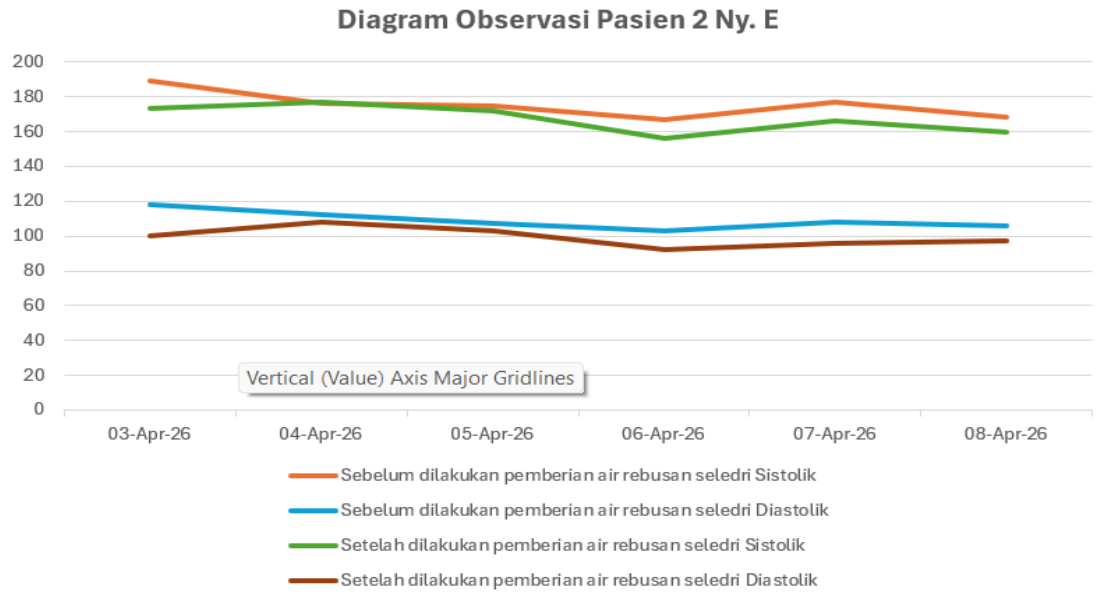
Sumber: Lembar Observasi Askep 2026

Berdasarkan tabel 1 dan diagram pada tanggal 29 Desember 2025 Tekanan darah Ny. R sebelum diberikan air rebusan seledri adalah 171/107 mmHg dan turun menjadi 145/103 mmHg setelah pemberian air rebusan seledri. Pada hari keenam tanggal 03 Januari 2026 dilakukan dimana tekanan darah Ny. R sebelum diberikan air rebusan seledri adalah 167/105 mmHg dan turun menjadi 165/100 mmHg setelah pemberian air rebusan seledri.

Tabel 2. Lembar Observasi Pasien 2 Ny. E

No.	Hari/tanggal	Jam pre	Sebelum dilakukan pemberian air rebusan seledri		Jam post	Stelah dilakukan pemberian air rebusan seledri		Ket
			Sistolik	Diastolik		Sistolik	Diastolik	
1.	Jumat, 03 April 2026	09.34 WIB	189 mmHg	118 mmHg	10.43 WIB	173 mmHg	100 mmHg	-
2.	Sabtu, 04 April 2026	09.07 WIB	176 mmHg	09.07 WIB	10.13 WIB	177 mmHg	108 mmHg	-
3.	Minggu, 05 April 2026	09.16 WIB	175 mmHg	09.16 WIB	10.36 WIB	172 mmHg	103 mmHg	-
4.	Senin, 06 April 2026	10.02 WIB	167 mmHg	10.02 WIB	11.07 WIB	156 mmHg	92 mmHg	
5.	Selasa, 07 April 2026	09.25 WIB	177 mmHg	108 mmHg	10.29 WIB	166 mmHg	96 mmHg	-
6.	Rabu, 08 April 2026	09.40 WIB	168 mmHg	106 mmHg	10.56 WIB	160 mmHg	97 mmHg	-

Sumber: Lembar Observasi Askep 2026



Sumber: Lembar Observasi Askep 2026

Berdasarkan diagram dan tabel 2 pada tanggal 03 April 2026 Tekanan darah Ny. E sebelum diberikan air rebusan seledri adalah 189/118 mmHg dan turun menjadi 173/100 mmHg setelah pemberian air rebusan seledri. Pada hari keenam tanggal 08 April 2026 tekanan darah Ny. E sebelum diberikan air rebusan seledri adalah 168/106 mmHg dan turun menjadi 160/97 mmHg setelah pemberian air rebusan seledri.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian diketahui bahwa Ny. R dan Ny. E berada pada usia 68 tahun, ini sesuai dengan (Gustina et al., 2026) mengungkapkan bahwa sejalan dengan bertambahnya usia, hampir setiap orang mengalami kenaikan tekanan darah. Tekanan darah sistolik terus meningkat sampai usia 80 tahun dan tekanan darah diastolik terus meningkat sampai usia 55-60 tahun, kemudian berkurang secara perlahan atau bahkan menurun drastis. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa semakin usia seseorang bertambah, tekanan darah pun akan meningkat (Simamora, 2021). Selain itu, (Agusdarman., 2021) menjelaskan bahwa penuaan dapat mempengaruhi baroreseptor yang terlibat dalam pengaturan tekanan darah serta kelenturan arteri. Ketika arteri menjadi kurang lentur, tekanan darah pada pembuluh darah akan meningkat. Ini sering kali tampak jelas sebagai peningkatan bertahap pada tekanan darah sistolik seiring penuaan. Selain itu ada pengaruh yang signifikan antara usia terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun seledri pada lansia penderita hipertensi (Hadi et al., 2025). Dapat disimpulkan bahwa ditinjau dari faktor usia, kedua subjek dalam penerapan ini termasuk dalam kelompok usia yang memiliki risiko tinggi mengalami hipertensi. Bertambahnya usia dapat menyebabkan perubahan struktur dan elastisitas pembuluh darah, terutama pada pembuluh darah besar. Kondisi tersebut dapat menyebabkan lumen pembuluh darah menyempit serta dinding pembuluh darah menjadi lebih kaku, sehingga meningkatkan resistensi aliran darah dan pada akhirnya dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Selain faktor usia, faktor pendidikan juga berpengaruh dalam pengobatan hipertensi.

Pendidikan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan, dimana pengetahuan individu akan mempengaruhi kesadaran terhadap perilaku pencegahan hipertensi, dengan kata lain makin tinggi pengetahuan individu mengenai penyebab hipertensi, faktor pemicu, tanda gejala, dan tekanan darah normal dan tidak normal, maka individu akan cenderung menghindari hal-hal yang dapat memicu terjadinya hipertensi. Berdasarkan jenjang pendidikan didapatkan bahwa subjek I (Ny. R) dan subjek II (Ny. E) memiliki riwayat sekolah dasar. Walaupun Pendidikan responden rendah, tetapi pendidikan merupakan faktor risiko tidak langsung, karena tingkat pendidikan yang rendah dapat mempengaruhi keterbatasan seseorang dalam memperoleh dan memahami informasi kesehatan. Kondisi tersebut dapat berdampak pada kurangnya pengetahuan mengenai faktor risiko, bahaya, serta upaya pencegahan hipertensi, sehingga seseorang lebih berisiko menerapkan perilaku dan pola hidup yang kurang sehat. Selain itu ada pengaruh yang signifikan antara pendidikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun seledri pada lansia penderita hipertensi (Hadi et al., 2025)

Selain faktor tersebut, faktor pekerjaan merupakan salah satu faktor tidak langsung terhadap terjadinya hipertensi. Seseorang yang memiliki aktivitas fisik ringan bisa menyebabkan status gizi yang berlebih atau obesitas. Setiap gerakan tubuh akan meningkatkan pengeluaran energi dan kelebihan berat badan juga meningkatkan denyut jantung dan kadar insulin dalam darah. Berdasarkan pengkajian diketahui kedua subjek memiliki status pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Berdasarkan uraian tersebut dapat dijelaskan bahwa bila dilihat dari faktor pekerjaan subjek I dan II maka hal tersebut dapat menjadi faktor risiko terhadap terjadinya hipertensi karena pekerjaan sebagai ibu rumah tangga yang harus mengurus berbagai keperluan yang tidak jarang kondisi tersebut memicu terjadinya stres yang pada akhirnya berdampak terhadap meningkatnya tekanan darah. Di sisi lain, seseorang yang tidak bekerja memiliki kemungkinan mengalami hipertensi yang disebabkan kurangnya aktivitas fisik yang berdampak terhadap menurunnya kondisi Kesehatan (Mather et al., 2021).

Berdasarkan pengkajian tentang riwayat diketahui Ny. R memiliki riwayat penyakit hipertensi dari ibunya. Individu dengan orang tua hipertensi mempunyai risiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi daripada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi (Gustina et al., 2026). Gen yang terlibat pada sistem rennin-angiotensin-aldosteron dan gen lain yang mempengaruhi tegangan vaskular, transportasi garam dan air pada ginjal, kegemukan dan resistensi insulin cenderung terlibat dalam perkembangan hipertensi, meskipun belum ada hubungan genetik konsisten yang dijumpai (Agusdarman, 2021). Faktor genetik atau keturunan subjek Ny. R merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diubah. Penelitian menunjukkan bahwa faktor genetik juga berperan penting dalam terjadinya hipertensi. Individu dengan riwayat keluarga hipertensi memiliki risiko dua kali lipat lebih tinggi untuk mengalami penyakit yang sama dibandingkan individu tanpa riwayat keluarga (Lu et al., 2021). Faktor keturunan memang selalu memainkan peranan penting dari timbulnya suatu penyakit yang dibawa oleh gen keluarga (Maharani et al, 2021).

Penelitian Qonita et al (2023) menunjukkan bahwa konsumsi air rebusan seledri lebih efektif jika dikombinasikan dengan pola makan sehat dan olahraga teratur, yang menunjukkan bahwa seledri bukan solusi tunggal, tetapi harus menjadi bagian dari gaya hidup sehat yang lebih luas. Efek diuretik alami dari seledri juga berkontribusi dalam meningkatkan ekskresi natrium dan air melalui urine, yang pada akhirnya mengurangi volume darah dan menurunkan tekanan darah (Simamora, 2021), serupa dengan cara

kerja obat diuretik yang umum digunakan dalam terapi farmakologis hipertensi. Selain itu, ada jenis pengobatan komplementer lain dengan menggunakan air rebusan seledri.

Kelebihan dari air rebusan seledri adalah efek sampingnya yang lebih minimal dibandingkan terapi farmakologi. (Mather et al., 2021) membandingkan efektivitas air rebusan seledri dengan terapi anti hipertensi secara farmakologi dan menemukan bahwa pasien yang mengonsumsi air rebusan seledri mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan, meskipun tidak secepat kelompok yang mengonsumsi obat anti hipertensi, serta efek samping air rebusan seledri lebih ringan dibandingkan efek samping obat hipertensi seperti pusing, kelelahan, atau hiperkalemia yang sering terjadi pada penggunaan diuretik. Oleh karena itu, air rebusan seledri dapat menjadi alternatif terapi komplementer bagi penderita hipertensi ringan hingga sedang atau sebagai terapi tambahan bagi pasien yang menggunakan obat anti hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Astuti & Purnama, 2024) bahwa air rebusan seledri dapat menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada lansia yang menderita hipertensi. Selain itu kombinasi hidroterapi rendam kaki air hangat dan air rebusan seledri efektif menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi (Hadi et al., 2025). (Hasrib et al, 2024) juga menyatakan bahwa pemberian rebusan daun seledri secara efektif dapat menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Pemberian rebusan daun seledri sebanyak 200cc di pagi dan sore hari selama 5 hari efektif menurunkan tekanan darah dengan hasil pengukuran tekanan darah pre 153/75 mmHg dan nilai post 146/79 (Laora et al., 2025).

Setelah diberikan 700ml air rebusan seledri selama 7 hari berturut-turut, terdapat pengaruh pemberian air rebusan daun seledri terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi (Rosanty et al., 2025) kandungan apigenin dalam seledri berperan penting dalam mencegah penyempitan pembuluh darah (vasokontriksi) dan mengatasi tekanan darah tinggi. Selain itu, seledri juga mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, vitamin C, apiin, serta mineral seperti kalsium dan magnesium yang mendukung penurunan tekanan darah. Pemberian air rebusan seledri berpengaruh signifikan dalam menurunkan tekanan darah, baik sistolik maupun diastolik, pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Kuta Tinggi. Seledri diketahui memiliki kandungan yang lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan tanaman lain yang bisa digunakan untuk menurunkan tekanan darah (Rosanty et al., 2025).

Pada penelitian ini air rebusan seledri dibuat dengan cara 40 gram seledri atau 2 batang seledri beserta daunnya yang direbus dengan air sebanyak 400 ml atau 2 gelas lalu direbus dan disurutkan menjadi 200 ml atau 1 gelas dan diberikan kepada responden dengan durasi selama 6 hari pada pagi hari sekitar pukul 09.00-11.00 WIB. Ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Ernawati et al., 2024) bahwa ada pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah baik sistole maupun diastole pada lansia penderita hipertensi di Desa Bintungan Bejangkar. Terapi non farmakologis pemberian rebusan daun seledri merupakan salah satu terapi kom (Rosanty et al., 2025) plementer yang dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, tetapi dalam penggunaannya harus sesuai dengan standar operasional prosedur (Ananda, 2022). Selain itu menurut (Ekaputri et al., 2025) bahwa tidak semua orang merespon terapi herbal dengan cara yang sama karena peningkatan tekanan darah bisa terjadi karena faktor lain seperti stres, asupan garam, atau aktivitas fisik, sehingga efek rebusan daun seledri belum memberikan penurunan yang konsisten terutama pada tekanan diastolik dan hanya terjadi penurunan sistolik saja. Pemberian rebusan daun seledri yang diberikan sebanyak 1 kali 1 hari tepatnya di sore hari pada interval waktu 14.00-16.00 WIB

sebanyak 200 cc juga dilakukan oleh (Handayani & Wahyuni, 2021), dengan mengonsumsi 8 batang daun seledri selama 1 minggu dapat menurunkan tekanan darah menjadi 18.75% karena di dalam daun seledri banyak mengandung magnesium, ptalides, apingenin, kalium dan asparagin yang akan mengontrol pembuluh darah untuk berkontraksi dan relaksasi sehingga tidak terjadi penyempitan pada pembuluh darah serta membantu proses diuretik dan mengandung senyawa penenang berupa ptslides yang akan mengontrol aktivitas pembuluh darah.

SIMPULAN

Pemberian air rebusan seledri pada Ny. R mengalami penurunan keluhan dimana keluhan sakit kepala sudah berkurang, berat pada area leher belakang dan telinga berdengung tidak dirasakan lagi. Hasil pemeriksaan tekanan darah Ny. R sebelum diberikan air rebusan seledri yaitu 171/107 mmHg dan turun menjadi 165/100 mmHg setelah 6 hari pemberian air rebusan seledri. Sedangkan pada Ny. E yang tidak mengalami keluhan apa pun dan hasil pemeriksaan tekanan darah Ny. E sebelum diberikan air rebusan seledri yaitu 189/118 mmHg dan turun menjadi 160/97 mmHg setelah 6 hari pemberian air rebusan seledri.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan bagi pihak Puskesmas Curup dan tenaga keperawatan untuk mengintegrasikan terapi air rebusan daun seledri ke dalam pelayanan serta menyusun SOP pelaksanaannya sebagai terapi komplementer hipertensi yang aman dan terjangkau; bagi lansia dan keluarga diharapkan dapat menerapkan terapi herbal ini secara mandiri di rumah dengan tetap mengombinasikannya bersama pola hidup sehat dan pemantauan tekanan darah rutin; serta bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menambah jumlah sampel, memperpanjang durasi intervensi, mengontrol faktor pengganggu seperti diet dan stres, atau menggabungkannya dengan terapi non-farmakologis lain.

DAFTAR PUSTAKA

Alobaidi, S., & Saleh, E. (2024). Antihypertensive Property of Celery: A Narrative Review on Current Knowledge. *International journal of food science*, *2024*, 9792556. https://doi.org/10.1155/2024/9792556

Ananda, R. P. (2022). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Seledri Pada Lansia Dengan Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah. *OAJJHS, 01*(07), 224–228. https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i7.48

Astuti, R., & Purnama, N. D. C. (2024). Pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal penelitian terapan kesehatan*, *11*(1), 13–24. https://doi.org/10.33088/jptk.v11i1.575

Efendi, Z., Adha, D., Afrizal, A., Febriyanti, F., & Andika, M. (2023). Pengaruh terapi tertawa dalam menurunkan tekanan darah lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas lubuk buaya. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *4*(4), 7122–7128. https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.22457

Ekaputri, R. W., Julianto, E., Puspasari, F. D. (2025). Pengaruh Rebusan Daun Seledri terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Panican Kecamatan Kemangkon Kabupaten Purbalingga. *JURINSE: Jurnal Indonesia Sehat. 4*(2), 68–73. https://doi.org/10.58353/jurinse.v4i2.308

Ernawati, I., Septi, S., & Nisa, S. (2022). Profil Penggunaan Obat Anti hipertensi di Puskesmas Surabaya. *Lumbung Farmasi: Jurnal Ilmu Kefarmasian, 3*(2), 134–138. https://doi.org/10.31764/lf.v3i2.7679

Ernawati, Sinaga, K., Surbakti, I. S., Sinaga, A., & Laia, J. (2024). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Bejangkar Kec.Batahan Kab. Madina Tahun 2022. *Jurnal Siti Rufaidah, 2*(2), 50–60. https://doi.org/10.57214/jasira.v2i2.174

Fryar, C. D., Kit, B., Carroll, M. D., & Afful, J. (2024). Hypertension prevalence, awareness, treatment, and control among adults age 18 and older: United States, August 2021–August 2023. *NCHS Data Brief,* 511. https://doi.org/10.15620/cdc/164016

Gustina, R., Sari, L. A., Sari, P. I., & Ekaputri, K. R. (2026). Penerapan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat dan Air Rebusan Seledri (Apium graveolens) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha "Budi Luhur" Provinsi Jambi. *Journal of Health and Medical Science, 2*(1), 17-20. https://doi.org/10.61994/jhms.v2i1.1618

Hadi, A. O., Wahyudi, A. R., Agusliani, A. (2025). Pengaruh Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Dengan Pemberian Rebusan Air Daun Seledri (Apium Graveolens) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Kebidanan, 15*(1). https://doi.org/10.33486/jurnalkebidanan.v15i1.333

Handayani, I., & Wahyuni, S. (2021). Efektivitas Daun Seledri terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Pembantu Berngam Kota Binjai Tahun 2021. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan, 6*(2), 112–118. https://doi.org/10.34008/jurhesti.v6i2.241

Hasrib, A. H., & Ilham, R., Kasmiawati, K. (2024). Family Nursing Care By Giving Boiled Celery Leaves To Reduce Hypertension In The Work Area Of The Upt Ulaweng Community Health Center In The Family Ny "M" and Ny "J". *Journal of Public Health Science (JoPHS). 1*(2), 164–172. https://journal.ppmi.web.id/index.php/jophs/article/view/1120/769

Hidayah, N. (2023). Efektivitas pemberian air rebusan seledri (Apium graveolens) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. *JIKI: Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia, 9*(3), 279–288. https://doi.org/10.31290/jiki.v9i3.5277

Lu Y-T, Fan P, Zhang D, Zhang Y, Meng X, Zhang Q-Y, Zhao L, Yang K-Q and Zhou X-L (2021) Overview of Monogenic Forms of Hypertension Combined With Hypokalemia. *Front. Pediatr. 8*:543309. https://doi.org/10.3389/fped.2020.543309

Mather, M., Maharani, A., & Triyani, I. (2021). Pengaruh Air Rebusan Seledri Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kampung Dalam Pontianak Timur Tahun 2021. *Scientific Journal Of Nursing Research. 5*(1). 33-39. https://doi.org/10.30602/sjnr.v5i1.1338

Rosanty, D., Yuliana, N., Astuti, L. W., & Suharni, E. (2022). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Seledri Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Desa Kukin. *Jurnal Riset Kajian Teknologi Dan Lingkungan*, *5*(2), 117–121. https://doi.org/10.58406/jrktl.v5i2.1541

Ruslang, R., Wardanengsih, E., Lisna, L., Darwis, N., Mus'ing, A. B. (2023). Status Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Mojokerto)*, *15*(2), 274–279. https://doi.org/10.55316/hm.v15i2.989

Simamora, F. A. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Kelurahan Huta Tonga. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, *6*(2), 80–85. https://doi.org/10.51933/health.v6i2.513

Waruwu, A.,Sibagariang, Br., Sartika, A., Laia, D. U., Hulu, G., Nababan, T. (2021). Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Seledri (Apium Graveolens) terhadap Penurunan Tekanan Darah Padax Lansia Penderita Hipertensi di Panti Jompo Yayasanx Guna Budi Bakti Medan Tahun 2021. *Al-Asalmiya Nursing*, *10*(1). 43-53, 10.35328/keperawatan.v10i1.1587.

WHO. (2025). Hypertension. https://www.who.int/news-room/.fact-sheets/detail/hypertension

Windari, L., Astuti, D., Puspasari, F. D. (2025). Gambaran Pemberian Rebusan Daun Seledri Pada Lansia Ny. M Dengan Hipertensi Di Desa Datar Wilayah Puskesmas Sumbang I Kabupaten Banyumas. *MICJO: Multidisciplinary Indonesian Center Journal. 2*(1). 227-232. https://doi.org/10.62567/micjo.v2i1.374

Yuliawan, D., & Andari, I. A. (2025). Celery leaf boiled water extract to lower blood pressure in elderly with hypertension. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dalam Kesehatan, 7*(1), 56–64. https://doi.org/10.20473/jpmk.v7i1.64004