



PENGARUH KONSUMSI AIR DAUN SELEDRI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA MASYARAKAT PENDERITA HIPERTENSI

THE EFFECT OF CONSUMPTION OF CELEBRY LEAVES ON THE REDUCTION OF HIGH BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION COMMUNITIES

Asri Bashir
STIKes Medika Nurul Islam
Email: asribashir@gmail.com/+6285260919111

ABSTRAK

Rebusan daun seledri efektif untuk menurunkan tekanan darah karena mengandung zat apigenin yang mencegah terjadinya penyempitan pembuluh darah dan tekanan darah tinggi. Selain itu seledri mengandung pthalides dan magnesium yang baik untuk melembaskan atau melenturkan otot-otot sekitar pembuluh darah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh konsumsi air daun seledri terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada masyarakat penderita hipertensi tahun 2020. Jenis penelitian bersifat *quasi eksperimen* dengan rancangan *one gruppretest* dan *posttest*. Populasi dalam penelitian seluruh masyarakat penderita hipertensi yang berjumlah 60 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive* sampling sebanyak 30 sampel. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 17 sampai dengan 28 September 2020 dengan melakukan observasi dan pengukuran tekanan darah pengolahan data dengan langkah *editing, coding, entry*, dan *tabulating* serta analisis data dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi, tabel silang dan narasi. Hasil penelitian menunjukkan uji t-independent test dengan derajat kepercayaan 95% tekanan darah sistolik pre test dengan nilai P.value=0,052 dan tekanan darah sistolik post test nilai P. value=0,018 dan tekanan darah diastolik pre test nilai P.value=0,162 dan tekanan darah sistolik post test nilai P.value=0,001 dan hasil uji paired t-test menunjukkan bahwa perbedaan tekanan darah sistolik responden antara yang diberikan air daun seledri 120 ml (p=0,004) dengan yang diberikan air daun seledri 160 ml dengan nilai (p = 0,000) dan pengaruh tekanan darah diastolik responden antara yang diberikan air daun seledri 120 ml (p=0,000) dengan yang diberikan air daun seledri 160 ml dengan nilai (p = 0,000). Diharapkan penderita darah tinggi untuk mengkonsumsi daun air seledri untuk menurunkan tekanan darahnya.

Kata kunci: Konsumsi Jus Daun Seledri, Tekanan Darah, Hipertensi

ABSTRACT

Celery leaf decoction is effective for lowering blood pressure because it contains apigenin which prevents narrowing of blood vessels and high blood pressure. In addition, celery contains pthalides and magnesium which are good for relaxing or flexing the muscles around blood vessels. The purpose of this study was to determine the effect of celery leaf water consumption on the reduction of high blood pressure in people with hypertension 2020. This type of research was a quasi-experimental study with one-group interpretation and posttest designs. The population in the study was all people with hypertension, totaling 60 people. The sampling technique used was purposive sampling of 30 samples. Data collection was carried out from 17 to 28 September 2020 by observing and measuring blood pressure, processing data with editing, coding, entry and tabulating steps as well as data analysis using frequency distribution tables, cross tables and narration. The results showed the t-independent test with 95% confidence degrees of pre-test systolic blood pressure with P. value = 0.052 and post-test systolic blood pressure with P. value = 0.018 and pre-test diastolic blood pressure with P. value = 0.162 and Post-test systolic blood pressure, P. value = 0.001 and paired t-test results showed that the difference in systolic blood pressure

between respondents who were given 120 ml celery leaf water ($p = 0.004$) and those given 160 ml celery leaf water with a value ($p = 0,000$) and the effect of the respondent's diastolic blood pressure between those who were given 120 ml celery leaf water ($p = 0,000$) and those given 160 ml celery leaf water with a value ($p = 0,000$). It is expected that people with high blood pressure consume celery leaves to lower their blood pressure.

Keywords: Consumption of celery leaf water, hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu kondisi tekanan darah tinggi dengan tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Tekanan sistolik menggambarkan kekuatan pompa otot jantung sedangkan tekanan diastolik menggambarkan kekuatan tahanan pembuluh darah perifer. Hipertensi merupakan faktor resiko utama bagi kardiovaskuler yang mengakibatkan penyebab utama kematian di seluruh dunia. hipertensi bisa disebabkan oleh obesitas, merokok, makanan, keturunan, stress, dan alkohol (Oktavia, 2017).

WHO (*World Health Organization*) dan ISHWG (*International Society Of Hypertension Working Grup*) mengelompokkan Hipertensi dalam klasifikasi optimal, normal, normal-tinggi, hipertensi ringan, hipertensi sedang, dan hipertensi berat. Hipertensi yang tidak bisa terkontrol akan menimbulkan berbagai komplikasi seperti, gagal jantung, gangguan penglihatan, kerusakan ginjal, system syaraf menyebabkan perdarahan pada otak (*intracerebral*) (Lestari & Isnaini, 2018).

Data *World Health Organization* (WHO) 2015 menunjukkan sekitar 1.13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Artinya, 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 36.8% diantaranya yang minum obat. Jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada 2025 akan ada 1.5 miliar orang yang terkena hipertensi. Diperkirakan juga setiap tahun ada 9.4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan hasil (Riskesdas, 2019), menunjukkan bahwa hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% banyaknya penderita hipertensi di Indonesia diperkirakan mencapai 15 juta dan hanya 4% yang terkontrol. Prevalensi yang ada di Provinsi Aceh pada tahun 2018 sebanyak 184.842 (15%) kasus. Sedangkan pada tahun 2019 jumlah Estimasi penderita hipertensi sebanyak 1.113.967 kasus.

Penatalaksanaan pada pasien hipertensi bisa dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Jenis obat hipertensi untuk terapi farmakologis yaitu deuretik (Hidroklorotiazid), penghambat simpatetik (metildopa), betabloker, vasodilator, penghambat angiotensin II (valsartan). Sedangkan terapi non farmakologis dengan menggunakan obat herbal. Terapi ini tentunya menggunakan tanaman yang sudah di teliti dan terbukti secara medis memiliki kandungan antihipertensi, diantaranya adalah bawang putih (*alium sativum*), seledri (*apium graveolens*), mentimun (*cucumis sativus linn*), anggur (*vitis vinifera*) dan juga alvokat (*aguacate*), diantara beberapa macam obat herbal menurut (Nuryanti, 2011) rebusan daun seledri efektif untuk menurunkan tekanan darah karena mengandung zat apigenin yang mencegah terjadinya penyempitan pembuluh darah dan tekanan darah tinggi. Selain itu seledri mengandung pthalides dan magnesium yang baik untuk melemaskan atau melenturkan otot-otot sekitar pembuluh darah. Daun seledri juga mudah dicari dan harganya cukup terjangkau di Masyarakat, Serta tidak ditemukan adanya efek samping penggunaan daun seledri untuk terapi komplementer. Dalam pemberian rebusan daun seledri sebanyak 200 cc diminum di pagi hari dan siang hari. Hasil dari pemberian rebusan daun seledri selama kurang lebih tujuh hari terdapat nilai yang signifikan $p < 0,05$ yang artinya rebusan daun seledri efektif untuk menurunkan tekanan darah sistol maupun diastol sebelum dan setelah intervensi (Asmawati, Purwati, & Handayani, 2015).

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan 5 masyarakat yang menderita hipertensi tentang pengobatan apa saja yang dilakukan saat hipertensi kambuh, 3 diantaranya menjawab hanya istirahat dan terkadang mengkonsumsi air jus daun seledri namun terkadang yang dikonsumsi berlebihan dan tidak tau berapa takaran yang sesuai, dan sebelum mengkonsumsi air seledri masyarakat tersebut mengatakan

merasakan pusing, jantung berdebar, dan leher terasa tegang dan setelah mengkonsumsi selama 4 hari, tiga masyarakat tersebut mengatakan gejala-gejala tersebut mulai berkurang, dan 2 lainnya mengatakan meminum obat anti hipertensi namun ingin sekali agar tidak tergantung dengan obat-obatan kimia.

Penelitian yang dilakukan Gustina (2018). Pengaruh Rebusan Seledri (*Apium Gravolens Linn*) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Pahandut Palangka Raya. Berdasarkan uji statistik menunjukkan tingkat *significanci* $\alpha = 0,05$. Ada pengaruh pemberian rebusan seledri terhadap tekanan darah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Tri dan Husnul (2018) tentang pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang dilakukan pada 15 responden, yang dilakukan selama 1 minggu dengan tingkat kemaknaan $p < \alpha (0,05)$. Hasil penelitian menunjukkan adanya Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh konsumsi air jus daun seledri terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada masyarakat penderita hipertensi di Gampong Barieh tahun 2020.

METODELOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat *quasi eksperimen* dengan rancangan *one grup pretest* dan *posttest*. Dalam desain ini, sebelum perlakuan diberikan terlebih dahulu sampel diberi *pretest* (tes awal) dan di akhir pembelajaran diberi *posttest* (test akhir) agar lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan dapat diketahui lebih akurat.

HASIL PENELITIAN

1. Uji Normalitas Data

Tabel 1
Uji Normalitas Data

Tests of Normality			
Variabel	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig. ^a

Tekanan darah sistolik pre test (120ml)	0.925	15	0.233
Tekanan darah sistolik pre test (160ml)	0.952	15	0.564
Tekanan darah sistolik post test (120ml)	0.959	15	0.680
Tekanan darah sistolik post test (160ml)	0.946	15	0.470
Tekanan darah diastolik pre test (120ml)	0.728	15	0.101
Tekanan darah diastolik pre test (160ml)	0.561	15	0.061
Tekanan darah diastolik post test (120ml)	0.839	15	0.112
Tekanan darah diastolik post test (160ml)	0.763	15	0.101

Keterangan: *) Uji Shapiro

Hasil uji *shapiro-wilk* menunjukkan tingkat signifikansi pada kelompok Tekanan darah sistolik pre test (120ml) 0,233, Tekanan darah sistolik pre test (160ml) 0,564, Tekanan darah sistolik post test (120ml) 0,680, Tekanan darah sistolik post test (160ml) 0,470, Tekanan darah diastolik pre test (120ml) 0,101, Tekanan darah diastolik pre test (160ml) 0,061, Tekanan darah diastolik post test (120ml) 0,112 dan Tekanan darah diastolik post test (160ml) 0,101 > 0,05 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel terdistribusi normal.

Dikarenakan data terdistribusi normal, maka mean dijadikan ukuran pemusatan dan minimum dan maksimum sebagai ukuran penyebaran dan dilanjutkan dengan uji parametrik pada analisis inferens. Teknik analisa data pada penelitian ini menggunakan t-independent test dikarenakan data terdistribusi normal dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha 0,05$), untuk masing-masing kelompok.

2. Uji Paired T-Test

Tabel 2
Nilai Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Responden

No	variabel	Kelompok	Mean ± sd	P
1	Sistolik sebelum (Pre)	120 ml	184,67 150 - 240 29,244	0,004
	Sistolik sesudah (post)	120 ml	170,67 110 - 230 33,693	
	Diastolik sebelum (pre)	120 ml	106,67 100 - 130 9,759	0,000
	Diastolik sesudah (post)	120 ml	99,33 90 - 120 8,837	
2	Sistolik sebelum (pre)	160 ml	166,67 140 - 200 17,995	0,000
	Sistolik sesudah (post)	160 ml	146,67 120 - 180 15,430	
	Diastolik sebelum (pre)	160 ml	102,67 100 - 110 4,577	0,000
	Diastolik sesudah (post)	160 ml	89,33 80 - 70 5,936	

Sumber : Data Primer Diolah Tahun 2020

Berdasarkan hasil uji statistik *paired t-test* pada derajat kepercayaan 95% dilakukan untuk mengetahui pengaruh konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, menunjukkan secara statistik bahwa tekanan darah sistolik responden antara yang diberikan air jus daun seledri 120 ml ($p=0,004$) dengan yang diberikan air jus daun seledri 160 ml dengan nilai ($p = 0,000$) dan pengaruh tekanan darah diastolik responden antara yang diberikan air jus daun seledri 120 ml ($p=0,000$) dengan yang diberikan air jus daun seledri 160 ml dengan nilai ($p = 0,000$). Terdapat perbedaan yang bermakna antara konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap

penurunan tekanan darah diastolik yaitu pemberian konsumsi air jus daun seledri lebih baik pada kelompok 160 ml.

3. Uji T- Independen

Tabel 3
Nilai Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Responden

No	variabel	Kelompok	Mean ± sd	Nilai P*
1	Sistolik sebelum	120 ml	184,67 150 - 240 29,244	0,052
		160 ml	166,67 140 - 200 17,995	
	Sistolik sesudah	120 ml	170,67 110 - 230 33,693	0,018
		160 ml	146,67 120 - 180 15,430	
2	Diastolik sebelum	120 ml	106,67 100 - 130 9,759	0,162
		160 ml	102,67 100 - 110 4,577	
	Diastolik sesudah	120 ml	99,33 90 - 120 8,837	0,001
		160 ml	89,33 80 - 100 5,936	

Sumber : Data Primer Diolah Tahun 2020

Berdasarkan hasil uji statistik *t-independent* dan pada derajat kepercayaan 95% dilakukan untuk mengetahui perbedaan konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah sistolik, diperoleh nilai *P Value* 0,018 ($P \leq 0,05$) dan pengaruh konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah diastolik, diperoleh nilai *P Value* 0,001 ($P \leq 0,05$). Hal ini

menunjukkan secara statistik bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tidak diberikan dengan diberikan konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik.

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Konsumsi Air jus daun Seledri Antara Pre-Test dan Post Test

Berdasarkan hasil uji statistik *t-independent* dan pada derajat kepercayaan 95% dilakukan untuk mengetahui pengaruh konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah sistolik, diperoleh nilai *P Value* 0,018 ($P \leq 0,05$) dan pengaruh konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah diastolik, diperoleh nilai *P Value* 0,001 ($P \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan secara statistik bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara tidak diberikan dengan diberikan konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik.

Hal ini sesuai dengan hipotesis peneliti yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara konsumsi air jus daun seledri terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik.

Hasil ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Nuryanti (2011), rebusan daun seledri efektif untuk menurunkan tekanan darah karena mengandung zat apigenin yang mencegah terjadinya penyempitan pembuluh darah dan tekanan darah tinggi. Selain itu seledri mengandung pthalides dan magnesium yang baik untuk melemaskan atau melenturkan otot-otot sekitar pembuluh darah. Daun seledri juga mudah dicari dan harganya cukup terjangkau di Masyarakat, Serta tidak ditemukan adanya efek samping penggunaan daun seledri untuk terapi komplementer.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Asmawati (2015), dalam pemberian rebusan daun seledri sebanyak 200 cc diminum di pagi hari dan siang hari. Hasil dari pemberian rebusan daun seledri selama kurang lebih tujuh hari

terdapat nilai yang signifikan $p < 0,05$ yang artinya rebusan daun seledri efektif untuk menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik sebelum dan setelah intervensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya yang berjudul "Pemberian Air Rebusan Seledri (*Apium graveolens*) terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan" dinyatakan bahwa Hasil analisis perbedaan perubahan tekanan darah pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menggunakan *uji Mann Whitney*. Pada selisih sistolik diperoleh *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar 0,000. Karena hasil $p < 0,05$ artinya terlihat adanya perbedaan yang signifikan perubahan tekanan darah antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Jadi, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah lansia di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik yang terjadi pada saat pengukuran hanya dipengaruhi oleh responden yang mengkonsumsi air jus daun seledri. Menurut asumsi peneliti, pemberian konsumsi air jus daun seledri pada responden sangat baik untuk menurunkan tekanan darah dikarenakan senyawa dalam seledri yaitu senyawa 3-n-butylphthalida dapat menekan konsentrasi hormon stress sehingga pembuluh darah kembali melebar, sehingga dengan semakin banyaknya air jus daun seledri di berikan maka akan semakin banyak senyawa yang masuk kedalam tubuh untuk menekan konsentrasi hormon stress tersebut.

2. Perbedaan Konsumsi Air jus daun Seledri 120 ml dengan 160 ml

Berdasarkan hasil uji statistik *paired t-test* dan pada derajat kepercayaan 95% dilakukan untuk mengetahui pengaruh konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, menunjukkan secara statistik bahwa

pengaruh tekanan darah sistolik responden antara yang diberikan air jus daun seledri 120 ml ($p=0,004$) dengan yang diberikan air jus daun seledri 160 ml dengan nilai ($p = 0,000$) dan pengaruh tekanan darah diastolik responden antara yang diberikan air jus daun seledri 120 ml ($p=0,000$) dengan yang diberikan air jus daun seledri 160 ml dengan nilai ($p = 0,000$). Terdapat perbedaan yang bermakna antara konsumsi air jus daun seledri 120 ml dan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah diastolik yaitu pemberian konsumsi air jus daun seledri lebih baik pada 160 ml.

Seledri (*Apium graveolens*) dikatakan memiliki kandungan Apigenin 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" (yang berfungsi sebagai *calcium antagonist*) dan manitol yang berfungsi seperti diuretik. Daun seledri banyak mengandung Apiin dan substansi diuretik yang bermanfaat untuk menambah jumlah air kencing. Seledri tidak memiliki efek samping untuk tubuh kita, mudah didapat dan harganya pun terjangkau untuk semua kalangan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya yang berjudul "Pemberian Air Rebusan Seledri (*Apium graveolens*) terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan" dinyatakan bahwa Hasil analisis perbedaan perubahan tekanan darah pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menggunakan uji Mann Whitney. Pada selisih diastolik didapatkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,0035 dengan mean rank kelompok perlakuan 19,20 dan kelompok kontrol 11,80. Karena hasil $p < 0,05$ artinya terlihat adanya perbedaan yang signifikan perubahan tekanan darah antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Jadi, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh

pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah lansia di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Harmilah (2014), Penelitian pada tikus *rattus strain wistar* dengan hipertensi yang diberi jus seledri (*Apium graveolens L.*) dua kali sehari menggunakan sonde selama 2 minggu. Penurunan sistolik ada pemberian jus seledri 0,009 gr /gr bb selama 2 minggu adalah 38,83 mmHg ($p=0,000$) dan penurunan sistolik ada pemberian jus seledri 0,0225 gr/gr bb selama 2 minggu adalah 85 mmHg ($p=0,000$) rata-rata penurunan tekanan darah sistolik pada tikus *rattus strain wistar* adalah 3 mmHg ($p=0,000$). Terjadinya perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan rebusan seledri adalah dikarenakan kandungan seledri yang berperan penting menurunkan tekanan darah, antara lain *magnesium, pthalides, apigenin kalium dan asparagin*. *Magnesium* dan *pthalides* berperan melenturkan pembuluh darah. *Apegenin* berfungsi untuk mencegah penyempitan pembuluh darah dan tekanan darah tinggi. *Kalium* dan *asparagin* bersifat *diuretik*, yaitu memperbanyak air seni sehingga volume darah berkurang. Disamping itu faktor pengalaman menurunkan tekanan darah sebelumnya sangat berpengaruh pada penelitian ini karena dapat menjadi tolak ukur untuk penurunan tekanan darah yang tepat.

Hal ini sesuai dengan hipotesis peneliti yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara konsumsi air jus daun seledri 120 ml dengan 160 ml terhadap penurunan tekanan darah.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, perubahan tekanan darah diastolik yang terjadi pada saat pengukuran hanya dipengaruhi oleh konsumsi air jus daun seledri 160 ml. Menurut asumsi peneliti, pemberian konsumsi air jus daun seledri 160 ml lebih baik daripada konsumsi daun seledri 120 ml pada responden dikarenakan pada air jus daun seledri mengandung kalium yang bersifat diuretik yang diperlukan untuk membantu tubuh mengeluarkan air dan natrium agar bisa menurunkan tekanan darah, sehingga dengan semakin

banyaknya air jus daun seledri di berikan maka akan semakin banyak kalium yang masuk kedalam tubuh untuk menekan konsentrasi hormon stress tersebut.

SIMPULAN

1. Berdasarkan hasil uji t-independent test sebelum pemberian air jus seledri dengan derajat kepercayaan 95% menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik sebelum (pre test) $P=0,052$ dan tekanan darah diastolik sebelum (pre test) $P=0,162$
2. Berdasarkan hasil uji t-independent test sesudah pemberian air jus seledri dengan derajat kepercayaan 95% menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik pre test $P=0,052$ ($P>0,05$) dan tekanan darah sistolik post test $P=0,018$ ($P\leq 0,05$) dan tekanan darah diastolik pre test $P=0,162$ ($P>0,05$) dan tekanan darah sistolik post test $P=0,001$ ($P\leq 0,05$)
3. Berdasarkan hasil uji paired t-test sebelum dan sesudah pemberian air jus seledri dengan derajat kepercayaan 95% menunjukkan bahwa perbedaan tekanan darah sistolik responden antara yang diberikan air jus daun seledri 120 ml ($p=0,004$) dengan yang diberikan air jus daun seledri 160 ml dengan nilai ($p = 0,000$) dan pengaruh tekanan darah diastolik responden antara yang diberikan air jus daun seledri 120 ml ($p=0,000$) dengan yang diberikan air jus daun seledri 160 ml dengan nilai ($p = 0,000$).

SARAN

1. Saran teoritis
Disarankan kepada tenaga kesehatan khususnya perawat untuk lebih meningkatkan pengetahuan akademisi dan profesionalisme kerja dalam memberikan pelayanan prima kepada klien yang menderita hipertensi.
2. Saran Praktis
 - a. Responden
Disarankan kepada penderita hipertensi untuk mau mengkonsumsi obat herbal terutama air jus daun seledri untuk menurunkan tekanan darahnya.
 - b. Peneliti lain

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian dengan waktu intervensi yang lebih panjang, variabel yang lebih banyak dan lebih kompleks lagi.

- c. Tempat penelitian
Disarankan kepada tempat penelitian untuk dapat memberikan penyuluhan kepada masyarakat tentang pentingnya obat nonfarmakologis seperti air jus daun seledri dalam penurunan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, D. N., & Puspitasari, W. (2016). *Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Kelurahan Barusari Kecamatan Semarang Selatan*. Dari <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- American Heart Association, 2014. *Heart Disease and Stroke Statistics*. AHA Statistical Update, p. 205
- Asmawati, N., Purwati, & Handayani, R. S. (2015). *efektivitas rebusan daun seledri dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di posyandu way tenong lampung barat*, 130-136. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/ESJ/article/view/666/0>
- Eriana, I. (2017). *Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Pegawai Negeri Sipil UIN Alauddin Makassar Tahun 2017 (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar)*. <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/11505/>
- Gustina. 2016, *Pengaruh Rebusan Seledri (Apium Gravolens Linn) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Pahandut Palangka Raya 2015*. Program Studi Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/ESJ/article/view/666/0>

- Halimah & Ekwantini, Rosa Delima. 2014. *Jus Seledri (Apium Graveolens) Menurunkan Tekanan Darah Tikus Rattus Strain Wistar dengan Hipertensi*. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/599/>
- Hikmah, N. (2016). Hubungan Lama Merokok dengan Derajat Hipertensi di Desa Rannaloe Kecamatan Bungaya Kabupaten Gowa (*Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*). <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/2370/>
- Kemenkes, RI. 2018. *Hipertensi Membunuh Diam-Diam, Ketahui Tekanan Darah*. [online]. Dari: www.depkes.go.id. (Diakses 08 mei 2020).
- Lestari, I. G., & Isnaini, N. (2018). *pengaruh selft management terhadap tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi*, 02(11), 7-18. <http://repository.umy.ac.id/handle/123456789/586610>.
- Margowati, S., Priyanto, S., & Wiharyani, M. (2016). eektivitas penggunaan rebusan daun alpukat dengan daun salam dalam penurunan tekanan darah pada lansia. *Universty Research Coloquium*, 234-248.
- Nuryanti, L. (2011). pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di budi dharma bekasi 2011. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKK/article/view/4058>
- Oktavia, I. E., Junaid, & Ainurafiq. (2017). pengaruh pemberian rebusan daun seledri (apium graveolens) terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas puuwatu kota kendari tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1-12.
- Purwati, R.D., Bidjuni, H. & Babakal, A. 2018. Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan perilaku klien hipertensi di Puskesmas Bahu Manado. *PSIK FK Universitas Sam Ratulangi Manado*. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5222>
- Riskesdas. (2018). Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Tri & husnul. 2018. *Pengaruh rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas pangkajene kabupaten sidrap*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 12 Nomor 3 Tahun 2018*. eISSN 2302-2531