

STUDI KASUS

Asuhan Keperawatan Pada Lansia Penderita Hipertensi Menggunakan Rebusan Seledri Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungrejo

Yuliatmi¹⁾, Sri Widodo²⁾

Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Semarang, Jl.Kedungmundu Raya No.18 kedungmundu, Tembalang,
Kota Semarang, Jawa Tengah 50273

Email: yuliatmikm@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia, karena hipertensi yang sering ditemukan pada pelayanan primer kesehatan. Hal itu merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data Riskesdas 2013. Di samping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia (Infodatin, 2014). Tahun 2016 Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) melihat angka tersebut meningkat jadi 32,4 %.

Metode penelitian: studi kasus ini menggunakan metode *driscriptif studi* dengan menggunakan proses pendekatan keperawatan. Responden adalah lansia dengan tekanan darah > 140/90 mmHg. Penyajian data dengan menggunakan *content material analysis* dengan cara membandingkan teori dengan fakta yang ditemukan pada klien.

Hasil : Waktu pengambilan kasus 2 Maret – 8 Maret 2018. Tempat pengambilan penelitian ini di wilayah UPT Puskesmas Tanjungrejo pada lansia dengan tekanan darah tinggi di. Cara penelitian dengan memberikan terapi pemberian air rebusan seledri selama 7 hari, dilakukan pengecekan tekanan darah pada awal pemberian hari ke 3 dan hari ke 7, didapatkan hasil bahwa pemberian air rebusan seledri secara rutin dapat berdampak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan tekanan darah tinggi

Kesimpulan : Dari hasil pemberian terapi air rebusan seledri selama 7 hari kepada lanjut usia dengan tekanan darah, didapatkan hasil bahwa pemberian air rebusan seledri secara rutin dapat berdampak terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan tekanan darah tinggi. Sehingga dapat dijadikan alternative untuk pengobatan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci: Tekanan Darah Tinggi, Lanjut Usia, Pemberian Terapi Air Rebusan Seledri

ABSTRACT

Background: Hypertension is still a major challenge in Indonesia, because hypertension is often found in primary health services. This is a high prevalence health problem, which is 25.8%, in accordance with the 2013 Riskesdas data. In addition, controlling hypertension is not adequate even though effective medicines are widely available (Infodatin, 2014). In 2016 the National Health Indicators Survey (Sirkesnas) saw the figure increase to 32.4%.

Research method: This case study uses the Driscriptive Study method using the nursing approach process. Respondents were elderly with blood pressure > 140/90 mmHg. Presentation of data by using material analysis content by comparing theories with facts found on clients.

Result: Time of taking the case 2 March - 8 March 2018. The place for taking this research was in the area of Tanjungrejo Community Health Center UPT in the elderly with high blood pressure. The method of research by giving therapy for celery boiling water for 7 days, blood pressure checking at the beginning of the 3rd and 7th days, showed that regular water administration of celery stew can reduce blood pressure in the elderly with high blood pressure

Conclusion: From the results of the treatment of celery stew water for 7 days to the elderly with blood pressure, it was found that the regular administration of celery stew can have an impact on

blood pressure reduction in elderly people with high blood pressure. So that it can be used as an alternative to non-pharmacological treatment to reduce blood pressure.

Keywords: High Blood Pressure, Elderly, Giving Celery Stew Water Therapy

Pendahuluan

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes RI, 2013).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif. Umumnya tekanan darah bertambah secara perlahan dengan bertambahnya umur. Risiko untuk menderita hipertensi pada populasi ≥ 55 tahun yang tadinya tekanan darahnya normal adalah 90% (Harmilah & Ekwantini, 2014). Penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit kematian terbesar dan disabilitas pada lanjut usia terutama usia 65 ke atas. Dengan bertambahnya usia, denyut jantung maksimum dan fungsi lain jantung juga berangsur menurun. Pada lanjut usia, tekanan darah akan naik secara bertahap, elastisitas otot jantung pada orang berusia 70 tahun menurun sekitar 50% dibandingkan orang muda berusia 20 tahunan. Penggolongan lansia menurut WHO meliputi: *middle age* (45-49 tahun), *elderly* (60-74 tahun), *old* (75-79 tahun), *very old* (diatas 90 tahun) (Nugroho, 2008).

Menurut *National basic health* Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 344.033 orang atau 17,74% dinyatakan hipertensi / tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis

kelamin, persentase hipertensi pada kelompok laki-laki sebesar 20,88 persen, lebih tinggi dibanding pada kelompok perempuan yaitu 16,28 persen (RISKESDAS, 2015). Jumlah penduduk berisiko (> 18 th) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2016 tercatat sebanyak 5.292.052 atau 20,16 persen. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 611.358 orang atau 11,55 persen dinyatakan hipertensi/tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, persentase hipertensi pada kelompok perempuan sebesar 11,85 persen, lebih tinggi dibanding pada kelompok laki-laki yaitu 11,16 persen (Kemenkes RI, 2016).

Berdasarkan data Survei Sosial Ekonomi Nasional 2014, jumlah rumah tangga lansia sebanyak 16,08 juta rumah tangga atau 24,50 persen dari seluruh rumah tangga di Indonesia. Rumah tangga lansia adalah yang minimal salah satu anggota rumah tangganya berumur 60 tahun ke atas. Jumlah lansia di Indonesia mencapai 20,24 juta jiwa, setara dengan 8,03 persen dari seluruh penduduk Indonesia tahun 2014. Jumlah lansia perempuan lebih besar daripada laki-laki, yaitu 10,77 juta lansia perempuan dibandingkan 9,47 juta lansia laki-laki. Adapun lansia yang tinggal di perdesaan sebanyak 10,87 juta jiwa, lebih banyak daripada lansia yang tinggal di perkotaan sebanyak 9,37 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2014).

Cara untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan metode farmakologis (menggunakan obat)

dan non farmakologis (tanpa obat) (Myrank, 2009). Beberapa jenis buah dan sayuran yang berkhasiat menurunkan tekanan darah tinggi antara lain seledri, ketimun, labu siam, selada air, lobak, tomat, belimbing wuluh, belimbing manis, semangka, wortel, pisang, apel, dan kiwi. Mengingat Seledri (*Apium graveolens*) mengandung kalium yang bersifat diuretik yang diperlukan untuk membantu tubuh mengeluarkan air dan natrium agar bisa menurunkan tekanan darah (Dalimartha, 2008). Kandungan phtalides dan magnesium yang terkandung dalam seledri yang baik untuk membantu melemaskan otot-otot pembuluh darah arteri dan membantu menormalkan penyempitan pembuluh darah arteri (Karnia, 2012).

Penelitian Asmawati, Purwati, Sri Handayani (2015) menjelaskan bahwa minum rebusan seledri efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di posyandu lansia Kelurahan Pajar Bulan Kecamatan Waytenong Lampung Barat. Penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan rebusan seledri pada lansia yang signifikan dengan ($p\text{-value} \leq \alpha: 0,05$) sistolik: $0,000 \leq \alpha: 0,05$ dan diastolik: $0,000 \leq \alpha: 0,05$.

METODE STUDI KASUS

Desain yang digunakan dalam penulisan studi kasus ini adalah descriptive study, dimana mahasiswa menggambarkan pengelolaan kasus dalam mengaplikasikan *evidence based nursing practice* dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan untuk menurunkan

tekanan darah dengan menggunakan terapi non farmakologis pemberian air rebusan seledri.

Kriteria subyek yang diambil yaitu pasien hipertensi. Penerapan dilakukan pada tanggal 02 Maret 2018 - 08 Maret 2018 dengan melakukan pemberiana air rebusan seledri dua kali sehari selama 7 hari berturut-turut dengan 3 evaluasi.

HASIL

Table 1.1

Karakteristik Responden

Data	Pasien 1	Pasien 2	Pasien 3
Inisial	Ny.S	Ny. SS	Ny. AT
Umur	60 th	67 th	65 th
Jenis kelamin	Perempu an	Perempu an	Perempu an
Lama hipertensi	5 th	1 th	2 th

Tabel 1.2

Perbandingan Hasil Tekananan sebelum dan sesudah dilakukan terapi pemberian air rebusan seledri Dilakukan Terapi Kompres Hangat Pada Leher

Rs	Pengkajian hari ke-1	Pengkajian hari ke-3	Pengkajian hari ke-7
Ny. S	150/90 mmHg, pasien sering merasa pusing, leher terasa berat	130/80 mmHg, pasien sering merasa rileks, dan pusing berkurang	120/80 mmHg, pasien merasa nyeri berkurang dan rileks
Ny. SS	150/100 mmHg, pasien sering	140/90 mmHg, pasien sudah	120/70 mmHg, pasien merasa

	mengeluh nyeri di kepala	merasa rileks	nyeri berkurang dan rileks
Ny.	160/90	140/80	130/80
AT	mmHg, pasien mengelu h nyeri pada kepala bagian belakang	mmHg, pasien mengataka n rileks dan nyeri berkurang	mmHg, pasien merasa nyeri berkurang dan rileks

PEMBAHASAN

Dengan diberikannya air rebusan seledri selama 7 hari dengan 3 evaluasi tekanan darah mengalami penurunan secara stabil karena Air rebusan seledri dapat menurunkan tekanan darah pada pasien karena mengandung kalium yang bersifat diuretik yang diperlukan untuk membantu tubuh mengeluarkan air dan natrium agar bisa menurunkan tekanan darah (Dalimartha, 2008). Kandungan phtalides dan magnesium yang terkandung dalam seledri yang baik untuk membantu melemaskan otot-otot pembuluh darah arteri dan membantu menormalkan penyempitan pembuluh darah arteri (Karnia, 2012). Pada pemberian obat ke pasien tidak mempengaruhi hasil penurunan skala nyeri dan tekanan darah karena obat diberikan 2 jam sesudah dan sebelum tindakan.

Penilaian atau evaluasi merupakan langkah evaluasi dari proses keperawatan atau kemajuan klien kearah pencapaian tujuan (potter & perry, 2005). Evaluasi yang didapatkan selama 7 hari

dengan 3 evaluasi dengan memberikan terapi air rebusan seledri kepada Ny. S, Ny. SS dan Ny. AT didapatkan hasil ada perubahan setelah dilakukan pemberian air rebusan seledri, dilihat dari adanya penurunan tekanan darah.

Dari ketiga kasus tersebut, dapat dilihat adanya penurunan tekanan darah kepada ketiga klien, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asmawati, Purwati, Sri Handayani (2015) menjelaskan bahwa minum rebusan seledri efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di posyandu lansia Kelurahan Pajar Bulan Kecamatan Waytenong Lampung Barat. Penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan rebusan seledri pada lansia yang signifikan dengan (p -value $\leq \alpha: 0,05$) sistolik: $0,000 \leq \alpha: 0,05$ dan diastolik: $0,000 \leq \alpha: 0,05$.

Dari tindakan keperawatan yang telah diberikan kepada klien dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh air rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Di buktikan dengan adanya perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian air rebusan seledri

KESIMPULAN

Pemberian air rebusan seledri untuk penderita hipertensi dapat membantu tubuh mengeluarkan air dan natrium agar bisa menurunkan tekanan darah dan dapat membantu melemaskan otot-otot pembuluh darah arteri dan membantu menormalkan penyempitan pembuluh darah arteri sehingga tekanan darah pada pasien mengalami penurunan di wilayah kerja Puskesmas Tanjungrejo kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul Hidayat, Aziz. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Anggraini, D.A, dkk. (2009). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang Berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Periode Januari Sampai Juni 2008*. Kapita Selekta Kedokteran jilid I. Jakarta: Media Aesculapius.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Asdi Mahasta.
- Asmawati. (2015). Efektivitas Rebusan Seledri Dalam Menurunkantekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Kelurahanpajar Bulankecamatan Way Tenong Lampung Barat.
- Aspiani, R. Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik, Aplikasi NANDA, NIC dan NOC*. Edisi 1; Jakarta: EGC
- Badan Pusat Statistik. (2014). *Statistik Penduduk Usia Lanjut*. Indonesia: BPS
- Cahyono. S.B. (2008). *Gaya Hidup Dan Penyakit Modern*. Yogyakarta: Kanisius

- Corwin, E.J. (2008). *Buku Saku Patofisiologi Corwin Edisi Ke 3*. Jakarta: EGC
- Crea, M. 2008. *Hypertension*. Jakarta: Medya
- Doenges, M.E. (2000). *Rencana Asuhan Keperawatan Edisi III*. Jakarta : EGC
- Elsanti, Salma. (2009). *Panduan Hidup Sehat Bebas Kolesterol, Stroke, Hipertensi & Serangan Jantung*. Yogyakarta : Araska.
- Halimah & Ekwantini, Rosa Delima. (2014). *Jus Seledri (Apium Graveolens) Menurunkan Tekanan Darah Tikus Rattus Strain Wistar dengan Hipertensi*
- Info Datin. (2014). *Pusat Data dan Informasi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kememkes RI. (2013). *Prevalensi Hipertensi Penyakit Yang Membahayakan* . Jakarta: Kemenkes RI
- KemenKes RI, Infodatin. (2016). *Situasi Kesehatan Lansia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- KemenKes RI.(2015). *Profil Kesehatan 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Marliani, L, dkk. (2007). *100 Question & Answers Hipertensi*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, Gramedia.
- Martha, Karnia. (2012). *Panduan Cerdas Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta, Araska
- Meily Nirna Sari, Joni, Mira Anggun, dan M. Hafiz (2013). *Pengaruh Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Tekanan*

- Darah Tinggi Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Bugis. Jurnal Keperawatan Volume 4, Nomor 2,*
- Kecamatan Way Tenong Lampung Barat. Jurnal Kesehatan, Volume VI, Nomor 2,*
- Peter, Hanns W. (2009). *Hipertensi. Diterjemahkan oleh Lily Endang Joeliani.* Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer.
- Muttaqin, Arif. (2009). *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler.* Jakarta : Salemba Medika.
- Potter, Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing: Consep, Proses and Practice.* Edisi 7. Vol. 3. Jakarta : EGC
- Notoatmojo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan.* Jakarta : Rineka cipta
- Price and Wilson. (2006). *Konsep Klinis Proses-Prose Penyakit Edisi 6 Vol 2.* Jakarta; EGC
- Nugroho, W (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik, Edisi-3.* Jakarta:EGC
- Putri, B. (2006). *Analisis Diosmin Dan Protein Tanaman Seledri (Apium Graveolens L.) dari daerah cipanas dan ciwidey. [Skripsi].* Bogor: Institut Teknologi Bandung
- Nurgaini Asmawat, Purwati, Ririn Sri Handayani. (2015). *Efektivitas Rebusan Seledri Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Kelurahan Pajar Bulan*
- Rahyani. (2007). *Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian*

- Hipertensi Pada Pasien Yangberobat Dipoliklinik Dewasa Puskesmas Bangking Periode Januari juni2007.* [Http: // Yayanakhyar. Files. Wordpress. Com / 2009 / 02 / Files – Ofrsmed factor – Yang –Berhubungan – Dengan – Kejadian hipertensi Pdf,](http://Yayanakhyar.Files.Wordpress.Com/2009/02/Files-Ofrsmedfactor-Yang-Berhubungan-Dengan-Kejadian-hipertensi-Pdf) Diakses Tanggal 12 Desember 2012.
- Roehadi. (2008). *Hipertensi.* (Online), (<http://rohaedi/2008/06/hipertensi.html>). Diakses tanggal 5 Mei 2016)
- Setiawan, Dalimartha (2008) *Care You Self hipertensi.* Jakarta, Penebar Plus.
- Smeltzer, S. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah.* Edisi 8, vol.2. Jakarta : FKUI
- Soeryoko, Hery (Ed). (2010). 20 *Tanaman Obat Terpopuler Penurun Hipertensi.* Yogyakarta: C.V Andi Offset
- Sri Handayani. (2013). *Efektifitas Pemberian Mentimun Dan Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.* Jurnal Penelitian
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Statistic Penelitian Edisi .* Alfa Beta. Bandung Universitas Bandung
- Binaputra Aksara. Jakarta
- Susilo, Yekti & Wulandari, Ari. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi.* Yogyakarta: C.V
- Sutanto. (2009). *.Awat 7 Penyakit Degeneratif,* Yogyakarta: Paradigma Indonesia

Wolf, Hans Peter. (2008).

Hipertensi. Jakarta: PT. Buana

Ilmu Populer

