

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang memiliki tingkat prevalensi tinggi dan menjadi penyebab utama meningkatnya angka morbiditas serta mortalitas di dunia. Kondisi ini sering tidak disadari oleh penderitanya karena bersifat asimtomatik, sehingga banyak kasus yang tidak terdiagnosis dan tidak mendapatkan penanganan yang tepat. Menurut *World Health Organization*, hipertensi berkontribusi besar terhadap kematian akibat penyakit kardiovaskular, seperti penyakit jantung koroner dan stroke, yang menjadi penyebab kematian tertinggi secara global.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) dan *The International Society of Hypertension* (ISH) tahun 2021, sekitar 600 juta orang di dunia mengalami hipertensi, yang setara dengan 22% dari total populasi. Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 1,5 miliar penderita pada tahun 2025, dengan angka kematian akibat hipertensi mencapai sekitar 9,4 juta jiwa setiap tahunnya. Secara global, prevalensi tertinggi terdapat di wilayah Afrika sebesar 27%, sedangkan Asia Tenggara menempati urutan ketiga dengan prevalensi 25%. Di kawasan ASEAN, Indonesia tercatat sebagai negara dengan prevalensi hipertensi tertinggi, yaitu sebesar 36,3% (Rosadi et al., 2023).

Indonesia dalam Riset Kesehatan Dasar tahun 2022 mengalami peningkatan hipertensi dari tahun 2013 sejumlah 25,8% menjadi 34,1% (Fadila, 2024). Provinsi Jawa Tengah sendiri menempati posisi keempat dengan prevalensi hipertensi tertinggi pada penduduk kelompok usia ≥ 18 tahun yaitu sebesar 37,57%. Hipertensi menjadi penyakit dengan prevalensi terbesar terhadap seluruh penyakit tidak menular di Jawa Tengah Pada tahun 2023 mencapai 70,28% (Putri & Sukendra, 2024).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), prevalensi hipertensi menunjukkan perbedaan antara laki-laki dan perempuan, dengan laki-laki mencapai 31,3% dan perempuan 36,9%. Jika dilihat dari tempat tinggal, angka

di perkotaan lebih tinggi yaitu 34,4% dibandingkan perdesaan yang 33,7%. Kota Tegal merupakan salah satu daerah di Jawa Tengah yang berkontribusi terhadap tingginya angka kejadian hipertensi. Pada tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia >15 tahun di Kota Tegal mencapai sekitar 7,82% dari total kasus hipertensi di seluruh kabupaten/kota di Jawa Tengah. Selain itu, Menurut data Dinas Kesehatan Kota Tegal, wilayah Tegal Selatan merupakan daerah dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi, yaitu mencapai 2.379 umur 18-44 tahun = 456, umur 45-59 tahun = 1.110, >60 tahun = 813, Perempuan = 965, Laki laki= 1414 Data prevalensi menurut usia menunjukkan angka tertinggi pada kelompok ≥ 75 tahun yaitu 69,5%, sedangkan yang terendah pada rentang 18-24 tahun yaitu 13,2%. Jumlah penderita hipertensi di wilayah Tegal Selatan masih relatif tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa hipertensi tetap menjadi permasalahan kesehatan yang memerlukan perhatian lebih, khususnya dalam upaya pencegahan serta pengendalian di masyarakat.

Berbagai upaya untuk mengendalikan hipertensi telah dilaksanakan melalui sejumlah program yang tercantum dalam Rencana Strategis Kementerian Kesehatan periode 2020–2024. Program tersebut mencakup pengendalian faktor risiko serta pengelolaan penyakit yang dilakukan melalui Posbindu PTM, layanan di puskesmas, dan fasilitas kesehatan tingkat lanjutan. Selain itu, upaya identifikasi faktor risiko juga dilakukan guna mendukung perencanaan program yang lebih efektif dan meningkatkan kesadaran masyarakat dalam mencegah hipertensi. (Wahidin et al., 2025). Meskipun berbagai upaya pengendalian hipertensi telah dilakukan, pelaksanaannya masih menghadapi beberapa hambatan. Hal ini terlihat dari masih rendahnya partisipasi masyarakat dalam pemeriksaan kesehatan, kurangnya kesadaran akan pentingnya deteksi dini, serta belum optimalnya pemantauan dan tindak lanjut pada penderita hipertensi. Selain itu, keterbatasan sumber daya dan belum adanya intervensi yang terfokus pada kelompok berisiko juga menyebabkan upaya pengendalian hipertensi belum berjalan secara maksimal.

Hipertensi memiliki berbagai dampak dan faktor risiko sehingga memerlukan penatalaksanaan yang tepat dan berkelanjutan. Kondisi tekanan

darah yang cenderung fluktuatif menyebabkan penyakit ini membutuhkan pengobatan jangka panjang, bahkan seumur hidup. Terapi farmakologis dapat digunakan, namun berpotensi menimbulkan efek samping jika digunakan dalam jangka panjang. Oleh karena itu, terapi nonfarmakologis lebih diutamakan karena dinilai lebih aman. Salah satu bentuk terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah pemanfaatan tanaman obat tradisional Indonesia, sebagaimana didukung oleh Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 6 Tahun 2016 tentang Formularium Obat Herbal Asli Indonesia.

Salah satu penanganan non farmakologis yang dipergunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi adalah seledri. Daun seledri (*Apium graveolens L.*) merupakan salah satu tanaman herbal yang telah terbukti secara klinis dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologis untuk hipertensi. Tanaman ini telah banyak dimanfaatkan oleh masyarakat serta didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan kemampuannya dalam menurunkan tekanan darah. Seledri mengandung beberapa senyawa aktif seperti apiin, manitol, dan apigenin yang berperan dalam mekanisme penurunan tekanan darah. Apiin memiliki efek sebagai antagonis kalsium, sedangkan manitol bersifat diuretik yang membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari tubuh sehingga volume darah berkurang dan tekanan darah menurun. Selain itu, apigenin berfungsi sebagai beta blocker yang dapat memperlambat denyut jantung serta menurunkan kekuatan kontraksi jantung, sehingga aliran darah yang dipompa menjadi lebih sedikit dan tekanan darah ikut menurun. Dibandingkan tanaman herbal lain, seperti belimbing, seledri dipilih karena memiliki bukti ilmiah yang lebih banyak mengenai efektivitasnya sebagai terapi pendamping hipertensi serta mekanisme kerjanya telah dijelaskan secara lebih spesifik dalam berbagai penelitian. Selain itu, seledri mudah diperoleh, harganya terjangkau, dan sering dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai tanaman obat keluarga.

Rebusan daun seledri dibuat dengan merebus daun seledri 25 gram daun seledri dalam 400 ml air selama ± 15 menit. Lama perebusan tersebut bertujuan untuk mengoptimalkan proses ekstraksi senyawa aktif, seperti *flavonoid*,

phthalides, *kalium*, dan *antioksidan*, ke dalam air rebusan tanpa menyebabkan kerusakan yang berarti akibat paparan panas berlebihan. Dengan demikian, kandungan senyawa aktif yang berperan dalam membantu menurunkan tekanan darah diharapkan tetap terjaga dan dapat memberikan efek terapeutik yang optimal.

Penelitian Daun Seledri yang dilakukan oleh (Suryarinilsih et al., 2021) menyatakan bahwa air rebusan seledri dapat menurunkan tekanan darah karena menurut teori kandungan gizi yang terdapat pada seledri selain itu terapi herbal yang diberikan dalam bentuk rebusan sehingga dapat langsung diserap tubuh. Maka dari itu, didapatkan keadaan pada responden sesuai dengan teori yang ada bahwa seledri dapat menurunkan tekanan darah serta dalam hasil penelitian ini telah membuktikan bahwa ada pengaruh rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan penelitian (Yulianti et al., 2022), pemberian terapi rebusan daun seledri (*Apium graveolens*) dilakukan dengan dosis total sekitar 400 ml per hari. Cara pemberiannya adalah dengan mengonsumsi rebusan daun seledri sebanyak dua kali sehari, yaitu masing-masing 200 ml pada pagi dan sore hari. Rebusan ini diberikan secara rutin selama 5 hari berturut-turut sebagai upaya membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Menurut asumsi penulis, tingginya angka kejadian hipertensi pada lansia menunjukkan bahwa penyakit ini masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Meskipun berbagai program pengendalian hipertensi telah dilaksanakan, prevalensi hipertensi masih tinggi sehingga diperlukan upaya pendamping yang mudah diterapkan, aman, dan terjangkau oleh masyarakat. Penulis berpendapat bahwa pemberian rebusan daun seledri berpotensi menjadi salah satu terapi komplementer yang dapat membantu menurunkan tekanan darah karena kandungan senyawa aktifnya, seperti apiin, apigenin, manitol, flavonoid, *phthalides*, dan kalium, yang bekerja melalui efek diuretik, vasodilatasi, serta relaksasi pembuluh darah. Selain itu, daun seledri mudah diperoleh, biaya pengolahannya relatif murah, dan cara pembuatannya sederhana sehingga dapat diterapkan secara mandiri oleh masyarakat,

khususnya lansia. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengimplementasikan pemberian rebusan daun seledri sebagai bagian dari asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi untuk mengetahui manfaatnya dalam membantu menurunkan tekanan darah dan mengurangi keluhan yang dialami pasien.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hasil penerapan terapi rebusan daun seledri dalam menurunkan tekanan darah pada pasien lansia yang menderita hipertensi.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan penerapan terapi minum rebusan daun seledri dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian kondisi awal pasien, termasuk tekanan darah sistolik dan diastolik, riwayat hipertensi, dan karakteristik pasien penderita hipertensi.
- b. Menetapkan diagnosis keperawatan yang sesuai berdasarkan data hasil pengkajian, sehingga dapat menggambarkan masalah kesehatan pasien terkait hipertensi secara akurat.
- c. Menyusun perencanaan terapi berbasis asuhan keperawatan, termasuk pemberian rebusan daun seledri yang telah ditentukan.
- d. Melakukan implementasi berupa pemberian terapi rebusan daun seledri sesuai protokol yang dirancang untuk menurunkan tekanan darah.
- e. Melakukan evaluasi terhadap efektivitas terapi minum rebusan daun seledri, dengan mengukur perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia setelah intervensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur ilmiah tentang efektivitas daun seledri, sebagai terapi komplementer dalam menurunkan tekanan darah, khususnya pada populasi lansia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat :

- 1) Membantu menurunkan tekanan darah secara alami dan aman melalui pendekatan non farmakologis mengenai manfaat daun seledri.
- 2) Meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi melalui pengelolaan terapi herbal sebagai pendamping pengobatan farmakologis.

b. Bagi Tenaga Kesehatan :

- 1) Memberikan alternatif pengobatan non-farmakologis yang efektif dan aman dalam pengelolaan hipertensi pada lansia.
- 2) Menjadi referensi dalam pengembangan program intervensi berbasis herbal untuk pasien hipertensi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya :

Menjadi dasar atau referensi untuk penelitian lanjutan terkait terapi herbal dalam pengendalian hipertensi