

Air Rebusan Seledri Menurunkan Tekanan Darah
Budi Setiawan^{*}, Wiwik Afridah^{**}
(Unusa, Jl. Jemursari 51-57 Surabaya)
Email:wiwik@unusa.ac.id

ABSTRACT

The increasing elderly population will lead to problems such as health problems, one of which is hypertension. The purpose of this study was to determine the effect of celery stew on blood pressure in elderly people with hypertension Hulaan Village District Menganti Gresik regency.

This study uses a design Case control design with the aging population in the first level of hypertension by 12 people, with a large sample of elderly with hypertension entire first level is 12 people, and how to use the total sampling sampling and divided into 6 groups of 6 cases and the control group with random allocation techniques. Celery stew independent variables and the dependent variable blood pressure. The data was collected by means of measuring the blood pressure recorded recapitulation and analyzed using the Fisher exact test with $\alpha = 0.05$.

The research results obtained from 6 groups of cases that were given celery stew all experienced a decrease in blood pressure, whereas in the control group of 6 people who were not given celery stew is only 1 person that declined. Fisher Exact test results obtained $p (0.015) < \alpha (0.05)$, means that the research hypothesis is accepted ie no celery stew effect on blood pressure in elderly people with hypertension Hulaan Village District Menganti Gresik Regency.

The conclusions of this study are no celery stew effect on blood pressure of elderly with hypertension. Hypertensive patients are expected to maintain your diet, multiply to consume fruits and vegetables that contain potassium, as well as a healthy lifestyle change.

ABSTRAK

Meningkatnya populasi lansia juga menyebabkan permasalahan berupa masalah kesehatan, salah satunya adalah penyakit hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari rebusan seledri terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi di Desa Hulaan Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik. Rancangan *Case control design* dengan populasi lansia yang hipertensi tingkat pertama sebesar 12 orang, besar sampel seluruh lansia hipertensi tingkat pertama sebesar 12 orang, cara pengambilan sampel menggunakan *total sampling* lalu dibagi menjadi 6 orang kelompok kasus dan 6 orang kelompok kontrol dengan teknik *random allocation*. Variabel independen rebusan seledri dan variabel dependen tekanan darah. Pengumpulan data dilakukan dengan alat ukur tekanan darah lalu dicatat dilembar rekapitulasi dan dianalisis menggunakan uji *Fisher exact* dengan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian ini didapatkan dari 6 orang kelompok kasus yang diberi rebusan seledri semuanya mengalami penurunan tekanan darah, sedangkan pada kelompok kontrol dari 6 orang yang tidak diberi rebusan seledri hanya 1 orang yang mengalami penurunan. Hasil uji *Fisher Exact* didapatkan $p (0,015) < \alpha (0,05)$, berarti hipotesis penelitian diterima yaitu ada pengaruh rebusan seledri terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi di Desa Hulaan Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik.

Simpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh rebusan seledri terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi. Diharapkan para penderita hipertensi menjaga pola makan, memperbanyak mengkonsumsi buah dan sayur yang mengandung kalium, serta mengubah pola hidup sehat.

Kata kunci : Seledri, Lansia, Hipertensi