



EFEKTIFITAS DAUN SIRSAK (*ANNONA MURICATA*) & DAUN SELEDRI (*APIUM GRAVEOLENS L*) SEBAGAI TERAPI HIPETENSI PADA WANITA MENOPAUSE DI PUSKESMAS MANDALA KABUPATEN LEBAK

Dian Priharja Putri¹, Tati Hartati²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara
putridianpriharja@gmail.com¹, tati35777@gmail.com²

Abstrak

Hipertensi di Indonesia cenderung lebih tinggi pada kelompok usia di atas 45 tahun, terutama pada wanita yang memasuki masa menopause. Prevalensi hipertensi pada wanita dewasa, termasuk menopause, diperkirakan sekitar 35% hingga 45% dan meningkat seiring bertambahnya usia. Pendekatan komplementer dapat membantu mengurangi ketergantungan pada obat-obatan dan meningkatkan kesejahteraan pada pasien hipertensi. Salah satu pendekatan komplementer yang banyak dipilih adalah menggunakan rebusan dari tanaman. Daun sirsak dan daun seledri mengandung berbagai senyawa aktif yang memiliki potensi untuk menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas rebusan daun sirsak dan rebusan saun seledri sebagai terapi hipertensi pada wanita menopause. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment*. Pengambilan data dilakukan pada bulan November 2024 hingga Januari 2025. Jumlah sampel 16 orang pada kelompok yang diberikan rebusan daun sirsak dan 16 orang pada kelompok yang diberikan rebusan daun seledri yang diambil secara random. Rebusan daun sirsak diberikan sebanyak 20 g/BB sedangkan rebusan daun seledri sebanyak 60 g/BB. Pengukuran tekanan darah dilakukan setiap hari selama tujuh hari menggunakan tensi meter kompas merk *onemed*. Uji hipotesis menggunakan *Mann-Whitney Test* karena data tidak berdistribusi normal. Nilai signifikansi tekanan darah sistolik pada kedua kelompok pada hari ke-1 hingga hari ke-7 lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan penurunan tekanan darah sistolik setelah diberikan rebusan daun sirsak dan rebusan daun seledri. Nilai signifikansi tekanan darah diastolik pada kedua kelompok pada hari ke-3 hingga hari ke-7 lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan penurunan tekanan darah diastolik setelah diberikan rebusan daun sirsak dan rebusan daun seledri. Rebusan daun sirsak dan daun seledri terbukti efektif sebagai terapi hipertensi pada wanita menopause di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak.

Kata Kunci : Rebusan daun sirsak, rebusan daun seledri, hipertensi

Abstract

Hypertension in Indonesia tends to be higher in the age group over 45 years, especially in women entering menopause. The prevalence of hypertension in adult women, including menopause, is estimated to be approximately 35% to 45% and increases with age. Complementary approaches can help reduce dependence on medications and improve well-being in hypertensive patients. One complementary approach that many people choose is to use a decoction of plants. Soursop leaves and celery leaves contain various active compounds which have the potential to lower blood pressure. This study aims to determine the effectiveness of soursop leaf decoction and celery sauce as a therapy for hypertension in menopausal women. This type of research is a quasi experiment. Data collection was carried out from November 2024 to January 2025. The number of samples was 16 people in the group given boiled soursop leaves and 16 people in the group given boiled celery leaves, which were taken randomly. Soursop leaf decoction is given as much as 20 g/BW while boiled celery leaves are given as much as 60 g/BW. Blood pressure measurements were carried out every day for seven days using a Onemed brand compass blood pressure meter. Hypothesis testing uses the Mann-Whitney Test because the data is not normally distributed. The significance value of systolic blood pressure in both groups on days 1 to 7 was greater than 0.05, which means there was no difference in the reduction in systolic blood pressure after being given boiled soursop leaves and boiled celery leaves. The significance value of diastolic blood pressure in both groups on days 3 to 7 was greater than 0.05, which means there was no difference in the reduction in diastolic blood pressure after being given boiled soursop leaves and boiled celery leaves. A decoction of soursop leaves and celery leaves has been proven to be effective as a hypertension therapy in menopausal women at the Mandala Community Health Center, Lebak Regency.

Keywords : Decoction of soursop leaves, decoction of celery leaves, hypertension

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author : Dian Priharja Putri
Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara
Email : putridianpriharja@gmail.com
Phone : 081279899964

PENDAHULUAN

Menopause adalah fase alami dalam kehidupan seorang wanita sebagai tanda berakhirnya siklus menstruasi dan kemampuan reproduksi. Perubahan hormon ini tidak hanya berdampak pada gejala fisik dan emosional, seperti *hot flashes*, perubahan *mood*, dan gangguan tidur, tetapi juga dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan jangka panjang, salah satunya adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi (Saras, 2024).

Hipertensi pada wanita menopause menjadi perhatian utama karena perubahan hormonal yang terjadi selama masa ini dapat mempengaruhi kesehatan jantung dan pembuluh darah. Penurunan kadar estrogen dapat menyebabkan pembuluh darah menjadi lebih kaku, meningkatkan resistansi pembuluh darah, dan pada gilirannya meningkatkan tekanan darah. (Prasetya, Hanung., 2023).

Hipertensi pada wanita menopause di Indonesia menjadi masalah kesehatan yang signifikan. Prevalensi hipertensi pada wanita dewasa, termasuk menopause, diperkirakan sekitar 35% hingga 45%, dan meningkat seiring bertambahnya usia. Hipertensi di Indonesia cenderung lebih tinggi pada kelompok usia di atas 45 tahun, terutama pada wanita yang memasuki masa menopause (Kemenkes, 2019).

Puskesmas Mandala berlokasi di Desa Kaduagung Timur, Kecamatan Cibadak, Kabupaten Lebak-Provinsi Banten. Di Puskesmas ini, hipertensi menempati urutan 1 dalam 10 penyakit terbanyak yang diderita masyarakat. Pada tahun 2023 jumlah menopause dengan hipertensi sebanyak 86 (48,04%) kasus dan tahun 2022 sebanyak 59 (32,96%) kasus (PKM Mandala, 2024).

Adapun Usaha yang telah dilakukan adalah Peningkatan Skrining dan Deteksi Dini, Penyuluhan dan Edukasi Kesehatan, Program Promosi Kesehatan, Pelayanan Konsultasi dan Pengobatan, Pendampingan Gaya Hidup Sehat, Pemberian Dukungan Psikososial, Kolaborasi dengan Fasilitas Kesehatan Lain dan Pemantauan dan Evaluasi Berkala (PKM Mandala, 2024).

Selain pengobatan medis konvensional, pendekatan komplementer yang melibatkan terapi tambahan atau alami semakin populer untuk mengelola hipertensi. Pendekatan komplementer dapat membantu mengurangi ketergantungan pada obat-obatan dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan. Salah satu pendekatan komplementer yang banyak dipilih adalah

menggunakan rebusan dari tanaman herbal untuk membantu menurunkan tekanan darah. Pendekatan ini semakin populer karena dianggap lebih alami dan memiliki efek samping yang lebih rendah dibandingkan dengan pengobatan farmasi (Saras, 2024).

Pemberian rebusan daun sirsak (*Annona Muricata*) dapat menjadi alternatif terapi komplementer yang efektif untuk menurunkan tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi. Daun sirsak mengandung berbagai senyawa aktif yang memiliki potensi untuk menurunkan tekanan darah, antara lain flavonoid, alkaloid, saponin, dan acetogenins. Senyawa-senyawa ini memiliki berbagai manfaat terapeutik, termasuk efek hipotensif (penurunan tekanan darah). Kandungan senyawa aktif dalam daun sirsak yang memiliki sifat vasodilator, anti-inflamasi, dan diuretik ringan membantu mengurangi tekanan darah dengan cara yang alami dan aman. Dengan pengawasan medis yang tepat dan penggunaan yang bijak, rebusan daun sirsak dapat menjadi pilihan yang baik untuk mengelola hipertensi pada wanita menopause, meningkatkan kesehatan pembuluh darah, dan mendukung kualitas hidup yang lebih baik (Fitriani, 2024).

Pemberian rebusan daun seledri (*Apium Graveolens L*) dapat menjadi alternatif terapi komplementer yang efektif dalam menurunkan tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi. Kandungan senyawa aktif dalam daun seledri, seperti phthalides, flavonoid, dan kalium, memberikan efek vasodilator, diuretik, serta anti-inflamasi yang mendukung penurunan tekanan darah. Dengan penggunaan yang tepat dan pengawasan medis, rebusan daun seledri dapat menjadi bagian dari strategi holistik dalam mengelola hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup pada wanita menopause (Tasalim, Rian, 2021).

METODE

Desain penelitian ini adalah *pre-eksperimen* dengan *pretest posttest non-equivalent control group design*. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2024 hingga Januari 2025 di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak. Jumlah sampel sebesar 16 orang pada kelompok yang diberikan rebusan daun sirsak dan 16 orang pada kelompok yang diberikan rebusan daun seledri yang diambil secara random. Rebusan daun sirsak dan rebusan daun seledri diberikan satu kali sehari setelah makan pagi selama tujuh

hari. Rebusan daun sirsak dibuat dengan merebus daun sirsak sebanyak 20 gr/ BB dalam 400 cc hingga tersisa 200 cc, sedangkan rebusan daun seledri dibuat dengan merebus daun seledri sebanyak 60 gr/ BB dalam 400 cc hingga sampai tersisa 200 cc. Tekanan darah diukur menggunakan tensi meter kompas merk *One Med* selama tujuh hari pada bagian lengan atas dengan posisi duduk. Uji hipotesis menggunakan *Mann-Whitney Test* karena data tidak berdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Paritas, dan Riwayat Keturunan

Variabel Penelitian	Kelompok Rebusan Daun Sirsak		Kelompok Rebusan Daun Seledri	
	N	%	N	%
Usia				
1. Peri menopause	1	6,3	2	12,3
2. Menopause	14	87,5	13	81,3
3. Post menopause	1	6,3	1	6,3
Paritas				
1. Primipara	0	0	0	0
2. Multipara	9	56,3	9	56,3
3. Grande multipara	7	43,8	7	43,8
Riwayat Keturunan Hipertensi				
1. Ya	10	62,5	7	43,8
2. Tidak	6	37,5	9	56,3
TOTAL	16	100	16	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa pada kelompok rebusan daun Sirsak distribusi frekuensi usia responden paling banyak yaitu Menopause berusia 46-55 tahun sejumlah 14 orang (87,5%). Sedangkan pada kelompok rebusan daun seledri distribusi frekuensi usia responden paling banyak juga Menopause berusia 46-55 tahun sejumlah 13 orang (81,3%). Pada kelompok rebusan daun Sirsak distribusi frekuensi paritas responden paling banyak yaitu multipara dengan 2-4 anak sejumlah 9 orang (56,3%). Pada kelompok rebusan daun seledri distribusi frekuensi paritas responden paling banyak juga multipara dengan 2-4 anak sejumlah 9 orang (56,3%). Pada kelompok rebusan daun Sirsak distribusi frekuensi riwayat keturunan hipertensi responden paling banyak yaitu mempunyai riwayat keturunan hipertensi sejumlah 10 orang (62,5%). Pada kelompok rebusan daun seledri distribusi frekuensi riwayat keturunan

hipertensi responden paling banyak yaitu tidak mempunyai riwayat keturunan hipertensi sejumlah 9 orang (56,3%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Klasifikasi Hipertensi

Hipertensi	Kelompok Rebusan Daun Sirsak						Kelompok Rebusan Daun Seledri					
	Pre hipertensi		Hipertensi stadium 1		Hipertensi stadium 2		Pre hipertensi		Hipertensi stadium 1		Hipertensi stadium 2	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Pretest	0	0	0	0	16	100	0	0	0	0	16	100
Hari ke-1	0	0	0	0	16	100	0	0	0	0	16	100
Hari ke-2	0	0	0	0	16	100	0	0	0	0	16	100
Hari ke-3	0	0	0	0	16	100	0	0	0	0	16	100
Hari ke-4	0	0	3	18,8	13	81,2	0	0	0	0	16	100
Hari ke-5	1	6,25	5	31,25	10	62,5	0	0	7	43,75	9	56,25
Hari ke-6	4	25,0	7	43,75	5	31,25	5	31,25	6	37,5	5	31,25
Hari ke-7	11	68,75	1	6,25	4	25,0	11	68,75	3	18,75	2	12,5

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada hari ke 1 dan ke 3 kelompok rebusan daun Sirsak dan daun seledri distribusi frekuensi hipertensi responden paling banyak yaitu hipertensi stadium 2 sejumlah 16 orang (100%). Pada hari ke 4 kelompok rebusan daun sirsak distribusi frekuensi paling banyak yaitu hipertensi stadium 2 sejumlah 13 orang (81,2%), sedangkan kelompok daun seledri pada hari ke 3 dan 4 distribusi frekuensi paling banyak yaitu hipertensi stadium 2 sejumlah 16 orang (100%). Pada hari ke 5 kelompok rebusan daun sirsak distribusi frekuensi paling banyak yaitu hipertensi stadium 2 sejumlah 10 orang (62,5%) sedangkan kelompok rebusan daun seledri distribusi frekuensi paling banyak yaitu hipertensi stadium 2 sejumlah 9 orang (56,25%). Pada hari ke 6 kelompok rebusan daun sirsak distribusi frekuensi paling banyak yaitu hipertensi stadium 1 sejumlah 7 orang (43,75%) sedangkan kelompok rebusan daun seledri distribusi frekuensi paling banyak yaitu hipertensi stadium 1 sejumlah 6 orang (37,5%). Pada hari ke-7 kelompok rebusan daun sirsak dan seledri distribusi frekuensi hipertensi responden paling banyak yaitu pre-hipertensi sejumlah 11 orang (68,75%).

Uji Normalitas

Tabel 3 Tekanan Darah Sistolik

Kelompok	P	Keterangan
Rebusan Daun Sirsak		
Pretest	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-1	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-2	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-3	0,554	Sebaran Normal
Hari ke-4	0,389	Sebaran Normal
Hari ke-5	0,210	Sebaran Normal
Hari ke-6	0,004	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-7	0,000	Sebaran Tidak Normal
Rebusan Daun Seledri		
Pretest	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-1	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-2	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-3	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-4	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-5	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-6	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-7	0,314	Sebaran Normal

Tabel 3 merupakan uji normalitas tekanan darah sistolik dengan menggunakan Uji *Shapiro Wilk*. Hasil uji normalitas adalah dengan melihat nilai signifikansi (*p-value*). Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka data dianggap berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data dianggap tidak berdistribusi normal. Tabel diatas menunjukkan bahwa uji normalitas tekanan darah sistolik adalah tidak normal

Tabel 4 Tekanan Darah Diastolik

Kelompok	P	Keterangan
Rebusan Daun Sirsak		
Pretest	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-1	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-2	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-3	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-4	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-5	0,002	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-6	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-7	0,000	Sebaran Tidak Normal
Rebusan Daun Seledri		
Pretest	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-1	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-2	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-3	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-4	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-5	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-6	0,000	Sebaran Tidak Normal
Hari ke-7	0,000	Sebaran Tidak Normal

Tabel 4 merupakan uji normalitas tekanan darah diastolik dengan menggunakan Uji *Shapiro Wilk*. Hasil uji normalitas adalah dengan melihat nilai signifikansi (*p-value*). Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka data dianggap berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data dianggap tidak berdistribusi normal. Tabel diatas menunjukkan bahwa uji normalitas tekanan darah diastolik adalah tidak normal.

Efektifitas Daun Sirsak Sebagai Terapi Hipetensi Pada Wanita Menopause

Tabel 5 Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Air Rebusan Daun Sirsak pada Penderita Hipertensi

Sistolik	Mean Rank	Sum of rank	Z	P
Hari ke-1	2,00	4,00	0,577	0,564
Hari ke-2	2,00	4,00	0,577	0,564
Hari ke-3	8,17	24,50	1,835	0,067
Hari ke-4	9,17	27,50	1,963	0,050
Hari ke-5	9,50	9,50	2,116	0,034
Hari ke-6	0,00	0,00	3,572	0,000
Hari ke-7	1,50	1,50	3,484	0,000

Berdasarkan tabel 5 tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak pada ibu menopause dengan hipertensi menggunakan uji Wilcoxon saat hari ke 1 menunjukkan signifikansi 0,564 (>0,05), hari ke 2 menunjukkan signifikansi 0,564 (>0,05), hari ke 3 menunjukkan signifikansi 0,067 (>0,05), hari ke 4 menunjukkan signifikansi 0,050 (0,05), hari ke 5 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,034 (<0,05), hari ke 6 menunjukkan signifikansi 0,000 (<0,05) dan hari ke 7 menunjukkan signifikansi 0,000 (<0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak pada ibu menopause pada hari ke-4, hari ke-5, hari ke-6, dan hari ke-7.

Tabel 6 Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Air Rebusan Daun Sirsak pada Penderita Hipertensi

Diastolik	Mean Rank	Sum of rank	Z	P
Hari ke-1	4,50	4,50	2,121	0,034
Hari ke-2	4,50	4,50	2,121	0,034
Hari ke-3	4,50	4,50	2,121	0,034
Hari ke-4	5,00	5,00	2,333	0,020
Hari ke-5	0,00	0,00	3,127	0,002
Hari ke-6	0,00	0,00	3,448	0,001
Hari ke-7	0,00	0,00	3,416	0,000

Berdasarkan tabel 6 tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak pada ibu menopause dengan hipertensi saat hari ke 1 menunjukkan signifikansi 0,034 (<0,05), hari ke 2 menunjukkan signifikansi 0,034 (<0,05), hari ke 3 menunjukkan signifikansi 0,034

(<0,05), hari ke 4 menunjukkan signifikansi 0,020 (<0,05), hari ke 5 menunjukkan signifikansi 0,002 (<0,05), hari ke 6 menunjukkan signifikansi 0,001 (<0,05) dan hari ke 7 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,000 (<0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sebelum sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak pada ibu menopause disetiap pengukuran.

Efektifitas Daun Seledri Sebagai Terapi Hipetensi Pada Wanita Menopause

Tabel 7 Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Air Rebusan Daun Seledri pada Penderita Hipertensi

Sistolik	Mean Rank	Sum of rank	Z	P
Hari ke-1	1,50	3,00	1,414	0,157
Hari ke-2	2,00	4,00	0,577	0,564
Hari ke-3	5,50	11,00	2,546	0,011
Hari ke-4	5,00	5,00	2,944	0,003
Hari ke-5	0,00	0,00	3,228	0,001
Hari ke-6	0,00	0,00	3,574	0,000
Hari ke-7	0,00	0,00	3,579	0,000

Berdasarkan tabel 7 tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun seledri pada ibu menopause dengan hipertensi menggunakan uji Wilcoxon saat hari ke 1 menunjukkan signifikansi 0,157 (>0,05), hari ke 2 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,564 (>0,05), hari ke 3 menunjukkan signifikansi 0,011 (<0,05), hari ke 4 menunjukkan signifikansi 0,003 (<0,05), hari ke 5 menunjukkan signifikansi 0,001 (<0,05), hari ke 6 menunjukkan signifikansi 0,000 (<0,05) dan hari ke 7 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,000 (<0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah sistolik sebelum sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun seledri pada ibu menopause pada hari ke-3, hari ke-4, hari ke-5, hari ke-6, dan hari ke-7.

Tabel 8 Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Air Rebusan Daun Seledri pada Penderita Hipertensi

Diastolik	Mean Rank	Sum of rank	Z	P
Hari ke-1	1,00	1,00	1,000	0,317
Hari ke-2	1,00	1,00	1,000	0,317
Hari ke-3	5,50	5,50	2,530	0,011

Hari ke-4	5,00	5,00	2,333	0,020
Hari ke-5	0,00	0,00	3,606	0,000
Hari ke-6	0,00	0,00	3,578	0,000
Hari ke-7	0,00	0,00	3,624	0,000

Berdasarkan tabel 8 tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun seledri pada ibu menopause dengan hipertensi saat hari ke 1 menunjukkan signifikansi 0,317 (>0,05), hari ke 2 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,317 (>0,05), hari ke 3 menunjukkan signifikansi 0,11 (<0,05), hari ke 4 menunjukkan signifikansi 0,020 (<0,05), hari ke 5 menunjukkan signifikansi 0,000 (<0,05), hari ke 6 menunjukkan signifikansi 0,000 (<0,05) dan hari ke 7 menunjukkan signifikansi 0,000 (<0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sebelum sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun seledri pada ibu menopause setiap pengukuran pada hari ke-3, hari ke-4, hari ke-5, hari ke-6, dan hari ke-7.

Perbedaan Efektifitas Daun Sirsak dan Daun Seledri Sebagai Terapi Hipetensi Pada Wanita Menopause

Tabel 9 Perbedaan Tekanan Darah Sistolik Sesudah Diberikan Terapi Air Rebusan Daun Sirsak dan Seledri pada Penderita Hipertensi

Diastolik	Mean Rank	Sum of rank	Z	P
Hari ke-1			1,178	0,239
Daun sirsak	14,38	234,00		
Daun seledri	18,38	294,00		
Hari ke-2			1,158	0,247
Daun sirsak	14,66	234,50		
Daun seledri	18,34	293,50		
Hari ke-3			0,616	0,538
Daun sirsak	15,53	248,50		
Daun seledri	17,47	279,50		
Hari ke-4			0,040	0,968
Daun sirsak	16,44	263,00		
Daun seledri	16,56	265,00		
Hari ke-5			0,020	0,984
Daun sirsak	16,47	263,50		
Daun seledri	16,53	264,50		
Hari ke-6			0,259	0,796
Daun sirsak	16,91	270,50		
Daun seledri	16,09	257,50		
Hari ke-7			0,322	0,748
Daun sirsak	16,94	271,00		
Daun seledri	16,06	257,00		

Berdasarkan tabel 9 penilaian uji Mann-Whitney Test didapatkan nilai signifikansi tekanan darah sistolik pada kedua kelompok pada hari ke-1 hingga hari ke-7 nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi air rebusan daun sirsak dan seledri pada penderita hipertensi di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak tahun 2025.

Tabel 10 Perbedaan Tekanan Darah Diastolik Sesudah Diberikan Terapi Air Rebusan Daun Sirsak dan Seledri pada Penderita Hipertensi

Diastolik	Mean Rank	Sum of rank	Z	P
Hari ke-1			3,483	0,000
Daun sirsak	12,00	192,00		
Daun seledri	21,00	336,00		
Hari ke-2			3,483	0,000
Daun sirsak	12,00	192,00		
Daun seledri	21,00	336,00		
Hari ke-3			0,000	1,000
Daun sirsak	16,50	264,00		
Daun seledri	16,50	264,00		
Hari ke-4			0,701	0,483
Daun sirsak	15,50	248,00		
Daun seledri	17,50	280,00		
Hari ke-5			0,776	0,438
Daun sirsak	15,63	250,00		
Daun seledri	17,38	278,00		
Hari ke-6			0,455	0,649
Daun sirsak	15,88	254,00		
Daun seledri	17,13	274,00		
Hari ke-7			1,392	0,164
Daun sirsak	18,50	296,00		
Daun seledri	14,50	232,00		

Berdasarkan tabel 10 yang menggunakan penilaian uji Mann-Whitney Test didapatkan nilai signifikansi tekanan darah diastolik pada kedua kelompok pada hari ke-1 hingga hari ke-2 nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi air rebusan daun sirsak dan seledri pada penderita hipertensi di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak tahun 2025. Namun pada hari ke-3 hingga hari ke-7 nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi air rebusan daun sirsak dan seledri pada penderita hipertensi

di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak tahun 2025.

Pembahasan

Hipertensi yang terjadi pada wanita menopause sangat berbahaya karena akan menghancurkan sel endotel karena esterogen semakin menipis, akibatnya ada timbul plak di dalam darah yang akan sekaligus merangsang naik turunnya tekanan di dalam darah (Kurnia, 2021). Pengobatan hipertensi dapat diberikan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan non farmakologis menggunakan bahan herbal atau tradisional (CAM). Upaya peningkatan keamanan dan khasiat obat tradisional juga didukung oleh WHO. Hal ini dikarenakan efek samping penggunaan obat tradisional relatif lebih sedikit dibandingkan dengan pengobatan modern (Andrianto, 2022).

Daun sirsak (*Annona muricata*) adalah bagian dari tanaman sirsak yang terkenal karena potensi manfaatnya bagi kesehatan. Tanaman ini tumbuh di daerah tropis dan sering digunakan dalam pengobatan tradisional untuk berbagai kondisi kesehatan. Daun sirsak mengandung berbagai senyawa bioaktif, seperti alkaloid, flavonoid, dan saponin, yang dipercaya memiliki sifat antiinflamasi, antioksidan, dan antihipertensi. Daun sirsak dipercaya dapat membantu menurunkan tekanan darah tinggi karena kandungan senyawa yang memiliki efek vasodilator, yang dapat melebarkan pembuluh darah dan mengurangi resistensi pembuluh darah. Dengan demikian, aliran darah menjadi lebih lancar dan tekanan darah dapat menurun (Agatha, 2022).

Kandungan gizi dalam 100 gr daun sirsak adalah lemak ($22,57 \pm 0,2$), protein ($27,34 \pm 0,1$), karbohidrat ($4,36 \pm 0,1$), Serat ($43,44 \pm 0,2$), potasium ($31,40 \pm 0,1$), sodium ($29,10 \pm 0,2$), kalsium ($3,60 \pm 0,2$), magnesium ($53,30 \pm 0,1$) dan vitamin C ($21,36 \pm 0,2$) (Gista, 2014 dalam Agatha, 2022).

Tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak pada ibu menopause dengan hipertensi menggunakan uji Wilcoxon saat hari ke 1 menunjukkan signifikansi 0,564 ($>0,05$), hari ke 2 menunjukkan signifikansi 0,564 ($>0,05$), hari ke 3 menunjukkan signifikansi 0,067 ($>0,05$), hari ke 4 menunjukkan signifikansi 0,050 ($>0,05$), hari ke 5 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,034 ($<0,05$), hari ke 6 menunjukkan signifikansi 0,000 ($<0,05$) dan hari ke 7 menunjukkan signifikansi 0,000 ($<0,05$). Sehingga

dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak pada ibu menopause pada hari ke-4, hari ke-5, hari ke-6, dan hari ke-7. Tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak pada ibu menopause dengan hipertensi saat hari ke 1 menunjukkan signifikansi 0,034 ($<0,05$), hari ke 2 menunjukkan signifikansi 0,034 ($<0,05$), hari ke 3 menunjukkan signifikansi 0,034 ($<0,05$), hari ke 4 menunjukkan signifikansi 0,020 ($<0,05$), hari ke 5 menunjukkan signifikansi 0,002 ($<0,05$), hari ke 6 menunjukkan signifikansi 0,001 ($<0,05$) dan hari ke 7 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,000 ($<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak pada ibu menopause disetiap pengukuran

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andri (2022), yang menyatakan bahwa terdapat penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi rebusan daun sirsak pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu.

Hasil penelitian ini didapatkan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi rebusan daun sirsak. Hal ini didukung oleh penelitian Rahmawati (2024), bahwa hasil uji pengaruh menggunakan *Paired T-test* sebesar $p = 0,001$ pada Rebusan Air Daun Sirsak (*Annonamuricata*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Desa Sukawangi Kecamatan Warungkondang Kabupaten Cianjur. Daun sirsak memiliki antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas, sama halnya dengan bahan alami lainnya, antioksidan ini dapat melenturkan dan melebarkan pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah. Sesuai dengan hasil penelitian Telova (2024), berdasarkan hasil uji Wilcoxon diketahui bahwa *p-value* yang dihasilkan sebesar 0,000 yang menunjukan bahwa ada perubahan tekanan darah pada wanita menopause sesudah diberikan rebusan daun sirsak.

Seledri (*Apium graveolens*) dikatakan mengandung apigenin yang dapat mencegah penyempitan pembuluh darah, dan phthalides yang dapat mengendurkan otot arteri atau mengendurkan pembuluh darah. Zat ini mengatur aliran darah, menyebabkan pembuluh darah membesar dan menurunkan tekanan darah. Seledri diketahui mengandung senyawa aktif yang dapat

menurunkan tekanan darah yaitu apiin yang berperan sebagai antagonis kalsium dan mannitol yang berperan sebagai diuretik. Daun seledri mengandung banyak apiin dan zat diuretik yang meningkatkan jumlah urin. Seledri tidak memiliki efek samping pada tubuh kita, mudah didapat, dan harganya terjangkau untuk semua orang (Tasalim, 2021). Kandungan dalam 100gr daun seledri adalah air (93,00), protein (0,90), lemak (0,10), karbohidrat (4,00), serat (0,90), kalsium (50,00), besi (1,00), riboplavin (0,05), nikotiamid (0,40), asam askorbat (15,00) (Ashari, 1995 dalam Ulya, 2021).

Tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun seledri pada ibu menopause dengan hipertensi menggunakan uji Wilcoxon saat hari ke 1 menunjukkan signifikansi 0,157 ($>0,05$), hari ke 2 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,564 ($>0,05$), hari ke 3 menunjukkan signifikansi 0,011 ($<0,05$), hari ke 4 menunjukkan signifikansi 0,003 ($<0,05$), hari ke 5 menunjukkan signifikansi 0,001 ($<0,05$), hari ke 6 menunjukkan signifikansi 0,000 ($<0,05$) dan hari ke 7 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,000 ($<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun seledri pada ibu menopause pada hari ke-3, hari ke-4, hari ke-5, hari ke-6, dan hari ke-7. Tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun seledri pada ibu menopause dengan hipertensi saat hari ke 1 menunjukkan signifikansi 0,317 ($>0,05$), hari ke 2 menunjukkan menunjukkan signifikansi 0,317 ($>0,05$), hari ke 3 menunjukkan signifikansi 0,11 ($<0,05$), hari ke 4 menunjukkan signifikansi 0,020 ($<0,05$), hari ke 5 menunjukkan signifikansi 0,000 ($<0,05$), hari ke 6 menunjukkan signifikansi 0,000 ($<0,05$) dan hari ke 7 menunjukkan signifikansi 0,000 ($<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi rebusan daun seledri pada ibu menopause setiap pengukuran pada hari ke-3, hari ke-4, hari ke-5, hari ke-6, dan hari ke-7

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Evawana (2020) yang menyatakan bahwa ada perubahan penurunan tekanan darah melalui pemberian rebusan daun seledri dengan selisih penurunan tekanan darah sebesar 28,47 mmHg.

Tekanan darah tinggi dapat diatasi dengan menggunakan daun seledri. Daun seledri mengandung apigenin dan flavonoid yang

berkhasiat sebagai *beta blocker* yang dapat memperlambat detak jantung dan menurunkan kekuatan kontraksi jantung sehingga dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Daun seledri bisa menjadi bagian dari pendekatan alami untuk mendukung pengelolaan hipertensi, namun tetap penting untuk menjaga gaya hidup sehat secara keseluruhan dan mengikuti rekomendasi medis (Tegar, 2022).

Pengujian perbedaan efektifitas rebusan daun sirsak dan rebusan daun seledri dalam terapi hipertensi menggunakan *Mann-Whitney Test* pada penelitian ini didapatkan nilai signifikansi tekanan darah sistolik pada kedua kelompok pada hari ke-1 hingga hari ke-7 lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi rebusan daun sirsak dan seledri pada penderita hipertensi di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak tahun 2025. Sedangkan nilai signifikansi tekanan darah diastolik pada kedua kelompok pada hari ke-1 hingga hari ke-2 nilai lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi air rebusan daun sirsak dan seledri pada penderita hipertensi di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak tahun 2025. Namun pada hari ke-3 hingga hari ke-7 nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi air rebusan daun sirsak dan seledri pada penderita hipertensi di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak tahun 2025.

Persamaan antara rebusan daun sirsak dan rebusan daun seledri dalam menurunkan hipertensi adalah keduanya memiliki kemampuan untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi dengan cara yang alami. Beberapa hal yang serupa antara keduanya, yaitu mengandung senyawa aktif yang berperan dalam menurunkan tekanan darah. Senyawa tersebut dapat membantu memperlebar pembuluh darah atau mengatur keseimbangan elektrolit dalam tubuh, Baik daun sirsak maupun daun seledri telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional untuk menurunkan hipertensi. Keduanya bekerja dengan cara menurunkan resistensi terhadap aliran darah, meskipun melalui mekanisme yang berbeda. Selain menurunkan tekanan darah, keduanya juga memiliki manfaat lain yang berhubungan dengan kesehatan jantung, seperti sifat antioksidan dan antiinflamasi pada daun sirsak dan kandungan kalium pada daun seledri (Sarfika, 2024).

Meskipun herbal dapat memberikan manfaat, penting untuk selalu berkonsultasi dengan dokter

atau tenaga medis sebelum memulai penggunaan herbal untuk memastikan kesesuaiannya dengan kondisi tubuh. Keseimbangan antara penggunaan herbal dan pengobatan medis yang tepat dapat membantu mengelola hipertensi dengan lebih baik.

SIMPULAN

Nilai signifikansi tekanan darah sistolik pada kedua kelompok pada hari ke-1 hingga hari ke-7 lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan penurunan tekanan darah sistolik setelah diberikan rebusan daun sirsak dan rebusan daun seledri. Nilai signifikansi tekanan darah diastolik pada kedua kelompok pada hari ke-3 hingga hari ke-7 lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan penurunan tekanan darah diastolik setelah diberikan rebusan daun sirsak dan rebusan daun seledri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa rebusan daun sirsak dan daun seledri terbukti efektif sebagai terapi hipertensi pada wanita menopause di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak.

DAFTAR PUSTAKA

- Agata, Annisa. 2022. Respon Histopatologis Hepar Pada Pemberian Taurin Dan Ekstrak Daun Sirsak (*Annona Muricata*). Penerbit Nem : Jawa Tengah
- Ajrhee, W. 2023. Sukses Hidroponik Seledri. Penerbit Lembar Langit Indonesia : Semarang
- Andri, Juli Dkk. 2022. Penggunaan Rebusan Daun Sirsak Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari* Vol 6 No 1.
- Andrianto. 2022. *pengertian hipertensi*. Airlangga University Pres : Jawa Timur
- Anggrianto. 2019. *Sehat zaman now*. CV Jejak : Sukabumi
- Anita. 2023. *Asuhan Kebidanan Remaja & Menopause*. Kaizen Media Publishing : Bandung
- Dini, Brilian. 2021. *Seksualitas Di Usia Menopause*. Penerbiti Amerta Media : Banyumas
- Ernawati. 2020. *Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi*. Graniti : Gersik
- Evawana, Diah Dkk. 2020. Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Seledri (*Apium Graveolens L*) Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Menopause Dengan Hipertensi. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)* : Vol. 3 No. 1

- Fakhrudin. 2023. *Herbal Untuk Terapi Pendekatan Empiris dan Saintifik*. Gadjah Mada University : Yogyakarta
- Fitriani. 2024. *Mengenal Penyakit Degeneratif Hipertensi, Diabetes, Dan Asam Urat*. Penerbit NEM : Jawa Tengah
- Gani, H. Abdul Dkk. 2022. *Bahan Pangan Alternatif Untuk Menurunkan Hipertensi*. Penerbit Lembaga Chakra Brahmada Lentera : Kediri
- Hamzah. 2021. *Teori Dasar Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Zaini : Aceh
- Hendra. 2021. *Teori dan kasus manajemen terapi hipertensi*. Sanata Dharma University Press : Yogyakarta
- Hidayati. 2024. *Komunitas Kebidanan*. Mahakarya Citra Utama : Jakarta Selatan
- Jumu. 2024. *Manajemen Perawatan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia*. Pusat Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat Jenderal Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. -- Jakarta : Kementerian Kesehatan RI. 2020
- Kurnia. 2021. *Mengenal Manfaat Sukun, Manggis, Dan Sirsak*. Bhuana Ilmu Populer : Jakarta
- Marni. 2023. *Penatalaksanaan Hipertensi*. Pt Nasya Expanding Management : Jawa Tengah
- Pkm Mandala, 2024. *Data Primer Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak*.
- Prasetya, Hanung. 2023. *Hipnopunktur Untuk Mengelola Hipertensi Dan Hiperkolesterolemia*. Rena Cipta Mandiri : Malang
- Rahmawati, Ismi Dkk. 2024. *Pengaruh Rebusan Air Daun Sirsak (*Annonamuricata*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Desa Sukawangi Kecamatan Warungkondang Kabupaten Cianjur*. Jurnal Ventilator : Vol. 2 No. 3
- Saras, Tresno. 2024. *Menopause: Panduan Komprehensif Untuk Memahami Dan Mengelola Transisi*. Tiram Media : Jawa Tengah
- Saras. 2023. *Manfaat Dan Penggunaannya Untuk Kesehatan, Kecantikan, Dan Kuliner*. First Printing: Tiram Media : Semarang
- Sarfika. 2024. *Perawatan Diri Penderita Hipertensi Usia Dewasa*. Cv Budi Utama : Kaliurang-Jogja
- Suhadi. 2021. *Seluk-Beluk Hiperlipidemia*. Sanata Darma University Press : Yogyakarta
- Susiana. 2024. *Grow Your Own Kitchen Spice*. Lily Publisher : Yogyakarta
- Tasalim, Rian. 2021. *Pencegahan Hipertensi Dengan Mengonsumsi Buah, Sayur Dan Bahan Herbal (Berdasarkan Evidence Based Praticce)*. Penerbit Guepedia :Jawa Barat
- Tegar. 2022. *Obat Tradisional*. Cv. Mitra Edukasi Negri : Bantul
- Telova ,Yurizki Dkk. 2024. *Pemberian Rebusan Daun Sirsak (*Annona Muricata Linn*) Terhadap Penurunan Tekanandarah Pada Wanita Menopause Dengan Hipertensi*. Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk) : Vol. 6 No. 2
- Transyah. 2023. *Terapi Rendaman Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi*. Cv. Azka Pustaka : Sumbar
- Ulya, Ni'matul Dkk. 2021. *Seledri: Pengobatan Hipertensi*. Penerbit Nem : Jawa Tengah
- Widarsa, Ketut Tangking. 2022. *Metode Sampling Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*. Baswara Press : Bali
- Yanita. 2022. *Berdamai Dengan Hipertensi*. Bumi Medika : Jakarta
- Yolanda, Febri S Dkk, 2024. *Penerapan Rebusan Daun Seledri (*Apium Graveolens L*) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Uptd Puskesmas Yosomulyo Kecamatan Metro Pusat*. Jurnal Cendikia Muda : Vol 4, No 2