

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah seseorang yang sudah berusia lebih dari 60 tahun keatas, tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya dan menerima nafkah dari orang lain. Lanjut usia adalah fenomena biologis yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu. Lanjut usia dikelompokkan menjadi usia lanjut (60-69) tahun dan usia lanjut dengan resiko tinggi (lebih dari 70 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan). Proses menua adalah proses yang terus-menerus berlanjut secara alamiah, dimulai sejak lahir dan umum dialami pada semua makhluk hidup (Ratnawati, 2022).

Prevalensi jumlah lansia diseluruh dunia menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2025 mencapai 1,2 miliar orang yang akan terus bertambah hingga 2 miliar orang ditahun 2050. WHO juga memperkirakan 75% populasi lansia didunia pada tahun 2025 berada dinegara berkembang, setengah jumlah lansia didunia berada di Asia (WHO, 2020).

Di Indonesia proporsi penduduk lansia terus meningkat. Indonesia terdapat lima besar negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak di dunia yaitu mencapai 18,1 juta jiwa pada tahun 2010 atau 9,6% dari jumlah penduduk. Penduduk lansia ini menjadi 28,8 juta (11,34%) dari total penduduk Indonesia tahun 2020, atau menurut proyeksi Bapennas, jumlah penduduk lansia 60 tahun akan menjadi dua kali lipat (36) juta pada tahun 2025 (BPS, 2018).

Lansia di Sumatera Barat menurut Data Biro Statistik melaporkan, tahun 2020 jumlah lansia sebanyak 10,8% (BPS, 2020). Angka harapan hidup Kota Padang tahun 2017 yaitu mencapai usia 73,2 tahun (BPS, 2018). Data yang diperoleh berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2017 jumlah lansia di Kota Padang yaitu sebanyak sebanyak 62.667 jiwa 29.293 jiwa. Pada tahun 2020 jumlah lansia di Kota Padang sebanyak 33.618 jiwa (laki-laki) dan 37.781 jiwa (perempuan), sehingga total lansia di Kota Padang tahun 2020 yaitu sebanyak 71.399 jiwa (BPS, 2020).

Proses menua merupakan suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi tubuh sehingga terjadi penurunan daya tahan tubuh secara perlahan, akibatnya

terjadi penurunan derajat kesehatan dan masalah kesehatan pada lansia secara progresif diantaranya penyakit terbanyak pada lansia adalah penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif yang diderita lansia yaitu penyakit kanker, stroke, ginjal kronis, diabetes melitus dan hipertensi (Bustan M, 2015).

Hipertensi adalah suatu keadaan yang dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah pada pembuluh darah secara bertahap. Batas normal tekanan darah ialah tekanan darah sistolik sebesar 120- 140 mmHg dan tekanan darah diastolic 80-90 mmHg. Seseorang dinyatakan menderita hipertensi bila tekanan darahnya lebih dari 140/90 mmHg. Hipertensi ditandai dengan gejala seperti rasa berat ditengkuk, suka tidur, cepat marah, mata berkunang-kunang dan pusing (Apriyani, 2019).

Hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, genetik/riwayat keluarga, diet yang tidak sehat, aktivitas fisik yang tidak teratur, obesitas, konsumsi alkohol, mengonsumsi garam, kebiasaan merokok, stres, konsumsi kopi, dan tidak teraturnya dalam cek tekanan darah. Tekanan darah merupakan masalah yang terjadi dipembuluh darah yang dapat menyebabkan terganggunya suplai oksigen yang mengakibatkan tekanan darah pada arteri bekerja lebih keras sehingga jantung memaksa bekerja lebih cepat yang akan berdampak serius pada keadaan tubuh (Waruwu, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, satu milyar orang didunia menderita hipertensi. Dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah dan sedang, bila tidak dilakukan upaya yang tepat jumlah ini akan terus meningkat, dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% atau 1,6 miliar orang diseluruh dunia menderita hipertensi, 29% penderita hipertensi berusia lanjut (WHO, 2020).

Jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi di Indonesia lebih banyak pada kelompok umur 60 tahun berjumlah 34.946.910 lansia (55,2%) (WHO, 2020). Provinsi Sumatera Barat menempati posisi ke 20 dengan penderita hipertensi terbanyak dari Provinsi yang ada di Indonesia. Penderita hipertensi di Sumatera Barat lebih banyak pada usia 60 tahun keatas sekitar 650.000 orang (19,1%) dari 4,4 juta penduduk Sumatera Barat (Kemenkes RI, 2020).

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2020, dari 23 Puskesmas yang ada di Kota Padang, hipertensi termasuk 10 penyakit terbanyak pada lansia. Angka kejadian hipertensi pada lansia ini terbanyak berada di Puskesmas Air Dingin Padang menempati urutan pertama yakni sebanyak 920 orang. Wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Padang memiliki 3 Kelurahan yakni Kelurahan Lubuk Minturun, Aia Pacah dan Balai Gadang (Profil Dinas Kesehatan Kota Padang, 2020). Pada tahun 2021, dari 23 Puskesmas yang ada di Kota Padang, angka kejadian hipertensi terbanyak di Puskesmas Andalas Padang menjadi urutan pertama sebanyak 887 orang, sedangkan Puskesmas Air Dingin angka kejadian hipertensi pada tahun 2021 sebanyak 194 orang (Puskesmas Air Dingin, 2021).

Dampak dari bertambahnya usia harapan hidup maka presentasi golongan tua akan bertambah dengan segala masalah yang menyertainya. Menghadapi kondisi demikian perlu pengkajian masalah-masalah lanjut usia yang lebih mendasar dan sesuai kebutuhan. Secara alami bertambahnya usia akan menyebabkan proses degeneratif seperti perubahan pada sistem gastrointestinal, sistem respiratori, sistem muskuloskeletal dengan penurunan masa otot, sistem integumen dengan perubahan pada kulit, sistem neurologi perubahan pada sistem syaraf otak, penurunan pada sistem sensori dan perubahan pada sistem sirkulasi/kardiovaskuler (Padila 2013).

Proses degeneratif pada lansia di sistem kardiovaskuler yang dimulai dengan atherosklerosis yang berlanjut dengan kekakuan pembuluh darah/arteri disertai dengan penyempitan dan kemungkinan pembesaran plaque yang menghambat gangguan peredaran darah perifer. Kekakuan dan kelambanan aliran darah menyebabkan beban jantung bertambah berat akhirnya dikompensasi dengan peningkatan upaya pemompaan jantung yang berdampak pada peningkatan tekanan darah dalam sistem sirkulasi, apabila tidak segera ditangani maka akan menimbulkan komplikasi seperti gagal jantung, gagal ginjal, stroke serta organ vital lainnya bahkan sampai pada kematian (Bustan M, 2015).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yakni farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi dapat menurunkan mobilitas dan mortilitas, serta menurunkan resiko untuk terjadinya komplikasi pada pasien hipertensi. Secara farmakologis, Obat-obat kimia yang banyak

digunakan untuk mengatasi hipertensi yakni hidroklorotiazid (HCT), Reserpin, Propranolol, Kaptopril, Nifedipin mulai dari 5 mg 2x sehari, bisa dinaikkan 10 mg 2x sehari. Obat-obatan antihipertensi seperti obat golongan diuretik dapat merangsang pengeluaran garam dan air didalam tubuh, sedangkan golongan beta blocker untuk mengendalikan hambatan aliran darah ke jantung. Golongan ca bloker mampu melebarkan arteri koroner mengurangi beban kerja jantung dengan menurunkan tekanan darah, ace inhibitor untuk melebarkan pembuluh darah yang dapat mencegah penyempitan dinding pembuluh darah. Pada pengobatan farmakologis tentunya akan menimbulkan komplikasi yang tidak baik bagi tubuh apabila dikonsumsi dalam jangka panjang, dan sering menimbulkan efek samping seperti : bronkopasme, insomnia, memperburuk gangguan pembuluh darah perifer, hipertrigliserida, dan lainnya (Lazdia et al., 2020).

Selain pengobatan farmakologi, terdapat juga pengobatan nonfarmakologis dimana mengatasi hipertensi tanpa mengonsumsi obat-obatan. Pengobatan nonfarmakologis merupakan pengobatan komplementer alternatif yang salah satunya terapi herbal walau penggunaannya lama, tapi efek sampingnya relatif kecil jika digunakan secara tepat, biayanya yang murah dan mudah didapatkan, sehingga menjadi pilihan masyarakat untuk mengatasi hipertensi. Selain itu, hal ini bisa juga dilakukan dengan cara modifikasi gaya hidup seperti makan gizi seimbang, menurunkan kelebihan berat badan, olahraga secara teratur, memperbaiki gaya hidup yang kurang sehat menghentikan kebiasaan merokok dan tidak mengonsumsi alkohol serta menggunakan herbal alami. Beberapa tanaman atau herbal alami yang bisa digunakan sebagai bahan baku obat hipertensi diantaranya adalah bawang putih, mentimun, tomat, daun alvokad, daun salam, aroma terapi bunga mawar, air kelapa muda, daun sirsak, bunga rosella, kumis kucing, daun dewa, lidah buaya, tempuyung, sambiloto, brotowali, belimbing manis, dan daun seledri (Lazdia et al., 2020).

Peran perawat adalah sebagai salah satu tenaga kesehatan yang menjalankan tugasnya sesuai dengan peran dan fungsinya. Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia menegaskan bahwa ada 12 aspek peran perawat dan enam diantaranya adalah sebuah peran wajib yang harus dijalankan oleh perawat termasuk pemberian asuhan perawatan, penemu kasus, pendidik kesehatan (edukator), koordinator, kolaborator, konselor dan sebagai panutan. Dalam hal ini

peran perawat adalah sebagai konselor, pemberi asuhan keperawatan dan sebagai pendidik yaitu dengan cara memberikan pengetahuan bagi lansia dengan cara menganjurkan lansia untuk menjaga pola makan dan makan makanan yang bersih serta menyehatkan (makanan yang tidak mengandung banyak kolesterol dan tinggi kandungan garam), memberikan pendidikan kesehatan tentang pengertian, penyebab, tanda gejala, makanan yang tidak dianjurkan sampai dengan perawatan, komplikasi hipertensi, serta pengobatan non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi hipertensi salah satunya dengan rebusan daun seledri (Wahyudi, 2020).

Seledri (*Apium graveolens*) merupakan salah satu pengobatan nonfarmakologi yang berfungsi untuk menangani penyakit hipertensi. Seledri mengandung flavanoid (apiin, apigenin), dan vitamin C yang berperan dalam menurunkan tekanan darah. Apigenin yang merupakan flavonoid alami memiliki pengaruh terhadap kontraktilitas otot polos pembuluh darah (Vasodilator). mekanisme kontraksi terjadi apabila terdapat peningkatan Ca pada sel, menyebabkan Ca sitosol meningkat dan memicu kontraksi pembuluh darah sehingga meningkatkan tekanan darah. Jika terjadi pada sel otot jantung maka akan memperkuat kontraksi otot jantung sehingga jantung memompa lebih keras dan terjadi peningkatan tekanan darah. Apigenin dalam daun seledri akan memblokir Ca sehingga tidak dapat menyatu dengan sel otot polos pada pembuluh darah dan jantung sehingga tidak terjadi kontraksi. Pembuluh darah akan melebar sehingga darah mengalir dengan lancar dan tekanan darah menurun (Naqiyya, 2020).

Vitamin C dapat menurunkan tekanan darah sekitar 5 mmHg, melalui perannya memperbaiki kerusakan arteri karena hipertensi. Vitamin C membantu menjaga tekanan darah normal dengan cara mencegah penumpukan kolesterol pada dinding pembuluh darah. Vitamin C akan meningkatkan laju kolesterol dibuang dan meningkatkan kadar HDL sehingga akan memulihkan elastisitas pembuluh darah (Huwae, 2021).

Kalium yang terkandung pada seledri diketahui dapat menurunkan volume cairan ekstra seluler dengan menarik cairan ekstraseluler masuk ke dalam cairan intraseluler, sehingga terjadi perubahan keseimbangan pompa natrium–kalium yang akan menyebabkan penurunan tekanan darah. Salah satu strategi dalam

penanganan hipertensi adalah mengubah keseimbangan Na⁺. Selain itu, seledri mengandung fitosterol yang merupakan komponen fitokimia yang berguna untuk melawan kolesterol. Fitosterol dalam seledri berfungsi mencegah aterosklerosis, komplikasi akibat disfungsi endotel oleh hipertensi. Magnesium dan zat besi pada seledri dapat membersihkan sisa metabolisme dan simpanan lemak yang berlebihan dalam pembuluh darah, sehingga mencegah kekakuan pada pembuluh darah sehingga tidak terjadi retensi vaskuler. Selain itu, di dalam seledri mengandung fitokimia yang dikenal sebagai *3-n-butyl phthalide* (3nB), suatu senyawa yang tidak hanya bertanggung jawab untuk bau yang khas seledri, tetapi juga untuk menurunkan tekanan darah dengan merelaksasi atau melemaskan otot-otot halus pembuluh darah (Naqiyya, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Yosi Suryarinilsih (2021) sejalan dengan penelitian yang dilakukan peneliti. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata (Mean) penurunan tekanan darah sistolik sebesar 20,000 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 9,375 mmHg, sehingga dapat disimpulkan perbedaan rata-rata (Mean) tekanan darah sebelum dan sesudah diberi intervensi rebusan seledri, dimana sebelum diberikan intervensi rebusan seledri memiliki rata-rata (Mean) tekanan darah sistolik sebesar 155,00 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastoliknya 94,38 mmHg.

Penelitian Nurwahidah & Jubair (2019) dengan judul pengaruh penggunaan rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas cenggu dengan didapatkan hasil p-value $0.000 < 0.05$, dimana didapatkan hasil terjadi efektifitas penurunan tekanan darah pada lansia.

Penelitian yang dilakukan oleh Hartin Suidah, dkk, tahun (2018) selama 14 hari dengan memberikan rebusan daun seledri kepada lansia hipertensi diposyandu Ngudi Konco desa Donomulyo kecamatan Donomulyo kabupaten Malang, didapatkan hasil bahwa terapi air rebusan daun seledri memiliki efektifitas terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Solihati, Teddy Kurniawan pada tahun (2019), dengan memberikan rebusan daun seledri sebanyak 200cc setiap hari nya selama 5 hari, didapatkan hasil bahwa air rebusan daun seledri memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah

kepada penderita hipertensi.

Menurut penelitian Asmawati (2016) yang berjudul Efektivitas Rebusan Seledri Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistole dan diastole responden berangsur-angsur dapat berkurang selama 1 minggu dengan meminum rebusan seledri. Dimana rata-rata tekanan sistole sebelum perlakuan yaitu 166,33 mmHg. Sedangkan, rata-rata tekanan sistole setelah diberikan perlakuan selama 1 minggu yaitu 146,28 mmHg. Rata-rata tekanan diastole sebelum perlakuan yaitu 98,17 mmHg. Sedangkan, untuk rata-rata tekanan diastole setelah diberikan perlakuan selama 1 minggu yaitu 84,50 mmHg. Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value 0,000 dan α adalah 0,05 sebagai derajat kepercayaan pada penelitian ini. Maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah minum rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fadriyanti dan Suryarinilsih (2021) menunjukkan bahwa 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 data-data yang didapatkan dari penelitian sebelumnya, peneliti ada yang tidak menjelaskan secara detail berapa banyak daun seledri yang digunakan, banyaknya daun seledri yang diberikan dalam bentuk gr pada penelitian sebelumnya. Peneliti sebelumnya tidak menjelaskan bagaimana prosedur cara merebus daun seledri untuk dikonsumsi penderita hipertensi. Takaran air yang digunakan oleh peneliti sebelumnya bermacam-macam. Pada saat sebelum diberikan rebusan daun seledri, penulis akan mengukur tekanan darah Tn. D terlebih dahulu, kemudian setelah itu dilakukan pengukuran tekanan darah setiap hari selama 5 hari berturut-turut selama pemberian rebusan daun seledri, untuk memastikan apakah terdapat efektivitas rebusan daun seledri terhadap Tn. D dengan hipertensi.

Berdasarkan data yang penulis dapatkan, di Puskesmas Air Dingin Padang pada tahun 2021 didapatkan data jumlah lansia yaitu sebanyak 2050 orang, sedangkan jumlah penderita hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin pada tahun 2021 yaitu sebanyak 194 orang. Penulis melakukan

wawancara dengan 5 orang lansia penderita hipertensi di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tengah, salah satu lansia menyatakan bahwa penerapan rebusan daun seledri untuk mengurangi tekanan darah belum pernah diberikan, dan pasien tidak pernah memeriksakan kesehatannya ke pelayanan kesehatan dan tidak pernah mengonsumsi obat-obat kimia dan obat herbal untuk menurunkan tekanan darah (Puskesmas Air Dingin, 2023).

Berdasarkan fenomena diatas dan data yang di dapat maka, penulis tertarik untuk melakukan aplikasi jurnal dalam asuhan keperawatan yang tertuang dalam Karya Ilmiah Ners, “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Tn. D Dengan Hipertensi Yang Diberikan *Evidence Based Practice* Rebusan Daun Seledri Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tengah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis merumuskan masalah dalam Karya Ilmiah Ners ini adalah “Seberapa Besar Pengaruh Terapi Rebusan Daun Seledri Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Tn. D dengan Hipertensi Di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tengah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang” ?

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mampu memahami dan menerapkan asuhan keperawatan pada Tn. D dengan Hipertensi yang diberikan *evidence based practice* Rebusan Daun Seledri untuk menurunkan tekanan darah di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tengah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang.

2. Tujuan Khusus

Agar Mahasiswa Mampu :

- a. Mampu melakukan pengkajian pada Tn. D dengan Hipertensi di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tengah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang.
- b. Mampu merumuskan masalah dan menegakkan diagnosa keperawatan pada Tn. D dengan Hipertensi di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tengah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang.

- c. Mampu menyusun rencana tindakan keperawatan pada Tn. D dengan Hipertensi di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tangah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang.
- d. Mampu melakukan implementasi keperawatan pada Tn. D dengan Hipertensi di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tangah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang.
- e. Mampu melakukan evaluasi keperawatan pada Tn. D dengan Hipertensi di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tangah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang.
- f. Mampu menganalisa *Evidence Based Practice* Rebusan Daun Seledri untuk menurunkan tekanan darah pada Tn. D dengan Hipertensi di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tangah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang.
- g. Mampu mendokumentasikan analisis asuhan keperawatan pada Tn. D dengan Hipertensi yang diberikan *Evidence Based Practice* Rebusan Daun Seledri untuk menurunkan tekanan darah di Rt. 003 Rw. 004 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tangah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Karya Ilmiah ini diharapkan dapat mengembangkan pengetahuan dalam keilmuan keperawatan gerontik khususnya tentang masalah hipertensi dengan menganalisis *evidence based practice* tentang terapi rebusan daun seledri untuk menurunkan tekanan darah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Untuk memperdalam pengetahuan penulis dan mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh diperkuliahan dalam analisis praktek klinik keperawatan pada hipertensi yang diberikan *evidence based practice* terapi rebusan daun seledri untuk menurunkan tekanan darah.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Karya Ilmiah ners ini dapat menambah ilmu pengetahuan institusi dan menambah bahan materi kuliah bagi dosen mengenai konsep asuhan keperawatan klien dengan hipertensi pada mahasiswa keperawatan dengan mengaplikasikan *evidence based practice* terapi rebusan daun seledri untuk menurunkan tekanan darah.

c. Bagi Puskesmas

Diharapkan dengan adanya hasil karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk dapat meningkatkan pelayanan kesehatan tentang penyakit hipertensi dan merawat dengan mengaplikasikan *evidence based practice* tentang rebusan daun seledri untuk menurunkan tekanan darah.

d. Bagi Klien dan Keluarga

Diharapkan dengan adanya hasil karya ilmiah ini klien dan keluarga dapat mengenal masalah, mengambil keputusan, merawat anggota keluarga yang sakit, memodifikasi lingkungan, dan memanfaatkan pelayanan kesehatan pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi dengan pemberian terapi rebusan daun seledri.

e. Bagi Masyarakat

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan merawat dengan mengaplikasikan *evidence based practice* terapi rebusan daun seledri untuk menurunkan tekanan darah.