

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Hipertensi pada Ibu Menopause Sebelum Diberikan Air Rebusan Seledri

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 10 Responden yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi stage 1 sebelum diberi perlakuan sebanyak 6 responden (60%) dan sebagian kecil responden mengalami prehipertensi sebelum diberi perlakuan sebanyak 2 responden (20%). Ada beberapa faktor penyebab hipertensi yaitu faktor usia, berdasarkan data umum responden yaitu usia responden didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya responden berusia 56-60 tahun sebanyak 4 responden (40%) dan sebagian kecil responden berusia 50-55 tahun sebanyak 1 responden (10%), faktor pekerjaan atau aktivitas, berdasarkan data umum responden yaitu pekerjaan responden didapatkan hasil bahwa setengahnya sebagai ibu rumah tangga sebanyak 5 responden (50%) dan sebagian kecil responden bekerja wiraswasta sebanyak 1 responden (10%), faktor Indeks Masa Tubuh (IMT), berdasarkan data umum responden yaitu Indeks Masa Tubuh (IMT) didapatkan hasil seluruh responden dengan status IMT normal sebanyak 10 responden (100%).

Dari data umum responden yang didapat faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi juga telah dikemukakan oleh beberapa ahli, menurut (Sase, 2013) umur dapat mempengaruhi tekanan darah, dikarenakan umur antara 50-90 tahunan wanita mengalami menopause. Menopause ini dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita. Masalah-masalah kesehatan sering dialami pada usia menopause. Wanita yang sudah menopause sangat rentan terhadap timbulnya penyakit degeneratif (seperti penyakit jantung, hipertensi dan osteoporosis), faktor pekerjaan atau pola aktivitas juga mempengaruhi tekanan

darah karena orang yang banyak aktivitas akan cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantung akan bekerja lebih keras pada tiap kontraksi. Makin keras dan sering otot jantung memompa maka semakin besar tekanan yang dibebankan pada arteri. Stress juga sangat erat memicu terjadinya hipertensi dimana hubungan antara stress dengan hipertensi diduga melalui aktifitas saraf simpatis. Peningkatan saraf dapat menaikkan tekanan darah secara intermiten (tidak menentu). Stress yang berkepanjangan dapat mengakibatkan tekanan darah menetap tinggi (Amir, 2010). Faktor Indeks Masa Tubuh (IMT) juga telah dikemukakan dalam teori yaitu menurut (Barton, 2012) menjelaskan bahwa wanita mengalami menopause karena pembentukan hormon estrogen dan progesteron dari ovarium wanita berkurang. Wanita menopause terdapat perubahan pada produksi estrogen akibat menopause, yaitu reduksi estradiol dan penurunan estrogen, testosterone ratio dapat meningkatkan berat badan dan secara tidak langsung akan terjadi peningkatan IMT. Adapun mekanisme yang mengakibatkan hipertensi karena berat badan berlebih. Faktor pola makan juga berpengaruh terhadap hipertensi, sudah dijelaskan dalam teori menurut (Hariani, 2010) bahwa pola makan yang tidak seimbang antara asupan dengan kebutuhan baik jumlah maupun jenis makanannya, seperti makan-makanan tinggi lemak, kurang mengkonsumsi sayuran, buah dan sebagainya. Dari data umum responden dan teori yang dikemukakan oleh beberapa ahli dapat disimpulkan bahwasannya hipertensi sering terjadi pada wanita usia lanjut usia karena semakin tua umur seseorang maka keelastisan pembuluh darah juga semakin berkurang dan hipertensi dapat terjadi pula karena pola kebiasaan yang kurang baik seperti aktivitas yang terlalu berat tanpa diimbangi dengan istirahat yang teratur, pola kebiasaan makan yang tidak teratur dan indeks masa tubuh atau (IMT) yang tidak normal. Oleh karena itu diberikanlah pengobatan non farmakologi bagi penderita hipertensi sebagai obat yaitu air rebusan seledri. Dari

keseluruhan data umum sebelum diberikan air rebusan seledri 10 responden sebagian besar responden berjumlah 6 orang mengalami hipertensi stage 1.

Menurut peneliti, faktor yang mempengaruhi hipertensi pada ibu menopause yaitu faktor usia dan pola aktivitas, karena dengan usia di atas 50 tahun wanita yang sudah menopause rentan terhadap penyakit khususnya hipertensi serta pola aktivitas juga mempengaruhi terjadinya hipertensi.

5.2 Hipertensi pada Ibu Menopause Sesudah Diberikan Air Rebusan Seledri

Berdasarkan tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa dari 10 Responden yang menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden mengalami tekanan darah normal sebanyak 4 responden (40%) dan prehipertensi sebanyak 4 responden (40%) serta sebagian kecil responden mengalami hipertensi stage 1 dan 2 sebanyak 1 responden (10%).

Pemberian air rebusan seledri kepada ibu menopause dapat menurunkan hipertensi karena mengandung flavonoid yang dapat berperan sebagai antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas, sama halnya dengan bahan alami lainnya, antioksidan ini dapat melenturkan dan melebarkan pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah, kalium dapat menyebabkan jantung menjadi relaksasi dan juga membuat frekuensi denyut jantung menjadi lambat dan juga dapat mengatur keseimbangan cairan tubuh bersama natrium, vitamin c berperan dalam menurunkan tekanan darah dan senyawa fenol (Herliana, 2011).

Jadi air rebusan seledri dipilih karena banyaknya kandungan yang baik untuk mengatasi hipertensi pada ibu menopause yaitu flavonoid, saponin, tanin 1%, minyak asiri 0,033 %, flavor-glukosida (apiin), apigenin, kolin, lipase, asparagines, zat pahit, vitamin (A, B, dan C). Setiap 100 g herba seledri mengandung air sebanyak 93 ml, protein 0,9 g, lemak 0,1 g, karbohidrat 4 g, serat 0,9 g, kalsium 50 mg, besi 1 mg, fosfor 40 mg, yodium 150 mg, kalium 400

mg, magnesium 85 mg, vitamin A 130 IU, vitamin C 15 mg, riboflavin 0,05 mg, tiamin 0,03 mg, dan nikotinamid 0,4 mg.

Menurut peneliti, kandungan-kandungan yang terdapat pada seledri, dapat mengatasi hipertensi khususnya pada ibu menopause. Tetapi tidak hanya dengan pemberian air rebusan seledri saja, namun ada beberapa hal yang mampu membantu mengatasi hipertensi seperti mengurangi pola aktivitas yang berlebih. Pada saat mengkonsumsi air rebusan seledri responden merasa suka, karena menurut mereka bisa mengatasi penyakit yang diderita.

5.3 Pengaruh Pemberian Air Rebusan Seledri Terhadap Hipertensi pada Ibu Menopause

Berdasarkan tabel 4.7 diatas menunjukkan bahwa dari 10 responden sebelum di berikan air rebusan seledri, sebagian besar responden mengalami hipertensi stage 1 sebanyak 6 responden (60%) dan sebagian kecil responden mengalami prehipertensi sebelum diberi perlakuan sebanyak 2 responden (20%). Sedangkan sesudah di berikan air rebusan seledri, hampir setengahnya responden mengalami tekanan darah normal sebanyak 4 responden (40%) dan mengalami prehipertensi sebanyak 4 responden (40%).

Walaupun hipertensi banyak terjadi pada orang lanjut usia terutama pada wanita karena metabolisme perubahan hormon yang terjadi, tetapi hipertensi juga bisa saja turun apabila faktor-faktor yang menyebabkannya juga dihindari, mulai dari melakukan aktivitas yang tidak terlalu berat dan diimbangi dengan istirahat yang cukup, mengatur pola makanan yang teratur sehingga dapat menjadikan indeks masa tubuh yang normal, karena apabila hipertensi tidak segera diobati maka dapat terjadi komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, arteri koronaria, aneurisma, dan gagal ginjal. Oleh karena itu perlu dilakukan pengobatan, adapun pengobatan yang digunakan ada dua cara yaitu

pengobatan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu yang digunakan adalah air rebusan seledri.

Konsumsi air rebusan seledri dapat mengatasi hipertensi pada ibu menopause, karena seledri memiliki kandungan asparagin, manit, zat pati, lender, minyak asiri, pentosan, glutamin, dan tirosinon serta mengandung kalium yang dapat menyebabkan jantung menjadi relaksasi dan juga membuat frekuensi denyut jantung menjadi lambat dan juga dapat mengatur keseimbangan cairan tubuh bersama natrium, vitamin c juga berperan dalam menurunkan tekanan darah dan senyawa fenol dan flavonoid yang dapat berperan sebagai antioksidan, antioksidan ini melenturkan dan melebarkan pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah (Herliana, 2011).

Hasil pengamatan didapatkan setelah peneliti memberikan perlakuan terapi air rebusan seledri selama 7 hari, terapi ini diberikan kepada responden yaitu pada saat kunjungan hari pertama ke posyandu lansia. Pada saat kunjungan hari pertama diobservasi tekanan darah ibu menopause tersebut. Setelah diobservasi, apabila ibu termasuk dalam kriteria inklusi maka pada saat itu ibu langsung diberikan perlakuan. Kemudian diobservasi selama 7 hari. Berdasarkan hasil penelitian perlakuan setelah diberikan air rebusan seledri mengalami kemajuan, responden mengalami penurunan tekanan darah terlihat setelah melakukan observasi bahwasannya keluhan berkurang dan tekanan darah turun.

Hasil penelitian sesuai teori bahwa dapat menurunkan tekanan darah karena kandungan di dalam air rebusan seledri terdapat antioksidan sebagai penangkal radikal bebas sehingga dapat memperlebar pembuluh darah dan memperlancar aliran darah dalam pembuluh darah serta dapat mencegah hipertensi.

Dari penelitian diatas seluruh responden berjumlah 10 (100%), didapatkan sebelum diberikan perlakuan bahwa 2 responden mengalami prehipertensi, 6 responden mengalami hipertensi stage 1 dan 2 responden mengalami hipertensi stage 2, dan sesudah diberikan perlakuan bahwa 4 responden mengalami tekanan darah normal, 4 responden mengalami prehipertensi, 1 responden mengalami hipertensi stage 1, dan 1 responden tetap mengalami hipertensi stage 2. Jadi dapat disimpulkan 9 (90%) responden yang mengalami perubahan tekanan darah dan ada 1 (10%) responden yang tidak mengalami perubahan tekanan darah, hal tersebut bisa dikarenakan bahwa responden mengalami hipertensi stage 2 yaitu tekanan darahnya (sistoliknya 170 mmHg dan diastoliknya 110 mmHg) dan ada faktor yang mempengaruhi yaitu faktor usia ≥ 70 tahun, sehingga hipertensi tidak mengalami perubahan yang signifikan.

5.4 Keterbatasan Penelitian

Dari penelitian yang telah dilakukan peneliti menemukan keterbatasan yaitu peneliti tidak dapat mengkaji faktor yang mempengaruhi hipertensi yaitu faktor psikologis (kondisi stress), genetic dan aktivitas.

