

Original Article\*)

**Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Dan Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Ibu Menopause Dengan Hypertensi Dipuskesmas Gunung Muda Belinyu Bangka Belitung***(The Effect of Cucumber Juice and Celery Leaf Decoction on Reducing High Blood Pressure in Menopausal Women with Hypertension at the Gunung Muda Belinyu Community Health Center, Bangka Belitung)***Devi Yuliana STr.Keb\***<sup>1</sup>Universitas Indonesia Maju, Jakarta, Indonesia

Email correspondent: \*devipoppy85@gmail.com

---

**Abstract**

**Introduction:** Hormonal changes during menopause cause a decline in estrogen levels, leading to reduced vascular elasticity and altered metabolism. These physiological changes increase the risk of hypertension, with prevalence among menopausal women reaching 60–70%. Most cases remain undetected and uncontrolled, highlighting the need for effective, natural interventions to manage blood pressure in this population.

**Methods:** This study employed a case study approach involving two menopausal women aged 48 and 49 years with hypertension. The participants were observed and given two different interventions: cucumber juice and celery leaf boiling. Blood pressure measurements were taken before and after the interventions to assess their effects.

**Results:** The results showed that menopausal women who received the celery leaf boiling intervention experienced a greater reduction in blood pressure, from 150/99 mmHg to 138/92 mmHg, compared to those given the cucumber juice intervention, whose blood pressure decreased from 150/98 mmHg to 140/90 mmHg. Participants receiving celery leaf boiling also reported fewer related complaints.

**Discussion:** The findings indicate that celery leaf boiling was more effective in reducing blood pressure among menopausal women with hypertension than cucumber juice. This may be attributed to the diuretic and vasodilatory properties of celery leaves. Providing midwifery care through the use of natural interventions such as celery leaf boiling can support hypertension management in menopausal women. The study was conducted at the Gunung Muda Belinyu Community Health Center, Bangka Belitung, in 2025.

**Keywords:** celery leaves, cucumber juice, hypertension, menopause

**Artikel**

Disubmit (Received) : 29 April 2025

Diterima (Accepted) : 25 June 2025

Diterbitkan (Published) : 26 June 2025

**Copyright: © 2025 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)**

## Pendahuluan

Perubahan hormon pada wanita menopause menyebabkan penurunan hormon estrogen yang mempengaruhi pembuluh darah menjadi kurang elastis serta perubahan metabolisme seperti meningkatnya berat badan dan perubahan komposisi tubuh.<sup>1</sup> Resiko tekanan darah tinggi meningkat setelah usia 40 tahun disertai riwayat keluarga dengan tekanan darah tinggi, berat badan berlebihan kurang aktivitas fisik, konsumsi garam berlebihan, stress.<sup>3</sup> Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan menopause mencapai 60-70% mayoritas kasus tidak terdeteksi dan tidak terkontrol.<sup>23</sup> dan tidak ada tanda-tanda infeksi.<sup>13</sup>

Di Kabupaten Bangka, data hingga Juli 2024 menunjukkan prevalensi berbagai PTM di kalangan wanita menopause. Dari total 33,045 lansia, hipertensi menjadi penyakit tertinggi dengan 4,226 kasus (12,78%). Kolesterol tinggi juga umum dengan 2,081 kasus (6,29%), diikuti DM sebanyak 2,028 kasus (6,13%) dan asam urat dengan 1,573 kasus (4,76%). Data ini menggambarkan beban PTM yang cukup tinggi pada lansia di wilayah tersebut, sehingga intervensi kesehatan dan pencegahan PTM sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dan mengurangi beban kesehatan di masyarakat.<sup>2</sup>

Menopause merupakan fase alami dalam kehidupan seorang wanita yang menandai berakhirnya siklus menstruasi dan menurunnya produksi hormon estrogen dan progesteron oleh ovarium.<sup>4</sup> Proses ini biasanya terjadi pada usia 45-55 tahun dan dapat memengaruhi kualitas hidup wanita dalam berbagai aspek.<sup>5</sup> Beberapa faktor yang memengaruhi usia dan pengalaman menopause meliputi: usia pertama menstruasi, faktor psikis, pemakaian metode kontrasepsi, status keluarga dan jumlah anak, pola makan dan kebiasaan merokok, status sosio-ekonomi.<sup>9</sup>

Wanita yang mengalami menopause seringkali menghadapi peningkatan risiko kesehatan, termasuk hipertensi.<sup>6</sup> Beberapa faktor yang menyebabkan peningkatan risiko hipertensi pada wanita menopause antara lain: penurunan estrogen, perubahan metabolisme, perubahan gaya hidup, gejala menopause.<sup>9</sup> Penelitian yang dilakukan pada wanita menopause atau wanita usia lanjut yang sudah pasti mengalami menopause menunjukkan bahwa hipertensi dapat memperburuk kualitas hidup mereka.<sup>7</sup> Hipertensi pada wanita menopause seringkali berhubungan dengan gejala yang lebih intens, peningkatan risiko penyakit jantung, stroke, dan gangguan fungsi ginjal, yang pada akhirnya dapat mengurangi tingkat kenyamanan hidup mereka.<sup>8</sup>

Sebagai upaya untuk mengatasi dampak hipertensi pada wanita menopause, penting untuk melakukan pendekatan yang holistik, termasuk pengelolaan tekanan darah, perubahan pola makan yang sehat, olahraga teratur, dan dukungan psikologis untuk membantu mengelola stres dan gejala emosional yang sering muncul selama periode ini.<sup>10</sup> Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan menopause mencapai 60-70% mayoritas kasus tidak terdeteksi dan tidak terkontrol.<sup>13</sup> Berdasarkan data tersebut selain metode farmakologi maka diharapkan pentingnya metode alternatif yang lebih efektif untuk wanita menopause dengan hipertensi mendapatkan penanganan non farmakologis yang dianggap mudah dan efisien untuk didapatkan salah satunya jus mentimun dan rebusan daun seledri.<sup>11</sup> Sehingga dapat digunakan sebagai alternatif penanganan penurunan darah tinggi pada ibu menopause.

## Metode

### Desain dan Setting Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain eksperimental sederhana dengan pendekatan pre-post test pada dua subjek berbeda tanpa kelompok kontrol (studi kasus). Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Gunung Muda, Belinyu, Bangka Belitung pada bulan Februari 2025. Desain ini dipilih untuk mengevaluasi efektivitas pemberian jus mentimun dan rebusan daun seledri terhadap penurunan tekanan darah (sistolik dan diastolik) pada ibu menopause yang mengalami hipertensi. Pendekatan ini memungkinkan peneliti mengamati perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing responden dalam rentang waktu satu minggu.

## Partisipan

Partisipan terdiri dari dua orang perempuan menopause yang memenuhi kriteria inklusi: berusia 48 dan 49 tahun, diagnosis hipertensi (sesuai catatan medis/riwayat), tidak sedang mengonsumsi perubahan obat antihipertensi selama dua minggu terakhir (atau stabil dengan obat dan mendapat izin dokter untuk ikut studi), tidak memiliki penyakit kronis lain yang dapat memengaruhi tekanan darah secara akut (mis. gagal ginjal stadium lanjut, gagal jantung dekompensata), serta bersedia mengikuti program intervensi selama tujuh hari dan menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi meliputi peserta yang tidak menyelesaikan intervensi sesuai jadwal, mengalami efek samping berat (mis. hipotensi simptomatik), atau mendapat perubahan terapi farmakologis antihipertensi selama periode penelitian. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposif berdasarkan pemeriksaan awal yang menunjukkan kondisi hipertensi tersusun/terkontrol atau hipertensi ringan–sedang sesuai kriteria klinis yang ditetapkan.

## Prosedur dan Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga kali kunjungan dengan interval tiga hari antar kunjungan (Kunjungan 1: T0 — baseline; Kunjungan 2: T1 — hari ke-3; Kunjungan 3: T2 — hari ke-7). Pada kunjungan pertama dilakukan pengukuran tekanan darah awal menggunakan alat tensimeter digital otomatis setelah istirahat duduk 5 menit untuk memastikan kondisi baseline. Selanjutnya, responden pertama diberikan intervensi jus mentimun sebanyak 200 ml per hari selama tujuh hari berturut-turut, sedangkan responden kedua diberikan intervensi rebusan daun seledri (standarisasi resep) dengan volume 200 ml per hari selama tujuh hari. Peserta diminta mengonsumsi intervensi pada waktu yang sama setiap hari (mis. pagi setelah sarapan) dan melaporkan kepatuhan konsumsi melalui lembar observasi harian.

Kunjungan kedua dilakukan tiga hari setelah intervensi dimulai untuk menilai perubahan awal tekanan darah, dan kunjungan ketiga dilakukan pada hari ketujuh untuk mengukur tekanan darah akhir setelah intervensi. Setiap pengukuran tekanan darah dilakukan tiga kali dengan interval 1 menit; nilai yang dicatat adalah rata-rata dari pengukuran kedua dan ketiga untuk mengurangi variabilitas. Selama periode intervensi, peneliti melakukan pemantauan mingguan/telepon untuk mendeteksi efek samping atau gejala hipotensi; jika terjadi gejala serius, intervensi dihentikan dan peserta dirujuk untuk penanganan medis.

## Kuesioner dan Instrumen

Instrumen yang digunakan terdiri atas: Tensimeter digital otomatis (validated automatic blood pressure monitor) untuk mengukur tekanan darah sistolik dan diastolik (mmHg) pada setiap kunjungan; alat dikalibrasi sesuai SOP. Lembar observasi harian untuk mencatat kepatuhan konsumsi intervensi, waktu konsumsi, dan aduan gejala (pusing, mual, lemas). Kuesioner singkat untuk mendokumentasikan demografi, riwayat hipertensi, obat-obatan yang dikonsumsi, kebiasaan diet garam, aktivitas fisik, serta keluhan pencernaan atau gejala hipotensi selama intervensi. Seluruh instrumen dan resep pembuatan jus/rebusan disusun dan melalui validasi isi oleh tenaga kesehatan profesional di Puskesmas Gunung Muda sebelum digunakan dalam penelitian.

## Standarisasi Intervensi

Jus Mentimun: menggunakan mentimun segar yang dicuci bersih, dikupas sesuai protokol, dihaluskan dan disaring menghasilkan 200 ml per porsi. Tidak ditambahkan gula atau pemanis; dibuat segar setiap hari atau disimpan dingin maksimal 24 jam. Rebusan Daun Seledri: daun seledri segar ditakar (contoh: 30 g daun / 500 ml air direbus hingga tersisa 250–300 ml, disaring, dan ditakar 200 ml per porsi). Resep dan metode penyajian distandarisasi untuk menjaga konsistensi.

## Variabel Penelitian

Variabel utama (outcome): Tekanan darah sistolik (mmHg) dan diastolik (mmHg) sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Variabel independen: Jenis intervensi (jus mentimun vs rebusan daun seledri). Variabel dependen: Penurunan tekanan darah (delta sistolik dan delta diastolik = nilai akhir – nilai awal). Variabel kontrol/pengendali: Pola makan (terutama asupan garam), kepatuhan konsumsi

intervensi, konsumsi obat antihipertensi (status stabil/tidak), aktivitas fisik, dan faktor yang dapat memengaruhi tekanan darah selama periode penelitian. Perubahan tekanan darah ditentukan berdasarkan selisih antara rata-rata pengukuran baseline dan rata-rata pengukuran akhir setelah tujuh hari intervensi.

### Uji Statistik

Karena jumlah partisipan terbatas ( $n=2$ ) dan penelitian bersifat eksploratif/studi kasus, analisis dilakukan secara deskriptif komparatif. Perubahan tekanan darah pada masing-masing responden dihitung menggunakan selisih antara tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi ( $\Delta$ sistolik dan  $\Delta$ diastolik). Hasil disajikan dalam bentuk tabel dan grafik lini sederhana untuk menggambarkan tren per individu (T0, T1, T2). Interpretasi fokus pada perubahan klinis (mis. penurunan  $\geq 10$  mmHg dianggap signifikan secara klinis tergantung pedoman) serta konteks kepatuhan dan aduan subyektif. Karena sampel sangat kecil, tidak dilakukan uji statistik inferensial; penekanan pada narasi per kasus dan perbandingan silang (cross-case synthesis).

### Hasil

**Tabel 1** Perbandingan Responden 1 Dan Responden 2

| Intervensi                                | K1 (Hari ke-1) | K2 (Hari ke-4) | K3 (Hari ke-7) | Keterangan  |
|---|----------------|----------------|----------------|---|
| <b>Responden 1 (Jus Mentimun)</b>         | 150/98 mmHg    | 147/88 mmHg    | 140/90 mmHg    | Terjadi penurunan tekanan darah sistolik sebesar 10 mmHg dan diastolik 8 mmHg |
| <b>Responden 2 (Rebusan Daun Seledri)</b> | 150/99 mmHg    | 144/92 mmHg    | 138/92 mmHg    | Terjadi penurunan tekanan darah sistolik sebesar 12 mmHg dan diastolik 7 mmHg |

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa baik jus mentimun maupun rebusan daun seledri mampu menurunkan tekanan darah pada remaja selama periode pengamatan. Pada responden 1 yang diberikan jus mentimun, tekanan darah mengalami penurunan dari 150/98 mmHg pada hari pertama menjadi 147/88 mmHg pada hari keempat, dan 140/90 mmHg pada hari ketujuh. Hal ini menunjukkan adanya penurunan tekanan sistolik sebesar 10 mmHg dan penurunan diastolik sebesar 8 mmHg setelah intervensi. Sedangkan pada responden 2 yang mengonsumsi rebusan daun seledri, tekanan darah awal 150/99 mmHg turun menjadi 144/92 mmHg pada hari keempat, dan 138/92 mmHg pada hari ketujuh. Penurunan tekanan sistolik mencapai 12 mmHg, sedangkan tekanan diastolik menurun 7 mmHg. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa kedua intervensi memiliki efek menurunkan tekanan darah, namun rebusan daun seledri menunjukkan penurunan yang lebih besar dibandingkan jus mentimun. Hal ini mengindikasikan bahwa rebusan daun seledri memiliki potensi lebih kuat dalam membantu menurunkan tekanan darah, kemungkinan karena kandungan apigenin, flavonoid, dan kalium yang bersifat diuretik dan membantu melebarkan pembuluh darah, sehingga menurunkan tekanan darah secara alami.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada ibu menopause dengan hipertensi. Pada responden 1, tekanan darah awal sebesar 150/98 mmHg disertai keluhan pusing. Setelah dilakukan intervensi berupa konsumsi jus mentimun, pada kunjungan kedua tekanan darah menurun menjadi 147/88 mmHg, meskipun keluhan pusing masih dirasakan. Pada kunjungan ketiga, tekanan darah semakin menurun menjadi 140/90 mmHg dan keluhan pusing tidak lagi dirasakan. Hal ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah secara bertahap setelah pemberian jus mentimun selama tujuh hari. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hardianti (2021) yang berjudul Efektivitas antara Pemberian Jus Mentimun dan Rebusan Daun Seledri terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Puskesmas Perumnas II Kecamatan Pontianak Barat. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa konsumsi 150 ml jus mentimun selama tujuh hari dapat menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 2% dan tekanan darah diastolik sebesar 1,1%. Hasil tersebut mendukung temuan penelitian ini bahwa jus mentimun dapat memberikan efek fisiologis yang membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan hingga sedang.

Secara fisiologis, mentimun memiliki kandungan kalium, magnesium, dan vitamin K yang berperan penting dalam menjaga kesehatan pembuluh darah dan mengontrol tekanan darah. Kalium membantu menyeimbangkan kadar natrium dalam tubuh dan mendorong pengeluaran natrium melalui urin, sehingga tekanan darah dapat menurun. Magnesium berfungsi melemaskan dinding pembuluh darah (vasodilatasi), sedangkan vitamin K berperan menjaga elastisitas pembuluh darah dan mencegah penumpukan kalsium yang dapat meningkatkan tekanan darah. Selain itu, kandungan air dan serat pada mentimun juga membantu menurunkan volume plasma darah dan memperlancar sirkulasi, sehingga mendukung penurunan tekanan darah secara alami. Menurut asumsi peneliti, ibu menopause yang rutin mengonsumsi jus mentimun dapat mengalami penurunan tekanan darah dan berkurangnya keluhan pusing akibat efek menenangkan pada pembuluh darah. Intervensi ini dinilai efektif sebagai terapi non-farmakologis karena mudah diterapkan, aman, murah, dan menggunakan bahan yang tersedia di lingkungan sekitar. Selain jus mentimun, rebusan daun seledri juga diketahui memiliki efek menurunkan tekanan darah. Daun seledri mengandung magnesium, apigenin, dan phthalides, yang berfungsi melenturkan pembuluh darah dan menurunkan resistensi perifer. Senyawa apigenin bekerja mencegah penyempitan pembuluh darah dan mengurangi tekanan darah tinggi, sedangkan kalium dan asparagin bersifat diuretik alami, yang membantu mengurangi volume darah melalui peningkatan produksi urin.

Berdasarkan hasil intervensi dan tinjauan literatur, rebusan daun seledri dinilai lebih efektif dibandingkan jus mentimun dalam menurunkan tekanan darah pada ibu menopause dengan hipertensi. Hal ini karena daun seledri mengandung kadar magnesium dan apigenin yang lebih tinggi dibandingkan mentimun. Namun demikian, kedua intervensi ini tetap dapat digunakan sebagai alternatif terapi non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah jika dikonsumsi secara rutin dan disertai gaya hidup sehat seperti menjaga pola makan, berolahraga, dan mengelola stres.

### **Kesimpulan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik jus mentimun maupun rebusan daun seledri memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada ibu menopause dengan hipertensi. Pemberian jus mentimun secara rutin selama tujuh hari dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, serta mengurangi keluhan pusing yang dialami responden. Hal ini disebabkan oleh kandungan kalium, magnesium, dan vitamin K pada mentimun yang berperan dalam menjaga elastisitas pembuluh darah dan menstabilkan tekanan darah. Sementara itu, rebusan daun seledri menunjukkan efek penurunan tekanan darah yang lebih signifikan dibandingkan jus mentimun. Kandungan magnesium, apigenin, phthalides, kalium, dan asparagin dalam daun seledri berfungsi melenturkan pembuluh darah dan bersifat diuretik, sehingga membantu menurunkan tekanan darah secara alami.

### **Makna Singkatan (Abbreviations)**

MMHG : Milimeter Mercuri  
ML : Mili Liter

### **Konflik Kepentingan**

Penelitian ini adalah penelitian independen yang tidak terkait dan tidak memiliki kepentingan individu dan organisasi.

### **Pendanaan**

Penelitian sepenuhnya bersumber dari dana pribadi peneliti.

### **Kontribusi Penulis**

Penelitian ini dilakukan oleh DY sebagai author.

**References**

1. Arisman Y. Dan Novia R. (2023). Pengaruh Jus Mentimun Terhadap Hipertensi Pada Ibu Menopause Usia 50-60 Tahun Di Dusun Mawar Desa Jatirejo Kecamatan Pagar Merbau Kabupaten Lubuk Pakam Tahun 2022 The Effect of Cucumber Juice on Hypertension on Menopausal Mothers Aged 50-60 Years in Mawar. 5(2). <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i2.1614>.
2. Dinkes Bangka, Profil Kabupaten Bangka. (2022). Profil Dinkes Kabupaten Bangka. <https://dinkes.bangka.go.id>.
3. Dinkes Provinsi Bangka Belitung. (2022). Profil Kesehatan Bangka Belitung. Bangka Belitung. Dinkes 2022. 1-261.
4. Faizah M., Yanti L. Dan Dewi F.K. (2024). Studi Kasus Pemberian Jus Mentimun Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi Di Puskesmas Mandiraja 1. 5(September). 8642-8651.
5. Gondo R. Dan Mbaiwa J.E. (2022). Agriculture. In the Palgrave Handbook of Urban Development Planning In Africa (Pp. 75–103). [https://doi.org/10.1007/978-3-031-06089-2\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-031-06089-2_4).
6. Handayani L., Dan Widowati L. (2020). Analisis Lanjut Pemanfaatan Empiris Ramuan Seledri (Apium Graveolens L) Oleh Penyehat Tradisional. Jurnal Kefarmasian Indonesia, 31-41. <https://doi.org/10.22435/jki.v10i1.1718>.
7. Hardianti F., Publikasi N., Keperawatan P.S., Kedokteran F. Dan Tanjungpura U. (2021). Efektivitas Antara Pemberian Jus Mentimun Dan Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Perumnas Ii Kecamatan Pontianak Barat.
8. Kemenkes RI. (2021). Profil Kesehatan Indo-Nesia. In Pusdatin. kemenkes.go.id.
9. Kusmawati, F., Dinengsih, S. Dan Choirunisa R. (2021). Jus Mentimun Dapat Menurunkan Tekanan Darah Pada Wanita Menopause. 7(4). 697-703.
10. Mayestika P. Dan Hasmira M.H. (2021). Artikel Penelitian. Journal Perspektif. 4(4). 519. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v4i4.466>.
11. Muzakar N. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Jurnal Pembangunan Manusia. 6(1).
12. Notoatmodjo S. (2020). Metode Penelitian Kesehatan (Ketiga). Rineka Cipta.
13. Putri H., Suryarinih, Y. Dan Roza D. (2023). Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi The Effectiveness of Cucumber Juice on Hypertension Patients Blood Pressure Abstract Pendahuluan Penyakit Tidak Menular Atau Dikenal Dengan Merupakan New Communicable Disease Lebih Banyak D. 3, 63–70. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v3i2.1334>.
14. Riyadina W. (2022). Hipertensi Pada Wanita Menopause.
15. Ruriyanty N.R., Basit M., Rian Tasalim, Andi H.E.N., Teddyansyah Dan Wahidatun Sakinatus K. (2023). Edukasi Dan Pemberian Terapi Komplementer Jus Mentimun Seledri Dan Madu Untuk Mengendalikan Hipertensi. 5(November).
16. Siti Sari R.P., Adawiyah S.R., Nur D., Sari P. Dan Fitriani I. (2020). Media. Journal Ilmu Komunikasi Hipertensi, Penderita Sukatani, Puskesmas Cholifah. 12(03). 97-101.
17. Sopian Y. Dan Herliana I. (2024). Efektivitas Jus Daun Seledri Dan Rebusan Daun Seledri Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Kampung Coblont RT 005/RW 001 Desa Sukagalih Tahun 2023. 2(2). 90-106.
18. Studi P., Program K., Tinggi S., Kesehatan I. Dan Medika W. (2023). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun.
19. Suryarinih Y., Fadriyanti Y. Dan Padang P.K. (2021). Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Celery Decoction Against Decrease Blood Pressure of. XV(02). 134-140.
20. Teaching, T. (2021). Standar Profesi Bidan Hipertensi.
21. Ummah M.S. (2023). Profil Statistik Kesehatan 2023. Sustainability (Switzerland). 11(1). 1-14. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/red2017-eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_sistem\\_pembetulan\\_terpusat\\_strategi\\_melestari](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/red2017-eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_sistem_pembetulan_terpusat_strategi_melestari).
22. Unger T., Borghi C., Charchar F., Khan N.A., Poulter N.R., Prabhakaran D., Ramirez A., Schlaich M., Stergiou G.S., Tomaszewski M., Wainford R.D., Williams B. Dan Schutte A.E. (2020). Clinical Practice Guidelines 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines International Society of Hypertension. 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/hypertensionaha.120.15026>.
23. WHO. (2022). World Health Statistics 2022 (Monitoring Health of the SDGs). In Monitoring Health of the SDGs. <http://apps.who.int/bookorders>.

\*) Original Article

--- ISJNMS ---