

Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam Dengan Pasien Hipertensi Pada Lansia Dipanti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025

The Effect Of Giving Salam Leaf Decoction To Elderly Hypertension Patients
At The Noor Fatimah Boarding Care Home In Palembang City In 2025

Yetri Saspira¹, Andre Utama Saputra², Alvian Harisandy³

Universitas Kader Bangsa, Indonesia

Email: etripira@gmail.com

Submisi: 14 Februari 2026; penerimaan: 30 Mei 2026; publikasi: 30 Juni 2026

Abstrak

World Health Organization (WHO) pada tahun 2023 menunjukkan jumlah penderita hipertensi secara global mencapai 33%, artinya 1 dari 3 orang mengalami hipertensi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun salam terhadap pasien hipertensi pada lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025. Desain penelitian ini menggunakan analitik tipe pra eksperimen dengan menggunakan pendekatan desain one group pretest-posttest. Sampel pada penelitian ini merupakan seluruh penderita hipertensi pada pasien lanjut usia yang berjumlah 15 orang di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025. Berdasarkan hasil uji wilcoxon didapatkan nilai p-value pada tekanan darah sistol sebesar 0,000 dan p-value untuk tekanan darah diastol sebesar 0,000. Apabila nilai α ($<0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, hal ini menunjukkan bahwa rata-rata sebelum pemberian rebusan daun salam adalah 152,66/90,66 mmhg. Setelah mengonsumsi rebusan daun salam, tekanan darah menjadi 136,66/78,00 mmhg. Dapat disimpulkan dari hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Daun Salam, Hipertensi, Tekanan Darah.

Abstract

The World Health Organization (WHO) in 2023 showed that the number of people with hypertension globally reached 33%, meaning that 1 in 3 people suffer from hypertension. The purpose of this study was to determine the effect of bay leaf decoction on elderly patients with hypertension at the Noor Fatimah Nursing Home in Palembang City in 2025. This study used a pre-experimental analytical design with a single-group pre-test and post-test approach. The sample consisted of all 15 elderly patients with hypertension at the Noor Fatimah Nursing Home in Palembang in 2025. Based on the Wilcoxon test results, the p-value for systolic blood pressure was 0.000 and the p-value for diastolic blood pressure was 0.000. If the value of α (<0.05), then H_0 is rejected and H_a is accepted, indicating that the average before giving bay leaf decoction was 152.66/90.66 mmhg. After consuming bay leaf decoction, blood pressure became 136.66/78.00 mmhg. From the statistical test results, it can be concluded that there is an effect of administering bay leaf decoction in lowering blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: Bay Leaf, Blood Pressure, Hypertension.

Pendahuluan

Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2023, terhitung sekitar 1 dari 3 populasi global, yakni kurang lebih 33%, menderita hipertensi. Di kawasan Asia Tenggara, prevalensi hipertensi menduduki peringkat ketiga tertinggi dengan prevelensi sebesar 25% dari jumlah penduduk. Fenomena tersebut diprediksi akan terus meningkat, dan pada tahun 2025 diperkirakan sebanyak 1,5 miliar jiwa akan berada dalam risiko mengalami hipertensi (Nuryanto dkk., 2024). Berdasarkan survei Kesehatan Indonesia 2023 hipertensi merupakan penyebab kematian keempat di Indonesia, dengan persentase mencapai 10,2% (Kemenkes, 2024). Serta keterangan dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan (2023) jumlah orang yang menderita darah tinggi di tahun 2022 tercatat sebagai berikut: yaitu sebanyak 1.979.134 orang, dimana penderita penyakit hipertensi di Sumatra Selatan menduduki posisi pertama dari jenis penyakit yang sering di derita. Dari beberapa Kota/Kabupaten yang ada di Sumatera Selatan Kota Palembang sendiri menempati posisi tertinggi penderita hipertensi yaitu mencapai 411.518 orang pada tahun 2022 (Aini dkk, 2025). Data dari Panti Boarding Care Noor Fatimah Pada tahun 2017-2024, Kota Palembang memiliki total 73 orang. Di dalamnya ada 48 perempuan sedangkan laki-laki sebanyak 25 orang dan jumlah pasien hipertensi sebanyak 25 orang dengan persentase sebesar 25% dan pada tahun 2025 jumlah lansia sebanyak 30 orang, terdiri laki-laki 9 dan perempuan 21 orang dan jumlah penderita hipetensi pada tahun 2025 sebanyak 15 orang (Data Panti Boarding Care Noor Fatimah 2025). Lanjut usia adalah tahap kehidupan yang dialami oleh setiap orang. Seseorang dianggap lansia jika usianya 60 tahun atau lebih. (Anggraini

& Yuniartika, 2023). Jadi orang yang berumur di atas 60 tahun digolongkan sebagai lanjut usia. Pada tahap ini lansia umumnya akan mengalami kelemahan fungsi fisiologis organ pada tubuh. Perubahan fisik lansia pada sistem jantung dapat mempengaruhi tekanan darah dan akan terjadi hipertensi (Nainar dkk, 2020). Berdasarkan klasifikasi yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO), kelompok lanjut usia dibedakan ke dalam empat golongan, yakni: (1) lanjut usia pertengahan (middle age), berumur antara 45–59 tahun; (2) lanjut usia (elderly), berumur 60–70 tahun; (3) lanjut usia tua (old), berumur 70–90 tahun; dan (4) lanjut usia sangat tua (very old), yakni mereka yang berusia di atas 90 tahun. Adapun di Indonesia, individu dengan rentang usia 55–70 tahun pada umumnya sudah digolongkan sebagai lanjut usia (Agnesia dkk, 2024). Penderita hipertensi juga sering diderita pada usia lansia lanjut. Karena proses penuaan yang terjadi di dalam tubuh, pembuluh darah menjadi lebih kaku, dinding pembuluh darah besar (Aorta) mengalami penurunan elastisitas, katup jantung mengalami penebalan, sehingga kemampuan jantung dalam memompa darah menjadi berkurang. Akibatnya kekuatan kontraksi serta volume darah yang dipompa ikut berkurang. Pembuluh darah juga kehilangan kelenturannya, sehingga distribusi oksigen ke jaringan perifer menjadi kurang optimal, terlebih karena pembuluh darah kecil di tubuh menjadi lebih sulit dilalui darah (Rahmawati dkk, 2024).

Saat ini darah tinggi Salah satu alasan besar kenapa banyak orang di dunia meninggal. Seseorang dikatakan menderita darah tinggi jika tekanan saat jantung memompa darah lebih dari 140 mmHg (tekanan darah sistol) dan tekanan darah diastolik (saat jantung beristirahat dan menerima darah) lebih

dari 90 mmHg. Hipertensi sendiri disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya, yaitu jenis kelamin cara hidup yang tidak sehat misalnya suka ngerokok atau jarang melakukan aktivitas fisik seperti olahraga, riwayat keturunan keluarga (genetik) dan makanan yang terlalu asin, tidak bagus buat tubuh (Ismar dkk, 2020). Hipertensi kerap dijuluki “Pembunuh yang tersembunyi” karena Biasanya tidak memperlihatkan gejala selama 10 hingga 20 tahun (Gini dkk, 2024). Apabila muncul gejala hipertensi Biasanya kepala sakit, orang jadi gelisah, jantung berdebar cepat dan penglihatan menjadi buram, Dada terasa sakit dan mudah lelah Adapun penyebab tekanan darah bisa karena faktor usia yang semakin bertambah, jenis kelamin, genetik, jarang melakukan aktifitas fisik, kebiasaan merokok, sering konsumsi makanan tinggi garam dan berlemak dan istirahat (Sari, 2024). Untuk mengatasi hipertensi terdapat dua langkah utama yang dapat dilakukan. Pertama mengonsumsi obat anti hipertensi sesuai resep dokter obat tersebut berfungsi membantu menurunkan tekanan darah. Kedua selain mengonsumsi obat, penting untuk menjaga kesehatan tubuh melalui pola hidup sehat. Hal ini meliputi mengatur pola makan dengan membatasi asupan garam, mengonsumsi buah dan sayur secara teratur, serta melakukan aktivitas fisik seperti berjalan kaki, berolahraga atau yoga untuk membantu relaksasi. Penggunaan bahan herbal seperti rebusan daun salam juga dapat menjadi pilihan dengan demikian tekanan darah dapat terkontrol dan tubuh tetap sehat. Pemberian terapi komplementer ini karena biasanya tidak semua penderita hipertensi rutin dalam meminum obat, karena lama akan sering bosan apabila meminum obat hipertensi terus menerus lansia juga harus memerlukan dukungan

keluarga untuk terus meminum obat rutin. Terdapat berbagai bahan yang sering dimanfaatkan dalam menurunkan tekanan darah salah satunya dapat dikendalikan dengan rebusan daun salam. Hasil penelitian membuktikan bahwa minuman rebusan daun salam memiliki efektivitas dalam darah yang tinggi jadi turun penderita darah tinggi (Musmuliadin & Pusvita, 2024).

BPOM sudah memilih sembilan tanaman obat yang sudah dicoba oleh para ahli, tanaman herbal tersebut meliputi: sambalato, jambu biji, jati belanda, cabe jawa, temu lawak, jahe merah, kunyit, mengkudu, serta daun salam. Daun salam merupakan tanaman obat Indonesia yang banyak dimanfaatkan untuk pengobatan diabetes melitus, hipertensi, dan asam urat menggunakan daun salam sebagai obat dari tumbuhan. Orang-orang semakin sering menggunakan daun salam untuk obat tradisional karena mudah diperoleh, mudah dibudidayakan, memiliki daya simpan yang cukup lama, serta harganya relatif terjangkau (Cholifah *et al*, 2022). Daun salam (*Syzygium polyanthum*) tidak hanya digunakan untuk memasak tetapi juga baik untuk kesehatan salah satu caranya adalah menggunakan obat herbal untuk membantu mengatasi hipertensi. Daun salam mengandung minyak wangi seperti sitral dan eugenol, daun ini dapat melawan kuman serta mengandung tanin dan flavonoid yang membantu meredakan peradangan. Semua ini bisa membantu menurunkan tekanan darah tinggi, mekanisme kerjanya dengan merangsang produksi cairan empedu, sehingga kolesterol atau lemak dapat dikeluarkan bersama empedu dialirkan menuju usus. Selain itu zat aktif dalam daun salam juga mampu meningkatkan kelancaran aliran darah, sehingga dapat mengurangi risiko penumpukan lemak yang menumpuk di dalam pembuluh darah (Erman dkk, 2022).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam dengan pasien hipertensi pada lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025.

Metode Penelitian

Desain penelitian dipilih merupakan penelitian kuantitatif (analitik) pendekatan desain one group pretest-

posttest menggunakan desain satu kelompok. Praeksperimen merupakan desain penelitian untuk mengetahui hubungan sebab akibat dengan cara memanipulasi variabel bebas. Sampel pada penelitian ini merupakan seluruh penderita hipertensi pada pasien lanjut usia yang berjumlah 15 orang, penelitian dilakukan di bulan mei sampai juli di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 202

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Pada Penderita Hipertensi di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025

Umur

N		Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Umur	15	60	87	66.27	9.004

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan usia rata-rata pasien dengan hipertensi adalah 66,27 tahun, pasien termuda berusia 60 tahun, sedangkan pasien tertua berusia 87 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan Dan Lama Menderita Pada Penderita Hipertensi di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
1.	Jenis Kelamin		
	Perempuan	11	73.3 %
	Laki-Laki	4	26.7 %
2.	Pendidikan		
	SD	4	26.7 %
	SMA	6	40.0 %
	Perguruan Tinggi	4	26.7 %
3.	Lama Menderita		
	< 3 Tahun	11	73.3 %
	> 3 Tahun	4	26.7 %
	Total	15	100.0 %

Berdasarkan Tabel 2 menunjukan Seluruh responden sebanyak 15 responden. Sebagian orang yang menderita darah tinggi adalah wanita jumlahnya 11 orang (73,3%) sementara laki-laki berjumlah 4 orang (26,7%). Berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar telah menyelesaikan SMA 6 orang (40,0%), diikuti oleh lulusan SMP 4 orang (26,7%), lulusan perguruan tinggi juga 4 orang (26,7%), dan tingkat pendidikan terendah adalah SD ada 1 orang (6,7%). Serta pada tingkat lama penderita hipertensi < 3 Tahun Total 11 orang (73,3%) dan pasien dengan hipertensi >3 tahun 4 orang (26,7%).

Tabel 3. Distribusi Tekanan Darah Sistol dan Diastol Sebelum Pemberian Rebusan Daun Salam Dengan Penderita Hipertensi Pada Lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025

Tekanan Darah	n	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Test Sistol	15	140.00	180.00	152.66	11.629
Pre Test Diastol	15	80.00	110.00	90.66	8.837

Berdasarkan hasil penelitian pada 15 peserta, tekanan darah sistolik rata-rata sebelum mengonsumsi rebusan daun salam adalah 152,66 mmhg, dengan Standar deviation 11,629, tekanan darah paling rendah 140 mmhg dan paling tinggi 180 mmhg. Tekanan darah diastolik rata-rata sebelum mengonsumsi rebusan daun salam adalah 90,66 mmhg, dengan standar deviation 8,837 tekanan darah paling rendah 80, tekanan darah paling tinggi 110 mmhg.

Tabel 4. Distribusi Tekanan Darah Sistolik dan Diastol Sesudah Pemberian Rebusan Daun Salam Dengan Penderita Hipertensi Pada Lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025

Tekanan Darah	n	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Post Test Sistol	15	120	160.00	136.66	9.759
Post Test Diastol	15	70.00	90.00	78.00	7.745

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat pada tabel 4 menunjukan bahwa Dari 15 peserta penelitian tekanan darah sistolik rata-rata orang setelah minum air rebusan daun salam adalah 136,66 mmhg, dengan standar deviasi 9,759, tekanan darah terendah 120 mmhg dan tertinggi 160 mmhg. Tekanan darah diastol rata-rata 78,00 mmhg dengan standar deviasi 7,745 tekanan darah paling rendah 70 mmhg, paling tinggi 90 mmhg habis minum daun salam.

Tabel 5. Distribusi Perbedaan Rata-Rata Tekanan Darah Sistol Sebelum Dan Sesudah Pemberian Rebusan Daun Salam Dengan Penderita Hipertensi Pada Lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025

Tekanan Darah	Mean	N	Mean rank	Sum of rank	Z	Sig. (2-tailed)
Pre Test Sistol	152.66	15 ^a	8.00	120.00	-3.520 ^b	0.000
Post Test Sistol	136.66					

Berdasarkan Tabel 5 menunjukan rata-rata 152,66 mmhg sebelum mengonsumsi rebusan daun salam. Dengan hasil mean rank 8,00 nilai sum of rank 120,00. Nilai tekanan darah diastolik setelah mengonsumsi rebusan daun salam 136,66 dengan nilai Z -3,520.

Hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai p-value 0,000 (<0,05) artinya hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis nol (Ho) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima yang artinya ada penurunan yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam. Dapat disimpulkan bahwa tekanan darah sistolik menunjukkan ada penurunan setelah mengonsumsi air rebusan daun salam bisa membantu menurunkan darah pada lansia.

Tabel 6. Distribusi Perbedaan rata-rata Tekanan Darah Diastol Sebelum dan Sesudah Pemberian Rebusan Daun Salam Dengan Penderita Hipertensi Pada Lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025

Tekanan Darah	Mean	N	Mean rank	Sum of rank	Z	Sig. (2-tailed)
Pre Test Diastol	90.66	15 ^a	8.00	120.00	-3.578 ^b	0.000
Post Test Diastol	78.00					

Berdasarkan Tabel 6 menunjukan bahwa sebelum mengonsumsi rebusan daun salam rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 90,66 mmhg, dengan hasil mean rank 8,00 dan nilai sum of rank 120,00. Setelah mengonsumsi rebusan daun salam, tekanan darah diastolik rata-rata menurun menjadi 78,00 mmhg, dengan nilai Z sebesar -3,578. Hasil uji wilcoxon sign rank test menunjukkan nilai p-value = 0.000(<0.05) maka hasil ini menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada penurunan yang signifikan antara tekanan darah diastol sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

Pembahasan

Tekanan Darah Sebelum Diberikan Rebusan Daun Salam Dengan Penderita Hipertensi Pada Lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa jumlah peserta sebanyak 15 orang, tekanan darah sistolik lansia sebelum mengonsumsi air rebusan dari daun salam 152,66 mmhg dan diastolik 90,66 mmhg. Ini menunjukkan tekanan darah masih tinggi sehingga sangat penting mengonsumsi rebusan daun salam untuk menurunkannya. Penelitian Musmuliadi (2024) juga menunjukkan tekanan darah turun sesudah minum rebusan daun salam, sebelum minum tekanan darah sistolik 154,56 mmhg dan diastolik 89,96 mmhg. Setelah minum tekanan darah sistolik turun 139,07 mmhg dan diastolik menjadi 83,85 mmhg. Ini menunjukkan tekanan darah lansia ada penurunan yang signifikan setelah minum air rebusan daun salam. Berdasarkan hasil penelitian (Jumain, 2025) menunjukan sebagian besar responden sebanyak 53,8% memiliki tekanan darah tinggi dengan hipertensi tingkat 1 sedangkan responden dengan hipertensi tingkat 2 berjumlah 46,2%. Hipertensi merupakan kondisi ini saat tekanan darah berada diarteri meningkat tajam yang disebabkan oleh keturunan, jenis kelamin, usia, serta kebiasaan hidup. Hipertensi terjadi ketika tekanan darah di tubuh meningkat terus-menerus dan tidak normal, serta tetap

tinggi meski diukur berkali-kali. Tekanan darah dapat dipengaruhi oleh pembuluh darah meningkat jika tekanan darah tidak dikendalikan, hal ini bisa menimbulkan berbagai masalah, jika memengaruhi jantung, dapat menyebabkan serangan jantung, jantung koroner, gagal jantung kongestif, jika memengaruhi otak dapat menyebabkan stroke atau gangguan otak, jika memengaruhi ginjal, ginjal bisa rusak secara bertahap, jika memengaruhi mata, dapat menimbulkan gangguan pada mata, faktor penyebab hipertensi meliputi keturunan, jenis kelamin, usia, kebiasaan makan, berat badan, dan gaya hidup (Erjon, 2025). Hipertensi bisa diobati dengan obat maupun cara tanpa obat digunakan penanganan farmakologi meliputi penggunaan obat-obatan seperti obat anti hipertensi, sedangkan penanganan non farmakologi mencakup terapi komplementer. Terapi komplementer merupakan metode penyembuhan alami yang salah satu cara adalah dengan memanfaatkan rebusan air daun salam (Erman, 2022). Berdasarkan asumsi peneliti bahwa tekanan darah tinggi merupakan tekanan diatas normal. Hal ini dapat terjadi karena beberapa penyebabnya bisa karena keturunan, jenis kelamin, usia, dan gaya hidup. Jika tekanan darah tidak dikontrol hal ini dapat menimbulkan penyakit jantung atau stroke, dan kerusakan ginjal, untuk mencegah peningkatan tekanan darah diberikan terapi non farmakologis berupa konsumsi rebusan daun salam.

Tekanan Darah Sesudah Diberikan Rebusan Daun Salam Dengan Penderita Hipertensi Pada Lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025.

Hasil penelitian menunjukkan meminum air rebusan daun salam dua kalisehari selama satu minggu berpotensi menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia di Panti Boarding Care Noor Fatima Kota Palembang. Rata-rata tekanan darah sistolik tercatat 136,66 mmhg dan diastolik 78,00 mmhg. Setelah minum rebusan daun salam tekanan darah sistolik dan diastol menurun sehingga nilainya menjadi lebih rendah, dibandingkan dengan nilai sebelum pemberian terapi ramuan daun salam. Menurut penelitian Rinjani (2024) menunjukan bahwa dari 32 responden. Tekanan darah rata-rata orang-orang setelah minum air rebusan daun salam adalah 155/84 mmhg, artinya tekanan darah menurun setelah minum rebusan daun salam. Tekanan darah sistolik dan diastolik keduanya menunjukkan ada penurunan tekanan darah akibat pemberian daun salam yang disebabkan oleh kandungan didalam daun salam yaitu antioksi dan flavonoid. Ketika kadar oksida seluler meningkat, risiko hipertensi juga bertambah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Susaldi dkk (2023) rata-rata tekanan darah sebelum minum rebusan daun salam 151/91 mmhg. Setelah minum rebusan tekanan darahnya turunnya jadi 138/86 mmhg. Ini menunjukkan bahwa minum konsumsi rebusan daun salam dapat menurunkan tekanan darah, rebusan ini memiliki berbagai manfaat salah satunya adalah menurunkan tekanan darah tinggi. Menurut penelitian Rhamadan (2022), sebelum mengonsumsi rebusan daun salam tekanan darah sistolik orang dewasa awalnya 160 mmhg dan diastolik 100 mmhg. Setelah minum rebusan daun salam, Sistolik turun

menjadi 110 mmhg dan diastolik menjadi 80 mmhg. Kondisi ini menyatakan bahwa daun salam berperan untuk tekanan darah menurun karena flavonoid dapat melebarkan pembuluh darah dan tidak memberi tekanan pada dinding arteri, sehingga darah akhirnya turun. Daun salam (*Syzygium polyanthum*) tanaman ini sangat baik dan bermanfaat untuk kesehatan seperti obat herbal daun salam sangat bermanfaat untuk membantu mengatasi berbagai penyakit termasuk hipertensi. Daun salam mengandung minyak atsiri (sitrat, eugenol) serta tanin dan flavonoid, yang membantu mengurangi tekanan darah pada lansia. (Murwani *et al*, 2023) Senyawa tannin berfungsi untuk mengendurkan otot-otot pembuluh darah sehingga membantu mengendalikan tekanan darah pada orang yang memiliki tekanan darah tinggi (Nurtanti & Sulistiyoningsih, 2022). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Setyaningrum dkk (2024) penelitian tersebut menunjukkan bahwa mengonsumsi daun salam dapat membantu menjaga tekanan darah tetap stabil, karena mengandung flavonoid dan minyak atsiri, jika air rebusan daun salam dikonsumsi secara rutin, tubuh akan mengeluarkan kelebihan cairan dan garam, sehingga tekanan darah dapat menurun. Cara membuatnya cukup mudah yaitu merebus daun salam sebanyak 10 lembar dalam 300 ml air sampai mendidih hingga tersisa setengahnya setelah itu diminum dua kali sehari oleh penderita hipertensi. Berdasarkan asumsi peneliti sesudah diberikan daun salam bisa secara bertahap mengendalikan tekanan darah tinggi seseorang. Karena daun salam mengandung banyak zat bermanfaat yang memiliki sifat menurunkan tekanan darah diantaranya adalah minyak atsiri dan tanin yang dapat mengendorkan otot-otot pembuluh darah sehingga dapat menurunkan

tekanan darah, Karena mengandung flavonoid juga dapat merangsang sekresi cairan empedu yang membantu pengeluaran lemak dan memperlancar aliran darah dalam pembuluh darah menjadi lebih lancar, sehingga lemak yang menumpuk di dalamnya berkurang dan aliran darah menjadi lebih baik. Setiap hari pasien mengonsumsi rebusan daun salam dua kali selama tujuh hari berturut-turut.

Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam Dengan Penderita Hipertensi Pada Lansia di Panti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025.

Penelitian menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik dan diastolik berubah sesudah orang minum daun salam. Berdasarkan data dari 15 peserta tekanan darah rata-rata setelah mengonsumsi rebusan adalah 136,66/78,00 mmhg. Penurunan tekanan darah ini menunjukkan bahwa rebusan daun salam memang berpengaruh. Berdasarkan uji wilcoxon nilai p untuk tekanan darah sistolik dan diastolik adalah 0,000. Karena nilai signifikansi (α) di bawah 0,05, H_0 ditolak dan H_a diterima yang mengindikasikan adanya perubahan pada tekanan darah, menurun secara signifikan setelah mengonsumsi air rebusan daun salam. Temuan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian Aji (2021) yang melaporkan tekanan darah sistolik rata-rata sebelum pemberian air rebusan daun salam sebesar 176,75 mmhg dan diastolik 98,25 mmhg. Setelah pemberian terapi rebusan daun salam tekanan darah sistolik menurun menjadi 155,50 mmhg dan diastolik menjadi 86,125 mmhg.

Hasil uji wilcoxon menunjukkan p 0,000 ($<0,05$), menandakan bahwa terapi rebusan daun salam memiliki pengaruh signifikan terhadap nilai

tekanan darah pada lansia di Tempurejo Jumapolo Karanganyar. Berdasarkan penelitian Nuraini (2022) air rebusan daun salam terbukti efektif menurunkan tekanan darah tinggi dengan nilai p sebesar 0,001. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05, H_0 ditolak dan H_a diterima. Daun salam (*Syzygium polyanthum*) dapat menjadi pilihan pengobatan alternatif yang efektif untuk menurunkan tekanan darah membantu mengatasi masalah kesehatan serta mudah didapatkan. Daun salam mengandung minyak atsiri (citral, eugenol), tanin, dan flavonoid berperan dalam membantu menstabilkan tekanan darah selain itu daun salam kaya akan mineral yang membantu sirkulasi darah mencegah tekanan darah tinggi, berfungsi sebagai antioksidan dan dapat mencegah pembentukan radikal bebas dalam sel-sel tubuh. Jika banyak oksida menumpuk di sel risiko terkena penyakit degeneratif akan meningkat, oleh karena itu flavonoid dalam daun salam baik untuk mencegah hipertensi rutin minum air daun salam dua kali dalam sehari baik pagi maupun malam selama satu minggu dapat membantu meningkatkan aliran darah (Gobel dkk, 2022). Peneliti ini sejalan dengan penelitian Mukaroma (2023) Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi rebusan daun salam terbukti mampu menurunkan tekanan darah pada wanita dewasa. Nilai p untuk tekanan darah sistolik adalah 0,000 ($<0,05$), sedangkan untuk tekanan darah diastolik 0,001 ($<0,05$). Daun salam dapat membantu mengurangi ketergantungan pada obat-obatan farmakologi yang harganya relatif tinggi.

Hal ini sangat bermanfaat khususnya bagi wanita lansia yang telah mengalami proses penuaan dimana fungsi tubuh mengalami penurunan. Minum rebusan daun salam menjadi alternatif supaya efek samping

obat tidak terlalu terasa di tubuh. Keberhasilan ini juga karena peserta penelitian mau bekerja sama dan mengonsumsi air daun salam dikonsumsi setiap pagi dan sore dengan konsisten. Mengonsumsi daun salam dapat menurunkan tekanan darah tinggi karena flavonoidnya membantu melancarkan saluran kemih. Diuretik berperan dalam memindahkan cairan dari edema dan mengatur keseimbangan cairan ekstraseluler, makanya tekanan darah jadi normal lagi natrium yang terkandung dalam cairan intraseluler darah dipindahkan ke ruang ekstraseluler dan masuk ke tubulus ginjal sebagai flavonoid memberikan efek mirip kalium dengan menyerap ion-ion elektrolit. Hal ini menyebabkan peningkatan laju filtrasi glomerulus (GFR) pada ginjal, sehingga proses pengeluaran limbah dari tubuh berlangsung lebih baik dan cepat (Musmuliadin, 2024).

Cara kerja senyawa kimia dalam daun daun salam dapat membantu dalam pelepasan empedu yang menyebabkan penurunan kadar kolesterol (lemak) ikut dibawa ke usus bersama cairan empedu, membuat aliran darah lebih lancar dan mencegah penumpukan lemak di pembuluh darah (Setyaningrum dkk, 2024).

Tekanan darah pada lansia bisa turun berkat senyawa kimia dalam Daun salam mengandung minyak atsiri, sitrat, eugenol, flavonoid, dan tanin bisa membantu menstabilkan tekanan darah tinggi. Cara kerjanya adalah dengan membuat tubuh mengeluarkan lebih banyak cairan empedu, bikin kolesterol di darah berkurang ikut dikeluarkan bersama sisa zat tubuh yang tidak dibutuhkan (urin) sehingga peredaran darah menjadi lebih lancar (Muwarni, 2023). Turunnya tekanan darah penting banget buat orang yang darahnya tinggi, soalnya bisa mengurangi risiko atau komplikasi, manfaatnya yang dapat

diperoleh termasuk menurunkan risiko penyakit jantung koroner dan stroke (Aji & Sani, 2021). Berdasarkan asumsi peneliti setelah melakukan penelitian, Pemberian jika diminum daun salam dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Soalnya, daun salam punya banyak zat yang berguna. Pemberian daun salam secara rutin kepada penderita hipertensi dapat membantu menurunkan kejadian hipertensi mengingat penyakit ini sering kali tidak menunjukkan gejala yang jelas. Pemberian rebusan daun salam selama 1 minggu kepada penderita Hipertensi Dipanti Boarding Care Noor Fatimah Kota Palembang Tahun 2025 menunjukan adanya perubahan yang signifikan setelah dilakukan Pemberian rebusan daun salam menunjukkan nilai p sebesar 0,000.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas dapat disimpulkan dari penelitian yang telah dilakukan bahwa sebelum pemberian rebusan daun salam tekanan darah rata-rata sebelum mengonsumsi rebusa daun salam adalah 152,66/90,66 mmhg. Setelah mengonsumsi rebusan daun salam, tekanan darah turun menjadi 136,66/78,00 mmhg. Hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai p tekanan darah sistol 0,000, sementara untuk tekanan darah diastol juga 0,000. Karena tingkat signifikansi (α) kurang dari 0,05, hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang berarti ada perbedaan yang signifikan setelah mengonsumsi rebusan daun salam pada pasien hipertensi. Berdasarkan uji statistik ini dapat disimpulkan ada penurunan tekanan darah sesudah pemberian rebusan daun salam pada penderita hipertensi pada lansia.

Saran

Diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya dan dapat dikembangkan. Untuk penelitian selanjutnya dapat menambah waktu penelitian dan desain diubah menjadi kuasi eksperimen agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan membuat kelompok control agar ada kelompok pembanding.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada dosen pembimbing, panti boarding care noor fatimah, orang tua dan saudara penulis, serta semua pihak yang telah berperan dalam penelitian.

REFERENSI

Agnesia, H., Saleh, A., Firdausah, A.M., & Ramadhan, S. (2024). Penerapan Konsep Arsitektur Hijau Pada Perencanaan Pusat Kebugaran Dan Rekreasi Lansia Di Kota Kendari Garis. *Jurnal Mahasiswa Jurusan Arsitektur*, 9 (1), 67-73.

Aini, L. (2025). Pengaruh Terapi Isometric Handgrip Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Pakjo Palembang. *Kesehatan Abdurahman*, 14 (1), 1-11.

Aji, P., T., & Sani, F., N. (2021). Pengaruh Terapi Air Rebusan Daun Salam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hiperensi Di Wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar: Pengaruh Terapi Air Rebusan Daun Salam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hiperensi Di Wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar Viva Medika. *Jurnal Kesehatan Kebidanan Dan Keperawatan*, 14 (02), 139-152.

Cholifah, N., Puspitasari, I., & Warji, W. (2022). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Purwosari dan Desa Sunggingan Wilayah Puskesmas Purwosari Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13 (1), 230-241.

Erjon, E., Rasyad, A. A., Rendowaty, A., Lely, N., Azizah, M., Sari, E. R., & Rosyidah, M. (2025). Edukasi dan Deteksi Dini Pemeriksaan Tekanan Darah dalam Mencegah Risiko Komplikasi Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 4(1), 41-46.

Erry, A. (2024). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Panti Sosial Tresna 2023. *Media Husada Journal Of Nursing Science*. 5(1), 17-25.

Gobel, I. A., Febriyona, R., Sudirman, A. N., & Bakari, P. R. (2022). Pengaruh Terapi Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 63-70.

Imelda E., I., F. (2022). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam (SyzygiumPolyanthum) Penderita Hipertensi di Panti Sosial Lansia Harapan Kita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 73-83.

Ismar, E., F, Kangga, E., Suhartina, S., & Nasution, S., L., R. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Hipertensi Di Rsu Royal Prima Medan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 5 (4), 1-6.

- Jumu, L., Sos, S., Masrif, SKM, Tukayo, IJH, & Kp, S. (2024). Manajemen Perawatan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia . Penerbit P4I. BUKU Talindong, A. (2025). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Baluase. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 2(1), 118-130.
- KEMENKES 2024
https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis_media/20240518/5245526/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi/#:~:text=Di%20Indonesia%2C%20menurut%20Survei%20Kesehatan,dengan%20persentase%2010%2C%25
- Mukarromah, A. (2023). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lansia Di Kampung Subanagara Kelurahan Purbaratu Jawa Barat Tahun 2022 (Disertasi Doktor, Universitas Nasional).
- Musmuliadin, M., & Pusvita, S., D. (2024). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Jompa*, 3 (1), 1-7.
- Mukarromah, A., Aulya, Y., & Suciawati, A. (2023). Pengaruh Air Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lansia. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 18-25.
- Nainar, A. A. A., Rayatin, L., & Indiyani, N. (2022). Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Balaraja. *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin (SinaMu)*, 2.
- Notoatmodjo, S. (2012). *metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nuryanto, D., & Harahap, D., A. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Batu Belah Wilayah Kerja UPT Puskesmas Air Tiris. *Jurnal Penelitian Kreatif dan Inovatif*, 1 (4), 69-79.
- Nurtanti, S., & Sulistiyoningsih, S. (2022). Efektivitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada *Journal Nusantara Hasana*, 2(7), 111-115.
- Rahmawati, I., G., S., & Kamillah, S. (2024). Pengaruh Rebusan Air Daun Sirsak (Annonamuricata) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Desa Sukawangi Kecamatan Warung Kondang Kabupaten Cianjur Tahun 2023. *Jurnal Ventilator*, 2 (3), 108-126.
- Rhamadan, R., Restiana, N., & Badrudin, U. (2022). Penerapan Rebusan Daun Salam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pasirlaja. *Healthcare Nursing Journal*, 4(2), 157-162.
- Sari, I. Y. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 25-31.
- Setyaningrum, N., & Darmawan, A. I. (2024). Edukasi Dan Terapi Air Rebusan Daun Salam Untuk Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Terkini*, 3(1), 1-8.