
EFEKTIVITAS REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI

Susana Nurtanti^{1)*}, Sulistiyoningsih²

^{1,2}Akademi Keperawatan Giri Satria Husada Wonogiri

susan.alkuina@yahoo.com sulistiyoningsih1998@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is systolic pressure more than 140 mmHg and diastolic pressure more than 90 mmHg (for age less than 60 years). The prevalence of hypertension sufferers in Wonogiri reached 49.48%. In Indonesia, 31.7% suffer from hypertension. The use of pharmacological therapy using chemical drugs in the long term causes side effects for people with hypertension, so they choose non-pharmacological therapies such as bay leaves. Bay leaf (*Syzygium polyanthum*) is a type of green leaf, pointed in shape, and belongs to a group of plants commonly used for traditional cuisine in Indonesia. Bay leaves have several benefits, including being able to add to the aroma of cooking, for traditional medicine in patients with hypertension, namely by drinking boiled water of bay leaves.

Methods: This research belongs to the type of case study research. The population in this study were all residents of Kepatihan Village, Selogiri District, Wonogiri Regency who suffered from hypertension. The sample in the study was 3 respondents. The instrument used a Tensimeter, Stethoscope, observation sheet, and sheet. SOUP.

Results: The results of observations made from all respondents found that after giving boiled bay leaves for 2x24 hours, the results of blood pressure in respondents decreased.

Conclusion: The results of the analysis carried out from all respondents obtained data that giving bay leaf decoction is effective in helping to reduce blood pressure in patients with hypertension.

Keywords: Bay leaf; Hypertension

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi adalah tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg (untuk usia kurang dari 60 tahun). Prevalensi penderita hipertensi di Wonogiri mencapai 49,48%. Di Indonesia sebesar 31,7% menderita hipertensi. Penggunaan terapi farmakologi menggunakan obat kimia dalam jangka waktu yang lama menimbulkan efek samping bagi penderita hipertensi, sehingga memilih terapi non farmakologi seperti daun salam. Daun salam (*syzygium polyanthum*) adalah jenis daun berwarna hijau, berbentuk lancip, dan termasuk dalam kelompok tanaman yang biasa digunakan untuk masakan tradisional di Indonesia. Daun salam mempunyai beberapa manfaat antara lain adalah mampu menambah aroma masakan, untuk obat tradisional pada penderita hipertensi yaitu dengan meminum air rebusan daun salam.

Metode: Penelitian ini termasuk jenis penelitian *case study research* (studi kasus). Populasi dalam penelitian ini adalah semua penduduk Desa Kepatihan Kecamatan Selogiri, Kabupaten Wonogiri yang menderita Hipertensi. Sampel pada penelitian sebanyak 3 responden. Instrumen menggunakan Tensimeter, Stetoskop, lembar observasi, dan lembar SOP.

Hasil: Hasil pengamatan yang dilakukan dari keseluruhan responden didapatkan bahwa sesudah dilakukan pemberian rebusan daun salam selama 2x24 jam, hasil tekanan darah pada responden mengalami penurunan.

Kesimpulan: Hasil analisa yang dilakukanan dari keseluruhan responden didapatkan data bahwa pemberian rebusan daun salam efektif untuk membantu penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Daun salam; Hipertensi

PENDAHULUAN

Hipertensi menurut WHO tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg (untuk usia kurang dari 60 tahun). Tekanan sistolik lebih dari 160 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 95 mmHg (untuk usia lebih dari 60 tahun) (Utami and Sumekar, 2017). Hipertensi adalah salah satu kondisi dimana pembuluh darah terus-menerus mengalami peningkatan tekanan. Adanya peningkatan tekanan pada pembuluh darah mengakibatkan kerja jantung untuk memompa darah semakin keras atau cepat. Berdasarkan data dari WHO (2013), hipertensi sering menimbulkan penyakit kardiovaskular, ginjal dan stroke (Dafriani, 2016).

Prevalensi penderita hipertensi di Wonogiri mencapai 49,48% (Ratnasari and Utami, 2017). Di Indonesia sebesar 31,7% (Syahrini, Susanto and Udiyono, 2012). Penggunaan terapi farmakologi dengan menggunakan obat kimia sering menimbulkan efek samping, mahal dan penggunaannya seumur hidup bagi penderita hipertensi. Sehingga para penderita hipertensi memilih terapi non farmakologi seperti daun salam (Anggraini, 2018). Daun salam (*Syzygium polyanthum*) merupakan salah satu dari jenis terapi herbal untuk menangani penyakit hipertensi. Daun salam (*syzygium polyanthum*) adalah jenis daun berwarna hijau, berbentuk lancip, dan termasuk dalam kelompok tanaman yang biasa digunakan untuk masakan tradisional di Indonesia. Daun salam dimanfaatkan karena mampu menambah aroma masakan (Utami and Sumekar, 2017). Kandungan zat-zat yang dapat berpengaruh menurut (Harismah and Chusniatun, 2016) : Minyak atsiri mengandung aroma terapi sebagai pengharum atau penyedap yang dapat menenangkan pikiran dan menurunkan stres pada klien yang juga menjadi faktor pendorong timbulnya hipertensi. Kandungan tanin dalam daun salam mampu mengendurkan otot arteri sehingga menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi. Kandungan flavonoid sebagai vasodilator, antiplatelet dan antiproliferasi dan menurunkan tekanan darah, hasil dari oksidasi dan perbaikan terhadap organ tubuh yang sudah rusak akibat dari hipertensi.

Metode pengelolaan daun salam yaitu: Pengelolaan obat herbal : Beberapa tahap pengelolaan secara sederhana antara lain (Harismah and Chusniatun, 2016).

Mengidentifikasi jenis tanaman herbal yang akan digunakan. Bermanfaat untuk mengetahui jenis, khasiat, dan zat aktif yang terkandung dalam tanaman herbal tersebut. Teknik pemetikan dan pengumpulan untuk menjaga kualitas dan kuantitas zat aktif yang terkandung dalam tanaman herbal tersebut. Penyortiran bahan baku dalam pembuangan herbal untuk membebaskan dari bahan asing dan kotoran, serta memperoleh simplisia yang ukuran, jenis, dan tingkat kematangan yang sesuai. Pencucian simplisia dilakukan dengan air bersih dan mengalir untuk memperoleh simplisia yang bersih dan bebas dari mikroba. Pengeringan dilakukan dengan cara diangin-anginkan ditempat yang teduh atau dalam ruangan aliran udaranya baik, dapat juga menggunakan oven dengan pengaturan suhu yang telah disesuaikan.

Teknik pengolahan : Dalam perebusan menggunakan wadah dari bahan yang anti karat, tanah liat, kaca, dan email. Teknik seduh digunakan untuk simplisia yang lunak berupa daun dan bunga. Serbuk digunakan lebih praktis dan bertahan lama, cara menyimpan obat herbal dengan wadah yang tertutup rapat serta kedap suara.

Langkah langkah pembuatan ekstraksi daun salam: teknik pengolahan daun salam yaitu dengan infusa/ perebusan. Perebusan menggunakan wadah anti karat, tanah liat, kaca atau email. Pemanasan air mendidih dengan temperatur 96°C - 98°C selama waktu 15-20 menit. Menurut (Anggraini, 2018).

Pembuatan ekstraksi daun salam yaitu: bahan yang dibutuhkan : 10 gram daun salam kering atau 30 gram daun salam segar. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Efektivitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Selogiri".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis penelitian *case study research* (studi kasus) Populasi dalam penelitian ini adalah semua penduduk Desa Kepatihan Kecamatan Selogiri, kabupaten Wonogiri yang menderita Hipertensi. Sampel sebanyak 3 responden. Instrumen menggunakan Tensimeter, Stetoskop, lembar observasi, dan lembar SOP.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada penderita hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Selogiri tepatnya di Desa Kepatihan, Selogiri, Wonogiri. Variabel yang dikumpulkan meliputi: karakteristik responden (jenis kelamin, dan umur) dan observasi sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam.

1. Karakteristik Responden

- a. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Jumlah	Presentase
Perempuan	2	66,7 %
Laki-laki	1	33,3 %
Jumlah	3	100 %

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa responden berjenis kelamin laki-laki

sebanyak 1 orang (33,3%) dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 2 orang (66,7 %). Hal ini dapat diketahui bahwa semua responden berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.

- b. Karakteristik responden berdasarkan usia disajikan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 2 Karakteristik responden berdasarkan umur

Umur	Frekuensi	Presentasi
55-60 th	1	33,3 %
60-75 th	2	66,7 %
Jumlah	3	100 %

Berdasarkan table 2 diketahui bahwa responden berumur 55–60 tahun sebanyak 1 orang (33,3%), beumur 60-75 tahun sebanyak 2 orang (66,7%). Hal ini dapat diketahui bahwa semua responden berumur 55 – 60 tahun, dan 60 – 75 tahun.

2. Hasil Observasi

Pemberian rebusan daun salam terhadap responden berdasarkan hasil disajikan pada tabel sebagai berikut :

a. Responden 1

Tabel 3 Observasi pemberian rebusan daun salam pada responden 1

Hari/ Tanggal	Tekanan Darah (mmHg)			
	Pagi		Sore	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Senin, 02 Maret 2020	170/110	170/110	170/100	160/100
Selasa, 03 Maret 2020	170/100	170/100	160/100	160/90
Rabu, 04 Maret 2020	160/100	160/90	150/90	150/90
Kamis, 05 Maret 2020	160/90	150/90	150/100	150/90
Jumat, 06 Maret 2020	150/100	150/100	150/90	140/90
Sabtu, 07 Maret 2020	150/100	150/90	150/90	140/90
Minggu, 08 Maret 2020	150/90	150/100	140/100	140/90

b. Responden 2

Tabel 4 Observasi pemberian rebusan daun salam pada responden 2

Hari/ Tanggal	Tekanan Darah (mmHg)			
	Pagi		Sore	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Senin, 02 Maret 2020	160/100	160/100	170/90	160/90
Selasa, 03 Maret 2020	150/100	160/100	160/90	160/90
Rabu, 04 Maret 2020	150/100	160/90	150/100	150/90
Kamis, 05 Maret 2020	160/90	150/90	150/90	150/90
Jumat, 06 Maret 2020	150/100	150/90	150/90	150/90
Sabtu, 07 Maret 2020	150/100	150/90	140/90	140/90

Minggu,08 Maret 2020	150/90	140/90	140/95	140/90
----------------------	--------	--------	--------	--------

c. Responden 3

Tabel 5 Observasi pemberian rebusan daun salam pada responden 3

Hari/ Tanggal	Tekanan Darah (mmHg)			
	Pagi		Sore	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Senin, 02 Maret 2020	170/100	170/100	170/100	160/100
Selasa, 03 Maret 2020	170/100	170/100	160/100	160/95
Rabu, 04 Maret 2020	160/100	160/95	160/95	160/90
Kamis, 05 Maret 2020	160/100	160/95	160/90	160/90
Jumat, 06 Maret 2020	160/95	160/90	150/95	150/90
Sabtu, 07 Maret 2020	160/95	160/90	150/95	150/90
Minggu,08 Maret 2020	150/90	140/100	140/95	140/90

Tabel diatas telah menunjukkan data pada 3 responden sebelum dan sesudah dilakukan pemberian rebusan daun salam selama 2x24 jam, jadi bisa disimpulkan terjadi penurunan tekanan darah terhadap 3 responden.

PEMBAHASAN

Pengkajian keperawatan adalah tahap awal dari proses keperawatan dan merupakan suatu proses keperawatan dan merupakan suatu proses yang sistematis dalam pengumpulam data dari berbagai sumber data untuk mengevaluasi dan mengidentifikasi status kesehatan klien (Reskiki, 2019).

Dari hasil pengkajian yang dilakukan oleh peneliti terhadap 3 responden, peneliti akan mengutamakan pengkajian pada gangguan perfusi jaringan serebral berhubungan dengan penurunan suplai O2 dalam darah menurun. Pengkajian yang dilakukan peneliti terhadap 3 responden menunjukkan bahwa keluhan yang sering dirasakan oleh responden adalah pusing dan tengkuk terasa berat. Hal ini sesuai menurut (Febby, 2013) pengertian dari tekanan darah yaitu daya yang diperlukan darah untuk mengalirkan darah dalam pembuluh darah keseluruh tubuh. Dengan lancar dan stabilnya O2 dalam pembuluh darah sebagai media pengangkut darah bagi kehidupan sel-sel dalam tubuh. Dari hasil pengkajian 3 reponden terdapat 2 gejala yang sering dirasakan adalah pusing dan tengkuk terasa berat.

Berdasarkan pengertian (Reskiki, 2019) Diagnose keperawatan merupakan suatu pernyataan yang menggambarkan respon manusia (tanggapan) untuk diidentifikasi dan diberikan intervensi secara pasti untuk menjaga status kesehatan atau untuk

mengurangi, menyingkirkan dan ,mencegah perubahan.

Diagnose keperawatan merupakan masalah kesehatan potensia atau actual yang diperoleh dengan wawancara, pengkajian, pengamatan dan studi dokumentasi. Dari data 3 responden yang diambil tanggal 2 Maret - April 2020 didapatkan data tekanan darah dengan kategori hipertensi. Dari data yang diambil terdapat beberapa indicator yaitu sakit kepala, pusing, tengkuk terasa berat, kelelahan, gelisah dan tekanan darah $\geq 120/80$ mmhg serta terdapat beberapa responden memiliki riwayat hipertensi diturunkan dari keluarga. Maka peneliti mengambil diagnose ganggan perfusi jaringan serebral berhubungan dengan penurunan suplay O2 dalam darah.

Intervensi keperawatan atau perencanaan keperawatan adalah pengembangan strategi desain untuk mencegah, mengurangi dan mengatasi masalah-masalah yang diidentifikasi dslam diagnose keperawatan. Desain perencanaan menggambarkan sejauh mana perawat mampu menetapkan cara menyelesaikan adalah dengan efektif dan efesien (Reskiki, 2019).

Rencana keperawatan penelitian ini adalah : Berikan penggunaan teknik non farmakologi rebusan daun salam. Dari perencanaan yang tertulis dapat diambil tindakan yang sesuai dengan diagnosa keperawatan penelitian ini adalah memberikan penggunaan teknik non

farmakologi : pemberian rebusan daun salam (Andoko and Pangesti, 2016) .

Tujuan yang peneliti tetapkan adalah hipertensi, hal ini sesuai dengan *Nursing Outcomes Classification (NOC)* dan sudah memenuhi kriteria SMART (Spesifik, Measurable, Achievable, Reasonable, Time), yaitu tujuan ini telah spesifik bahwa pemberian rebusan daun salam dapat menjadikan tekanan darah normal.

Implementasi adalah tahap ketika perawat mengaplikasikan asuhan keperawatan kedalam bentuk intervensi keperawatan guna membantu klien mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kemampuan yang harus dimiliki perawat pada tahap implementasi adalah kemampuan komunikasi yang efektif, kemampuan untuk menciptakan hubungan saling percaya dan saling bantu, kemampuan melakukan teknik psikomotor, kemampuan melakukan observasi sistematis, kemampuan memberikan pendidikan kesehatan, kemampuan advokasi, dan kemampuan evaluasi (Reskiki, 2019).

Berdasarkan penelitian (Andoko and Pangesti, 2016) daun salam efektif dalam menurunkan tekanan darah. Daun salam memiliki kandungan senyawa kimia yang banyak yaitu : Minyak atsiri mengandung aroma terapi sebagai pengharum atau penyedap yang dapat menenangkan pikiran dan menurunkan stres pada klien yang juga menjadi faktor pendorong timbulnya hipertensi, tanin mampu mengendurkan otot arteri sehingga menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi, flavonoid sebagai vasodilator, antiplatelet dan antiproliferatif dan menurunkan tekanan darah, hasil dari oksidasi dan perbaikan terhadap organ tubuh yang sudah rusak akibat dari hipertensi. Daun salam sering digunakan untuk mengobati penyakit asam urat dan hipertensi (Harismah and Chusniatun, 2016).

Dari semua responden didapatkan respon yang sama yaitu sebelum pemberian rebusan daun salam, responden terdapat ciri-ciri hipertensi sedang dan berat. Setelah pemberian rebusan daun salam pada hari kedua dan ketiga tidak nampak gejala atau ciri- ciri tekanan darah naik kembali (Ratnasari and Utami, 2017).

Evaluasi keperawatan adalah penilaian dengan cara membandingkan perubahan keadaan pasien atau hasil yang didapatkan dengan tujuan dan kriteria hasil yang dibuat

oleh perawat pada tahap intervensi (Reskiki, 2019).

Pada penelitian ini evaluasi keperawatan dilakukan setelah pemberian rebusan daun salam 2x24 jam yaitu pagi dan sore kepada responden. Hal tersebut sudah sesuai dengan kriteria hasil yang telah ditetapkan peneliti pada tahap perencanaan keperawatan, sehingga masalah tekanan darah tinggi dapat teratasi sebagian dan tindakan pemberian rebusan daun salam dilanjutkan apabila responden mengalami tekanan darah naik kembali, hal ini terjadi karena laju proses terapi non farmakologi (pemberian rebusan salam) membutuhkan waktu yang lebih lama dan tidak bisa secepat proses terapi farmakologi.

Hasil analisa yang dilakukan dari keseluruhan responden didapatkan bahwa sebelum dan sesudah dilakukan pemberian rebusan daun salam terhadap seluruh responden mengalami perubahan yaitu penurunan tekanan darah. Dengan demikian masalah sudah teratasi dan intervensi dihentikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisa hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah dikemukakan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tekanan darah sebelum diberikannya rebusan daun salam
2. Berdasarkan pengkajian dari keseluruhan responden menunjukkan data subjektif mayoritas responden mengatakan tekanan darahnya menurun setelah meminum rebusan daun salam, didukung dengan data objektif yang didapatkan yaitu responden tampak rileks terjadi penurunan tekanan darah yang tadinya mengalami hipertensi berat 170/100 mmHg dan sekarang mengalami hipertensi sedang menjadi 140/80 mmHg.
3. Ada perubahan yang signifikan terhadap pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Dari 3 responden yang paling rentan mengalami hipertensi adalah perempuan (66,7%) sebanyak 2 orang.

DAFTAR PUSTAKA

- Andoko and Pangesti, D. N. (2016) 'EFEKTIFITAS REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN

- TEKANAN *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal of Holistic Healthcare)*, Volume 10, No. 2, April 2016: 1-4', *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal of Holistic Healthcare)*, 10(2), pp. 1-4.
- Anggraini, N. (2018) 'STUDI KATALITIK HERBAL REBUSAN DAUN SALAM SEBAGAI', (60).
- Dafriani, P. (2016) 'PENGARUH REBUSAN DAUN SALAM (SYZIGIUM POLYANTHUM WIGHT WALP) TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI SUNGAI BUNGKAL, KERINCI 2016', *Jurnal Medika Saintika*, 7(2015), pp. 25-34.
- Febby (2013) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), pp. 20-25.
- Harismah, K. and Chusniatun (2016) 'PEMANFAATAN DAUN SALAM (*Eugenia polyantha*) SEBAGAI OBAT HERBAL DAN REMPAH PENYEDAP MAKANAN', *WARTA LPM*, 19(2), pp. 110-118.
- Nurarif, A. H. (2015) *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc*. Jilid 2. jogjakarta: Mediaction Jogja.
- Purwandari, K. P. (2016) 'EFEKTIFITAS MASSAGE PUNGGUNG UNTUK MENGURANGI NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI', *Jurnal Keperawatan GSH*, 5(2), pp. 13-21.
- Ratnasari, N. Y. and Utami, Y. T. (2017) 'Efektivitas Rebusan Daun Salam Terhadap Gangguan Perfusi Jaringan Cerebral Penderita Hipertensi', *Jurnal Keperawatan GSH Vol*, 6(2), pp. 15-21.
- Reskiki (2019) 'Pengaruh Pelaksanaan Pre Dan Post Conference Terhadap Pendokumentasian Asuhan Keperawatan', *REAL in Nursing Journal (RNJ)*, 2(1), pp. 21-28.
- Smeltzer, S. C. (2017) *Keperawatan Medikal Bedah*. 12th edn. Edited by N. E. A. Mardella. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Syahrini, E. N., Susanto, H. S. and Udiyono, A. (2012) 'FAKTOR-FAKTOR RISIKO HIPERTENSI PRIMER DI PUSKESMAS TLOGOSARI KULON KOTA SEMARANG', *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 1(2), pp. 315-325.
- Utami, T. P. A. and Sumekar, D. W. (2017) 'Uji Efektivitas Daun Salam (*Syzgium polyantha*) sebagai Antihipertensi pada Tikus Galur Wistar', *Majority*, 6(1).
- Yulianti, T. S., Setyaningsih, R. and Suryaningsih, M. (2014) 'PENGARUH AIR REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUKUH JANGKUNG REJO NOGOSARI BOYOLALI', *KOSALA*, 2(2).