PENGARUH AIR REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUKUH JANGKUNG REJO NOGOSARI BOYOLALI

Oleh :

Tunjung Sri Yulianti¹ Rahayu Setyaningsih² Mega Suryaningsih³

Abstract

Background: Hypertension or high blood pressure is an abnormal increase in blood pressure in the arteries continuously over a period. Hypertension today turned out to have a tendency to be one public health problem, especially in developed countries. The prevalence of hypertension in Indonesia amounted to 31.7% of the total adult population. Hypertension has no symptoms or signs typical as early warning, most people feel healthy despite having hypertension, is a dangerous situation because it can cause sudden death. Today many people are turning to herbs for the treatment of hypertension and one of the herbs used are bay leaves.

The purpose of this study was to determine the effect of consumption of bay leaf decoction to decrease blood pressure in people with hypertension in Hamlet Tall rejo, Nogosari, Boyolali.

This research method is a quasi-experimental research or quasi experiment with pre-post experimental design with a number of respondents 28 respondents hipertensi patients who did not use modern medicine to drink boiled water 2 times a day leaves every half a glass. The data are measured systolic and diastolic blood pressure in units of mm Hg and in analysis using test "t" pairs ($\alpha = 0.05$) with a computer program.

The results of this study is the average blood pressure after drinking boiled water leaves 126.43/80.18 mmHg, lower than the prior drinking boiled water leaves at 161.79/114.29 mm Hg.

The conclusion of this study is boiled water leaves have influence in lowering blood pressure in patients with hypertension.

Keywords: Bay leaves, blood pressure, hypertension.

PENDAHULUAN

Salam (*Syzygium polyanthum*) adalah nama pohon penghasil daun rempah yang banyak digunakan dalam masakan Indonesia. Obat tradisional ini secara empiris berkhasiat dalam terapi Hipertensi. Daun salam tumbuh menyebar di Asia Tenggara dan sering ditemukan di pekarangan rumah. Selain sebagai bumbu dapur, daun salam memiliki banyak manfaat untuk kesehatan misalnya untuk mengobati diabetes militus, gastritis,

pruritus, diare, mabuk karena alkohol, dan hipertensi. (Agoes, 2010)

Daun salam dalam ekstrak etanol sudah pernah di teliti untuk melihat efek anti hipertensi pada tikus. Pada percobaan tersebut tikus yang tidak diberi ekstrak daun salam menunjukkan peningkatan tekanan sistol dan diastol yang lebih tinggi dari pada tikus yang diberi ekstrak daun salam setelah di induksi epinefrin. (Agoes, 2010)

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari satu periode. Hipertensi dewasa ini ternyata mempunyai kecenderungan menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat terutama di negara maju. Menurut WHO, batasan tekanan darah yang masih dianggap normal adalah 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah > 160/95 mmHg dinyatakan sebagai hipertensi. Batasan WHO tersebut tidak membedakan usia dan jenis kelamin. (Udjianti, 2011)

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 menunjukkan prevalensi hipertensi nasional sebesar 31,7% dari total penduduk dewasa. Hipertensi tidak memiliki gejala atau tanda yang khas sebagai peringatan dini, kebanyakan orang merasa sehat meskipun mengalami hipertensi, keadaan ini berbahaya karena dapat menyebabkan kematian mendadak. Riskesdas juga menyatakan bahwa hipertensi (12,3%) adalah penyebab kematian penyakit tidak menular kedua terbanyak setelah stroke (26,9%). (Arumsekartaji, 2011)

Tidak semua penderita hipertensi harus mengkonsumsi obat-obatan untuk menurunkan tekanan darahnya. Banyak bahan-bahan alami di sekitar kita untuk di jadikan obat herbal untuk menurunkan tekanan darah, misalnya rebusan daun salam, ekstrak kulit manggis, dan ekstrak daun sirsak yang terbukti ampuh untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. (Nurrobi, Hasanudin dan Bakri, 2010)

Berdasarkan data yang diperoleh dari anggota PKK (pembinaan kesejahteraan keluarga) setempat, Dukuh Jangkung Rejo tercatat ada

sekitar 28 penderita hipertensi yang terdiri dari lansia, ibu-ibu menopause, dan laki-laki dewasa. Selama ini tata laksana dan penyuluhan yang sudah didapat dan dilaksanakan oleh masyarakat mengenai masalah hipertensi yaitu untuk mengurangi makanan yang mengandung kadar natrium yang tinggi, misalnya garam dapur. Tidak semua masyarakat Dukuh Jangkung Rejo mengetahui tentang khasiat rebusan daun salam untuk menurunkan tekanan darah. Banyak dari mereka hanya menggunakan daun salam sebagai campuran bumbu penyedap masakan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Dukuh Jangkung Rejo, Nogosari, Boyolali".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu atau quasi eksperimen dengan rancangan pre post eksperimental. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua penderita hipertensi di Dukuh Jangkung Rejo, Nogosari, Boyolali yang tidak menggunakan obat modern berjumlah 28 orang. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling jenuh dengan mengambil semua dari populasi menjadi sampel penelitian. Peneliti melakukan pengumpulan data dengan observasi menggunakan instrumen penelitian berupa stetoskop, tensimeter, manset, lembar observasi untuk mencatat tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah mengkonsumsi air rebusan daun salam. Selain itu peneliti juga memberikan air rebusan daun salam.

HASIL PENELITIAN

Tekanan darah sebelum diberi rebusan daun salam berdasarkan data dari 28 responden adalah sebagai berikut :

Tabel 4.3 Distribusi Variabel Tekanan Darah Sebelum Mengonsumsi Air Rebusan Daun Salam

No	Tekanan darah	F	%
1	Normal	0	0
2	Tinggi	28	100
Jumlah		28	100

Dari tabel 4.3 dapat diketahui bahwa tekanan darah seluruh responden sebelum mengonsumsi air rebusan daun salam berada pada golongan tekanan darah tinggi.

Tabel 4.4 Distribusi frekuensi tekanan darah sistolik sebelum diberi air rebusan daun salam

Karakteristik Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Jumlah Responden	%
140 – 150	13	46,43
151– 160	3	10,71
161- 170	5	17,86
171– 180	3	10,71
181 – 190	3	10,71
191 – 200	1	3,53
Jumlah	28	100

Dari tabel di atas diperoleh informasi bahwa jumlah responden terbanyak sebelum diberi rebusan daun salam adalah responden dengan nilai sistol 140 – 150 sebanyak 13 responden (73.2 %).

Tabel 4.5. Tabel Analisa Univariat Tekanan Darah Sistolik Sebelum Diberi Air Rebusan Daun Salam

Mean	Modus	Standar Deviasi
161.79	140	19.447

Dari tabel di atas diperoleh informasi bahwa nilai mean tekanan darah sistol sebelum diberi rebusan daun

salam adalah 161.79, modus 140, dan standar deviasi 19.447.

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Diastolik Sebelum Diberi Air Rebusan Daun Salam

Karakteristik Tekanan Darah Diastolik (mmHg)	Jumlah Responden	%
90	2	7,14
100	8	28,57
110	7	25
120	3	10,71
130	4	14,29
140	4	14,29
Jumlah	28	100

Dari tabel di atas diperoleh informasi bahwa jumlah responden terbanyak sebelum diberi rebusan daun salam adalah responden dengan nilai diastol 100 sebanyak 8 responden (28.6%) dan paling sedikit dengan nilai diastol 90 sebanyak 2 responden (7.1%).

Tabel 4.7. Tabel Analisa Univariat Tekanan Darah Diastolik Sebelum Diberi Air Rebusan Daun Salam

Mean	Modus	Standar Deviasi
114.29	100	16.427

Dari tabel di atas diperoleh informasi bahwa nilai mean tekanan darah diastol sebelum diberi rebusan daun salam adalah 114.29, modus 100, dan standar deviasi 16.427.

Tekanan darah sesudah diberi rebusan daun salam berdasarkan data dari 28 responden adalah sebagai berikut :

Tabel 4.8 Distribusi Variabel Tekanan Darah Sesudah Mengkonsumsi Air Rebusan Daun Salam

No	Tekanan darah	F	%
1	Normal	24	85.7
2	Tinggi	4	14.3
Jumlah		28	100

Berdasarkan tabel 4.8 diperoleh data bahwa kategori tekanan darah yang tinggi terdapat 4 responden (14.3%) sedangkan kategori tekanan darah yang mengalami penurunan atau normal berjumlah 24 responden (85.7%).

Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sistolik Sesudah Diberi Air Rebusan Daun Salam

Karakteristik Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Jumlah Responden
100 – 110	7
111 – 120	5
121 – 130	11
131 – 140	4
141 – 150	1

Dari tabel di atas diperoleh informasi bahwa jumlah responden terbanyak setelah diberi rebusan daun salam adalah responden dengan nilai sistol 120 – 130 sebanyak 11 responden (39.3 %) dan paling sedikit dengan nilai sistol 141 – 150 sebanyak 1 responden (3.6 %).

Tabel 4.10 Tabel Analisa Univariat Tekanan Darah Sistolik Sesudah Diberi Air Rebusan Daun Salam

Mean	Modus	Standar Deviasi
126.43	130	15.206

Dari tabel di atas diperoleh informasi bahwa nilai mean tekanan darah sistol setelah diberi rebusan daun

salam adalah 126.43, modus 130, dan standar deviasi 15.206.

Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Diastolik Sesudah Diberi Air Rebusan Daun Salam

Karakteristik Tekanan Darah	Jumlah Responden
70	9
80	15
90	1
100	2
130	1

Dari tabel di atas diperoleh informasi bahwa jumlah responden terbanyak setelah diberi rebusan daun salam adalah responden dengan nilai diastol 80 sebanyak 15 responden (53.6 %) dan paling sedikit dengan nilai diastol 90 dan 130 sebanyak 1 responden (3.6 %)

Tabel 4.12 Tabel Analisa Univariat Tekanan Darah Diastolik Sesudah Diberi Air Rebusan Daun Salam

Mean	Modus	Standar Deviasi
80.18	80	13.087

Dari tabel di atas diperoleh informasi bahwa nilai mean tekanan darah diastol setelah diberi rebusan daun salam adalah 80.18, modus 80, dan standar deviasi 13.087.

Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. Berdasarkan data dari 28 responden dan berdasarkan uji Pired T-Test program SPSS 18 for windows, dihasilkan data sebagai berikut :

Tabel 4.13 Tekanan Darah Sistol Sebelum Dan Sesudah Diberi Air Rebusan Daun Salam

Mean		Paired T - Test Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pre	Post		
161.79	126.43	0.000	Ada pengaruh

Berdasarkan hasil tabel di atas diketahui bahwa hasil uji dengan Paired T-Test program SPSS versi 18.0 dengan $\alpha = 5\%$ (0.05) diperoleh $p = 0,000$ sehingga $p < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Tabel 4.14 Tekanan darah diastol sebelum dan sesudah diberi air rebusan daun salam

Mean		Paired T - Test Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pre	Post		
114.29	80.18	0.000	Ada pengaruh

Berdasarkan hasil tabel di atas diketahui bahwa hasil uji dengan Paired T-Test program SPSS versi 18.0 dengan $\alpha = 5\%$ (0.05) diperoleh $p = 0,000$ sehingga $p < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

PEMBAHASAN

Tekanan Darah Sebelum diberi Rebusan Daun Salam

Hipertensi yang diderita seseorang erat kaitannya dengan tekanan sistolik dan diastolik atau keduanya secara terus-menerus. Tekanan sistolik berkaitan dengan tingginya tekanan pada arteri bila jantung berkontraksi, sedangkan tekanan darah diastolik berkaitan dengan tekanan arteri pada saat jantung relaksasi diantara dua denyut jantung. Dari hasil pengukuran tekanan sistolik memiliki nilai yang lebih besar dari tekanan diastolik. (Udjianti, 2011)

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana dijumpai tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg atau lebih untuk usia 13-50 tahun dan tekanan darah mencapai 160 – 95 mmHg untuk usia diatas 50 tahun dan harus dilakukan pengukuran tekanan darah minimal sebanyak dua kali untuk lebih memastikan keadaan tersebut dan hipertensi dapat menimbulkan resiko terhadap

penyakit stroke, gagal jantung, serangan jantung, dan kerusakan ginjal. (Muttaqin, 2009)

Dari hasil penelitian telah diperoleh nilai rata – rata tekanan darah sistol 161.79, modus 140, dan standar deviasi 19.447. Hasil tersebut menunjukkan bahwa 28 responden tersebut mengalami hipertensi. Nilai rata - rata tekanan darah diastole 114.29, modus 100, dan standar deviasi 16.427. Hasil tersebut menunjukkan bahwa 28 responden tersebut mengalami hipertensi.

Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya penurunan nilai tekanan darah sistol setelah diberi rebusan daun salam yaitu dengan hasil nilai rata-rata tekanan darah sistol 126.43 mmHg dan nilai rata-rata tekanan darah diastol 80.18 mmHg. Hasil uji dengan Paired T-Test program SPSS versi 18.0 dengan $\alpha = 5\%$ (0.05) diperoleh $p = 0,000$ sehingga $p < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh konsumsi rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dukuh Jangkung Rejo Nogosari Boyolali.

Salam (*Syzygium polyanthum*) adalah nama pohon penghasil daun rempah yang banyak digunakan dalam masakan Indonesia. Obat tradisional ini secara empiris berkhasiat dalam terapi Hipertensi. Daun salam mudah di dapat, dikenal oleh masyarakat Indonesia dan aman di konsumsi karena sering digunakan sebagai pelengkap masakan. Daun salam tumbuh menyebar di Asia Tenggara dan sering ditemukan di perkarangan

rumah. Selain sebagai bumbu dapur daun salam memiliki banyak manfaat untuk kesehatan misalnya untuk mengobati diabetes militus, gastritis, pruritus, diare, mabuk karena alkohol, dan hipertensi. (Agoes, 2010).

Di dalam daun salam terdapat 3 komponen yaitu minyak atsiri sebagai pengharum atau penyedap yang dapat menenangkan pikiran dan juga mengurangi produksi hormon stres, tanin dalam daun salam mampu mengendurkan otot arteri sehingga menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi, dan flavonoid sebagai inhibitor ACE dengan menghambat aktivitas ACE maka pembentukan angiotensin II dapat dibatasi sehingga dapat mencegah hipertensi. (Agoes, 2010)

Dari paparan di atas dapat dipahami bahwa daun salam mengandung zat-zat yang berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah. Oleh karena itu dapat diterima jika hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh konsumsi rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah.

KESIMPULAN

1. Sebelum diberi air rebusan daun salam nilai rata-rata tekanan darah sistol 164.67 mmHg dan untuk nilai rata-rata tekanan darah diastol 106.00 mmHg. Hasil tersebut menunjukkan bahwa 28 responden tersebut mengalami hipertensi.
2. Setelah diberi air rebusan daun salam terjadi penurunan tekanan darah sistol sebanyak 38.21 mmHg sehingga rata-rata menjadi 126.43 mmHg dan penurunan tekanan darah diastol sebanyak 25.82 mmHg sehingga rata-rata menjadi 80.18 mmHg.
3. Hasil Paired T-Test menunjukkan $p = 0,000$ sehingga

$p < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada pengaruh konsumsi rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dukuh Jangkung Rejo.

SARAN

1. Bagi Pelayanan Puskesmas dan Posyandu setempat Memberikan informasi kepada masyarakat tentang manfaat daun salam dalam menurunkan tekanan darah melalui penyuluhan atau kegiatan lainnya yang terkait.
2. Bagi Masyarakat Khususnya Penderita Hipertensi Dapat mempertimbangkan penggunaan rebusan daun salam sebagai sarana pengobatan alternatif yang mudah dan terjangkau untuk mengatasi hipertensi
3. Bagi Peneliti Selanjutnya Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas penelitian ini dengan menambah jumlah sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, Azwar. *Tanaman Obat Indonesia*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika, 2010.
- AS, Muhammadun. *Hidup Bersama Hipertensi*. Yogyakarta: in-Booka, 2010.
- Fajar, Ibnu, et al. *Statistika Untuk Praktisi Kesehatan*. Edisi I. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009.
- Hariana, A.H. *Tumbuhan Obat dan Khasiatnya*. Jakarta: Penebar Swadaya, 2009.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. *Riset Keperawatan dan Teknik*

Penulisan Ilmiah. Jakarta:
Salemba Medika, 2003.

*.Metode Penelitian
Keperawatan dan Teknik
Analisis Data*. Jakarta:
Salemba Medika, 2009.

Muttaqin, Arif. *Pengantar Asuhan
Keperawatan Klien dengan
Gangguan Sistem
Kardiovaskular*. Jakarta:
Salemba Medika, 2009.

Pranadi, Paulus. *Terhindar dari
Penyakit dengan Obat
Herbal*. Yogyakarta: Nuha
Medika, 2013.

Riwidikdo, Handoko. *Statistik
Penelitian Kesehatan*

*dengan Aplikasi Program R
dan SPSS*. Yogyakarta:
Pustaka Rihama, 2009.

Suyanto. *Metodologi dan Aplikasi
Penelitian Keperawatan*.
Yogyakarta: Nuha Medika,
2011

Udjianti, Wajan Juni. *Keperawatan
Kardiovaskular*. Jakarta:
Salemba Medika, 2011.

-
- 1 Dosen AKPER Panti Kosala
Surakarta
 - 2 Dosen AKPER Panti Kosala
Surakarta
 - 3 Mahasiswa AKPER Panti
Kosala Surakarta