



PENERAPAN REBUSAN AIR DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MACCINI SAWAH KOTA MAKASSAR

APPLICATION OF BAKED BAY LEAF WATER TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS IN THE WORK AREA OF MACCINI SAWAH PUBLIC HEALTH CENTER MAKASSAR CITY

Adiyanto A. Saleh^{1*}, Tutik Agustini², Andi Mappanganro³, Rizqy Iftitah Alam⁴

Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muslim Indonesia Makassar

Email: adiyantosaleh85@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 08-10-2025

Revised : 09-10-2025

Accepted : 11-10-2025

Pulished : 13-10-2025

Abstract

*Hypertension is a non-communicable disease with a high risk of serious complications such as stroke and heart failure. Hypertension management relies not only on pharmacological therapy but also requires non-pharmacological approaches such as the use of family medicinal plants (TOGA). Bay leaves (*Syzygium polyanthum*) are known to contain flavonoids, tannins, and essential oils that have vasodilator and diuretic effects, thus potentially lowering blood pressure. This study aims to apply boiled bay leaf water to lower blood pressure in hypertensive patients in the Maccini Sawah Community Health Center, Makassar City. The method used is a case study of one hypertensive patient with blood pressure measurements before and after the intervention. The results showed a decrease in blood pressure from 180/97 mmHg to 160/90 mmHg after the intervention was given. These findings support the potential of bay leaves as an effective, safe, and affordable complementary therapy.*

Keywords : Bay leaves, Hypertension, Herbal decoction, Blood pressure

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang berisiko tinggi menimbulkan komplikasi serius seperti stroke dan gagal jantung. Penatalaksanaan hipertensi tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis, namun juga perlu pendekatan nonfarmakologis seperti penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA). Daun salam (*Syzygium polyanthum*) diketahui mengandung flavonoid, tanin, dan minyak atsiri yang memiliki efek vasodilator dan diuretik sehingga berpotensi menurunkan tekanan darah. Karya ilmiah ini bertujuan untuk menerapkan rebusan air daun salam dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar. Metode yang digunakan adalah studi kasus terhadap satu pasien hipertensi dengan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan adanya penurunan tekanan darah dari 180/97 mmHg menjadi 160/90 mmHg setelah intervensi diberikan. Temuan ini mendukung potensi daun salam sebagai terapi komplementer yang efektif, aman, dan terjangkau.

Kata Kunci : Daun salam, Hipertensi, Rebusan herbal, Tekanan darah

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang masih menjadi masalah kesehatan kronis di masyarakat (Kurnia, 2020,). Penyakit ini dikenal sebagai *silent killer* karena dapat menyebabkan komplikasi serius secara diam-diam tanpa gejala yang jelas, seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung koroner (Septianingsih, 2018). Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg (Muzakkir et al., 2023). Data



global menunjukkan bahwa lebih dari 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun menderita hipertensi, namun hanya sebagian kecil yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan memadai (*World Health Organization*, 2021). Di Indonesia, prevalensi hipertensi meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018, dengan estimasi jumlah kasus mencapai 63 juta orang dan angka kematian lebih dari 427 ribu (Susanti et al., 2022).

Khusus di Sulawesi Selatan, jumlah penderita hipertensi mencapai lebih dari 1,5 juta orang, sedangkan di Kota Makassar tercatat sekitar 290 ribu kasus, menempatkannya sebagai salah satu daerah dengan prevalensi tertinggi (Magdalena Suryati Sudin & Kartini, 2023). Hipertensi bahkan menempati urutan kedua dari sepuluh besar penyakit terbanyak di Kota Makassar dengan prevalensi 27,61% dan angka mortalitas 18,6% (Sakinah et al., 2020). Kondisi ini menunjukkan perlunya strategi pengendalian hipertensi yang efektif, murah, dan mudah diakses masyarakat. Selain terapi farmakologis, pemanfaatan intervensi nonfarmakologis seperti perubahan gaya hidup, olahraga, dan penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi alternatif yang potensial. Salah satu tanaman yang banyak digunakan adalah daun salam (*Syzygium polyanthum*), yang mengandung flavonoid, tanin, dan minyak atsiri yang berfungsi sebagai antioksidan dan vasodilator sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Sari & Utami, 2020).

Masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar masih menghadapi kesulitan dalam pengendalian hipertensi, baik karena rendahnya kesadaran untuk melakukan pengelolaan mandiri maupun minimnya pemanfaatan TOGA, termasuk daun salam. Padahal, rebusan air daun salam terbukti aman, mudah didapat, dan terjangkau, namun belum dimanfaatkan secara optimal. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara potensi lokal dengan penerapannya dalam praktik sehari-hari (Susanti et al., 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, karya ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan rebusan air daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar. Studi ini diharapkan bermanfaat dalam memberikan bukti empiris bagi tenaga kesehatan serta menjadi referensi masyarakat dalam memilih terapi alternatif yang tepat.

METODE PENELITIAN

Desain Studi

Karya ilmiah ini menggunakan rancangan studi kasus terhadap satu pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar. Lokasi studi dipilih karena hipertensi termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak yang dilaporkan setiap tahunnya, sehingga intervensi nonfarmakologis seperti pemanfaatan tanaman obat keluarga perlu dikembangkan.

Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan dalam karya ilmiah ini adalah daun salam segar sebanyak 9 lembar, air bersih 500 ml, panci perebus, gelas takar, saringan, dan gelas saji. Rebusan dibuat dengan cara merebus daun salam dalam 500 ml air hingga mendidih selama ± 10 menit hingga volume berkurang menjadi 200-300 ml, kemudian disaring dan diberikan kepada pasien satu kali sehari.



Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran tekanan darah pasien menggunakan tensimeter sebelum intervensi dan setelah intervensi. Seluruh prosedur pemberian intervensi dilakukan sesuai standar operasional.

Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian intervensi rebusan daun salam. Penurunan tekanan darah dianggap signifikan apabila terdapat perbedaan nilai sistolik dan/atau diastolik setelah pemberian intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pasien Ny. R, perempuan berusia 57 tahun dengan riwayat hipertensi, mengalami keluhan nyeri dada dan sakit kepala sejak lima hari sebelum pengkajian. Tekanan darah awal tercatat 180/97 mmHg dengan denyut nadi 96x/menit, suhu tubuh 36,1°C, dan respirasi 19x/menit. Keluhan nyeri dirasakan seperti tertusuk, hilang timbul, dengan skala nyeri 4 (sedang).

Intervensi yang diberikan berupa pemberian rebusan air daun salam sebanyak 200 ml satu kali sehari, disertai edukasi teknik relaksasi napas dalam. Pada evaluasi setelah intervensi, pasien melaporkan penurunan keluhan nyeri kepala dan dada dengan skala nyeri menurun menjadi 2 (ringan). Tekanan darah juga menurun menjadi 160/90 mmHg, pasien tampak lebih rileks, nyaman, dan tidak meringis.

Pembahasan

Hasil karya ilmiah menunjukkan adanya penurunan tekanan darah dan gejala nyeri setelah pemberian rebusan daun salam. Kondisi ini sejalan dengan teori patofisiologi hipertensi menurut Guyton dan Hall, bahwa peningkatan tekanan darah menyebabkan disfungsi endotel dan peningkatan resistensi perifer, yang memicu nyeri kepala dan dada akibat gangguan perfusi otak serta peningkatan beban kerja jantung (Guyton & Hall, 2020).

Penurunan tekanan darah pada pasien dapat dijelaskan melalui kandungan bioaktif daun salam seperti flavonoid, tanin, dan minyak atsiri yang berperan sebagai antioksidan dan vasodilator alami. Flavonoid diketahui meningkatkan produksi nitric oxide (NO) yang membantu relaksasi otot polos pembuluh darah dan menurunkan resistensi perifer (Aris, 2019). Temuan ini konsisten dengan penelitian Aji dan Sani (2021) yang membuktikan bahwa konsumsi rebusan daun salam selama tujuh hari mampu menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan. Selain itu, hasil penelitian Susilowati et al. (2023) juga mendukung efektivitas rebusan daun salam pada pasien hipertensi usia lanjut. Senyawa aktif dalam daun salam berkontribusi terhadap perbaikan fungsi endotel dan peningkatan ekskresi natrium melalui urin, sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Hal ini menjelaskan adanya perbaikan klinis pada pasien Ny. R setelah pemberian intervensi.

Dari perspektif keperawatan, intervensi ini juga relevan dengan teori Self-Care Deficit Nursing dari Dorothea Orem, yang menekankan pentingnya kemandirian pasien dalam merawat dirinya. Pemberian rebusan daun salam merupakan bentuk terapi nonfarmakologis yang sederhana, mudah diakses, dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Pendekatan ini mendukung praktik



keperawatan komunitas berbasis promotif dan preventif, serta memanfaatkan potensi lokal untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi (Wartolah, 2021).

Dengan demikian, hasil karya ilmiah ini membuktikan bahwa rebusan air daun salam efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah serta meredakan gejala nyeri pada pasien hipertensi. Intervensi ini dapat dijadikan alternatif pendukung terapi farmakologis dalam upaya pengendalian hipertensi di tingkat pelayanan kesehatan primer maupun komunitas.

KESIMPULAN

Penerapan rebusan air daun salam (*Syzygium polyanthum*) terbukti mampu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah. Temuan ini memberikan makna bahwa pemanfaatan tanaman obat keluarga, khususnya daun salam, dapat menjadi intervensi nonfarmakologis yang efektif, aman, serta terjangkau dalam mendukung pengelolaan hipertensi secara holistik, sehingga karya ilmiah ini menjawab tujuannya yaitu membuktikan efektivitas rebusan air daun salam sebagai salah satu bentuk terapi komplementer dalam praktik keperawatan komunitas. Namun, penulis menyadari adanya keterbatasan karya ilmiah ini sehingga penelitian lanjutan diharapkan dapat mengkaji dengan jumlah responden yang lebih besar untuk memperkuat bukti ilmiah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta masukan berharga dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini. Penulis juga berterima kasih kepada pihak Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia dan seluruh staf Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar yang telah memberikan izin dan dukungan selama proses studi kasus ini berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, P. T., & Sani, F. N. (2021). Pengaruh terapi air rebusan daun salam terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*, 14(2), 18–25.
- Kurnia, A. (2020). *Self-management hipertensi*. CV Jakad Media Publishing.
- Magdalena, S. S., Kartini, & Haris, H. (2023). Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(1), 37–47.
- Muzakkir, H., Hermin, Mutmainna, Amriati, & Muzdaliah, I. (2023). Pemberian health education salt dietary terhadap pasien hipertensi di Kabupaten Majene. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 4(1), 171–178.
- Sari, D. P., & Utami, P. S. (2020). Efektivitas rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 101–107.
- Septianingsih, D. G. (2018). *Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap pasien hipertensi dengan upaya pengendalian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Samata* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Alauddin.



Susanti, S., Bujawati, E., Sadarang, R. A. I., & Ihwana, D. (2022). Hubungan self-efficacy dengan manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar tahun 2022. *Jurnal Kesmas Jambi*, 6(2), 48–58.

World Health Organization. (2021). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>