

# EDUKASI PEMBERIAN REBUSAN DAUN SALAM PADA PASIEN HIPERTENSI DI DESA PAKU ALAM KECAMATAN SUNGAI TABUK

Rian Tasalim<sup>1)</sup>; Dian Bardiansyah<sup>2)</sup>; Ardhia Redina Cahyani<sup>3)</sup>; Diar<sup>4)</sup>; Eka Shandika Ade Pratiwi<sup>5)</sup>;  
Febby Nathalia Dano<sup>6)</sup>; Lia Fitriani<sup>7)</sup>; Rico Naim<sup>8)</sup>; Saldilawaty<sup>9)</sup>; Tya Ayu Widyasari<sup>10)</sup>

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10) Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia Banjarmasin

E-mail: [bardiansyaah@gmail.com](mailto:bardiansyaah@gmail.com)

## Abstrak

Lansia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun dan kurang mampu dalam menafkahi diri sendiri dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Hipertensi atau dikenal dengan tekanan darah tinggi adalah kondisi dimana pembuluh darah mengalami peningkatan secara menerus. Pengabdian berusaha mengetahui tingkat pengetahuan lansia yang mengalami hipertensi terhadap rebusan daun salam untuk membantu menurunkan tekanan darah. Pemecahan masalah yang sesuai adalah *community development* (Pengembangan Komunitas). Program pengabdian dilakukan melalui 3 tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Sasaran yaitu lansia RT 01, 02, dan 03 di Desa Paku Alam Kecamatan Sungai Tabuk secara khusus hasil kegiatan data lansia yang didapatkan yaitu laki-laki 8 orang perempuan 27 orang total 35 orang. Setelah dilakukan pengukuran tekanan darah pada lansia di Desa Paku Alam Kecamatan Sungai Tabuk pada RT 01,02, dan 03 yang menderita hipertensi sebanyak 25 orang (71,4%). Perlakuan yang diberikan berupa edukasi mengenai materi daun salam dan demonstrasi cara pembuatan rebusan daun salam. Hasil *pretest* Pengetahuan baik diperoleh 63,4 % dan untuk hasil *posttest* pengetahuan baik diperoleh 80,5%. Ada pengaruh sebelum dan sesudah tingkat pengetahuan lansia terhadap edukasi pemberian rebusan daun salam.

**Kata kunci:** Banjarmasin, Community Development, Daun salam, Lansia, Hipertensi

## Abstract

**[DECOCTION OF BAY LEAF FOR HYPERTENSION PATIENTS IN PAKU ALAM VILLAGE SUBDISTRICT OF SUNGAI TABUK]** Elderly is someone who is over 60 years old and unable to support themselves in meeting their daily needs. Hypertension, also known as high blood pressure, is a condition in which blood vessels increase continuously. The servant tries to find out the level of knowledge of elderly people who have hypertension about bay leaf decoction to help lower blood pressure. The appropriate solution to the problem is community development. The service program is carried out through 3 stages, namely the preparation stage, the implementation stage, and the evaluation stage. The targets were elderly RT 01, 02, and 03 in Paku Alam Village, Sungai Tabuk Sub-District, in particular, the results of the activities for elderly data obtained were 8 men, 27 women, a total of 35 people. After measuring blood pressure in the elderly in Paku Alam village, Sungai Tabuk sub-district at RT 01, 02, and 03, the results of the study and examination of blood pressure on the elderly found that 25 elderly people in RT 01, 02, and 03 had hypertension (71,4%). The treatment given was in the form of education about bay leaf material and a demonstration of how to make bay leaf decoction. Good knowledge pretest results obtained 63.4% and for good knowledge posttest results obtained 80.5%. There is an influence before and after the level of knowledge of the elderly on the education of giving bay leaf decoction.

**Keywords:** Banjarmasin, Community Development, Bay Leaves, Elderly, Hypertension

## 1. Pendahuluan

Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas (Kemenkes RI, 2019), Lansia merupakan seseorang yang mengalami kemunduran dan perubahan baik dari biologis, fisik maupun sikap sehingga perubahan tersebut mempengaruhi pada seluruh aspek kehidupan termasuk kesehatan (Suratih., et al., 2022). WHO pada tahun 2012 dalam Salam., et al (2019) perkiraan jumlah penduduk lansia di seluruh dunia pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar orang dan akan terus bertambah hingga 2 milyar orang di tahun 2025. Indonesia termasuk salah satu Negara yang proses penuaan penduduknya tercepat di Asia Tenggara. Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2010 sebanyak 23.992.553 jiwa (9,77%) dan pada tahun 2015 sebanyak 28.283.000 jiwa (11,34%). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) Kalimantan selatan tahun 2020 terdapat jumlah lansia sebanyak 679.532 jiwa yang berusia 60 tahun keatas dan di kota Banjarmasin terdapat lansia berjumlah 52.083 jiwa (7,6 %).

Penyakit yang sering diderita pada lansia seperti hipertensi. Hipertensi atau yang dikenal dengan tekanan darah tinggi adalah kondisi dimana pembuluh darah mengalami peningkatan secara terus-menerus. Penyakit ini biasa disebut sebagai *silent killer* karena penyakit hipertensi sering muncul pada seseorang tanpa disertai dengan gejala. Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi tekanan darah sistolik  $\geq 130$  mmHg atau diastolik  $\geq 80$  mmHg. Sekitar 80 – 95% merupakan hipertensi esensial yang berarti tidak ada penyebab spesifik. Kondisi ini umumnya jarang menimbulkan gejala dan sering tidak disadari, sehingga dapat menimbulkan morbiditas lain seperti gagal jantung kongestif, hipertrofi ventrikel kiri, stroke, gagal ginjal stadium akhir, atau bahkan kematian (WHO, 2021).

Negara Indonesia memiliki pengidap hipertensi yang cukup tinggi yaitu 34,1% dari total masyarakat Indonesia yang berusia  $\geq 18$  tahun. Penderita Hipertensi terbanyak di Indonesia adalah para lansia yaitu orang yang berusia lebih dari 60 tahun, diperkirakan sebesar 55,2% pada usia 55-64 tahun, lalu pada usia 65-74 tahun sebesar 63,2%, dan usia 75 tahun keatas sebesar 69,5%. Provinsi Kalimantan Selatan menduduki peringkat pertama di Indonesia dengan angka hipertensi mencapai 44,1% dari total masyarakat di Kalimantan Selatan. Sedangkan Kota Banjarmasin menduduki peringkat ke 4 di Provinsi Kalimantan Selatan dengan Prevalensi sebesar 46,8 % , Prevalensi lansia penderita hipertensi di Desa Paku Alam adalah sebesar 71,4%(Badan Litbang Kesehatan, 2018).

Dari uraian diatas pengabdian berusaha memberikan edukasi pemberian rebusan daun salam pada pasien hipertensi di Desa Paku Alam Kecamatan Sungai Tabuk.

## 2. Metode

Metode pemecahan masalah yang sesuai adalah dengan pendekatan *community development*. Pengabdian bekerjasama yang terdiri dari 3 wilayah yaitu RT 01,02, dan 03 warga di wilayah Desa Paku Alam data yang ada terdapat 2 orang kader lansia yang aktif. Dari hasil pemeriksaan tekanan darah secara *door to door* yang dilakukan pengabdian didapatkan bahwa sebanyak 25 dari 35 (71,4%) lansia berusia diatas 60 tahun mengalami hipertensi. Edukasi pemberian rebusan daun salam pada pasien hipertensi di Desa Paku Alam dilakukan di 3 tempat di hari yang berbeda, hari pertama dilakukan di RT. 02, hari kedua dilakukan di RT. 03, hari ketiga dilakukan di RT.01 di karenakan jarak antar RT yang jauh sehingga lansia sulit menjangkau apabila dilakukan di satu tempat.

Edukasi cara pembuatan daun salam, bahan dan alat yang dibutuhkan meliputi 10 lembar daun salam, Air 300 ml, Kompor, Panci, Saringan, Gelas ukur, Adukan (iros), dan langkah pelaksanaan membuat air rebusan daun salam adalah cuci daun salam sampai bersih, rebus air dalam panci sampai mendidih, kalau air sudah mendidih masukkan daun salam yang sudah dicuci tadi, tunggu beberapa saat sampai air menjadi 150 ml (1 gelas), kemudian rebusan daun salam kalau sudah dingin disaring. Adapun teknik minum rebusan daun salam hasil rebusan tersebut diminum pagi dan sore, air rebusan daun salam diminum sebelum makan, masing-masing diminum  $\frac{1}{2}$  gelas selama 1 minggu, selama mengkonsumsi air rebusan daun salam jangan minum alkohol.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data masyarakat di Desa Paku Alam Kecamatan Sungai Tabuk pada RT 01, 02, dan 03 didapatkan dari hasil pengkajian pemeriksaan tekanan darah pada tanggal 14 November 2022 terhadap lansia diatas 60 tahun, ditemukan lansia yang menderita hipertensi berjumlah 25 dari 35 lansia (71,4%), sehingga intervensi yang dilakukan untuk menanggulangi

hal tersebut kami melakukan penyuluhan edukasi pemberian daun salam untuk menurunkan hipertensi kepada lansia di Desa Paku Alam. Daun salam merupakan salah satu obat tradisional yang sering di konsumsi oleh penderita hipertensi, di Desa Paku Alam banyak terdapat pohon daun salam sehingga lebih memudahkan lansia dalam mendapatkan bahan tersebut.

Penyuluhan yang berjudul edukasi pemberian daun salam pada pasien hipertensi di Desa Paku Alam yang telah dilaksanakan pada RT 01 tanggal 28 november 2022 sebanyak 10 peserta, RT 02 tanggal 24 november 2022 sebanyak 17 peserta, dan RT 03 tanggal 25 november 2022 sebanyak 13 peserta sehingga total keseluruhan ada sebanyak 40 peserta yang hadir didalam kegiatan penyuluhan.



**Gambar 1.** Penyuluhan RT. 01



**Gambar 2.** Penyuluhan RT. 02



**Gambar 3.** Penyuluhan RT. 03

Pengabdian melakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum pemaparan materi daun salam dan demonstrasi cara pembuatan rebusan daun salam kepada masyarakat yang telah hadir ke acara kegiatan penyuluhan.



**Gambar 4.** Melakukan Pemeriksaan Tekanan Darah

Kemudian kami kelompok 2 dari stase komunitas melakukan *pretest* diberikan edukasi mengenai materi daun salam dan demonstrasi cara pembuatan rebusan daun salam diperoleh pengetahuan baik 63,4 % dan setelah melakukan penyuluhan pemaparan materi hipertensi dan demonstrasi cara pembuatan rebusan daun salam pada 40 peserta yang hadir didapatkan hasil *posttest* pengetahuan baik diperoleh 80,5 %. Sehingga dari hasil tersebut bisa ditarik kesimpulan bahwa masyarakat yang telah dipaparkan materi tentang hipertensi dan demonstrasi cara pembuatan rebusan daun salam mampu meningkatkan pemahaman materi sesudah diberikan penyuluhan dan demonstrasi jika dibandingkan sebelum diberikan demonstrasi.



**Gambar 5.** Melakukan Pengisian *Pretest* dan *Posttest*

Daun salam memiliki nama ilmiah yaitu *Syzygium polyanthum* dan seringkali daun salam digunakan sebagai rempah rempah masakan nusantara (Rahayu, 2017). Senyawa kimia yang terdapat didalam daun salam merupakan hasil ekstrak aseton yang mengandung fenol dan tanin dan untuk ekstrak etanol terkandung berupa alkaloid, fenol, flavonoid dan tanin, dan adapun untuk air daun salam ekstraknya mengandung flavonoid, fenol, serta tanin (Rivai et al., 2019). Didalam daun salam itu sendiri memiliki kandungan mineral misalnya seperti kalium, kalsium, fosfor, zat besi, seng, natrium dan magnesium (Naja, 2019).

Menurut (Adrian, 2019) daun salam memiliki efek samping yang secara umum tidak dianjurkan seperti: pertama penderita diabetes mellitus karena dapat menurunkan gula darah secara konstan berlebih sehingga tidak terkontrol yang berisiko menyebabkan hipoglikemia (gula darah rendah), kedua pasien bedah karena mengkonsumsi daun salam berakibat terganggunya efek obat anestesi saat pembedahan maupun pasca pembedahan.

Menurut penelitian yang dilakukan (Badrujamaludin et al., 2020) yang telah melakukan perbandingan pengaruh yang paling efektif antara daun salam dengan daun seledri terhadap penurunan darah, didalam penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang meminum daun salam tidak mengalami keluhan apapun dan pasien yang mengkonsumsi daun seledri lebih sering kencing dari pada sebelumnya. Menurut (Badrujamaludin et al., 2020) daun salam memiliki manfaat untuk penurunan tekanan darah karena memiliki kandungan berbagai senyawa dan mineral yang sangat bermanfaat bagi tubuh dan salah satu senyawa yang berperan aktif dalam penurunan tekanan darah ialah flavonoid, didalam flavonoid mengandung *quarcetin*. *Quarcetin* memiliki fungsi sebagai antiplatelet, vasolidator, antiproliferative, dan penurunan tekanan darah. Berdasarkan (WHO, 2021) hipertensi merupakan sebuah kondisi yang tekanan darah disalurkan untuk mengalirkan darah melewati dinding arteri terlalu kuat sehingga terjadinya peningkatan tekanan darah.

Berdasarkan penelitian (Tika, 2021) hipertensi memiliki penyebab yang terbagi menjadi dua yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer merupakan penyebab yang masih belum diketahui penyebab pastinya, hipertensi primer paling sering ditemui dikalangan masyarakat, 90-95 % masyarakat terkena hipertensi primer (Lin et al., 2019). Hipertensi sekunder merupakan hipertensi yang jarang terjadi dimasyarakat, angka kejadian hipertensi sekunder jenis ini hanya mencapai 5-10% dari total penderita hipertensi (Puar et al., 2016). Tanda dan gejala penderita hipertensi biasanya gelisah, jantung berdebar, sakit kepala, mudah lelah, pusing dan penglihatan kabur dan nyeri dada (Kemenkes RI, 2019).

#### 4. Simpulan dan Saran

Hasil pengabdian kepada masyarakat di Desa Paku Alam *pretest* diberikan edukasi mengenai materi daun salam dan demonstrasi cara pembuatan rebusan daun salam diperoleh pengetahuan baik 63,4 % dan setelah melakukan penyuluhan pemaparan materi hipertensi dan

demonstrasi cara pembuatan rebusan daun salam pada 40 peserta yang hadir didapatkan hasil *posttest* pengetahuan baik diperoleh 80,5 %. Saran bagi penderita hipertensi diharapkan kepada penderita hipertensi mengkonsumsi rebusan daun salam untuk menurunkan tekanan darah dan memeriksa tekanan darah secara rutin ke pelayanan kesehatan agar terkontrol. Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan di harapkan pengabdian kepada masyarakat ini dapat menjadi masukan institusi pendidikan kesehatan terutama pada keperawatan dapat termuat kedalam mata kuliah keperawatan komunitas tentang materi pemberian demonstrasi rebusan daun salam dan mengimplementasikan ketika melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang pentingnya edukasi rebusan daun salam. Bagi tenaga medis/petugas kesehatan, terutama pada perawat dan bidan yang bekerja di puskesmas dan pelayanan kesehatan yang khusus untuk penderita hipertensi dan perawat diharapkan memberikan edukasi penting mengenai pemberian rebusan daun salam yang memiliki banyak manfaat terutama pada penurunan tekanan darah

## 5. Daftar Pustaka

- Adrian, S. J. (2019). Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *CDK-274*, 46(3), 172–178.
- Badan Litbang Kesehatan, K. K. R. (2018). Laporan Nasional RKD2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.  
[http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINAL.pdf](http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf)
- Badrujamaludin, A., Budiman, B., & Erisandi, T. D. (2020). Perbedaan air rebusan daun seledri dan air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada pra lansia dengan hipertensi primer. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), 177–186.  
<https://doi.org/10.33024/hjk.v14i2.2541>
- Kemendes RI. (2019). *Faktor risiko penyebab Tekanan Darah Tinggi - Direktorat P2PTM*.  
<http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/faktor-risiko-penyebab-hipertensi>
- Lin, S. R., Lin, S. Y., Chen, C. C., Fu, Y. S., & Weng, C. F. (2019). Exploring a new natural treating agent for primary hypertension: Recent findings and forthcoming perspectives. *Journal of Clinical Medicine*, 8(11). <https://doi.org/10.3390/jcm8112003>
- Naja, B. K. (2019). *Pengaruh Berbagai Konsentrasi Ekstrak Daun Salam (Syzygium Polyanthum W.) Dan Lama Penyimpanan Terhadap Kualitas Ikan Nila Segar Sebagai Sumber Belajar Biologi*.
- Puar, T. H. K., Mok, Y., Debajyoti, R., Khoo, J., How, C. H., & Ng, A. K. H. (2016). Secondary hypertension in adults. *Singapore Medical Journal*, 57(5), 228–232.  
<https://doi.org/10.11622/smedj.2016087>
- Rahayu, S. (2017). *Pengaruh Terapi Air Rebusan Daun Salam Terhadap Hipertensi di Desa Kapitugal*.
- Rivai, H., Yulianti, S., & Chandra, B. (2019). Analisis Kualitatif dan Kuantitatif dari Ekstrak Heksan, Aseton, Etanol, dan Air dari Daun Salam (*Syzygium polyanthum* (WIGHT) Walp.). *Jurnal Fakultas Farmasi Universitas Andalas*, March, 1–13.  
<https://doi.org/10.13140/RG.2.2.20451.60963>
- Tika, T. T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi: Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Medika*, 03(01), 1260–1265.  
<http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/download/263/177>
- WHO. (2021, August). *Hypertension*. World Health Organization.