

Efektivitas Rebusan Daun Salam Sebagai Minuman Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil di Puskesmas Pekauman

Barkah Rizkiana Setiyo Putri¹, Ika Avrilina Haryono², Dede Mahdiya³, Putri Vidiyasari Darsono⁴

^{1,2,3,4} Universitas Sari Mulia

Email: putriaskp14@gmail.com

Article History:

Received May 16th, 2026

Accepted Mar 9th, 2026

Publish May 18th, 2026

Abstrak

Hipertensi dalam kehamilan merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas ibu di Indonesia. Penggunaan obat antihipertensi memiliki risiko terhadap janin, sehingga diperlukan alternatif alami yang aman. Daun salam (*Syzygium polyanthum*) mengandung flavonoid, tanin, dan saponin yang bersifat diuretik dan vasodilator, sehingga berpotensi menurunkan tekanan darah. Mengetahui efektivitas rebusan daun salam sebagai minuman untuk menurunkan tekanan darah pada ibu hamil di Puskesmas Pekauman. Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel berjumlah 20 ibu hamil dengan hipertensi yang dipilih menggunakan purposive sampling. Intervensi berupa pemberian rebusan 10–15 lembar daun salam dua kali sehari selama 3 hari. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Uji normalitas data menggunakan Shapiro–Wilk menunjukkan sebagian data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga analisis dilanjutkan dengan uji Wilcoxon Signed Ranks Test. Terdapat penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik dari rata-rata 145,85 mmHg menjadi 123,50 mmHg ($p < 0,001$) dan perbedaan signifikan pada tekanan darah diastolik dari rata-rata 80,80 mmHg menjadi 90,15 mmHg ($p = 0,003$). Seluruh responden mengalami penurunan pada tekanan darah sistolik, sedangkan pada diastolik sebagian mengalami kenaikan. Rebusan daun salam efektif menurunkan tekanan darah sistolik pada ibu hamil dengan hipertensi, dan dapat dijadikan terapi komplementer yang aman serta mudah diterima.

Kata Kunci: Hipertensi, Ibu Hamil, Rebusan Daun Salam, Tekanan Darah, Terapi Herbal

Abstract

*Hypertension in pregnancy is one of the leading causes of maternal morbidity and mortality in Indonesia. The use of antihypertensive drugs carries potential risks to the fetus, making safe natural alternatives necessary. Bay leaves (*Syzygium polyanthum*) contain flavonoids, tannins, and saponins, which have diuretic and vasodilatory properties, and thus have the potential to lower blood pressure. To determine the effectiveness of bay leaf decoction as a drink to reduce blood pressure in pregnant women at Pekauman Health Center. This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest- posttest approach. The sample consisted of 20 pregnant women with hypertension selected through purposive sampling. The intervention involved administering a decoction of 10–15 bay leaves twice daily for three consecutive days. Blood pressure was measured before and after the intervention. The Shapiro–Wilk normality test indicated that some data were not normally distributed ($p < 0.05$), therefore, the Wilcoxon Signed Ranks Test was used for analysis. There was a significant decrease in systolic blood pressure from a mean of 145.85 mmHg to 123.50 mmHg ($p < 0.001$) and a significant difference in diastolic blood pressure from a mean of 80.80 mmHg to 90.15 mmHg ($p = 0.003$). All respondents experienced a reduction in systolic blood pressure, while some experienced an increase in diastolic blood pressure. Bay*

leaf decoction is effective in lowering systolic blood pressure in pregnant women with hypertension and can be used as a safe and well-accepted complementary therapy.

Keywords: Hypertension, Pregnant Women, Bay Leaf Decoction, Blood Pressure, Herbal Therapy

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi medis di mana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg (Kemenkes RI, 2023). Hipertensi pada kehamilan adalah peningkatan tekanan darah yang terjadi pertama kali setelah usia kehamilan 20 minggu pada ibu yang sebelumnya normotensi (WHO, 2023). Hipertensi dalam kehamilan meliputi hipertensi gestasional, preeklampsia, dan eklampsia, yang berisiko menimbulkan komplikasi serius baik pada ibu maupun janin.

Di seluruh dunia, hipertensi menjadi penyebab utama kematian ibu, menyumbang sekitar 10% dari seluruh penyebab kematian ibu hamil (WHO, 2023). Di Indonesia, hipertensi menempati urutan kedua penyebab kematian ibu setelah perdarahan, yakni sebesar 24,1% (Kemenkes RI, 2023). Hipertensi pada ibu hamil dapat mengganggu fungsi plasenta sehingga asupan oksigen dan nutrisi ke janin berkurang. Akibatnya, janin berisiko mengalami berat badan lahir rendah (BBLR), prematuritas, bahkan kematian dalam kandungan (Nadi, 2023).

Di Kalimantan Selatan, data Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan (2024) mencatat bahwa hipertensi menjadi salah satu penyebab utama angka kematian ibu. Puskesmas Pekauman Banjarmasin melaporkan kasus hipertensi ibu hamil meningkat dari 101 kasus pada 2023 menjadi 107 kasus pada 2024. Sebagian besar kasus ditemukan pada trimester kedua dan ketiga, di mana risiko preeklampsia dan eklampsia semakin meningkat.

Penanganan hipertensi pada ibu hamil harus dilakukan secara hati-hati. Obat-obatan antihipertensi memang menjadi pilihan utama, tetapi penggunaannya terbatas karena risiko efek samping terhadap janin, seperti gangguan pertumbuhan intrauterin dan efek teratogenik. Oleh karena itu, diperlukan upaya penanganan alternatif yang alami, aman, efektif, serta dapat diterima oleh ibu hamil.

Penatalaksanaan hipertensi pada ibu hamil harus dilakukan dengan hati-hati. Obat-obatan seperti metildopa atau nifedipin memang menjadi terapi lini pertama, namun penggunaannya harus dipertimbangkan karena potensi efek samping terhadap janin (Aji, 2021). Oleh karena itu, diperlukan alternatif terapi alami yang aman dan mendukung terapi farmakologis.

Salah satu upaya non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah memanfaatkan tanaman herbal. Tanaman herbal telah digunakan secara turun-temurun untuk berbagai pengobatan, termasuk untuk menurunkan tekanan darah. Salah satu tanaman herbal yang potensial adalah daun salam (*Syzygium polyanthum*). Daun salam mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, tanin, dan saponin, yang diketahui memiliki efek diuretik (meningkatkan pengeluaran urin sehingga mengurangi volume darah) dan vasodilator (melebarkan pembuluh darah), sehingga berperan dalam menurunkan tekanan darah (Audi, 2023; Kun, 2021).

Dalam penelitian berbasis herbal, pemilihan jenis daun salam yang digunakan sangat memengaruhi keberhasilan intervensi. Daun salam yang paling baik digunakan untuk penelitian, terutama dalam upaya menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi, adalah daun salam muda dan segar. Hal ini disebabkan daun salam muda memiliki kandungan senyawa aktif yang lebih tinggi dibandingkan daun yang sudah tua, sehingga efek farmakologisnya sebagai diuretik dan vasodilator lebih optimal (Kun, 2021; Fitriani et al., 2022).

Rebusan daun salam muda dibuat dengan cara merebus 10 hingga 15 lembar daun salam segar dalam 600 ml air hingga tersisa sekitar 250 ml. Rebusan ini diminum 1 hingga 2 kali sehari sebelum makan. Penelitian terdahulu (Susana, 2022; Fitriani et al., 2022) menunjukkan bahwa konsumsi rebusan daun salam muda secara rutin dapat membantu menurunkan tekanan darah ibu hamil secara signifikan tanpa menimbulkan efek samping yang membahayakan ibu maupun janin. Oleh karena itu, pemilihan daun salam muda dalam penelitian ini sangat penting untuk mendukung keberhasilan intervensi dan menjaga keamanan penggunaan pada ibu hamil, khususnya pada trimester kedua dan ketiga di mana risiko hipertensi gestasional, preeklampsia, dan eklampsia meningkat.

Beberapa penelitian telah menunjukkan efektivitas rebusan daun salam dalam menurunkan tekanan darah. Fitriani et al. (2022) melaporkan bahwa rebusan daun salam mampu menurunkan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi tanpa menimbulkan efek samping signifikan baik pada ibu maupun janin. Rika (2022) juga menyebutkan bahwa pemberian rebusan daun salam pada ibu hamil trimester

II dan III dapat membantu mempercepat penurunan tekanan darah jika dikombinasikan dengan terapi farmakologi. Selain itu, daun salam muda lebih dianjurkan untuk digunakan karena kandungan senyawa aktifnya lebih tinggi dibanding daun yang tua (Kun, 2021).

Pada studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Pekauman pada Mei 2025 terhadap 20 ibu hamil dengan hipertensi, diketahui 5 ibu hanya mengonsumsi obat antihipertensi dan memerlukan waktu 3–6 jam untuk menstabilkan tekanan darahnya. Sementara 1 ibu yang mencoba mengonsumsi rebusan daun salam mengaku tekanan darahnya turun lebih cepat dalam 1–2 jam setelah mengonsumsi. Hal ini menjadi salah satu alasan pentingnya penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas rebusan daun salam pada ibu hamil.

Dengan memperhatikan semakin tingginya kasus hipertensi pada ibu hamil, keterbatasan penggunaan obat-obatan karena risiko efek samping, serta adanya potensi daun salam sebagai alternatif terapi alami, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Efektivitas Rebusan Daun Salam sebagai Minuman untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Ibu Hamil di Puskesmas Pekauman Banjarmasin”

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap upaya pengendalian hipertensi pada ibu hamil dengan cara yang aman, murah, mudah diterima, dan minim efek samping.

2. METODOLOGI PENELITIAN

a. Penentuan Lokasi, Waktu dan Sasaran Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Puskesmas Pekauman Banjarmasin yang beralamat di Jl. K.S Tubun No.1, Pekauman, Kecamatan: Banjarmasin Selatan, Kota Banjarmasin. Menurut Wiratna (2020), lokasi penelitian merupakan tempat dimana penelitian itu dilakukan. Penelitian ini dilakukan pada November 2024-Mei 2025. Menurut Wiratna (2020) Waktu penelitian merupakan tanggal bulan serta tahun dimana kegiatan penelitian tersebut dilakukan. Sasaran dalam penelitian ini yaitu ibu hamil yang mengalami hipertensi.

b. Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pre eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-post test design*. Pada penelitian ini, jenis yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu (*quasi experimental*).

c. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dari penelitian ini adalah ibu hamil yang hipertensi di Puskesmas Pekauman Banjarmasin. Sampel dari penelitian ini adalah 43 pasien ibu hamil hipertensi di Puskesmas Pekauman Banjarmasin. Teknik pengambilan *Purposive sampling*.

d. Jenis Data

Dalam penelitian ini data primer di dapatkan langsung berupa hasil pengukuran tekanan darah yang dilakukan langsung kepada responden, sedangkan data sekunder di dapatkan dari jurnal-jurnal, buku dan laporan terkait yang mendukung penelitian ini.

e. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data penelitian ini adalah observasional. Observasi adalah pengamatan langsung terhadap objek penelitian agar dapat menelaah secara detail kegiatan yang dilakukan. Dalam tektik observasional terkandung makna bahwa dalam melakukan pemahaman terhadap subjek yang diamati dengan menggunakan pancaindra yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman (Nurdin & Hartati, 2019). Hasil dari pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun salam di masukan kedalam lembar observasi.

SOP cara membuat rebusan daun salam. Bahan dan alat yang dibutuhkan meliputi : daun salam segar 10-15 lembar, panic kecil, gelas, air, sendok dan kompor. Cara pembuatan air rebusan daun salam yaitu pertama, cuci bersih daun 10-15 salam segar dengan air, kemudian masak air sebanyak 600 ml hingga mendidih, bila sudah mendidih masukan 10-15 daun salam segar yang telah di cuci, kemudian tunggu 15- 20 menit hingga air rebusan menjadi 250 ml, lalu bagi dua hasil air rebusan daun salam tadi sebanyak 125 ml pergelasnya dan konsumsi air rebusan daun salam sebanyak 2 x sehari sebelum makan setiap pagi dan sore hari selama 3 hari.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden Usia Ibu Hamil

Usia (tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
≤ 20 atau >35	6	30,0
21 – 35	14	70,0
Total	20	100,0

Mayoritas responden berada pada kelompok usia 21–35 tahun (70%), dua responden ≤20 atau >35 tahun (30%). Distribusi ini menunjukkan profil dominan usia reproduktif madya pada sampel.

Tabel 2. Karakteristik Responden Paritas Ibu Hamil

Paritas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Primipara	7	35
Multipara	10	50
Grandemultipara	3	15
Total	20	100,0

Lebih dari sepertiga responden adalah multipara 10 orang (50%), diikuti primipara 7 orang (35%). Terdapat grandemultipara 3 orang (15%) dan yang ditampilkan sebagai kategori terpisah. (Sumber data: lembar observasi).

Tabel 3. Karakteristik Responden Riwayat Hipertensi pada Ibu Hamil

Riwayat Hipertensi Keluarga	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ada	11	55,0
Tidak	9	45,0
Total	20	100,0

Lebih dari separuh responden 55% memiliki riwayat hipertensi pada keluarga. Faktor genetik/riwayat keluarga ini dapat berkontribusi terhadap risiko hipertensi pada kehamilan.

Tabel 4. Rata-Rata Tekanan Darah Ibu Sebelum Pemberian Rebusan Daun Salam

Kelompok	N	Mean	SD	Min	Max
Tekanan darah sistolik	20	145,85	5,556	140	160
Tekanan darah diastolik	20	80,80	10,943	58	100

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa sebelum intervensi berupa pencucuran rebusan daun salam, rata-rata tekanan darah sistolik responden adalah 145,85 mmHg dengan standar deviasi 5,556 mmHg, nilai terendah 140 mmHg dan tertinggi 160 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik sebelum intervensi adalah 80,80 mmHg dengan standar deviasi 10,943 mmHg, nilai terendah 58 mmHg dan tertinggi 100 mmHg.

Tabel 5. Rata-rata Tekanan darah Ibu Hamil Setelah Pemberian Rebusan Daun Salam

Kelompok	N	Mean	SD	Min	Max
Tekanan darah sistolik	20	123,50	22,305	120	136
Tekanan darah diastolik	20	90,15	7,569	73	100

Pada tabel 5 terlihat bahwa setelah intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi 123,50 mmHg dengan standar deviasi 22,305 mmHg, nilai terendah 120 mmHg dan tertinggi 136 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik sesudah intervensi justru meningkat menjadi 90,15 mmHg dengan standar deviasi 7,569 mmHg, nilai terendah 73 mmHg dan tertinggi 100 mmHg

Tabel 6. Efektivitas Pemberian Daun Salam

Variabel	N	Negative Ranks (n)	Positive Ranks (n)	Ties (n)	Z	P-Value
Tekanan darah sistolik	20	20	0	0	-3,925	< 0,001
Tekanan darah diastolik	20	2	15	3	-2,944	0,005

Berdasarkan tabel *Uji Wilcoxon Signed Ranks*, hasil analisis menunjukkan bahwa pada tekanan darah sistolik seluruh responden (100%) mengalami penurunan setelah intervensi (*negative ranks* = 20), dengan nilai $Z = -3,925$ dan $p\text{-value} < 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi. Sedangkan pada tekanan darah diastolik, sebagian besar responden (75%) mengalami penurunan (*negative ranks* = 15), 10% mengalami peningkatan (*positive ranks* = 2), dan 15% tidak mengalami perubahan (*ties* = 3). Nilai Z

yang diperoleh adalah -2,944 dengan p-value = 0,005, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah intervensi.

2) Pembahasan

a. Tekanan Darah Ibu Hamil Sebelum Pemberian Rebusan Daun Dalam Di Puskesmas Pekauman Banjarmasin

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi medis di mana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg (Kemenkes RI, 2023). Hipertensi pada kehamilan adalah peningkatan tekanan darah yang terjadi pertama kali setelah usia kehamilan 20 minggu pada ibu yang sebelumnya normotensi (WHO, 2023). Hipertensi dalam kehamilan meliputi hipertensi gestasional, preeklampsia, dan eklampsia, yang berisiko menimbulkan komplikasi serius baik pada ibu maupun janin.

Oleh karena itu, penting untuk mendeteksi dan menangani hipertensi pada ibu hamil sejak dini agar tidak menimbulkan risiko bagi ibu maupun janin. Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah dengan pendekatan non-obat (non-farmakologis), seperti mengatur pola makan, manajemen stres, dan memanfaatkan tanaman herbal seperti daun salam yang dipercaya memiliki efek penurunan tekanan darah.

Penyebab Hipertensi pada Ibu Hamil diakibatkan oleh beberapa faktor risiko dalam kehamilan antara lain:

a) Riwayat hipertensi sebelumnya

Lebih dari separuh responden 55% memiliki riwayat hipertensi pada keluarga. Faktor genetik/riwayat keluarga ini dapat berkontribusi terhadap risiko hipertensi pada kehamilan.

b) Usia ibu terlalu muda (<20 tahun) atau terlalu tua (>35 tahun)

Mayoritas responden berada pada kelompok usia 21–35 tahun (70%), dua responden ≤ 20 atau > 35 tahun (30%). Distribusi ini menunjukkan profil dominan usia reproduktif madya pada sampel.

c) Kehamilan pertama

Lebih dari sepertiga responden adalah multipara 10 orang (50%), diikuti primipara 7 orang (35%). Terdapat grandemultipara 3 orang (15%) dan yang ditampilkan sebagai kategori terpisah. (Sumber data: lembar observasi).

Hipertensi pada kehamilan didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah dengan nilai sistolik ≥ 140 mmHg atau diastolik ≥ 90 mmHg setelah usia kehamilan 20 minggu pada ibu yang sebelumnya normotensi (ACOG, 2020). Berdasarkan hasil penelitian, sebelum diberikan intervensi berupa rebusan daun salam, rerata tekanan darah sistolik responden adalah $145,85 \pm 5,556$ mmHg dengan rentang 140–160 mmHg, sedangkan rerata tekanan darah diastolik adalah $80,80 \pm 10,943$ mmHg dengan rentang 58–100 mmHg. Nilai tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang menjadi responden penelitian berada pada kategori hipertensi sistolik dengan nilai diastolik cenderung normal–borderline.

Jika dikaitkan dengan karakteristik responden, mayoritas ibu hamil berada pada kelompok usia 21–35 tahun (70%). Usia tersebut merupakan periode reproduktif aktif, namun tetap memiliki risiko mengalami hipertensi karena faktor fisiologis kehamilan yang meningkatkan beban kerja jantung dan volume plasma (Prawirohardjo, 2020). Dari segi paritas, sebagian besar responden merupakan multipara (50%), di mana kehamilan berulang dapat memicu peningkatan risiko komplikasi, termasuk hipertensi. Selain itu, lebih dari separuh responden memiliki riwayat hipertensi keluarga (55%), yang menunjukkan adanya faktor genetik sebagai predisposisi terjadinya hipertensi pada masa kehamilan (Nugraheni & Rahmawati, 2021).

Secara teoritis, daun salam (*Syzygium polyanthum*) mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, tanin, saponin, eugenol, dan asam galat yang berperan dalam pengaturan tekanan darah melalui mekanisme vasodilatasi, efek diuretik, antioksidan, serta inhibisi enzim angiotensin

converting enzyme (ACE) (Purwono et al., 2024). Flavonoid meningkatkan pelepasan nitric oxide (NO) yang bekerja memperlebar pembuluh darah sehingga menurunkan resistensi perifer, sedangkan tanin dan saponin berkontribusi terhadap efek diuretik yang membantu menurunkan volume plasma (Eryta, 2025). Dengan demikian, kondisi tekanan darah responden sebelum intervensi merefleksikan adanya pengaruh karakteristik individu terhadap hipertensi, sekaligus menggambarkan potensi kebutuhan terapi komplementer seperti rebusan daun salam.

b. Tekanan Darah Ibu Hamil Sesudah Pemberian Rebusan Daun Dalam Di Puskesmas Pekauman Banjarmasin

Setelah pemberian rebusan daun salam, rerata tekanan darah sistolik responden menurun menjadi $123,50 \pm 22,305$ mmHg dengan rentang 120–136 mmHg, sedangkan rerata tekanan darah diastolik meningkat sedikit namun tetap terkendali pada nilai $90,15 \pm 7,569$ mmHg dengan rentang 73–100 mmHg. Data ini menunjukkan adanya perubahan yang cukup berarti dibandingkan kondisi sebelum intervensi, khususnya pada tekanan darah sistolik yang semula berada pada kategori hipertensi kini bergeser menuju kategori normal tinggi.

Jika dikaitkan dengan karakteristik responden, mayoritas ibu hamil berada pada usia 21–35 tahun (70%) yang merupakan kelompok usia reproduktif. Pada kelompok usia ini, respons tubuh terhadap terapi komplementer relatif lebih baik dibanding usia lanjut, karena fungsi organ kardiovaskular dan metabolisme masih cukup optimal (Prawirohardjo, 2020). Dari segi paritas, sebagian besar responden adalah multipara (50%), di mana ibu dengan paritas lebih dari satu umumnya memiliki adaptasi fisiologis lebih baik terhadap perubahan kehamilan sehingga potensi penurunan tekanan darah setelah intervensi juga dapat lebih terlihat. Sementara itu, adanya riwayat hipertensi keluarga pada lebih dari separuh responden (55%) menggambarkan bahwa faktor genetik tetap menjadi risiko dasar, namun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi dengan rebusan daun salam masih dapat memberikan pengaruh positif terhadap penurunan tekanan darah.

Secara farmakologis, efek ini dapat dijelaskan melalui kandungan bioaktif daun salam. Flavonoid berperan sebagai vasodilator dengan meningkatkan pelepasan nitric oxide (NO), sehingga memperbaiki fungsi endotel dan menurunkan resistensi perifer. Tanin dan saponin memiliki efek diuretik yang membantu mengurangi volume plasma, sedangkan eugenol dan asam galat bekerja sebagai antioksidan yang dapat menurunkan stres oksidatif vaskular (Purwono et al., 2024; Eryta, 2025). Penelitian serupa juga menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun salam selama periode tertentu mampu menurunkan tekanan darah secara signifikan pada penderita hipertensi (Nugraheni & Rahmawati, 2021). Hal ini memperkuat temuan penelitian bahwa penggunaan rebusan daun salam berpotensi menjadi terapi komplementer yang efektif dan aman pada ibu hamil dengan hipertensi.

c. Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Salam Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Ibu Hamil

Efektivitas intervensi dapat dilihat dari hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon. Berdasarkan uji statistik, diperoleh nilai $p < 0,05$ yang menunjukkan adanya perbedaan bermakna antara tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam. Hal ini berarti rebusan daun salam terbukti efektif menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi di Puskesmas Pekauman Banjarmasin. Penurunan rata-rata tekanan darah sistolik dari 145,85 mmHg menjadi 123,50 mmHg memperlihatkan respon yang cukup signifikan, meskipun nilai diastolik masih cenderung berada pada batas normal tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi Purwono et al. (2024) yang meneliti efektivitas rebusan daun salam pada lansia hipertensi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa konsumsi rebusan daun salam 2 kali sehari selama 3 hari mampu menurunkan tekanan darah sistolik rata-rata sebesar 12–15 mmHg. Mekanisme yang dijelaskan adalah efek vasodilatasi dari flavonoid yang terkandung dalam daun salam, yang bekerja memperbaiki fungsi endotel vaskular dan menurunkan resistensi perifer.

Pada penelitian Arita (2023) dilakukan terapi pemberian rebusan daun salam, sebelum dilakukan pemberian terapi tekanan darah pasien 170/100 mmHg. Setelah dilakukan pemberian terapi Tekanan Darah pasien menurun menjadi 150/80 mmHg. Menurut kajian literatur yang dilakukan oleh Alwi (2023), diketahui rata-rata tekanan darah systole sebelum diberi rebusan daun salam adalah 166.5 mmHg dengan standar deviasi 15,31 mmHg, sedangkan untuk rata-rata tekanan darah diastole sebelum diberi rebusan daun salam adalah 94.5 mmHg dengan standar deviasi 12,76 mmHg. Kemudian, Rata-rata tekanan darah systole sesudah diberi rebusan daun salam adalah 145.75 mmHg dengan standar deviasi 11,95 mmHg, sedangkan untuk rata-rata tekanan darah diastole sesudah diberi rebusan daun salam adalah 87.75 mmHg dengan standar deviasi 4.72.

Penelitian lain oleh Eryta (2025) juga menemukan bahwa ekstrak daun salam memiliki efek antihipertensi signifikan pada pasien hipertensi ringan hingga sedang. Dalam penelitiannya, pemberian rebusan daun salam menghasilkan penurunan tekanan darah dengan nilai $p < 0,05$, yang memperkuat potensi daun salam sebagai terapi komplementer. Efek tersebut diduga terkait dengan kandungan tanin dan saponin yang memberikan efek diuretik sehingga membantu menurunkan volume plasma dan tekanan darah.

Selain itu, Nugraheni dan Rahmawati (2021) melaporkan hasil penelitian quasi-eksperimental pada ibu hamil dengan hipertensi di wilayah Jawa Tengah. Penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi rebusan daun salam selama 14 hari berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik. Peneliti menyimpulkan bahwa intervensi herbal seperti daun salam tidak hanya aman digunakan pada ibu hamil, tetapi juga berpotensi meningkatkan kepatuhan pasien terhadap terapi karena mudah diperoleh, murah, dan memiliki efek samping minimal.

Dengan demikian, temuan penelitian ini konsisten dengan berbagai penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa rebusan daun salam efektif sebagai terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah. Efektivitasnya dapat dijelaskan melalui kombinasi mekanisme farmakologis, antara lain efek vasodilatasi, diuretik, antioksidan, dan inhibisi enzim ACE yang bekerja secara sinergis dalam mengontrol tekanan darah.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, peneliti berasumsi bahwa penurunan tekanan darah yang signifikan terutama terjadi pada tekanan sistolik karena mekanisme vasodilator dan diuretik dari kandungan bioaktif daun salam lebih memengaruhi komponen ini. Sementara itu, perubahan tekanan diastolik yang lebih bervariasi dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis, posisi tubuh, waktu pengukuran, dan kondisi hidrasi responden. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan kontrol ketat terhadap variabel pengukuran sangat disarankan untuk memvalidasi temuan ini.

3) Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada proses pengumpulan data yang memerlukan waktu dan usaha lebih karena sulitnya menemukan ibu hamil yang sesuai kriteria sebagai responden. Peneliti juga menghadapi tantangan dalam membujuk dan meyakinkan para ibu hamil agar bersedia berpartisipasi dalam penelitian, yang sering kali membutuhkan pendekatan secara berulang dan persuasif. Selain itu, lokasi tempat tinggal responden yang tersebar cukup jauh dari fasilitas pelayanan kesehatan turut memperlambat proses kunjungan dan observasi.

4. KESIMPULAN

Sebelum intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik ibu hamil berada pada kategori hipertensi yaitu 145,85 mmHg, sehingga diperlukan intervensi untuk menurunkannya guna mencegah komplikasi kehamilan terkait hipertensi.

Setelah pemberian rebusan daun salam, rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi

123,50 mmHg, yang menunjukkan perbaikan kondisi tekanan darah menuju rentang yang lebih mendekati normal.

Hasil uji bivariat menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,001$). Hal ini membuktikan bahwa pemberian rebusan daun salam efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik pada ibu hamil dengan hipertensi di Puskesmas Pekauman Banjarmasin.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, Prima Trisna. (2021). Pengaruh Terapi Air Rebusan Daun Salam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar. *Jurnal Kesehatan*, 12, 50–63. <http://Ejournal.Uhb.Ac.Id/Index.Php/Vm/Issue/Archive>.
- Andoko. (2020). Efektifitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Journal Of Holistic Healthcare*, 10(2), 1–4. [Diakses Pada Tanggal 7 Mei 2020].
- Annisa. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam (*Syzygiumpolyanthum*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kuok Wilayah Kerja Upt Blud Puskesmas Kuok. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, z(4), 375–381. <https://Doi.Org/10.31004/Jkt.V2i4.2215>.
- Audi. (2023). *Research Article: Efektivitas Pengobatan Herbal Pada Pasien Hipertensi*. 9(2), 34–40. <https://Doi.Org/10.33084/Jsm.V9i2.5662>.
- Cholifa, N., & Puspitasari, I. (2022). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Purwosawi Dan Desa Sunggingan Wilayah Puskesmas Purwosari Kudus. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 6(2), 147-159.
- Fitriani, T., Restiana, N., & Badrudin, U. (2022). Penerapan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancatengah. *Healthcare Nursing Journal*, 4, 134–141. <https://Journal.Umtas.Ac.Id/Index.Php/Healthcare/Article/View/2599>.
- Hastuti Puji, A. (2022). *HIPERTENSI*. Penerbit Lakeisha. https://books.google.co.id/books?id=TbYgEAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=hipertensi&hl=id&newbks=1&newbks_redir=0&source=gb_mobile_search&sa=X&ved=2ahUKEwji5b64u5L7AhWp4jgGHfvNBhwQ6AF6BAGDEAM#v=onepage&q=hipertensi&f=false
- Kun. (2021). Pemanfaatan Daun Salam (*Eugenia Polyantha*) Sebagai Obat Herbal Dan Rempah Penyedap Makanan. *Warta Lpm*, 19(2), 110–118. <https://Doi.Org/10.23917/Warta.V19i2.2742>.
- Nadi. (2023). Efek Ekstrak Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Terhadap Glukosa Darah Sewaktu, Kadar Profil Kolesterol Dan Diabetik Kardiomiopati Pada Tikus Diabetes Mellitus. Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatann Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. *Internal Jurnal Of Moleculer Science*, 10(2), 52–61. https://R.Search.Yahoo.Com/_Ylt=Awr1ttqyywnogqia61nlqwx.;_Ylu=Y29sbwnzzzmeccg9zazqedn rpzamec2vja3ny/Rv=2/Re=1746262169/Ro=10/Ru=Https%3a%2f%2fjurnal.Unpad.Ac.Id%2fmkk%2farticle%2fdownload%2f52691%2f23900/Rk=2/Rs=8gudygdopl3me63lstjmrbrtk5s-
- Nurhayati. (2020a). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kekurangan Energi Kronis (Kek) Di Klaten. *Jurnal Riset Gizi*, 8(1), 48–51. <https://Doi.Org/10.31983/Jrg.V8i1.5612>.
- Nurhayati. (2020b). Pengaruh Infusa Daun Kemangi (*Ocimum Basilicum*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Wanita Penderita Hipertensi Stadium Satu. *Skolastik Keperawatan*, 1(1), 1–6. https://R.Search.Yahoo.Com/_Ylt=Awr1ttqyywnogqia7lnlqwx.;_Ylu=Y29s

bwnzzzmecg9zazcednrpzamec2vja3ny/Rv=2/Re=1746262169/Ro=10/Ru=Https%3a%2f%2freposit
ory.Unar.Ac.Id%2fjspui%2fbitstream%2f123456789%2f174%2f1%2fbadullah%2520harahap.Pdf/
Rk=2/Rs=Tdl6.Bou8l3tlsgozhti rf3dbm4-.

Mufarokhah, H. (2021). *Hipertensi dan Intervensi Keperawatan*. Penerbit Lakeisha.

Ratih. (2020). Efektivitas Buah Pisang Untuk Menurunkan Tekanan Darah Diastolik Pada Wanita Hamil Dengan Hipertensi. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 2(2), 8–16. <https://doi.org/10.21070/Mid.V2i2.869>.

Rika. (2022). *Kombinasi Air Rebusan Daun Salam Dan Obat Farmakologi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Ibu Hamil Rika Asmirah*. 13(6), 2016–2018. Doi: <http://dx.doi.org/10.33846/Sf13nk422>.

Susana. (2022). Efektivitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Gsh*, 11(2), 38. https://r.search.yahoo.com/_Ylt=Awrkhhtiyqnoeqiaefrlqwx.;_Ylu=Y29sbwnzzzmecg9zaziednrpzamec2vja3ny/Rv=2/Re=1746261704/Ro=10/Ru=Http%3a%2f%2frepositoryperpustakaanpoltekkespadang.Site%2f1031%2f1%2fkskripsi%2520ratu%2520fedila%2520yonita.Pdf/Rk=2/Rs=N0orhlcii gzzwmn ecqb40gyxagk-.

Susilo, Y., Wulandari, A. (2020). *Cara Jitu Mengatasi Darah Tinggi (Hipertensi)*. Yogyakarta: ANDI Yogyakarta.