

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Pengaruh Seduhan Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Peserta Prolanis Hipertensi: Studi Quasi Eksperimental

*Effect of Bay Leaf (*Syzygium polyanthum*) Infusion on Blood Pressure Reduction among Hypertensive Prolanis Participants: A Quasi-Experimental Study*

Yuni Nanda Resta Senda*, Lewi Jutomo, Utma Aspatria, Intje Picauly

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia

Article Info

Article History

Received: 18 Apr 2026

Revised: 13 Mei 2026

Accepted: 14 Juni 2026

ABSTRACT / ABSTRAK

Hypertension is a condition characterized by persistently elevated blood pressure that increases the risk of serious complications. One of the strategies for controlling hypertension is the use of herbal remedies, such as bay leaves (*Syzygium polyanthum*). This study aimed to determine the effect of bay leaf infusion on changes in blood pressure among participants enrolled in a hypertension chronic disease management program (Prolanis). This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental design with a pre-test and post-test control group design. A total of 30 respondents were selected through purposive sampling and allocated into a control group and an intervention group. The intervention group received bay leaf infusion for 14 days, whereas the control group did not receive any intervention. Data were analyzed using paired tests and independent t-tests, with appropriate non-parametric alternatives applied when the assumptions for parametric tests were not met. The results showed that the mean reduction in systolic blood pressure in the intervention group was 10.60 mmHg, which was greater than that observed in the control group (5.53 mmHg) ($p = 0.047$). Similarly, the mean reduction in diastolic blood pressure in the intervention group was 11.07 mmHg, which exceeded that of the control group (5.87 mmHg) ($p = 0.045$). The reduction in blood pressure was greater in the intervention group than in the control group. Therefore, it can be concluded that the administration of bay leaf infusion has a significant effect on reducing blood pressure in patients with hypertension.

Keywords: Bay leaf, systolic blood pressure, diastolic blood pressure, prolanis participants, hypertension

Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah secara menetap yang berisiko menimbulkan komplikasi serius. Salah satu upaya pengendalian yang dapat dilakukan adalah melalui pemanfaatan bahan herbal seperti daun salam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian seduhan daun salam terhadap perubahan tekanan darah pada peserta prolanis hipertensi. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan jenis *quasi eksperimen* melalui rancangan *pre-test and post-test with control group design*. Jumlah sampel sebanyak 30 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dan dibagi menjadi kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Kelompok perlakuan diberikan seduhan daun salam selama 14 hari, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Analisis data dilakukan menggunakan uji berpasangan dan uji t-test bebas, serta uji alternatif apabila syarat tidak terpenuhi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata penurunan tekanan darah sistolik pada kelompok perlakuan sebesar 10,60 mmHg, lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 5,53 mmHg ($p=0,047$). Rerata penurunan tekanan darah diastolik pada kelompok perlakuan sebesar 11,07 mmHg, lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 5,87 mmHg ($p=0,045$). Penurunan tekanan darah pada kelompok perlakuan terlihat lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian seduhan daun salam berpengaruh signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci: Daun salam, tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolic, peserta prolanis; hipertensi

Corresponding Author:

Name : Yuni Nanda Resta Senda

Affiliate : Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Address : Jl. Adisucipto Penfui-Kupang, Kec. Alak, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur

Email : yunisenda9@gmail.com

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan saat ini menghadapi tantangan besar akibat meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di berbagai negara. Salah satu PTM yang memiliki kontribusi besar terhadap beban penyakit global adalah hipertensi (Surbakti, 2025). Menurut World Health Organization (WHO), hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal, dan berbagai komplikasi kesehatan lainnya. Data WHO tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 33% populasi dunia hidup dengan hipertensi, yang berarti hampir satu dari tiga orang dewasa mengalami kondisi tersebut (Dianita et al., 2024). Tingginya prevalensi hipertensi menjadikan penyakit ini sebagai masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan upaya pengendalian yang efektif dan berkelanjutan.

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi hipertensi mencapai 30,8% pada penduduk usia dewasa (Kebijakan Pembangunan et al., n.d.). Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi tantangan serius dalam sistem pelayanan kesehatan nasional karena berpotensi meningkatkan angka kesakitan, kecacatan, dan kematian akibat penyakit kardiovaskular. Pada tingkat regional, Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) melaporkan sebanyak 76.130 kasus hipertensi atau sekitar 7,2% dari total kasus penyakit yang tercatat, sehingga menempatkan hipertensi sebagai salah satu masalah kesehatan prioritas di wilayah tersebut (Jala et al., 2024). Di Kota Kupang, khususnya wilayah kerja Puskesmas Oepoi, laporan tahunan tahun 2024 menunjukkan terdapat 4.209 kasus hipertensi, yang mengindikasikan tingginya beban penyakit pada tingkat pelayanan kesehatan primer.

Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg yang terjadi secara menetap (World Health Organization, 2023). Kejadian hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang bersifat tidak dapat dimodifikasi maupun yang dapat dimodifikasi. Faktor usia, jenis kelamin, etnis, dan genetik merupakan faktor yang tidak dapat diubah, sedangkan obesitas, pola konsumsi tinggi natrium, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, kurang aktivitas fisik, serta stres merupakan faktor risiko yang dapat dimodifikasi melalui perubahan perilaku dan intervensi kesehatan.

Tingginya angka kejadian hipertensi mendorong pemerintah melalui BPJS Kesehatan untuk mengembangkan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) sebagai strategi pengendalian penyakit kronis yang berkesinambungan, termasuk hipertensi dan diabetes melitus (Sari, 2017). Program ini bertujuan meningkatkan kualitas hidup peserta melalui pemantauan kesehatan secara rutin, edukasi kesehatan, serta pengendalian faktor risiko penyakit. Meskipun demikian, pengendalian hipertensi masih didominasi oleh terapi farmakologis, sementara pemanfaatan terapi komplementer berbasis bahan alam yang berpotensi mendukung pengendalian tekanan darah masih relatif terbatas.

Salah satu tanaman herbal yang banyak digunakan dalam pengobatan tradisional Indonesia adalah daun salam (*Syzygium polyanthum*). Daun salam diketahui mengandung berbagai senyawa bioaktif, seperti flavonoid, tanin, dan minyak atsiri yang berpotensi memberikan efek antihipertensi. Flavonoid berperan sebagai antioksidan yang dapat memperbaiki fungsi endotel pembuluh darah dan meningkatkan vasodilatasi, sedangkan tanin

berkontribusi dalam menjaga elastisitas pembuluh darah serta membantu menurunkan resistensi perifer. Senyawa-senyawa tersebut secara fisiologis berpotensi membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Nurtanti & Sulistiyoningsih, 2022).

Beberapa penelitian sebelumnya telah melaporkan efektivitas rebusan daun salam dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Nurtanti & Sulistiyoningsih, 2022). Namun, sebagian besar penelitian masih menggunakan metode pemberian dalam bentuk rebusan, sedangkan penelitian mengenai penggunaan daun salam dalam bentuk seduhan masih sangat terbatas. Perbedaan metode penyajian ini penting untuk diteliti karena seduhan memiliki beberapa keunggulan praktis, antara lain lebih mudah disiapkan, memungkinkan standarisasi dosis yang lebih baik, serta berpotensi meningkatkan kepatuhan konsumsi pada masyarakat. Hingga saat ini, bukti ilmiah mengenai efektivitas seduhan daun salam pada peserta Prolanis hipertensi, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Oepoi Kota Kupang, masih sangat terbatas.

Berdasarkan uraian tersebut, terdapat kesenjangan penelitian terkait efektivitas pemberian daun salam dalam bentuk seduhan sebagai terapi komplementer pada peserta Prolanis hipertensi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pemberian seduhan daun salam terhadap perubahan tekanan darah pada peserta Prolanis hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Oepoi Kota Kupang.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi-experimental menggunakan rancangan pre-test and post-test with control group design. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Oepoi, Kota Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur, pada periode September 2025 hingga Februari 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) yang terdiagnosis hipertensi dan terdaftar di Puskesmas Oepoi. Sampel penelitian berjumlah 30 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Responden kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan ($n=15$) dan kelompok kontrol ($n=15$).

Kelompok perlakuan diberikan seduhan daun salam yang dibuat dari 2 gram serbuk daun salam kering yang diseduh dengan 200 mL air panas dan dikonsumsi satu kali sehari selama 14 hari berturut-turut. Sementara itu, kelompok kontrol tidak diberikan intervensi. Pengukuran tekanan darah dilakukan dua kali, yaitu sebelum intervensi (pre-test) dan setelah intervensi (post-test).

Kriteria inklusi meliputi peserta Prolanis yang terdiagnosis hipertensi stadium 2 dengan tekanan darah sistolik 160–179 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik 100–109 mmHg, berusia ≥ 18 tahun, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi meliputi responden yang tidak menyelesaikan intervensi selama 14 hari, pindah domisili selama penelitian berlangsung, atau mengundurkan diri dari penelitian.

Data primer diperoleh melalui pengukuran tekanan darah menggunakan sphygmomanometer manual dan lembar observasi kepatuhan konsumsi seduhan daun salam. Data sekunder diperoleh dari laporan tahunan Puskesmas Oepoi, profil kesehatan Kota Kupang, dan rekam medis pasien hipertensi.

Analisis data diawali dengan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk dan uji homogenitas menggunakan Levene's test. Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi dalam masing-masing kelompok dianalisis menggunakan paired t-test, sedangkan perbedaan rerata perubahan tekanan darah antara kelompok perlakuan dan kontrol dianalisis menggunakan independent t-test. Apabila asumsi normalitas atau homogenitas tidak terpenuhi, digunakan uji nonparametrik Wilcoxon Signed Rank Test dan Mann-Whitney U Test. Seluruh analisis dilakukan pada tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden		n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	9	30,0
	Perempuan	21	70,0
Umur (Tahun)	41-59	20	66,9
	60-80	10	33,3
Pendidikan	Sekolah Dasar	8	26,7
	SLTP	3	10,0
	SLTA	11	36,7
	Diploma 3	3	10,0
	Diploma 4	2	6,6
	Strata 1	3	10,0
Pekerjaan	IRT	15	50,0
	Pensiunan	5	16,7
	Wiraswasta	8	26,6
	PNS	2	6,7
Pendapatan	< Rp. 1.950.000	23	76,7
	≥ Rp. 1.950.000	7	23,3
Tanggungans Keluarga	< 4 Orang	9	30,0
	≥ 4 Orang	21	70,0
Total		30	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 1, dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (70,0%), sedangkan laki-laki sebanyak 9 orang (30,0%). Berdasarkan umur, responden terbanyak berada pada kelompok umur 41-59 tahun sebanyak 20 orang (66,7%). Tingkat pendidikan terbanyak adalah SLTA sebanyak 11 orang (36,7%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga sebanyak 15 orang (50,0%). Sebagian besar responden memiliki pendapatan < Rp1.950.000 sebanyak 23 orang (76,7%) dan memiliki tanggungan keluarga ≥ 4 orang sebanyak 21 orang (70,0%).

Bivariat**Tabel 2.** Seduhan Daun Salam dan Tekanan Darah Systolik

Kelompok	Tekanan Darah (mmHg)			<i>p-Value</i>
	Pre-test (Mean±SD)	Post-test (Mean±SD)	Selisih (Mean±SD)	
Kontrol	168,00±4,84	162,47±7,56	5,53±5,70	0.008
Perlakuan	169,07±5,84	158,47±7,99	10,60±7,05	0.000
p-value	0,614	0,170	0,047	

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 2, rerata tekanan darah sistolik pada kelompok kontrol menurun dari 168,00±4,84 mmHg menjadi 162,47±7,56 mmHg, dengan rerata penurunan sebesar 5,53±5,70 mmHg. Pada kelompok perlakuan, rerata tekanan darah sistolik menurun dari 169,07±5,84 mmHg menjadi 158,47±7,99 mmHg, dengan rerata penurunan sebesar 10,60±7,05 mmHg. Hasil uji dalam kelompok menunjukkan adanya perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pengukuran pada kelompok kontrol ($p=0,008$) dan kelompok perlakuan ($p=0,000$). Hasil uji antar kelompok menunjukkan terdapat perbedaan rerata penurunan tekanan darah sistolik antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan ($p=0,047$).

Tabel 3. Seduhan Daun Salam dan Tekanan Darah Diastolik

Kelompok	Tekanan Darah (mmHg)			<i>p-Value</i>
	Pre-test (Mean±SD)	Post-test (Mean±SD)	Selisih (Mean±SD)	
Kontrol	103,47±3,13	97,60±5,99	5,87±6,30	0.003
Perlakuan	102,40±2,99	91,33±6,39	11,07±7,24	0.000
p-value	0,349	0,010	0,045	

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 3, rerata tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol menurun dari 103,47±3,13 mmHg menjadi 97,60±5,99 mmHg, dengan rerata penurunan sebesar 5,87±6,30 mmHg. Pada kelompok perlakuan, rerata tekanan darah diastolik menurun dari 102,40±2,99 mmHg menjadi 91,33±6,39 mmHg, dengan rerata penurunan sebesar 11,07±7,24 mmHg. Hasil uji dalam kelompok menunjukkan adanya perbedaan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah pengukuran pada kelompok kontrol ($p=0,003$) dan kelompok perlakuan ($p=0,000$). Hasil uji antar kelompok menunjukkan terdapat perbedaan rerata penurunan tekanan darah diastolik antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan ($p=0,045$).

PEMBAHASAN

Penelitian ini mengindikasikan bahwa dijumpai ketidaksamaan transformasi tekanan darah antara kelompok perlakuan juga kelompok kontrol. Kelompok yang diberikan seduhan daun salam menunjukkan kondisi turunnya tekanan darah yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan perlakuan. Hal ini mengindikasikan bahwa seduhan daun salam memiliki pengaruh dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Transformasi tekanan darah yang terdapat pada kedua kelompok menunjukkan

bahwa selama penelitian berlangsung responden tetap mengalami perbaikan kondisi tekanan darah. Namun, selisih penurunan yang lebih besar pada kelompok perlakuan menunjukkan bahwa pemberian seduhan daun salam memberikan efek tambahan dalam membantu mengendalikan tekanan darah.

Efek penurunan tekanan darah yang terjadi pada kelompok perlakuan dapat dikaitkan dengan kandungan bioaktif yang terdapat dalam daun salam. Daun salam mengandung flavonoid, tanin, dan saponin yang diketahui memiliki aktivitas antihipertensi melalui beberapa mekanisme biologis. Flavonoid berperan sebagai antioksidan yang mampu mengurangi stres oksidatif pada endotel pembuluh darah, meningkatkan bioavailabilitas nitric oxide (NO), serta memperbaiki fungsi endotel sehingga terjadi vasodilatasi dan penurunan resistensi perifer. Selain itu, tanin diketahui dapat membantu merelaksasi otot polos pembuluh darah dan menghambat proses inflamasi yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah. Saponin juga dilaporkan memiliki efek diuretik ringan yang dapat meningkatkan ekskresi natrium dan cairan tubuh sehingga membantu menurunkan volume darah sirkulasi. Kombinasi mekanisme tersebut diduga berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah yang lebih besar pada kelompok yang menerima seduhan daun salam (Prayogo et al., 2025).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok perlakuan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Meskipun kelompok kontrol juga mengalami penurunan tekanan darah, kemungkinan hal ini dipengaruhi oleh faktor lain seperti kepatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi, perubahan pola makan, aktivitas fisik, atau efek pemantauan kesehatan yang dilakukan selama penelitian berlangsung. Namun demikian, penurunan tekanan darah yang lebih besar pada kelompok perlakuan menunjukkan adanya kontribusi tambahan dari intervensi seduhan daun salam terhadap pengendalian tekanan darah.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa pemberian air rebusan daun salam pada 15 responden menghasilkan nilai p-value sebesar 0,000 untuk tekanan darah sistolik dan 0,005 untuk tekanan darah diastolik. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa air rebusan daun salam memiliki efektivitas yang baik dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan air rebusan daun kelor (Apriyana & Jusmawati, 2024). Temuan ini juga mendukung penelitian Azim (2022) yang menunjukkan bahwa pemberian air rebusan daun salam berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari, dengan nilai p-value sebesar 0,000 untuk tekanan darah sistolik dan 0,002 untuk tekanan darah diastolik. Konsistensi hasil penelitian ini dengan penelitian sebelumnya memperkuat dugaan bahwa daun salam memiliki potensi sebagai terapi komplementer dalam pengendalian hipertensi.

Selain itu, berbagai penelitian melaporkan bahwa daun salam mengandung senyawa aktif yang berperan dalam menjaga kesehatan sistem kardiovaskular. Flavonoid yang terkandung dalam daun salam bersifat antioksidan dan mampu meningkatkan fungsi endotel pembuluh darah, sedangkan tanin berperan dalam menjaga elastisitas pembuluh darah dan mengurangi proses inflamasi (Widiyono, W. dkk, 2021). Di samping itu, minyak atsiri yang terkandung dalam daun salam memiliki efek diuretik yang dapat membantu menurunkan tekanan darah melalui peningkatan pengeluaran natrium dan cairan tubuh (Aifa, W. E., & Susanti, K., 2026). Meskipun demikian, respons terhadap intervensi herbal dapat berbeda pada setiap individu karena dipengaruhi oleh kondisi kesehatan, tingkat keparahan hipertensi, kepatuhan

terhadap pengobatan, pola hidup, dan faktor metabolik masing-masing responden (Ramadani, A., & Ramadhan, A. M., 2025).

Karakteristik responden juga dapat memengaruhi hasil penelitian. Perbedaan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, serta kondisi fisiologis masing-masing individu dapat menyebabkan variasi respons terhadap intervensi yang diberikan. Kondisi tersebut menjelaskan mengapa tidak seluruh responden mengalami penurunan tekanan darah dengan tingkat yang sama meskipun menerima perlakuan yang serupa (Aprine Shofiati, 2024).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil. Pertama, jumlah sampel relatif kecil sehingga dapat membatasi generalisasi hasil penelitian ke populasi yang lebih luas. Kedua, durasi intervensi hanya berlangsung selama 14 hari sehingga belum dapat menggambarkan efektivitas jangka panjang penggunaan seduhan daun salam terhadap pengendalian hipertensi. Ketiga, penelitian ini belum mengendalikan secara ketat faktor perancu seperti pola konsumsi garam, aktivitas fisik, tingkat stres, kepatuhan penggunaan obat antihipertensi, serta riwayat penyakit penyerta yang berpotensi memengaruhi tekanan darah responden. Selain itu, penggunaan teknik purposive sampling berpotensi menimbulkan bias seleksi sehingga karakteristik sampel mungkin belum sepenuhnya mewakili populasi peserta Prolanis hipertensi secara umum.

Berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan, dapat dipahami bahwa pemberian seduhan daun salam memberikan pengaruh dalam membantu menurunkan tekanan darah pada peserta Prolanis hipertensi. Efek tersebut diduga berkaitan dengan aktivitas flavonoid, tanin, saponin, dan senyawa bioaktif lainnya yang berperan dalam memperbaiki fungsi pembuluh darah, meningkatkan vasodilatasi, serta membantu menjaga keseimbangan cairan tubuh. Dengan demikian, seduhan daun salam memiliki potensi untuk dimanfaatkan sebagai terapi komplementer yang mendukung pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi, meskipun masih diperlukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, dan pengendalian faktor perancu yang lebih ketat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, pemberian seduhan daun salam selama 14 hari memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada peserta Prolanis hipertensi. Kelompok perlakuan mengalami rerata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Perbedaan penurunan tekanan darah antara kedua kelompok terbukti signifikan secara statistik untuk tekanan darah sistolik maupun diastolik. Temuan ini menunjukkan bahwa seduhan daun salam berpotensi sebagai terapi pendukung nonfarmakologis dalam membantu pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi.

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, periode intervensi yang lebih panjang, serta mengendalikan faktor-faktor perancu yang berpotensi memengaruhi tekanan darah. Selain itu, diperlukan penelitian dengan desain eksperimental yang lebih kuat untuk mengonfirmasi efektivitas seduhan daun salam sebagai terapi komplementer pada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aifa, W. E., & Susanti, K. (2026). Pengaruh Terapi Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Ibu Menopause dengan Hipertensi. *Sinar: Jurnal Kebidanan*, 8(1), 23-30.
- Apriyana, D. N., & Jusmawati, J. (2024). Efektivitas Pemberian Air Rebusan Daun Salam dan Daun Kelor terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di PMB Eni Lestari, S.Tr.,Keb BEKASI. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 5(1), 281-292. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i1.16531>
- Aprine Shofiati, A. P. R. I. N. E. (2024). Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Status Ekonomi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD Aghisna Medika Kroya Tahun 2024 (Doctoral dissertation, Universitas Al-Irsyad Cilacap).
- Azim, L. O. L. (2022). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 1(2), 6-13.
- Dianita, E. M., Praningsih, S., & Diana, R. N. (2024). *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(4), 13-13227.
- Jala, A. M., Wida, A. S. W. D., & Nababan, S. (2024). Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Kopi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Orang Dewasa di Desa Wolonwalu. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 68-76.
- Kebijakan Pembangunan, B., Kementerian, K., & Ri, K. (n.d.). *Survei Kesehatan Indonesia*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Nurtanti, S., & Sulistiyoningsih. (2022). Efektivitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan GSH*, 11(2).
- Oktafiani, A. (2023). *Determinan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Bungkal Kota Sungai Penuh Tahun 2023*.
- Prayogo, I. D., Rianty, D. A., & Winarno, R. (2025). Efektivitas pemberian rebusan daun salam pada lansia dengan hipertensi dalam menurunkan tekanan darah. *JOURNAL OF Qualitative Health Research & Case Studies Reports*, 5(5), 713-720. <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i5.1586>
- Ramadani, A., & Ramadhan, A. M. (2025). Efektivitas Ramuan Herbal Sebagai Penurun Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Effectiveness of Herbal Conoction as a Blood Pressure Reduce in Patients with Hypertension. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 6(2), 61-72.
- Sari, P. D. P. (2017). *Hubungan Program Pengelolaan Penyakit kronis (Prolanis) Terhadap Status Kesehatan Penderita Hipertensi*.
- Surbakti, J. D. J. B. (2025). *Determinan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Tahun 2025*.
- Widiyono, W., Aryani, A., & Herawati, V. D. (2021). Pemberian air rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) dapat menurunkan kadar kolesterol pada lansia dengan hiperkolesterolemia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(1), 39-47.
- World Health Organization. (2023). *Hipertensi*.