

## **PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA WANITA LANSIA**

**Asti Mukarromah<sup>1</sup>, Yenny Aulya<sup>2</sup>, Anni Suciawati<sup>3</sup>**

*<sup>1,2,3</sup> Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta*

*e-mail korespondensi: annisuciawati@civitas.unas.ac.id*

### **ABSTRAK**

Hipertensi adalah kondisi tekanan darah tinggi di dalam arteri yang dapat menaikkan resiko penyakit kardiovaskular. Pengobatan non farmakologi yang dapat digunakan untuk membantu penurunan tekanan darah tinggi diantaranya dengan daun salam (*Syzygium polyanthum*). Tujuan dari penelitian ini untuk melihat pengaruh dari air rebusan daun salam terhadap tekanan darah. Jenis penelitian ini *quasi-experiment* dengan *pretest-posttest with control group design*. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 38 responden. Analisis yang digunakan menggunakan uji *Paired t-test* dan analisis uji beda menggunakan uji *Independent t-test*. Selisih rata-rata penurunan tekanan darah antara sebelum dan setelah intervensi diperoleh selisih tekanan sistolik 24.43 mmHg dan tekanan diastolik 3.84 mmHg. Hasil uji *Paired t test* pada tekanan sistolik *p value* 0.000 (<0.05) dan tekanan diastolik *p value* 0,001 (<0,005). Ada pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah wanita lansia.

**Kata Kunci:** Tekanan Darah, Daun Salam, Wanita Lansia

### **Abstract**

*Hypertension is a condition of high blood pressure in the arteries that can increase the risk of cardiovascular. One of the non-pharmacological treatments to reduce high blood pressure is bay leaf (*Syzygium polyanthum*). This study to determine the effect of consumption of bay leaf decoction water on reducing blood pressure in elderly women. This study used quasi-experiment with pretest-posttest with control group design. The sampling used a purposive sampling technique which involved 38. The analysis used uses the Paired test and Independent test. The average difference blood pressure between before being given bay leaf decoction water was systolic blood pressure of 24.43 mmHg and the average blood pressure of diastolic was 3.84 mmHg. Paired t-test results of systolic obtained *p value* 0.000 (<0.05) and diastolic obtained *p value* 0.000 (<0.05). There is an effect of giving bay leaf decoction water on reducing blood pressure in elderly women.*

**Keywords:** Blood pressure, bay leaf, elderly woman

## 1. PENDAHULUAN

Hipertensi yaitu kondisi dimana timbul kenaikan tekanan darah manusia melebihi batas normal yang memicu naiknya angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas). Menurut *Joint National Committee (JNC) VIII* kriteria hipertensi yaitu jika tekanan darah > 140 mmHg bagi tekanan sistolik dan > 90 mmHg bagi tekanan diastolik. Tekanan darah manusia secara alami berfluktuasi setiap harinya. Namun, ini akan dianggap masalah ketika tekanan darah tersebut bersifat persisten. Komplikasi yang dapat di akibatkan seperti infark miokard, penyakit jantung koroner, gagal jantung kongestif, *stroke*, ensefalopati hipertensif, gagal ginjal kronis dan jika pada mata dapat menyebabkan retinopati hipertensif (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi menjadi sebuah persoalan yang cukup besar. Data dari WHO (*World Health Organization*) memaparkan penyakit hipertensi menjangkit 22% masyarakat dunia. Angka hipertensi di Asia Tenggara menyentuh angka 36%. Prevalensi hipertensi terjadi kenaikan yang berarti pada pasien berumur 60 tahun ke atas. Maka dari itu, hipertensi menjadi masalah penting dalam pelayanan kesehatan lansia (Tirtasari dan Kodim, 2019).

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (2018) angka prevalensi hipertensi yaitu sebesar 34,1%. Terjadi peningkatan dari data Riskesdas pada tahun 2013 dengan persentase 25%. Diperkirakan hanya sebanyak 1/3 kasus hipertensi yang dapat terdiagnosis, sehingga ini perlu menjadi perhatian. Badan Pusat Statistik Kota Tasikmalaya (2022) mencatat angka hipertensi yang terjadi pada tahun 2019 sebanyak 31.962 penduduk. Angka perempuan penderita hipertensi yang berusia >15 tahun di Kecamatan

Purbaratu sebanyak 7.053 orang dan yang mendapatkan pelayanan kesehatan berjumlah 3.223 orang atau 45.7%. Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya mengukuhkan hipertensi sebagai penyakit terbesar ketiga di Kota Tasikmalaya (Dinkes Tasikmalaya, 2022).

Penatalaksanaan untuk menurunkan hipertensi dapat menggunakan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi yaitu dengan obat penurun tekanan darah diantaranya diuretika, *beta-blocker*, ACE-inhibitor, simpatolitik, vasodilator arteriol yang berproses dengan spontan dan *Ca-blocker*. Tatalaksana hipertensi dengan non-farmakologi bisa dengan mengurangi konsumsi asupan garam, mengendalikan berat badan, olahraga, tidak merokok dan tidak mengkonsumsi alkohol. Konsumsi tanaman obat herbal seperti daun salam dapat mencegah hipertensi (Rahmalia *et al.*, 2021).

Survei awal peneliti pada 40 orang wanita lansia yang mengalami hipertensi di Kampung Subanagara Kelurahan Purbaratu, menyimpulkan bahwa beberapa keluhan yang dialami yaitu sakit kepala, nyeri leher, nyeri bagian pundak dan emosional. Namun demikian, sebagian besar wanita lansia hipertensi mengatakan tidak merasakan gejala. Mayoritas wanita lansia mengatakan jika tekanan darah naik ditangani dengan meminum obat penurun tekanan darah atau beristirahat. Pengobatan non farmakologi dengan rebusan air daun salam belum banyak dilakukan di Lingkungan Kampung Subanagara Kelurahan Purbaratu Jawa Barat. Melihat kondisi ini penulis mencoba memperkenalkan pemanfaatan daun salam (*Syzygium polyanthum*) sebagai salah satu preferensi untuk penurunan tekanan

darah tinggi secara non farmakologi. Selain murah dan mudah di dapat, daun salam dapat meminimalkan efek ketergantungan penggunaan obat farmakologi yang mahal. Terlebih pada wanita lansia yang sudah mengalami *aging process* dimana fungsi tubuh sudah banyak menurun, konsumsi air rebusan daun salam menjadi salah satu alternatif untuk meminimalkan dampak obat farmakologi pada tubuh. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Wanita Lansia di Kampung Subanagara Kelurahan Purbaratu Jawa Barat tahun 2022”.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan *quasi-experiment* dengan *pretest-posttest with control group design*. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Riset ini dilakukan terhadap 38 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 19 responden sebagai kelompok intervensi yang mengkonsumsi obat antihipertensi dan diberi perlakuan berupa pemberian air rebusan daun salam sedangkan 19 responden kelompok kontrol hanya mengkonsumsi obat antihipertensi.

Pemeriksaan kedua kelompok responden dilakukan pada sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Instrumen penelitian ini *Sphygmomanometer*, lembar observasi dan Standar Operasional Prosedur (SOP) pembuatan air rebusan daun salam. Pengolahan daun salam (*Syzygium polyanthum*) yaitu dengan bahan daun salam sebanyak 10 lembar ditambahkan air sebanyak 300 ml. Rebus sampai menyusut menjadi 200 ml. Cara konsumsi, yaitu 100 ml diminum pada pagi dan sore hari sebelum makan. Air rebusan daun salam

harus dikonsumsi dengan rutin selama 14 hari.

Analisa tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum serta sesudah perlakuan menggunakan analisis univariat dengan tendensi sentral.

Riset ini dikerjakan dengan uji *Independent T-test* untuk mengukur signifikansi diferensiasi antara 2 kelompok. Sebelum analisis data bivariat, uji normalitas terlebih dahulu dikerjakan guna melihat normal tidaknya distribusi data. Uji normalitas memakai uji *Shapiro Wilk* karena disesuaikan untuk sampel riset yang berjumlah kecil.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Rata-rata Tekanan Darah Sebelum Intervensi**

Tekanan Darah	Mean	SD	Min	Max
<b>Intervensi</b>				
Sistolik	162.210	8.759	147.00	177.00
Diastolik	96.894	6.581	89.00	116.00
<b>Kontrol</b>				
Sistolik	162.052	10.689	147.00	182.00
Diastolik	97.473	6.131	91.00	116.00

Berdasarkan tabel diatas diperoleh informasi pada pemeriksaan hari ke-1 rata-rata tekanan sistolik intervensi sebesar 162.210 dengan nilai standar deviasi sebesar 8.759 (95% CI). Nilai minimum untuk sistolik intervensi hari ke-1 sebesar 147,00 dan nilai maksimum sebesar 177.00. Pada tekanan diastolik diperoleh rerata sebesar 96.894 dengan nilai standar deviasi sebesar 6.581 (95% CI). Nilai minimum diastolik 89.00 dan maksimum sebesar 116 mmHg. Nilai *mean* > standar deviasi maka dapat diputuskan bahwa data intervensi hari

ke-1 tidak beragam. Pada kelompok kontrol diperoleh rerata tekanan darah sistolik sejumlah 162.052 dengan nilai standar deviasi sebesar 10.689 (95% CI). Nilai minimum untuk sistolik kontrol hari ke-1 sebesar 147,00 dan nilai maksimum sebesar 182.00.

Pada tekanan diastolik diperoleh nilai *mean* sebesar 97.473 dengan nilai standar deviasi sebesar 6.131 (95% CI). Nilai minimum diastolik 89.00 dan maksimum sebesar 116 mmHg. Nilai *mean* > standar deviasi maka dapat diputuskan bahwa data kelompok kontrol hari ke-1 tidak beragam.

**Tabel 2. Rata-rata Tekanan Darah Setelah Intervensi**

Tekanan Darah	Mean	SD	Min	Max
<b>Intervensi</b>				
Sistolik	137.789	5.759	128.00	149.00
Diastolik	93.052	3.455	89.00	100.00
<b>Kontrol</b>				
Sistolik	147.578	7.855	135.00	166.00
Diastolik	94.578	3.548	89.00	100.00

Hasil analisis setelah intervensi diperoleh nilai *mean* sistolik kelompok intervensi sebesar 137.78 dengan standar deviasi sebesar 5.759 (95% CI). Nilai minimum sistolik diperoleh sebesar 128.00 dan maksimum 149.00. Sedangkan, pada tekanan diastolik kelompok intervensi diperoleh informasi bahwa rerata sebesar 93.05 dengan nilai standar deviasi sebesar 3.455. Nilai minimum diastolik diperoleh sebesar 89.00 dan maksimum 100.00. Nilai *mean* > standar deviasi maka dapat diputuskan bahwa data intervensi hari ke-14 tidak beragam.

Pada kelompok kontrol diperoleh rerata sebesar 147.57 dengan nilai standar deviasi sebesar 7.855 (95% CI). Nilai minimum sistolik diperoleh sebesar 135.00 dan maksimum 166.00. Sedangkan, tekanan diastolik pada kelompok kontrol rerata didapat sebesar

94.57 dengan nilai standar deviasi sebesar 3.548 (95% CI). Nilai minimum diastolik diperoleh sebesar 89.00 dan maksimum 100.00. Nilai *mean* > standar deviasi maka dapat diputuskan bahwa data kelompok kontrol hari ke-14 tidak beragam.

**Tabel 3. Uji Normalitas**

Uji normalitas yang dipakai pada penelitian ini ialah uji *Shapiro-Wilk* sebab total sampel lebih kecil dari 50 sampel. Hasil uji normalitas sebagai berikut:

**Tabel 3.1  
Uji Normalitas Kelompok Intervensi**

Variabel	Sig.
<i>Pretest</i> Sistolik	0.402
<i>Posttest</i> Sistolik	0.756
<i>Pretest</i> Diastolik	0.182
<i>Posttest</i> Diastolik	0.062

Berdasarkan tabel 4.2 didapat informasi bahwa nilai Sig. dari variabel *pretest* sistolik sebesar 0.402, pada variabel *posttest* sistolik diperoleh nilai Sig. 0.756, pada variabel *pretest* diastolik diperoleh nilai Sig. sebesar 0.016, serta pada *posttest* diastolik diperoleh nilai Sig. sebesar 0.062. Karena seluruh variabel memiliki nilai sig. > 0.05 maka bermakna data terdistribusi normal.

**Tabel 3.2  
Uji Normalitas Kelompok Kontrol**

Variabel	Sig.
<i>Pretest</i> Sistolik	0.249
<i>Posttest</i> Sistolik	0.591
<i>Pretest</i> Diastolik	0.170
<i>Posttest</i> Diastolik	0.073

Berdasarkan tabel diatas diperoleh informasi bahwa nilai Sig. dari variabel *pretest* sistolik sebesar 0.249, pada variabel *posttest* sistolik diperoleh nilai Sig. 0.591, pada variabel *pretest* diastolik didapat

nilai Sig. sebesar 0.003, dan pada *posttest* diastolik didapat nilai Sig. sebesar 0.073. Karena seluruh variabel memiliki nilai sig. > 0.05 maka bermakna data terdistribusi normal.

**Tabel 4. Uji Homogenitas**

Uji homogenitas merupakan sebuah uji untuk mengetahui apakah data punya variansi yang sama atau tidak. Pada riset ini uji homogenitas memakai *Levene's test of variance*. Berikut merupakan hasil dari uji homogenitas pada penelitian tertera pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4  
 Uji homogenitas**

Variabel	p-value
Posttest Sistolik	0,094
Posttest Diastolik	0,916

Dari hasil uji homogenitas pada tabel diatas bahwa nilai probabilitas p atau Sig. *posttest* tekanan darah sistolik sejumlah 0,094 serta *posttest* tekanan darah diastolik di peroleh nilai Sig. sebesar 0,916. Karena terdapat nilai sig. > 0.05 maka dapat diputuskan bahwa asumsi homogenitas pada penelitian ini terpenuhi.

Berdasarkan hasil uji normalitas dan uji homogenitas yang telah dilakukan, maka uji signifikansi hipotesis dua sampel berpasangan untuk melihat pengaruh pemberian air rebusan daun salam bagi penurunan tekanan darah pada wanita lansia yang digunakan yaitu uji *paired t test* serta uji *independent t test*.

**Tabel 4. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah**

Tekanan Darah	Mean	Selisih Mean	T	Sig.(2-tailed)
<b>Intervensi</b>				
Pre Sistolik	162.21			
Post Sistolik	137.78	24.42	18.615	0.000
Pre Diastolik	96.894			
Post Diastolik	93.052	3.84	4.140	0.001
<b>Kontrol</b>				
Pre Sistolik	162.05			
Post Sistolik	147.57	14.47	6.235	0.000
Pre Diastolik	97.47			
Post Diastolik	94.57	2.89	2.267	0.036

Pada tabel diatas dapat diketahui rerata penurunan kelompok intervensi yang diberi perlakuan pembagian air rebusan daun salam tekanan sistolik turun dari 162.210 menjadi 137.789, sehingga diperoleh selisih rerata sebesar 24.421. Sedangkan pada tekanan diastolik diperoleh selisih rerata sebesar 3.842. Dari hasil uji *Paired t test* didapatkan t hitung sistolik sejumlah 18.615 dan t hitung diastolik 4.140. Karena t hitung > t tabel (t tabel = 1.729) serta diperoleh p value sistolik sebesar 0.000 dan diastolik p value = 0.001, sehingga rerata tekanan darah kelompok intervensi sebelum dan sesudah dibagi air rebusan daun salam berbeda. Sehingga bermakna ada dampak air rebusan daun salam terhadap turunnya tekanan darah sistolik dan diastolik pada wanita lansia yang mengkonsumsi obat antihipertensi dan diberi perlakuan berupa pembagian air rebusan daun salam. Pada responden kontrol yang hanya mengkonsumsi obat antihipertensi tekanan sistolik turun dari 162.052 menjadi 147.578. Sehingga, diperoleh nilai selisih mean sebesar 14.47. Sedangkan pada tekanan diastolik diperoleh selisih rerata sebesar 3.842. Dari hasil uji *Paired t test*

diperoleh *t* hitung sistolik 6.235 dan *t* hitung diastolik 2.267. Karena *t* hitung > *t* tabel (*t* tabel = 1.729133) serta diperoleh *p value* sistolik sebesar 0.000 dan diastolik *p value* = 0.036, ada diferensiasi rerata tekanan darah sebelum dan sesudah konsumsi obat antihipertensi. Sehingga, bermakna ada pengaruh dari obat antihipertensi terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik pada wanita lansia yang mengkonsumsi obat antihipertensi tanpa diberi perlakuan berupa pemberian air rebusan daun salam.

**Tabel 4. Perbedaan Rata-rata Tekanan Darah Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol**

Variabel	N	Mean	t	Sig. (2 tailed)
<b>Sistolik</b>				
Intervensi	19	137.79	-4.381	0.000
Kontrol		147.58		
<b>Diastolik</b>				
Intervensi	19	93.05	-1.343	0.188
Kontrol		94.58		

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh informasi bahwa rata-rata nilai sistolik pada kelompok intervensi hari ke-14 sebesar 137.79, sedangkan rata-rata nilai sistolik kelompok kontrol sebesar 147.58. Sehingga didapatkan selisih *mean* sebesar 9.79 dengan demikian diperoleh informasi bahwa terdapat perbedaan penurunan tekanan darah sistolik antara grup intervensi dan grup kontrol. Hasil uji *independent t test* didapat *p value* 0.000 < 0.05 yang bermakna ada perbedaan pada penurunan tekanan darah sistolik antara wanita lansia kelompok intervensi yang diberi air rebusan daun salam dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya mengkonsumsi obat antihipertensi.

Tekanan diastolik kelompok intervensi diperoleh *mean* sebesar 93.05, sedangkan rata-rata nilai diastolik kontrol *mean* sebesar 94.58. Selisih *mean* sebesar 1.526 dengan demikian didapatkan informasi bahwa

terdapat perbedaan penurunan tekanan darah diastolik. Namun, berdasarkan perhitungan statistik uji *independent t test* didapat *p value* 0.188 < 0.05 yang artinya tidak ada diferensiasi turunnya tekanan darah diastolik pada wanita lansia kelompok intervensi yang diberi air rebusan daun salam dan kelompok kontrol yang hanya mengkonsumsi obat antihipertensi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Asih (2018) yang menyatakan bahwa tidak ada dampak air rebusan daun salam terhadap tekanan darah diastolik responden. Hal ini karena perubahan fisiologis pada sistem kardiovaskuler lansia yang berumur 60 tahun keatas. Sehingga, tekanan diastolik dapat sedikit mengalami penurunan atau bahkan tetap.

Hasil analisis bivariat pada tabel 3 menunjukkan adanya pengaruh dari intervensi. Penurunan tekanan darah dapat dilihat dari nilai selisih dan dari uji *Paired t test*. Sehingga, air rebusan daun salam berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada wanita lansia yang mengkonsumsi obat antihipertensi dan diberi perlakuan berupa air rebusan daun salam.

Hasil ini didukung oleh Hidayat *et al.*, (2018) yang meneliti adanya dampak rebusan daun salam pada turunnya tekanan darah lansia dengan hipertensi. Analisis pada riset ini memperlihatkan sebelum dibagi perlakuan mayoritas responden di *stage III* sejumlah 22 orang (73.3 %), dan di *stage IV* sebanyak 2 orang (6.7%). Pengukuran pasca perlakuan menyatakan sebagian besar responden berada di *stage II* sejumlah 28 orang (93.3 %) dan di *stage I* 2 orang saja (6.7 %). Hasil uji *T test paired p value* 0.000 <  $\alpha$  0.05 sehingga disimpulkan daun salam berpengaruh terhadap turunnya tekanan darah.

Daun salam mempunyai muatan minyak atsiri (sitrat, eugenol), tanin dan flavonoid. Flavonoid adalah muatan utama dari daun salam yang

berkontribusi pada pengurangan tekanan darah. Senyawa ini mampu mengurangi *systemic vascular resistance* (SVR) lantaran mengakibatkan vasodilatasi dan kinerja *angiotensin converting enzyme* (ACE) terpengaruh sehingga mampu menahan berlangsungnya transformasi angiotensin I ke angiotensin II. Vasodilatasi dan inhibitor ACE inilah yang mampu menurunkan tekanan darah (Badrujamaludin *et al.*, 2020).

Menurut Widiyari (2018) flavonoid memiliki variabel struktur fenolik dan ada di tumbuhan. Klasifikasi flavonoid diantaranya flavons (flavon, apigenin, dan luteolin), flavonols (quercetin, kaempferol, myricetin dan fisetin), flavanones (flavanone, hesperetin, dan naringenin), dan lainnya. Flavonoid mempunyai kapabilitas biologi yang dapat membantu mengurangi resiko berbagai penyakit pada tubuh. Kemampuan sebagai ACE inhibitor dari flavonol ini telah banyak dibuktikan secara ilmiah.

Efek diuretik dari senyawa flavonoid dalam menurunkan darah yaitu dengan mengerahkan cairan edema lalu mengkonversikan kesetimbangan cairan ekstrasel sehingga tekanan darah menjadi normal. Natrium dalam intraseluler darah yang menuju ke dalam ekstraseluler darah sehingga mendatangi tubulus ginjal adalah hasil kerja dari senyawa flavonoid. Flavonoid berguna seperti kalium dengan melepas ion elektrolit sehingga *Glomerular filtration rate* (GFR) ginjal berekreasi dengan lebih baik dan cepat (Nadila, 2014).

Peneliti berasumsi bahwa adanya pengaruh air rebusan daun salam terhadap turunnya tekanan darah pada wanita lansia disebabkan karena konsumsi obat anti hipertensi yang disertai dengan konsumsi air rebusan daun salam sehingga lebih membantu untuk mengurangi tekanan darah tinggi dibandingkan dengan hanya mengkonsumsi obat antihipertensi. Pada penelitian ini responden yang

berada pada kelompok intervensi lebih dominan dalam penurunan tekanan darah dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini terjadi karena saat dilakukan penelitian, responden sangat kooperatif dan mau mengkonsumsi air rebusan daun salam dengan rutin pada pagi dan sore hari. Signifikansi penurunan ini merupakan pengaruh dari senyawa flavonoid yang terdapat dalam daun salam. Senyawa ini menjaga relaksasi pembuluh darah (vasodilatasi) dan berperan menghambat aktivitas ACE.

Konsumsi air rebusan daun salam dapat membantu dalam menurunkan tekanan darah pada wanita lansia. Namun demikian, walaupun terdapat perbedaan nilai rata-rata pada antara kelompok akan tetapi obat antihipertensi dan daun salam sama-sama berpengaruh untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Pola hidup dan kepatuhan responden dalam mengkonsumsi obat antihipertensi juga menjadi faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah. Konsumsi obat antihipertensi disertai dengan konsumsi air rebusan daun salam dapat lebih membantu dalam penurunan tekanan darah.

#### 4. KESIMPULAN

Ada pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah wanita lansia di Kampung Subanagara Kelurahan Purbaratu Jawa Barat tahun 2022.

#### 5. SARAN

Wanita lansia yang mengalami hipertensi dianjurkan mengkonsumsi obat antihipertensi secara rutin disertai dengan mengkonsumsi air rebusan daun salam untuk mengurangi tekanan darah.

#### REFERENSI

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(02).
- American Heart Association. (2020). *Handbook of Emergency Cardiovascular Care of Healthcare Providers* (American Heart Association (ed.)). American Heart Association, Incorporated.
- Asih, S. W. (2018). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wisma Seruni Upt Pslu Jember. *The Indonesian Journal Of Health Science*.
- Badrujamaludin, A., Budiman, & Erisandi, T. desty. (2020). Perbedaan Air Rebusan Daun Seledri dan Air Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pralansia dengan Hipertensi Primer. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), 177–186.
- BPS Kota Tasikmalaya. (2022). *Jumlah Kasus 10 Penyakit Terbanyak*. BPS.  
<https://tasikmalayakota.bps.go.id/statistictable/2022/09/18/315/jumlah-kasus-10-penyakit-terbanyak-menurut-jenis-penyakit-di-kota-tasikmalaya-2019-dan-2020.html>
- Dinkes Tasikmalaya. (2022). *Jumlah Penderita Hipertensi Tahun 2021*. Open Data Kota Tasikmalaya.  
<https://data.tasikmalayakota.go.id/dinas-kesehatan/jumlah-penderita-hipertensi-tahun-2021/>
- Hidayat, S., Hasanah, L., & Susantin, D. H. (2018). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Wiraraja Medika*, 8.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.24929/fik.v8i2.647>
- Kemenkes RI. (2019). *Indonesia Masuki Periode Aging Population*.  
<https://www.kemkes.go.id/article/view/19070500004/indonesia-masuki-periode-aging-population.html>
- Rahmalia, A., Apriza, & Isnaeni, L. M. A. (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*, 2.
- Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi pada Usia Dewasa Muda di Indonesia. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2).
- Widiasari, S. (2018). Mekanisme Inhibisi Angiotensin Converting Enzym oleh Flavonoid pada Hipertensi. *Collaborative Medical Journal*, 1(2).
-