

Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari

¹La Ode Liaumin Azim

¹Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari

Email korespondensi: alymelhamed09@uho.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel :

Submitted: 19 April 2022

Accepted: 17 April 2022

Publish Online: 21 Mei 2022

Kata Kunci:

Tekanan darah, lansia, daun salam.

Keywords:

Blood pressure, elderly, bay leaf

Abstrak

Latar Belakang: Sebagian besar penderita hipertensi di Puskesmas Wua-Wua adalah umur >60 tahun (lansia). Salah satu pilihan pengobatan untuk penderita hipertensi adalah dengan Terapi non farmakologi atau pengobatan herbal. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *Pre and post-test group with kontrol group design*. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari sebanyak 34 orang meliputi 16 responden kelompok perlakuan dan 18 responden kelompok kontrol. Penentuan jumlah sampel menggunakan *purposive sampling*. Data penelitian diolah dengan uji statistik uji *Mann-Whitney*. **Hasil:** Penelitian ini menunjukkan rerata tekanan darah sebelum dilakukan pemberian rebusan air daun salam (*pretest*) pada kelompok perlakuan adalah 157,50/96,87 mmHg dan pada kelompok kontrol sebesar 158,33/97,22 mmHg. Sedangkan rerata tekanan darah sesudah pemberian air rebusan daun salam pada kelompok perlakuan sebesar 139,37/91,25 mmHg dan pada kelompok kontrol sebesar 156,66/97,77 mmHg. Berdasarkan uji statistik antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol didapatkan p-value 0,000 (<0,05). **Kesimpulan:** Sehingga disimpulkan Ada pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

Abstract

Background: Most people with hypertension at the Wua-Wua Health Center are >60 years old (elderly). One of the treatment options for people with hypertension is non-pharmacological therapy or herbal treatment. **Objective:** This study aims to determine the effect of giving boiled water of bay leaves on reducing blood pressure in the elderly with hypertension. **Methods** This type of research is quantitative research design. Pre and post-test group with control group design. The samples in this study were some of the elderly with hypertension in the Work Area of the Wua-Wua Health Center, Kendari City, as many as 36 people, including 16 respondents in the treatment group and 18 respondents in the control group. Determination of the number of samples using purposive sampling. The research data was processed by using the Mann-Whitney test or non-parametric statistical test. **Result:s** The results showed that the mean blood pressure before giving the bay leaf water decoction (*pretest*) in the treatment group was 157.50/96.87 mmHg and in the control group it was 158.33/97.22 mmHg. While the average blood pressure on the 7th day after giving boiled water of bay leaves in the experimental group was 139.37/91.25 mmHg and in the control group was 156.66/97.77 mmHg. Based on statistical test between the intervention group and the control group, a p value of 0.000 (<0.05) was obtained. **Conclusion:** So that it can be concluded. There is an effect of giving boiled water of bay leaves on reducing blood pressure in elderly people with hypertension.

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa tahun 2018 sebanyak 1,13 miliar orang di Dunia menderita hipertensi dan 2/3 diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Jika tidak ada upaya yang dilakukan dengan tepat, maka diprediksi pada tahun 2025 akan ada 1,6 miliar orang (29%) di dunia menderita hipertensi. Setiap tahunnya tekanan darah tinggi membunuh sekitar 8 juta orang, dimana di Asia Tenggara, termasuk Indonesia terdapat 1,5 juta kasus kematian(WHO, 2020)

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 13,2%, kelompok usia 18-24 tahun sebesar 15,6%, 20,1% umur 25-34 tahun, 31,7% umur 35-44 tahun, 45,2% umur 45-54 tahun, 55,35 umur 55-64 tahun, untuk usia 65-74 tahun 63,2%, dan penduduk usia ≥ 75 tahun adalah 69,5%, hal ini diasumsikan bahwa hipertensi meningkat sesuai dengan bertambahnya usia seseorang (Kemenkes, 2018). Di Sulawesi Tenggara, data yang diperoleh dari 8% penduduk berusia 18 tahun keatas yang melakukan pengukuran tekanan darah, ditemukan sebanyak 38,60% menderita hipertensi (Dinkes Provinsi Sultra, 2021) Data yang diperoleh dari profil Dinas Kesehatan Kota Kendari tahun 2021, kasus hipertensi terus mengalami peningkatan, dimana tahun 2018 ditemukan 1.359 kasus, tahun 2019 terdapat 1.458 kasus dan pada tahun 2020 ditemukan 1.594 kasus. Salah satu Puskesmas dengan jumlah kasus terbanyak adalah Puskesmas Wua-Wua dengan jumlah rata-rata kasus sebesar 654 orang setiap tahunnya, begitupula dengan kasus lansia yang menderita hipertensi rata-rata sebanyak 131 setiap bulan (Dinkes Kota Kendari, 2021).

Banyak faktor yang dapat mengakibatkan hipertensi, namun secara garis besar kesemua faktor tersebut dapat dibagi kedalam dua kelompok besar yakni faktor yang dapat dirubah seperti kebiasaan olah raga, pola makan seperti asupan lemak

dan asupan natrium dan lain-lain. Sedangkan faktor yang tidak dapat dirubah adalah bawaan lahir individu seperti umur, jenis kelamin, dan genetic. Untuk menagani masalah hipertensi berbagai usaha kesehatan yang dapat dilakukan baik secara farmakologi maun non farmakologis (Dafriani, 2016).

Terapi farmakologi yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian obat anti hipertensi seperti: *alfa-blocker*, *diuretic*, *vasodilator*, *beta-blocker*, *ACE-Inhibitor*, *angiotensin II blocker*. Obat obat tersebut selain harganya mahal, juga memiliki dampak jangka panjang berupa efek samping. Selain itu penggunaan obat juga mesti dilakukan dalam jangka waktu yang lama atau seumur hidup. Selain terapi obat ada juga terapi bukan obat atau masyarakat biasa menyebutnya dengan istilah pengobatan herbal atau pengobatan tradisional, seperti terapi air rebusan daun alpukat yang menurut hasil penelitian mampu mengontrol tekanan darah penderita hipertensi. Selain terapi daun alpukat, juga ada terapi air rebusan daun salam yang akhir ini penelitian menunjukkan potensi untuk dijadikan sebagai terapi untuk menurunkan tekanan darah(Hidayat, 2018).

Kandungan yang terdapat dalam daun salam antara lain adalah atsiri (lemon, euganol), tamin, dan flavonoid yang memiliki fungsi antihipertensi pada penderita tekanan darah tinggi. Kandungan kimia yang terdapat dalam daun salam mempunya cara kerja dengan merangsang sekresi empedu sehingga kolesterol masuk ke usus bersama dengan empedu dan merangsang aliran darah ke pembuluh darah untuk mengurangi munculnya timbunan lemak di pembuluh darah(Nurhayati & Lubis, 2019).

Menurut penelitian, flavonoid adalah salah satu zat kimia yang terkandung dalam daun salam, dimana flavonoid itu sendiri mengandung zat *quartzertin*, yang bertindak sebagai vasodilator, antiplatelet, antiproliferatif yang mampu menormalkan tekanan darah, memperbaiki hasil oksidasi tubuh dan juga dapat memperbaiki organ yang rusak akibat tekanan darah tinggi. Disimpulkan bahwa flavonoid dapat

digunakan untuk mengurangi risiko serangan jantung dan stroke (Dafriani, 2016).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-Wua pada bulan April 2021, Terdapat 117 orang yang mengalami hipertensi, dengan kasus terbanyak ada pada kelompok umur > 60 tahun (lansia). Peneliti melakukan studi pendahuluan 10 orang lansia yang dikur tekanan darahnya ditemukan 7 orang yang menderita hipertensi dan 3 orang tidak menderita hipertensi.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Quasi Eksperimental Design* dengan pendekatan *Non-Randomized Control Group Pretest-Posttest*. Pada metode ini peneliti mencoba melihat perbedaan hasil yang ditimbulkan antara kelompok yang diberikan air rebusan daun salam dan kelompok yang tidak diberikan air rebusan salam. Dalam penelitian ini pertama-tama yang dilakukan adalah memilih responden yang mengalami hipertensi dengan diukur terlebih dahulu tekanan darahnya (*pretest*), kemudian dibagi ke dalam 2 kelompok penelitian yakni kelompok (diberikan air rebusan daun salam) dan kelompok kontrol (tanpa diberikan perlakuan). Daun salam diberikan selama 1 minggu dengan dosis pemberian sebanyak 2 kali setiap harinya, dan setelah cukup 1 minggu maka peneliti melakukan pengukuran kembali terhadap tekanan darah (*posttest*) pada setiap responden di masing-masing kelompok.

Penelitian ini dilakukan pada masyarakat yang berada di wilayah kerja Puskesmas WuaWua Kota Kendari. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel yang digunakan terdiri dari pasien hipertensi dengan ketentuan minimal TD sistolik adalah 140 mmHg dan TD diastolik minimal 90 mmHg, sebanyak 34 responden yang kemudian dibagi ke dalam 2 kelompok yaitu 16 kelompok intervensi (2 drop out) dan 18 kelompok kontrol. Kriteria penarikan sampel yang digunakan adalah: Penderita tekanan darah tinggi (tekanan sistolik \geq 140

mmHg dan diastolik \geq 90 mmHg, Usia lebih 60 tahun, tidak menderita sakit keras.

Dalam penelitian ini, air rebusan daun salam diberikan dengan cara merebus 15 lembar daun salam dalam 750 cc air, direbus sampai air yang tersisa minimum 200 cc, proses perebusan dilakukan kurang lebih 15 menit. Terapi pemberian air rebusan daun salam dilakukan selama 1 minggu dengan 2 kali minum yaitu pagi sebelum makan dan sore sebelum makan. Responden diukur tekanan darahnya sebelum dan sesudah pengobatan selama satu minggu. Tekanan darah semakin menurun seiring dengan pemberian intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Tabel 1. Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari Tahun 2021

Karakteristik Responden	Perlakuan		Kontrol	
	n	%	n	%
Jenis kelamin				
Laki-laki	5	31,3	6	33,3
Perempuan	11	68,7	12	66,7
Total	16	100	18	100
Kelompok umur				
60-69 tahun	14	87,5	15	83,3
70-80 tahun	2	12,5	4	16,7
Total	16	100	18	100
Pendidikan				
SD	8	50,0	11	61,1
SMP	5	31,3	4	22,2
SMA	3	18,8	2	11,1
S1	0	0	1	5,6
Total	16	100	18	100
Pekerjaan				
IRT	8	50,0	9	50,0
Wiraswasta	2	12,5	2	11,1
Tidak Bekerja	6	37,5	7	38,9
Total	16	100	18	100

Tabel 1. menunjukkan bahwa jenis kelamin responden kelompok perlakuan, hampir setengahnya adalah perempuan yaitu 11 responden (68,7%) dan laki-laki sebesar 5 responden (31,3%), begitupula pada

kelompok kontrol perempuan sebesar 12 responden (66,7%) dan laki-laki sebesar 6 responden (33,3%).

Hal ini didukung penelitian Miftahul (2019) yang menemukan bahwa tekanan darah tinggi memiliki berhubungan erat dengan jenis kelamin seseorang. Hal ini terkait dengan hormon estrogen yang mengalami perubahan pada saat perempuan memasuki masa menopause. Kehadiran kekebalan wanita di usia pramenopause dianggap sebagai efek perlindungan dari hormon estrogen. Proses ini berlanjut ketika hormon estrogen secara alami mengalami perubahan sesuai dengan bertambahnya usia wanita. Usia 45 tahun sampai 55 tahun adalah umur yang rentang untuk mengalami proses tersebut (Miftahul, 2019).

Pada karakteristik umur responden menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan paling banyak adalah umur 60-69 tahun sebesar 14 responden (87,5%) begitupula dengan kelompok kontrol paling banyak adalah umur 60-69 tahun sebesar 15 responden (83,3%). Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pada umumnya kenaikan tekanan darah pada seseorang terjadi ketika sudah memasuki usia lansia (Akbar et al., 2020). Hal tersebut disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah manusia seperti penyempitan lumen, serta dinding pembuluh darah menjadi kaku dan elastisitasnya berkurang (penebalan dinding jantung) sehingga meningkatkan tekanan darah. Dinding arteri menebal akibat penimbunan kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku (Wade, 2016).

System kardiovaskuler pada orang lanjut usia mengalami perubahan yang sangat besar, dimana masa jantung akan bertambah, hipertrofi akan mudah terjadi pada ventrikel kiri, serta peregangan jantung akan menurun kemampuannya. Pada posisi ini permeabilitas dan elastisitas akan terpengaruh yang akhirnya akan menyebabkan tekanan darah lansia akan mudah naik (Smetlzer & Bare, 2014).

Tingkat pendidikan responden pada kelompok perlakuan tertinggi adalah SD sebanyak 8 responden (50,0%) dan terendah adalah S1 sebanyak 0 responden (0%), begitupula dengan kelompok kontrol, tertinggi adalah SD sebanyak 11 responden (61,1%) dan terendah adalah S1 sebanyak 1 responden (5,6%). Pendidikan responden berhubungan erat dengan tingkat pengetahuan responden khususnya pada pengetahuan terhadap pencegahan penyakit hipertensi. Karena rendahnya tingkat pendidikan, masyarakat tidak mengetahui apa-apa tentang tekanan darah tinggi, komplikasi yang diakibatkan oleh hipertensi jika tidak cepat ditangani, cara pencegahan serta pola hidup yang sehat dan hal-hal lain yang menyebabkan tekanan darah tinggi. Ketidaktahuan merupakan salah satu pemicu bagi penderita tekanan darah tinggi di daerah penelitian. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan lain yang menemukan bahwa orang dengan pendidikan rendah SD-SMP berisiko terkena penyakit degenerative (hipertensi). (Akbar et al., 2020)

Berdasarkan jenis pekerjaan pada kelompok perlakuan tertinggi adalah IRT sebanyak 8 responden (50,0%) begitupula dengan dan kelompok kontrol, tertinggi adalah IRT sebanyak 9 responden (50%). Dapat diasumsikan bahwa hal tersebut terjadi karena sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang notabene memiliki aktivitas fisik kurang dan mereka hanya berdiam diri dalam rumah atau biasa disebut dengan aktivitas sedentary, seperti terlalu banyak duduk di rumah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menemukan bahwa hipertensi pada perempuan lebih berisiko pada perempuan yang melakukan aktivitas fisik kurang seperti ibu rumah tangga (Lay et al., 2020). System saraf simpatis pada seseorang dapat ditekan dan dikontrol jika orang tersebut rajin melakukan aktivitas, perlu diketahui bahwa system saraf inilah yang memicu terjadinya kenaikan tekanan darah pada seseorang (Hegde SM & SD., 2016).

Kebiasaan duduk dalam kali lama juga akan cenderung memburuk berat badan seseorang, dimana berat badan yang tidak terkontrol juga adalah menjadi faktor risiko dari terjadinya hipertensi. Sering duduk juga memicu terjadinya arteriosclerosis d, dimana jika pembuluh darah sebelumnya mengalami arteriosklerosis, maka pembuluh darah menjadi semakin kaku, tidak elastis, mengalami dilatasi terbatas dan akhirnya tekanan darah menjadi meningkat. (Dempsey PC, Larsen RN, Dunstan DW, Owen N, 2018).

Pengaruh Rebusan Daun Salam

Untuk melihat penurunan tekanan darah setelah diberikan air rebusan daun salam, dilakukan analisis statistic dengan *Man-Whitney*. Adapun hasil uji statistik dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Efek Pemberian Rebusan Air Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah

Kelompok	Tekanan darah	Min-Max	P-value
Perlakuan	sistolik	130-	0,000
Kontrol		160	
		140-180	
Perlakuan	diastolik	80-	0,002
Kontrol		100	
		90-100	

Tabel di atas menunjukkan hasil analisis dengan menggunakan uji *Mann-Whitney* didapatkan nilai *p-value* = 0,000 lebih kecil dari nilai α ($< 0,05$) yang artinya ada pengaruh signifikan antara pemberian air rebusan daun salam terhadap tekanan darah sistolik pada kelompok perlakuan dan kontrol. Pada tekanan darah diastolic didapatkan nilai *p-value* = 0,002 lebih kecil dari nilai α (0,05) yang artinya ada pengaruh signifikan antara pemberian air rebusan daun salam dengan tekanan darah diastolik pada penderita tekanan darah. Sehingga hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa pemberian air rebusan salam dapat

menurunkan tekanan darah lansia yang menderita tekanan darah di wilayah kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan air rebusan daun salam, rata-rata tekanan darah responden sebesar 156,55 mmHg, dan setelah diberikan minuman air rebusan salam berubah menjadi 142 mmHg. Selanjutnya hasil uji pengaruh dengan menggunakan uji t test diperoleh nilai *p-value* = 0,001 yang artinya pemberian air rebusan daun salam memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi (Asih, 2018)

Terjadinya penurunan tekanan darah pada lansia disebabkan karena minyak atsiri, eugenol, sitrat, flavonoid dan tanin yang terdapat dalam kandungan daun salam memiliki banyak fungsi, yang salah satunya adalah untuk menormalkan tekanan darah dimana cara kerja dari berbagai kandungan kimia tersebut adalah dengan mengeluarkan kolesterol melalui usus bersama dengan cairan empedu yang terlebih dahulu terjerat sekresi cairan empedu. Selain itu cara kerja yang lain yang mungkin dapat dilakukan zat kimia tersebut adalah mengurangi terjadinya pengendapan lemak pada pembuluh darah dengan cara merangsang sirkulasi darah itu sendiri (Nurcahyati, 2016).

Kerja *flavonoid* dalam daun salam adalah yang mempengaruhi enzim pengubah angiotensin (ACE) sehingga menghambat pembentukan AI pada AII sehingga akhirnya menjadi vasodilatasi, resistensi menurun dan akhirnya tekanan darah juga akan turun. Efek diuretik yang dihasilkan kerja flavonoid tersebut juga dapat mengurangi sekresi hormon antidiuretik (ADH) dari tubuh, sehingga menurunkan tekanan darah juga.

Dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa dari 16 responden pada kelompok perlakuan yang mengkonsumsi air rebusan daun salam sebanyak 2 kali sehari sebanyak setengah gelas (100 ml) mengalami penurunan tekanan darah pada hari ke-7. Hal ini membuktikan bahwa rebusan air

daun salam sebagai pengobatan alternatif mampu menurunkan tekanan darah. Untuk keamanan dari konsumsi daun salam itu sendiri telah dilakukan uji ketoksikannya dengan menggunakan daun pohon mimba (*Azadirachta indica*) yang telah diekstrak, dipadukan dengan tambahan daun salam (*Syzygium polyantha*) yang juga telah dilakukan ekstraksi terlebih dahulu, sebelum diberikan pada sekelompok hewan uji dalam hal ini mencit betina jalur, dengan hasil bahwa secara histopatologis efek toksisitas pada paru-paru, usus, jantung, ginjal dan limpa tidak diketemukan pada hewan uji tersebut (Aji, 2019).

Jamu tradisional berbahan dasar tumbuh-tumbuhan yang umumnya digunakan sebagai bumbu masakan dalam kehidupan sehari-hari dapat dengan mudah diperoleh sehingga tidak memberatkan pasien untuk menyediakan dan mengolahnya untuk pengobatan tekanan darah tinggi. kandungan utama pada daun salam yaitu *flavonoid* yang telah teruji mampu berperan sebagai antioksidan dan juga mampu mengontrol HDL kolesterol. Melakukan terapi air rebusan salam dengan ketentuan konsumsi sebanyak 2 kali dalam sehari yakni pada pagi hari sebelum makan dan sore sebelum makan dapat menurunkan tekanan darah. Kepatuhan responden dalam mengkonsumsi air rebusan daun salam juga memiliki peran besar terhadap penurunan tekanan darah responden. Tanpa kepatuhan, maka obat yang dikonsumsi tidak akan memberikan hasil yang efektif khususnya pada terapi air rebusan daun salam. Daun salam juga diketahui mengandung minyak atsiri yang menciptakan aroma khas yang memiliki efek relaksasi. Hal ini juga diyakini dapat mengurangi stres klien, yang juga merupakan faktor tekanan darah tinggi di kalangan responden (Putri & Sumekar, 2017).

Hal ini memberikan bukti bahwa responden yang diberikan air rebusan salam memiliki kandungan flavonoid serta mineral yang fungsinya mampu membuat pembuluh darah menjadi lebih lebar yang berimplikasi pada turunya tekanan darah pada dinding arteriol sehingga tekanan darah turun ke

level baseline. Tekanan darah rendah juga dikaitkan dengan penurunan stres pada jantung dan organ tubuh, memungkinkan jantung dan organ lain berfungsi normal untuk aktivitas metabolisme, mengurangi risiko komplikasi dari hipertensi berkepanjangan (Dafriani, 2016).

Oleh karena itu disarankan pada pasien hipertensi untuk melakukan pengobatan alternatif (*nonfarmakologi*) seperti mengkonsumsi air rebusan daun salam secara rutin guna menghindari komplikasi hipertensi. Selain itu juga diharapkan untuk melakukan kontrol rutin tekanan darah di pelayanan kesehatan. Melakukan diet rendah garam dan mengurangi makanan berlemak serta rajin berolahraga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Rata-rata tekanan darah responden kelompok perlakuan sebelum diberikan air rebusan daun salam adalah 157,50/96,87 mmHg dan sesudah diberikan air rebusan daun salam menjadi 139,37/91,25 mmHg. Sedangkan pada kelompok kontrol, pada hari pertama adalah 158,33/97,22 mmHg dan pada hari terakhir menjadi 156,66/97,77 mmHg. Pemberian air rebusan daun salam memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah lansia penderita hipertensi pada wilayah kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari, hal ini terbukti dengan hasil uji *Man-Whitney* diperoleh pada tekanan darah sistolik p-value 0,000 dan tekanan darah diastolik p-value 0,002. Disarankan bagi puskesmas, untuk memberikan edukasi pemberian air rebusan daun salam dalam program-program promosi kesehatan bagi penderita hipertensi. Untuk penderita hipertensi, diharapkan untuk mengkonsumsi air rebusan daun salam sebagai alternatif pengobatan *nonfarmakologis* dan untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian tentang terapi pemberian rebusan daun salam pada penderita hipertensi dengan mengkombinasikan dengan terapi alternatif komplementer lainnya seperti bekam, relaksasi otot progresif, dan lainnya..

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, P. T. (2019). Pengaruh Terapi Air Rebusan Daun Salam Terhadap Preubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar. *Viva Medika*, 14(2), 139–152.
- Akbar, F., Nur, H., & Humaerah, U. I. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku. *Wawasan*, 5(2), 35–42. <https://stikessantupaulus.ejournal.id/JWK/article/view/88>
- 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*, 4(2), 169–173.
- Dafriani, P. (2016). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzigium Polyanthum* Wight Walp) terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Sungai Bungkal, Kerinci 2016. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 7(2), 25–34.
- Dempsey PC, Larsen RN, Dunstan DW, Owen N, K. B. (2018). Implications for Hypertension. *AHA J*, 12(9), 1037–1046.
- Dinkes Kota Kendari. (2021). *Laporan Tahunan*.
- Dinkes Provinsi Sultra. (2021). *Laporan Tahunan*.
- Hegde SM, & SD., S. (2016). nfluence of Physical Activity on Hypertension and Cardiac Structure and Function. *Dep Heal Hum Serv*, 17(10), 1–13.
- Hidayat, S. (2018). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Kesehatan "Wiraraja Medika,"* 8(2), 14–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.24929/fik.v8i2.647>
- Kemenkes. (2018). Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Lay, G. L., Wungouw, H. P. L., & Kareri, D. G. R. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Pralansia di Puskesmas Bakunase. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 18(3), 464–471. <http://ejurnal.undana.ac.id/CMJ/article/view/2653>
- Miftahul, F. (2019). Hubungan Jenis Kelamin dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*, 3(1), 85–94.
- Nurchayati. (2016). *Khasiat Dahsyat Daun Salam*. Jendela Sehat.
- Nurhayati, E. L., & Lubis, M. Y. (2019). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam (*Syzigium polyanthum*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Lingkungan I Kelurahan Sei Agul. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 13(2), 98–101. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v13i2.395>
- Putri, T. U. A., & Sumekar, D. W. (2017). Uji efektivitas daun salam (*Syzygium polyanthum*) sebagai antihipertensi pada tikus galur wistar. *Majority*, 6(1), 77–81.
- Smetlzer, S. C., & Bare, B. G. (2014). *Buku*

Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart (8th ed.). EGC.

Wade, C. (2016). *Mengatasi Hipertensi*. Nuansa Cendakia.

WHO. (2020). Drug Treatment For Severe Hypertension In Pregnancy. In *Geneva*. WHO.
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo>