
PENGARUH KONSUMSI REBUSAN DAUN SALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA: LITERATUR REVIEW

Tina Safitri*, Isnani Nurhayati, Rejo

Program Studi D-3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jalan Ringroad Utara, Mojosongo, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah 57127, Indonesia

*Tinnasafitry01@gmail.com

ABSTRAK

Menurut WHO, 792 juta orang di dunia terkena hipertensi, dimana jumlah ini diperkirakan meningkat 2025 tahun yang akan datang. Data menunjukkan 792 juta orang menderita hipertensi, 333 juta diantaranya tinggal di negara Indonesia. Prevalensi di Indonesia hipertensi sebesar 10% pada kelompok usia 50 tahun, dan angka ini meningkat menjadi 20-30% pada kelompok usia di atas 60 tahun Daun salam adalah jenis jenis obat herbal mengatasi hipertensi. Tujuan dari penelitian tersebut untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun salam untuk hipertensi. Metode penelitian dengan cara literature review, dan strategi yang menggunakan PICO berikut, population Intervensi: rebusan daun salam. Perbandingan: Pengobatan selain rebusan daun salam. Berdasarkan hasil dari analisis jurnal, peneliti menemukan 6 jurnal pendukung untuk memperkuat literatur review ini, dari 6 jurnal yang ditemukan maka dianalisis sesuai dengan komponennya. Menunjukkan bahwa pemberian daun salam pada lansia dengan hipertensi terbukti dapat menurunkan tekanan darah. Secara keseluruhan, literature review ini menyimpulkan bahwa rebusan daun salam sangat mudah diolah untuk penderita darah tinggi.

Kata kunci: daun salam; hipertensi; lansia

THE EFFECT OF CONSUMPTION OF BAY LEAF DECOCTION TO REDUCE HIGH BLOOD PRESSURE IN THE ELDERLY

ABSTRACT

According to the WHO, 792 million people in the world are affected by hypertension, with this number expected to increase in the next 2025 years. Data shows 792 million people suffer from hypertension, 333 million of whom live in Indonesia. The prevalence of hypertension in Indonesia is 10% in the age group of 50 years, and this figure increases to 20-30% in the age group above 60 years. Bay leaves are a type of herbal medicine for hypertension. The aim of the research is to determine the effect of giving bay leaf decoction for hypertension. Method research using a literature review, and strategies using the following PICO, population Intervention: boiled daun salam. Treatments other than boiled bay leaves. Results: Based on the results of journal analysis, researchers found 6 supporting journals to strengthen this literature review, from the 6 journals found, they were analyzed according to their components. Shows that giving bay leaves to the elderly with hypertension is proven to reduce blood pressure. Overall, this literature review concludes that decoction of bay leaves is very easy to prepare for people with high blood pressure.

Keywords: bay leaf; elderly; hypertension

PENDAHULUAN

Kelompok individu berusia 60 tahun keatas sering di sebut sebagai lansia, yang dimana adalah masa akhir dalam proses kehidupan manusia atau tahap menua. Saat terjadinya proses lansia ditandai oleh banyak berubahnya salah satunya pada fungsi biologis, mental, fisiologis, serta kumulatif, dimana membuat lansia lebih rentan terhadap penyakit. Seiring bertambahnya usia, kompleksitas masalah kesehatan juga meningkat. Secara garis besar, tekanan darah lansia cenderung meningkat sejalan dengan bertambahnya usia (Handayani, Sari and Wibisono, 2020) Kondisi terjadi pada kehidupan manusia, Penuaan proses alamiah dimana individu melewati 3 fase dalam hidupnya, yaitu masa anak, dewasa, dan tua (Mawaddah, 2020 dalam Arisandi, Y. (2023). Buku Keperawatan Gerontik. Penerbit

NEM). Kesehatan fisik lansia menurun terutama terkait energi, aktivitas, kapasitas kerja, nyeri, dan ketergantungan terhadap perawatan medis. Akibatnya, lansia menjalani kehidupannya kurang optimal. (Murwani, 2020).

Hipertensi merupakan kondisi di mana sistol dan diastol melebihi batas normalnya sehingga dapat menimbulkan angka kematian meningkat. Menurut Joint National Committee (JNC) VIII, hipertensi adalah tekanan darah > 140 mmHg untuk sistolik dan > 90 mmHg untuk diastolik. Dan komplikasi pada penderita hipertensi yang mungkin timbul akibat hipertensi antara lain penyakit gagal ginjal kronis, gagal, stroke, jantung kongestif, dan jantung coroner (Suzana and Fatriona 2022). Hipertensi yaitu suatu kondisi sangat penting di semua wilayah yang dapat menyebabkan penyakit jantung serta stroke. Hipertensi merupakan masalah yang begitu sangat penting karena seringkali kita tidak menyadarinya (WADE, C. (2023) Mengatasi hipertensi Nuansa Cendekia). Tekanan darah tinggi di arteri yang disebabkan oleh berbagai faktor, seperti jenis kelamin, genetika, usia, dan gaya hidup, dikenal sebagai hipertensi. Rhamadan dkk (2022). Hipertensi memiliki gejala yang sangat beragam, mulai dari tidak ada sama sekali hingga sakit kepala atau rasa berat pada leher, pusing, jantung berdebar, kelelahan, pandangan kabur, telinga berdenging, dan mimisan. (Kemenkes RI, (2019).

Belum diketahui pasti penyebab hipertensi, adapun beberapa faktor risiko dari hipertensi, antara lain stres, obesitas, asupan garam tinggi, hiperkolesterolemia, jarang aktivitas fisik, genetika, obesitas, penyakit ginjal, tidur tidak teratur, hidup yang tidak sehat (Habibi, Syahlani and Sobirin Mohtar, 2023). Melihat kompleksnya permasalahan tekanan darah tinggi atau hipertensi, dapat disimpulkan bahwa apabila tidak dilakukan pengobatan dan pengontrolan tekanan darah maka akan dapat menimbulkan komplikasi pada tubuh (Suidah, 2011). Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO), berkisar 792 juta manusia di seluruh dunia sakit hipertensi, dimana jumlah diperkirakan terus bertambah ditahun 2025. Data menunjukkan 792 juta orang menderita hipertensi, 333 juta diantaranya Indonesia. Darah tinggi terbagi dua jenis yaitu darah tinggi esensial merupakan yang paling sering terjadi 35% hingga 95% menderita darah tinggi, adapun darah tinggi sekunder terjadi pada 5% hingga 15% orang darah tinggi (Ni Kadek Dian Arta Melani, Mochamad Heri and Putu Agus Ariana, 2021).

Di Indonesia, prevalensi hipertensi sebesar 10% berusi 50 tahun, serta angka ini meningkat menjadi 20-30% sedangkan usia 60 tahun keatas. Selain obat-obatan atau obat-obatan, pengobatan non-obat juga dapat digunakan untuk mengatasi penyakit darah tinggi, sehingga penderita darah tinggi dapat memilih pengobatan non-obat seperti daun salam (Badrujamaludin, Budiman and Erisandi, 2020). Daun salam (*Syzygium polyanthum*) adalah pengobatan non farmakologi dapat mengatasi darah tinggi. Pada daun salam mengandung tanin untuk merelaksasikan otot pada arteri yang dapat kandungan flavonoid memiliki efek yaitu vasodilatasi, antiplatelet dan antikoagulan akibat oksidasi yang dapat menurunkan sistol dan diastole serta memperbaiki organ tubuh Kandungan mineral dapat memperlancar edaran darah serta tekanan darah menurun, mengandung etanol, kavikol, eugenol minyak atsiri logam sebagai anti jamur serta anti bakteri (Susaldi, Rahayu and Okstoria, 2023). Bardiansyah et al (2023) mengatakan ada bahan kimia alami dari daun salam yakni potasium atau alkaloid memiliki sifat diuretic yang dapat membantu ginjal mengeluarkan racun racun didalam tubuh dan menurunkan tekanan darah.

Daun salam (*Syzygium Polyanthum*) bisa dijadikan sebagai obat non farmakologi yang sangat efektif tanaman ini ternyata mempunyai khasiat sebagai obat dan sangat mudah ditemukan Murwani et al (2023). Tanaman tersebut dapat meminimalisir kambuhnya hipertensi, kandungan pada mineral daun salam membantu melancarkan peredaran darah. Daun salam mengandung alkaloid, tanin, saponin, minyak atsiri triterpenoid, flavonoid dan steroid. Flavonoid berfungsi mengurangi sekresi hormon

antidiuretik (ADH) yang dapat menyebabkan ekskresi keluarnya urin banyak ke seluruh tubuh (Sina Mugna et al., 2023). Penelitian literature review ini yaitu menggunakan daun salam yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah tinggi bagi penderita hipertensi pada lansia.

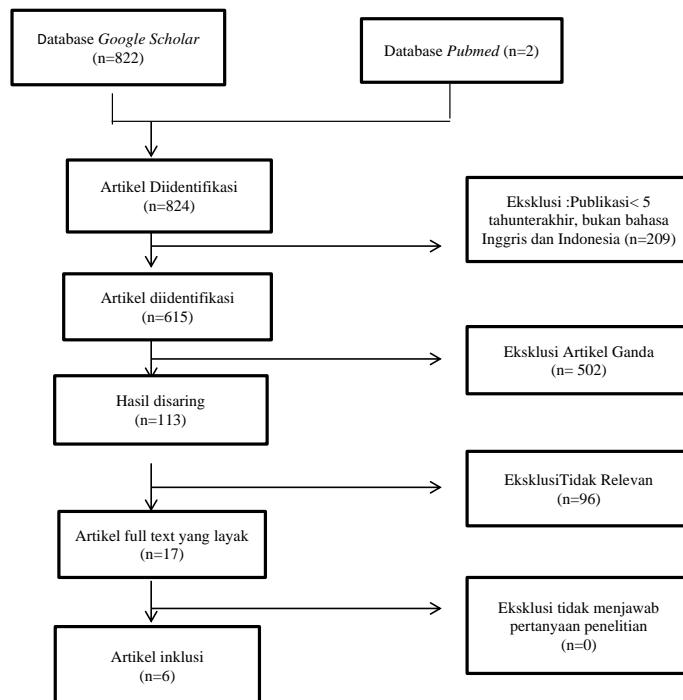
METODE

Pada metode ini dengan cara Literature Riview Sumber daya adalah dari Literature riview dengan tinjauan pustaka terhadap enam penelitian utama. Proses pencarian artikel melalui cara dengan menggunakan database jurnal google scholar dan pubmed. Hasil awal pencarian menemukan pada google scholar dan juga pada pubmed yang kemudian artikel akan diidentifikasi. Data yang dibutuhkan dalam literature riview dikumpulkan bagian-bagian penting dan relefan dengan permasalahan literature riview yang sesuai dengan judul yaitu “Pengaruh konsumsi rebusan daun salam untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia”. Dan strategi mencari artikel denga menggunakan PICO atau PICOS yaitu:

Tabel 1.
PICO

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Population/ populasi	Lansia Hipertensi	Pasien bukan Hipertensi
Intervention/Intervensi	rebusan daun salam	-
Comparation/Pembanding	pengobatan selain rebusan daun salam	-
Outcomes/Hasil yang diharapkan	keadaan Lansia Hipertensi	-
Study Design dan Publication type	Google Scholar dan Pubmed	Observational study, Systematic Review, meta analysis, full-text article
Publication years/ Tahun Publikasi	Post 2019	Pre 2019
Language/Bahasa	Inggris, Indonesia	Selain Inggris dan Indonesia

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1 1 PRISMA flow chart

Proses dalam pencarian artikel yang diinginkan menggunakan metode prisma flow pada google scholar dan pubmed, dengan jumlah keseluruhan data yang didapat yaitu 824 artikel dari hasil diseleksi sebab hanya membutuhkan artikel dengan publikasi tahun 2019-2024, diperoleh hasil 615 artikel .karena terdapat beberapa artikel yang tidak dapat diakses full text, artikel tidak sesuai kata kunci ,artikel duplikasi ,dan tipe (literature review artikel), didapat 17 artikel. Kemudian diseleksi kembali artikel yang tidak bisa didownload dan tidak sesuai dengan judul, didapatkan 6 artikel yang layak dan artikel yang menjawab pertanyaan.

Tabel 2.
Analisis Artikel

No	Author Jurnal	Title	Method (Design, Sample, Variable, Instrumen, Analysis	Conclution
1	(Mukarromah et al., 2023) https://doi.org/10.34035/jk.v14i2.992	Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lansia	Penelitian ini menggunakan jenis purposive dengan 38 klien. Menggunakan analisis uji Paired t-test serta uji Independent t-test. Dilakukan pengujian pre dan post didapatkan hasil yaitu sistolik 24.43 mmHg serta diastolik 3.84 mmHg	Dari penelitian tersebut didapatkan hasil uji Paired t test sistolik p value 0.000 (<0.05) dan diastolik p value 0,001 ($<0,005$). Dan didapatkan kesimpulan air rebusan daun salam sangat efektif menurunkan tekanan darah
2	(Parawati & Mulyanti, 2022) https://journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/article/download/2590/1212	Penerapan Terapi Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rt 001 Rw 004 Desa Jayaratu Wilayah Kerja Pkm Sariwangi	Peneliti menggunakan studi kasus, dengan subjek Ny. N serta data dari standar operasional prosedur SOP untuk perebusan daun salam bagi penderita darah tinggi didesa Jayarats wilayah kerja Puskesmas Sariwangi.	Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan rebusan daun salam dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi
3	(Aji, 2021) https://doi.org/10.35960/vm.v14i02.584	Pengaruh Terapi Air Rebusan Daun Salam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar	Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen. teknik sampling menggunakan total sampling. Sampel penelitian adalah penderita hipertensi di wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar sebanyak 40 orang. Uji Analisa data menggunakan analisis uji Wilcoxon.	Dari peneliti tersebut didapatkan hasil yang menunjukkan tekanan darah sebelum diberikan air rebusan daun salam sistolik 176.75 mmHg dan diastolik 98.25 mmHg, menjadi menurun dikarenakan rebusan daun salam berkisar sistolik 155,50 mmHg dan diastolic 86.12 mmHg. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon dimana P value 0,000. Disimpulkan pengaruh pemberian daun salam sangat efektif dalam menurunkan hipertensi diwilayah Jumapolo Karanganyar, hal ini terbukti dengan hasil yang didapatkan.
4	(Putra et al., 2021) https://scholar.archive.org/work/yhthpswddb3dckt7sdpu6zug4/access/wayback/http://id.stikes-mataram.ac.id/e-	Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Dusun Muer Wilayah Kerja Puskesmas Plampang	Penelitian tersebut pre eksperimental Design dengan one grup pre-test & post-test. Seluruh lansia terdapat 65 orang didusun muer. Lalu diambil dengan teknik sampel purposive Sampling selanjutnya didapatkan 20 responden. Menggunakan anali-	Berdasarkan dari hasil penelitian didapatkan uji Wilcoxon signed test, dimana P value sebesar 0,000 yang berarti P value $< \alpha$ (0,05). Hal ini menunjukkan ada perbedaan tingkat tekanan darah yang signifikan antara sebelum serta setelah pemberian air rebusan daun salam.

No	Author Jurnal	Title	Method (Design, Sample, Variable, Instrumen, Analysis)	Conclusion
	journal/index.php/JPRI/article/download/220/161		sis berupa uji Wilcoxon signed test dengan taraf signifikan 0,05.	
5	(Alfaini et al., 2023) https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.16966	Pengaruh Air Re-busan Daun Salam Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Cisande	Penelitian ini menggunakan metode Quasi eksperimen dengan menggunakan pendekatan one group pre test & post-test design. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 129 penderita hipertensi di Desa Cisande. Maka di-ambil sampel pada penelitian ini sebanyak 16 responden diambil dengan Teknik purposive sampling	Dari hasil penelitian ini menunjukkan dalam uji statistik dengan uji paired samples nilai P $0,000 < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Cisande
6.	(Gobel et al., 2022) https://dx.doi.org/10.31314/zijk.v10i1.1671	Pengaruh Terapi Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Di wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo	Desain penelitian menggunakan metode pendekatan eksperimen semu atau biasa disebut dengan quasi eksperimen, "One Groups Pretest Posttest Design" diamati dalam satu kelompok. Serta didapatkan ada 56 lansia, dengan teknik simple random sampling menggunakan rumus slovin nilai signifikan 0,5%	Didapatkan hasil dari Pemberian daun salam, efektif dalam penurunan darah tinggi untuk lansia. dengan uji statistic didapatkan hasil $> t$ table ($11,689 > 0,4132$ dan $p=0,000 < 0,05$, dapat disimpulkan air rebusan daun salam berpengaruh dalam menurunkan hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo.

Berdasarkan hasil dari analisis jurnal, peneliti menemukan 6 jurnal pendukung untuk memperkuat literature review ini, dari 6 jurnal yang ditemukan maka dianalisis sesuai dengan komponennya. Menunjukkan bahwa pemberian air rebusan daun salam dapat menurunkan penyakit darah tinggi. Menurut Mukarromah, Aulya and Suciawati (2023) "Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Wanita Lansia", didapatkan hasil penelitian dengan menggunakan purposive sampling 38 klien. Menggunakan analisis uji Paired t-test serta analisis uji beda dan yang terakhir uji Independent t-test. Didapatkan hasil sistolik 24.43 mmHg serta diastolik 3.84 mmHg dan didapatkan P value dengan hasil $0,000 < 0,05$. Didapatkan kesimpulan bahwa pemberian air rebusan daun salam berefektif menurunkan darah tinggi pada lansia. Menurut Parawati dan Mulyanti (2022) dengan artikel yang berjudul "Penerapan Terapi Rebusan Daun salam Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi". Didapatkan hasil penggunaan rebusan daun salam efektif menurunkan darah tinggi, dimana metode yang menggunakan pasien sesuai dengan SOP pengolahan daun salam untuk tekanan darah tinggi di desa Jayaratu. Menurut hasil analisis penelitian Syukrowardi (2019) ini menunjukkan bahwa rebusan daun salam mengurangi tekanan darah tinggi. Setelah intervensi dengan air rebusan daun salam tekanan darah sistolik dan diastolik rata-rata turun menjadi 126,86 dan 89,57 pada menit ke lima belas.

Dari hasil penelitian oleh Aji (2021) yang didalam artikel berjudul "pengaruh terapi air rebusan daun salam terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar". Sebelum diberikan air rebusan tersebut yaitu sistolik 176.75 mmHg serta diastolic 98.25 mmHg. Dan sesudah diberikan sistolik menjadi 155,50 mmHg serta diastolic 86.12 mmHg. Disimpulkan bahwa air daun salam berpengaruh dalam menurunkan darah tinggi di wilayah Tempurejo Jumapolo Karanganyar, terbukti dalam uji Wilcoxon p value 0,000. Menggunakan metode quasi

experiment dengan jumlah sampel 40 responden. Penelitian yang dilakukan Putra et al (2021) dengan judul “Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Dusun Muer Wilayah Kerja Puskesmas Plampang”. Dengan hasil uji Wilcoxon signed test, didapatkan P value sebesar 0,000 yang berarti P value $< \alpha$ (0,05). Didapatkan hasil yang signifikan antara pre dan post, selanjutnya didapatkan 20 responden peneliti uji Wilcoxon.

Menurut Alfaini, Danismaya and Andriani (2023) Hipertensi kondisi meningkatnya pembuluh darah. Pembuluh darah beredar keseluruh tubuh melalui jantung. semakin keras tekanan darah maka jantung semakin keras memompa, dan tekanan darah mendorong melalui dinding arteri. Penelitian ini berjudul “Pengaruh Air Rebusan Daun Salam Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di Cisande” menggunakan metode quasi eksperimen, one group pre dan post, dengan 129 pasien yang mengalami hipertensi, dan memiliki 16 responden dengan cara purposive sampling memiliki hasil uji paired sample test nilai P value dengan hasil $0,000 < 0,05$, disimpulkan rebusan daun salam sangat efektif dalam menurunkan tekanan darah di Desa Cisande. Sehingga masyarakat dapat dengan mudah mengolah air rebusan dari daun salam tersebut. Adapun cara pembuatan sebagai berikut 10 lembar daun salam, air 300ml, panci, saringan, iros panci, kompor adapun cara caraya sebagai berikut : cuci daun salam sampai bersih, air direbus pastikan sampai dengan mendidih, masukkan daun salam, tunggu sampai air menjadi 150 ml (1gelas), lalu rebusan daun yang sudah dingin disaring. Rebusan daun salam tersebut diminum pagi dan sore, air rebusan daun salam dikonsumsi pagi dan sore , sebelum makan dengan takaran $\frac{1}{2}$ gelas sampai 1 minggu, dilarang minum alcohol selama mengkonsumsi air rebusan tersebut (Bardiansyah et al., 2023).

Hal tersebut juga didukung oleh peneliti Gobel, Febriyona and Sudirman (2022). Hasil terapi didapatkan daun salam efektif untuk penurunan hipertensi. Uji dari statistik didapatkan $> t$ table ($11,689 > 0,4132$ atau $p=0,000 < 0,05$, kesimpulannya terdapat pengaruh dari pengobatan non farmakologi rebusan daun tersebut untuk menurunkan hipertensi lansia. Menurut Putra et al (2021) Berdasarkan hasil uji wilcoxon signed test, dengan hasil P value 0,000 yang artinya P value $< \alpha$ (0,05). Menunjukkan perbedaan sangat efektif yang mana pre dan post pemberian rebusan daun salam pada lansia. Tika (2021) melakukan penelitian serupa dengan memberikan air rebusan daun salam kepada orang yang menderita hipertensi. Penelitian tersebut menemukan bahwa ada hubungan antara memberi mereka air rebusan daun salam dan mengurangi hipertensi. Mengonsumsi rebusan daun salam dapat menurunkan tekanan darah. Silalahi ddk (2020) melakukan penelitian tambahan pada "pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi" dan menemukan penurunan tekanan darah sistolik 29 mmHg dan 21 mmHg sebagai hasil dari terapi air rebusan daun salam. Cholifah, Puspitasari, dan Warji (2022) menemukan hal yang sama dalam artikel mereka berjudul “Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Eugenia Polyantha*) Terhadap Penderita Hipertensi”. Mereka menemukan bahwa air seduhan daun salam (*Eugenia Polyantha*) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi baik pada tekanan darah sistolik maupun diastolik ($p < 0,005$).

SIMPULAN

Secara keseluruhan, literature review ini menyimpulkan bahwa hipertensi bisa diturunkan dengan menggunakan daun salam yang direbus. Menggunakan rebusan daun salam menjadi alternatif untuk penurunan darah tinggi bagi yang mengalami darah tinggi terutama lansia dimana aman dan mudah.

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, Pp. 50–63.

- Alfaini, M. N., Danismaya, I. And Andriani, R. (2023) 'Pengaruh Air Rebusan Daun Salam Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Cisande', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), Pp. 4536–4543. Doi: 10.31004/Jkt.V4i4.16966.
- Arisandi, Y. (2023). *Buku Keperawatan Gerontik*. Penerbit NEM.
- Cholifah, N., Puspitasari, I., & Warji, W. (2022). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Purwosari Dan Desa Sunggingan Di Puskesmas Purwosari Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* , 13 (1), 230-241.
- Badrujamaludin, A., Budiman, B. And Erisandi, T. D. (2020) 'Perbedaan Air Rebusan Daun Seledri Dan Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pra Lansia Dengan Hipertensi Primer', *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), Pp. 177–186. Doi: 10.33024/Hjk.V14i2.2541.
- Bardiansyah, D. Et Al. (2023) 'Edukasi Pemberian Rebusan Daun Salam Pada Pasien Hipertensi Didesa Paku Alam Kecamatan Sungai Tabuk', *Jurnal Batikmu*, 3(1), Pp. 50–54. Doi: 10.48144/Batikmu.V3i1.1384.
- Gobel, I. A., Febriyona, R. And Sudirman, A. N. (2022) 'Pengaruh Terapi Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo', *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 10(1), P. 1101. Doi: 10.31314/Zijk.V10i1.1671.
- Habibi, A., Syahlani, A. And Sobirin Mohtar, M. (2023) 'Effect Of Decoction Of Bay Leaves (*Syzygium Polyanthum*) On Bloodpressure Changes In Elderly Patients With Primary Hypertension In Thework Area Of Pekauman Health Center', *International Student Conference Of Global Multidisciplinary Collaboration (Integration)*, 1(1), Pp. 90–95.
- Handayani, S. P., Sari, R. P. And Wibisono, W. (2020) 'Literature Review Manfaat Senam Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia', *BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia)*, 8(2), Pp. 48–55. Doi: 10.53345/Bimiki.V8i2.143.
- Istichomah, I. (2020). *Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul*. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 24-29.
- Maulana, N. (2022). Pencegahan Dan Penanganan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(1), 163-168.
- Melani, Nkda, Heri, M., & Ariana, Pa (2023). Pengaruh Air Rebus Daun Salam Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Desa Kubutaban Wilayah Kerja Puskesmas Kubutabanha 1. *Prosedur Simposium Kesehatan Nasional* , 2 (1), 55-73.
- Mukarromah, A., Aulya, Y. And Suciawati, A. (2023) 'Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lansia', *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 14(2), Pp. 18–25. Doi: 10.34035/Jk.V14i2.992.
- Murwani, A. Et Al. (2023) 'Therapeutic Analysis Of Bay Leaf Decoction As An Intervention Of Acute Pain Nursing Problems With Hypertension', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), Pp. 361–366. Doi: 10.35816/Jiskh.V12i2.1092.
- Ni Kadek Dian Arta Melani, Mochamad Heri And Putu Agus Ariana (2021) 'Pengaruh Air Rebusan Daun Salam Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kubutambahan

Wilayah Kerja Puskesmas Kubutambahan 1', Prosiding Simposium Kesehatan Nasional, Pp. 55–73.

- Parawati, I. And Mulyanti, S. (2022) 'Penerapan Terapi Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RT 001 RW 004 Desa Jayaratu Wilayah Kerja PKM Banyuwangi', Edisi Prosiding Webinar Nasional Dan Diseminasi Hasil Penelitian "Peran Komplementer Dan Enterpreneur Di Masa Pandemi Covid – 19", 4(2b), Pp. 77–83.
- Patyawargana, PP, & Falah, M. (2021). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Menurunkan Kadar Asam Urat Pada Lansia: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Kesehatan* , 3 (1), 47-51.
- Putra, A. A. Et Al. (2021) 'Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Dusun Muer Wilayah Kerja Puskesmas Plampang', *Prima: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 7(1), Pp. 30–35. Doi: 10.47506/Jpri.V7i1.220.
- Rahmalia, A., & 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(4), 375-381.
- Rhamadan, R., Restiana, N., & Badrudin, U. (2022). Penerapan Rebusan Daun Salam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pasirlaja. *Healthcare Nursing Journal*, 4(2b), 157-162
- Sina Mugna, A. Et Al. (2023) 'Efektifitas Pemberian Rebusan Daun Salam Dengan Senam Hipertensi Pada Lansia Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah', *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), Pp. 1–11. Available At: <https://doi.org/10.55606/Detector.V1i3.2272>.
- Susaldi, S., Rahayu, P. And Okstoria, M. R. (2023) 'Penerapan Senam Hipertensi Dan Rebusan Air Daun Salam Untuk Hipertensi', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 2(2), Pp. 182–189. Doi: 10.53801/Jpmsk.V2i2.104.
- Suzana, M. And Fatriona, E. (2022) 'Penatalaksanaan Dan Pelatihan Cara Membuat Rebusan Daun Salam Pada Keluarga Dengan Hipertensi Desa Jujun', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bina Insani Sakti*, 1(1), Pp. 38–42.
- Syukrowardi, D. A. (2019). Perbandingan Pengaruh Antara Rebusan Air Daun Salam Dan Air Rebusan Daun Sirsak Terhadap Tekanan Darah Kelompok Pre-Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gembong, Serang. *CHMK Health Journal*, 3(2), 11-19.
- Tika, TT (2021). Pengaruh Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Terhadap Hipertensi: Studi Literatur. *Jurnal Kedokteran Primer* , 3 (01 Oktober), 1260-1265.
- Wade, C. (2023). Mengatasihipertensi. Nuansacendekia.