

**PENGARUH KONSUMSI AIR REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP
PENURUNAN KADAR KOLESTROL PADA PENDERITA
HIPERKOLESTROL DI POLI RUMAH SAKIT
Drs. H. ABU HANIFAH TAHUN 2024**

Muhammad Admiral Halbi
Fakultas Keperawatan Institut Citra Internasional Bangka Belitung

SUBMISSION TRACK

Submitted : 30 September 2024
Accepted : 9 October 2024
Published : 10 October 2024

KEYWORDS

Kata Kunci :
Hiperkolesterolemia, Daun
Salam, Terapi Non-
farmakologis
Keyword :
Hypercholesterolemia, Bay
Leaf, Non- pharmacological
Therapy

CORRESPONDENCE

E-mail:
halbimuhammadadmiral@gmail.com

A B S T R A C T

Hiperkolesterolemia merupakan masalah kesehatan yang semakin prevalent di masyarakat modern, meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas air rebusan daun salam dalam menurunkan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia. Menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest, studi ini melibatkan 13 responden di Poli Rumah Sakit Drs. H. Abu Hanifah. Intervensi berupa pemberian 100 ml air rebusan daun salam dua kali sehari selama 7 hari. Hasil menunjukkan penurunan signifikan kadar kolesterol dari rata-rata 248,38 mg/dl sebelum intervensi menjadi 158,08 mg/dl setelah intervensi ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$). Mayoritas responden adalah laki-laki (69,2%) dan berusia 19-44 tahun (69,2%). Efektivitas air rebusan daun salam dikaitkan dengan kandungan flavonoid dan saponin yang mencegah oksidasi LDL, pengendapan lemak, dan meningkatkan ekskresi lemak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa air rebusan daun salam efektif sebagai terapi non-farmakologis untuk menurunkan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia, menawarkan alternatif pengobatan alami yang potensial.

*Hypercholesterolemia is an increasingly prevalent health issue in modern society, elevating the risk of cardiovascular diseases. This study aimed to evaluate the effectiveness of bay leaf (*Syzygium polyanthum*) infusion in reducing cholesterol levels among hypercholesterolemia patients. Using a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach, the study involved 13 respondents at the Drs. H. Abu Hanifah Hospital Polyclinic. The intervention consisted of administering 100 ml of bay leaf infusion twice daily for 7 days. Results showed a significant decrease in cholesterol levels from an average of 248.38 mg/dl before intervention to 158.08 mg/dl after intervention ($p\text{-value} = 0.000 < 0.05$). The majority of respondents were male (69.2%) and aged 19-44 years (69.2%). The effectiveness of bay leaf infusion is attributed to its flavonoid and saponin content, which prevent LDL oxidation, fat deposition, and enhance fat excretion. This study concludes that bay leaf infusion is an effective non-pharmacological therapy for reducing cholesterol levels in hypercholesterolemia patients, offering a potential natural treatment alternative.*

PENDAHULUAN

Hiperkolesterolemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang semakin prevalent di masyarakat modern. Kondisi ini ditandai dengan tingginya kadar kolesterol dalam darah, yang dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung koroner dan stroke. Kolesterol merupakan faktor risiko utama Penyakit Jantung Koroner (PJK) di samping hipertensi dan merokok (Nurhayati, 2018). Salah satu penyebab hiperkolesterolemia saat ini adalah perkembangan pola hidup masyarakat yang cenderung menggemari makanan siap saji atau junk food. Komposisi makanan tersebut mengandung lemak, gula, protein, dan garam dalam jumlah yang tinggi namun sedikit serat. Pola makan modern yang banyak mengandung kolesterol, disertai dengan intensitas makan yang tinggi dan stres yang menekan sepanjang hari, membuat kadar kolesterol dalam darah sangat sulit dikontrol (Nurhayati, 2018).

Data dari World Health Organization (WHO) tahun 2017 menyatakan bahwa penyakit jantung koroner (PJK) dan stroke merupakan salah satu faktor penyebab dislipidemia, dimana peningkatan kolesterol diperkirakan menyebabkan 2,6 juta kematian (4,5% dari total penduduk dunia). Di Indonesia, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Nasional (RISKESDAS) tahun 2018, terdapat 35,9% dari penduduk Indonesia yang berusia ≥ 15 tahun mengalami kadar kolesterol abnormal (dengan kadar kolesterol ≥ 200 mg/dl). Di Rumah Sakit Drs. H. Abu Hanifah Kabupaten Bangka Tengah, angka prevalensi penderita kolesterol menunjukkan tren peningkatan. Pada tahun 2020 tercatat 587 kasus, tahun 2021 sebanyak 508 kasus, tahun 2022 meningkat menjadi 610 kasus, dan tahun 2023 mencapai 659 kasus. Dari data Januari sampai dengan April 2024, tercatat sebanyak 168 kasus (Rekam Medis Rumah Sakit Drs. H. Abu Hanifah, 2024).

Pengobatan konvensional untuk hiperkolesterolemia umumnya melibatkan penggunaan obat-obatan seperti simvastatin, atorvastatin, dan fenofibrate. Namun, penggunaan jangka panjang obat-obatan ini dapat menimbulkan efek samping. Oleh karena itu, terdapat kebutuhan untuk mengeksplorasi alternatif pengobatan yang lebih alami dan minim efek samping. Salah satu alternatif yang potensial adalah penggunaan air rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*). Daun salam mengandung flavonoid yang dapat menurunkan kadar kolesterol dalam darah (Widiyono, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Emilia (2022) di Puskesmas Desa Gedang, Kota Sungai Penuh, Provinsi Jambi, menunjukkan adanya penurunan kadar kolesterol yang signifikan setelah pemberian air rebusan daun salam. Penelitian lain oleh Rika Lailatul Musarrofa (2023) di Desa Saronggi, Kabupaten Sumenep, juga menunjukkan hasil serupa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Rancangan ini tidak menggunakan kelompok pembanding atau kontrol (Nursalam, 2016). Populasi penelitian adalah seluruh penderita kolesterol di Poli Rumah Sakit Drs. H. Abu Hanifah dari Januari hingga Maret 2024, berjumlah 168 orang. Sampel penelitian ditentukan menggunakan rumus Nursalam (2016), menghasilkan 13 responden yang dibagi menjadi empat kelompok. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple purpose sampling (Nursalam, 2014). Kriteria inklusi meliputi penderita kolesterol dengan kadar >200 mg/dl, usia 20-50 tahun, kooperatif, dan bersedia berpartisipasi. Kriteria eksklusi mencakup penderita dengan kadar kolesterol <200 mg/dl, wanita hamil dan menyusui, serta pasien dengan penyakit komplikasi. Penelitian dilakukan di Poli Rumah Sakit Drs. H. Abu Hanifah dan kediaman responden pada 9-12 Juli dan 23 Juli - 2 Agustus 2024. Data primer diperoleh langsung dari subjek penelitian, sementara data sekunder berasal dari catatan rumah sakit. Prosedur penelitian meliputi pemeriksaan kadar kolesterol awal, pemberian intervensi air rebusan daun salam (100ml, 2x sehari selama 7 hari), dan pemeriksaan kadar kolesterol

akhir. Pengolahan data meliputi editing, coding, entry, tabulating, dan cleaning (Notoatmodjo, 2018). Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik variabel dan analisis bivariat untuk menguji pengaruh intervensi. Etika penelitian yang diterapkan meliputi penghormatan privasi, perhitungan manfaat dan kerugian, keadilan dan inklusivitas, serta penghormatan harkat dan martabat subjek penelitian (Notoatmodjo, 2018).

HASIL

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Rumah Sakit Drs. H. Abu Hanifah berlokasi di Komplek Perkantoran Pemerintah Daerah, jalan Bypass, kec Koba, kabupaten Bangka Tengah, kepulauan Bangka Belitung 33681. Rumah Sakit ini sebelumnya merupakan Rumah

Sakit Umum Daerah yang dulu bernama RSUD Bateng dan diresmikan oleh gubernur Provinsi Kepulauan Bangka Belitung bersama dengan Bupati pada tanggal 14 April 2007. Rumah Sakit ini didirikan pada saat kepemimpinan Bupati Bateng pertama, Almarhum Drs. H. Abu Hanifah dan sekarang berganti nama melalui surat Keputusan Bupati Bateng Nomor 188.45/657/Setdaorg/2022 tanggal

1 September 2022. Rumah Sakit Drs. H. Abu Hanifah merupakan rumah sakit tipe C yang berdiri di atas lahan kurang lebih 6 hektar yang mempunyai status akreditasi madya dengan kapasitas 102 tempat tidur rawat inap serta 18 layanan dokter spesialis.

2. Analisis Univariat

Analisis Univariat digunakan untuk mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti dalam penelitian yaitu melihat distribusi frekuensi variabel bebas dan variabel terikat. Adapun karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut:

3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen
Laki - Laki	9	69.2
Perempuan	4	30.8
Total	13	100.0

(Sumber: Data Primer 2024)

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa responden jenis kelamin Laki-Laki sebanyak (69,2%) lebih banyak dibandingkan dengan jenis kelamin Perempuan.

4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Usia Responden

Usia	Frekuensi	Persen
Dewasa (19-44 Tahun)	9	69.2
Pra Lansia (45-59 Tahun)	4	30.8
Total	13	100.0

(Sumber: Data Primer 2024)

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan bahwa responden yang berusia dewasa berjumlah 9 responden (69,2%) lebih banyak dibandingkan dengan responden Pra Lansia.

5. Distribusi kategori Perbedaan berdasarkan Kadar Kolesterol Pre Test dan Post Test

Tabel 3. Nilai Kadar Kolesterol Pada Pasien Hiperkolesterol

Variable	Mean ± SD	Min	Max
Pre Test N	248.38 ± 8.644	215	324
Post Test 13	158.08 ± 5.536	131	190

(Sumber: Data Primer 2024)

Berdasarkan tabel 9 di atas didapatkan hasil nilai kategori rata-rata Kolesterol Pre Test dan Post Test sebanyak 13 orang responden mengalami penurunan setelah diberikan Pemberian Air Rebusan Daun Salam.

6. Analisis Bivariat

Analisis bivariat ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan rata-rata kadar kolesterol sebelum dan sesudah minum air rebusan daun salam secara teratur di wilayah kerja Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024.

Tabel 4. Perbedaan Kadar Kolesterol Sebelum dan Sesudah Pemberian Air Rebusan Daun Salam

Kadar Kolesterol	Mean ± SD	SE	P value
Pre Test	248.38 ± 8.644	8.644	0.000
Post Test	158.08 ± 5.536	5.536	

(Sumber: Data Primer 2024)

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa rata-rata nilai kadar kolesterol setelah minum air rebusan daun salam secara teratur Mean 158,08, Standar deviasi 5.536, berbeda dibandingkan dengan rata-rata nilai kadar kolesterol sebelum minum air rebusan daun salam Mean 248,38, Standar deviasi 8,644. Hasil uji paired sampel t-test untuk nilai kadar kolesterol didapatkan p-value = 0,000 < 0,05. H₀ ditolak dan H₁ diterima yang berarti ada pengaruh air rebusan daun salam terhadap penurunan nilai kadar kolesterol.

PEMBAHASAN

Kolesterol merupakan substansi bagian dari lemak darah di dalam tubuh, kolesterol akan terlipat dengan protein membentuk senyawa yang disebut dengan lipoprotein. Ada dua jenis lipoprotein yaitu low density lipoprotein (LDL) dan High Density Lipoprotein (HDL). Kolesterol didefinisikan sebagai salah satu komponen lemak yang terdapat dalam makanan dan tubuh. Dikatakan Hiperkolesterol apabila jumlah kolesterol total dalam tubuh > 200 Mg/dl (Septianingrum, 2014).

Hiperkolesterolemia dapat ditangani melalui upaya preventif dan kuratif baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Terapi farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan dan terapi non farmakologis dengan pemberian air rebusan daun salam selama 7 hari sebanyak 100 ml pada pagi hari dan sore hari diharapkan nilai kadar

kolestrol menurun. Daun salam merupakan jenis terapi yang digunakan untuk berbagai penyakit salah satunya menangani hiperkolestrol.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien mengalami hiperkolestrol setelah minum rebusan daun salam secara rutin terjadi penurunan rata-rata nilai kadar kolestrol sebelum 248,38 mg/dl dan sesudah minum air rebusan daun salam 158,08 mg/dl. Hasil analisis data didapatkan $p\text{-value} (0,000) < \alpha (0,005)$, yang berarti ada perbedaan rata-rata nilai kadar kolestrol sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun salam secara teratur. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Emilia yang berjudul efektivitas Pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap kadar kolestrol pada pasien Hiperkolestrol di wilayah kerja puskesmas desa gedang kota sungai penuh provinsi jambi tahun 2022. Hasil penelitian yang didapatkan 16 responden yang merupakan pasien kunjungan di bagian poli PTM yang sudah di diagnosis hiperkolestrol. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada perubahan kadar kolestrol sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun salam dengan nilai $p\text{-value} = 0.000$.

Peneliti berpendapat bahwa pemberian rebusan daun salam secara rutin selama 7 hari didapatkan hasil signifikan terdapat penurunan nilai kadar kolestrol pada penderita hiperkolestrol, karena daun salam mengandung beragam senyawa aktif seperti flavonoid yang mampu mencegah oksidasi Low Density Lipoprotein (LDL) dan mencegah pengendapan lemak pada dinding pembuluh darah. Kandungan saponin yang terdapat pada daun salam dapat mencegah penyerapan lemak, meningkatkan ekskresi dalam urin sehingga lemak tidak tertimbun.

KESIMPULAN

Karakteristik responden penelitian menunjukkan mayoritas adalah laki-laki (69,2%) dan berada dalam kelompok usia dewasa 19-44 tahun (69,2%). Terdapat penurunan yang signifikan pada kadar kolesterol responden setelah pemberian air rebusan daun salam. Rata-rata kadar kolesterol sebelum intervensi adalah 248,38 mg/dl, sedangkan setelah intervensi menurun menjadi 158,08 mg/dl. Hasil uji statistik paired sampel t-test menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara kadar kolesterol sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun salam. Efektivitas air rebusan daun salam dalam menurunkan kadar kolesterol didukung oleh kandungan senyawa aktif seperti flavonoid yang dapat mencegah oksidasi LDL dan pengendapan lemak pada dinding pembuluh darah, serta saponin yang dapat mencegah penyerapan lemak dan meningkatkan ekskresinya melalui urin. Hasil penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya yang dilakukan di wilayah kerja lain, menunjukkan konsistensi efek positif air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar kolesterol. Pemberian air rebusan daun salam secara rutin selama 7 hari dengan dosis 100 ml dua kali sehari terbukti efektif sebagai terapi non-farmakologis untuk menurunkan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia. Penelitian ini memberikan bukti ilmiah tentang manfaat air rebusan daun salam sebagai alternatif pengobatan alami untuk mengatasi hiperkolesterolemia, yang dapat dipertimbangkan sebagai terapi pendamping dalam manajemen kadar kolesterol darah.

DAFTAR PUSTAKA

Desi Handayani, E., Herliawati, & Rizona, F. (2020). Pengaruh senam ergonomis terhadap kadar kolesterol darah pada lanjut usia di panti sosial tresna werdha teratai Palembang. 8–13.

Dewi, SR et al. 2018, ‘Kandungan Flavonoid dan Aktivitas Antioksidan Ekstrak Pleurotus ostreatus’, Rona Teknik Pertanian, 11(1), pp. 1–10. doi: 10.17969/rtp.v11i1.9571.

Dewi CK, Probasari. Pengaruh pemberian buah pepaya (Carica papaya L.) terhadap

kadar kolesterol total pada tikus Prague Dawley dengan hiperkolesterolemia. *Journal of Nutrition College*.2012;1(1):56-66

Efa Trisna, dkk (2017). Pengaruh Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Basa Indah Kota Bandar Lampung

Husein dkk, (2020) .Nutritional aspect of phytone and phyatofluene, caratenoid precussorrs to lycopwne.

Guyton, A. C., Hall, J. E., 2014. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi

12. Jakarta : EGC. 995

Kemenkes.RI. (2018b). Profil penyakit tidak menular. In *Journal of Chemical Information and Modeling*.

Lestari, W. A., & Utari, D. M. (2017). Faktor Dominan Hiperkolesterolemia pada Pra-Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rangkapanjaya Kota Depok. *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Kesehatan Masyarakat*, Vol.33(6), 267–272.

Listyaningrum, A. A. (2019). Uji Kesesuaian Kadar Kolesterol Pada Serum Lipemik Yang Diolah Dengan Flokulan Alfasiklodekstrin Dan High Speed Sentrifugasi. *Politeknik Kesehatan Yogyakarta*, 9–29.