

Efektifitas Air Rebusan Daun Salam terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara

Nikki Ardila^{1*}, Faried Rahman Hidayat²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

*Kontak Email: nikkiardila2@gmail.com

Diterima: 19/07/21

Revisi: 17/10/21

Diterbitkan: 19/04/22

Abstrak

Tujuan Studi : Diketuainya manfaat dari daun salam yang direbus kemudian diminum setiap hari untuk menurunkan kadar asam urat dalam tubuh.

Methodology : Berdesain *Quasi Eksperimental* yang dilakukan secara *Pretest – Posttest Control Grup Design*. Jumlah sampel sebanyak 30 orang yaitu 15 kelompok intervensi dan 15 orang sebagai kontrol. Analisis secara univariat dan juga bivariat dengan uji yang digunakan adalah *Paired T Test dan Independet T Test*.

Hasil : Berdasarkan hasil uji di peroleh adanya pengaruh air rebusan tradisional daun salam untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah (*P value: 0.000*)

Manfaat: Air rebusan tradisional daun salam dapat diminum untuk membantu penurunan kadar asam urat dalam darah.

Abstract

Purpose of study: To know the benefits of boiled bay leaves and then drink it every day to reduce uric acid levels in the body.

Methodology: Quasi-Experimental Design which was carried out by Pretest – Posttest Control Group Design. The number of samples was 30 people, namely 15 intervention groups and 15 people as controls. The analysis was univariate and also bivariate with the tests used were Paired T Test and Independent T Test

Results: Based on the test results obtained the effect of traditional boiled water of bay leaves to reduce uric acid levels in the blood (*P value: 0.000*)

Applications: Traditional boiled water of bay leaves can be drunk to help lower uric acid levels.

Kata kunci: Asam Urat, Air Rebusan Daun Salam, Lansia

1. PENDAHULUAN

Lansia adalah proses penurunan fungsi tubuh manusia, baik secara fisik, psikologinya serta sosialnya. Dengan usia yang semakin bertambah menyebabkan banyak penyakit yang bermunculan (Cabrera, 2015). Salah satu penyakit karena penuaan adalah asam urat, dengan gejala nyeri pada persendian karena menumpuknya purin dalam darah (Nurhayati, 2018).

Prevalensi gout meningkat pada kalangan orang dewasa di Inggris sebesar 3,2 % dan Amerika Serikat sebesar 3,9 % (Kuo, Grainge, Zhang, Doherty, 2015). Berdasarkan hasil studi Riskesdas tahun 2018, kejadian suatu penyakit yang berhubungan dengan sendi adalah dari hasil wawancara yang kemudian dilakukan diagnosis oleh dokter tinggi pada umur ≥ 75 tahun (33% dan 54,8%). Untuk jenis kelamin terbanyak adalah perempuan (13,4%) dibanding laki-laki (10,3%), namun jika dibandingkan dengan hasil rikesdas pada tahun 2013 justru penyakit sendi cenderung menurun di beberapa kota besar di Indonesia khususnya di Kaltim mengalami penurunan.

Pengobatan herbal yang sering dilakukan di masyarakat Indonesia yaitu seperti mengkonsumsi tanaman tradisional yang manjur menanggulangi penyakit seperti asam urat atau gout arthritis (Oroh, 2019). Salah satunya adalah tanaman daun salam yang direbus dan diminum setiap hari yang dapat menurunkan asam urat dalam darah (Ningtiyas, 2016).

Menurut Andriani, (2019), dalam penelitiannya didapatkan rerata nilai asam urat sebelum diintervensi air rebusan daun salam 7,16 mg/dl, dan setelah diberikan beberapa kali dan kemudian diukur kembali terjadi penurunan menjadi 5,76

mg/dl, kadar terendahnya yaitu 4,9 mg/dl, dengan rata-rata perbedaan hasil penurunan sebelum dan sesudah adalah 1,40 mg/dl.

Daun salam dipercaya mampu menurunkan kadar asam urat darah, karena memiliki kandungan seperti flavonoid, dll sebanyak 0,05% yang terdiri dari diuretik dan analgesik. Berdasarkan penelitian terdahulu, terbukti bahwa kandungan yang ada didalam daun salam sangat disarankan bagi penderita hiperuresemia (Ningtiyas, 2016). Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Batool(2020), yang menyebutkan bahwa daun salam memiliki kandungan yang berfungsi sebagai anti inflamasi yang memiliki kandungan flavonoid.

2. METODOLOGI

Metode yang digunakan adalah kuantitatif secara *Quasi Eksperiment* berdesain *Pretest – Posttest Control Grup Design*. Populasinya adalah responden lansia yang memiliki penyakit asam urat di Puskesmas lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara sebanyak 120 penderita dari seluruh jumlah pasien 301 yang ada di posyandu Lansia Jonggon Jaya. Sampel diambil dengan *caraprobability sampling* dengan jenis *simple random sampling* dan berdasarkan jenis penelitian ekperimental maka peneliti menggunakan 30 responden dengan 15 intervensi dan 15 kontrol (15:15). Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi, alat tulis, alat pengukuran asam urat, timbangan digital, gelas ukur dan peralatan merebus. Dianalisa univariat dengan mempresentasikan karakteristik responden dan variabel dan untuk bivariat menggunakan *Uji Paired* dan *Independen*.

3. HASIL DAN DISKUSI

a. Analisa Univariat dari Karakteristik

1) Umur

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur pada Responden di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara Tahun 2021 (n1:n2 =15)

	Tahun	Frekuensi	%
Intervensi	46-55	5	33.3
	56-65	8	53.3
	> 65	2	13.4
	Jumlah	15	100
Kontrol	46-55	4	26.7
	56-65	8	53.3
	> 65	3	20.0
	Jumlah	15	100

Pada **tabel 1** didapatkan hasil bahwa sebagian besar pada kedua kelompok berada pada kategori lansia akhir, yaitu 56-65 tahun masing-masing adalah 8responden (53.3%).

2) Jenis Kelamin

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara Tahun 2021 (n1:n2=15)

	JK	Frekuensi	%
Intervensi	Laki-Laki	6	40.0
	Perempuan	9	60.0
	Jumlah	15	100
Kontrol	Laki-Laki	4	26.7
	Perempuan	11	73.3
	Jumlah	100	100

Pada **tabel 2** di atas menunjukkan hasil bahwa pada kelompok intervensi maupun kontrol mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 9 responden (60.0%) dan 11 responden (73.3%).

b. Analisis Deskriptif Hasil Kadar Asam Urat Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

1) Analisis Deskriptif Kadar Asam Urat sebelum Intervensi

Tabel 3 Analisis Deskriptif Kadar Asam Urat Intervensi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara Tahun 2021(n1:n2=15)

Pengukuran		Mean	Median	SD	Min-Maks	95% CI
Pre	Kel.	9.693	9.400	2.1546	6.2-13.4	8.500;10,866
Intervensi	Pre	8,247	7.800	1.9493	6.2-13.1	7,167;9,326
Kel. Kontrol						

Tabel 3 di atas menggambarkan nilai rerata hasil pemeriksaan kadar asam urat sebelum intervensi pada kel. intervensi adalah 9.693, nilai median adalah 9.400 dengan standar deviasi 2.1546 dan nilai rentang antara 6.2-13.4, dengan *confidence interval*nya adalah 8.500;10,866. Pengukuran pada kelompok kontrol pada hari pertama adalah 8.247, nilai median adalah 7.800, dengan standar deviasi 1.9493 dan nilai rentang antara 6.2- 13.1, dengan *confidence interval*nya adalah 7.167;9,326.

2) Analisis Deskriptif Kadar Asam Urat sesudah Intervensi

Tabel 4 Analisis Deskriptif Kadar Asam Urat Sesudah Intervensi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara Tahun 2021 (n1:n2=15)

Pengukuran		Mean	Median	SD	Min-Maks	95% CI
Pre	Kel.	6.533	6.4607	0.8926	4.9-8.5	6.039;7,028
Intervensi	Pre	8,480	.000	1.8610	6.2-12.9	7,449;9,511
Kel. Kontrol						

Tabel 4 di atas menunjukkan nilai rerata hasil pemeriksaan kadar asam urat sesudah intervensi adalah 6.533, nilai median adalah 6.600 dengan standar deviasi 0.8926 dan nilai rentang antara 4.9-8.5, dengan *confidence interval*nya adalah 6.039;7,028. Pada kelompok kontrol yang dilakukan pemeriksaan pada hari ketujuh tanpa pemberian air daun salam rata-ratanya yaitu 8.480, nilai median adalah 7.900 dengan standar deviasi 1.8610 dan nilai rentang antara 6.2-12.9, dengan *confidence interval*nya adalah 7.449;9,511.

c. Analisa Bivariat

a. Hasil pengukuran sebelum dan sesudah intervensi pada intervensi (diberikan air rebusan daun salam) dan kontrol (tanpa diberikan air rebusan daun salam)

Tabel 5. Hasil Pengukuran Kadar Asam Urat Sebelum dan Sesudah Intervensi Pemberian Air Rebusan Daun Salam di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara Tahun 2021 (n1:n2=15)

Kelompok	Mean		Selisih	95% CI	T	df	P value
	Pre	Post					
Intervensi Pre-Post	9.693	6.533	3.160	1.9103 - 4.4097	5.423	14	0.000**
Kontrol Pre-Post	8.247	8.480	-233	-0.5044 - 0.0377	-1.846	14	086*

Tabel 5 di atas mendiskripsikan pada mean pada kelompok intervensi sebelum tindakan adalah 9.693 dan sesudahnya adalah 6.533 dan selisih dari mean yaitu 3.160, koefisien interval adalah 1.9103 sampai dengan 4.4097. Diketahui juga bahwa t hitung bernilai $5.423 \geq t$ tabel yaitu 2.145 dan pada hasil P value menunjukkan hasil $0.000 \leq 0.05$ sehingga kesimpulan dari hasil uji *Paired T Test* adalah bahwa ada pengaruh air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat dalam darah di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara.

Pada kelompok kontrol sebagai pembanding dengan tidak diberikan daun salam pada hasil mean hari pertama adalah 8.247 dan hari yaitu 8.480 dan selisih dari meannya -233 dengan koefisien interval -0.5044 sampai dengan 0.0377. Diketahui juga bahwa t hitung bernilai $-1.846 \geq t$ tabel yaitu 2.145 dan pada hasil P value : $0.086 \leq 0.05$, disimpulkan pada uji *Paired* adalah tidak ada penurunannya kadar asam urat dalam darah di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara.

Hasil penelitian ini didukung oleh teori yang menjelaskan tentang manfaat daun salam itu sendiri, dimana menurut (Trubus, 2009), bahwa daun salam sangat bermanfaat mengatasi nyeri sendi karena penyakit hiperuresemia. Senyawa yang ada didalamnya sangat ampuh menurunkan kadar asam urat tersebut.

Pendapat yang sama dijelaskan oleh (Herliana, 2013), khasiat yang terkandung dari daun ini ada yang dapat menghambat pembentukan asam urat karena dikeluarkan melalui kencing, selain itu anti nyeri juga ada dalam daun salam tersebut yang membuat berkurangnya rasa sakit pada penderita yang meminum rebusan daun tersebut.

Begitu banyak kandungan yang sangat bermanfaat bagi orang dengan sakit asam urat. Selama penelitian tidak ditemui efek samping yang dapat mengganggu kenyamanan maupun merugikan responden yang mengkonsumsi air rebusan daun

salam tersebut. Oleh sebab itu, untuk yang sakit asam urat akut, dapat menggunakannya sebagai terapi non farmakologi dengan dosis yang tepat untuk mempercepat proses penyembuhan.

Misdiarly (2007) dalam (Ningtiyas, 2016), menerangkan bahwa radang sendi akut bisa sembuh dengan sendirinya tanpa pengobatan, tapi cukup lama yaitu 10-14 hari. Dan orang yang sakit ini dapat memakai air rebusan daun salam sebagai pengobatan tradisionalnya. Selain itu penyakit ini juga dapat diatasi dengan cara menjaga makanan yang dimakan yaitu yang rendah kandungan purin serta meningkatkan minuman. Pencegahan lainnya adalah dengan mengurangi dengan cara memodifikasi gaya hidup dengan mengatur makanan yang sehat serta membiasakan minum air putih 2 liter sehari untuk menjaga kesehatannya. Hal senada dikemukakan oleh peneliti (Ruoff, 2016) yang menyatakan bahwa diet yang tepat untuk mencegah terjadinya gout secara berangsur-angsur akan memulihkan penyakit ini.

Menurut asumsi peneliti mengatasi penyakit ini bisa dengan mengatur gaya hidup, memanfaatkan tanaman alami yang ada disekeliling kita (*Back to nature*) contohnya daun salam dengan arti kata tidak menutup kemungkinan untuk menggunakan obat medis.

b. Hasil Uji Independen sebagai uji beda mean

Tabel 6. Perbedaan rerata penurunan kadar asam urat dalam darah pada kelompok intervensi dan kontrol (tanda perlakuan) di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara Tahun 2021 (n1:n2=15).

Kelompok	Pelaksanaan	Mean	Beda Mean	95% CI	P
Intervensi	Pre Intervensi	9.693	1.446	0.0900-0.0907	0.064*
Kontrol		8.247			
Intervensi	Pre Post	6.533	1.947	3.0383-0.8551	0.001**
Kontrol		8.480			

Pada tabel 6. menunjukkan skor rerata kelompok intervensi yaitu 9.693, dan kontrol 8.247. Selisihnya adalah 1.466 dimana hasil estimasi pada rentang 0,0900-0.0907. hasil uji menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna antara kelompok intervensi dengan kontrol sebelum dilakukan pemberian minuman daun salam ($p > \alpha$) yaitu $0.064 > 0.05$.

Setelah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan nilai mean 6.533. dan pada kontrol adalah 8.480, dengan selisih sebesar 1.947, estimasinya dengan rentangnya adalah 3,0383-0.8551. Hasil uji beda mean ($p > \alpha$) yaitu $0.001 < 0.05$, disimpulkan adanya perbedaan dari kedua kelompok tersebut menggambarkan bahwa dengan adanya pemberian air rebusan daun salam pada kepada penderita hiperuresemia terjadi penurunan yang cukup signifikan terhadap kadar asam urat, dibandingkan dengan penderita hiperuresemia yang tidak diberikan rebusan air daun salam, meskipun kedua kelompok sudah sama sama di edukasi oleh peneliti untuk menjaga makanannya agar tidak tinggi purin dengan menjelaskan jenis makanan yang tinggi purin dan dampak makanan yang tinggi purin terhadap kenaikan kadar asam uratnya.

Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setianingrum, 2019), yang menjelaskan dari 18 responden kelompok intervensi meminum rebusan daun salam, hampir seluruhnya yaitu ada 14 responden (77.8%) kadar asam uratnya turun dan 4 responden kadar asam uratnya naik. Sedangkan pada kontrol yang tidak meminum rebusan daun salam dari 18 responden hampir seluruhnya yaitu 15 responden (83.3%) yang naik dan 3 responden yang turun.

Penyakit hiperurisemia diketahui dengan tidak normalnya nilai asam urat dalam darah, yang didapatkan dari pola makan yang tidak sehat, misalnya sering makan gorengan, kacang-kacangan secara berlebihan (Martin, 2011 dalam (Ningtiyas, 2016).

Penumpukkan kristal ini menjadikannya sendi terasa nyeri. Untuk mengatasinya bisa digunakan berbagai jenis tanaman yang salah satunya adalah daun salam (*Syzygium polyanthum Wight*) (Ningtiyas, 2016). Daun ini dipercaya mampu menurunkan asam urat darah, karena memiliki berbagai kandungan senyawa yang dapat memberikan kesembuhan kepada penderitanya, salah satunya adalah antioksidan yang ada dalam senyawa flavonoid (Kaurinovic, 2018).

Asumsi peneliti dalam hal ini adalah daun salam sangat efektif terhadap penurunan kadar asam urat dalam darah karena mengandung tanin, flavonoid, saponin, triterpen, polifenol, alkaloid, dan minyak atsiri. Di Indonesia tanaman ini mudah ditemukan dan tidak sulit untuk dikembangkan sebagai bahan non farmakologi penyakit salah satunya adalah hiperuresemia. Disarankan kepada tenaga kesehatan bahwa tidak semua masyarakat mengetahui manfaat daun salam sebagai obat non farmakologi hiperuresemia sehingga sangat penting untuk mengedukasi masyarakat penderita hiperuresemia untuk menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari.

4. KESIMPULAN

- Pada karakteristik untuk umur sebagian besar berkategori lansia akhir yaitu 56-65 tahun yaitu 8 responden (53.3%) dan jenis kelamin mayoritas perempuan yaitu 9 orang (60.0%) dan 11 responden (73.3%).
- Kadar asam urat sebelum intervensi didapatkan nilai rerata 9.693, median 9.400, sebaran data 2.1546, minimum 6.2 dan maksimal 13.4. 95% CI adalah 8.500;10,866.
- Nilai Asam urat sesudah intervensi ialah pada mean 6.533, nilai tengah 6.600, sebaran data 0.8926, nilai minimum

4.9 dan maksimal 8.5. 95% CI adalah 6.039;7,028.

- d. Hasil analisa *ujipaired* pada *P value* yaitu 0.000 artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat dalam darah di Posyandu Lansia Jonggon Jaya Kutai Kartanegara.
- e. Perbedaan rata-rata penurunan kadar asam urat dalam darah pada intervensi dan kontrol yaitu 0.064 (tidak ada perbedaan) dan sesudah intervensi adalah 0.001 (ada perbedaan). Disimpulkan bahwa terdapat perbedaan hasil asam urat setelah diberikan air rebusan daun salam kepada kelompok intervensi dan kontrol.

SARAN DAN REKOMENDASI

Beberapa saran yang peneliti dapat sampaikan terkait hasil penelitian adalah :

- a. Responden
Diharapkan memberikan manfaat bagi responden atau klien dengan kadar asam urat yang tinggi dimana keterampilan komplementer yang diberikan dapat diaplikasikan untuk mengendalikan kadar asam urat sehingga tetap stabil dengan mempraktekkan meminum air rebusan daun salam di rumah
- b. Tenaga kesehatan
Dapat menambah pengetahuan bagi tenaga kesehatan tentang manfaat minum air rebusan daun salam bagi penderita penyakit asam urat dan dapat menjadi salah satu alternatif pengobatan dalam memberikan pelayanan pada pasien asam urat, sehingga meningkatkan asuhan keperawatan pada keluarga dengan melibatkan keluarga sebagai caregiver yang ada dilingkungan rumah
- c. Pendidikan keperawatan
Menjadi sumber informasi bagi penelitian berikutnya dan sebagai bahan tambahan dalam proses pembelajaran selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada proyek dari KDM (Kerjasama Dosen Mahasiswa) pada Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT), yang selalu memberikan dukungan dan motivasinya guna penyelesaian skripsi mahasiswa dan penerbitan.

REFERENSI

- Andriani, Y., Raraningrum, V., & Sulistyowati, R. (2019). *Pemberdayaan Lansia Produktif, Aktif, Sehat Melalui Promosi Kesehatan dan Pemanfaatan Tanaman Obat di Desa Bumiharjo Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi. Warta Pengabdian*, 13(1), 43. <https://doi.org/10.19184/wrtp.v13i1.98371>
- Batool, S. (2020). *Elsevier Public Health Emergency Collection. Bay Leaf. Journal*. Department of Chemistry, University of Okara, Okara, Pakistan
- Cabrera, A. (2015). *Theoris Of Human Aging Of Molecules To Society*. *MOJ Immunology*, 2(2), 00041.
- Herliana. (2013). *Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal*. Jakarta : Fmedilab.
- Kaurinovic.B. (2018). *Flavonoids and Phenolic Acids As Potential Natural Antioxidants*. DOI: 10.5772/intechopen.83731
- Kuo, C. F., Grainge, M. J., Zhang, W., Doherty, M. (2015). *Global epidemiology of gout: prevalence, incidence and risk factors*. *Nature Reviews Rheumatology*, 11 (11), 649
- Ningtiyas, I. (2016). *Efektivitas Ekstrak Daun Salam untuk Menurunkan Kadar Asam Urat pada Penderita Arthritis Gout*. *Jurnal Mahasiswa Kedokteran. Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung*. 2016.
- Nurhayati. (2018). *Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Penyakit Gout (Usam Urat) Di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Taweli*. *Jurnal KESMAS, Vol. 7 No. 6*.
- Oroh, W. (2019). *Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru*. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Ruoff, G (2016). *Overview of Serum Uric Acid Treatment Targets in Gout: Why Less Than 6 mg/dL*.
- Setianingrum, D. (2019). *Pemberian Air Rebusan Daun Salam (syzygium polyanthum) Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Di Dusun Kadisoro Desa Kilangharjo Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul DIY 2017*.
- Trubus. (2009). *Herbal Indonesia Berkhasiat. Vol: 8. Depok: Trubus Swadaya. Hal 72-78*.