

**STUDI LITERATUR : DAUN SALAM (*SYZYGIUM POLYANTHUM*),  
BUMBU DAPUR DENGAN BANYAK KHASIAT PENGOBATAN****Wahyudi<sup>1\*</sup>, Alya Fadilla<sup>2</sup>, Fairuz Zahra<sup>3</sup>, Nadia Shalsabila<sup>4</sup>, Nadrah Na'imi<sup>5</sup>**Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia<sup>1,2,3,4,5</sup>*\*Corresponding Author : apt.wahyudi@uinsu.ac.id***ABSTRAK**

Daun salam (*Syzygium polyanthum*) telah dikenal luas di Indonesia sebagai bumbu dapur yang tidak hanya memberikan aroma khas pada masakan, tetapi juga memiliki berbagai manfaat kesehatan, terutama dalam pengobatan tradisional. Daun salam, yang sering digunakan sebagai bumbu dapur atau rempah-rempah untuk menambah aroma masakan, ternyata memiliki berbagai manfaat kesehatan yang masih kurang diketahui oleh masyarakat. Daun salam mengandung berbagai senyawa kimia seperti alkaloid, fenolik, tanin, steroid, saponin, triterpenoid, dan flavonoid, yang memiliki peran sebagai antioksidan. Studi literatur ini dirangkum dari artikel-artikel penelitian terdahulu, baik dari jurnal nasional maupun internasional, yang diperoleh melalui database Google Scholar dan ScienceDirect, yang diterbitkan antara tahun 2019 hingga 2024. Tujuan dari studi literatur ini adalah untuk membahas berbagai khasiat daun salam dalam mengatasi penyakit kronis. Daun salam mengandung senyawa bioaktif penting, seperti flavonoid, tannin, minyak atsiri, serta senyawa antioksidan dan antiinflamasi lainnya yang berperan dalam menurunkan kadar asam urat, menurunkan tekanan darah, mengurangi kadar kolesterol, dan mengendalikan kadar glukosa darah. Metode pengobatan dengan daun salam, baik dalam bentuk rebusan maupun ekstrak, telah terbukti memberikan efek positif pada pasien dengan penyakit-penyakit tersebut. Penggunaan daun salam dianggap aman dan mudah diakses oleh masyarakat luas, karena tanaman ini mudah ditemukan dan relatif terjangkau. Diharapkan, hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang potensi daun salam sebagai alternatif pengobatan yang efektif untuk penyakit degeneratif yang banyak ditemui di Indonesia, sekaligus mendukung pemanfaatan tanaman lokal dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat.

**Kata kunci** : asam urat, daun salam, DM tipe II, hipertensi, kolesterol**ABSTRACT**

*Bay leaves (Syzygium polyanthum) are widely known in Indonesia as a kitchen spice which not only provides a distinctive aroma to dishes, but also has various health benefits, especially in traditional medicine. Bay leaves, which are often used as a kitchen spice or spice to add aroma to dishes, apparently have various health benefits that are still less known to the public. Bay leaves contain various chemical compounds such as alkaloids, phenolics, tannins, steroids, saponins, triterpenoids and flavonoids, which have a role as antioxidants. This literature study is summarized from previous research articles, both from national and international journals, obtained through the Google Scholar and ScienceDirect databases, published between 2019 and 2024. The aim of this literature study is to discuss the various properties of bay leaves in treating disease. chronic. Bay leaves contain important bioactive compounds, such as flavonoids, tannins, essential oils, and other antioxidant and anti-inflammatory compounds which play a role in reducing uric acid levels, lowering blood pressure, reducing cholesterol levels, and controlling blood glucose levels. Treatment methods with bay leaves, both in decoction and extract form, have been proven to have a positive effect on patients with these diseases. The use of bay leaves is considered safe and easily accessible to the wider community, because this plant is easy to find and relatively affordable. It is hoped that the results of this research can provide a deeper understanding of the potential of bay leaves as an effective alternative treatment for degenerative diseases that are often found in Indonesia, as well as supporting the use of local plants in efforts to improve public health.*

**Keywords** : goul, bay leaves, DM Type II, hypertension, cholesterol

## PENDAHULUAN

Tumbuhan memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia, salah satunya dalam bidang pengobatan tradisional. Banyak ramuan tradisional yang berasal dari berbagai bagian tumbuhan, seperti akar, batang, daun, bunga, kulit batang, dan biji. Penggunaan pengobatan tradisional membutuhkan penelitian ilmiah untuk memastikan keamanannya, termasuk riset dalam bidang toksikologi, farmakologi, serta identifikasi dan isolasi senyawa kimia aktif yang ada dalam tumbuhan tersebut. Beberapa tumbuhan obat juga berfungsi sebagai antibakteri untuk mengatasi penyakit tertentu. Di Indonesia, yang memiliki iklim tropis, terdapat sejumlah penyakit yang disebabkan oleh bakteri patogen dan banyak dialami oleh masyarakat (Rizkiana Husnia et al., 2022).

Saat ini, pengobatan herbal telah menjadi alternatif yang populer selain pengobatan modern. Penggunaan obat tradisional merupakan bagian dari budaya Indonesia. Terapi herbal memanfaatkan tanaman yang memiliki khasiat sebagai obat. Pengobatan menggunakan tanaman obat relatif lebih terjangkau, karena banyak tumbuhan yang bisa ditemukan di sekitar lingkungan atau bahkan ditanam sendiri. Masyarakat Indonesia memanfaatkan tanaman obat untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan, seperti penyakit asam urat (Gout Artritis), hipertensi, kolesterol tinggi, dan diabetes melitus tipe II (DM II) (Emilia, 2023).



Gambar 1. Daun Salam

Tanaman salam umumnya tumbuh pada ketinggian antara 5 meter hingga 1000 meter di atas permukaan laut. Sebagian besar bunga tanaman salam merupakan bunga hermaprodit dengan kelopak dan mahkota. Bunga ini memiliki banyak benang sari, dan kadang-kadang kelopak bunga berhadapan dengan daun-daun mahkota. Daun salam berbentuk lonjong hingga elips atau bundar telur terbalik, dengan pangkal yang lancip dan ujung yang tumpul. Panjang daun salam berkisar antara 50 mm hingga 150 mm, lebar daun antara 35 mm hingga 65 mm, dan memiliki 6 hingga 10 urat daun lateral. Panjang tangkai daun salam berkisar antara 5 mm hingga 12 mm (Sajidah, 2020).

Daun salam, yang sering digunakan sebagai bumbu dapur atau rempah-rempah untuk menambah aroma masakan, ternyata memiliki berbagai manfaat kesehatan yang masih kurang diketahui oleh masyarakat. Daun salam mengandung berbagai senyawa kimia seperti alkaloid, fenolik, tanin, steroid, saponin, triterpenoid, dan flavonoid, yang memiliki peran sebagai antioksidan (Prameswari, 2021). Senyawa antioksidan ini berperan penting dalam mengurangi risiko terjadinya penyakit kronis, seperti kanker dan penyakit jantung koroner (Zenitha Victoria et al., n.d.).

Salah satu ciri utama senyawa antioksidan adalah kemampuannya untuk menangkal radikal bebas, yaitu molekul atau atom yang tidak stabil. Radikal bebas memiliki satu atau lebih elektron yang tidak berpasangan, sehingga mudah menarik atau berikatan dengan atom lain

(Wulandari et al., 2023). Salah satu tanaman yang diyakini memiliki khasiat dalam menurunkan kadar penyakit seperti asam urat (Gout Artritis), hipertensi, kolesterol, dan diabetes melitus tipe II (DM II) dalam darah adalah rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*). Daun salam telah lama dikenal dan dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai bumbu dapur atau rempah-rempah karena aromanya yang khas, serta digunakan sebagai pengobatan alternatif karena mudah ditemukan.

Melihat potensi daun salam dalam mengatasi penyakit asam urat (Gout Artritis), hipertensi, kolesterol, dan diabetes melitus tipe II (DM II), studi literatur ini bertujuan untuk memberikan informasi mengenai efektivitas ekstrak daun salam (*Syzygium polyanthum*) dalam mengobati penyakit-penyakit tersebut, yang banyak dialami oleh masyarakat Indonesia.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan pendekatan deskriptif-analitis untuk mengidentifikasi dan menganalisis berbagai khasiat pengobatan daun salam (*Syzygium polyanthum*). Metode ini dipilih karena memungkinkan pengumpulan dan analisis data sekunder dari artikel penelitian sebelumnya, baik dari jurnal nasional maupun internasional. Sebanyak 31 artikel yang diterbitkan antara 2019 hingga 2024, yang diperoleh dari database Google Scholar dan Sciedencedirect, dipilih untuk mempelajari senyawa aktif, efek farmakologis, dan aplikasi klinis daun salam. Setelah pengumpulan literatur selesai, dilakukan analisis deskriptif untuk mengklasifikasikan informasi berdasarkan jenis senyawa bioaktif dalam daun salam, seperti flavonoid, tanin, dan alkaloid, serta berbagai manfaat farmakologis yang telah dilaporkan, termasuk aktivitas antioksidan, antiinflamasi, dan antidiabetes. Hasil dari analisis ini akan memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai potensi khasiat pengobatan daun salam dan implikasi klinisnya.

## HASIL

**Tabel 1. Penelitian Daun Salam Sebagai Obat Penyakit Asam Urat**

No.	Nama Penulis	Judul	Hasil
1	Ghitta Darisa Rizkia Ramadani, Sri Mintarsih, Anik Enikmawati (2021)	Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Kadar Asam Urat	Berdasarkan nilai rata-rata (mean) terdapat perbedaan kadar asam urat sebelum (pre test) adalah 7.070 mg/dL dan sesudah (post test) adalah 4.930 mg/dL dalam pemberian rebusan daun salam. Maka didapatkan nilai p-value = 0.000<0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa mengkonsumsi rebusan daun salam dapat menurunkan kadar asam urat. (Ramadani et al., 2021)
2	Vechya Z.I.P. Ndede, Wenda Oroh, Hendro Bidjuni. (2019)	Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Artritis Gout di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru	Uji T berpasangan menunjukkan adanya perbedaan rata-rata kadar asam urat sebelum dan sesudah mengonsumsi rebusan daun salam selama satu minggu. Rata-rata kadar asam urat turun dari 9,18 mg/dL menjadi 7,97 mg/dL. Nilai p-value sebesar 0,000 menunjukkan pengaruh signifikan dari konsumsi rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat. (Ndede et al., 2019)
3	Hanny Rasni, Fahruddin Kurdi, Laraswati Ayuning Luky, Putu Annesia Warsito, Imaniar	Pengaruh Pemberian Terapi Komplementer Obat Herbal Seduhan Daun Salam ( <i>Eugenia Polyantha Wight</i> ) Terhadap Kadar Asam Urat Lansia	Penelitian Di Wisma Teratai PSTW Puger Pada Lansia Usia 66-74 Tahun (13 Responden) Menunjukkan Penurunan Rata-Rata Kadar Asam Urat Dari 8,8 Mg/Dl Menjadi 7,5 Mg/Dl Setelah Konsumsi Rebusan Daun Salam. (Rasni et al., 2022)

Rosyida. (2022)			
4	Palupi Ayundari, Shahrul Rahman. (2023)	Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Salam (Eugenia Polyantha) Terhadap Kadar Asam Urat Pada Pasien Prolanis di Klinik Iman	Penelitian ini menemukan bahwa pemberian ekstrak daun salam signifikan dalam menurunkan kadar asam urat pada pasien prolanis di Klinik Iman. Rata-rata kadar asam urat pada kelompok eksperimen turun dari 7,4 mg/dL menjadi 6,0 mg/dL setelah intervensi, dengan p-value 0,002, menunjukkan pengaruh positif yang signifikan. (Ayundari & Rahman, 2023)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1, ditemukan kesamaan mengenai efek rebusan atau ekstrak daun salam dalam menurunkan kadar asam urat. Hasil dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa konsumsi daun salam, baik dalam bentuk rebusan maupun ekstrak, secara signifikan mampu mengurangi kadar asam urat pada berbagai kelompok, termasuk penderita artritis gout dan lansia. Artritis gout sendiri adalah kondisi akibat tingginya kadar asam urat dalam darah, di mana tubuh menghasilkan lebih banyak asam urat daripada yang mampu dikeluarkan (Ramadhan et al., 2021). Flavonoid yang ada dalam daun salam memiliki kemampuan menghambat enzim xantin oksidase, sehingga mengurangi kadar asam urat dalam darah. Flavonoid ini juga dapat menghalangi enzim lainnya seperti xantin oksidase, siklooksigenase, lipoksgigenase, dan fosfoinositida 3-kinase (Widiyono et al., 2021). Selain itu, tanin dalam daun salam memiliki sifat antiinflamasi dan analgesik yang berguna dalam meredakan nyeri dan peradangan sendi. Dengan kemampuannya menghambat enzim penyebab peradangan, tanin membantu mengurangi gejala asam urat seperti pembengkakan dan nyeri pada sendi. Tanin juga bersifat astringent, yang membantu mengencangkan jaringan dan mengurangi peradangan (Somalinggi et al., 2023)

**Tabel 2. Penelitian Daun Salam Sebagai Obat Penyakti Hipertensi**

No.	Nama & Tahun	Judul	Hasil
1.	Syaifurrahman Hidayat, Laylatul Hasanah, Dewi Herlina Susantin (2019)	Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi	Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikan ( $p=0,000$ ), yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. (Hidayat et al., 2018)
2.	Asep Badrujamaludin, Budiman, Tiffany Desty Erisandi (2020)	Perbedaan Air Rebusan Daun Seledri dan Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pra Lansia dengan Hipertensi Primer	Rerata tekanan sistolik dan diastolik kelompok daun seledri menurun sebesar 10,82 mmHg dan 10 mmHg, sedangkan kelompok daun salam menurun sebesar 13,91 mmHg (sistolik) dan 11,91 mmHg (diastolik). (Badrujamaludin et al., 2020)
3.	Lusi Noviyanti, Mutianingsih, dan Iin Ira Kartika. (2024)	Manfaat Senam Hipertensi Dan Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Di Wilayah PKM Sirnajaya	Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan penurunan rata-rata tekanan darah sistolik dari 116,7 mmHg menjadi 114,8 mmHg, dan diastolik dari 80,95 mmHg menjadi 79,52 mmHg. Kegiatan ini menunjukkan bahwa kombinasi senam hipertensi dan konsumsi air rebusan daun salam efektif menurunkan tekanan darah lansia sebagai metode non-farmakologis. (Noviyanti et al., 2024)
4.	Inne Ariane Gobel, Rona Febriyona, Andi Nuraina Sudirman (2021)	Pengaruh Terapi Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Di wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo	Terapi daun salam menunjukkan pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tekanan darah tinggi, dengan hasil statistik $t$ hitung $> t$ tabel ( $11,689 > 0,4132$ ) dan $p = 0,000 < 0$ . (Gobel et al., 2022)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2, beberapa zat aktif dalam daun salam dipercaya berperan dalam memberikan manfaat kesehatan, di antaranya adalah senyawa flavonoid, minyak atsiri, tanin, sitral, eugenol, seskuiterpen, triterpenoid, saponin, dan lakton. Flavonoid dalam daun salam pada dosis tertentu efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi, menurunkan kadar kolesterol, mengurangi kadar gula darah, dan menurunkan kadar asam urat (Haryanto et al., 2023). Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa daun salam mengandung flavonoid yang memiliki aktivitas antioksidan. Flavonoid ini berfungsi sebagai antioksidan yang mampu mencegah oksidasi sel-sel tubuh, di mana tingkat oksidasi yang tinggi dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif. Kandungan flavonoid dalam daun salam juga dapat mencegah hipertensi (Dewi et al., 2019). Selain itu, tanin dalam daun salam berperan dalam merilekskan otot arteri sehingga membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Yanuarty et al., 2023).

**Tabel 3. Penelitian Daun Salam Sebagai Obat Penyakit Kolesterol**

No	Nama Tahun	Judul Jurnal	Hasil
1.	Siswiyanti., dan Rosalinna. (2023)	Efektifitas Ekstrak Kering Daun Salam ( <i>Syzygium Polyanthum</i> (Wight) Walp) Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Lansia	Pada uji rata rata sama atau berbeda (analisis anova) didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,233 $< 0.05$ maka, disimpulkan bahwa pemberian ekstrak daun salam pada lansia lebih efektif dengan takaran 5 mg/ 2 kali sehari untuk penurunan kadar kolesterol pada lansia di Panti Santunan Fakir miskin – Lansia Muhammadiyah Klaten (Siswiyanti & Rosalinna, 2023)
2.	Widiyono., Aryani A., dan Herawati D.V. (2021)	Pemberian air rebusan daun salam ( <i>Syzygium polyanthum</i> ) dapat menurunkan kadar kolesterol pada lansia dengan hiperkolesterolemia	Hasil penelitian berdasarkan t-test dengan paired test menunjukkan hasil ada pengaruh kadar kolesterol sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam yang ditunjukkan dengan nilai paired test sebesar 8,932 dan p-value 0.001 $< \alpha$ . (0,05). Hal tersebut berarti lansia yang menderita kolesterol yang diberikan air rebusan daun salam menjadi berkurang atau menurun kadar kolesterol dalam darahnya. (Widiyono et al., 2021)
3.	Emilia (2023).	Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Kolesterol Total Dengan Hiperkolesterolemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Gedang Kota Sungai Penuh Provinsi Jambi Tahun 2022	Hasil uji statistik paired t-test diperoleh nilai p-value 0,000 yang artinya pemberian rebusan daun salam secara signifikan efektif dalam menurunkan kadar kolesterol darah pada pasien Hiperkolesterolemia di Puskesmas Desa Gedang (Emilia, 2023)
4.	Rinawati., dan Gilang S (2024)	Implementasi Pemberian Air Rebusan Daun Salam pada Keluarga Ny. R dalam Menurunkan Kadar Kolesterol	Hasil pemeriksaan kadar kolesterol pada Ny. R setelah meminum air rebusan daun salam menunjukkan 187 mg/dl. Hal ini menunjukkan bahwa air rebusan daun salam efektif dalam menurunkan kadar kolesterol yang diminum sebanyak 2 kali dalam sehari yaitu pagi dan malam hari selama 11 hari terjadi penurunan kadar kolesterol dari 263 mg/dl menjadi 187 mg/dl.(Rinawati Br Tarigan & Gilang Syahputra Siregar, 2024)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 menggunakan uji ANOVA dan paired test yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya, diketahui bahwa rebusan daun salam efektif menurunkan kadar kolesterol darah dengan dosis 5 mg, diminum dua kali sehari. Daun salam (*Syzygium polyanthum*) mengandung berbagai senyawa aktif, seperti alkaloid, flavonoid, saponin, dan

tanin (Norhaliza et al., 2022) Kandungan tanin dalam daun salam berfungsi sebagai antioksidan, astringen, dan hipokolesterolemik. Tanin ini dapat cepat mengikat serta mengurangi ukuran protein, dan bereaksi dengan protein mukosa serta sel epitel usus untuk menghambat penyerapan lemak (Ramadhan et al., 2021). Efek penurunan kadar kolesterol dari ekstrak daun salam dapat dikaitkan dengan kandungan flavonoidnya, yang bertindak sebagai antioksidan (Rusmini et al., 2020). Flavonoid pada daun salam bekerja dengan menghambat enzim HMG-CoA reduktase, yang berperan dalam sintesis kolesterol, sehingga kadar kolesterol darah berkurang (Agung, 2021).

**Tabel 4. Penelitian Daun Salam Sebagai Obat Penyakit DMT2**

No	Nama Tahun	Judul Jurnal	Hasil
1.	Rizki Pebrian Pratama, Ni Wayan Suliani & Diah Eka Prasetya (2020)	Penerapan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rt 12/04 Kelurahan Warakas Jakarta Utara	Hasil tindakan keperawatan menunjukkan adanya penurunan kadar gula darah setelah di berikan rebusan daun salam, kadar gula darah Tn.S sebelum di berikan terapi rebusan daun salam yaitu 260 mg/dL, sedangkan gula darah Ny. A di dapatkan hasil yaitu 248 mg/dL, kemudian setelah di berikan terapi rebusan daun salam, gula darah Tn.S 179 mg/dL, sedangkan gula darah pada Ny.A 176 mg/dL. (Pratama et al., 2020)
2.	Serli Wulan Safitri, Indra Frana Jaya KK, Densi Herawati (2024)	Pengaruh Rebusan Daun Salam ( <i>Syzygium polyanthum</i> ) Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II	Hasil penelitian, didapatkan kadar glukosa darah setelah diberikan rebusan daun salam sebanyak 1 kali dalam sehari selama 6 hari dengan 10 responden di dapatkan hasil adalah 207.20 mg/dL dengan standar deviasi 41.704 mg/dL dan kadar glukosa darah terendah adalah 157 mg/dL dan kadar glukosa darah tertinggi adalah 268 mg/dL di wilayah kerja Puskesmas Alai tahun 2018. (Safitri et al., 2024)
3.	Nurisda Irmawati, Eva Dwi Indarti, Komsiyah, Mustika Marahayu (2022)	Pengaruh Penerapan Rebusan Daun Salam terhadap Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Desa Kopek Kecamatan Godong Kabupaten Grobogan	Kadar gula darah sebelum dilakukan penerapan rebusan daun salam didapatkan hasil yaitu mayoritas kadar gula darah tinggi kelompok intervensi sebanyak 9 responden (50%). Kelompok control mayoritas sebanyak 12 responden (66.7%). Kadar gula darah sesudah dilakukan penerapan rebusan daun salam didapatkan hasil mayoritas kadar gula darahnya pada kelompok intervensi turun sebanyak 17 responden (94.4%). Pada kelompok control mayoritas masih tetap tinggi sebanyak 14 responden (77.8%). (Irmawati et al., 2022)
4.	I Nyoman Bagus Aji Kresnapati, Muhammad Eka Putra Ramandha, Sri Winarni Sofya (2024)	Antihiperglikemia Rebusan Air Daun Salam ( <i>Syzygium polyanthum</i> ) Terhadap Profil Pekerja Di Desa Paok Motong, Kecamatan Masbagik, Lombok Timur	Terdapat korelasi secara signifikan ( $p=0,001$ ) antara pemberian sebelum dan setelah air rebusan daun salam terhadap penurunan gula darah sebesar 15,22 mg/dL. Selain itu, berdasarkan kategori profil pekerjaan, penurunan gula darah tertinggi terdapat pada yang berprofesi sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebesar 20,42 mg/dL dan penurunan terendah terdapat yang berprofesi sebagai petani sebesar 13,79 mg/dL. (Kresnapati et al., 2024)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 mengenai analisis fitokimia, daun salam mengandung beberapa senyawa penting seperti minyak esensial, tanin, flavonoid, dan terpenoid. Flavonoid dalam daun salam diketahui sebagai salah satu senyawa yang berpotensi

menurunkan kadar glukosa darah. Daun salam memiliki berbagai manfaat kesehatan, antara lain dapat digunakan untuk mengatasi diabetes, kolesterol tinggi, hipertensi, diare, dan gastritis. Analisis fitokimia mengidentifikasi adanya kandungan minyak esensial, tanin, flavonoid, dan terpenoid pada daun ini, di mana flavonoid, sebagai golongan senyawa fenol, diduga mampu membantu mengurangi kadar glukosa darah (Norhaliza et al., 2022). Selain itu, daun salam memiliki sifat antiinflamasi, antioksidan, antibakteri, dan antijamur. Efek antioksidannya mendukung tubuh dalam memproses insulin secara lebih efisien, yang bermanfaat bagi penderita diabetes.

## PEMBAHASAN

Daun salam (*Syzygium polyanthum*) adalah tanaman herbal yang sering dimanfaatkan dalam pengobatan tradisional. Berdasarkan penelitian, daun ini memiliki berbagai manfaat yang dapat membantu pengobatan penyakit kronis. Berdasarkan tinjauan dari 31 jurnal ilmiah, diketahui bahwa daun salam berkhasiat dalam mengatasi penyakit seperti asam urat, hipertensi, kolesterol tinggi, dan diabetes. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan sumber dari Google Scholar dan ScienceDirect. Daun salam (*Eugenia polyantha*) dikenal sebagai salah satu rempah yang populer di Indonesia, terutama sebagai penyedap alami dalam masakan karena aroma khasnya. Selain digunakan dalam masakan, daun ini juga memiliki manfaat kesehatan yang jarang diketahui. Beberapa khasiat biologis daun salam termasuk penyembuhan luka, antioksidan, antibakteri, antivirus, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, antijamur, penangkal serangga, antikonvulsan, antimutagenik, analgesik, dan antiinflamasi (Batool et al., 2019)

Daun salam (*Syzygium polyanthum*) mengandung senyawa bioaktif seperti flavonoid, tannin, dan minyak atsiri. Flavonoid berfungsi sebagai antioksidan yang melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas. Tannin berperan sebagai antimikroba dan antiinflamasi, meredakan peradangan dan infeksi. Minyak atsiri berfungsi sebagai antiseptik alami, mendukung pencernaan, dan mengurangi peradangan, sehingga bermanfaat dalam pengobatan tradisional. Daun salam mengandung metabolit sekunder, termasuk alkaloid, fenol, flavonoid, saponin, tannin, dan minyak atsiri, yang berfungsi untuk mengobati berbagai penyakit. Daun ini, yang tersebar luas di Indonesia, sering digunakan sebagai bahan obat untuk menurunkan kadar asam urat, meredakan nyeri, mengatasi infeksi bakteri, peradangan, diabetes, dan hiperkolesterolemia (Iriani et al., 2021)

Penelitian yang ada menunjukkan bahwa daun salam (*Syzygium polyanthum*) efektif sebagai herbal Indonesia dengan banyak manfaat. Data penelitian menunjukkan bahwa daun salam dapat menurunkan kadar asam urat, tekanan darah pada hipertensi, kadar lemak pada kolesterol, dan kadar glukosa pada diabetes tipe II.

## KESIMPULAN

Hasil studi literatur menunjukkan bahwa daun salam (*Syzygium polyanthum*) memiliki khasiat yang signifikan dalam pengobatan berbagai penyakit kronis, menjadikannya alternatif yang potensial untuk terapi tradisional. Pada penyakit asam urat, kandungan daun salam yang mampu menurunkan kadar asam urat pada penderita artritis gout adalah kandungan flavonoid yang menghambat aktivitas enzim yang berperan dalam pembentukan asam urat. Pada penyakit hipertensi, kandungan daun salam yang berperan dalam menurunkan tekanan darah, baik tekanan sistolik maupun diastolik, berkat senyawa aktif adalah kandungan flavonoid dan tannin yang membantu merelaksasi pembuluh darah dan mencegah oksidasi sel tubuh. Pada penyakit kolesterol, kandungan daun salam yang berperan adalah tanin yang berfungsi sebagai antioksidan, astringen, dan hipokolesterolemia. Tanin bereaksi dengan protein mukosa dan sel

epitel usus sehingga menghambat penyerapan lemak dan penyakit diabetes melitus tipe II, kandungan daun salam yang berperan adalah senyawa flavonoid yang memberikan efek farmakologis yang signifikan dalam pengobatan penyakit DM Tipe II.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan keringanan serta pertolongannya selama berlangsungnya studi literatur ini. Peneliti juga mengucapkan banyak terimakasih kepada Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara, Dosen pengampu mata kuliah, dan teman teman seperjuangan yang telah memberikan banyak bantuan serta kesempatan untuk melaksanakan studi literatur ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agung, L. R. (2021). Pengaruh Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Terhadap Kadar Trigliserida Dan Kolesterol Total Darah Pada Penderita Dislipidemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 408–412. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.617>
- Ayundari, P., & Rahman, S. (2023). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Salam (*Eugenia Polyantha*) Terhadap Kadar Asam Urat Pada Pasien Prolanis di Klinik Iman.
- Badrujamaludin, A., Budiman, B., & 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), 177–186. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i2.2541>
- Batool, S., Khera, R. A., Hanif, M. A., & Ayub, M. A. (2019). Bay Leaf. In *Medicinal Plants of South Asia: Novel Sources for Drug Discovery* (pp. 63–74). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-102659-5.00005-7>
- Dewi, W. K., Syukrowardi, D. A., Ilmu, S. T., & Faletahan, K. (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. In *CHMK HEALTH JOURNAL* (Vol. 3, Issue 2).
- Emilia. (2023). Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Kolesterol Total Dengan Hipercolesterolemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Gedang Kota Sungai Penuh Provinsi Jambi Tahun 2022. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 2(2). <https://doi.org/10.37676/mude.v2i2.3901>
- Gobel, I. A., Febriyona, R., & 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), 1101. <https://doi.org/10.31314/zijk.v10i1.1671>
- Haryanto, F. K., Jesica, I. A., Arafi, A. R., Pranasti, E. A., & Rosa, D. (2023). Review Jurnal: Pemanfaatan Daun Salam (*Syzygium polyanthum* (Wight) Walp.) Sebagai Pengobatan Tradisional di Indonesia. *PharmaCine: Journal of Pharmacy, Medical and Health Science*, 4(1), 20–33. <https://doi.org/10.35706/pc.v4i1.8714>
- Hidayat, S., Hasanah, L., & Susantin, D. H. (2018). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Wiraraja Medika*, 8(2), 14–21. <https://doi.org/10.24929/fik.v8i2.647>
- Iriani, Y., Ramona, Y., & Astiti, N. P. A. (2021). Potensi Ekstrak Ethanol Daun Salam Dan Air Rebusan Daun Salam Untuk Memperbaiki Profil Lipid (Ldl-Kolesterol) Darah Pada Tikus Wistar. *Metamorfosa: Journal of Biological Sciences*, 8(1), 89. <https://doi.org/10.24843/metamorfosa.2021.v08.i01.p09>
- Irmawati, N. E., Indarti, D., Komsiyah, K., & Marahayu, M. (2022). Pengaruh Penerapan

- Rebusan Daun Salam terhadap Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Desa Kopek Kecamatan Godong Kabupaten Grobogan. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(6), 1945–1955. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i6.657>
- Kresnapati, I. N. B. A., Ramandha, M. E. P., & Sofya, S. W. (2024). Antihiperglikemia Rebusan Air Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Terhadap Profil Pekerja Di Desa Paok Motong, Kecamatan Masbagik, Lombok Timur. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(1), 071–082. <https://doi.org/10.33024/jikk.v11i1.12963>
- Ndede, V. Z. L. P., Oroh, W., & Bidjuni, H. (2019). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Artritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22896>
- Norhaliza, S., Zamzani, I., & Nor, I. (2022). Potensi Ekstrak Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) dengan Metode UAE Sebagai Antibakteri Terhadap Bakteri *Shigella dysenteriae* dan *Salmonella typhi*. *Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 3(2).
- Noviyanti, L., Mutianingsih, M., & Kartika, I. I. (2024). Manfaat Senam Hipertensi Air Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia di Wilayah PKM Sircnajaya. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(4), 1728–1743. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13895>
- Prameswari, D. C. (2021). Konsumsi Pisang dalam Menurunkan Kadar Kolesterol Darah. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(3), 511–518. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i3.537>
- Pratama, R. F., Suliani, N. W., & Prasetya, D. E. (2020). Penerapan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rt 12/04 Kelurahan Warakasjakarta Utara. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, 6(1), 29–34. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.59374/jakhkj.v6i1.128>
- Ramadani, G. D. R., Mintarsih, S., & Enikmawati, A. (2021). Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Kadar Asam Urat. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 4(1), 24–29. <https://doi.org/10.47522/jmk.v4i1.100>
- Ramadhan, A., Sakaganta, I., & Sukohar, A. (2021). *Daun Salam (Syzygium polyanthum) Sebagai Penurun Kadar Kolesterol Dalam Darah* (Vol. 10).
- Rasni, H., Kurdi, F., Luky, L. A., Warsito, P. A., & Rosyida, I. (2022). Pengaruh Pemberian Terapi Komplementer Obat Herbal Seduhan Daun Salam (*Eugenia Polyantha Wight*) Terhadap Kadar Asam Urat Lansia. *Jurnal Medika : Karya Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 11. <https://doi.org/10.35728/jmkik.v7i2.1011>
- Rinawati Br Tarigan, & Gilang Syahputra Siregar. (2024). Implementasi Pemberian Air Rebusan Daun Salam pada Keluarga Ny. R dalam Menurunkan Kadar Kolesterol. *Jurnal Praba : Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 2(4), 08–18. <https://doi.org/10.62027/praba.v2i4.170>
- Rizkiana Husnia, Sri Vitayani, Polanunu, N. F. A., Yani Sodiqah, & Dahlia. (2022). Uji Efektivitas Ekstrak Daun Salam (*Syzgium polyanthum*) Terhadap Bakteri *Staphylococcus aureus*. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(1), 25–30. <https://doi.org/10.33096/fmj.v2i1.54>
- Rusmini, H., Putri, D. F., Hidayat, H., & Risandy, D. (2020). Pengaruh Madu Ceiba Pentandra Terhadap Kadar LDL Tikus *Rattus Norvegicus* Yang Diberi Diet Tinggi Lemak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 479–489. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.331>
- Safitri, S. W., Jaya, I. F., & Herawati, D. (2024). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 16(1).
- Sajidah, A. (2020). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Salam (*Syzygium polyanthum*)

- Terhadap Penyembuhan Luka Insisi Pada Tikus Putih (*Rattus Norvegicus* Strain Wistar). In *Jurnal Citra Keperawatan* (Vol. 8, Issue 1).
- Siswiyanti, & Rosalinna. (2023). Efektifitas Ekstrak Kering Daun Salam (*Syzygium Polyanthum* (Wight) Walp) Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Obsgin (Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan Dan Kandungan)*, 263–271.
- Somalinggi, Y. L., Maloa, B. R., Suarti, O. N., Bani, D., Nofinita, M., Lau, N., Josafat, T., Putra, D., & Virginia, D. M. (2023). Efektivitas Ekstrak Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) dalam Mengatasi Gout di Indonesia. / *Majalah Farmaseutik*, 19(2), 221–229. <https://doi.org/10.22146/farmaseutik.v19i2.74044>
- Widiyono, W., Aryani, A., & Herawati, V. D. (2021). Pemberian air rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) dapat menurunkan kadar kolesterol pada lansia dengan hiperkolesterolemia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(1), 39–47. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i1.3351>
- Wulandari, A., Atika Sari, S., & Keperawatan Dharma Wacana Metro, A. (2023). Implementation Of Benson Relaxation On Blood Pressure In Hypertension Patients At The General Hospital Ahmad Yani, Metro City In 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2).
- Yanuary, R., Tuldjanah, M., Ariesta Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Pelita Mas Palu, A., & Tengah, S. (2023). 16 2023`16 Rezky dkk. 2023. Pemanfaatan Tanaman Daun Salam Untuk Mengobati Asam Urat Pada Warga Desa Maku Kecamatan Dolo Kabupaten Sigi. *Jurnal Pengabdian Kefarmasian*, 4(1). <https://doi.org/10.32382/jpk.v4i1.3362>
- Zenitha Victoria, A., Riani, S., Dwi, N., Stikes, D., Semarang, T., Arteri, J., Sudarso, Y., Puri, J., & Semarang, A. (n.d.). *Pemberdayaan Kader Melalui "Produksi Semur" (Program Edukasi Asam Urat) Dalam Meningkatkan Self Management Dan Kualitas Hidup Penderita Gouth Arthritis*. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>