



PENGARUH TERAPI HERBAL DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIBOLANGIT KABUPATEN DELI SERDANG

Yeriska Aprillina¹, Riswani Tanjung², Siti Zahara Nasution³, Khairunnisa⁴, Evi Karota Bukit⁵
^{1,2,3,4,5} Program studi Magister Keperawatan Universitas Sumatera Utara
yeriskaaprilsng@gmail.com

Abstrak

Kadar asam urat yang tinggi pada penderita gout arthritis menjadi masalah kesehatan yang signifikan, terutama di wilayah kerja Puskesmas Sibolangit, Kabupaten Deli Serdang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh terapi herbal daun salam terhadap penurunan kadar asam urat. Penelitian ini menggunakan rancangan *quasi-experimental* dengan desain *non-equivalent control group pretest-posttest*, melibatkan 62 responden yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol. Kelompok intervensi diberi terapi air rebusan daun salam dua kali sehari selama 14 hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan kadar asam urat yang lebih signifikan pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Rata-rata kadar asam urat menurun dari 10,87 mg/dL menjadi 7,90 mg/dL. Terapi daun salam terbukti efektif menurunkan kadar asam urat melalui kandungan flavonoid dan efek diuretiknya. Penelitian ini mendukung penggunaan terapi herbal sebagai pendekatan non-farmakologis dalam keperawatan komunitas.

Kata Kunci: *Terapi Herbal, Daun Salam, Asam Urat, Keperawatan Komunitas, Gout Arthritis.*

Abstract

High uric acid levels in gout arthritis patients are a significant health issue, particularly in the working area of Sibolangit Health Center, Deli Serdang Regency. This study aimed to analyze the effect of bay leaf herbal therapy on reducing uric acid levels. A quasi-experimental design with a non-equivalent control group pretest-posttest was applied, involving 62 respondents divided into intervention and control groups. The intervention group received boiled bay leaf water therapy twice daily for 14 days. Results showed a more significant decrease in uric acid levels in the intervention group compared to the control. The average uric acid level decreased from 10.87 mg/dL to 7.90 mg/dL. Bay leaf therapy proved effective in reducing uric acid levels due to its flavonoid content and diuretic effects. This study supports the use of herbal therapy as a non-pharmacological approach in community nursing.

Keywords: *Herbal Therapy, Bay Leaf, Uric Acid, Community Nursing, Gout Arthritis.*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

Corresponding author :

Address : Universitas Sumatera Utara
Email : yeriskaaprilsng@gmail.com

PENDAHULUAN

Gout arthritis atau yang lebih dikenal sebagai penyakit asam urat merupakan bentuk radang sendi yang umum terjadi akibat pengendapan kristal monosodium urat di persendian. Kondisi ini erat kaitannya dengan hiperurisemia, yaitu kadar asam urat dalam darah yang melebihi ambang normal, yang menyebabkan peradangan kronik serta nyeri akut pada sendi (Chi et al., 2020; Dalbeth et al., 2021). Peningkatan kasus hiperurisemia kini menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat global, termasuk di Indonesia.

Data Riskesdas tahun 2020 mencatat bahwa prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan di Indonesia mencapai 11,9%, sementara berdasarkan gejala meningkat hingga 24,7%. Di Provinsi Sumatera Utara, penderita gout arthritis tercatat sebanyak 7.826.000 orang. Wilayah kerja Puskesmas Sibolangit termasuk salah satu daerah dengan insidensi tinggi, dan gout arthritis masuk dalam 10 besar penyakit terbanyak di puskesmas tersebut.

Selama ini, pengobatan asam urat di wilayah tersebut masih didominasi oleh terapi farmakologi. Masyarakat umumnya hanya bergantung pada obat dari fasilitas layanan kesehatan tanpa alternatif pengobatan non-farmakologis yang lebih aman dan terjangkau. Penggunaan obat seperti allopurinol juga memiliki risiko efek samping seperti mual, gangguan ginjal, hingga hepatotoksitas, sehingga diperlukan pendekatan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan dalam pengelolaan penyakit ini.

Terapi herbal menjadi pendekatan alternatif yang semakin mendapatkan perhatian dalam bidang keperawatan komunitas. Salah satu tanaman herbal potensial adalah **daun salam** (*Syzygium polyanthum*), yang dikenal luas oleh masyarakat sebagai bumbu dapur namun memiliki manfaat farmakologis. Kandungan flavonoid seperti quercetin di dalam daun salam memiliki efek antioksidan, antiinflamasi, dan diuretik yang berperan dalam penurunan kadar asam urat (Xue et al., 2023; Anisa, 2022).

Beberapa penelitian menunjukkan efektivitas air rebusan daun salam dalam menurunkan kadar asam urat. Misalnya, penelitian oleh Maulidanita (2024) dan Yunita (2024) memperlihatkan adanya penurunan signifikan kadar asam urat setelah konsumsi rutin daun salam selama tujuh hari. Hal ini memberikan dasar empiris bahwa penggunaan terapi herbal berbasis daun salam dapat menjadi intervensi yang aman, efektif, dan mudah diterapkan dalam masyarakat.

Penyakit asam urat terjadi akibat gangguan metabolisme purin, yang menyebabkan peningkatan produksi asam urat atau penurunan ekskresi ginjal. Kelebihan asam urat ini membentuk kristal yang memicu inflamasi pada persendian. Faktor risiko termasuk diet tinggi

purin, obesitas, konsumsi alkohol, dan penyakit metabolismik lainnya (Ariyanti & Cahyani, 2020; Sani & Afni, 2019).

Daun salam sebagai tanaman herbal memiliki kandungan kimia aktif seperti flavonoid, tanin, dan minyak atsiri yang bersifat antiinflamasi, analgesik, serta diuretik. Senyawa quercetin di dalamnya mampu menghambat enzim xantin oksidase, yaitu enzim yang terlibat dalam pembentukan asam urat (Ekasari, 2018; Widiyono et al., 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konsumsi ekstrak atau rebusan daun salam secara signifikan menurunkan kadar asam urat darah pada penderita gout (Ningtiyas & Ramadhian, 2016).

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan intervensi berbasis keperawatan komplementer melalui terapi herbal. Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat memperkuat *evidence-based practice* dalam keperawatan komunitas, khususnya dalam pengobatan tradisional. Secara praktis, hasilnya dapat dimanfaatkan oleh Dinas Kesehatan, Puskesmas Sibolangit, serta masyarakat luas sebagai bentuk alternatif terapi non-farmakologi yang aman, murah, dan mudah diterapkan dalam pengelolaan penyakit asam urat.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *quasi-experimental* yang menggunakan rancangan *non-equivalent control group pretest-posttest design*. Rancangan ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok intervensi yang diberikan perlakuan berupa terapi herbal daun salam, dan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi tersebut, tetapi tetap mendapatkan layanan kesehatan sebagaimana mestinya dari puskesmas. Kedua kelompok diukur kadar asam uratnya sebelum dan sesudah perlakuan untuk mengetahui pengaruh intervensi.

Populasi penelitian ini adalah seluruh penderita asam urat yang terdaftar di Wilayah Kerja Puskesmas Sibolangit, Kabupaten Deli Serdang, sebanyak 235 orang. Sampel diperoleh dengan menggunakan teknik *simple random sampling* dan formula Sastroasmoro & Ismael untuk penentuan jumlah sampel, sehingga didapatkan 62 responden yang terdiri dari 31 orang kelompok intervensi dan 31 orang kelompok kontrol. Kriteria inklusi meliputi usia 20–70 tahun, memiliki riwayat asam urat ≥ 6 bulan, dan kadar asam urat melebihi nilai normal sesuai jenis kelamin. Sementara kriteria eksklusi adalah konsumsi obat lain selain penurun asam urat, memiliki riwayat komplikasi, atau konsumsi alkohol aktif.

Data dikumpulkan melalui data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui

pengukuran langsung kadar asam urat menggunakan alat digital GCU (Glucose Cholesterol Uric Acid meter), yang pengukurannya dilakukan dengan pengambilan darah kapiler menggunakan *lancet* steril dan *strip uric acid test*. Data sekunder diperoleh dari catatan medis di Puskesmas Sibolangit terkait jumlah dan karakteristik penderita asam urat.

Instrumen utama dalam pengumpulan data adalah SOP (Standard Operating Procedure) terapi herbal daun salam dan lembar observasi kadar asam urat. Terapi herbal dilakukan dengan memberikan air rebusan daun salam kepada kelompok intervensi sebanyak dua kali sehari (pagi sebelum makan dan sore hari) selama 14 hari berturut-turut. Air rebusan dibuat dari 10 lembar daun salam segar direbus dalam 400 ml air hingga tersisa 200 ml. Air disaring dan diberikan dalam kondisi hangat.

Analisis data dilakukan dalam dua tahap, yaitu analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan kadar asam urat sebelum dan sesudah perlakuan, serta analisis bivariat menggunakan *paired t-test* dan *independent t-test* untuk mengetahui adanya perbedaan signifikan antara kelompok sebelum dan sesudah intervensi. Uji normalitas data dilakukan dengan Kolmogorov-Smirnov test, dan uji homogenitas menggunakan Levene's test, dengan tingkat signifikansi yang ditetapkan sebesar 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan dua kelompok, masing-masing terdiri dari 31 responden yang menderita asam urat. Kelompok intervensi menerima terapi herbal menggunakan air rebusan daun salam selama 14 hari, sedangkan kelompok kontrol tidak mendapatkan intervensi tersebut, tetapi tetap mendapatkan layanan kesehatan sebagaimana mestinya dari puskesmas. Kedua kelompok diukur kadar asam uratnya sebelum dan sesudah perlakuan untuk mengetahui pengaruh intervensi. Hasil pengukuran kadar asam urat menunjukkan bahwa:

1. Rata-rata kadar asam urat sebelum intervensi pada kelompok intervensi adalah 10,87 mg/dL, sedangkan pada kelompok kontrol adalah 7,93 mg/dL.
2. Setelah diberikan terapi daun salam, rata-rata kadar asam urat pada kelompok intervensi menurun menjadi 7,9 mg/dL.
3. Pada kelompok kontrol, kadar asam urat hanya mengalami penurunan kecil menjadi 6,92 mg/dL.

Tabel 1. Rata-rata Kadar Asam Urat Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Kelompok	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi	Selisih
----------	-----------------------	-----------------------	---------

	(mg/dL)	(mg/dL)	
Intervensi	10,87	7,90	-2,97
(Daun Salam)			
Kontrol	7,93	6,92	-1,01

Penelitian ini secara eksplisit menjawab rumusan masalah bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terapi herbal daun salam terhadap penurunan kadar asam urat. Hasil ini mengonfirmasi hipotesis yang diajukan bahwa terapi herbal menggunakan rebusan daun salam efektif dalam menurunkan kadar asam urat pada penderita gout arthritis. Penurunan kadar asam urat pada kelompok intervensi dapat dikaitkan dengan kandungan flavonoid, quercetin, tanin, dan minyak atsiri dalam daun salam yang berperan sebagai antiinflamasi, diuretik, dan penghambat enzim xantin oksidase—enzim utama yang bertanggung jawab dalam konversi purin menjadi asam urat. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Maulidanita (2024) yang melaporkan penurunan kadar asam urat sebesar 4,67 mg/dL setelah pemberian rebusan daun salam selama 7 hari. Yunita (2024) juga menemukan penurunan signifikan (2,0 mg/dL) dengan pemberian air rebusan daun salam dua kali sehari. Konsistensi temuan ini memperkuat validitas manfaat terapi herbal daun salam dalam konteks non-farmakologis.

Penelitian ini juga sejalan dengan pendekatan evidence-based practice dalam keperawatan komunitas, yang mendukung integrasi praktik tradisional atau komplementer ke dalam pelayanan kesehatan primer. Pemberian rebusan daun salam tidak hanya mudah diakses dan murah, tetapi juga aman digunakan karena uji toksisitas sebelumnya menunjukkan tidak adanya efek samping signifikan bahkan pada dosis tinggi. Dengan demikian, terapi herbal daun salam dapat dijadikan alternatif atau pendamping terapi farmakologis dalam penatalaksanaan penyakit asam urat, khususnya dalam komunitas yang memiliki keterbatasan akses terhadap obat medis atau mengalami efek samping dari konsumsi obat jangka panjang.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa terapi herbal menggunakan rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) memiliki pengaruh signifikan terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di wilayah kerja Puskesmas Sibolangit, Kabupaten Deli Serdang. Hasil menunjukkan bahwa kelompok yang menerima intervensi terapi daun salam mengalami penurunan kadar asam urat yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan serupa.

Efektivitas terapi ini diduga kuat berasal dari kandungan aktif daun salam seperti flavonoid, quercetin, tanin, dan minyak atsiri yang bekerja melalui mekanisme antiinflamasi, diuretik, serta penghambatan enzim xantin oksidase yang berperan dalam pembentukan asam urat. Temuan ini selaras dengan berbagai penelitian sebelumnya dan memperkuat argumentasi bahwa daun salam dapat dijadikan alternatif terapi non-farmakologis yang aman, murah, dan mudah diakses oleh masyarakat.

Dengan demikian, terapi herbal daun salam tidak hanya relevan sebagai strategi pengobatan tradisional, tetapi juga sebagai bagian dari pendekatan *evidence-based nursing* dalam pelayanan kesehatan komunitas. Penelitian ini mendorong pengembangan intervensi keperawatan komplementer yang terintegrasi dalam sistem layanan primer, sekaligus memberikan dasar ilmiah bagi pemanfaatan tanaman lokal sebagai solusi kesehatan berbasis komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

Anisa, D. (2022). Efektivitas Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) terhadap Penurunan Kadar Asam Urat. *Jurnal Keperawatan Herbal Indonesia*, 8(2), 110–117.

Chi, S., Li, H., Zhang, Y., & Chen, W. (2020). Pathogenesis and clinical treatment of hyperuricemia and gout. *Frontiers in Medicine*, 14(3), 361–376. <https://doi.org/10.1007/s11684-020-0765-6>

Dalbeth, N., Choi, H. K., Joosten, L. A. B., & Merriman, T. R. (2021). Gout. *The Lancet*, 397(10284), 1843–1855. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00569-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00569-9)

Ekasari, S. (2018). Pemanfaatan Tanaman Herbal Daun Salam sebagai Alternatif Pengobatan Asam Urat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 25–32.

Lailatul, N. (2014). Uji Toksisitas Akut dan Subkronis Ekstrak Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) pada Mencit. *Jurnal Biologi Tropis*, 14(2), 98–104.

Maulidanita, R. (2024). Pengaruh Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Asam Urat pada Lansia Wanita. *Jurnal Ners*, 19(1), 22–29. <https://doi.org/10.20473/jn.v19i1.2024.22-29>

Nababan, S. (2020). Terapi Herbal sebagai Alternatif Penurunan Asam Urat pada Lanjut Usia. *Jurnal Keperawatan Komplementer*, 4(1), 45–50.

Sari, M., Widyaningsih, N., & Hapsari, R. (2020). Efektivitas Pemberian Daun Salam terhadap Nyeri Sendi pada Penderita Gout Arthritis. *Jurnal Ners*, 15(2), 150–157.

<https://doi.org/10.20473/jn.v15i2.2020.150-157>

Widiyono, A., Prasetyo, D. R., & Handayani, R. (2020). Standar Operasional Terapi Daun Salam dalam Menurunkan Kadar Asam Urat. *Jurnal Kesehatan Tradisional Indonesia*, 3(1), 33–39.

Xue, X., Li, Y., Zhang, C., & Wang, Q. (2023). Quercetin and its role in the treatment of inflammatory diseases: A review. *Phytotherapy Research*, 37(4), 1231–1243. <https://doi.org/10.1002/ptr.7641>

Yunita, N. (2024). Pengaruh Air Rebusan Daun Salam terhadap Kadar Asam Urat pada Usia Produktif. *Jurnal Gizi dan Terapan Herbal*, 6(1), 89–95.