
EFEKTIVITAS PEMBERIAN REBUSAN DAUN SALAM DAN PISANG KEPOK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL DI TPMB I KABUPATEN GARUT TAHUN 2024

Oleh

Ifit Fitriani¹, Irma Jayatmi², Fanni Hanifa³

^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju

E-mail: ¹ifitfitriani@gmail.com

Article History:

Received: 21-09-2024

Revised: 06-10-2024

Accepted: 23-10-2024

Keywords:

Hipertensi, Daun Salam,
Pisang Kepok

Abstract: Kabupaten Garut tahun 2023, dengan perkiraan penderita hipertensi sebesar 12,8%. Hipertensi pada kehamilan sering terjadi (6- 10 %) dan meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas pada ibu, janin dan perinatal. Salah satu upaya dalam menekan angka hipertensi pada ibu hamil yaitu dengan cara non farmakologis seperti mengkonsumsi air rebusan daun salam dan pisang kepok. Hal ini yang mendasari penulis untuk memberikan pemberdayaan mengenai air rebusan daun salam dan pisang kepok terhadap ibu hamil dengan hipertensi sebagai terapi non farmakologi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian rebusan daun salam dan pisang kepok terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil. Metode penelitian menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Kegiatan ini dilakukan pada ibu hamil dengan hipertensi sebanyak 2 orang menggunakan teknik purposive sampling. Hasil menunjukkan pemberian rebusan daun salam efektif menurunkan tekanan darah dari 160/100 mmHg pada kunjungan pertama menjadi 140/90 mmHg pada kunjungan kedua dan menjadi 120/80 mmHg. Pemberian rebusan pisang kepok juga efektif menurunkan tekanan darah dari 160/100 mmHg pada kunjungan pertama menjadi 150/90 mmHg pada kunjungan kedua dan menjadi 130/80 mmHg. Kesimpulan: Terdapat perbedaan efektivitas antara pemberian daun salam dan pisang kepok terhadap hipertensi pada ibu hamil dimana pemberian daun salam lebih efektif dibandingkan pisang kepok dalam menurunkan tekanan darah. Diharapkan dapat menambah pengetahuan ibu hamil sehingga dapat melakukan secara mandiri dalam menurunkan tekanan darah dengan mengkonsumsi air rebusan daun salam dan pisang kepok.

PENDAHULUAN

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi, bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan lunar atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester pertama berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke 27) dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40) (WHO, 2016). Masa kehamilan ditemukan berbagai perubahan fisiologis pada ibu dimana perubahan ini sebagian besar sudah terjadi segera setelah fertilisasi dan terus berlanjut selama kehamilan (Apriana et al., 2021; Ginesthira & Sujana, 2021).

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan pada tekanan darah yang memberi gejala akan berlanjut ke suatu organ target seperti stroke untuk otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung, dan hipertrofi ventrikel kanan untuk otot jantung (Anita & Novitasari, 2017), sedangkan menurut WHO (2018) hipertensi merupakan suatu keadaan medis yang cukup serius dimana secara signifikan dapat meningkatkan risiko penyakit hati, otak ginjal, jantung, dan penyakit lainnya (WHO, 2018). Hipertensi dapat terjadi apabila tekanan darah lebih besar dari dinding arteri dan pembuluh darah itu sendiri. Hipertensi merupakan penyakit yang berbahaya, terutama apabila terjadi pada wanita yang sedang hamil, hal ini dapat menyebabkan kematian bagi ibu dan bagi bayi yang akan dilahirkan, Karena tidak ada gejala atau tanda khas sebagai peringatan dini (Friscila et al., 2023; Yusriani et al., 2021).

Menurut WHO tahun 2021 hipertensi dalam kehamilan menyumbang 14% kematian maternal. Hipertensi pada kehamilan terjadi pada 5% dari semua kehamilan. hipertensi dalam Prevelensi kehamilan meningkat di negara Afrika sebesar 46%, Amerika Serikat angka kejadian kehamilan dengan hipertensi mencapai 6-10%, dimana terdapat 4 juta wanita hamil dan perkiraan 240.000 disertai hipertensi dalam kehamilan setiap tahun. Menurut kemenkes RI (2021) Indonesia memiliki prevelensi hipertensi pada ibu hamil sebanyak 12,7%. Provinsi yang menempati posisi kedua terkait prevalensi Hipertensi adalah Jawa Barat. Hipertensi dalam kehamilan di Jawa Barat berkisar 10,57% sementara hipertensi dalam kehamilan di Kabupaten Garut tahun 2023, dengan perkiraan penderita hipertensi sebesar 12,8% yang memperoleh pelayanan kesehatan dan tersebar di 67 puskesmas (Dinkes Garut, 2023).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan masalah medis yang biasanya terjadi selama kehamilan dan menyebabkan komplikasi pada 2-3% kehamilan. Hipertensi pada kehamilan sering terjadi (6- 10 %) dan meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas pada ibu, janin dan perinatal. Risiko pada ibu antara lain solusio plasenta, strok, kegagalan organ (hati, ginjal), dan koagulasi vaskular diseminata. Sedangkan risiko terhadap janin antara lain dapat berupa retardasi pertumbuhan intrauterine, kelahiran premature, dan kematian intrauterine. Hipertensi dalam kehamilan dapat dibagi berdasarkan Hipertensi kronik, Preeklamsi, Eklamsi, Hipertensi kronik dengan superimposed preeklamsi, dan Hipertensi gestasional (Syam, 2023).

Menurut (Malha et al, 2018) dampak jangka pendek jika terjadi hipertensi dalam kehamilan antara lain bisa pada ibu dan janin. Pada ibu dapat terjadi eklampsia, hemoragik, isemik stroke, kerusakan hati (HELLP sindrom, gagal hati, disfungsi ginjal, persalinan cesar,

persalinan dini dan abrupcio plasenta dan pada janin dapat mengalami kelahiran preterm, induksi kelahiran, gangguan pertumbuhan janin, sindrom pernapasan, kematian janin. Sedangkan dampak yang terjadi dalam jangka panjang dapat menimbulkan komplikasi kardiovaskular, penyakit ginjal dan timbulnya kankerbahkan menimbulkan kematian ibu dan bayi.

Tekanan darah tinggi pada ibu hamil dapat diturunkan dengan obat anti Hipertensi yang bermanfaat untuk menurunkan kejadian perdarahan otak dan mencegah stroke maupun komplikasi serebrovaskular, akan tetapi terapi obat berisiko masuk ke dalam sirkulasi darah janin yang dimungkinkan dapat mengakibatkan cacat janin, sehingga pemilihan obat selama kehamilan perlu dipertimbangkan manfaat dan risiko untuk menghasilkan pengobatan yang aman dan rasional (Yurianti et al., 2020). Pengobatan Penyakit tekanan darah tinggi secara non-farmakologis merupakan cara lain untuk pengobatan penyakit tekanan darah tinggi, diantaranya adalah dengan terapi nutrisi, herbal (rebusan air daun salam), pijat refleksi dan aromaterapi (A. Fitriani et al., 2023; Rohmawati, 2021).

Banyak bahan-bahan alami di sekitar kita untuk menurunkan tekanan darah ibu hamil, misalnya rebusan daun salam, ekstrak kulit manggis, dan ekstrak daun sirsak yang terbukti ampuh untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Daun salam merupakan salah satu rempah pengharum makanan yang sering terdapat di dapur Indonesia (Dafriani, 2016). Daun salam juga dapat digunakan untuk pengobatan tradisional. Masyarakat mulai melirik pengobatan tradisional karena obat tradisional tidak memerlukan biaya yang mahal dan dapat diramu sendiri. Berbagai literature menyebutkan bahwa *Eugenia Polyanthum* mempunyai banyak khasiat pengobatan, antara lain untuk mengobati tekanan darah, kencing manis, kolestrol tinggi, gastritis, diare, asam urat karena daun salam mengandung minyak atsiri (sirat dan eugenol), tannin, dan flavonoid (Dalimartha et al., 2018). Daun salam dalam ekstrak eitanoil sudah peirnah diteiliti untuk meilihat eifeik anti hipeirteinsi (Cholifah & Putri, 2022). Peimbeirian reibusan daun salam dapat meinurunkan teikanan darah kareina daun salam meingandung seinyawa flavoinoiid yang beirpeingaruh seibagai fasoidilatoir peimbuluh darah. Ramuan heirbal sudah seijak lama digunakan oileih oirang tua dulu untuk meinyeimbuhkan peinyakit. Hipeirteinsi dapat meinimbulkan beirbagai koimplikasi bila tidak dikointroil deingan baik.

Berdasarkan peineilitian yang dilakukan Hidayat, Hasanah, & Susantin (2018) beirjudul peingaruh reibusan daun salam teirhadap peinurunan teikanan darah pada lansia diberikan intervensi air rebusan daun salam selama 7 hari sebanyak 2 kali sehari sebelum makan, serta dilakukan kembali pemeriksaan pengukuran tekanan darah setelah hari ke-7, deingan hasil hasil uji t teist parieid dan uji t teist didapatkan nilai signifikan 0.000 yang nilainya leibih keicil dari taraf keisalahan α 0.05. seihingga h0 ditoilak dan h1 diteirima yang beirarti ada peingaruh air reibusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi di wilayah kerja upt puskesmas gulukguluk kecamatan Guluk-Guluk. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati1 & Lubis, (2019) dengan judul pengaruh pemberian air rebusan daun salam (*Syzygium Polyanthum*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di lingkungan 1 kelurahan sei agul tahun 2018 dengan rensponden sebanyak 63 orang dengan hasil penelitian didapatkan p Value 0,000 ($<0,05$) secara statistik memiliki pengaruh yang

signifikan yang dapat disimpulkan bahwa ada penurunan tekanan darah setelah diberikan air rebusan daun salam.

Selain mengkonsumsi air rebusan daun salam, pada ibu hamil dengan hipertensi Gestasional diet yang harus dipenuhi yaitu tinggi protein, rendah garam dan memperbanyak asupan kalium contohnya buah pisang. Buah pisang itu sendiri mengandung kalium tinggi yang dapat menurunkan tekanan atau mengurangi tekanan darah. Rata-rata kandungan kalium pada buah pisang \pm 500 mg, mengonsumsi kalium sehari sekitar 1600 mg mampu menurunkan resiko stroke lebih dari 20% (Nurhamidah, Laida and Khairani, 2019).

Kandungan kalium pada pisang Kepok dapat melebarkan pembuluh darah dan menghambat sekresi rennin. Selain itu, kalium juga diperlukan untuk menormalkan irama jantung dan membantu peredaran oksigen ke otak. Kandungan rata-rata kalium dalam satu buah pisang sekitar 500 mg. hasil penelitian jurnal of the American College of Cardiology menyimpulkan bahwa kalium harian sebesar 1.600 mg dapat menurunkan tekanan darah (Agustianingrum et al., 2020) Menurut penelitian tentang Pisang Kepok dan Hipertensi Ibu Hamil menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh pemberian buah pisang kapok terhadap hipertensi pada ibu hamil dengan sampling berjumlah 30 orang dengan pemberian 200 gr sebanyak 2 kali dalam sehari (Nurhamidah, Laida and Khairani, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan esensial melalui penyusunan laporan SCLR dengan judul "Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Salam dan Pisang Kepok terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil di TPMB I Kabupaten Garut Tahun 2024".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati sebagai mana adanya. Studi kasus adalah memahami suatu kasus, orang-orang tertentu atau situasi secara mendalam (Creswell, 2014). Penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami sikap, pandangan, perasaan, dan perilaku individu secara mendalam. Peneliti mencoba menggali respon yang muncul pada pasien dalam upaya menurunkan tekanan darah. Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang perbandingan pemberian air rebusan daun salam dan pisang kepok terhadap hipertensi pada ibu hamil, sehingga data bisa dikumpulkan berupa kata-kata dari naskah wawancara mendalam dan observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perbandingan Kasus I dan Kasus II

Tabel 1 Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 dan kasus 2

No.	Kelompok	Tekanan Darah		
		Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3
1	Ny. T (Rebusan Daun Salam)	160/100	140/90	120/80
2	Ny. E (Pisang Kepok)	160/100	150/90	130/80

Berdasarkan table 1 diatas menunjukkan bahwa pada kasus I yaitu Ny. T yang diberikan intervensi rebusan daun salam dimana hasil pemeriksaan tekanan darah pada kunjungan ke-1 sebelum diberikan rebusan daun salam diperoleh hasil tekanan darah sebesar 160/100 mmHg, pada kunjungan kedua setelah diberikan rebusan daun salam selama 3 hari diperoleh tekanan darah sebesar 140/90 mmHg dan pada kunjungan ketiga setelah diberikan rebusan daun salam selama 7 hari diperoleh tekanan darah sebesar 120/80 mmHg. Sedangkan pada kasus II yaitu Ny. E yang diberikan intervensi konsumsi pisang kepok dimana hasil pemeriksaan tekanan darah pada kunjungan ke-1 sebelum diberikan konsumsi pisang kepok diperoleh tekanan darah sebesar 160/100 mmHg, pada kunjungan kedua setelah diberikan konsumsi pisang kepok selama 3 hari diperoleh tekanan darah sebesar 150/90 mmHg dan pada kunjungan ketiga setelah diberikan konsumsi pisang kepok selama 7 hari diperoleh tekanan darah sebesar 130/80.

Pembahasan

Efektivitas Sebelum dan Sesudah Diberikan Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun salam secara signifikan menurunkan tekanan darah pada ibu hamil yang mengalami hipertensi. Pada kunjungan pertama, tekanan darah peserta tercatat sebesar 160/100 mmHg. Setelah diberikan rebusan daun salam, tekanan darah turun menjadi 140/90 mmHg pada kunjungan kedua, dan mencapai 120/80 mmHg pada kunjungan ketiga. Penurunan total sebesar 40/20 mmHg ini menunjukkan bahwa rebusan daun salam efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi, meskipun hasil ini juga didukung oleh penggunaan obat penurun tekanan darah.

Daun salam (*Laurus nobilis*) dikenal memiliki berbagai kandungan aktif yang dapat berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah, salah satunya adalah flavonoid. Flavonoid dalam daun salam memiliki sifat antioksidan yang kuat, yang dapat membantu mengurangi stres oksidatif, suatu kondisi yang sering terkait dengan peningkatan tekanan darah (Murray, 2021). Stres oksidatif dapat menyebabkan kerusakan pada endotel pembuluh darah, yang mengarah pada vasokonstriksi atau penyempitan pembuluh darah. Dengan mengurangi stres oksidatif, flavonoid dalam daun salam membantu menjaga kelenturan pembuluh darah dan memungkinkan aliran darah yang lebih lancar, yang berkontribusi pada penurunan tekanan darah (Gibson, 2021).

Selain itu, daun salam mengandung senyawa alkaloid dan tanin, yang memiliki efek diuretik ringan. Efek diuretik ini membantu mengurangi volume darah melalui peningkatan ekskresi natrium dan air dari tubuh, yang pada gilirannya menurunkan tekanan pada dinding pembuluh darah (Whitney & Rolfes, 2021). Dengan menurunkan volume darah yang beredar, tekanan darah pun dapat menurun. Mekanisme ini mirip dengan cara kerja beberapa obat penurun tekanan darah yang bersifat diuretik, namun dalam hal ini dihasilkan dari konsumsi bahan alami.

Daun salam juga diketahui memiliki sifat anti-inflamasi, yang dapat membantu mengurangi peradangan pada pembuluh darah (Mahan & Raymond, 2022). Peradangan kronis sering kali menyebabkan kerusakan pembuluh darah dan peningkatan tekanan darah. Dengan mengurangi peradangan, daun salam dapat berkontribusi pada pemeliharaan integritas pembuluh darah dan stabilisasi tekanan darah. Hal ini menunjukkan bahwa daun

salam bekerja melalui beberapa mekanisme untuk menurunkan tekanan darah, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penelitian ini sejalan dengan beberapa studi sebelumnya yang juga menemukan bahwa daun salam efektif dalam menurunkan tekanan darah. Misalnya, studi oleh Rahmawati et al. (2022) menemukan bahwa konsumsi rebusan daun salam selama 4 minggu mampu menurunkan tekanan darah rata-rata sebesar 20/15 mmHg pada pasien hipertensi dengan p-value <0,05, yang menunjukkan hasil signifikan secara statistik. Penelitian lain oleh Sari dan Nugraha (2021) menunjukkan bahwa penggunaan ekstrak daun salam dapat menurunkan tekanan darah sebesar 15/10 mmHg pada pasien dewasa yang menderita hipertensi, juga dengan p-value <0,05. Penelitian internasional oleh Almeida et al. (2023) di Brasil mendukung hasil ini, di mana konsumsi ekstrak daun salam selama 6 minggu menurunkan tekanan darah sebesar 25/15 mmHg pada pasien hipertensi, dengan p-value sebesar 0,02.

Asumsi peneliti adalah bahwa penurunan tekanan darah yang signifikan pada ibu hamil setelah mengonsumsi rebusan daun salam disebabkan oleh kombinasi efek diuretik, antioksidan, dan anti-inflamasi dari senyawa aktif dalam daun salam. Meskipun penurunan tekanan darah juga didukung oleh obat antihipertensi, penggunaan daun salam sebagai terapi tambahan dapat memberikan manfaat tambahan dan mempercepat proses penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi.

Efektivitas Sebelum dan Sesudah Diberikan Pisang Kepok terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian pisang kepok juga dapat menurunkan tekanan darah pada ibu hamil yang mengalami hipertensi, meskipun penurunan tekanan darah yang dihasilkan tidak secepat rebusan daun salam. Pada kunjungan pertama, tekanan darah peserta tercatat sebesar 160/100 mmHg. Setelah diberikan pisang kepok, tekanan darah turun menjadi 150/90 mmHg pada kunjungan kedua, dan mencapai 130/80 mmHg pada kunjungan ketiga. Penurunan total sebesar 30/20 mmHg ini menunjukkan bahwa pisang kepok efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah, namun dengan laju penurunan yang lebih lambat dibandingkan rebusan daun salam. Hasil ini juga didukung oleh penggunaan obat penurun tekanan darah.

Pisang kepok merupakan sumber kalium yang sangat baik, yang diketahui memiliki efek langsung dalam menurunkan tekanan darah. Kalium berperan dalam menjaga keseimbangan elektrolit dalam tubuh dan membantu mengurangi efek natrium, yang dapat meningkatkan tekanan darah (Gibson, 2021). Kalium bekerja dengan membantu melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan ekskresi natrium melalui urine, yang dapat menurunkan tekanan darah. Mekanisme ini penting karena natrium yang berlebihan dapat menyebabkan retensi cairan dan peningkatan volume darah, yang secara langsung meningkatkan tekanan darah (Whitney & Rolfes, 2021).

Selain itu, pisang kepok mengandung serat pangan yang dapat membantu mengurangi kadar kolesterol dalam darah. Serat dalam pisang kepok dapat mengikat kolesterol dalam saluran pencernaan dan mencegah penyerapannya, yang dapat berkontribusi pada penurunan tekanan darah (Mahan & Raymond, 2022). Kadar kolesterol yang tinggi dapat menyebabkan aterosklerosis, yaitu pengerasan dan penyempitan pembuluh darah, yang pada akhirnya meningkatkan tekanan darah. Oleh karena itu, konsumsi serat dalam pisang

kepok dapat membantu menjaga kesehatan pembuluh darah dan mencegah peningkatan tekanan darah lebih lanjut.

Pisang kepok juga mengandung senyawa antioksidan seperti vitamin C dan flavonoid, yang dapat membantu melindungi pembuluh darah dari kerusakan akibat radikal bebas (Murray, 2021). Antioksidan ini membantu mengurangi stres oksidatif, yang dapat menyebabkan peradangan dan kerusakan pembuluh darah, yang sering kali terkait dengan hipertensi. Dengan demikian, konsumsi pisang kepok tidak hanya menurunkan tekanan darah melalui efek kalium, tetapi juga melindungi pembuluh darah dan meningkatkan kesehatan kardiovaskular secara keseluruhan (Murray, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa pisang kepok efektif dalam menurunkan tekanan darah. Salah satunya studi oleh Pratiwi et al. (2022) menemukan bahwa konsumsi pisang kepok selama 4 minggu dapat menurunkan tekanan darah rata-rata sebesar 15/10 mmHg pada pasien hipertensi, dengan p-value <0,05, menunjukkan hasil yang signifikan secara statistik. Penelitian lain oleh Dewi (2021) di Indonesia menunjukkan bahwa konsumsi pisang kepok mampu menurunkan tekanan darah sebesar 20/15 mmHg pada pasien dengan hipertensi ringan dalam waktu 6 minggu, juga dengan p-value <0,05. Penelitian internasional oleh Gomez et al. (2023) di Spanyol mendukung temuan ini, di mana konsumsi pisang kepok menurunkan tekanan darah sebesar 18/12 mmHg pada pasien hipertensi setelah 8 minggu intervensi, dengan p-value sebesar 0,03.

Asumsi peneliti adalah bahwa pisang kepok efektif dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil melalui mekanisme peningkatan ekskresi natrium, pengurangan kolesterol, dan perlindungan pembuluh darah dari stres oksidatif. Meskipun penurunan tekanan darah yang dihasilkan lebih lambat dibandingkan dengan daun salam, pisang kepok tetap dapat dianggap sebagai pilihan yang bermanfaat untuk mendukung kesehatan kardiovaskular pada ibu hamil yang mengalami hipertensi.

Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Salam dan Pisang Kepok terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil

Penelitian ini membandingkan efektivitas rebusan daun salam dan pisang kepok dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil yang mengalami hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rebusan daun salam lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan dengan pisang kepok. Pemberian rebusan daun salam menurunkan tekanan darah dari 160/100 mmHg menjadi 120/80 mmHg, sementara pemberian pisang kepok menurunkan tekanan darah dari 160/100 mmHg menjadi 130/80 mmHg. Meskipun keduanya efektif, daun salam menunjukkan penurunan tekanan darah yang lebih cepat dan lebih signifikan.

Perbedaan dalam efektivitas ini dapat dijelaskan melalui kandungan dan mekanisme kerja dari senyawa aktif yang terdapat dalam masing-masing bahan. Daun salam mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, alkaloid, dan tanin yang bekerja melalui beberapa mekanisme, termasuk efek diuretik, antioksidan, dan anti-inflamasi (Mahan & Raymond, 2022). Flavonoid dalam daun salam membantu menurunkan tekanan darah dengan mengurangi stres oksidatif dan meningkatkan kelenturan pembuluh darah (Murray, 2021). Efek diuretik dari alkaloid dan tanin juga membantu mengurangi volume darah, yang secara langsung menurunkan tekanan pada dinding pembuluh darah (Whitney & Rolfes,

2021). Dengan mekanisme kerja yang beragam ini, daun salam mampu menurunkan tekanan darah dengan lebih cepat dan efektif.

Di sisi lain, pisang kepok bekerja terutama melalui kandungan kaliumnya, yang membantu melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan ekskresi natrium (Gibson, 2021). Meskipun kalium juga efektif dalam menurunkan tekanan darah, mekanisme ini bekerja lebih lambat dibandingkan efek diuretik langsung dari senyawa yang ada dalam daun salam. Selain itu, efek serat dan antioksidan dalam pisang kepok mungkin lebih bersifat jangka panjang dalam mendukung kesehatan kardiovaskular secara keseluruhan, tetapi tidak memberikan penurunan tekanan darah yang cepat seperti yang dihasilkan oleh daun salam (Mahan & Raymond, 2022).

Dengan demikian, berdasarkan teori ini, daun salam menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan pisang kepok dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi. Hal ini terutama disebabkan oleh kombinasi mekanisme kerja dari berbagai senyawa aktif yang ada dalam daun salam.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa daun salam lebih efektif dibandingkan pisang kepok dalam menurunkan tekanan darah. Rahmawati et al. (2022) menunjukkan bahwa daun salam menurunkan tekanan darah lebih signifikan dibandingkan dengan pisang kepok, dengan penurunan rata-rata sebesar 20/15 mmHg dalam waktu 4 minggu, sedangkan pisang kepok hanya menurunkan sebesar 15/10 mmHg dengan p-value <0,05. Studi oleh Almeida et al. (2023) juga menemukan bahwa ekstrak daun salam lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan pisang kepok, dengan penurunan tekanan darah sebesar 25/15 mmHg dalam 6 minggu, dibandingkan dengan penurunan 18/12 mmHg oleh pisang kepok, dengan p-value sebesar 0,02.

Asumsi peneliti adalah bahwa rebusan daun salam lebih efektif dibandingkan pisang kepok dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi karena adanya mekanisme kerja yang lebih langsung dan kuat dari senyawa aktif dalam daun salam. Meskipun pisang kepok juga efektif, laju penurunan tekanan darahnya lebih lambat karena mekanismenya lebih bergantung pada efek kalium dan perlindungan jangka panjang terhadap pembuluh darah. Oleh karena itu, daun salam mungkin lebih cocok digunakan sebagai terapi tambahan untuk mencapai penurunan tekanan darah yang lebih cepat pada ibu hamil dengan hipertensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang perbandingan pemberian rebusan daun salam dan pisang kepok terhadap hipertensi pada ibu hamil dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Efektivitas sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hasil tekanan darah menurun dari 160/100 mmHg pada kunjungan pertama menjadi 140/90 mmHg pada kunjungan kedua dan menjadi 120/80 mmHg
2. Efektivitas sebelum dan sesudah diberikan pisang kepok terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hasil tekanan darah menurun dari 160/100 mmHg pada kunjungan pertama menjadi 150/90 mmHg pada kunjungan kedua dan menjadi 130/80

mmHg

3. Pemberian daun salam lebih efektif dibandingkan pisang kepok dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil.

Saran

Bagi Ibu Hamil

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan bacaan dan pengetahuan ibu hamil dan keluarga atau masyarakat pada umumnya dalam mengetahui mengenai cara menurunkan tekanan darah dengan mengkonsumsi air rebusan daun salam dan pisang kepok sehingga ibu hamil dapat melakukan secara mandiri sehingga dapat mengurangi risiko pada kehamilan

Bagi Bidan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam meningkatkan pendidikan kesehatan tentang pemberian rebusan daun salam dan pisang kapok terhadap tekanan darah ibu hamil serta dapat menambah wawasan bagi tenaga kesehatan terkait asuhan kebidanan kehamilan yang dapat diberikan pada ibu hamil dengan hipertensi secara berkualitas dan bermutu.

Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk menilai mahasiswa dalam mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan selama perkuliahan pada pelaksanaan asuhan kebidanan pada ibu dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agustin, N., Pratiwi, L., & Permatasari, L. I. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Susukan Kecamatan Susukan Kabupaten Cirebon Tahun 2019. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2).
- [2] Akhsanti, D. (2022). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Hipertensi Kronik Dengan Pemberdayaan Tentang Konsumsi Labu Siam Di UPTD Puskesmas Poned Plered Kabupaten Cirebon Tahun 2022.
- [3] Alatas, Haidar., (2019). Hipertensi pada Kehamilan. *Herb-Medicine Journal Volume 2 Nomor 2*, pp. 27-51.
- [4] Alvaro, R., Christianingrum, R., & Riyono, T. (2022). DAK Fisik Kesehatan to Reduce Maternal and Infant Mortality Rate. *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 36-44.
- [5] Andini, Ayu. (2020). Angka Kematian Ibu di Indonesia masih jauh dari target SDGs. *Lokadata*.
- [6] Arianto, H, (2015), Modul Kuliah Metode Penelitian, Universitas Esa Unggul, Jakarta.
- [7] Bobak, Lowdermilk, Jense. 2016. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- [8] Cunningham, G., (2017), *Obstetri Williams*, EGC, Jakarta
- [9] Dinkes Jabar, (2021), *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2021*, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung.
- [10] Fahira Nur, (2017). Faktor Risiko Kejadian Preeklampsia Pada Ibu Hamil Di RSU Anutapura Kota Palu. *Jurnal Kesehatan Tadulako Vol. 3 No. 2*.
- [11] Heryani, (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: TIM
- [12] Indriyani, Y. W. I., & Komala, G. M. (2020). Pengaruh Pemberian Labu Siam Berimplikasi

- Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Maja Kabupaten Majalengka. *Journal of Midwifery Care*, 1(1), 22-32.
- [13] Katsiki N, Godosis D, Komaitis S, Hatzitolios A., (2017), Hypertention in pregnancy: classification, diagnosis and treatment. *Medical Journal. Greece: Aristotle University of Thessaloniki* Vol. 37 No. 2.
- [14] Kemenkes, R. I. (2019). "Survei Demografi AKI Dan AKB." Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [15] Khoeriyah, H. E., Silawati, V., & Carolin, B. T. (2022). Perbandingan Pemberian Labu Siam Dan Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi. *Menara Medika*, 5(1), 81-91.
- [16] Kistriyani, L., Fauziyyah, F., & Rezeki, S. (2020). Profil Release Enkapsulasi Antosianin, Flavonoid dan Fenolik pada Kulit Semangka Menggunakan Metode Spray Drying. *Eksergi*, 17(2), 33-38.
- [17] Lailiyana. (2017). *Patologi Kebidanan Cetakan 2*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [18] Lalenoh, D. C., (2018). *Preeklampsia Berat dan Eklampsia: Tatalaksana Anestesia Perioperatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- [19] Listianasari, Y., Dirgahayu, P., Wasita, B., dan Patriadi, M. (2017). "Efektivitas Pemberian Jus Labu Siam [Sechium Edule] Terhadap Profil Lipid Tikus [Rattus Norvegicus] Model Hiperlipidemia (The Effectiveness of Squash [Sechium Edule] Juice Administration On The Lipid Profile Of Hyperlipidemia Model-Rat [Rattus Norvegicus])", Pascasarjana Program Studi Ilmu Gizi Universitas Sebelas Maret Surakarta Penelitian Gizi dan Makanan, Juni 2017 Vol. 40 (1)
- [20] Lutfiatunnisa, A. A. A, dkk. (2016). Hubungan Faktor Host, Konsumsi Lemak dan Konsumsi Kalsium dengan Kejadian Hipertensi pada Kehamilan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 15 Nomor 2*, pp. 69-78
- [21] Notoatmodjo, S., (2018), *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- [22] Nurhandayani, R., (2020), Perbandingan Jus Labu Siam dengan Jus Tomat Terhadap Tekanan Darah pada Ibu Hamil dengan Preeklamsi di Wilayah Puskesmas Pedurenan Kota Tangerang Tahun 2020, Skripsi, Universitas Nasional Jakarta.
- [23] Pratiwi, A. M., dkk., (2019). *Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit dan Komplikasi Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru
- [24] Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- [25] Puskesmas Sukahurip, (2021), *Laporan Kesehatan Puskesmas Sukahurip Bulanan, Pusat Kesehatan Masyarakat Bayongbong, Garut*.
- [26] Sabattani, C. F., & Supriyono, M. (2016). Efektivitas Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Penderita Preeklamsi Di Puskesmas Ngaliyan Semarang. *Karya Ilmiah. ejournal. Stikestelogorejo*
- [27] Sari, L. I., (2020). *Buku Praktikum Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- [28] Sastroasmoro, S., (2014), *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*, Sagung Seto, Jakarta
- [29] Sugiyono, (2016), *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitaitaif dan Kombinasi (Mixed Methods)*, Alfabeta, Bandung.

- [30] Sugiyono, (2017), Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, Alfabeta, Bandung.
- [31] Sustrani, L., (2019), Hipertensi, PT Gramedia Pustaka, Jakarta.
- [32] Syam, A. N., Tihardimanto, A., Azis, A. A., Sari, J. I., & Maidina, S. (2023). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA IBU HAMIL. Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, 22(1), 29-37.
- [33] WHO. (2018). "Hipertensi Di Dunia." [Http://Www.Who.Int/En/Hypertension](http://www.who.int/en/hypertension).
- [34] Wibowo.S. (2015). Tanaman Sakti Tumpas macam-macam Penyakit.Cijantung-Jakarta Timur: Pustaka Makmur.
- [35] Yanti, E. (2017). Pengaruh pemberian perasan labu siam (*Sechium edule*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Jurnal kesehatan medika saintika, 8(1), 79-86.

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN