
Efektifitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia

Suryagustina^{*1}, Prinawatie², Erna Sari³

STIKes Eka Harap Palangkaraya

*correspondence author Email: gustin.yaya@gmail.com

DOI: [10.33859/dksm.v13i1.830](https://doi.org/10.33859/dksm.v13i1.830)

ABSTRAK

Latar Belakang : Penyakit asam urat atau biasa dikenal sebagai *gout arthritis* merupakan kondisi yang bisa menyebabkan gejala nyeri yang tak tertahankan, pembengkakan serta adanya rasa panas di area persendian. Penanganan yang kurang tepat dapat menyebabkan bahaya yang lebih besar, sehingga dibutuhkan penatalaksanaan farmakologi maupun non farmakologi. Obat tradisional seperti rebusan daun salam merupakan alternative pilihan yang dinilai lebih aman dibandingkan obat modern terutama dikonsumsi oleh lansia.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh rebusan daun salam (*Syzygium Polyanthum*) terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia.

Metode: Metode penelitian ini menggunakan *literature review* dengan pencarian literatur menggunakan database *Google Scholar* yang di publikasi pada tahun 2017-2021 menggunakan bahasa Indonesia. Diperoleh 7 hasil penelitian sesuai kriteria inklusi. Desain penelitian yang digunakan adalah *Pre Experiment* dan *Quasi Experiment*.

Hasil: Hasil penelitian dari 7 literatur didapatkan kesamaan yaitu semua responden mengalami penurunan kadar asam urat setelah meminum air rebusan daun salam secara teratur dengan *p-value* < 0,05. Selain itu dari 7 literatur ini, terdapat perbedaan yang mana tidak semua literatur menjabarkan data umum seperti usia, jenis kelamin, pekerjaan maupun pendidikan yang menyebabkan kesulitan dalam menentukan data responden menjadi lebih spesifik.

Simpulan: Terdapat perbedaan rata-rata kadar asam urat lansia sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun salam yaitu yang awalnya tinggi menjadi normal kembali. Hal tersebut dapat terjadi karena dipengaruhi oleh beberapa faktor baik dari responden yang kooperatif maupun dari manfaat daun salam jika dilakukan sesuai prosedur dan dengan frekuensi yang teratur serta faktor diet yang mereka jalani.

Kata Kunci: Rebusan Daun salam, Asam Urat, Lansia

The Effectiveness Of Salam Leaf Booking On Reducing Uric Acid Levels In The Elderly

Suryagustina^{*1}, Prinawatie², Erna Sari³

STIKes Eka Harap Palangkaraya

*correspondence author: Email : gustin.yaya@gmail.com

DOI: [10.33859/dksm.v13i1.830](https://doi.org/10.33859/dksm.v13i1.830)

ABSTRACT

Background: Gout disease, commonly known as gout arthritis, can cause symptoms of unbearable pain, swelling, and burning sensation in the joint area. Improper handling can cause greater danger, so pharmacological and non-pharmacological management is needed. Traditional medicine such as boiled bay leaf is an alternative option that is considered safer than modern medicine, especially consumed by the elderly.

Purpose: This study aims to determine how boiled bay leaves (*Syzygium Polyanthum*) reduce uric acid levels in the elderly.

Methods: This research method uses a literature review with a literature search using the Google Scholar database published in 2017-2021 using Indonesian. Obtained 8 research results according to the inclusion criteria. The research design used is Pre Experiment and Quasi Experiment.

Results: The results of the study from 7 literatures obtained similarities, namely all respondents experienced a decrease in uric acid levels after drinking bay leaf boiled water regularly with a p-value <0.05. In addition, from these 7 literatures, there are differences where not all literature describes general data such as age, gender, occupation and education which causes difficulties in determining respondent data to be more specific.

Conclusion: There is a difference in the average level of uric acid in the elderly before and after being given a decoction of bay leaves which was initially high to normal again. This can happen because it is influenced by several factors, both from cooperative respondents and from the benefits of bay leaves if carried out according to procedures and with regular frequency as well as factors in the diet they live.

Keywords: Bay Leaf Stew, Uric Acid, Elderly

Pendahuluan

Di Indonesia orang lebih memilih untuk mengkonsumsi obat modern yang dijual dipasaran maupun dengan resep dokter karena dianggap lebih terpercaya dalam proses penyembuhan terutama dalam mengatasi nyeri akibat asam urat. Padahal, meski telah lama

digunakan dan dipercaya aman bukan berarti tidak memiliki potensi untuk menyebabkan efek samping jika dikonsumsi secara terus-menerus (Fitria *et al*, 2020). *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan penggunaan obat tradisional termasuk herbal

dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat, pencegahan dan pengobatan penyakit terutama untuk penyakit kronis, penyakit *degenerative* dan kanker sebagai penatalaksanaan non farmakologi. Obat tradisional merupakan alternative pilihan yang dinilai lebih aman dibandingkan obat modern (WHO, 2018). Hasil penelitian Vechya, dkk (2019) dimana yang mengidap penyakit asam urat lebih dominan terjadi pada lanjut usia dan penanganan yang dilakukan hanya menggunakan obat farmakologi untuk menurunkan kadar asam urat serta mereka juga jarang menggunakan obat tradisional berupa daun salam untuk pengobatan asam urat.

Prevalensi asam urat di dunia menurut *World Health Organization* (WHO) mengalami kenaikan dengan jumlah 1.370 atau sekitar 33,3% (WHO, 2018). Prevalensi asam urat juga meningkat pada lanjut usia di Eropa sebesar 18,2 % dan Asia sebesar 8,5 % (Aspiani, 2014). Di Korea prevalensi asam urat meningkat dari 3,49 % per 1000 orang pada Tahun 2007 menjadi 7,58 % per 1000 orang pada tahun 2015 (Kim *et al*, 2017).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia sebesar 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala sebesar 24,7%. Jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi penyakit sendi pada usia 55-64 tahun sebesar 45%, usia 65-74 tahun sebesar 51,9% dan prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun sebesar 54,8%. Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%). Di Kalimantan Tengah, prevalensi pengidap penyakit sendi (*osteoarthritis*, asam urat akut maupun kronis dan *rematoid arthritis*) sebesar 7,61%. Jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi penyakit sendi khususnya penyakit asam urat di Kalimantan Tengah pada usia 55-64 tahun sebesar 17,63%, usia 65-74 tahun sebesar 23,74% dan pada umur >75 tahun sebesar 21,03%. Prevalensi penyakit sendi di Palangka Raya sebesar 3,74% (Laporan Provinsi Kalimantan Tengah Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil penelitian Widiyono, dkk (2019) kepada 10 orang lansia, 8 dari 10 orang belum ada yang mengkonsumsi

rebusan daun salam maupun obat tradisional lain untuk menurunkan kadar asam urat. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Vechya, dkk (2019) yang menjelaskan bahwa mayoritas responden yang mengidap penyakit asam urat adalah lansia dengan presentasi sebesar 56,3%.

Penyakit asam urat atau penyakit *gout* merupakan penyakit yang muncul akibat zat purin yang berlebih dalam tubuh (Jaliana *et al*, 2018). Asam urat merupakan penyakit sendi yang terjadi akibat kadar asam urat yang terlalu tinggi dalam darah. Penumpukan asam urat akan membentuk kristal di sendi yang dapat memicu nyeri dan pembengkakan di berbagai sendi tubuh (Syahadat and Vera, 2020). Mengonsumsi alkohol juga dapat meningkatkan resiko terkena penyakit asam urat karena menyebabkan pembuangan asam urat lewat urine menjadi berkurang, sehingga asam urat tetap bertahan dalam peredaran darah dan menumpuk dipersendian dan membentuk di sekitar sendi (Prasetyono, 2016). Dampak yang muncul akibat penumpukan asam urat ini yaitu peradangan dan dapat merusak jaringan hingga akhirnya

menimbulkan rasa sakit pada sendi saat digerakkan, pembengkakan, jari-jari tangan terasa kaku hingga mengganggu pekerjaan dan aktivitas. Pada kasus yang parah, seseorang bisa mengalami benjolan-benjolan yang timbul disekujur tubuh. Kemudian benjolan tersebut pecah dan membuat luka yang besar dan menyebabkan rasa yang sangat sakit dan nyeri. Penanganan yang tidak tepat dapat menyebabkan bahaya lebih besar, sehingga dibutuhkan penatalaksanaan farmakologi maupun non farmakologi (Marlinda and Putri Dafriani, 2019).

Solusi untuk mencegah asam urat pada lansia yaitu melalui peran perawat dalam upaya promotif bagi lansia yaitu membantu mengubah gaya hidup mereka dan bergerak ke arah kesehatan yang optimal dengan cara memberikan penyuluhan mengenai penyakit asam urat dan pengobatannya. Upaya preventif yang dapat dilakukan seperti program konseling, dukungan nutrisi, *exercise* dan manajemen stres (Maryam, 2018). Dalam pengobatan asam urat pada lansia, peran keluarga juga sangat besar

terutama penggunaan terapi komplementer (pengobatan tradisional) merupakan salah satu solusi dalam penanganan penyakit asam urat. Daun salam (*Syzygium polyanthum*) merupakan salah satu obat tradisional asam urat yang berkhasiat untuk menurunkan kadar asam urat dalam tubuh karena mengandung senyawa *flavonoid* yang merupakan kandungan kimia yang memiliki efek samping sebagai diuretik (peluruh kencing) dan analgesik (anti nyeri). Efek ini akan meningkatkan produksi urin sehingga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah (Sinaga, dkk, 2014). Bagian tanaman yang digunakan adalah daun yang masih segar atau yang sudah dikeringkan. Cara ini akan berhasil jika responden cukup kooperatif maupun dari manfaat daun salam jika dilakukan sesuai prosedur dan dengan frekuensi yang teratur serta faktor diet yang mereka jalani (Mardiana, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Widiyono dkk, (2020) yaitu pemberian rebusan daun salam sangat efektif terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia.

Metode

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review*. *Literature review* adalah analisis terintegrasi tulisan ilmiah yang terkait langsung dengan pertanyaan penelitian (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini, Peneliti membahas tentang “Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia”. Adapun *keyword* (kata kunci) yang digunakan dalam penelitian ini yaitu “*rebusan daun salam*” AND “*asam urat*” AND “*lansia*”. Strategi yang digunakan untuk mencari literatur dalam penelitian ini adalah menggunakan PICO(S) (*Population, Intervensi, Comparison, Outcome Study Design*) dengan menentukan kelayakan jurnal yang ditelusuri dengan menggunakan kriteria inklusi (kriteria yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel) dan eksklusi (ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sampel).

Responden dalam 7 literatur penelitian yang digunakan adalah lansia. Jumlah responden penelitian dalam literatur bervariasi

dengan jumlah responden terbanyak yaitu 64 responden dan paling sedikit berjumlah 8 responden. Mayoritas responden yang menderita asam urat yaitu berjenis kelamin perempuan. Rata-rata usia responden berada pada rentang usia 45-59 tahun dan pekerjaan yang paling dominan adalah swasta.

HASIL

1. Kadar Asam Urat Pada Lansia Sebelum pemberian Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*)

Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh dari 7 literatur yang di *review* didapatkan kesamaan yaitu semua literatur memiliki nilai rata-rata (*mean*) kadar asam urat yang tinggi sebelum pemberian rebusan daun salam yaitu 5.7 mg/dL pada artikel Roza, *et al.*, (2019), 7.5 mg/dL pada artikel Fitria, *et al.*, (2020), 7.58 mg/dL pada artikel Pramukti, *et al.*, (2019), 8.14 mg/dL pada artikel Febriyanti, *et al.*, (2018), 8.31 mg/dL pada artikel Ayuro, *et al.*, (2017), 8.8 mg/dL pada artikel Helvi, *et al.*, (2018) dan 9.18 mg/dL pada artikel Vecha, *et al.*, (2019). Peningkatan kadar asam urat ini

disebabkan karena bertambahnya usia, jenis kelamin, pola makan yang tidak sehat berupa terlalu banyak mengkonsumsi makan yang mengandung purin dan kurang beraktivitas. Menurut artikel Helvi, *et al* (2018) terjadinya peningkatan kadar asam urat di dalam darah dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti pembuangan asam urat yang terganggu, faktor usia, dan juga bisa disebabkan oleh faktor makanan yaitu dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin seperti kacang tanah, bayam, buncis, daun singkong, daging, kembang kol dan kangkung. Kemudian dari 7 literatur yang di *review* didapatkan bahwa terdapat perbedaan yaitu tidak semua literatur menjabarkan data umum seperti usia, jenis kelamin, pekerjaan maupun pendidikan yaitu pada artikel Roza, *et al.*, (2019), Febriyanti, *et al.*, (2018), Helvi, *et al.*, (2018) dan Fitria, *et al.*, (2020).

Menurut Leokuna dan Malinti (2020) penyakit asam urat merupakan kondisi yang ditandai dengan nyeri tidak tertahankan, pembengkakan, serta sensasi rasa terbakar di area persendian. Penyakit ini umum

menyerang persendian area jari tangan, pergelangan kaki, jari kaki, serta lutut.

Bahayanya, penyakit ini tidak hanya dialami oleh orang tua saja, asam urat juga menyerang di usia muda akibat beberapa faktor.

Sedangkan menurut Fitriana (2015), penyakit asam urat sering dijumpai pada kaum laki-laki karena hormon estrogen yang dimilikinya memang lebih sedikit dibandingkan dengan wanita. Sementara pada wanita lebih sering ditemukan setelah menopause (≥ 40 tahun).

Faktor resiko yang menyebabkan orang terserang asam urat adalah genetik, usia, jenis kelamin, asupan makanan dan kalori, obat-obatan tertentu (diuretik, aspirin dosis rendah), gangguan kesehatan seperti sindrom metabolik, hipertensi, obesitas sentral, hipertrigliserida maupun gagal ginjal kronik.

Faktor-faktor tersebut dapat mengganggu proses sehingga kadar asam urat dalam tubuh tidak bisa dikendalikan dengan baik. Menurut Soeryoko (2011), kadar asam urat normal pada pria ≥ 40 tahun adalah 2–8.5 mg/dL. Sedangkan kadar asam urat pada wanita ≥ 40

tahun adalah 2–8 mg/dL. Kadar asam urat di atas batas normal disebut hiperurisemia

Berdasarkan hasil penelitian terkait didapatkan adanya kesenjangan antara fakta dan teori yang menyebutkan kadar asam urat darah pada pria dan wanita cenderung meningkat sejalan dengan peningkatan usia yang umumnya dialami pada usia 40 tahun keatas karena mulai mengalami penurunan hormon estrogen dan semakin menuanya seseorang maka asam urat dalam tubuh akan menumpuk sedangkan proses penuaan menurunkan fungsi ginjal dalam mengeluarkan asam urat melalui urin. Namun kenyataannya penyakit ini juga rentan menyerang di usia yang lebih muda bahkan di usia 20-an akibat beberapa faktor. Tidak ada kesenjangan yang mana ada beberapa literatur menyebutkan ada responden yang mengalami kenaikan kadar asam urat akibat dari pola makan yang buruk, faktor lain yang memengaruhi yaitu obesitas, kondisi medis, mengkonsumsi obat-obatan tertentu hingga riwayat penyakit keluarga.

2. Kadar Asam Urat Pada Lansia Sesudah pemberian Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*)

Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh dari 7 literatur yang di *review* didapatkan hasil yaitu adanya penurunan kadar asam urat yang signifikan dari yang awalnya tinggi menjadi normal kembali. Penurunan tersebut yaitu yang awalnya 5.7 mg/dL menjadi 4.9 mg/dL pada artikel Roza, *et al.*, (2019), 7.5 mg/dL menjadi 5.96 mg/dL pada artikel Fitria, *et al.*, (2020), 7.58 mg/dL menjadi 6.36 mg/dL pada artikel Pramukti, *et al.*, (2019), 8.14 mg/dL menjadi 4.24 mg/dL pada artikel Febriyanti, *et al.*, (2018), 8.31 mg/dL menjadi 6.82 mg/dL pada artikel Ayuro, *et al.*, (2017), 8.8 mg/dL turun menjadi 7,5 mg/dL pada artikel Helvi, *et al.*, (2018) dan 9.18 mg/dL turun menjadi 7.18 mg/dL pada artikel Vecha, *et al.*, (2019). Hasil pengukuran ini didapatkan sesudah pemberian air rebusan daun salam sebanyak 1–2x selama 7–14 hari.

Menurut Husnaniyah (2019), secara tradisional daun salam dapat digunakan sebagai obat untuk mengatasi asam urat,

stroke, kolesterol tinggi, melancarkan peredaran darah, radang lambung, diare, gatal-gatal, kencing manis dan lain-lain. Kandungan yang terdapat pada daun salam mempunyai aktivitas sebagai antioksidan yang berfungsi sebagai peluruh kencing (diuretik) yang mampu memperbanyak produksi urine pada tubuh sehingga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah melalui urine. Menurut penelitian Ardhiyanti (2013), khasiat yang terkandung dalam daun salam mempunyai senyawa-senyawa seperti minyak atsiri, *tanin* dan *flavonoid*. Minyak atsiri dengan kandungan minyak sitrat dan eugenol yang bersifat anti bakteri dan beraroma gurih. *Tanin* memiliki kemampuan mereduksi dan berperan penting dalam menyerap dan menetralkan radikal bebas dan dekomposisi peroksida dan *Flavonoid* dapat menghambat enzim *xantin oksidase* yang berfungsi menghambat pembentukan asam urat. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Ayuro (2017) menyebutkan penderita arthritis gout mengalami penurunan kadar asam urat sesudah pemberian air daun salam bahkan

telah mencapai kadar asam urat normal yaitu sebanyak 16,70% dialami oleh wanita lansia, 16,70% dialami oleh pria lansia dan 8,30% wanita yang belum memasuki usia menopause.

Berdasarkan hasil penelitian terkait didapatkan tidak ada kesenjangan antara fakta dan teori dibuktikan dengan kandungan yang terdapat pada daun salam dapat menurunkan kadar asam urat dan juga karena kepatuhan dan keteraturan responden dalam meminum air rebusan daun salam selama 1-2 minggu dengan frekuensi 1-2 kali sehari. Selain dari pengaruh pemberian air rebusan daun salam, kadar asam urat lansia akan menurun dengan sangat cepat jika responden mampu mengontrol makanannya dengan cukup baik. Namun dari 7 literatur yang di *review*, didapatkan ada beberapa responden yang mengalami kenaikan kadar asam urat walaupun sudah teratur mengkonsumsi air rebusan daun salam dan tidak diketahui apa yang menyebabkan kenaikan tersebut yang artinya rebusan daun salam ini tidak memiliki pengaruh bagi beberapa orang.

3. Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia

Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh dari 7 literatur yang di *review*, terdapat kesamaan yaitu dari 4 artikel menggunakan *design* penelitian *pre-experiment* dan 3 artikel menggunakan *design* penelitian *quasi experiment*. Kemudian dari 4 artikel yang menggunakan *design* penelitian *pre-experiment*, terdapat kesamaan yaitu 2 artikel menggunakan uji *paired sampel t-test* dan didapatkan semua memiliki nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) yaitu pada artikel Ayuro (2017) dan Febriyanti, *et al* (2018), kemudian 2 artikel menggunakan uji *t-dependen* dengan nilai *p-value* 0,000 lebih kecil dari nilai signifikan 0,05 ($0,000 < 0,05$) yaitu pada artikel Vechya, *et al* (2019) dan artikel Marlinda, *et al* (2019). Kemudian 4 artikel yang dipilih oleh peneliti lainnya menggunakan *design* penelitian *quasi experiment* dimana terdapat kesamaan yaitu 2 artikel menggunakan uji *Wilcoxon test* dan diperoleh *p-value* $0,001 < 0,05$ pada artikel

Pramukti, *et al* (2018) dan $0,003 < 0,05$ pada artikel Fitria, *et al* (2020). Kemudian 1 artikel menggunakan uji t-berpasangan menunjukkan *p-value* $0,001 < 0,05$ yaitu pada artikel Helvi, *et al* (2018). Kesimpulannya yaitu dari semua hasil penelitian menunjukkan *p-value* $< 0,05$ berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh dari mengkonsumsi rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita asam urat.

Hal ini sesuai dengan pendapat Dalimartha (2018) tentang pengobatan tradisional untuk asam urat dapat berupa akar-akaran atau berupa tanaman, adapun tanaman tradisional yang dapat digunakan untuk pengobatan asam urat salah satunya yaitu daun salam sebagai peluruh kencing (diuretik) dan penghilang rasa nyeri (analgetik), sebagai diuretik daun salam dapat memperbanyak produksi urin sehingga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah selain itu mampu menghilangkan rasa sakit/nyeri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Darussalam & Rukmi (2016) yang berjudul pengaruh pemberian rebusan daun salam

terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia, didapatkan nilai rata-rata kadar asam urat sebelum diberikan rebusan daun salam yaitu 8,14 dan nilai rata-rata kadar asam urat sesudah diberikan rebusan daun salam yaitu 4,24 dengan nilai *p-value* $0,000 (\square < 0,05)$ yang berarti pemberian rebusan daun salam dapat menurunkan kadar asam urat pada lansia. Hal ini karena kandungan yang terdapat pada daun salam dapat menurunkan kadar asam urat dan juga karena kepatuhan dan keteraturan responden dalam meminum air rebusan daun salam selama 1 minggu dengan frekuensi 1 kali sehari (7 hari).

Berdasarkan fakta dari penelitian terdahulu dengan teori didapatkan kesamaan yaitu menurunnya kadar asam urat pada lansia dari asam urat tidak normal ke normal dikarenakan kandungan dalam daun salam yang dapat membantu memproduksi urine sehingga mampu mengeluarkan asam urat lebih banyak melalui urine. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian air rebusan daun salam dengan penurunan kadar

asam urat pada lansia. Hal ini dapat digunakan sebagai salah satu terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan kadar asam urat. Jadi dapat disimpulkan bahwa dengan mengkonsumsi rebusan daun salam secara teratur dan sesuai dengan aturan yang dianjurkan maka dapat menurunkan kadar asam urat.

Simpulan

Berdasarkan hasil dari 7 literatur yang di *review* didapatkan semua literatur memiliki nilai rata-rata kadar asam urat yang tinggi sebelum pemberian rebusan daun salam. Peningkatan kadar asam urat ini disebabkan karena bertambahnya usia, jenis kelamin, pola makan yang tidak sehat berupa terlalu banyak mengkonsumsi makan yang mengandung purin dan kurang beraktivitas. Setelah dilakukan perlakuan yaitu dengan pemberian rebusan daun salam sebanyak 1–2x selama 7–14 hari didapatkan hasil responden mengalami penurunan kadar asam urat dan dalam kategori normal.

Berdasarkan hasil dari 7 literatur yang di *review*, 4 artikel menggunakan *design*

penelitian *pre-experiment* (2 artikel menggunakan uji *paired sampel t-test* kemudian 2 artikel menggunakan uji *t-dependen*) dan 3 artikel menggunakan *design quasi experiment* (2 artikel menggunakan uji *Wilcoxon test* dan 1 artikel menggunakan uji *t-berpasangan*). Kemudian dapat disimpulkan dari semua hasil penelitian menunjukkan $p\text{-value} < 0,05$ berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh dari mengkonsumsi rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita asam urat.

Berdasarkan fakta dari hasil penelitian terkait dengan teori didapatkan kesamaan dibuktikan dengan kadar asam urat darah pada pria dan wanita cenderung meningkat sejalan dengan peningkatan usia yang umumnya dialami pada usia 40 tahun keatas karena mulai mengalami penurunan hormon esterogen yang berfungsi untuk membantu mengeluarkan asam urat melalui urin dan semakin menuanya seseorang maka asam urat dalam tubuh akan menumpuk sedangkan proses penuaan menurunkan fungsi ginjal dalam

mengeluarkan asam urat melalui urin. Selain itu, faktor penyebab asam urat pada teori sejalan dengan fakta dilapangan yaitu peningkatan asam urat paling banyak disebabkan oleh faktor makanan yang tidak seimbang. Selain itu perlu diperhatikan pula jenis makanan yang diberikan pada lansia, makanan harus sesuai dengan pencernaan dan pembatasan konsumsi makanan tinggi purin, jika tidak hal ini akan menimbulkan masalah yang serius. Salah satu obat tradisional yang dapat digunakan untuk menurunkan kadar asam urat yaitu rebusan daun salam karena kandungannya yang dapat menurunkan kadar asam urat dan juga karena kepatuhan dan keteraturan responden dalam meminum air rebusan daun salam selama 1-2 minggu dengan frekuensi 1-2 kali sehari. Selain dari pengaruh pemberian air rebusan daun salam, kadar asam urat lansia akan menurun dengan sangat cepat jika responden mampu mengontrol makanannya dengan cukup baik. Hal ini dapat digunakan sebagai salah satu terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan kadar asam urat. Jadi dapat

disimpulkan bahwa dengan mengkonsumsi rebusan daun salam secara teratur dan sesuai dengan aturan yang dianjurkan maka dapat menurunkan kadar asam urat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aspiani, Y. R. (2014) *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Aplikasi Nanda, Nic dan Noc*, Trans Info Media.
- Fitria, Nita. 2020. *Prinsip Dasar dan Aplikasi Penulisan Laporan Pendahuluan dan Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Fitriana, Rahmatul. 2015. *Cara Cepat Usir Asam Urat*. Yogyakarta: Medika
- Pengetahuan Lansia tentang Diet Asam Urat di Wilayah Kerja Puskesmas Kertasemaya Tahun 2018*, Jurnal Surya.
- Jaliana, Suhadi and L. O. M. Sety (2018) *'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun Di RSUD Batheramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017'*, Jimkesmas, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, 3(2).
- Leokuna, W. I. and Malinti, E. (2020) *'Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Asam Urat pada Orang Dewasa di Oesapa Timur'*, Nursing Inside Community, 2(3).
- Marlinda, R. and Putri Dafriani (2019) *'Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pasien Arthritis Gout'*, Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory, 2(1).

Nursalam. (2020). *Penulis Literature Review Dan Systematic Review Pada Pendidikan Kesehatan (Contoh)*. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

Syahadat, A. and Vera, Y. (2020) '*Penyuluhan Tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Herbal Untuk Penyakit Asam Urat di Desa Labuhan Labo*', Jurnal Education and Development, 8(1).

World Health Organization. (2019) *World Health Statistics 2018*: World Health Organization