

## **ANALISIS PENERAPAN REBUSAN DAUN SALAM DALAM MENURUNKAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DENGAN ASAM URAT**

**Cut Rahmiati<sup>1</sup>, Eva Vitria**

<sup>1,2</sup> Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh  
Email : rahmiechoet@gmail.com

### **ABSTRAK**

Asam urat merupakan penyakit muskuloskeletal yang disebabkan oleh menurunnya fungsi kerja ginjal sehingga mengakibatkan penurunan ekskresi asam urat dalam tubulus ginjal dalam bentuk urin. Kadar asam urat yang tinggi dalam tubuh akan membentuk kristal yang dapat menghambat kerja dari ginjal sehingga menimbulkan ketidakmampuan ginjal dalam mengeluarkan zat asam urat secara seimbang sehingga terjadi kelebihan dalam darah. Kelebihan zat asam urat ini akhirnya menumpuk di persendian-sendian termasuk ginjal dalam bentuk kristal-kristal atau terjadinya batu ginjal. Salah satu terapi alternatif untuk menurunkan kadar asam urat yaitu rebusan daun salam. Kandungan yang terdapat dalam daun salam dapat menghambat aksi dari enzim xanthine oxidase, sehingga pembentukan asam urat dalam tubuh terhambat serta dipengaruhi juga oleh kandungan lainnya yang bersifat diuretic yang memproduksi urin lebih banyak sehingga asam urat keluar melalui urin. Tujuan *literature review* ini menggambarkan analisis penerapan pemberian rebusan daun salam dalam penurunan kadar asam urat pada lansia dengan asam urat. Desain dalam penelitian ini adalah *literature review*. Metode yang dilakukan dengan studi ini dengan menganalisis *literature* yang berkaitan dengan rebusan daun salam dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia dengan asam urat dari data base *google scholar* secara studi empiris dalam 10 tahun terakhir sebanyak 5 jurnal yang sesuai dengan judul penelitian. Hasil penelitian berdasarkan *literature review* menunjukkan bahwa penerapan rebusan daun salam dapat menurunkan kadar asam urat pada lansia. Sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagian salah satu referensi tambahan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan keperawatan gerontik. Dengan demikian diharapkan rebusan daun salam dapat di terapkan perawat sebagai strategi pelaksanaan dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia dengan asam urat

**Kata kunci:** Lansia, Menurunkan Kadar Asam Urat, Rebusan Daun Salam

### **ABSTRACT**

Gout is a musculoskeletal disease caused by decreased kidney function, resulting in decreased excretion of uric acid in the kidney tubules in the form of urine. High levels of uric acid in the body will form crystals that can inhibit the work of the kidneys, causing the kidneys to be unable to excrete uric acid in a balanced manner, resulting in excess in the blood. Excess uric acid eventually accumulates in the joints including the kidneys in the form of crystals or the occurrence of kidney stones. One alternative therapy to reduce uric acid levels is bay leaf decoction. The content contained in bay leaves can inhibit the action of the xanthine oxidase enzyme, so that the formation of uric acid in the body is inhibited and is also influenced by other diuretic ingredients that produce more urine so that uric acid comes out through the urine. The purpose of this literature review is to describe the analysis of the application of bay leaf decoction in reducing uric acid levels in the elderly with gout. The design in this study is a literature review. The method used in this study is to analyze the literature related to the decoction of bay leaves in reducing uric acid levels in the elderly with gout from the google scholar data base in an empirical study in the last 10 years as many as 5 journals according to the research title. The results of the study based on a literature review showed that the application of bay leaf decoction could reduce uric acid levels in the elderly. So that the results of this study can be used as part of an additional reference in developing knowledge in the field of gerontic nursing education. Thus, it is hoped that the bay leaf decoction can be applied by nurses as an implementation strategy in reducing uric acid levels in the elderly with gout

**Keywords:** Elderly, Lowering Uric Acid Levels, Salam Leaf Decoction

## PENDAHULUAN

Lansia merupakan seorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas, dimana pada masa ini seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental dan social sedikit demi sedikit sehingga tidak dapat melakukan tugasnya secara mandiri (Kholifah, 2016)

Adapun aspek perubahan kondisi fisik pada lansia diantaranya adalah menurunnya kemampuan muskuloskeletal kearah yang lebih buruk. Hal ini disebabkan oleh menurunnya fungsi kerja ginjal sehingga mengakibatkan penurunan eksresi asam urat dalam tubulus ginjal dalam bentuk urin. Selain itu, akibat proses penuaan terjadi penurunan produksi enzim urikenase sehingga pembuangan asam urat menjadi terhambat (Fatimah, 2007)

Penyakit asam yang diakibatkan karena penimbunan Kristal monosodium urat didalam tubuh. Asam urat merupakan hasil dari pemecahan sel yang terdapat di dalam darah. Asam urat terbentuk Kristal-kristal yang merupakan hasil akhir metabolisme purin, yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat pada inti sel-sel tubuh yang kadarnya tentu tidak boleh berlebihan. Adapun yang merupakan penyebabnya adalah makanan atau senyawa lain yang mengandung kadar purin (Ode, 2013).

Prevelensi asam urat di dunia menurut World Health Organization (2018),

mengalami kenaikan dengan jumlah 1370 (33,3%). Prevalensi asam urat juga meningkat pada kalangan orang dewasa di Inggris sebesar 3,2 % dan Amerika Serikat sebesar 3,9 % (Kuo; Grainge; Zhang; Doherty, 2015 dalam Ndede, Oroh, dan Bidjuni, 2019)

Pada Riskesdas (2018) menjelaskan sekitar 7,30% masyarakat Indonesia mengalami asam urat, dan dari hasil data yang didapatkan penyakit asam urat ini tertinggi di wilayah provinsi Aceh sehingga mencapai sekitar 13,26% dan urutan kedua diikuti oleh provinsi Bengkulu mencapai sekitar 12,11 selanjutnya urutan ketiga ada di provinsi Bali 10,46%.

Penanganan asam urat dapat dilakukan Secara farmakologi maupun non farmakologi. Pengobatan non farmakologi memiliki efek samping yang relatif kecil dibandingkan farmakologi yang mengandung zat kimia. Adapun non farmakologi salah satu tanaman yang mampu menurunkan kadar asam urat dalam darah yaitu salah satunya tanaman daun salam, daun salam memiliki rasa yang bersifat kelat, wangi dan sirkulasi (Tari, Salwaman, dan Yudowaluyo, 2017). Adapun keuntungan dari penggunaan obat herbal atau biasa disebut non farmakologi pada prinsipnya adalah efek samping yang relative kecil dibandingkan obat modern. Salah satu tanaman yang mampu menurunkan kadar asam urat dalam darah adalah tanaman daun salam, daun salam memiliki sifat kelat, wangi

dan memiliki sirkulasi (Tari, Salwaman, dan Yudowaluyo, 2017).

Daun salam mengandung flavonoid yang diyakini menurunkan kadar asam urat dalam darah. Flavonoid dapat menghambat aksi dari enzim *xanthine oxydase* sehingga pembentukan asam urat terhambat. Dengan cara setiap hari diminum selama 1 (satu) minggu lamanya (Suruana, 2014 dalam Febriyanti dan Andika, 2018)

Dari hasil penelitian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “**Analisis Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia**”

## **METODE PENULISAN**

Studi ini adalah *literature review* dengan menggunakan *PICO frame work*, metode pengumpulan data dari studi pencarian data base melalui *Google Scholar* berbentuk jurnal penelitian dan artikel review dalam 10 tahun terakhir..

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Dari hasil ke 5 jurnal yang sudah dianalisis oleh penulis didapatkan bahwa penerapan rebusan daun salam efektif dalam penurunan kadar asam urat pada lansia dengan asam urat. Pada penelitian Febriyanti, dan Andika (2018) hasil dari penelitian tersebut 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 *p value* 0,000 ( $\alpha$  0,05).

Pada penelitian Aprillia (2018) hasil penelitian sebelum memberikan air rebusan daun salam seluruh lansia memiliki kadar asam urat tidak normal sebanyak 30 lansia (100%). Setelah pemberian air rebusan daun salam hamper seluruh lansia memiliki kadar asam urat normal sebanyak 26 lansia (86,7%) Uji statistic *Wilcoxon*  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ .

Pada penelitian Haziawati (2014) Hasil dari data tersebut selisih antara kelompok intervensi dan kelompok control menunjukkan nilai *p* yaitu 0,007 ( $p,0.05$ ), artinya ada perbedaan kadar asam urat pada kelompok control dan kelompok intervensi.

Hasil penelitian oleh Tari, Salesman & Yudowaluyo (2017) menunjukkan bahwa rata-rata kadar asam urat sebelum pemberian air rebusan daun salam adalah sebesar 6,66 mg/dl pada kelompok kontrol dan 8,24 mg/dl pada kelompok perlakuan. Sedangkan rata-rata kadar asam urat sesudah diberikan rebusan daun salam yaitu 7,07 mg/dl. Berdasarkan hasil uji statistik simple paired T Tes dimana nilai  $p = 0.00 < \alpha = 0.05$ .

### **PEMBAHASAN**

Berdasarkan *literature review* yang peneliti lakukan terhadap 5 jurnal, didapatkan hasil bahwa terjadinya penurunan kadar asam urat pada lansia setelah diberikan rebusan daun salam. Hal ini dikarenakan daun salam

mengandung flavonoid yang dapat mengeluarkan Kristal-kristal dalam darah melalui urin yang diyakini menurunkan kadar asam urat dalam darah.

Menurut asumsi penulis, penerapan terapi pemberian air rebusan daun salam ini telah menunjukkan perbedaan yang signifikan terhadap kadar asam urat. Asam urat sering terjadi pada lansia karena faktor penuaan dan tidak menjaga pola makan yang tidak sehat. Secara non farmakologi, rebusan daun salam efektif dalam menurunkan kadar asam urat karena daun salam ini mengandung substansi-substansi bioaktif sehingga berpengaruh baik terhadap kadar asam urat dalam darah. Adapun kandungan daun salam ini flavonoid, tanin, minyak atsiri, seskuiterpen, triterpenoid, fenol, steroid, sitral, lakton, saponin, dan karbohidrat. Selain itu daun salam juga mengandung beberapa vitamin, di antaranya vitamin C, vitamin A, Thiamin, Riboflavin, Niacin, vitamin B6, vitamin B12, dan folat. Bahkan mineral seperti selenium terdapat di dalam kandungan daun salam. Jika tidak menjaga pola makan atau makan makanan yang tinggi purin juga dapat kadar asam urat semakin meningkat.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan beberapa literature yang telah di review dan telah dianalisa, dapat disimpulkan bahwa penerapan rebusan daun salam ini efektif dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia yang menderita asam

urat karena daun salam ini memiliki sifat dieuretik sehingga memperbanyak produksi urin yang akan dikeluarkan dari dalam tubuh akibat sisa metabolisme dan dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah. Rebusan daun salam ini juga efektif dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia yang menderita asam urat karena memiliki kandungan zat kimia yang berupa flavonoid, tannin, polifenol, minyak atsiri vitamin B dan vitamin C.

## **SARAN**

1. Lansia  
Pasien dan keluarga semakin mengetahui manfaat rebusan daun salam
2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan  
Menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam mengetahui efek dari rebusan daun salam dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia dengan asam urat
3. Penulis selanjutnya  
Dijadikan acuan atau referensi prosedur rebusan daun salam pada penerapan rebusan daun salam dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia dengan asam urat
4. Institusi Akper Kesdam IM BandaAceh

Dijadikan informasi bagi institusi dalam meningkatkan ilmu dan wawasan dibidang Keperawatan medikal bedah dan gerontik dalam metode studi kasus *Literature Review*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, P. E. (2018) Pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia. Skripsi. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cedekia* Medika, Jombang
- Darusalam, M. & Rukmi, K. D. (2016) Peran air rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) dalam menurunkan kadar asam urat. *Media Ilmu Kesehatan*. Vol. 5, No. 2
- Effendi. S. (2017). Pengaruh kombinasi daun salam dan jahe terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis. Skripsi. *Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga*, Surabaya.
- Fatimah, (2017). *Merawat manusia lanjut usia suatu pendekatan proses keperawatan gerontik*. Jakarta: Trans Info Media *Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan 'Aisyiyah*, Yogyakarta.
- Kholifah, S. N. (2016). Modul bahan ajar cetak keperawatan: *Keperawatan gerontik*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Muhajidullah, Khalid. (2016). *Keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Ndede. P. L. Z. V. Oroh. W. Bidjuni. H. (2019). Pengaruh pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di wilayah kerja puskesmas ranotana weru. *E-Jurnal Keperawatan (E-Kp)*. Volume 7 Nomor 1, Februari 2019
- Ode, s. I. (2012). *Asuhan keperawatan gerontik berdasarkan nanda nic dan noc dilengkapi teori dan contoh kasus askep*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pitra, I. A. (2017). Gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku lansia terhadap kesehatan didesa bonthobangun kecamatan riau ale kabupaten bulu kumba. Skripsi. *Fakultas Keperawatan Universitas Hasanudin*, Makasar
- Riskesdas, (2018). *Hasil utama riskesdas*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/download/2896/22592>. Diakses tanggal 28 november 2019.
- Tari, S. Salesman, S. Yudowaluyo, A. (2017). Pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia dipanti social penyantunan lanjut usia budiagung kota kupang. *Stikes Citra Husada, Mandiri Kupang*.