

## PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN SALAM UNTUK MENURUNKAN KADAR ASAM URAT PADA PENDERITA GOUT ARTRITIS DI PUSKESMAS KENDALKEREP MALANG

Abdul Hanan<sup>1</sup>, Lucia Retnowati<sup>2</sup>, Eddi Sudjarwo<sup>3</sup>, Tita Dewan<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Poltekkes Kemenkes Malang

Correspondence author's email: [abdulhananmolla@gmail.com](mailto:abdulhananmolla@gmail.com)

### Abstract :

**Introduction** Gout arthritis, caused by the accumulation of uric acid crystals in the joints, is increasingly common. This condition is influenced by unhealthy dietary habits, a sedentary lifestyle, and limited knowledge of natural treatments such as bay leaf decoction, which possesses anti-inflammatory and diuretic properties. **Method** this research is a descriptive case study involving two subjects with gout arthritis in the working area of Kendalkerep Health Center, Malang City. The intervention involved administering 200 ml of bay leaf decoction twice daily (morning and evening) for seven consecutive days. The decoction was prepared using 10 fresh bay leaves boiled in 600 ml of water until it was reduced to 300 ml. Uric acid levels were measured before and after the intervention. **The Result** after seven days of intervention, subject 1 showed a decrease in uric acid levels from 7.9 mg/dL to 4.2 mg/dL (a reduction of 3.7 mg/dL), while subject 2 experienced a decrease from 8.1 mg/dL to 4.8 mg/dL (a reduction of 3.3 mg/dL). **Conclusion** Consuming bay leaf decoction has been proven to lower uric acid levels in individuals with gout arthritis. Further research is recommended to explore other herbal therapies such as ginger water or soursop leaf decoction as alternative natural treatments.

**Keywords:** Gout Arthritis, Uric Acid, Bay Leaf

### Abstrak :

Pendahuluan gout artritis, yang disebabkan oleh penumpukan kristal urat di sendi, semakin sering ditemui. Hal ini dipengaruhi oleh pola makan tidak sehat, gaya hidup sedentari, dan kurangnya pengetahuan mengenai pengobatan alami seperti air rebusan daun salam yang memiliki sifat anti-inflamasi dan diuretik. Metode penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif dengan dua subyek penderita gout artritis di wilayah kerja Puskesmas Kendalkerep, Kota Malang. Intervensi dilakukan dengan pemberian air rebusan daun salam sebanyak 200 ml dua kali sehari (pagi dan sore) selama tujuh hari. Rebusan dibuat dari 10 lembar daun salam segar dalam 600 ml air hingga tersisa 300 ml. Kadar asam urat diukur sebelum dan sesudah intervensi. Hasil setelah tujuh hari intervensi, subyek 1 mengalami penurunan kadar asam urat dari 7,9 mg/dL menjadi 4,2 mg/dL (penurunan 3,7 mg/dL), sedangkan subyek 2 dari 8,1 mg/dL menjadi 4,8 mg/dL (penurunan 3,3 mg/dL). Kesimpulan konsumsi air rebusan daun salam terbukti dapat menurunkan kadar asam urat pada penderita gout artritis. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi terapi herbal lain seperti air jahe atau rebusan daun sirsak sebagai alternatif pengobatan alami.

Kata Kunci : Gout Arthritis, Asam Urat, Daun Salam

### PENDAHULUAN

Gout Arthritis yang diakibatkan oleh penumpukan endapan asam urat pada sendi (hiperurisemia), semakin sering ditemui di masyarakat, biasanya dipicu oleh perilaku konsumsi yang buruk dan kebiasaan hidup yang kurang aktif, sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman bagi penderitanya (Wati et al., 2022).

Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat alternatif alami, seperti air rebusan daun salam yang dikenal memiliki sifat anti-inflamasi dan diuretik, menghambat mereka untuk memanfaatkan solusi yang lebih aman dan berdaya guna dalam mengelola kadar asam urat.

Tingkat kejadian penyakit asam urat di Indonesia terus meningkat, dengan data Riskesdas 2018 yang mencatatkan prevalensi diagnosis asam urat sebesar 11,9% dan prevalensi gejala mencapai 24,7%. Di Jawa Timur, prevalensi gout tercatat 17%, sementara 67,51% lansia di atas 60 tahun mengalami ketergantungan mandiri akibat penyakit sendi. Data Riskesdas 2018 juga menunjukkan terdapat 111.045 penderita penyakit sendi di Jawa Timur, yang berjumlah 6,72% dari populasi, dengan angka prevalensi gout arthritis di Kota Malang tercatat sebesar 13,5%, sementara di Kabupaten Malang mencapai 10% (Dewi Lestari et al., 2024).

Untuk menurunkan kadar asam urat, diperlukan terapi klinis dan non-klinis, di mana pengobatan klinis menggunakan obat-obatan seperti allopurinol dan pereda peradangan non-steroid yang berisiko meningkatkan perdarahan saluran cerna. Di sisi lain, terapi komplementer non-farmakologi juga berperan penting, memberikan manfaat ekonomi bagi pasien dengan penyakit kronis yang membutuhkan pengobatan rutin. Salah satu alternatif alami adalah daun salam (*Syzygium polyanthum* Wight), yang mengandung senyawa aktif salah satunya ialah minyak atsiri terutama eugenol, yang memiliki efek diuretik, meningkatkan produksi urin, serta mengurangi kandungan asam urat. (Nuranti et al., 2020).

Studi oleh Darussalam (2018) juga menunjukkan bahwa konsumsi air rebusan dari daun salam menurunkan kandungan asam urat dalam rentang 6 hingga 11,2 mg/dl, yang biasanya meningkat akibat konsumsi makanan tinggi purin atau gangguan kerja ginjal. Penurunan kandungan asam urat ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2016), yang menunjukkan bahwa air rebusan dari daun salam bermanfaat dalam menurunkan kandungan asam urat. Penelitian Cumayunaro (2017) juga menunjukkan hasil bermakna dengan p-value 0,000, yang membuktikan adanya penurunan kadar asam urat setelah konsumsi air rebusan daun salam. (Wulandari et al., 2023).

Dari pernyataan tersebut pentingnya untuk dilakukan penelitian mengenai "Pemberian Air Rebusan Daun Salam Untuk Mengetahui Perubahan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Kendalkerep Malang." Alasan penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kendalkerep Kota Malang, karena survei selama praktik klinik sebelumnya menunjukkan tingginya potensi kasus asam urat di wilayah tersebut. Lokasi ini relevan untuk penelitian lebih lanjut mengingat prevalensi yang cukup tinggi.

## **METODE**

## **Desain Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti menerapkan metode penelitian studi kasus deskriptif. Studi kasus deskriptif merupakan jenis penelitian yang menyajikan uraian tentang sebuah kasus spesifik, di mana peneliti diharuskan untuk melakukan penilaian dengan mengaplikasikan teori deskriptif guna menjelaskan hasil penelitian secara mendetail. Penelitian studi kasus ini akan mengukur kandungan asam urat baik sebelum maupun setelah pemberian air rebusan daun salam.

Subyek penelitian pada studi kasus ini adalah menggunakan dua subyek yang berasal dari dua pasien dengan masalah gout arthritis di Puskesmas Kendalkerep Kota Malang yang diteliti secara detail. Subyek kasus dimasukkan kriteria inklusi sebagai berikut :

1. Pasien laki-laki dewasa usia 40-60 tahun yang mengalami gout arthritis
2. Pasien yang berkenan menjadi subjek
3. Pasien merupakan penderita gout arthritis yang menjalani perawatan di Puskesmas Kendalkerep Kota Malang
4. Pasien didiagnosis dengan gout arthritis oleh dokter dan dibuktikan dengan catatan medis milik pasien

## **Analisis Data dan Penyajian Data**

Analisis pada penelitian ini dilakukan secara deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan terkait dengan pemberian air rebusan daun salam untuk menurunkan kandungan asam urat pada penderita gout arthritis. Dalam penelitian ini, analisis kadar asam urat sebelum dan setelah pemberian air rebusan daun salam sangat penting untuk mengevaluasi perlakuan terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis dengan aspek kadar asam yang meningkat atau kadar asam urat yang menurun.

Penyajian data dalam penelitian ini disusun untuk memudahkan pembaca dalam memahami hasil, dengan menggunakan kombinasi tabel, grafik, dan narasi deskriptif. Data disajikan dalam bentuk tabel untuk menunjukkan kadar asam urat responden sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun salam selama satu minggu. Selanjutnya, grafik garis digunakan untuk menggambarkan perubahan kadar asam urat, apakah mengalami peningkatan, penurunan, atau tetap. Selain itu, narasi deskriptif digunakan untuk menjelaskan setiap grafik dan tabel secara rinci, sehingga pembaca dapat memahami konteks dan makna dari data yang disajikan.

## **PEMBAHASAN**

Dijelaskan mengenai temuan dan analisis dari studi kasus mengenai perubahan kadar asam urat dengan pemberian terapi air rebusan daun salam

pada penderita gout arthritis di wilayah kerja Puskesmas Kendalkerep, yang dilakukan pada 2 responden, yaitu Tn. B dan Tn. R yang dilakukan dengan metode observasi sekaligus wawancara secara langsung pada kedua subjek penelitian. Penelitian Karya Tulis Ilmiah ini penulis memilih lokasi penelitian di Puskesmas Kendalkerep yang beralamat Jl. Sulfat No. 100, Kelurahan Bunulrejo, Kecamatan Blimbing, Kota Malang. Penelitian ini dilaksanakan pada rentang waktu 19 April - 12 Mei 2025

**Table 1 Gambaran Umum Subyek Penelitian**

<b>Indikator</b>	<b>Subyek 1</b>	<b>Subyek 2</b>
<b>Nama</b>	Tn. B	Tn. R
<b>Usia</b>	51 Tahun	56 Tahun
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki-Laki	Laki-laki
<b>Agama</b>	Islam	Katolik
<b>Pendidikan</b>	SMA/Sederajat	S1
<b>Pekerjaan</b>	Pedagang	Teknisi
<b>Kadar Asam Urat Terakhir di Puskesmas</b>	7,9 mg/dL	8,1 mg/dL
<b>Alamat</b>	Jl. GS, Kelurahan J, Kecamatan B	Jl. S No.10, Kelurahan P, Kecamatan B

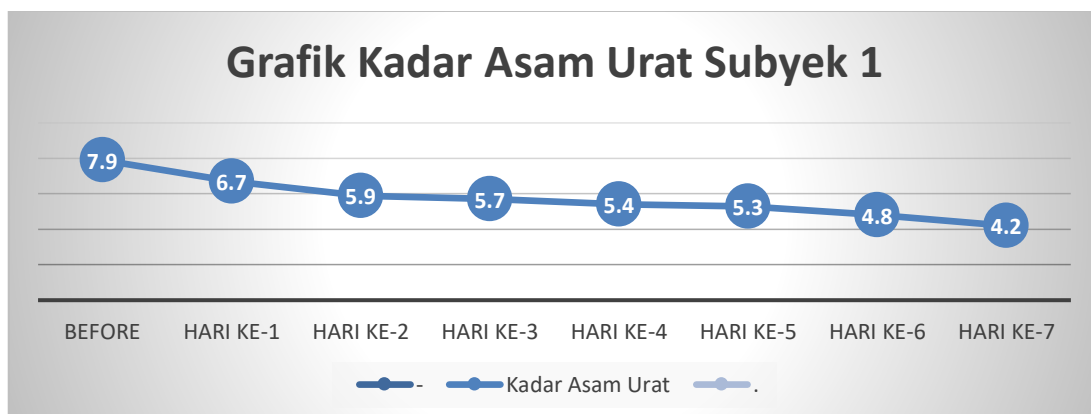
Penelitian ini melibatkan dua subyek dengan gout arthritis, yaitu Tn. B (51 tahun, pedagang, beragama Islam, pendidikan SMA) dan Tn. R (56 tahun, teknisi, beragama Katolik, pendidikan S1). Tn. B tidak memiliki riwayat keluarga gout, telah didiagnosis dua bulan sebelumnya, rutin mengonsumsi Allopurinol 100 mg, memiliki pola makan tinggi purin, merokok enam batang per hari, dan mulai mengonsumsi air rebusan daun salam sehari sebelum penelitian dimulai (17-25 April 2025), tanpa penyakit penyerta. Sementara itu, Tn. R memiliki riwayat keluarga gout, didiagnosis empat hari sebelum penelitian (6-12 Mei 2025), juga rutin mengonsumsi Allopurinol, memiliki riwayat kolesterol tinggi dan hipertensi, serta pola makan tidak sehat meskipun tidak merokok maupun minum alkohol. Ia belum pernah mencoba terapi herbal daun salam sebelum penelitian. Berdasarkan perbedaan pola konsumsi, gaya hidup, dan pengetahuan

tentang terapi herbal, studi kasus dilakukan selama satu minggu sesuai jadwal masing-masing subyek.

### Perubahan Kadar Asam Urat

Pelaksanaan intervensi menggunakan air rebusan daun salam dilakukan selama tujuh hari berturut-turut, dimulai pada 19 April 2025 untuk subyek pertama (Tn. B) dan 6 Mei 2025 untuk subyek kedua (Tn. R). Sebelum intervensi, peneliti mengadakan sesi negosiasi dengan masing-masing subyek terkait metode konsumsi. Tn. B menyampaikan bahwa ia telah mencoba mengonsumsi air rebusan daun salam secara mandiri sehari sebelum intervensi dimulai, meskipun belum mengikuti prosedur dari peneliti. Sebaliknya, Tn. R belum pernah mengonsumsi air rebusan daun salam sebelumnya.

Peneliti awalnya menawarkan pembuatan air rebusan secara langsung untuk menjaga kualitas dan dosis yang seragam, namun kedua subyek memilih membuatnya sendiri di rumah masing-masing. Pembuatan dilakukan sesuai standar operasional prosedur (SOP) yang telah dijelaskan secara rinci oleh peneliti. Selama masa intervensi, masing-masing subyek mengonsumsi 200 ml air rebusan daun salam dua kali sehari, pada pagi dan sore hari. Berikut ini disajikan grafik kadar asam urat subyek 1:



**Gambar 1 Grafik Kadar Asam Urat Subyek 1**

Subyek pertama, Tn. B (51 tahun), seorang pedagang yang telah didiagnosis menderita gout arthritis sejak dua bulan sebelumnya, memulai intervensi pada tanggal 19 April 2025. Berdasarkan hasil wawancara, Tn. B menyampaikan keluhan:

*“Saat ini saya merasakan linu pada lengan kiri atas.”*

Tn. B juga menyebutkan bahwa sebelumnya sering mengonsumsi jeroan dan gorengan, merokok sekitar 6 batang per hari, dan mengonsumsi air putih sekitar 2,5 liter per hari.

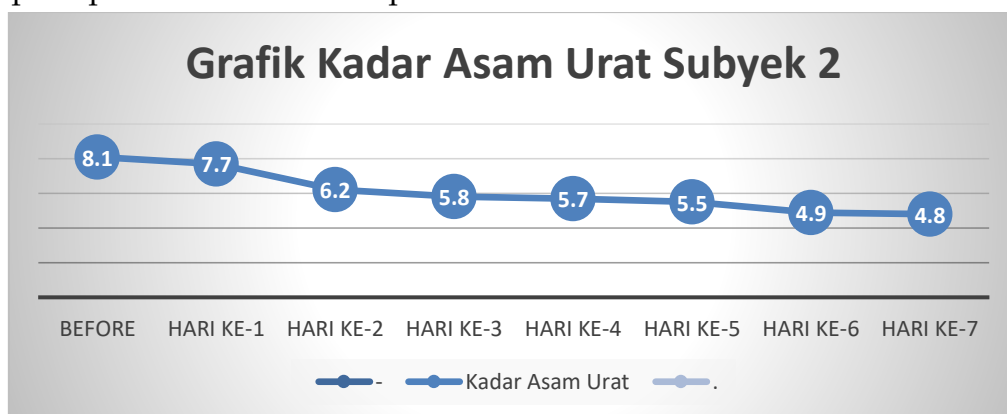
Tn. B menyatakan bahwa sehari sebelum penelitian dimulai, beliau telah mencoba mengonsumsi air rebusan daun salam menurut informasi dari tetangganya:

*“Kemarin saya coba minum air rebusan daun salam karena katanya bisa menurunkan asam urat.”*

Selama intervensi, Tn. B menunjukkan kepatuhan yang baik terhadap SOP yang diberikan, bahkan memutuskan untuk menghentikan konsumsi obat allopurinol 100 mg yang sebelumnya rutin ia minum:

*“Setelah tiga hari minum air rebusan daun salam, rasa linu mulai hilang, jadi saya tidak lanjut minum obat lagi.”*

Kadar asam urat Tn. B menurun dari 7,9 mg/dL menjadi 4,2 mg/dL selama tujuh hari intervensi, dengan penurunan terbesar pada tiga hari pertama dan tren stabil hingga hari ketujuh. Penurunan sebesar 3,7 mg/dL ini menunjukkan respons positif tubuh terhadap intervensi.



**Gambar 2 Grafik Kadar Asam Urat Subyek 2**

Subyek kedua, Tn. R (56 tahun), seorang teknisi yang baru didiagnosis gout arthritis empat hari sebelum pelaksanaan intervensi, memulai terapi pada tanggal 6 Mei 2025. Berdasarkan hasil wawancara, Tn. R menyampaikan keluhan:

*“Saat ini saya merasakan linu pada pergelangan tangan kanan dan leher terasa kaku.”*

Tn. R memiliki riwayat keluarga dengan gout arthritis (ayah), serta memiliki riwayat penyakit penyerta yaitu kolesterol dan hipertensi. Pola makan Tn. R juga menunjukkan kecenderungan konsumsi tinggi purin:

*“Saya sering makan gorengan, olahan daging merah, dan makanan bersantan.”*

Selama intervensi, Tn. R tetap melanjutkan konsumsi obat allopurinol 100 mg, mengingat belum memiliki pengalaman sebelumnya dalam penggunaan terapi herbal:

*“Saya belum pernah coba daun salam, jadi tetap lanjut minum obat dulu sambil coba air rebusan ini.”*

Kadar asam urat Tn. R menurun dari 8,1 mg/dL menjadi 4,8 mg/dL dalam tujuh hari, dengan total penurunan 3,3 mg/dL. Grafik menunjukkan penurunan tajam di awal, kemudian melandai namun tetap konsisten hingga akhir intervensi. Berikut disajikan lebih rinci table pre dan post intervensi pemberian air rebusan daun salam.

Subyek	Kadar Asam	Kadar Asam	Selisih
	Urat Pre	Urat Post	
Tn. B	7,9 mg/dL	4,2 mg/dL	3,7
Tn. R	8,1 mg/dL	4,8 mg/dL	3,3

**Table 2 Pre-Post Intervensi Pemberian Air Rebusan Daun Salam**

Gout arthritis merupakan gangguan metabolik yang disebabkan oleh penumpukan asam urat akibat kombinasi faktor primer seperti genetik dan hormonal, serta faktor sekunder seperti pola makan tinggi purin dan gaya hidup tidak sehat (Anjani Putri et al., 2021). Kedua subyek berjenis kelamin laki-laki, berusia 51 dan 56 tahun, berada dalam kelompok usia rentan (40–60 tahun) yang cenderung memiliki prevalensi tinggi gout karena rendahnya kadar hormon estrogen protektif (Nicken, 2024).

Sebelum intervensi, kadar asam urat subyek 1 tercatat 7,9 mg/dL dan subyek 2 sebesar 8,1 mg/dL, keduanya melebihi batas normal  $\geq 7$  mg/dL dan dikategorikan skor 4 dan 5, yang mencerminkan kondisi hiperurisemia sedang hingga tinggi (Anjani Putri et al., 2021). Riwayat keluarga pada subyek 2 serta kebiasaan merokok dan konsumsi makanan berlemak pada subyek 1 menjadi faktor pemicu utama peningkatan kadar asam urat.

Setelah tujuh hari mengonsumsi air rebusan daun salam, kadar asam urat subyek 1 menurun signifikan dari 7,9 menjadi 4,2 mg/dL. Penurunan ini didukung oleh senyawa aktif seperti flavonoid, kuersetin, eugenol, dan tanin yang bersifat antioksidan dan diuretik. Grafik menunjukkan tren penurunan stabil tanpa fluktuasi, sejalan dengan hasil penelitian oleh Andriani (2016), Cumayunaro (2017), dan Wulandari et al. (2023) yang menunjukkan efektivitas daun salam dalam menurunkan kadar asam urat.

Subyek 2 juga menunjukkan penurunan dari 8,1 mg/dL menjadi 4,8 mg/dL. Kandungan kuersetin dan tanin pada daun salam diduga membantu menghambat

enzim xantin oksidase dan meningkatkan ekskresi ginjal (Aryani et al., 2020; Wahyuni Adriani et al., 2021a). Respons klinis positif seperti hilangnya nyeri sendi dan kekakuan leher memperkuat data biokimia, menunjukkan manfaat sistemik dari terapi ini pada penderita hiperurisemia.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, di antaranya ketidakmampuan peneliti memantau konsumsi makanan subyek selama 24 jam, yang berpotensi memengaruhi kadar asam urat. Selain itu, pembuatan rebusan dilakukan mandiri oleh subyek, sehingga tidak dapat dipastikan sepenuhnya sesuai SOP. Faktor-faktor ini dapat memengaruhi konsentrasi senyawa aktif dan variabilitas hasil terapi yang tercatat.

## KESIMPULAN

Kedua subyek dalam penelitian ini menjalani intervensi selama tujuh hari dengan mengonsumsi air rebusan daun salam sesuai standar operasional prosedur, yakni 200 ml dua kali sehari (pagi dan sore), yang dibuat dari 10 lembar daun salam segar direbus dalam 600 ml air hingga tersisa setengahnya. Subyek pertama yang memiliki kadar asam urat awal 7,9 mg/dL mengalami penurunan signifikan menjadi 4,2 mg/dL, sementara subyek kedua menurun dari 8,1 mg/dL menjadi 4,8 mg/dL. Konsistensi waktu dan dosis konsumsi terbukti menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan intervensi. Hasil ini menunjukkan respons tubuh yang positif terhadap konsumsi rutin air rebusan daun salam dalam waktu singkat, serta mengindikasikan potensi daun salam sebagai alternatif alami dalam pengelolaan kadar asam urat pada penderita gout arthritis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anjani Putri, M., Firsty Puspita Krishna, L., Diploma Tiga Keperawatan, P., Keperawatan Pasar Rebo, A., & Keperawatan Komunitas, D. (2021). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Arthritis Gout. *Buletin Kesehatan*, 5(1).
- Dewi Lestari, P., Prastiwi, S., Septyasih, R., Kemenkes Malang Jl Besar Ijen, P., & Malang, K. (2024). *Implementasi Kompres Hangat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Gout (Study Kasus)*.
- Nicken, S. (2024). *Asuhan Keperawatan Keluarga Ny. M dan Ny. S Pada Gerontik Dengan Arthritis Gout Yang Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis Di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon*.
- Nuranti, Z., Maimaznah, M., & Anggraini, A. A. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dan Pemberian Daun Salam Pada Pasien Dengan Asam Urat di Wilayah RT 10 Kelurahan Murni. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(1), 50. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i1.90>
- Wahyuni Adriani, S., Firdausi, M., Eka Wahyudi, D., Dwi Anggraeni, F., Tri Sutrisno, G., Jannah, Z., Nuryasin, M., Ilmu Kesehatan, F., &

- Muhammadiyah Jember, U. (2021a). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dan Konsumsi Air Rebusan Daun Salam Terhadap Pengendalian Asam Urat*. 4(2).
- Wati, Y., Susanti K, & Sari, I. (2022). *Efektifitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Puskesmas Rejosari Pekanbaru*. 11. <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/keperawatan/>