



Penyuluhan Pemanfaatan dan Pembuatan Teh Celup Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) di Desa Bode Lor

Nur Rahmi Hidayati^{1*}, Iin Indawati¹, Indah Setyaningsih¹, Lela Sulastri¹, Sulistiorini Indriaty¹, Didin Ahidin¹, Syakira Putri Nabila¹

¹Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon, Jalan Cideng Indah No. 03, Cirebon, Indonesia, 45153

*Email koresponden: nurrahmihidayati83@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history

Received: 08 Mei 2025

Accepted: 01 Jul 2025

Published: 31 Jul 2025

Kata kunci:

Daun Salam,
Pengetahuan,
Pengobatan Alternatif,
Teh Herbal.

A B S T R A K

Pendahuluan: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dan termasuk penyakit kardiovaskular, yang dapat terjadi pada orang dewasa maupun lansia, sehingga membutuhkan pengobatan yang tepat untuk mencegah terjadinya komplikasi. Pengobatan alternatif dapat dilakukan dengan menggunakan produk herbal. Daun salam merupakan salah satu tanaman obat keluarga yang mudah didapat, biasa digunakan sebagai bumbu masakan. Daun salam memiliki banyak khasiat diantaranya dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah. Studi ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat Desa Bode Lor tentang pemanfaatan dan pembuatan teh daun salam sebagai alternatif pengobatan hipertensi. **Metode:** *Pretest*, penyampaian materi, sesi tanya jawab, dan *posttest*. **Hasil:** Adanya peningkatan pemahaman peserta dimana rata-rata persentase *pretest* peserta sebesar 67% meningkat menjadi 90% pada saat *posttest*. **Kesimpulan:** Pelaksanaan penyuluhan pemanfaatan dan pembuatan teh daun salam di Desa Bode Lor dapat terlaksana dengan baik, dengan hasil akhir menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan.

A B S T R A C T

Keywords:

Alternative Medicine,
Bay Leaves,
Herbal Tea,
Knowledge.

Background: Hypertension is a non-communicable disease and includes cardiovascular disease, which can occur in adults and the elderly, so it requires appropriate treatment to prevent complications. Alternative treatment can be done by using herbal products. Bay leaves are one of the easily available family medicinal plants, commonly used as a cooking spice. Bay leaves have many benefits, including being able to help lower blood pressure. This study aims to provide knowledge to the people of Bode Lor Village about the use and manufacture of bay leaf tea as an alternative treatment for hypertension. **Method:** Pretest, material delivery, question and answer session, and posttest. **Result:** There was an increase in participant understanding where the average percentage of participants in the pretest was 67%, increasing to 90% at the time of the posttest. **Conclusion:** The implementation of counseling on the use and manufacture of bay leaf tea in Bode Lor Village was carried out well, with the final results showing a significant increase in knowledge.



© 2025 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

PENDAHULUAN

Salah satu penyakit kardiovaskular yang tidak menular adalah hipertensi. Pada tahun 2020, di Asia diperkirakan 1,5 juta usia dewasa mengalami hipertensi dan hampir sepertiga dari usia dewasa mengalami hipertensi ([Sartika & Vebi, 2020](#)). Prevalensi hipertensi menurut Riskesdas 2018, prevalensi pada masyarakat umur > 18 tahun mencapai 34,1% dan hipertensi paling banyak terjadi pada kelompok usia 31-44 tahun sekitar 31,6% ([Riskesdas, 2018](#)). Hipertensi merupakan salah satu tantangan yang dialami masyarakat secara global, karena menjadi salah satu faktor risiko pada penyakit kardiovaskuler dan kematian pada usia muda akibat penyakit hipertensi ([Setyaningrum et al., 2024](#)). Hipertensi dapat terjadi di kalangan dewasa dan lansia sehingga membutuhkan perhatian khusus untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Penggunaan obat hipertensi konvensional (kimia) masih banyak digunakan namun memiliki beberapa efek samping, sehingga penderita hipertensi lebih memilih menggunakan obat-obatan tradisional. Kecenderungan masyarakat Indonesia beralih ke alam atau "*Back to Nature*" menjadi salah satu trend kebiasaan hidup kita sekarang ini khususnya untuk menjaga kesehatan tubuh agar tetap sehat ([Hayati et al., 2022](#)). Obat tradisional yang secara empiris berkhasiat dalam terapi hipertensi salah satunya adalah daun salam. Daun salam mudah didapat, dikenal oleh masyarakat Indonesia, dan aman dikonsumsi karena sering digunakan sebagai pelengkap masakan. Daun salam tumbuh menyebar di Asia Tenggara dan sering ditemukan di perkiran rumah. Selain sebagai bumbu dapur daun salam mempunyai beberapa kegunaan untuk kesehatan diantaranya: untuk pengobatan diabetes melitus, gastritis, pruritus, diare, mabuk akibat alkohol, serta hipertensi ([Andoko & Pangesti, 2016](#)). Daun salam memiliki banyak khasiat diantaranya dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah ([Susaldi et al., 2023](#)). Daun salam mengandung metabolit sekunder yang memiliki banyak efek farmakologis untuk mengobati berbagai penyakit diantaranya penurunan tekanan darah, kadar asam urat serta mengobati peradangan ([Haryanto et al., 2023](#)).

Desa Bode Lor merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Plumbon Kabupaten Cirebon. Keunggulan potensi Desa Bode Lor adalah perindustrian atau *home industry* (konveksi), industri rotan, dan wiraswasta. Di Desa Bode Lor banyak ditemukan rumah-rumah yang memproduksi barang seperti kerajinan rotan, dikarenakan masyarakat Desa Bode Lor sebagian besar terjun ke *home industry* ([Peraturan Bupati, 2022](#)). Berdasarkan hasil pengabdian sebelumnya diperoleh hasil bahwa warga Desa Bode Lor mengalami peningkatan pengetahuan tentang khasiat obat tradisional, pembiasaan menanam tanaman obat di sekitar rumah, dan meningkatnya keterampilan pemanfaatan obat herbal ([Hidayati et al., 2023](#)).

Daun salam biasanya digunakan sebagai bumbu masak. Beberapa kegiatan pengabdian yang pernah dilakukan menggunakan daun salam untuk pengobatan dengan cara membuat rebusan daun salam. Pada kegiatan pengabdian di Desa Bode Lor ini kami membuat inovasi pemanfaatan daun salam dalam bentuk teh herbal sehingga dapat meningkatkan keterampilan dengan memanfaatkan tanaman tradisional untuk pengobatan alternatif untuk hipertensi. Teh merupakan salah satu jenis minuman yang banyak digemari oleh masyarakat Indonesia yang menjadikan minuman teh sebagai minuman penyegar sekaligus memiliki khasiat bagi tubuh ([Britany & Sumarni, 2020](#)).

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu memberikan sosialisasi tentang khasiat daun salam sebagai alternatif tanaman obat yang digunakan menurunkan tekanan darah serta dapat dibuat menjadi produk teh herbal. Pembuatan produk teh herbal daun salam ini dapat digunakan langsung oleh masyarakat Desa Bode Lor sebagai alternatif pengobatan untuk

menurunkan tekanan darah dan dapat juga menjadi produk rumahan yang dapat bernilai ekonomi sebagai tambahan pemasukan keluarga.

MASALAH

Desa Bode Lor, Kecamatan Plumbon, Kabupaten Cirebon adalah desa yang cukup makmur dengan kegiatan industrinya. Namun masyarakat disana masih kurang dalam memanfaatkan tanaman tradisional yang dapat digunakan sebagai obat herbal, sehingga masyarakat Bode Lor lebih memilih obat kimia dalam pengobatan sehari-harinya. Berdasarkan studi pendahuluan di Desa Bode Lor, terdapat beberapa penyakit degeneratif yang dialami oleh penduduk disana, diantaranya adalah hipertensi. Beberapa penduduk dengan usia lansia menggunakan obat hipertensi berbahan kimia obat. Untuk meminimalisir penggunaan obat-obatan berbahan kimia tersebut, maka perlu dilakukan sosialisasi penggunaan obat herbal yang dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan diantaranya adalah daun salam yang lebih sering dipakai sebagai bumbu masakan namun memiliki efek menurunkan tekanan darah tinggi. Selain itu daun salam juga dapat dibuat menjadi teh herbal yang dapat digunakan oleh masyarakat sekitar ataupun untuk tujuan peningkatan ekonomi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Senin, 26 Agustus 2024 di Balai Desa Bode Lor, Kecamatan Plumbon, Kabupaten Cirebon, Jawa Barat, yang dihadiri 40 orang yaitu ibu-ibu PKK dan masyarakat Desa Bode Lor. Pada kegiatan ini, kami memberikan penyuluhan pemanfaatan dan pembuatan teh celup herbal daun salam sebagai pengobatan alternatif untuk menurunkan tekanan darah. Metode yang dilaksanakan pada pengabdian kepada masyarakat ini meliputi:

1. Pembuatan simplisia daun salam meliputi: pengumpulan bahan baku, sortasi basah, pencucian dengan alir mengalir, pengeringan hingga daun salam benar-benar kering, sortasi kering dan penyimpanan diwadah tertutup kedap udara.
2. Persiapan perizinan mengadakan acara dan membagikan informasi adanya kegiatan penyuluhan.
3. Pembukaan acara.
4. Pelaksanaan *pre-test*.
5. Penyampaian materi dengan cara presentasi tentang manfaat daun salam sebagai alternatif pengobatan dalam menurunkan tekanan darah.
6. Pelaksanaan sesi tanya jawab.
7. Pelaksanaan *post-test*.
8. Pelaksanaan pembuatan teh celup herbal daun salam. Setelah simplisia daun salam jadi, selanjutnya simplisia daun salam dihancurkan dengan mesin blender hingga menjadi serbuk agak kasar tidak terlalu halus. Kemudian memasukan kedalam *tea bag* dengan bobot serbuk simplisia daun salam seberat 2 gram dan dikemas kedalam kemasan.
9. Penutupan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan pemanfaatan dan pembuatan teh celup daun salam ini dilaksanakan pada hari Senin tanggal 26 Agustus 2024 di Balai Desa Bode Lor, Kecamatan Plumbon, Kabupaten Cirebon yang dihadiri 40 orang yaitu ibu-ibu PKK dan masyarakat sekitar. Pemerintah Desa Bode

Lor sangat memperhatikan kesehatan warganya melalui kegiatan rutin Posyandu lansia diantaranya dengan melakukan pengecekan faktor resiko penyakit tidak menular (PTM). Hal ini menjadikan ajuan penyakit yang sering dialami masyarakat di Desa Bode Lor. Hasil dari pengecekan rutin resiko penyakit tidak menular di posyandu lansia, kebanyakan mengalami hipertensi. Penyuluhan ini sebagai program kerja lanjutan untuk pemanfaatan tanaman tradisional diantaranya yaitu daun salam sebagai obat alternatif untuk hipertensi.

Penyuluhan pemanfaatan dan pembuatan teh celup daun salam ini diawali dengan pembukaan oleh Bapak H. Rofi I selaku Kuwu Desa Bode Lor. Pemberian materi dilakukan dengan cara presentasi tentang manfaat daun salam dan dilanjutkan dengan pembuatan teh celup daun salam seperti yang dapat dilihat pada [Gambar 1 dan 2](#). Efek terapi air rebusan daun salam mampu menurunkan tekanan darah karena adanya kandungan flavonoid yang bermanfaat sebagai antioksidan sehingga dapat mengurangi oksidasi sel tubuh. Semakin tinggi oksidasi sel dalam tubuh, maka semakin tinggi seseorang untuk menderita penyakit darah tinggi. Konsumsi air rebusan daun salam sehari 1 kali 100 ml rutin setiap hari dapat membantu mengurangi hormon stress, mengendurkan otot arteri. Selain itu manfaat lainnya yaitu membuat peredaran darah semakin lancar dan mengurangi tekanan darah tinggi. Kandungan flavonoid yang ada pada daun salam dapat digunakan untuk mencegah terjadinya hipertensi ([Purwono et al., 2024](#)).

Berdasarkan penelitian ([Rinjani et al., 2024](#)), diperoleh hasil rata-rata lansia memiliki tekanan darah sistolik 172,4 mmHg dan tekanan darah diastolic 97,6 mmHg sebelum pemberian air rebusan daun salam. Sedangkan hasil setelah mengkonsumsi air rebusan daun salam yaitu 155,6 mmHg dan tekanan darah diastolic 84,9 mmHg. Hal ini menjadi bukti bahwa daun salam efektif untuk pengobatan alternatif hipertensi. Pemberian daun salam terhadap hipertensi dapat mengurangi tekanan darah dikarenakan dalam daun salam terdapat senyawa flavonoid. Senyawa ini diduga mampu menurunkan *systemic vascular resistance* (SVR) karena dapat menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah serta berpengaruh terhadap kerja *angiotensin converting enzyme* (ACE) pada jalur *Renin-Angiotensin System* (RAS) yang berperan dalam menghambat terjadinya perubahan angiotensin I menjadi angiotensin II. Minyak atsiri yang terkandung dalam daun salam juga dapat memberikan efek rileks kepada penderita sehingga mencegah stress yang dapat menurunkan tekanan darah. Selain itu juga, dengan rutin mengkonsumsi rebusan daun salam dapat membantu tubuh khususnya untuk mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari dalam tubuh. Akibatnya, berkurangnya cairan dalam darah dapat menurunkan tekanan darah ([Trias, 2021](#)).



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Pemanfaatan dan Pembuatan Teh Celup Daun Salam



Gambar 2. Presentasi Materi Pemanfaatan dan Pembuatan Teh Celup Daun Salam

Penyuluhan pembuatan teh celup daun salam diawali dengan memaparkan cara pembuatan simplisia daun salam meliputi: pengumpulan bahan baku, sortasi basah, pencucian dengan alir mengalir, pengeringan hingga daun salam benar-benar kering, sortasi kering dan penyimpanan diwadah tertutup kedap udara. Pembuatan simplisia sudah dilakukan sebelum hari pelaksanaan penyuluhan dikarenakan dalam pembuatannya membutuhkan waktu untuk proses pengeringannya. Setelah simplisia daun salam selesai dibuat, selanjutnya simplisia daun salam dihancurkan dengan mesin blender hingga menjadi serbuk agak kasar tidak terlalu halus. Proses selanjutnya adalah memasukkan serbuk simplisia daun salam kedalam *tea bag* dengan bobot seberat 2 gram dan dikemas kedalam kemasan seperti yang dapat dilihat pada [Gambar 3](#).

Penyortiran bahan baku dalam pembuahan herbal dilakukan untuk membebaskan tanaman dari bahan asing dan kotoran, serta memperoleh simplisia yang ukuran, jenis, dan tingkat kematangan yang sesuai. Pencucian simplisia dilakukan dengan air bersih dan mengalir untuk memperoleh simplisia yang bersih dan bebas dari mikroba. Pengeringan dilakukan dengan cara diangin-anginkan ditempat yang teduh atau dalam ruangan aliran udaranya baik, dapat juga menggunakan oven dengan pengaturan suhu yang telah disesuaikan ([Nurtanti & Sulistiyoningsih, 2022](#)).

Pembuatan teh celup daun salam masih jarang dilakukan. Sebagian besar penyajian daun salam sebagai obat alternatif hipertensi yaitu menggunakan rebusan daun salam. Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat dimana cara penyajian obat tradisional bisa juga dilakukan dengan pembuatan teh herbal, sehingga lebih tahan lama dan lebih mudah digunakan untuk masyarakat serta dapat bersifat ekonomis yang dapat menambah pemasukan keluarga. Secara umum teh merupakan salah satu minuman yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat di seluruh dunia. Sebagian masyarakat menggunakan teh sebagai minuman penyegar dan menyehatkan. Minuman teh tidak hanya diperoleh dari pucuk daun tanaman teh, namun dapat dihasilkan dari daun lain seperti daun salam ([Santi et al., 2022](#)).



Gambar 3. Hasil Pelatihan Pembuatan Teh Celup Daun Salam

Sebelum dilakukan penyampaian materi, peserta dibagikan soal *pretest* untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan sebelum penyampaian materi serta kegiatan *posttest* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan pada peserta terkait materi yang sudah diberikan. Evaluasi keberhasilan sosialisasi ini diukur melalui perbandingan nilai *pretest* dan *posttest* peserta yang ditampilkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Jumlah Peserta	Rata-Rata Presentase	
	Pretest	Posttest
40 orang	67%	90%

Hasil *pretest* dan *posttest* memiliki perbedaan signifikan. Hasil rata-rata *pretest* menunjukkan persentase rata-rata pemahaman awal peserta sebesar 67% dan hasil rata-rata *posttest* mengalami kenaikan persentase sebesar 90%. Hal ini menunjukkan setelah penyampaian materi peserta penyuluhan mengalami peningkatan pengetahuan tentang manfaat daun salam sebagai pengobatan hipertensi dan cara pembuatan produk teh celup daun salam.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui penyuluhan pemanfaatan dan pembuatan teh celup daun salam di Desa Bode Lor, Kecamatan Plumpon, Kabupaten Cirebon berjalan dengan baik. Warga mengalami peningkatan pengetahuan mengenai manfaat daun salam yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan nilai *pretest* dan *posttest* serta adanya keinginan warga untuk memanfaatkan daun salam sebagai obat tradisional melalui pembuatan teh celup daun salam sebagai obat alternatif untuk hipertensi dan bersifat ekonomis yang dapat menambah pemasukan keluarga. Rekomendasi untuk kegiatan PKM berikutnya dapat dilakukan penyuluhan secara berkala dengan menggunakan tanaman tradisional lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM (Lembaga Penelitian Pengabdian Masyarakat) Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon atas pendanaan penelitian dan publikasi kegiatan penyuluhan pemanfaatan dan pembuatan teh celup daun salam.

DAFTAR PUSTAKA

- Andoko, & Pangesti, D. N. (2016). Efektifitas Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal of Holistic Healthcare)*, 10(2), 1–4.
- Britany, M. N., & Sumarni, L. (2020). Pembuatan Teh Herbal Dari Daun Kelor Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Selama Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Limo.pdf. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*.
- Haryanto, F. K., Jesica, I. A., Arafi, A. R., & Arianditha, E. (2023). Pemanfaatan Daun Salam (*Syzygium polyanthum* (Wight) Walp.) Sebagai Pengobatan Tradisional di Indonesia. *PharmaCine*, 4, 20–33.
- Hayati, A. W., Lestari, Meti Widiya Mardiah, S. S., Pertiwi, S., Ikaditya, L., & Februanti, S. (2022). *Kandungan gizi dan manfaat teh herbal*.
- Hidayati, N. R., Muhaerin, K., Sari, I. M., Chahyani, O. D., Listiyani, L., Afriliani, P., Amanah, L. L., Laila, I., Setiawan, D. F. N., & Ainun, R. N. (2023). Community empowerment in the use of family medicinal plants (TOGA). *Community Empowerment*, 8(9), 1416–1423. <https://doi.org/10.31603/ce.10315>
- Nurtanti, S., & Sulistiyoningsih. (2022). Efektivitas rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan GSH*, 11(2), 34–39.
- Peraturan Bupati. (2022). *Peraturan Bupati Cirebon Nomor 486 Tahun 2022 Tentang Batas Desa Bode Lor Kecamatan Plumpon Kabupaten Cirebon*.
- Purwono, J., Sari, R., & Nurjannah, S. (2024). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Terhadap Penderita Hipertensi. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 9(1), 9–17. <https://doi.org/10.5282/jwk.v9i1.650>
- Rinjani, E. A. D., Saripah, I., & Rahman, A. (2024). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Menara Medika*, 5(1), 17–25.
- Riskesdas. (2018). Riset Kesehatan Dasar Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia. *Jakarta*.
- Santi, I., Amira, S., & Andriani, I. (2022). Sosialisasi Pembuatan Teh Herbal Dalam Kemasan Teh Celup Pada Kelompok Pkk Kalabbirang, Kabupaten Takalar. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Iptek Untuk Masyarakat*, 11(1), 22–25.
- Sartika, D., & Vebi, W. O. (2020). Efektivitas Senam Lansia (Lanjut Usia) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Samata Kecamatan Somba Opu Kabupaten Gowa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), 1–5. <https://doi.org/10.35892/jikd.v15i1.306>
- Setyaningrum, N., Darmawan, A. I., Yani, J. A., & Yogyakarta, I. (2024). Edukasi Dan Terapi Air Rebusan Daun Salam Untuk Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Terkini (JPMKT)*, 3(November 2023), 1–8.
- Susaldi, S., Rahayu, P., & Okstoria, M. R. (2023). Penerapan Senam Hipertensi dan Rebusan Air Daun Salam untuk Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 2(2), 182–189. <https://doi.org/10.53801/jpmesk.v2i2.104>
- Trias, T. T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi: Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Medika Hutama*, 03(01), 1260–1265.