DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan
Volume. 4 Nomor. 2 Mei 2026
E-ISSN : 2986-3597; P-ISSN : 2986-4488, Hal. 50-59
DOI: https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v4i2.6156
Tersedia: https://ifrelresearch.org/index.php/diagnosa-widyakarya

Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Laurus nobilis*) terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Lansia di Desa Peuniti, Kecamatan Baiturrahman, Kota Banda Aceh

Vina Rahmatina[1*], Urip Pratama[2], Mansuriza[3]
[1-3]Universitas Abulyatama Aceh, Indonesia
**Penulis Korespondensi: Duhitaeillen@gmail.com*

Abstract*. Diabetes mellitus (DM) is a degenerative disease commonly experienced by the elderly and requires proper treatment to prevent complications. One traditional treatment alternative used to lower blood sugar levels is bay leaf decoction. This study aimed to determine the effect of bay leaf decoction on reducing blood sugar levels among the elderly in Peuniti Village, Baiturrahman District, Banda Aceh City. The study employed a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 15 elderly participants selected from a population of 87 elderly individuals. Data collection was conducted by measuring blood sugar levels before and after administering bay leaf decoction once daily for 7 days. Blood sugar levels were checked using a blood glucose meter 20 minutes after consumption. Data were analyzed using a dependent t-test. The results showed that before treatment, all respondents (100%) were categorized as having DM, with an average blood sugar level of 211.0 mg/dL. After treatment, all respondents (100%) were categorized as non-DM, with an average blood sugar level of 160.4 mg/dL. Statistical analysis showed a significance value of 0.004 (p < 0.05), indicating that bay leaf decoction significantly reduced blood sugar levels in the elderly.*

Keywords*: Bay Leaf; Blood Sugar Levels; Diabetes Mellitus; Elderly; Herbal Therapy.*

Abstrak. Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit degeneratif yang banyak dialami lansia dan memerlukan penanganan tepat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Salah satu alternatif pengobatan tradisional yang dapat digunakan untuk menurunkan kadar gula darah adalah rebusan daun salam. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah pada lansia di Desa Peuniti, Kecamatan Baiturrahman, Kota Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan one group *pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 15 lansia dari total 87 populasi lansia. Pengumpulan data dilakukan melalui pemeriksaan kadar gula darah sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam. Penelitian dilaksanakan pada 29–30 Juli 2025. Pengukuran kadar gula darah menggunakan glukometer, sedangkan analisis data menggunakan uji dependent t-test. Pemeriksaan kadar gula darah dilakukan 20 menit setelah pemberian rebusan daun salam sekali sehari selama 7 hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum perlakuan seluruh responden (100%) berada pada kategori DM dengan rata-rata kadar gula darah 211,0 mg/dL. Setelah pemberian rebusan daun salam, seluruh responden (100%) berada pada kategori tidak DM dengan rata-rata kadar gula darah 160,4 mg/dL. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi 0,004 (p < 0,05), sehingga terdapat pengaruh signifikan rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah pada lansia.

Kata kunci: Daun Salam; Diabetes Mellitus; Kadar Gula Darah; Lansia; Terapi Herbal.

1. LATAR BELAKANG

Diabetes Melitus terjadi karena gangguan dari hormone insulin baik cara kerja atau sekresinya maupun dari keduanya. Penyakit ini tidak hanya mengancam kehidupan penderitanya, tetapi penderita nantinya akan mengalami kebutaan, penyakit kardiovaskuler dan gagal ginjal (Istibsaroh et al., 2024). Jenis diabetes mellitus yang paling banyak dialami oleh masyarakat ialah diabetes mellitus tipe 2 karena jenis penyakit ini cenderung berhubungan dengan gaya hidup dan pola makan seseorang. Diabetes mellitus sampai saat ini masih menjadi permasalahan Kesehatan penting di dunia termasuk di Indonesia, karena kasusnya yang terus terjadi dan mengalami peningkatan (Cahyono, 2023; Ahsan et al., 2026).

Naskah Masuk: 16 Maret 2026; Revisi: 20 April 2026; Diterima: 10 Mei 2026; Terbit: 19 Mei 2026

Menurut survey yang dilakukan WHO (*World Healt Organization*) tahun 2017. Penyakit tidak menular menyebabkan 70% kematian terbesar di dunia. Sementara itu Diabetes Mellitus menjadi penyumbang utama 30-80% orang dengan kematian utama di dunia dengan diabetes tidak terdiagnosa (Dafriani et al., 2018). *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan jumlah penderita diabetes mellitus diseluruh dunia melonjak naik pada tahun 2013 menjadi sebanyak 382 juta penderita. Hasil survey yang dilakukan IDF pada tahun 2020 mendapatkan 463 juta penderita diabetes mellitus dan pada tahun 2022 melaporkan bahwa 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes di seluruh dunia dan jumlah ini juga diprediksi akan semakin meningkat di tahun 2030 menjadi 578 juta penderita (Muhlisin, 2023).

Pada tahun 2020, *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa tercatat 422 juta orang di dunia menderitaan diabetesew melitus 12 atau terjadi peningkatan sekitar 8,5% pada populasi orang dewasa dan diperkirakan terdapat 2,2 juta kematian, diabetes melitus telah menyebabkan kematian sebanyak 6,7 juta di tahun 2021, diabetes melitus menjadi peringkat ke-9 penyebab kematian di dunia (Yarnita et al.,2023). Data IDF tahun 2021, terdapat 537 juta orang mengalami diabetes melitus. Diabetes Atlas (2022) diprediksi tahun 2030 akan meningkat menjadi 643 juta, tahun 2045 di perkirakan akan meningkat 783 juta.

International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2022 melaporkan bahwa 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta (1 dari 9 orang dewasa) pada tahun 2030 dan 784 juta (1 dari 8 orang dewasa) pada tahun 2045. Diabetes mellitus menyebabkan 6,7 juta kematian pada tahun 2021. Diperkirakan 44% orang dewasa yang hidup dengan diabetes (240 juta orang) tidak terdiagnosis. 541 juta orang dewasa di seluruh dunia, atau 1 dari 10, mengalami gangguan toleransi glukosa, menempatkan mereka pada risiko tinggi terkena diabetes tipe 2 (Cahyono, 2023).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan jumlah penderita diabetes mellitus pada tahun 2021 sebanyak 19,47 juta jiwa (Kemenkes RI, 2022). Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur melaporkan jumlah penderita diabetes mellitus di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2021 mencapai 929.535 kasus. Dari jumlah tersebut diestimasikan sebanyak 867.257 penderita (93,3%) yang telah terdiganosis dan mendapatkan pelayanan kesehatan (Dinkes Jatim, 2022). Hasil rekam medik yang didapatkan dari 6 Puskesmas yang ada di Kota Mojokerto, dilaporkan jumlah penderita diabetes mellitus di Kota Mojokerto sebanyak 4.936 pasien. Untuk penderita diabetes mellitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar dilaporkan sebanyak 7.021 pasien (142,2%) (Dinkes Jatim, 2022).

Berdasarkan data Reskesdas tahun 2018, prevelensi diabetes melitus di Indonesia lebih dari 1 juta penderita berdasarkan diagnosis dokter di semua Provinsi, dengan angka tertinggi di Provinsi Jawa Barat yaitu 186.809, di ikuti Provinsi Jawa Timur yaitu 151.878 dan angka terendah di Provinsi Kalimantan Utara yaitu 2.733. Sedangkan Provinsi Lampung berada di urutan ke 8 dengan angka kejadian yaitu 32.1482. Dinas Kesehatan (Dinkes) Aceh mencatat pengidap penyakit Diabetes Melitus (DM) di daerah itu capai 154.889 kasus, dan daerah paling mendominasi yaitu di Aceh Selatan sebanyak 21.514 kasus, disusul oleh aceh Besar sebanyak 17.277 orang dan aceh Tamiang sebanyak 16.781 orang, Kemudian Banda Aceh menepati peringkat ke empat yaitu sebanyak 15.404 orang, Pidie Jaya 11.869 orang, Bireuen 10.792 orang, Lhokseumawe 10.073 orang, Pidie 8.030 orang, Aceh Barat 7.143 orang, Simeulue mencapai 4.916 orang, di Aceh Tengah terdata sebanyak 4.446 orang, Langsa 4.416 orang, Bener Meriah 3.282 orang, Aceh Timur 3.081 orang, Aceh Jaya 2.539 orang, Nagan Raya 2. 402 orang, Subulussalam 2.230 orang, Aceh Singkil 2.202 orang, Gayo Lues 1.966 orang, Aceh Tenggara 1.872 orang, Aceh Barat Daya 1.329 orang, Sabang 1.098 orang, dan Aceh Utara 227 orang (Dinas Kesehatan Aceh, 2023).

Daun salam (*Syzygium Polyanthum*) hampir sering digunakan dalam masakan Indonesia. Daun ini juga banyak digunakan dalam kuliner Asia seperti di Malaysia,Thailand dan Vietnam. Daun salam bisa digunakan dalam keadaan segar atau kering. Selain untuk bumbu masak, daun salam sebenarnya memiliki khasiat bagi kesehatan tubuh yaitu untuk Diabetes Mellitus (Pratama et al., 2020).

Analisis fitokimia menunjukkan bahwa di dalam daun salam terdapat kandungan minyak esensial, tanin, flavonoid dan terpenoid. Flavonoid yang terkandung di dalam daun salam merupakan salah satu golongan senyawa yang dapat menurunkan kadar glukosa darah. Daun salam memiliki banyak manfaat yaitu mengobati kencing manis, kolesterol tinggi, hipertensi, diare, dan gastritis. Analisis fitokimia menunjukkan kandungan minyak esensial, tanin, flavonoid dan terpenoid dari daun salam. Flavonoid merupakan salah satu golongan senyawa fenol yang diduga dapat menurunkan kadar glukosa darah (Pratama et al., 2020).

2. KAJIAN TEORITIS

Diabetes merupakan penyakit metabolik menahun akibat pangkreas tidak dapat memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang di produksi secara efektif. Krieteria diagnose untuk pasien diabetes melitus mencakup glukosa darah plasma puasa >126 mg/dl, gejala diabetes melitus plus glukosa plasma >200 mg/dl setelah pemberian 75 gram glukosa darah peroral (uji toleransi glukosa oral). (Muafiah A, 2019).

Glukosa darah adalah gula monosa- karida, karbohidrat yang sangat penting digunakan sebagai sumber tenaga utama dalam tubuh manusia. Glukosa merupakan prekursor untuk sintesis semua karbohidrat lain di dalam tubuh (Fahmi,2020).

Lansia merupakan individu yang telah berusia diatas 60 tahun. Lansia biasanya akan mengalami penuaan tapi ini tidak termasuk kedalam suatu penyakit. Namun itu adalah proses penurunan fungsi tubuh yang lumrah terjadi seperti menurunnya daya tahan tubuh baik dari dalam maupun luar tubuh. Penuaan adalah proses perubahan bertahap pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan, dan sel, yang menyebabkan penurunan kapasitas fungsional. Pada manusia, penuaan terkait dengan perubahan degeneratif pada berbagai bagian tubuh seperti kulit, tulang, jantung, pembuluh darah, paru-paru, sistem saraf, dan jaringan lainnya. Dengan kemampuan terbatas dalam regenerasi, orang yang mengalami penuaan menjadi lebih rentan terhadap berbagai jenis penyakit (Kholifah, 2018).

Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) merupakan sebuah tanaman herbal yang mudah ditemukan berbagai daerah. Selain dimanfaatkan untuk bumbu masak, daun salam juga memiliki khasiat yang dapat menyembuhkan berbagai penyakit secara alami, salah satunya adalah Diabetes Melitus (Oktaviani, 2023). Daun salam memiliki kandungan senyawa polifenol yang berfungsi sebagai sensitifitas insulin. Selain itu daun salam juga masih memiliki banyak kandungan yang digunakan untuk menurunkan kadar gula darah diantaranya adalah minyak esensial, tannin, flavonoid, dan terpenoid. Secara umum, tanaman herbal memiliki reaksi penyembuhan yang relative pelan namun tidak memiliki efek samping yang berbahaya. Daun salam memiliki reaksi untuk mengobati sel – sel yang rusak (Parisa et al., 2023). Daun salam merupakan warisan nenek moyang sebagai obat tradisional. Daun salam juga memiliki kandungan vitamin seperti vitamin C, vitamin A, vitamin E, thiamin, riboflavin, niacin, vitamin B6, vitamin B12 dan folat (Yunir et al., 2023).

Kandungan flavonoid pada daun salam berfungsi sebagai pencegahan Diabetes dan komplikasinya. Flavonoid memiliki sifatprotektif terhadap kerusakan sel B yang berperan sebagai penghasil insulin dan meningkatkan sensitifitas insulin dan juga mampu mengurangi penyerapan glukosa (Ajie, 2020). Tannin dapat berfungsi sebagai astringent yang dapat mengendapkan protein pada permukaan selaput lendir usus kecil sehingga dapat membentuk lapisan pelindung usus dan sebagai penghambat penyerapan glukosa (Monica, 2023).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan one group *pretest-posttest*. Penelitian dilakukan di Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh. Populasi dalam penelitian ini adalah 87 lansia, dengan sampel sebanyak 15 orang yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur kadar gula darah sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam menggunakan alat glukometer. Intervensi diberikan selama 7 hari dengan frekuensi 1 kali sehari. Analisis data dilakukan menggunakan uji paired t-test untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah intervensi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang menerapkan desain kuasi eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Pengumpulan data menggunakan lembar SOP dan observasi yang di bantu oleh 1 orang enumerator, dimana sampel dalam penelitian ini Lansia yang terkena Diabetes Melitus yang berada di Desa Peuniti sebanyak 15 responden, waktu pengumpulan data dilakukan pada tanggal 29 s/d 30 Juli 2025, serta lokasi penelitian dilakukan di Desa Peuniti. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah pada lansia di Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh. Analisa univariat dan analisa bivariat yang dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Karakterisik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Demografi Lansia di Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=15).

No	Karakteristik Responden	f	%
	Umur		
1	56-65 tahun	5	33,3
2	> 65 tahun	10	66,7
	Total	15	100
	Jenis Kelamin		
1	Laki-Laki	7	46,7
2	Perempuan	8	53,3
	Total	15	100

Sumber: Data Primer (2025).

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 15 responden sebagian besar responden berusia > 65 tahun sebanyak 10 responden dengan persentase 66,7%, dan jenis kelamin perempuan sebanyak 8 responden dengan persentase 53,3%.

Analisis univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kecemasan Pada Mahasiswa Diploma 3 Keperawatan Abulyatama Distribusi Frekuensi Berdasarkan Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Lansia di Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=15).

No	Penurunan kadar guladarah pada lansia	Pre test		Post Test	
		f	%	f	%
1	Diabetes Mellitus	15	100	0	0,0
2	Tidak Diabetes Mellitus	0	0,0	15	100
	Total	15	100	15	100

Sumber:Data Primer (Diolah tahun 2025).

Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebelum diberikan rebusan daun salam pada lansia (*pretest*) memiliki kadar gula darah pada kategori DM sebanyak 15 responden dengan persentase 100%. serta sebagian besar responden sesudah diberikan rebusan daun salam pada lansia (*posttest*) memiliki kadar gula darah pada kategori tidak DM sebanyak 15 responden dengan persentase 100%.

Tabel 3. Uji Normalitas Data Distribusi Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Lansia di Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=15).

Variabel	Shapiro Wilk
Kadar Gula Darah (Sebelum)	0,997
Kadar Gula Darah Seteah	0,934

Sumber:Data Primer (Diolah tahun 2025).

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* peroleh nilai p > 0,05, Maka diperoleh data berdistribusi normal. Sehingga data hasil penelitian dapat menggunakan uji parametrik, yaitu uji t test dependent (*pairet sample t test*).

Analisa Bivariat

Tabel 4. Pengaruh Sebelum dan Sesudah Pemberian Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Lansia di Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=15).

No	Kadar Gula darah	Mean	Standar Deviasi	Median (Min-Max)	Sig
1	Sebelum(*Pretest*)	211,0	5,843	201-223	0,004
2	Sesudah (*Posttest*)	160,4	5,248	152-172	

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025).

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian kadar gula darah pada lansia sebelum diberikan rebusan daun salam (*pretest*) didapatkan nilai *mean* yaitu 211,0, standar *deviation* yaitu 5,843. Adapun kadar gula darah pada lansia sesudah diberikan rebusan

daun salam (*posttest*) didapatkan nilai *mean* yaitu 160,4, standar *deviation* yaitu 5,248. Hasil uji statistik parametik yaitu uji *t test depedent* didapatkan nilai *sig* 0,004 < 0,05, sehingga adanya pengaruh sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah pada lansia Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar gula darah pada lansia sebelum diberikan rebusan daun salam (*pretest*) memiliki nilai rata-rata sebesar 211,0 mg/dL dengan standar deviasi 5,843. Setelah diberikan rebusan daun salam (*posttest*), kadar gula darah lansia mengalami penurunan dengan nilai rata-rata sebesar 160,4 mg/dL dan standar deviasi 5,248. Hasil uji statistik parametrik menggunakan paired t-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,004 (< 0,05), yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah pada lansia di Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh. Penelitian yang dilakukan oleh Safitri, Jaya, dan Herawati (2024) menunjukkan hasil yang sejalan, di mana nilai p-value yang diperoleh adalah 0,024 (<0,05), yang berarti terdapat pengaruh signifikan rebusan daun salam terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Merdeka Kota Palembang pada tahun 2023.

Penelitian yang dilakukan oleh Wigati dan Rukmi (2021) juga melaporkan penurunan kadar glukosa darah pada kelompok intervensi dari 322,71 menjadi 181,86 pada hari ke-14, sedangkan pada kelompok kontrol turun dari 304,82 menjadi 207,29. Uji statistik menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kadar glukosa darah pada hari ke-0 dengan hari ke-6 dan hari ke-14 (p=0,000), walaupun tidak ditemukan perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol (p=0,346).

Penelitian oleh Saputra dan Pratiwi (2020) menunjukkan bahwa pemberian ekstrak daun salam dapat menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes. Temuan ini menunjukkan bahwa daun salam memiliki potensi sebagai alternatif pengobatan herbal untuk membantu mengontrol kadar gula darah.

Penelitian oleh Kusuma dan Saraswati (2021) menguatkan bukti tersebut dengan hasil bahwa daun salam memiliki kemampuan dalam mengurangi kadar gula darah dan dapat digunakan sebagai terapi tambahan bagi penderita diabetes. Selain itu, Wahyuni (2018) juga menemukan potensi daun salam dalam menurunkan kadar gula darah sekaligus meningkatkan kualitas hidup lansia penderita diabetes, sehingga mendukung penggunaannya sebagai salah satu terapi pendukung pengelolaan diabetes.

Semakin tinggi pemahaman masyarakat tentang manfaat tanaman herbal seperti daun salam, maka akan semakin besar peluang mereka untuk memilih pendekatan pengobatan alami yang lebih minim efek samping. Selain itu, upaya ini juga dapat menjadi langkah promotif dan preventif dalam pengendalian penyakit tidak menular di kalangan lansia. Edukasi tentang penggunaan tanaman obat keluarga perlu ditingkatkan, terutama dalam program kesehatan berbasis masyarakat agar lansia dapat lebih mandiri dalam mengelola kesehatannya (Baitul, 2021).

Dari hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa pemberian rebusan daun salam dapat secara signifikan menurunkan kadar gula darah pada lansia. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi sederhana berbasis herbal seperti rebusan daun salam mampu memberikan dampak positif terhadap pengendalian kadar gula darah, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu bentuk terapi komplementer dalam penanganan Diabetes Mellitus pada usia lanjut.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 15 responden. Waktu pengumpulan data dilakukan pada tanggal 29 s/d 30 Juli 2025. Peneliti melakukan pemeriksaan glukosa darah setelah 20 menit pemberian rebusan Daun Salam (*Laurus nobilis*). Pemberiannya dilakukan sehari sekali, diberikan selama 7 hari. maka dapat disimpulkan sebagai berikut: adanya pengaruh sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah pada lansia Desa Peuniti Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (0,004 < 0,05).

Saran

Diharapkan para lansia sebagai responden dapat terus menerapkan penggunaan rebusan daun salam secara rutin sebagai salah satu alternatif pengobatan herbal untuk membantu mengontrol kadar gula darah, dengan tetap melakukan pemantauan kadar gula darah secara berkala dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan guna mencegah efek yang tidak diinginkan serta memastikan efektivitas penggunaan secara berkelanjutan. Institusi layanan kesehatan, seperti puskesmas dan posyandu lansia, diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai dasar dalam mengembangkan edukasi dan penyuluhan mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA), khususnya daun salam, untuk mendukung pengelolaan Diabetes Mellitus pada lansia.

Bagi aparatur Desa Peuniti dan kader kesehatan setempat, diharapkan dapat mendukung kegiatan promotif dan preventif terkait pemanfaatan tanaman herbal seperti daun salam melalui pelatihan maupun pembentukan kebun tanaman obat sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat lansia yang rentan terhadap penyakit tidak menular. Selain itu, peneliti selanjutnya

disarankan melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, serta mempertimbangkan variabel lain seperti pola makan, aktivitas fisik, dan konsumsi obat medis agar hasil penelitian menjadi lebih komprehensif.

DAFTAR REFERENSI

Ajie. (2020). Peran flavonoid dalam menurunkan kadar glukosa darah. *Jurnal Kesehatan*.

Ahsan, T. M., AP, D. K., & Asri, Y. (2026). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat aktivitas fisik pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Buho-Buho, Kecamatan Morotai Timur. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, *4*(1), 113–121. https://doi.org/10.61132/vitamin.v4i1.2046

American Diabetes Association. (2023). *Standards of medical care in diabetes*. American Diabetes Association.

Baitul, R. (2021). Edukasi pemanfaatan tanaman obat keluarga dalam pengendalian diabetes mellitus. *Jurnal Keperawatan*.

Cahyono. (2023). Epidemiologi diabetes mellitus di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.

Dafriani, et al. (2018). Faktor risiko diabetes mellitus dan dampaknya terhadap kesehatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.

Dinas Kesehatan Aceh. (2023). *Profil kesehatan Provinsi Aceh tahun 2023*. Dinkes Aceh.

Dinas Kesehatan Jawa Timur. (2022). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Timur*. Dinkes Jatim.

Diabetes Atlas. (2022). *International Diabetes Federation*. IDF.

Fahmi. (2020). Metabolisme glukosa dalam tubuh manusia. *Jurnal Biomedik.*

Istibsaroh, et al. (2024). Komplikasi diabetes mellitus pada lansia. *Jurnal Keperawatan*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kholifah. (2018). Konsep lansia dan proses penuaan. *Jurnal Keperawatan Gerontik.*

Monica. (2023). Kandungan tanin dan manfaatnya dalam pengendalian gula darah. *Jurnal Farmasi*.

Muafiah, A. (2019). Diagnosis dan penatalaksanaan diabetes mellitus. *Jurnal Kedokteran*.

Muhlisin. (2023). Prevalensi global diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Global*.

Oktaviani. (2023). Pemanfaatan daun salam sebagai obat tradisional. *Jurnal Herbal Indonesia*.

Parisa, et al. (2023). Efektivitas tanaman herbal terhadap penyakit degeneratif. *Jurnal Farmasi Klinis*.

Pratama, U., et al. (2020). Pengaruh air rebusan daun salam terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan*.

Safitri, Jaya, & Herawati. (2024). Pengaruh rebusan daun salam terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe II. *Jurnal Kesehatan*.

Saputra, & Pratiwi. (2020). Efektivitas ekstrak daun salam dalam menurunkan kadar gula darah. *Jurnal Farmasi*.

Wahyuni. (2018). Pengaruh terapi herbal terhadap kualitas hidup lansia dengan diabetes mellitus. *Jurnal Keperawatan*.

Wigati, & Rukmi. (2021). Pengaruh pemberian daun salam terhadap kadar glukosa darah pada penderita diabetes. *Jurnal Kesehatan*.

Yarnita, et al. (2023). Tren kematian akibat diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Global*.

Yunir, et al. (2023). Kandungan nutrisi dan manfaat daun salam. *Jurnal Gizi*.