

## **BAB IV**

### **TEKNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL**

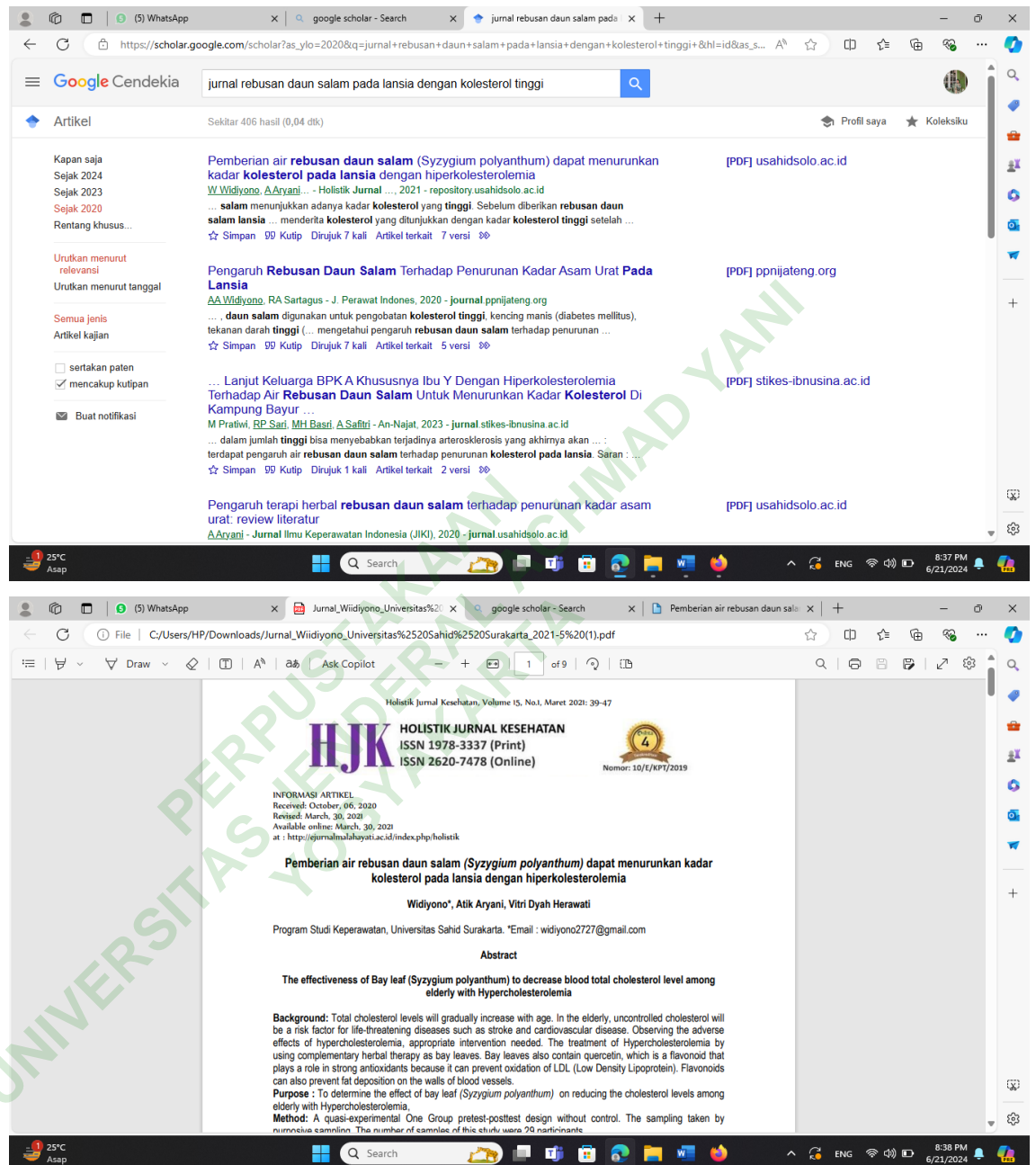
#### **A. Cara pencarian jurnal**

1. Dasar pencarian EBN dengan formulasi PICO yang digunakan adalah :
  - a. Patient populasi : Pasien dengan diagnosa kolesterol usia >40 tahun
  - b. Intervensi : Rebusan daun salam
  - c. Comparisen : -
  - d. Outcome : Rebusan daun salam untuk menurunkan kadar kolesterol pada lansia
2. Situs yang digunakan untuk pencarian jurnal yaitu dengan *Google Scholar* dengan kata kunci (Hiperkolesterolemia, Terapi komplementer, Daun salam (*Syzygium polyanthum*), Lansia) dengan batas waktu maksimal 5 tahun. Artikel yang dipilih sesuai dengan pernyataan klinis yaitu rebus daun salam pada lansia dengan kolesterol tinggi.
3. Hasil jumlah pencarian jurnal, pemilihan jurnal utama dan pendukung
  - a. Hasil jumlah pencarian jurnal : 406
  - b. Jurnal utama :

Widiyono. 2021. Pemberian air rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) dapat menurunkan kadar kolesterol pada lansia dengan hiperkolesterolemia. *Holistik Jurnal Kesehatan*. Vol. 15 No. 1
  - c. Jurnal pendukung :

Emilia. 2023. Efektivitas pemberian rebusan daun salam terhadap kolesterol total dengan hiperkolesterolemia di wilayah kerja Puskesmas Desa Gedang Kota Sungai penuh Provinsi Jambi. *Jurnal Multi Disiplin Dehasen*. Vol. 2 No. 2

#### 4. Screenshot



Gambar 4. 1 Cara mencari Jurnal

## B. Resume Jurnal

### 1. Pendahuluan

Kolesterol adalah salah satu komponen dalam membentuk lemak. Di dalam lemak terdapat berbagai macam komponen yaitu seperti zat trigliserida, fosfolipid, asam lemak bebas, dan juga kolesterol. Secara umum, kolesterol berfungsi untuk membangun dinding dalam sel (membran sel) dalam tubuh. Bukan hanya itu saja, kolesterol juga berperan penting dalam memproduksi hormon seks, vitamin D, serta berperan penting dalam menjalankan fungsi saraf dan otak. Hiperkolesterolemia dapat menyebabkan penyakit kardiovaskular karena telah terbukti memiliki peranan dalam mengganggu dan mengubah struktur pembuluh darah sehingga dapat mengganggu fungsi endotel dan menyebabkan lesi, plak, oklusi, dan emboli.

### 2. Metode penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *one group pretest-posttest design*. Sampel terdiri dari semua penderita kolesterol yang memeriksakan diri di posyandu Lansia Desa Betengsari, Pucangan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, dengan kriteria: 1) Lansia berumur  $\geq 60$  tahun; 2) Kadar kolesterol total  $> 200$  dl; 3) diet normal dan tidak sedang menjalani terapi dokter/menggunakan obat jenis penurun kolesterol.

### 3. Hasil analisis

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa lansia setelah diberikan rebusan daun salam dapat dilihat bahwa mayoritas partisipan kolesterol sesudah pemberian rebusan daun salam rata-rata 125,85 dengan kolesterol minimum 85 dan kolesterol maksimum 261. Pada pengukuran post, ada 13 partisipan mengalami penurunan kadar kolesterol. Hal ini juga disebabkan karena pola makan dalam penelitian ini dikendalikan dengan menghindari makanan seperti daging, kuning telur, mentega, yang mengandung kolesterol tinggi dan untuk menyiasati hal tersebut pola makan yang sehat dapat diperhatikan dengan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung serat dan kacang-kacangan. Serat yang terkandung dalam dua makanan ini adalah serat larut

dalam air seperti apel, jeruk nipis dan jeruk lemon. Setiap gram serat larut yang dikonsumsi setiap hari akan menurunkan kadar kolesterol kira-kira sebanyak 2mg/dl.

#### 4. Pembahasan

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa lansia setelah diberikan rebusan daun salam dapat dilihat bahwa mayoritas partisipan kolesterol sesudah pemberian rebusan daun salam rata-rata 125,85 dengan kolesterol minimum 85 dan kolesterol maksimum 261. Pada pengukuran post, ada 13 partisipan mengalami penurunan kadar kolesterol. Hal ini juga disebabkan karena pola makan dalam penelitian ini dikendalikan dengan menghindari makanan seperti daging, kuning telur, mentega, yang mengandung kolesterol tinggi dan untuk meniasati hal tersebut pola makan yang sehat dapat diperhatikan dengan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung serat dan kacang – kacangan. Serat yang terkandung dalam dua makanan ini adalah serat larut dalam air seperti apel, jeruk nipis dan jeruk lemon. Setiap gram serat larut yang dikonsumsi setiap hari akan menurunkan kadar kolesterol kira-kira sebanyak 2mg/dl. Hasil penelitian, menunjukkan bahwa terjadi penurunan kadar kolesterol sesudah pemberian rebusan daun salam pada partisipan di Posyandu Lansia Betengsari. Hal ini karena kandungan yang terdapat pada daun salam dapat menurunkan kadar kolesterol dan juga karena kepatuhan dan keteraturan partisipan dalam meminum air rebusan daun salam selama 1 bulan dengan frekuensi 2 kali sehari (7 hari).

#### 5. Diskusi

Hasil penelitian karakteristik partisipan berdasarkan usia lansia di Posyandu Lansia Desa Betengsari yang menjadi partisipan penelitian ini. Sesuai dengan usia lansia yang menderita kolesterol di Posyandu yang menjadi partisipan seluruhnya memiliki rentang usia elderly yaitu 55-65 tahun sebanyak 29 partisipan (100%), Hal itu menunjukkan bahwa rata-rata lansia yang menderita kolesterol yang menjadi partisipan berusia di atas 45 tahun. Hal tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya dimana kejadian

hiperkolesterolemia lebih banyak ditemukan pada golongan usia lanjut yang memiliki berbagai perubahan fungsi organ, salah satunya yaitu terjadi penurunan elastisitas pada pembuluh darah, yang diakibatkan oleh pengendapan bahan-bahan yang bersifat ateroslerotik diantaranya adalah kolesterol

### C. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus

#### 1. Standar Operasional Prosedur

**Tabel 4. 1 Standar Operasional Prosedur**

a.	Persiapan
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Persiapan lansia               <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Kontrak waktu dengan lansia</li> <li>b) Lansia diberitahu tentang tindakan yang akan dilakukan</li> </ol> </li> </ol>
b.	Alat dan bahan
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Kompor</li> <li>2) Gelas ukuran +100cc</li> <li>3) Air putih +300 cc</li> <li>4) Sendok</li> <li>5) Panci kecil yang berbahan dari stainless</li> <li>6) Saringan</li> <li>7) Gelas</li> <li>8) 10 lembar daun salam hijau</li> </ol>
c.	Cara merebus
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Cuci daun salam sampai bersih</li> <li>2) Tuangkan air putih +300 cc lalu dipanaskan dengan suhu +100°C</li> <li>3) Masukkan daun salam dalam rebusan air</li> <li>4) Saring rebusan hingga ampasnya berkurang atau hilang</li> <li>5) Tuangkan air rebusan daun salam dalam gelas yang sudah disediakan</li> <li>6) Minum air rebusan daun salam saat pagi dan sore hari</li> </ol>

2. Observasi

Saat meminum rebusan daun salam, saya mendatangi lansia secara rutin selama 3 hari berturut-turut

3. Hasil

Hasil dari rebusan daun salam diharapkan bahwa kolesterol pada lansia akan manurun dan lansia dapat mengetahui tentang kolesterol sehingga dapat menerapkan pola hidup yang lebih sehat.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA