

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan istilah tekanan darah tinggi merupakan kondisi medis yang banyak dijumpai di berbagai belahan dunia. Kondisi ini berisiko menimbulkan sejumlah komplikasi kardiovaskular, di antaranya infark miokard, penyakit jantung koroner, gagal jantung kongestif, stroke, gagal ginjal kronis, hingga kebutaan apabila organ ginjal ikut terdampak. Karena sifatnya yang sering tidak menimbulkan gejala, hipertensi kerap disebut sebagai “penyakit diam” sebab dapat menyebabkan kematian mendadak tanpa disadari oleh penderitanya. Banyak pasien baru mengetahui dirinya mengidap hipertensi setelah melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, baik dilakukan sendiri maupun melalui fasilitas kesehatan seperti puskesmas dan rumah sakit. Tekanan darah pada dasarnya bersifat dinamis dan dapat berubah setiap harinya, dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pola makan, tingkat aktivitas fisik, serta kondisi sirkulasi jantung. Tekanan darah baru dikategorikan sebagai masalah kesehatan apabila peningkatannya bersifat menetap dan tidak kunjung mereda (Mulyo, 2023).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menegaskan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, gangguan otak, kerusakan ginjal, dan berbagai penyakit lainnya. Pada tahun 2021, diperkirakan sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia mengidap hipertensi, dengan dua pertiga di antaranya berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Wulandari et al., 2023).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang dipublikasikan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia telah mencapai 34,1%, meningkat dari 25,8% pada tahun 2013, atau naik sebesar 8,3% dalam kurun waktu lima tahun. Angka tersebut diperoleh dari pengukuran pada penduduk berusia 18 tahun ke atas. Secara kewilayahan, prevalensi tertinggi tercatat di Kalimantan Selatan, yaitu sebesar 44,1%, sedangkan prevalensi terendah berada di Papua sebesar 22,2%. Apabila dilihat berdasarkan kelompok usia, prevalensi hipertensi tercatat sebesar 31,6% pada rentang usia 31–44 tahun, meningkat menjadi 45,3% pada usia 45–54 tahun, dan terus naik hingga 55,2% pada usia 55–64 tahun, sebagaimana tercantum dalam data Riskesdas 2018.

Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah melaporkan bahwa prevalensi hipertensi di wilayah tersebut pada tahun 2019 mencapai 34,47%, angka yang masih berada di atas rata-rata nasional. Pada tahun yang sama, jumlah penderita hipertensi berusia 15 tahun ke atas di provinsi ini diperkirakan mencapai 472.618 orang (Pebrisiana et al., 2022). Sementara itu, data Dinas Kesehatan Kabupaten Kotawaringin Barat, Kalimantan Tengah, mencatat sebanyak 54.466 kasus hipertensi sepanjang Januari hingga September 2024, dengan Puskesmas Kumpai Batu Atas menempati posisi ketiga tertinggi dengan 1.892 kasus (Sari, 2024)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Arut Selatan Pangkalan Bun menunjukkan bahwa sepanjang Januari hingga November 2025 tercatat 721 kasus hipertensi, atau rata-rata 66 kasus setiap bulannya. (Rekaman medis puskesmas Arsel, 2025).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mendefinisikan hipertensi sebagai kondisi ketika tekanan darah sistolik seseorang mencapai 140 mmHg atau tekanan darah diastolik mencapai 90 mmHg. Meskipun penderita hipertensi umumnya tidak menunjukkan gejala yang jelas, sebagian di antaranya dapat mengalami keluhan tidak spesifik seperti jantung berdebar cepat, sakit kepala, pusing, dan nyeri dada (Selatan, 2024)

Penelitian yang dilakukan oleh Hazimah Mohd Aris dan kawan-kawan (2025), yang dipublikasikan dalam jurnal *Food Quality and Safety* dengan judul “Antihypertensive, Anti-inflammatory, Glycaemic, and Satiety Effects of Cocoa-Flavoured Soy-Based Powder Drink Mix Enriched with Bioactive Hydrolysates from Nests of *Aerodramus fuciphagus*”, menemukan bahwa penambahan hidrolisat sarang burung walet (EBNH) mampu meningkatkan secara signifikan aktivitas penghambatan enzim pengubah angiotensin (ACE). Peningkatan aktivitas penghambatan ACE tersebut berkaitan erat dengan efek antihipertensi, karena berperan mencegah pembentukan angiotensin II yang menjadi salah satu penyebab naiknya tekanan darah. Temuan ini mengindikasikan bahwa produk EBNH berpotensi dikembangkan sebagai pangan fungsional guna mendukung pencegahan dan pengendalian hipertensi (Aris et al., 2025)

Selain itu, hipertensi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, seperti kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, dan konsumsi garam berlebihan, sebagaimana disebutkan dalam Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020–2024. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi menjadi langkah penting untuk menekan angka kejadian sekaligus risiko komplikasi yang menyertainya (Wahidin et al., 2025).

Selama ini, terapi farmakologis masih menjadi pilihan utama dalam mengendalikan tekanan darah. Namun, penggunaan obat dalam jangka panjang berpotensi menimbulkan efek samping tertentu, sehingga sebagian masyarakat mulai beralih mencari alternatif yang lebih alami. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa bahan-bahan alami memiliki potensi untuk membantu menurunkan tekanan darah, meskipun pemanfaatannya di masyarakat masih terbatas dan memerlukan dukungan bukti ilmiah yang lebih kuat. Salah satu bahan alami yang mulai mendapat perhatian adalah air rebusan sarang burung walet. Sarang walet diketahui mengandung protein, mineral, serta sejumlah senyawa bioaktif yang berpotensi memberikan manfaat kesehatan, termasuk efek anti-inflamasi dan perbaikan fungsi sel. Meskipun demikian, penelitian mengenai pengaruh air rebusan sarang burung walet terhadap tekanan darah masih sangat terbatas sehingga diperlukan kajian lebih lanjut untuk memastikan efektivitasnya..

Sa Kandungan protein dalam sarang burung walet diketahui cukup tinggi, berkisar antara 59,8% hingga 65,8%. Selain protein, sarang walet juga kaya akan berbagai zat gizi lain, termasuk kadar air, kalsium, fosfor, zat besi, karbohidrat, lemak, dan mineral. Sarang burung walet telah lama dikonsumsi sebagai bahan pangan dan diketahui memiliki berbagai manfaat kesehatan, di antaranya sifat antioksidan dan anti-inflamasi yang turut berperan dalam memperkuat tulang. (M. E. Dewi, 2020). Penelitian lain mengidentifikasi lebih dari 78 metabolit dalam ekstrak sarang burung walet, termasuk sejumlah asam amino seperti asam aspartat, arginin, histidin, leusin, dan asam glutamat. Ekstrak tersebut juga mengandung protein sebesar 40–60%, karbohidrat 10–30%, serta asam sialat sebesar 6–13%, di samping berbagai mineral seperti natrium, kalsium, magnesium, kalium, dan stronsium (Sr) (Hwang et al., 2020) dalam (Virdaus, 2023)

Kebutuhan asam amino pada orang dewasa umumnya ditentukan berdasarkan berat badan, dengan rata-rata kebutuhan protein sebesar 0,66 g/kgBB/hari sebagai representasi dari total kebutuhan asam amino. Laporan WHO menjelaskan bahwa kebutuhan tersebut terbagi menjadi sekitar 0,18 g/kgBB/hari untuk asam amino esensial dan 0,48 g/kgBB/hari untuk asam amino non-esensial, sebagaimana dinyatakan bahwa “asupan sekitar 0,18 g/kg per hari dan 0,48 g/kg per hari masing-masing untuk asam amino esensial dan non-esensial”(Who, 2007).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap delapan pasien hipertensi di Puskesmas Arut Selatan menunjukkan bahwa tujuh di antaranya belum mengetahui pemanfaatan air rebusan sarang burung walet. Temuan ini menggambarkan bahwa terapi rebusan sarang walet belum menjadi pilihan sebagai terapi nonfarmakologis di kalangan

masyarakat. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Konsumsi Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Arut Selatan”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah adalah pertanyaan penelitian, yang biasanya berupa kalimat tanya. Pertanyaan ini diketahui menentukan tujuan penelitian dan apa yang sebenarnya ingin atau dikaji oleh peneliti . (Martin Kustati, 2023). Berdasarkan latar belakang apakah ada Pengaruh Konsumsi Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Pengaruh konsumsi Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah sistolik dan diastolic sebelum pemberian intervensi Pemberian Konsumsi rebusan sarang burung wallet
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian intervensi pemberian Konsumsi air rebusan sarang burung wallet
- c. Menganalisis Pengaruh Konsumsi Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi
- d. Menganalisis Ada perbedaan tekanan darah kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian dalam pengembangan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh konsumsi rebusan sarang walet terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi dan bahan rujukan terkait penatalaksanaan hipertensi, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis, yang dapat diaplikasikan dalam proses pembelajaran, khususnya bagi mahasiswa keperawatan.

- b. Bagi penderita hipertensi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi penderita hipertensi mengenai manfaat air rebusan sarang burung walet sebagai salah satu terapi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan dan mengontrol tekanan darah.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi tenaga kesehatan mengenai pengaruh rebusan sarang walet terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga dapat dijadikan acuan dalam menentukan prioritas dan strategi pemberian asuhan, termasuk dalam upaya penurunan tekanan darah melalui metode herbal.

E. Keaslian Penelitian Relavan

Tabel 1.1 Hasil Penelitian Sebelumnya yang Relavan

No	Nama penulisan tahun	Judul	Desain penelitian	Hasil	Perbedaan
1.	Nurlina Nurlina*, Runjati, Runjati, Lanny Sunarjo 2025	Efektivitas Patch Transdermal Ekstrak Sarang Burung Walet (Aerodramus Fuciphagus) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Postpartum	Metode yang digunakan adalah True experiment, pre-test dan post-test with control group design dengan Teknik sampling randomized simple sampling. Sampel yang digunakan adalah 34 ibu postpartum hari pertama, dengan luka perineum derajat II dan dilakukan penjahitan, bersalin normal, berusia 20-35 tahun, status gizi normal, tidak diabetes, tidak mengalami infeksi dan kadar hemoglobin 11-15g/dl, serta kriteria eksklusi yaitu memiliki komplikasi masa persalinan dan masa nifas.	Patch transdermal ekstrak sarang burung walet lebih cepat dalam proses penyembuhan luka dibandingkan kelompok kontrol dengan rerata skor REEDA 0,29 artinya penyembuhan luka baik, sedangkan pada kelompok kontrol 3,06 artinya penyembuhan luka kurang baik dengan nilai $p < 0,05$. Patch transdermal ekstrak sarang burung walet efektif untuk menyembuhkan luka perineum pada ibu postpartum.	Variabel sebelumnya meneliti tentang Efektivitas Patch Transdermal Ekstrak Sarang Burung Walet (Aerodramus Fuciphagus) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Variabel yang akan diteliti Pengaruh Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

No	Nama penulisan tahun	Judul	Desain penelitian	Hasil	Perbedaan
2	Hazimah Mohd Aris, Zalifah Mohd Kasim*, dan Saiful Irwan Zubairi 2025	Efek antihipertensi, antiinflamasi, glikemik, dan rasa kenyang dari campuran minuman bubuk kedelai rasa kakao yang diperkaya dengan hidrolisat bioaktif dari sarang Aerodramus fuciphagus	Menggunakan metode sederhana dan sensitif yang diusulkan oleh Lidkk (2005), itu in vitro. Aktivitas penghambatan ACE dipastikan menggunakan ekstrak air PDM dan seluruh bahannya. Metode ini melibatkan pengukuran absorbansi spektrofotometri asam hipurat (HA) yang dilepaskan pada 492 nm. Hippuryl-histidil-l-leusin (HHL), ACE paru kelinci ($\geq 2,0$ unit/mg protein), natrium borat, natrium klorida, asam klorida, kuinolin, benzena sulfonil klorida (BSC), dan kaptopril dibeli dari Sigma-Aldrich (St. Louis, MO, AS).	Aktivitas penghambatan ACE PDM yang diperkaya dan aktivitas RBCMS secara signifikan lebih tinggi ($P < 0,05$) dibandingkan yang tanpa EBNH. Dua ratus empat puluh mililiter (12,5% (125 mg/mL)) PDM (mengandung 3,0% EBNH, 75,44% bubuk kedelai, 20% bubuk kakao, 0,5% gom xanthan, 1,0% silikon dioksida, dan 0,06% sukralosa (fraksi massa)) menghasilkan energi sekitar 3,7 kkal/g. Tepung 250 mL (indeks konsistensi 14,17 Pa·s) N) tinggi protein dan serat pangan. Indeks glikemik (IG) dan beban glikemik (GL) produk ini rendah, masing-masing 24 dan 6,0, sehingga meningkatkan kadar glukosa darah normal 2 jam pasca makan (< 6 mmol/L) dan memuaskan rasa lapar selama kurang lebih 2,5 jam.	Variabel sebelumnya meneliti tentang Efek antihipertensi, antiinflamasi, glikemik, dan rasa kenyang dari campuran minuman bubuk kedelai rasa kakao yang diperkaya dengan hidrolisat bioaktif dari sarang Aerodramus fuciphagus Variabel yang akan diteliti Pengaruh Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi
3	Fitri Nuroini, Nastiti Wijayanti 2017	UJI EFEK ANTIINFLAMASI SARANG BURUNG WALET (Collocalia fuciphaga Thunberg) TERHADAP GAMBARAN HISTOLOGIS TELAPAK KAKI MENCIT (Mus musculus Linnaeus)	Rancangan penelitian berupa Rancangan Acak Lengkap, 6 kelompok perlakuan dengan 4 ulangan. Kelompok perlakuan terdiri atas kontrol normal, kontrol positif, kontrol negatif dan perlakuan pemberian	Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan signifikan pada tebal integumentum antara kelompok kontrol dan perlakuan. Kelompok kontrol normal memiliki nilai ketebalan yang paling kecil, sedangkan nilai terbesar terdapat pada kelompok perlakuan cekok EBN 10 mg/20 g BB.	Variabel Sebelumnya Meneliti Tentang Uji Efek Antiinflamasi Sarang Burung Walet (Collocalia fuciphaga Thunberg) Terhadap Gambaran Histologis Telapak Kaki Mencit (Mus Musculus Linnaeus)

No	Nama penulisan tahun	Judul	Desain penelitian	Hasil	Perbedaan
			ekstrak akuosa EBN dengan dosis 0,1; 1 dan 10 mg/ 20 g BB. Semua perlakuan diberikan secara oral kemudian setelah satu jam tiap kelompok diinjeksi 0,05 ml karagenan 1% dalam NaCl 0,9% pada telapak kaki kanan mencit secara subkutan.		Variabel yang akan diteliti Pengaruh Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi
4	Shiella Fauzia Krisnadi (2018)	Pengaruh Pemberian Ekstrak Sarang Burung Walet (Collocalia Fuciphaga) Terhadap Aktivitas Got/Gpt Hepar Pada Tikus Sprague Dawley	Tikus diberi dosis ekstrak sarang burung walet putih (10, 20, dan 40 mg/KgBB) selama 32 hari. Kemudian masing-masing kelompok diinduksi H ₂ O ₂ pada hari ke 31 dan hari ke 32. Sebagai parameter kerusakan hepar dilakukan pemeriksaan GOT/GPT jaringan hepar.	Terjadi penurunan aktivitas GOT/GPT pada kelompok perlakuan dengan dosis 10 mg/KgBB dibandingkan kelompok normal dan kelompok positif. Simpulan: Pemberian ekstrak dengan dosis 10 mg/KgBB memperlihatkan penurunan aktivitas GOT/GPT.	Variabel sebelumnya meneliti tentang Pengaruh Pemberian Ekstrak Sarang Burung Walet (Collocalia Fuciphaga) Terhadap Aktivitas Got/Gpt Hepar Pada Tikus Sprague Dawley Variabel yang akan diteliti Pengaruh Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi
5	Abdul Haris 2019	Efektivitas Krim Ekstrak Sarang Burung Walet Terhadap Penyembuhan Luka Mencit Di Kota Bima	Jenis metode penelitian yang digunakan adalah true experiment dengan rancangan penelitian Posttest Only Control Group Design dengan jumlah sampel 15 ekor	Hasil penelitian menunjukkan lama waktu penyembuhan luka mencit yaitu pada hari ke 5 pada kelompok intervensi dengan krim ekstrak sarang burung walet 20% dengan nilai p value 0,001 (<0,05),	Variabel sebelumnya Meneliti tentang Efektivitas Krim Ekstrak Sarang Burung Walet Terhadap Penyembuhan Luka Mencit Di Kota Bima

No	Nama penulisan tahun	Judul	Desain penelitian	Hasil	Perbedaan
			mencit yang dibagi menjadi 3 kelompok. Analisis dalam penelitian ini adalah analisa bivariate dengan menggunakan uji one way anova.	kesimpulannya pemberian krim ekstrak sarang burung walet 20% lebih efektif dalam penyembuhan luka mencit dibandingkan dengan ekstrak sarang burung walet 10%.	Variabel yang akan diteliti Pengaruh Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi



BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Tekanan darah sistolik dan diastolic sebelum pemberian intervensi Pemberian Konsumsi rebusan sarang burung wallet *pre test* diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok eksperimen sebesar 140,33 mmHg dan kelompok kontrol sebesar 147,00 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik pada kelompok eksperimen sebesar 86,33 dan kelompok kontrol 85,33, termasuk kategori hipertensi Ringan.
2. Tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian intervensi pemberian Konsumsi air rebusan sarang burung wallet *posttest* diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok eksperimen sebesar 130,47 mmHg dan kelompok kontrol sebesar 130,27 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik pada kelompok eksperimen sebesar 80,93 dan kelompok kontrol 80,87 termasuk kategori Pre hipertensi.
3. Ada Pengaruh Konsumsi Rebusan Sarang Walet Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi ambil dari hasil Terdapat pengaruh konsumsi air rebusan sarang burung walet terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Hasil uji *Paired Sample t-test* menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik mengalami penurunan yang signifikan dengan $p = 0,001$, sedangkan tekanan darah diastolik juga mengalami penurunan yang signifikan dengan $p = 0,040$ ($p < 0,05$).
4. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tekanan darah sistolik maupun diastolik antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pemberian konsumsi air rebusan sarang burung walet. Hasil uji Mann–Whitney menunjukkan nilai $p = 0,372$ pada tekanan darah sistolik dan $p = 0,868$ pada tekanan darah diastolik ($p > 0,05$), sehingga efektivitas konsumsi rebusan sarang burung walet dibandingkan kelompok kontrol belum terbukti berbeda secara statistik.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan bahan pembelajaran bagi institusi pendidikan, khususnya pada bidang keperawatan, mengenai terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi. Selain itu, hasil

penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi mahasiswa dan peneliti untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas rebusan sarang burung walet sebagai terapi pendamping pada penderita hipertensi.

2. Bagi penderita hipertensi

Diharapkan penderita hipertensi untuk tetap mematuhi pengobatan bagi tenaga kesehatan serta menerapkan pola hidup sehat terutama pola konsumsi garam, memperhatikan konsumsi garam harian dan mempertahankan aktivitas fisik. Konsumsi rebusan sarang burung walet dapat di pertimbangkan terapi pendamping, namun tidak menggantikan terapi farmakologis yang telah diresepkan. Dan dapat di konsumsi, oleh penderita hipertensi mengenai manfaat air rebusan sarang burung walet sebagai terapi non-farmakologis dalam membantu menurunkan dan mengontrol tekanan darah.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan menjadi sumber informasi bagi tenaga kesehatan mengenai potensi rebusan sarang burung walet sebagai terapi komplementer dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Tenaga kesehatan diharapkan tetap mengutamakan terapi farmakologis sesuai pedoman serta memberikan edukasi kepada pasien mengenai pentingnya penerapan pola hidup sehat, kepatuhan minum obat, dan penggunaan terapi komplementer

4. Bagi Puskesmas arut selatan

Diharapkan puskesmas terus meningkatkan edukasi mengenai pengendalian hipertensi melalui modifikasi gaya hidup sehat seperti konsumsi redah garam, mempertahankan kepatuhan minum obat dan mempertahankan aktivitas fisik. Penggunaan rebusan sarang burung walet sebagai terapi komplementer masih memerlukan kajian lebih lanjut, sehingga nanti dapat menjadi salah satu alternatif yang dapat digunakan.

5. Bagi peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan jumlah responden yang lebih banyak dan waktu intervensi yang lebih lama sehingga efektivitas rebusan sarang burung walet terhadap penurunan tekanan darah dapat dievaluasi secara lebih optimal. Selain itu, penelitian selanjutnya juga disarankan mengkaji lebih lanjut pengaruhnya terhadap tekanan darah diastolik serta evaluasi efek samping atau keluhan yang dialami responden selama mengonsumsi rebusan

sarang burung walet, dan dapat mengendalikan faktor-faktor yang memengaruhi tekanan darah, seperti pola makan, aktivitas fisik, tingkat stres, kepatuhan konsumsi obat antihipertensi, dan kualitas tidur. Penelitian juga dapat menggunakan desain penelitian yang lebih kuat serta mengeksplorasi dosis dan lama pemberian rebusan sarang burung walet yang paling efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.



DAFTAR PUSTAKA

- Al Ikhlas, Martin Kustati, N. S. (2023). *Masalah Penelitian/ Research Problem; Pengertian Dan Sumber Masalah, Pertimbangan, Kriteria Pemilihan Masalah, Perumusan Dan Pembatasan Masalah, Landasan Teori*. 3, 12930–12942.
- Anis Styowati¹, Sri Sumarni², D. F. (2023). *Nanopartikel Daun Kelor (Moringa Oleifera Lamk.) Terhadap Perubahan Kadar Kalsium Darah Dan Tekanan Darah Pada Wanita Usia Subur Hipertensi*. 6, 1256–1262.
- Anjari, S. (2023). *Hubungan Lifestyle Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kranggan Kota Mojokerto Tahun 2025*. 9–51. <https://Repositori.Stikes-Ppni.Ac.Id/Handle/123456789/3441>
- Aris, H. M., Kasim, Z. M., Zubairi, I., Pangan, D. I., & Sains, F. (2025). *Artikel Efek Antihipertensi , Antiinflamasi , Glikemik , Dan Rasa Kenyang Dari Campuran Minuman Bubuk Berbasis Kedelai Rasa Kakao Yang Diperkaya Dengan Hidrolisat Bioaktif Dari Sarang Aerodramus Fuciphagus*. September 2024.
- Baringbing, E. P. (2019). *Pengaruh Karakteristik Pendidikan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rsud Dr . Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah The Influence Of Education Characteristics On The Incident Of Hypertension In Outpatient Patient At Rsud Dr . Doris Sylvanus Central Kalimantan Province*.
- Cusmari², A. W. (2024). *Hubungan Pengetahuan Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Uptd Puskesmas Bahagia Bekasi*. 6, 494–515.
- Dewati, C. A. (2023). *Literature Review: Faktor Risiko Hipertensi Di Indonesia*. 11.
- Dewi, M. E. (2020). *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*. 9(1), 12–16.
- Dewi, W. K. (2021). *Perbandingan Pengaruh Antara Rebusan Air Daun Salam Dan Air Rebusan Daun Sirsak Terhadap Tekanan Darah Kelompok Pre- Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gembong, Serang. Chmk Health Journal*, 3(April), 2013–2015.
- Dorota Drożdż· Monika Drożdż· Małgorzata Wójcik. (2023). *Disfungsi Endotel Sebagai Faktor Penyebab Hipertensi Arteri*. 2973–2985. <https://doi.org/10.1007/S00467-022-05802-Z>
- Dwi, E., Erlandi, A., Ardy, H., & Saraswati, C. (2024). *Evaluasi Pola Pengobatan Antihipertensi Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan Di Puskesmas Sumberlawang Sragen Tahun 2023 Program Studi Sarjana Farmasi Universitas Kusuma Husada Surakarta , Indonesia Dilakukan Secara Terstruktur Dan Terus-Menerus Yang Bertujuan Untuk Menurunkan Tekanan Beta Blocker , Ccb (Calcium Channel Blocker), Diuretik (Rizki , 2020). 6 . 229 Pasien Yang Terdiagnosis Hipertensi Di Puskesmas Kecamatan Sumberlawang Sragen*. 2(3).
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). *Hipertensi. In Hipertensi*.
- Franklin, S. S., Franklin, S. S., & Franklin, S. S. (2019). *Kekakuan Arteri Dan Tekanan Darah Diastolik : Apa Hubungannya ?* 9312(2006).
- Gina Octavianie, Nina, D. (2022). *Promosi Kesehatan Hipertensi Pada Usia Produktif Sampai Lansia Di*. 01(02).
- Ika Ernawati, D. S. (2021). *Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viid Di Smp Negeri 11 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018*. 5(2), 220–225.
- Irvansyah, R. H. (2023). *Penerapan Komunikasi Sbar (Situation, Background, Assessment, Recommendation) Pada Timbang Terima Di Ruang Fatahillah Rsud Kanjuruhan Kabupaten Malang*. 21–24. <https://doi.org/https://share.google/Wryeertgavho4sugb>
- Ismail, F. (2022). *Pengaruh Praktik Kerja Lapangan, Penghargaan Finansial, Pasar Kerja*

- Dan Lingkungan Keluarga Terhadap Rencana Pemilihan Karir Di Perbankan Syariah (Studi Kasus Mahasiswa Perbankan Syariah Universitas Islam Negeri Antasari).* 18–23.
- Jasrita Fitri, D. A. (2025). *Jurnal Kesehatan Keefektifan Membaca Surah Ar-Rahman Untuk Menurunkan Tekanan.* 3(2023), 135–141.
- Ji-Guangwang Md, P., Md4, P. S., Md2, B. F. P., & Pharmd3, K. V. A. (2023). *Amlodipine Dalam Penanganan Hipertensi Saat Ini.* 801–807. <https://doi.org/10.1111/Jch.14709>
- Kurniawan, A. (2021). (Literature Review) Skripsi (Literature Review) Skripsi Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Si Keperawatan.
- Lee, T. H., Wani, W. A., Hau, C., Kai, K., Sheikh, C., Wong, S., Hamdan, N., Azmi, A., Kimia, T., Teknik, F., & Inovasi, P. (2021). *Sarang Burung Walet Yang Dapat Dikonsumsi : Nilai Fungsional Dari Produk Biologi Berbasis Hewan Yang Berharga Dari Asia Tenggara – Sebuah Tinjauan.* 12(April), 1–16. <https://doi.org/10.3389/Fphar.2021.626233>
- Manungkalit, M., Sari, N. N., Andi, N., & Novita, P. (2024). *Pada Lansia Dengan Hipertensi.* 1–8. <https://doi.org/10.54040/Jpk.V14i1.249>
- Masyarakat, J. P. (2024). 2 1,2,3. 1.
- Mulyo, W. (2023). *Hipertensi. Stikes Bcm Pangkalanbun.*
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhsan, F. (2025). *Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi.* 1(2018), 363–369.
- Pebrisiana, Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2022). *Hubungan Karakteristik Dengan Kejadian Hipertensi Pada The Relationship Of Characteristics With The Event Of Hypertension In Outpatient Patients In Rsud Dr . Doris Sylvanus Central Kalimantan Province.*
- Pratama, R. A., & Lestari, L. P. (2021). *A Nalysis Of Protein And Calcium Content In White Swallow ' S Nest Stew (Collacalia Fuchiphaga) Analisis Kandungan Protein Dan Calsium Pada Rebusan Sarang Burung Walet Putih (Collacalia Fuchiphaga).* 1(2), 4–7.
- Putri, R. O., Prastiwi, D., Nugroho, S. T., Keperawatan, P. S., Kesehatan, F. I., Pekalongan, U., Studi, P., Ners, P., Kesehatan, F. I., & Pekalongan, U. (2022). *Efektifitas Konsumsi Teh Bunga Rosella (Hibiscus Sabdariffa) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Sistolik Penderita Hipertensi.* 17(4), 243–252.
- Rahmawati, R. P. K. (2023). *Hipertensi Usia Muda.* 2(5).
- Rahmawati1, R. P. K. (2023). *Hipertensi Usia Muda.* <https://doi.org/https://share.google/ECwnhtsrrdt4nic5y>
- Roseyanti, I. R., Mulia, U. S., & Mulia, U. S. (2024). *Analisis Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Lok Batu.* 4(1).
- Rusanuar, N. D., Aminuddin, A., Hamid, A. A., Kumar, J., Hui, C. K., & Mahadi, K. (2025). *Potensi Sarang Burung Walet Dalam Mengurangi Faktor Risiko Penyakit Kardiovaskular : Tinjauan Naratif.* 1–24.
- Saleh, H. (2022). *Pengaruh Pemberian Air Rebusan Belimbing Wuluh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpanggambir Tahun 2021.* 01–88.
- Sari, W. J. (2024). *Pengaruh Massage Teknik Petrissage Dengan Coconut Oil Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumpai Batu Atas Kabupaten Kotawaringin Barat Provinsi Kalimantan Tengah. Skripsi Thesis, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Borneo C. September,* 1–12.
- Selatan, M. (2024). *Journal Of.* 5, 29–36.
- Sri Mayasari, W. D. S. (2021). *Pengaruh Kualitas Produk Dan Pelayanan Terhadap Kepuasan Konsumen Pada Restoran Ayam Goreng Kalasan Cabang Iskandar Muda Medan.* 63–76.
- Sunaryo. (2018). *Pengaruh Budaya Organisasi Dan Kompensasi Terhadap Semangat Kerja Dengan Motivasi Kerja Sebagai Variabel Intervening.* 4.

- Sutriyawan, A., Halimatushadyah, E., Kamaruddin, I., Vitniawati, V., & Nia, A. (2025). *Pengaruh Jus Tomat Dan Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi* : 59(7), 84–91.
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119–124.
- Virdaus, M. (2023). *Uji Aktivitas Antioksidan Serum Sarang Burung Walet Putih (Aerodramus Fuciphagus) Menggunakan Metode Dpph*.
- Wahidin, M., Mustikawati, I. S., Handayani, R., & Letelay, A. M. (2025). *Gambaran Prevalensi Hipertensi Dan Faktor Risiko Utama Di Indonesia – Analisis Data Tingkat Kabupaten / Kota Overview Of Hypertension Prevalence And Its Main Risk Factors In Indonesia – A District-Level Data Analysis*. 9(3), 438–442. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V9i3.2025.438-442>
- Who. (2007). *Protein Protein Protein And And And Amino Amino Amino Acid Acid Acid Requirements Requirements Requirements In In In Nutrition Nutrition A Of Joint A Joint*.
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.
- Yunandar. (2025). *Hubungan Usia, Pendidikan, Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Berpendekatan Cross Sectional*. 179–188. <https://doi.org/10.23917/Jkk.V4i2.399>
- Zakiudin, A. (2023). *Asuhan Keperawatan Keluarga Tn . D Pada Ny . W Dengan Sistem Kardiovaskuler : Hipertensi Di Desa Kutayu Rt 04 Rw 01 Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes*. 1(4).
- Hadi, M., Putri, A., & Kurniawan, R. (2019). Effect Of Edible Bird's Nest Extract On Wound Healing In Rats. *Journal Of Biological Sciences*, 19(4), 210–217.
- Kumar, V., Abbas, A., & Aster, J. (2020). *Robbins Basic Pathology* (11th Ed.). Elsevier.
- Lee, T. H., Chua, K. H., & Saim, A. (2020). Bioactive Components Of Edible Bird's Nest And Their Potential Therapeutic Effects. *Frontiers In Pharmacology*, 11, 1175.
- Nur, A. N., Rahmawati, D., & Yusuf, M. (2022). The Role Of Edible Bird's Nest In Skin Regeneration And Wound Healing. *Indonesian Journal Of Biomedical Sciences*, 16(2), 56–62.
- Sari, D. P., Et Al. (2021). Proses Penyembuhan Luka Dan Faktor Yang Mempengaruhi. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2), 123–129.
- Tiong, J. Y., Et Al. (2023). Topical Application Of Edible Bird's Nest Promotes Wound Healing In Animal Models. *Scientific Reports*, 13(5), 9043.