

Sosialisasi Kesehatan Tentang Bahaya Hipertensi dan Pendekatan Terapi dengan Bahan Alam di Kelurahan Kandri

Rita Dwi Ratnani¹, Achmad Quraisy Aljufri², Tarrisa Istiqomah², Ati Wasiatul Fikri², Egi Dia Sapitri², Anggita Kurniawati Wardani², Mayfika Yusrina Miftahurrijqi², Mika Andriani Fernanda², Rizky Ananda Ayu², Vicky Putra Novadiansyah⁴, Ardi Tio Ageng Nugroho⁴, Azzahra Nurulalifa³, Sri Mulyo Bondan Respati⁴

¹Program Studi Teknik Kimia Fakultas Teknik Universitas Wahid Hasyim

²Program Studi Farmasi Fakultas Farmasi Universitas Wahid Hasyim

³Program Studi Teknik Informatika Fakultas Teknik Universitas Wahid Hasyim

⁴Program Studi Teknik Mesin Fakultas Teknik Universitas Wahid Hasyim

Email: risaanaa22@gmail.com; ritadwiratnani@unwahas.ac.id

Abstract. Hipertensi adalah suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam jangka waktu yang lama) yang dapat menyebabkan rasa sakit pada seseorang dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang cukup besar di dunia, termasuk di Indonesia. Berdasarkan profil kesehatan kota Semarang (2023), jumlah penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun di Kecamatan Gunungpati mencapai 9.231 kasus pada laki-laki dan 9.427 kasus pada perempuan. Oleh karena itu, sosialisasi kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan bahaya hipertensi dan mengenalkan pendekatan terapi bahan alami sebagai terapi tambahan atau komplementer. Kegiatan ini berfokus pada edukasi kepada warga mengenai bahaya hipertensi, pentingnya deteksi dini, perubahan gaya hidup dan pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi penunjang. Sosialisasi hipertensi dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2025 di rumah ketua RW 2, Kelurahan Kandri, Kecamatan Gunungpati. Secara keseluruhan, hasil sosialisasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan ketertarikan masyarakat terhadap pendekatan pengobatan berbasis bahan alami. Minat masyarakat terhadap terapi herbal cukup tinggi, namun diperlukan edukasi lebih lanjut mengenai penggunaan herbal yang aman dan konsultasi dengan tenaga medis.

Keywords : Hipertensi, Tanaman Herbal, Tekanan Darah tinggi. Kelurahan Kandri

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah abnormal, ditandai dengan sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg pada pemeriksaan berulang saat seseorang dalam kondisi tenang. Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti penyakit jantung (infark miokard, penyakit jantung koroner, gagal jantung), stroke, gagal ginjal dan kebutaan. Hipertensi dapat meningkatkan *afterload* pada jantung yang berarti kontraksi jantung harus lebih kuat sehingga dapat mempercepat pembentukan aterosklerosis pada arteri koroner (Kemenkes RI, 2021). Tekanan darah manusia secara alami berfluktuasi sepanjang hari dan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti diet, aktivitas, dan masalah sirkulasi jantung. Tekanan darah yang tinggi dapat menjadi masalah jika tidak diobati dalam jangka panjang. Tekanan darah tersebut membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah (termasuk jantung dan otak) menjadi tegang (Manuntung Alfeus, 2018).

Berdasarkan Profil Kesehatan Jateng (2021), kasus hipertensi tertinggi di provinsi Jawa Tengah berada di Kota Semarang dengan jumlah penderita mencapai 67.101 kasus (19,56%). Kota Semarang juga menduduki peringkat pertama untuk kejadian hipertensi pada usia produktif sebanyak 510 pasien. Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Semarang (2023), jumlah penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun di Kecamatan Gunungpati mencapai 9.231 kasus pada jenis kelamin laki-laki dan 9.427 kasus pada jenis kelamin perempuan. Hipertensi timbul akibat adanya interaksi berbagai faktor risiko yang dimiliki seseorang. Faktor risiko ini sering dikaitkan dengan perubahan gaya hidup. Gaya hidup yang modern dan berlebihan seperti pola makan yang salah, berat badan berlebihan, ditambah dengan kebiasaan buruk seperti mengkonsumsi merokok dan alkohol

merupakan faktor pencetus penyakit ini. Selain faktor tersebut ada pula faktor yang tidak dapat diubah yang dapat menjadi faktor risiko hipertensi yaitu umur, jenis kelamin, keturunan dan etnis (Kurniasih Idha et al. 2013). Salah satu faktor terbesar yang menyebabkan hipertensi tidak terkontrol yaitu ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi. Penderita yang tidak patuh meminum obat antihipertensi memiliki risiko 3,095 kali mengalami hipertensi tidak terkontrol dibandingkan dengan penderita yang patuh meminum obat antihipertensi (Artiyaningrum et al, 2016) .

Pengobatan untuk penyakit hipertensi yaitu pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis. Ada lima golongan obat lini pertama yang biasa digunakan untuk pengobatan awal hipertensi yaitu, penghambat *Angiotensin-converting Enzyme* (ACE), penghambat reseptor angiotensin, penghambat kanal kalsium, diuretik, dan penghambat beta (Kemenkes RI, 2021). Penggunaan terapi obat dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan, terutama bila diberikan dengan dosis tinggi atau dalam bentuk kombinasi. Pengobatan non farmakologi seperti herbal juga dapat digunakan sebagai terapi untuk pasien hipertensi. Pengobatan herbal menggunakan bahan alami sudah dipercaya oleh masyarakat terutama di Asia sebagai pengobatan yang aman dan berkhasiat (Karisma et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Rahmi et al., (2024) menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan pada pasien hipertensi setelah pemberian teh bunga rosella 2 kali sehari selama satu minggu. Penelitian yang dilakukan oleh Sari et al., (2022) menunjukkan bahwa terjadi penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 9 mmHg dan diastolik sebesar 14,66 mmHg setelah pemberian jus buah delima pada 15 responden dengan pemakaian 1 kali sehari selama 7 hari berurut turut. Penelitian yang dilakukan oleh Daulay et al., (2018), menunjukkan bahwa pemberian jus mengkudu dan madu pada penderita hipertensi selama 7 hari dapat menurunkan rata-rata tekanan darah dari 119,02 mmHg menjadi 108,76 mmHg (*p*-value 0.000) yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara pemberian jus mengkudu dengan tekanan darah penderita hipertensi.

Berdasarkan permasalahan tersebut, sosialisasi kesehatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi yang tepat kepada masyarakat di Kelurahan Kandri khususnya di RW II. Melalui kegiatan pengabdian ini, diharapkan masyarakat di RW II Kelurahan Kandri dapat lebih memahami pentingnya deteksi dini dan pengendalian tekanan darah, serta memiliki kesadaran yang lebih tinggi terhadap pola hidup sehat dalam mencegah komplikasi hipertensi. Selain itu, pemanfaatan tanaman herbal lokal sebagai terapi pendukung diharapkan mampu menjadi solusi yang mudah diakses dan diterima oleh masyarakat.

METODE PENELITIAN

Sosialisasi hipertensi dilaksanakan di rumah ketua RW 2 Kampung Siwarak Kelurahan Kandri Kecamatan Gunungpati. Susunan kegiatan yaitu: sosialisasi mengenai bahaya, cara pencegahan dan pengobatan hipertensi, dan sesi akhir diadakan tanya jawab. Persiapan sosialisasi ini diselenggarakan dengan koordinasi dengan ketua PKK di RW 2 Kampung Siwarak, Kelurahan Kandri, Kecamatan Gunungpati. Koordinasi yang dilakukan berupa penentuan tempat, tanggal, waktu dan audiens untuk acara. Selanjutnya panitia acara menghubungi pemateri yang ditunjuk yaitu apt. Achmad Quraisy Aljufri, M. Clin. Pharm untuk berkoordinasi terkait tema acara dan pengisian materi.

Persiapan yang dilakukan berupa pembagian undangan kepada para tamu undangan di mana tamu undangan yaitu anggota Ibu PKK di RW 2 Kampung Siwarak, Kelurahan Kandri. Pelaksanaan soialisasi diawali dengan penyampaian edukasi bahaya dari peningkatan tekanan darah hingga hipertensi oleh pemateri. Para peserta diberi penjelasan secara komprehensif mengenai definisi hipertensi, penyebab, faktor risiko, gejala, kapan tekanan darah dapat dikatakan hipertensi, bahayanya, serta upaya pencegahan dan pengobatan hipertensi khususnya melalui pemanfaatan bahan alam. Pemaparan materi juga ditegaskan untuk bijak dalam penggunaan obat tradisional atau obat herbal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada saat kegiatan sosialisasi dimulai pemateri menemukan fakta bahwa masyarakat di Kelurahan Kandri, khususnya warga RW II, umumnya memiliki kesadaran yang rendah mengenai bahaya hipertensi. Banyak dari mereka belum memahami bahwa tekanan darah tinggi dapat terjadi tanpa gejala dan sering kali dianggap sebagai penyakit yang hanya menyerang orang tua. Hipertensi dapat menyerang semua usia, bahkan anak-anak dan remaja dengan pola hidup tidak sehat jangka panjang. Warga RW II Kelurahan Kandri banyak yang memiliki penyakit hipertensi. Masyarakat juga belum memahami bahwa penyakit hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti stroke, gagal ginjal, dan serangan jantung hingga kematian mendadak (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Salah satu penyebab tidak terkontrolnya hipertensi adalah adanya ketidakpatuhan terhadap pengobatan atau obat tidak efektif (Rifandani et al., 2023).

Sosialisasi ini bertujuan untuk menanamkan pemahaman yang mendalam mengenai pentingnya deteksi dini, pengendalian tekanan darah, serta perubahan gaya hidup untuk mencegah komplikasi. Selain itu, pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi pendukung diharapkan dapat menjadi solusi yang bisa diterima oleh masyarakat. Salah satu aspek yang menjadi sorotan adalah penggunaan tanaman herbal sebagai terapi pendukung dalam menurunkan tekanan darah. Materi ini mendapatkan respon positif dari para peserta yang ditunjukkan dengan adanya attensi yang tinggi terhadap pemateri. Hal ini disebabkan oleh anggapan bahwa pengobatan berbasis bahan alami cenderung lebih aman, mudah diakses, serta memiliki risiko efek samping yang lebih rendah dibandingkan dengan penggunaan obat sintetis. Gambar 2 menunjukkan proses sosialisasi yang disampaikan oleh pemateri.



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi hipertensi yang disampaikan oleh pemateri

Kegiatan sosialisasi memperkenalkan sejumlah tanaman herbal yang terbukti memiliki khasiat dalam membantu menurunkan tekanan darah. Tanaman-tanaman tersebut antara lain bawang putih (*Allium sativum*), mengandung senyawa aktif *allicin* yang berperan sebagai vasodilator untuk melebarkan pembuluh darah serta memiliki efek antiplatelet yang mencegah penggumpalan darah (Rahmawati et al., 2018). Seledri (*Apium graveolens*), kaya akan *phthalide*, senyawa yang dapat merelaksasi otot-otot pembuluh darah sehingga membantu menurunkan tekanan darah secara alami (Wakhidah, 2021). Meniran (*Phyllanthus niruri*), memiliki efek diuretik ringan yang membantu mengurangi kelebihan cairan dalam tubuh, sehingga turut berkontribusi

dalam menurunkan tekanan darah (Thong et al. 2024). Pegagan (*Centella asiatica*), dikenal dapat meningkatkan elastisitas pembuluh darah, yang penting untuk menjaga sirkulasi darah tetap lancar dan sehat (Bunaim et al., 2021). Daun salam (*Syzygium polyanthum*), mengandung flavonoid dengan sifat antioksidan yang dapat melindungi pembuluh darah dari kerusakan akibat stres oksidatif. Tanaman - tanaman herbal ini memiliki potensi besar sebagai alternatif alami dalam pengelolaan tekanan darah tinggi sebagai pendamping pengobatan medis (Wahyudi et al., 2024). Senyawa aktif dalam tanaman herbal tersebut bekerja melalui berbagai mekanisme, mulai dari menghambat penyerapan natrium, meningkatkan ekskresi cairan tubuh, mengurangi stres oksidatif, hingga meningkatkan pelebaran pembuluh darah. Efek ini membantu menurunkan tekanan darah secara alami. Penting untuk dicatat bahwa dalam penggunaan herbal ini memerlukan pengetahuan yang cukup terkait dosis, cara konsumsi, serta interaksinya dengan obat lain. Untuk itu, pemanfaatan tanaman herbal sebaiknya dilakukan dengan pengawasan tenaga medis seperti apoteker dan dokter (Tang et al., 2021).

Tanaman-tanaman tersebut, bunga rosela (*Hibiscus sabdariffa*) juga sangat efektif sebagai antihipertensi alami. Rosela mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, asam organik, dan antosianin yang bekerja melalui berbagai mekanisme, antara lain menghambat enzim ACE (*Angiotensin Converting Enzyme*) sehingga mengurangi vasokonstriksi pembuluh darah, memberikan efek diuretik yang membantu mengeluarkan natrium dan cairan berlebih dari tubuh, serta meningkatkan sekresi nitrit oksida yang berfungsi sebagai vasodilator alami. Berbagai studi menunjukkan bahwa konsumsi teh atau ekstrak rosela secara rutin dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi ringan hingga sedang, dengan efek yang signifikan dan aman untuk penggunaan jangka pendek. Oleh karena itu, rosela menjadi pilihan bahan alam yang potensial dalam sosialisasi terapi hipertensi berbasis herbal (Karmana, 2023).

Dalam kajian dari lima jurnal ilmiah terkini, disebutkan bahwa terapi bahan alam untuk hipertensi cenderung berperan sebagai terapi komplementer atau pendamping. Herbal dapat digunakan bersama dengan terapi konvensional untuk meningkatkan efektivitas pengobatan atau bahkan dalam tahap awal sebelum pengobatan medis dimulai, terutama pada penderita hipertensi ringan. Terapi herbal belum dapat sepenuhnya menggantikan pengobatan medis karena saat ini tidak semua jenis tanaman herbal memiliki bukti klinis yang kuat dalam skala besar dan jangka panjang. Salah satu temuan penting dari literatur adalah bahwa begitu seseorang memulai pengobatan dengan antihipertensi konvensional, maka terapi tersebut harus berlanjut seumur hidup untuk menjaga stabilitas tekanan darah dan mencegah komplikasi (Azizah & Oktaviani, 2025).

Selain tanaman herbal, sosialisasi juga menyoroti peran tambahan dari makanan alami seperti kalium, magnesium, serat, dan antioksidan dalam pengelolaan hipertensi. Nutrisi ini dapat diperoleh dari sayur-mayur, buah-buahan, kacang-kacangan, dan biji-bijian. Kalium misalnya, terbukti dapat menurunkan tekanan darah dengan menyeimbangkan kadar natrium dalam tubuh. Magnesium membantu relaksasi pembuluh darah dan serat dari makanan membantu menurunkan kolesterol yang berkontribusi terhadap hipertensi. Kombinasi dari bahan herbal dan makanan sehat sangat dianjurkan dalam upaya pengelolaan tekanan darah jangka panjang (Kurniyanti Novita, 2022).

Berdasarkan hasil diskusi interaktif selama kegiatan sosialisasi, terungkap bahwa banyak peserta memiliki ketertarikan serta pengalaman dalam menggunakan bahan alam sebagai upaya mandiri dalam mengelola hipertensi. Ketertarikan ini umumnya didasari oleh kemudahan memperoleh tanaman herbal di sekitar tempat tinggal, serta anggapan bahwa pengobatan alami lebih aman dan minim efek samping dibandingkan obat sintetis. Disamping itu, para peserta juga mengajukan sejumlah pertanyaan penting terkait metode pengolahan, dosis yang tepat, serta cara konsumsi yang benar agar tidak menimbulkan efek samping atau hasil yang tidak sesuai harapan. Hal ini menunjukkan bahwa, meskipun minat terhadap penggunaan bahan alam cukup tinggi, masih terdapat kekosongan informasi praktis yang perlu segera diisi. Oleh karena itu, sangat penting bagi tenaga kesehatan, akademisi, maupun pemangku kepentingan lainnya untuk menyusun panduan praktis dan mudah dipahami mengenai penggunaan tanaman herbal dalam

pengobatan hipertensi. Panduan ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam edukasi lanjutan maupun pelatihan berbasis komunitas, sehingga pemanfaatan bahan alam dapat dilakukan secara aman, efektif, dan bertanggung jawab.



Gambar 2. Sesi Foto saat penutupan acara.

Secara keseluruhan, hasil dari sosialisasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan minat masyarakat terhadap pendekatan pengobatan berbasis bahan alam. Sebagai tambahan diperlukan strategi lanjutan seperti pendampingan berkala, kolaborasi lintas sektor (puskesmas, perguruan tinggi, dan lembaga swadaya masyarakat), serta peningkatan literasi kesehatan herbal untuk memastikan bahwa pengobatan alternatif ini digunakan secara bertanggung jawab dan tidak menggantikan sepenuhnya peran obat medis konvensional yang telah terbukti efektivitas dan keamanannya melalui uji klinis. Minat para peserta dibuktikan dengan semangatnya mengikuti acara sampai selesai dan malam, sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 2.

KESIMPULAN

Penggunaan herbal lebih tepat dijadikan sebagai terapi komplementer atau pendamping, bukan sebagai pengganti utama. Herbal dapat dimanfaatkan pada tahap awal hipertensi atau sebagai bagian dari gaya hidup sehat untuk mendukung efektivitas pengobatan antihipertensi. Penting untuk dicatat bahwa begitu seseorang memulai konsumsi obat antihipertensi konvensional, terapi tersebut harus dijalani seumur hidup. Kegiatan sosialisasi mengenai bahaya hipertensi dan pendekatan terapi bahan alam di RW II Kelurahan Kandri meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini, pengendalian tekanan darah, serta pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi pendukung. Minat masyarakat terhadap terapi herbal cukup tinggi namun diperlukan edukasi lebih lanjut tentang penggunaan herbal secara aman dan konsultasi dengan tenaga medis.

DAFTAR PUSTAKA

- Artiyaningrum Budi, & Azam Mahalul. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Tidak Terkendali Pada Penderita Yang Melakukan Pemeriksaan Rutin . *Public Health Perspective Journal* , 1, 1.
- Azizah Afra Davina, & Oktaviani Nila. (2025). Studi Pengetahuan Pasien Hipertensi Terhadap Manfaat dan Risiko Obat Herbal sebagai Terapi Pendamping di Puskesmas Kebondalem Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang. *Jurnal Riset Ilmu Farmasi Dan Kesehatan* , 3, 3.
- Bunaim, M. K., Kamisah, Y., Mohd Mustazil, M. N., Fadhlullah Zuhair, J. S., Juliana, A. H., & Muhammad, N. (2021). Centella asiatica (L.) Urb. Prevents Hypertension and Protects the Heart in Chronic Nitric Oxide Deficiency Rat Model. *Frontiers in Pharmacology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fphar.2021.742562>
- Daulay Masraini Nanda, Simamora Angraini Febrina, & Padangsidimpuan Royhan Aufa. (2018). Pengaruh Jus Buah Mengkudu Dan Madu Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi . *Jurnal Kesehatan ILMIAH INDONESIA*, 3, 2.
- Karisma, R. C., Maulina, R., & Soepraoen Malang, I. D. (2022). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Minyak Cananga Odorata Dengan Metode Inhalasi Untuk Menurunkan Hipertensi Dalam Kehamilan. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(3), 187–193.
- Karmana, I. W. (2023). Artikel Review : Bioaktivitas Bunga Rosella (Hibiscus sabdariffa L.) Beserta Pemanfaatannya. *Educatoria : Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 3(3), 208–216. <https://doi.org/10.36312/educatoria.v3i3.200>
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). Pedoman Pelayanan Kefarmasian Pada Hipertensi . *Kemenkes RI*.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Tata Laksana Hipertensi Dewasa* .
- Kurniasih Idha, & Setiawan Riza Muhammad. (2013). Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Puskesmas Srondol Semarang Periode Bulan September - Oktober 2011. *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 1.
- Kurniyanti Novita, A. A. N. I. (2022). Hubungan Asupan Makronutrien dan Mikronutrien terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Ina Journal of Health* , 02.
- Lisa Rahmi, Mia Salsabila, & Isni Hijriana. (2024). Efektivitas Teh Rosella (Hibiscus Sabdarif) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Sagita Academia Journal*, 2(4), 191–198. <https://doi.org/10.61579/sagita.v2i4.301>
- Manuntung Alfeus. (2018). *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi* .
- Rahmawati, Fawwas Muammar, Razak Rais, & Islamiati Utami. (2018). Potensi Antikoagulan Sari Bawang Putih (*Allium sativum*) Menggunakan Metode Lee-White dan Apusan Darah. *Majalah Farmaseutik* .
- Rifandani, Z., Yogananda, A. A., & Faizah, N. (2023). *Hubungan Tingkat Kepatuhan Terapi Antihipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Puskesmas Kotagede I Yogyakarta The Correlation Of The Level Of Compliance To Antihypertensive Therapy With Patients Blood Pressure At Puskesmas Kotagede I Yogyakarta*.
- Sari, A. M., Yuniritha, E., & Dwiyanti, D. (2022). Jus Buah Delima (*Punica Granatum L.*) Sebagai Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Journal of Health Technology*, 18(1), 17–22. <http://e-journal.poltekkesjogja.ac.id/index.php/JTK>
- Tang, F., Yan, H. L., Wang, L. X., Xu, J. F., Peng, C., Ao, H., & Tan, Y. Z. (2021). Review of Natural Resources With Vasodilation: Traditional Medicinal Plants, Natural Products, and Their Mechanism and Clinical Efficacy. In *Frontiers in Pharmacology* (Vol. 12). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fphar.2021.627458>
- Thong, V. Meisa, D., Julianiti, B. & Putri, J.A., 2025. Meniran (*Phyllanthus urinaria*): Tinjauan Farmakologi, Fitokimia dan Toksikologi. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 12 (1)

- Wahyudi, W., Ananda Pulungan, D. R., Syahfitri, D., Adelia, D., & Salsabila, R. F. (2024). Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Rempah Khas Indonesia dengan Berbagai Manfaat Farmakologi: Literature Review. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Education*, 4(3). <https://doi.org/10.37311/ijpe.v4i3.28452>
- Wakhidah, A. Z. (n.d.). *Review: Seledri (Apium graveolens L.): Botani, Ekologi, Fitokimia, Bioaktivitas, Dan Pemanfaatan.*